

CZAS DLA DZIECKA CZYLI JAK MIEĆ DOBRY KONTAKT ZE SWOIM DZIECKIEM



Cenniejszy niż złoto –
najbardziej marnowany
Czasu nie kupisz i nigdy nie
odzyskasz.



Wiedząc to, staramy się wykorzystać każdą
najmniejszą sekundę naszego życia,
ale nie zawsze robimy to właściwie.

Gonimy za łatwiejszym i przyjemniejszym
życiem, pracując ponad siły i możliwości po
to, żeby nie mieć czasu korzystać z tego, co
udało nam się wypracować.

Mamy też swoich bliskich i ukochanych,
którym chcielibyśmy poświęcić jak najwięcej
czasu, jednocześnie widząc się z nimi
przelotnie,
bo o ironio, goni nas czas...

Zapracowana mama, zapracowany tata
Czy zastanawialiście się kiedyś,
ile czasu dziennie poświęcacie dzieciom?



Jak to jest u Was z tym czasem?

Zostaje tego czasu naprawdę niewiele.

Zaledwie kilka godzin w ciągu dnia z dzieckiem, ale nie jest to czas który możemy poświęcić tylko dzieciom.

Przecież w domu też mamy obowiązki: zakupy, ugotowanie obiadu, czy choćby sprzątanie.

A przecież czas, wspólnie spędzony z dzieckiem jest najważniejszy!



To właśnie tego czasu nigdy nie odzyskamy
i nie po swoim odbiciu w lustrze i kolejnych zmarszczkach,
ale po własnych dzieciach
widzimy jego upływ.

To jak się uśmiechają, to jak robią pierwszy krok,
to jak pierwszy raz mówią mama, tata.

To właśnie te chwile są najważniejsze i nie
pozwólmy by nam uciekły.



Daj dzieciom swój czas!

Te kilka chwil, bo jak nazwać czas, który tak naprawdę możemy poświęcić dziecku, można lepiej wykorzystać.

Można sprawić, by każda chwila bawiła i uczyła, a jednocześnie dała wszystkim to, czego pragną – wspólny czas.

Przecież wystarczy, czasem przeorganizować trochę życie.

Wygospodarować kilka chwil pomimo zmęczenia.

Można przecież wspólnie gotować, nawet z małymi dziećmi, potem wspólnie sprzątać – choć potrwa to zapewne wieki.

Zwykłe czynności, mogą być początkiem rozmowy czy zabawy, choć wiem, że bez dzieci byłoby to zrobione szybciej.

Ale przede wszystkim trzeba znaleźć czas tylko dla nich. To może być niedziela, to może być czasem tylko godzina, ale najważniejsze, żeby była tylko dla dziecka, tylko z nim i bez telefonów z pracy.



Znajdź ten czas, póki nie jest za późno!



Dzielenie się swoim czasem z dzieckiem ma ogromny wpływ:

- ✓ na jego rozwój i psychikę
- ✓ przeciwdziała osamotnieniu dziecka
- ✓ sprawia, że dziecko jest szczęśliwe
- ✓ rodzi wiarę we własne siły
- ✓ wzbudza motywację do dalszego działania
- ✓ sprawia, że dziecko czuje się dowartościowane



Jak mieć dobry kontakt z własnym dzieckiem?

- ✓ Kontakt z dzieckiem, to wysłuchanie jego zwierzeń, przeżyć związanych z przedszkolem, szkołą, z przyjaciółmi, z przeczytaną książką.
- ✓ Wysłuchanie dziecka, wspólne przedyskutowanie spraw,
- ✓ Ważne są opowiadania rodziców o sobie, swojej pracy, obowiązkach i pragnieniach.



Co czuje dziecko osamotnione?

- ✓ Dziecko osamotnione przez brak rozmów doświadcza, że nie jest dla rodziców ważne, że jego kłopoty, radości i pytania, w ogóle się nie liczą.
- ✓ Czasami, choć zdarza się to coraz rzadziej, dziecko znajduje zrozumienie u dziadków.
- ✓ Czas dla dziecka ważny jest nie tylko ze strony matki, ale również ze strony ojca.

Każde z nich wywiera nieco inny wpływ na dziecko.

PAMIĘTAJ!

DLA KAŻDEGO DZIECKA NAJWAŻNIEJSZE
JEST POCZUCIE ZAINTERESOWANIA
ZE STRONY RODZICA ORAZ MOŻLIWOŚĆ
SPĘDZANIA Z NIM WOLNEGO CZASU.



TAK! KOCHAM CIĘ! I JESTEŚ DLA MNIE WAŻNY!

Oby te słowa, z filmu MARY POPPINS nie stały się naszą rzeczywistością:

... Ma pan tyle rzeczy do zrobienia, że nigdy nie ma pan czasu ... a tym bardziej na to, aby spróbować uszczęśliwić innych. Nie powinien się pan jednak niepokoić, pewnego dnia pańskie dzieci wyfruną, odejdą i pozostanie pan sam ... Wtedy, być może, zda pan sobie sprawę z tego, że się pan mylił.



Opracowała: Arleta Dybała