

Советы психолога «Семейные традиции: как сплотить родителей и детей?»

Учим правильному общению.

Когда вы обсуждаете с ребенком, как принимать в расчет чувства другого человека, учите его сочувствию и справедливости. Это поможет ему не только найти верных друзей, но и дружить в течение долгого времени. Дети могут научиться состраданию уже в 3-4 года.



Семья остается одной из главных ценностей, и семейные традиции призваны укреплять отношения родителей и детей. Мы поговорим о том, как развивать и находить новые традиции, почему это так важно, и какое влияние подобные ритуалы оказывают на ребенка.

В чем польза семейных традиций?

По мнению психологов, семейные традиции очень важны и для взрослых, и для детей. Малышам они помогают видеть в родителях не только строгих воспитателей, но и веселых друзей. Также ритуалы дают прочувствовать, что семья — это единое целое, а не просто «старшие» и «младшие». В такую семью хочется возвращаться уже выросшим детям снова и снова.



В детские годы семейные традиции дарят ребенку ощущение целостности и уверенности в своих родителях. Он точно знает, что у него и мамы с папой есть общие интересные занятия, и он не будет покинут один в своей комнате. А впоследствии приятные воспоминания служат фундаментом для создания традиций уже в новой семье.

Как развивать семейные традиции?

Даже если вам кажется, что в вашей семье нет никаких общих традиций — это не так. Наверняка у вас есть маленькие ритуалы, на которые вы просто не обращаете должного внимания. Например, вы просите ребенка помогать делать тесто для печенья или в выходные устраиваете поход за покупками. Этим рутинным мелочам можно добавить интересные детали и сделать их предметом семейной гордости. Говорите детям, как вы рады, что скоро будете печь их любимое печенье и с нетерпением ждете их помощи на кухне. Конечно, труды должны увенчаться приятным чаепитием, за которым каждый по очереди расскажет последние примечательные события.

Кстати, новые семейные традиции не обязательно изобретать, их вполне можно «арендовать». Расспросите своих друзей с детьми, что они любят делать все вместе. Если вам понравилась идея вечерней игры в «Монополию», почему бы не повторить ее у себя дома? Не бойтесь новых идей и ритуалов, изучайте их и смело заимствуйте подходящие!

Конечно, в этом деле важно не переусердствовать с уговорами и напором. Видя, что детям совершенно не хочется собираться каждый день на утреннюю пробежку, не заставляйте их, пусть это и кажется вам прекрасной здоровой идеей. Кроме того, по мере необходимости подыскивайте замену устоявшимся традициям, когда они перестают вдохновлять членов семьи.



Основные семейные традиции

Каждая семья самостоятельно выбирает подходящие для себя ритуалы. Однако есть традиции, проверенные веками и направленные именно на сближение детей и родителей, поэтому их будет полезно взять на заметку.

Прежде всего, это сбор всех членов семьи за обедом или ужином, где они делятся между собой новостями и впечатлениями в дружественной обстановке. В идеале, это должно происходить каждый день, и еще столетие назад так и было. Но сегодня мы привыкли спешить и перекусывать на ходу в свободную минутку, накрывая на стол только детям. Поэтому стоит попробовать возродить традицию семейных обедов хотя бы раз в неделю.



Настольные игры — занятие, от которого без ума люди всех возрастов. Они всегда ассоциируются с веселым времяпрепровождением и связывают родителей и детей, помогая всем почувствовать себя равными. Подберите понравившуюся всем игру: это может быть лото, домино, монополия, скрэбл или просто совместное собирание пазлов.

Другая незаслуженно забытая традиция — семейный фотоальбом. Мы уже привыкли хранить все снимки в электронном формате. Однако почему бы не распечатывать самые удачные фотографии и не наклеивать их в большой красивый альбом, который потом будет пересматриваться не один год? Эти картинки можно сопровождать забавными надписями или рассказывать детям события, связанные с запечатленным днем.

Так пишется целая семейная история!

Составитель:
педагог-психолог
МБОУ «Уньюганская СОШ №2
им. Альшеевского М.И.»
Нуртдинова Е.А.