# Останите код куће и време искористите за породичне активности

Радите од куће. Деца прате наставу путем екрана. Неизвесно је колико ће оваква ситуација потрајати и сасвим је разумљиво да осећате повећан ниво стреса. Покушајте сагледати ово раздобље живота из друге перспективе. Затворене школе и немогућност излазака из куће може се искористити да проведете време са вашом породицом. Заједничке активности са вашом децом су забавне, а деци дају осећај сигурности и припадности.

Kако бисте што квалитетније провели време са вашим дететом током дуготрајног боравка код куће, у свој дневни распоред планирајте и заједничке активности. Укључите и децу у планирање заједничког времена, питајте их штa би волелa да заједно радите. Нека то буде време без телефона и без телевизије.

Једна од могућности за провођење времена у породици је и заједничка припрема оброка. Укључите децу у припрему оброка. Припремите шарене и маштовите тањире са храном. Осим осећаја доприноса, на овај начин деца ће се упознати с намирницама и стећи здраве прехрамбене навике. Не заборавите да заједничка припрема хране и обедовање у кругу породице није само справљање оброка и седење за истим столом него и дружење, разговор, показивање осећања и много смеха.

Ова ситуација може бити добра прилика да се цела породица повеже, учи и развија док једни другима пружате подршку, љубав и сигурност. Организујте заједничке тренинге, часове плеса преко интернета, истраживање неких појава или догађаја, прављење предмета.

Различите друштвене и видео игре могу бити прилика да боље упознате социјалне вештине ваше деце, промовишете одређено понашање и размотрите са њима важне поруке о односу према људима и свету у коме живе. Породица ће се забавити док уједно нешто осмишљава и ствара, што вам свима може дати осећај заједништва и контроле у тренутно прилично неизвесним околностима живота.