

## **Χριστούγεννα: Συμβουλές για γονείς!**

Τα Χριστούγεννα είναι μια μαγική περίοδος για τα παιδιά! Είναι μια θαυμάσια ευκαιρία για τους γονείς να δημιουργήσουν όμορφες αναμνήσεις. Ακολουθούν μερικές συμβουλές για το πως μπορούμε οι γονείς να κάνουμε τις γιορτές πιο ευχάριστες και ξεχωριστές:

**Δημιουργία παραδόσεων:** Φτιάξτε κουραμπιέδες και άλλα γλυκά με τα παιδιά σας, στολίστε το σπίτι με χριστουγεννιάτικα στολίδια, παίξτε επιτραπέζια μαζί τους, επισκεφτείτε φίλους και συγγενείς για να τραγουδήσουν τα παιδιά σας τα κάλαντα. Θαυμάστε μαζί τις στολισμένες πλατείες και τα χριστουγεννιάτικα φωτάκια. Αυτό θα δώσει στα μικρά κάτι να περιμένουν κάθε χρόνο!

**Κατασκευή Χριστουγεννιάτικων δώρων:** Ενθαρρύνετε τα παιδιά να φτιάξουν χριστουγεννιάτικα δώρα και κάρτες για συγγενείς και φίλους. Αυτό θα τους δώσει την αίσθηση συμμετοχής, πρωτοβουλίας και θα αναδείξει τη σημασία της προσφοράς.

**Εθελοντισμός και προσφορά:** Μάθετε στα παιδιά σας την αξία της κοινωνικής προσφοράς, συμμετέχοντας σε εθελοντικές δράσεις, όπως η δωρεά τροφίμων ή παιχνιδιών σε όσους τα έχουν ανάγκη.

**Αναζήτηση δώρων:** Τα παιδιά μπορούν να συμμετέχουν στη διαδικασία επιλογής και αγοράς δώρων για τα μέλη της οικογένειας. Αυτό τους διδάσκει την αξία του σχεδιασμού και της σκέψης για τους άλλους.

**Δημιουργία οράματος:** Φτιάξτε ένα ημερολόγιο αντίστροφης μέτρησης για τα Χριστούγεννα. Για κάθε μέρα ετοιμάστε μια μικρή έκπληξη.

**Φιλιαναγνωσία:** Μιλήστε για την ιστορία των Χριστουγέννων και τις διάφορες παραδόσεις του κόσμου. Διαβάστε χριστουγεννιάτικες ιστορίες. Αυτό θα διευρύνει τη δημιουργικότητα και τη γνώση για τις πολιτισμικές διαφορές.

**Αποφυγή υπερβολών:** Φροντίστε να μην έχετε υπερβολικές προσδοκίες για τα δώρα ή τις γιορτές. Σημασία έχει ο χρόνος που περνάτε μαζί που μπορεί να ενισχύσει τη σύνδεση της οικογένειας.

**Δημιουργία ροής και ηρεμίας:** Προγραμματίστε χρόνο για ξεκούραση και οικογενειακές δραστηριότητες, ώστε να απολαμβάνετε την περίοδο χωρίς άγχος.

**Συζητήσεις γύρω από τα συναισθήματα:** Μιλήστε για τα συναισθήματά τους σχετικά με τις γιορτές. Είναι φυσιολογικό να έχουν μελαγχολία ή άγχος και η συζήτηση μπορεί να βοηθήσει.

Ελπίζω αυτές οι συμβουλές να σας βοηθήσουν να δημιουργήσετε μια αξέχαστη και ευχάριστη χριστουγεννιάτικη περίοδο για εσάς και την οικογένειά σας!