

СЕМЕЙНЫЕ РИТУАЛЫ



Семейные ритуалы - важная часть нашей жизни с детьми. Именно из них складывается привязанность, теплота, крепкая связь всех членов семьи.

Что может стать тем самым ритуалом?

- Прогулка домой после уроков/кружков/секций, когда вы можете держать ребенка за руку и разговаривать с ним о самом простом
- Совместные завтраки по выходным - нет ничего лучше неторопливых завтраков в кругу родных, особенно когда каждый смог поучаствовать в его приготовлении
- Чтение вслух - пять минут чтения вслух перед сном друг другу (или только детям) точно станут одним из самых теплых воспоминаний детства
- Полуденный чай в тишине, когда каждый может перегрузиться и подумать о своем
- Общая субботняя уборка под веселую музыку - всегда приятно разделить с кем-то не самые приятные задачи
- Семейный ужин без гаджетов и книг - отличная возможность расспросить детей о том, как прошел день и поделиться собственными мыслями и чувствами. Детям полезно видеть, что и у родителей бывают трудности и победы
- Киновечера по выходным, когда семья собирается перед телевизором и смотрит добрые фильмы.

Можете составить свой список и выполнять как минимум ритуал в неделю.

Материалы подготовлены специалистами сообщества «Дом под зонтом» <https://dom-pod-zontom.ru/posts/semeynye-ritualy.html>