

Więzi rodzinne w czasie kwarantanny jak budować je na odległość?

Jak budować i rozwijać więzi rodzinne na odległość oraz jak pomóc dzieciom w ich budowaniu?

1. Rozmowy telefoniczne i wideorozmowy

Warto, aby dzieci utrzymywały stały, regularny kontakt z dziadkami - taka forma kontaktu zmniejsza dzielący je dystans i sprawia, że mogą uczestniczyć w życiu rodzinnym.



2. Gry słowne



Przy pomocy komunikatorów, można zagrać w gry słowne (np. *Skojarzenia, Słowo na literę...*, *Quizy tematyczne*), a także takie, do których wystarczy kartka papieru – np. *Kółko i krzyżyk, Państwa - miasta*. Gry są kreatywnym sposobem spędzania czasu oraz integrują poprzez zabawę.

3. Nie tylko on-line

Wyciągnij album ze starymi zdjęciami i powiedz dziecku o swojej młodości, czy dzieciństwie dziadków. Odpowiedz na pytania dotyczące zdjęci - pozwoli to na uciśnienie więzi rodzinnych.



4. Własnoręczny upominek, list

Zaproponuj wykonanie upominku lub napisanie listu dla członków rodziny, którzy są daleko - dzięki temu dziecko będzie mogło przelać swoją tęsknotę i uczucia w działania plastyczne, a prezent sprawi bliskim radość.

5. Daj przykład

Dzieci najskuteczniej uczą się przez naśladowanie - uważnie obserwują rodziców i powtarzają ich zachowania. Jeśli chcesz, żeby dziecko miało dobry kontakt z dziadkami lub innymi członkami rodziny - pierwszy wykonaj telefon, zapytaj o samopoczucie, zaoferuj pomoc.