Instrukcja stosowania Jakże dzieci czekają na wakacje! Po długim trwaniu nauki do dyspozycji mają całe lato! A dorośli w międzyczasie lubią powtarzać, że czas zleci tak szybko, że nawet nie zauważysz tego. Rada dla rodziców: spędzajcie jak najwięcej czasu ze swoimi dziećmi. Wtedy ten czas jest oceniany inaczej. Dwukrotnie – jeśli wypełnisz go znaczeniem, wrażeniami, przyjemnymi emocjami. Pedagog-psycholog Olga Parada zaznacza, że istnieją obowiązkowe wspomnienia, które należy przekazać dziecku w okresie niemowlęcym. Wydaje się, że zwykłe małe rzeczy poznane we wczesnych latach są później rzutowane na dorosłość. Nie dzieje się to celowo, lecz na poziomie podświadomości. Im głębszą więź mieli rodzice z dziećmi w swoim czasie, tym bardziej napełnieni czują się dzieci. Z takim doświadczeniem łatwiej jest przejść przez życie. Absolutnie.

Co zaleca psycholog? Zrobić tak, żeby wasz syn lub córka wspominali swoje dzieciństwo z uczuciem szczęścia. Jest to już częściowo możliwe, jeśli spędzacie razem czas. Pozostaje tylko pomalować go na kolorowo. †

Obserwować

Patrzcie na gwiazdy i na zachód słońca.

Ważne jest, aby móc dostrzec piękno wszędzie. To harmonizuje, pozwala poczuć się częścią cudownego stworzenia.

Rozmawiać

Dzielcie się wrażeniami i marzeniami.

Ciepłe rozmowy tworzą pewną atmosferę, w której rodzi się bliskość między ludźmi. Czasami tego bardzo brakuje, aby zaufać, polegać na kimś w ważnej sprawie. Naprawdę potrzebujemy siebie nawzajem!

Słuchać

Usiądźcie w ciszy przy ognisku.

Nie zawsze, żeby usłyszeć trzeba słuchać. Czasem trzeba się nieco przysłuchać, żeby usłyszeć. Nawet cisza czasami “przemawia”.

Bawić się

Zaleca się wspinanie na drzewo.

Nie można sobie wyobrazić? Dlaczego nie? Szczęśliwe są dzieci, których rodzice nie wstydzą się być z nimi na tej samej fali (i na odwrót). Gotowi razem na wszystko. Nie w krzaki, jak się mówi, lecz dosłownie na drzewo.

Cieszyć się

Dobrze jest tańczyć razem, krążyć dziecko w ramionach.

Być w stanie wyrazić swoje uczucia, nie ukrywać ich – to dopiero sztuka. Gdy dziecko nauczy się tego od najmłodszych lat, nie będzie miało konfliktu przynajmniej z samym sobą.

Zdumiewać się

Popatrzcie na świat przez kolorowe szkła.

Jak zmieni się obraz, gdy się spojrzy na wszystko z innej perspektywy! Życie naprawdę promieniuje nowymi kolorami. Aby to zrobić, musisz zobaczyć go pod innym, niezwykłym kątem.

Tworzyć

Budujcie szałasy, róbcie wieńce.

Rozwija to wyobraźnię, pomaga w kreatywnym myśleniu. Każdy człowiek jest wyjątkowy i to jest jego wartość.

Podziwiać

Obserwujcie, jak kiełkują nasiona.

Na wszystko potrzeba czasu. Zwłaszcza dla jakiegoś poważnego rezultatu. Ważne jest, aby być cierpliwym i nie rozpaczać, gdy nic nie widać na horyzoncie przez długi czas.

Rozumieć

Porozmawiajcie w języku znaków.

Bardzo przydatna umiejętność – rozumieć bez słów. Intuicyjnie, poprzez gesty i wskazówki. Będzie korzystne dla was dowiedzieć się, czy potraficie sobie coś wytłumaczyć bez słów. I się uczyć.

Pokazywać miłość

Obsypać dziecko płatkami kwiatów.

W ten sposób zademonstrujecie, że dziecko jest przez was kochane i jest ważne. Co jakiś czas każdy potrzebuje tego: czuć się wyjątkowym i kochanym.

Troszczyć się

Karmcie ptaki.

Jak się mówi, dzisiaj jesteśmy potrzebni dzieciom, a jutro oni będą potrzebni nam. Ważne jest, aby podkreślić potrzebę troski o potrzebujących. Podobnie każdy z nas w różnym czasie może się znaleźć po innej stronie barykady.

Dawanie (sobie) luzu

Rozpocznijcie posiłek od deseru. Oblejcie się wodą z butelek.

Nie zawsze należy trzymać się poważnego zachowania – może to być narzucone, wymyślone. Czasami ważne jest, by zrezygnować z ustawionych granic, aby poczuć autentyczność chwili.

Jak zauważa psycholog, czas spędzony wspólnie w rodzinie można nazwać "świętem duszy". Trzeba pozwolić dziecku wybrać, jak spędzić czas – nie narzucać. Nie zaleca się grać w konkurencyjne gry na wynik (nie powinno być zwycięzców i pokonanych). Należy pamiętać: młodsi wiele się uczą od starszych. W ten sposób rodzice nigdy nie przestają być przykładem dla swoich dzieci. I tylko od nas zależy, jaki ten przykład będzie.