

КАК НУЖНО ПРОВОДИТЬ ВРЕМЯ С ДЕТЬМИ, ЧТОБЫ ЗАПОМНИТЬ КАЖДУЮ МИНУТУ?



День только начался, а вы уже устали? Каждое ваше утро похоже на предыдущее, как в фильме «День сурка»: сначала нужно приготовить завтрак, потом разбудить и накормить ребенка, отвести его в сад или в школу; по дороге на работу вы, конечно, попадете в пробку и опять опоздаете... Все повторяется изо дня в день и никак не вырваться из этого однообразия. Но пока вам кажется, что ничего не меняется, ваши дети растут. И однажды, оглянувшись назад, вы вдруг начнете сожалеть о том, что во всей этой рутине потеряли множество минут, которые могли бы провести с сыном или дочерью, пока те были маленькими. Эта статья для тех родителей, которые не хотят упустить драгоценное время.

В зависимости от графика учебы ваших детей и вашего трудового дня, в среднем у вас всегда есть 1–2 часа для общения с вашим ребенком. Так проведите это время с пользой и превратите его в памятные моменты, наполненные семейными традициями, маленькими радостями и откровенными разговорами.

Родители очень часто считают, что раз времени для отдыха с детьми не так много, то надо его максимально наполнять разными развлечениями: поездкой в зоопарк, кино. Но на самом деле, чтобы добраться до всех этих мест, вы потеряете массу времени, а качество общения с вашими детьми будет сильно страдать. Детей, разумеется, нужно развлекать, но не надо всю их жизнь превращать в погоню за развлечениями.

Итак, совет первый: если хотите замедлить время, то научитесь проводить его весело и интересно прямо в своей квартире или возле дома, а не где-нибудь далеко.

Час, оставшийся перед сном ребенка, не самое приятное время: скоро нужно идти спать, поэтому серьезными делами не заниматься; кроме того, все уже чувствуют усталость — и дети, и родители. Часто в это время малыши слоняются по квартире в поисках занятия и капризничают, а мамы и папы пытаются отвлечься от суеты, включая любимый сериал. И вот опять время потеряно впустую.

А ведь, если за окном хорошая погода, можно выйти на улицу и немного прогуляться с ребенком. Во время спокойной вечерней прогулки вы сможете поговорить о том, как прошел день, поделиться сокровенными мыслями — и все это на свежем воздухе. После этого дети, скорее всего, хорошо уснут, а вы будете наполнены ощущением того, что провели особенное время с вашими детьми, а не сидели вместо этого перед телевизором.

Поэтому второй совет: старайтесь в хорошую погоду немного гулять перед сном с ребенком и болтать с ним о мелочах.

Еще одна нужная семейная традиция — совместный ужин. В современном мире ситуация, когда все члены семьи живут по разному расписанию, считается нормальной, но всегда

можно найти один час для того, чтобы ужинать вместе. Пока дети помогают накрывать на стол, вы можете обсуждать новости. Дети очень ценят такие моменты. А если вы будете придумывать тематические ужины, то эти совместные минуты станут еще дороже. Например, каждую пятницу можно устраивать ужин с национальными блюдами какой-нибудь страны. Пусть ребенок сам выберет, какая страна ему интересна. Так дети будут знакомиться с обычаями разных народов и будут с интересом помогать вам готовить.

Поэтому третий совет очень простой: старайтесь ужинать всей семьей.

Чтобы постигать жизненные навыки, детям необходимо проводить с вами как можно больше времени и набираться от вас опыта. Так позвольте им принимать участие в решении простых бытовых проблем! Например, если в доме что-то сломалось, что вы можете починить собственными силами, привлечите ваших детей к этому занятию. Предложите им посветить фонариком или подать инструменты. Рассказывайте, что и как вы делаете. Для вас это всего лишь обыденное занятие, а для ребенка — увлекательная игра, в которую он играет вместе с родителями. Так позволяйте ему играть в нее чаще.

Поэтому запомните четвертый совет: привлекайте ребенка к домашней работе и выполняйте ее вместе с ним.

Если вы разрешаете своим детям играть в компьютерные игры, дети будут в восторге от того, что вы можете к ним присоединиться. Научитесь играть в любимую игру вашего ребенка. Ребенку очень понравится, что он сможет вас обыграть и проявит больше ловкости, чем вы. Это интересный опыт для малыша — увидеть, что вы тоже человек и вас можно обыграть. Но не забывайте про ограничения по времени, чтобы виртуальная реальность не заменила реальную.

Играйте с ребенком в компьютерные игры — это наш пятый совет.