

Да си родител във времена на стрес

# Изяснете семейните финанси

Паричните проблеми могат да бъдат причина за голямо безпокойство, особено ако смятате, че не можете да си позволите нещо, което вашето дете или тийнейджър са поискали. Ето как реалистичният бюджет може да ви помогне да управлявате финансите на семейството си.

## ● Направете бюджета лесен за разбиране

- Говорете за какво е бюджета и как това може да помогне на хората да управляват парите си
- Съставете бюджет с вашето дете или тийнейджър, за да му покажете какви неща трябва да се купуват или плащат всеки месец
- Обяснете, че чрез правилно бюджетизиране можете да се подготвите за бъдещето и дори да спестите пари

## ● Потърсете подкрепа

Ако изпитвате затруднения със семейните финанси, може да потърсите съдействие от правителството или местните обществени организации.

## ● Какво харчите?

- Вземете лист хартия и химикалка
- Нарисувайте всички неща, за които вие и вашето семейство харчите пари всеки месец – например храна, сметки и дрехи
- Напишете срещу рисунките колко струва всяко от тези неща
- Добавете също и колко пари смятате да изхарчите всеки месец

## ● От какво имате нужда?

- Кои са най-важните неща, които семейството ви трябва да има? Това са основните неща, от които наистина се нуждаете.
- Кои са нещата, които семейството ви би искало да има? Тези не толкова основни неща са това, което искате
- Обяснете разликата между нуждая се и искам и наблегнете на това, че е важно да се купи това, от което се нуждаете, преди това, което искате

## ● Съставете бюджет

- Напълнете торба с пластмасови жетони, строителни блокчета или камъчета. Това са парите на вашето семейство за месеца
- Помислете заедно и решете за какво ще похарчите пари и сложете жетони върху всяка рисунка.
- Вижте къде можете да спестите някакви пари за в бъдеще или в случай, че се сблъскате с неочаквана ситуация или възникне спешен случай

РАЗГЛЕДАЙТЕ ЦЯЛАТА  
ПОРЕДИЦА СЪВЕТИ

РАЗГЛЕДАЙТЕ ВИДЕАТА

За още полезни съвети относно родителството, последвайте следните линкове: [Световната Здравна Организация](#), [УНИЦЕФ](#), [Съвети на различни езици](#), [Проучване](#)