

## **Консультация для родителей**

**Тема:**

**“Традиции, которые укрепляют семью”**



**Подготовила: воспитатель  
старшей группы  
Шабалина О. А.**

В большинстве семей есть свои гласные или негласные традиции. Насколько они важны для воспитания счастливых людей?

Семейные традиции - это обычные принятые в семье нормы, манеры поведения, обычаи и взгляды, которые передаются из поколения в поколение. Скорее всего это те привычки поведения, которые ребёнок понесёт с собой в свою будущую семью и передаст уже своим детям.

Что же дают семейные традиции людям? Во-первых они способствуют гармоничному развитию ребёнка. Ведь традиции предполагают многократное повторение каких-то действий, а значит стабильность. Благодаря её малыш перестаёт бояться этого большого и непонятного мира. Важно, что родители перестают быть просто воспитателями, а становятся друзьями, с которыми интересно проводить время.

Семейных традиций в мире существует огромное разнообразие. Помимо общепринятых (празднование Нового Года, дней рождения, семейные ужины), какие ещё традиции помогут вам укрепить семью?

### **1. Три радости дня - ежедневно.**

Каждый вечер за ужином по очереди обменивайтесь тем, что вас порадовало сегодня. Начинают родители! Можно перечислять даже самые мелочи. Например «Первая моя радость дня, что мы с вами ужинаем дружно всей семьей. Вторая моя радость дня - что ужин вкусный. Третья моя радость дня - что сегодня на работе меня похвалили». Подайте детям пример позитивного настроения в жизни.

### **2. Песочные часы - раз в неделю.**

Купите песочные часы на 5 минут. Сядьте с ребёнком за стол и предупредите о правилах: вы перевернёте часы и пока песок сыпется, ребёнок может рассказывать что угодно. За это вы его не поругаете, не накажете, не осудите. Пока сыпется песочек - что бы не говорил ребёнок! - вы молчите. Ничего не говорите, не перебивайте, полный ноль, только слушать и кивать! Когда песочек досыпется - вы говорите одну единственную фразу «Спасибо, что поделился со мной» и ВСЁ. Укрепляет доверие, учит детей открываться родителям, создаёт для ребёнка безопасное пространство. Если ребёнок молчит первое время и не знает, что сказать - это нормально. Пока песочек не досыпется - просто молча смотрите друг другу в глаза. Это тоже бесценно и укрепляет отношения.

### **3. Пробуйте новые продукты всей семьей - раз в месяц.**

Регулярно покупайте то, что никогда не пробовали и устраивайте со всеми членами семьи дегустацию. Можно для азарта ставить оценки - «я ставлю этой гадости 2 балла!», «а мне нравится на 5!». Обсуждайте, смейтесь, плюйтесь)) Совместные переживания нового для всех опыта по настоящему сближают. И для этого не обязательно всей семьей прыгать с парашютом - достаточно купить новый продукт и

пробовать его вместе. Приятный бонус - когда вы едите то, что никогда не ели, вы развиваете мозг, создавая новые нейронные связи.

#### **4. Подарки этого дня.**

Ежедневно, неважно, в какой момент дня, садитесь рядом с ребенком и перечисляйте вместе «дары» этого дня: моменты, события, впечатления, за которые вы благодарны. Это могут быть и люди, игры, угощения — что угодно. Главное — научиться смотреть на то, что с нами происходит как на подарок. Можно даже вести «Дневник благодарности».

#### **5. День добротворения**

Это один день в месяце, когда вы и ваши дети делаете что-то полезное для других: уборку двора, сбор вещей для благотворительных организаций, покупку корма для собачьего питомника. Это поможет детям понять важность того, что приятно не только брать, но и отдавать. Это важный компонент благодарности.

#### **6. Благотворительность**

То, что нам было давно известно, подтвердилось и научными исследованиями: маленькие дети счастливее, когда имеют возможность угощать и делиться с другими. Но больше радости им приносит тот подарок, который дорог им самим: сделан собственными руками или куплен на сэкономленные деньги. На самом деле, добрые слова тоже можно дарить. Можно поделиться угощением или игрушкой. Ваша задача — следить, чтобы это происходило (осознанно) хотя бы раз в день.

#### **Как создать семейную традицию?**

Для того, чтобы создать новую семейную традицию, необходимо всего две вещи: ваше желание и принципиальное согласие домочадцев.

1. Собственно, придумайте саму традицию. По максимуму постарайтесь задействовать всех членов семьи, чтобы создать дружескую сплоченную атмосферу.
2. Сделайте первый шаг. Очень важно насытить его позитивными эмоциями – тогда все с нетерпением будут ждать следующего раза.
3. Будьте умеренны в своих желаниях. Не стоит сразу внедрять много различных традиций на каждый день недели. Для того, чтобы обычаи закрепились, нужно время. Да и когда все в жизни до мелочей распланировано – это тоже неинтересно. Оставьте пространство для сюрпризов!
4. Закрепляйте традицию. Необходимо повторить ее несколько раз, чтобы она запомнилась и начала неукоснительно соблюдаться. Но не доводите ситуацию до абсурда – если на улице пурга или ливень, возможно, стоит отказаться от прогулки. В других же случаях традицию лучше соблюдать.

Как видим, семейные традиции – это интересно и здорово. Не пренебрегайте ими, ведь они сплачивают семью, помогают ей стать единым целым.