**NEKAJ IDEJ ZA KVALITETEN, USMERJEN PROSTI ČAS ZA KREPITEV VEZI V DRUŽINI**

**1. Napišite pohvalo!**

Igra je še posebej primerna za čas po večjem prepiru ali drugačnih družinskih napetostih, kar se med prazniki rado zgodi.

Starši na list papirja napišejo imena vseh družinskih članov, enega pod drugim. Nato vsak član dobi svoj list in ob vsako ime napiše nekaj njegovih lepih lastnosti. Mama oz. oče liste pobereta in pozitivne lastnosti prepišeta na kartončke – za vsakega člana družine izdelata seznam vrlin, ki jih v njem vidijo drugi. Pri tem ne razkrijeta, kaj je napisal kdo!

Zvečer kartončke kot darila razdelita otrokom ali pa jih ponoči položita pod njihove blazine.

**2. Pismo prihajajočemu dojenčku**

Družina, ki pričakuje dojenčka, naj mu napiše pismo (lahko doda tudi pesem, risbico ...). Prihajajočemu otroku lahko pišemo o lepoti življenja, o svetu, ki ga čaka, o tem, kako težko ga pričakujemo, kako radi ga imamo … Če so otroci manjši, pismo napišemo skupaj, če so večji, pa lahko vsak napiše svojega.

Večer posvetimo temu, da pisma drug drugemu na glas preberemo. Nato vsa pisma shranimo v lepo okrašeno pisemsko ovojnico, ki jo bomo nekega dne izročili novemu družinskemu članu.

**3. Zmenek, na katerem otrok spoznava samega sebe**

**Cilj:** Sproščen in globok trenutek, ki bo otroku pomagal pri odkrivanju samega sebe.

**Priprava:** Oče oz. mama pripravi dva lista z vprašanji: Kako se vidim? Kaj imam rad? Kaj me ovira? Kaj se mi zdi pomembno? Kaj me zabava? Pri čem sem uspešen? Česa sploh ne prenesem? Kaj me osrečuje? Kaj me skrbi? Kaj se mi ne zdi pomembno? Kaj me razjezi? …

**Potek:** Izberemo miren in sproščujoč kotiček, po možnosti izven doma. Zmenek naj poteka v dvoje (starš-otrok).

Otrok in starš vsak zase odgovorita na vprašanja (otrok odgovarja zase, starš pa napiše, kako on vidi svojega otroka).

Starš nato pusti otroku, da on vodi pogovor. Pove mu tudi, kako ga vidi on, vendar ne zato, da bi ga ocenjeval ali skušal prepričati v svoj prav, temveč zato, da ugotovita, v čem se njun pogled razlikuje. Vloga odraslega je predvsem v tem, da otroku pomaga odkrivati samega sebe, ter ga hkrati odkriva tudi sam.

**Ideja:** Takšen »zmenek« lahko postane redno letno srečanje z vsakim otrokom posebej.

**4. Naj vzroki postanejo načrti!**

**Cilj:** Trening, ki družino usmerja v prihodnost, namesto v preteklost.

**Potek:** Sodelovati morajo tako otroci kot starši. Igra lahko traja nekaj dni ali več tednov.

Vsakič, ko na vprašanje »zakaj?«, nekdo odgovori z »zato, ker bomo...«, namesto z »zato, ker smo ...«, dobi zmagovalni žeton. (Žetone lahko izdelamo iz kartona.)

**Primer:** Na vprašanje »*Zakaj moramo pomiti posodo?« ne odgovorimo z Zato, ker smo jo umazali, ampak z Zato, da bomo šli potem lahko ven.*

**Nagrada:** Žetone shranjujemo v posebno škatlo. Ob koncu tedna se družina odloči, kaj si bo podarila za skupno zmago (npr. dogodek, izlet, posebno jed …).

**5. Čudenje stvarem, ki se nam dogajajo**

Spodnje stavke nedokončane zapišemo na liste papirja, ki jih razdelimo med družinske člane. Sodelujoči naj nato stavke dokončajo in si jih izmenjajo:

- Nikoli si ne bi mislil, da bo v naši družini …

Nikoli se ne bi mislil, da bomo za letošnji božič …

Nikoli si ne bi mislil, da bo moj mož / moja žena / moji otroci / moj oče / moja mama / moj brat …

Pišemo lahko o čudenju nad tem, kar se nam je zgodilo, nad vedenjem, napredkom, ljubeznivostjo določenega družinskega člana … Poseben poudarek naj bo na stvareh, ki so nas razveselile.

**6. Kaj lahko kupimo in česa ne?**

Vsak član družine naj na samolepilni listič napiše: »Kupim lahko … Ne morem pa kupiti ...«

(Na primer: »*Kupim lahko hišo, ne morem pa kupiti družine*.«)

Lističe nalepimo na hladilnik.

Po nekaj dneh lahko pri mizi ali na sprehodu načnemo pogovor. Kaj šteje v življenju? Ali lahko vse kupimo?

bodo poglobile vaše družinske vezi. Nekatere igre so uporabne za starejše otroke in najstnike, druge lahko preizkusite že pri mlajših. Tri, štiri, zdaj!

**7. Uredimo družinsko knjižnico**

Iz različnih kotičkov, polic in škatel izberimo svoja najljubša dela: romane, slikanice, razprave, pesniške zbirke, drame, filme, glasbo … Določimo jim poseben prostor in jih pregledno razvrstimo po policah. Naj naši otroci z lahkoto dostopajo do te družinske dediščine.

**8. Skupaj podoživimo praznike – po barvah**

Ob koncu praznikov, 2. ali 3. januarja, si vzemimo čas za družinski večer ali obrok, med katerim naj vsak član pripoveduje o tem, kako je preživel praznike.

To naj naredi s pomočjo kartončkov štirih različnih barv. Ena barva za vsako področje: rumena za začudenje (*Čudi me, da … Nisem opazil, da* …), modra za navdušenje (*Zdi se mi super, da … Všeč mi je, da* …), rdeča za jezo (*Nisem zadovoljen … Jezen sem, ker* …) in zelena za spraševanje (*Sprašujem se, zakaj … Ne razumem* …).

Vsak član po vrsti izvleče eno ali dve kartici in prosto pripoveduje o svojih mislih in občutkih.