**Почему важно проводить время с ребенком не только в выходные.**

Выходные дни - это время, когда мы стремимся отдохнуть и насладиться своим семьями. Однако, как психолог, я хочу подчеркнуть важность проведения качественного времени с ребенком не только в выходные, но и в обычные дни.

Сначала давайте рассмотрим, почему выходные дни так важны для семьи. Во-первых, они позволяют нам отдохнуть и восстановить силы, чтобы продолжать работать и заботиться о наших детищах. Во-вторых, выходные дают нам возможность провести время вместе с семьей, укреплять связи и создавать воспоминания, которые будут сохраняться на долгие годы.

Однако, если мы ограничиваемся проведением времени с детьми только в выходные, мы можем потерять возможность наслаждаться их ростом и развитием в повседневной жизни. Ребенок растет быстрее, чем мы думаем, и каждый день представляет собой уникальный шанс узнать больше о них, поделиться своими мыслями и чувствами, и укрепить связи.

Также, если мы ограничиваемся проведением времени с детьми только в выходные, мы можем создать ожидания и напряжение, которые могут быть негативными для психики ребенка. Когда ребенок ожидает, что каждый выходной будет насыщен и занят различными мероприятиями, это может привести к стрессу и недостатку времени на отдых и самоопределение.

Поэтому, как родители, мы должны стараться проводить время с ребенком не только в выходные, но и в обычные дни. Это может включать в себя прогулки, игры, обсуждение интересных тем, чтение книг вместе, приготовление еды и многое другое. Важно найти баланс между отдыхом и обязанностями, чтобы обеспечить здоровье и счастье как для себя, так и для своих детей.

В заключение, проведение времени с ребенком не только в выходные, но и в обычные дни - это ключ к укреплению семьи, развитию связей и радости от общения с близкими.

С уважением,педагог- психолог Юрченко Ксения Сергеевна