ĐỀ TÀI: 15 PHÚT KẾT NỐI – NGHI THỨC GIA ĐÌNH MỖI TỐI

Thông điệp

Chỉ cần 15 phút mỗi ngày, cả gia đình có thể hiểu nhau hơn, giảm khoảng cách giữa cha mẹ và con cái, tạo nên những ký ức đẹp.

1. Thực trạng

- Mỗi người một chiếc điện thoại.

- Cha mẹ bận đi làm, con bận học.

- Ít trò chuyện và chia sẻ cảm xúc.

=> Gia đình ở cùng nhà nhưng ít thật sự ở cùng nhau.

2. Mục tiêu

Xây dựng nghi thức 15 phút mỗi tối: cất điện thoại, ngồi cùng nhau và trò chuyện.

3. Thiết kế nghi thức

Bước 1: Sau bữa tối, tất cả đặt điện thoại vào một giỏ.

Bước 2: Ngồi cùng nhau tại phòng khách hoặc bàn ăn.

Bước 3: Mỗi người trả lời 3 câu hỏi:

- Hôm nay điều gì làm bạn vui?

- Điều gì khiến bạn buồn hoặc áp lực?

- Bạn mong chờ điều gì vào ngày mai?

Bước 4: Kết thúc bằng lời cảm ơn hoặc một cái ôm.

4. Không gian

Thiết kế “Góc kết nối” với ghế ngồi, đèn vàng, cây xanh, ảnh gia đình và bảng lời nhắn.

5. Điểm sáng tạo

Hũ yêu thương: Mỗi thành viên viết lời cảm ơn trong tuần, cuối tuần cùng mở ra đọc.

6. Giá trị mang lại

- Trẻ tự tin, biết bày tỏ cảm xúc.

- Cha mẹ hiểu con hơn.

- Gia đình tăng sự gắn kết.

7. Tính khả thi

Không tốn chi phí, dễ thực hiện, chỉ cần 15 phút mỗi ngày.

Kết luận

Gia đình không cần những điều thật lớn để hạnh phúc. Chỉ cần 15 phút kết nối mỗi ngày, những cuộc trò chuyện nhỏ sẽ trở thành ký ức lớn và nuôi dưỡng tình yêu thương lâu dài.