Незабыўныя канікулы

Аўтар: Ангеліна Пакачайла
26.07.2020 00:00

Інструкцыя для прымянення Як жа дзеці чакаюць канікул! Пасля працяглай вучобы ў распараджэнні цэлае лета! А дарослыя тым часам любяць паўтараць, што яно пралятае так хутка, што і заўважыць не паспяваеш. Знаходка для бацькоў: як мага больш часу праводзьце разам са сваімі дзецьмі. Тады гэты час ацэньваецца інакш. Удвая – калі напаўняеце яго сэнсам, уражаннямі, прыемнымі эмоцыямі.

Педагог-псіхолаг Вольга Парада адзначае, што ёсць абавязковыя ўспаміны, якія неабходна падарыць дзіцяці ў маленстве. Здавалася б, дробязі, зведаныя ў раннія гады, пазней праецыруюцца на дарослае жыццё. Гэта не адбываецца наўмысна – на ўзроўні падсвядомасці. І чым глыбей бацькі мелі шанс адзначыцца ў свой час, тым больш напоўненымі адчуваюць сябе дзеці. З такім досведам лягчэй ісці па жыцці. Адназначна.

Што рэкамендуе псіхолаг? Зрабіць так, каб ваш сын ці дачка ўзгадвалі пра дзяцінства з адчуваннем шчасця. Гэта ўжо напалову магчыма, калі праводзіце час разам. Засталося толькі афарбаваць яго ў яркія колеры. †

Назіраць

Глядзіце на зоры, захад сонца.

Важна ўмець заўважаць прыгажосць паўсюль. Гэта гарманізуе, дазваляе адчуць сябе часткай цудоўнага стварэння.

Размаўляць

Дзяліцеся ўражаннямі, марамі.

Душэўшыя бяседы ствараюць пэўную атмасферу, у якой нараджаецца блізкасць паміж людзьмі. Часам гэтага так не хапае, каб даверыцца, абаперціся ў важнай справе. Мы насамрэч патрэбныя адзін аднаму!

Слухаць

Пасядзіце ў цішыні ля кастра.

Не заўсёды, каб пачуць, трэба слухаць. Часам, каб пачуць, трэба прыслухацца. Нават цішыня парой “прамаўляе”.

Гуляць

Ускараскайцеся на дрэва.

Немагчыма ўявіць? А чаму б не? Шчаслівыя дзеці, чые бацькі не саромеюцца быць з імі на адной хвалі (і наадварот). Гатовыя разам і ў агонь, і ў ваду.

Не ў кусты, як гавораць, а літаральна на дрэва.

Радавацца

Танцуйце, кружыце дзіця на руках.

Умець выражаць свае пачуцці, не прыхоўваць іх – тое яшчэ мастацтва. Калі дзіця навучыцца гэтаму з ранніх гадоў, не будзе мець канфлікту хаця б з самім сабой.

Здзіўляцца

Паглядзіце на свет праз каляровыя шкельцы.

Як зменіцца карціна, калі зірнуць на ўсё з іншай перспектывы! Жыццё сапраўды заззяе новымі колерамі. Для гэтага трэба ўмець бачыць яго пад розным, не звычайным вуглом.

Стварацъ
Будуйце шалашы, пляціце вянкі.
Гэта развівае ўяўленне, дапамагае творчаму раскрыццю. Кожны чалавек унікальны, і ў тым яго каштоўнасць.

Захапляцца
Сузірайце, як прарастае насенне.
На ўсё патрэбны час. Тым больш, для нейкага сур'ёзнага выніку. Важна быць цярплівым і не адчайвацца, калі на гарызонце доўгі час нічога не відаць.

Разумець
Пагутарце на мове знакаў.
Вельмі карыснае ўменне – разумець без слоў. Інтуітыўна, на жэстах, намёках. Будзе прыдатным даведацца, ці можаце нешта растлумачыць адзін аднаму без слоў.
І вучыцца.

Паказваць любоў
Абсыпце дзіця дажджом з пялёсткаў кветак.
Тым самым прадэманструеце, што дзіця для вас любімае, важнае. Час ад часу кожны чалавек мае ў гэтым патрэбу: адчуваць сябе асаблівым, дарагім сэрцу.

Клапаціцца
Карміце птушак.
Як гавораць, сёння мы патрэбны дзецям, заўтра яны – нам. Важна паказаць неабходнасць клопату аб патрабуючых. Падобным чынам кожны з нас у розны час можа апынуцца па супрацьлеглыя бакі барыкад.

Даваць (сабе) слабіну
Пачніце пасілак з дэсерта. Папырскайцеся вадой з бутэлек.
Не трэба заўжды трымацца "правільна" – гэта можа быць нанасное, прыдуманае. Парой важна адмовіцца ад выбудаваных межаў, каб адчуць сапраўднасць моманту.

Як заўважае псіхолаг, час, праведзены супольна ў сям'і, можна назваць "святам душы". Неабходна дазволіць дзіцяці выбіраць, як яго правесці – не навязваць. Не рэкамендуецца гуляць у канкурэнтныя гульні на вынік (не павінна быць пераможцаў і пераможаных). Варта памятаць: малодшыя шмат у чым пераймаюць старэйшых. Такім чынам, бацькі ніколі не перастаюць быць прыкладам для сваіх дзяцей. І толькі ад нас залежыць, якім ён будзе.