

ЩО ТАКЕ ЩАСЛИВА ДИТИНА І ЯК ДОПОМОГТИ ЇЙ СТАТИ ЩАСЛИВОЮ?

На жаль, найчастіше у батьків і у дітей дещо різні уявлення про щастя. Батьки іноді вважають, що якщо дитина смачно нагодована, тепло одягнена і одержала в подарунок на день народження нову куртку – то вона щаслива. Насправді не так легко визначити, щаслива дитина чи ні.

У психологів існують такі визначення щасливої дитини:

- здібність до глибоких відносин з іншими людьми
- здатність переживати різноманітні почуття
- 3,5 років – може розуміти відчуття інших і виражати своє розуміння
- 4,5 років – може бачити себе із сторони і описати свої відчуття

У загальних рисах: щаслива дитина – це така дитина, яка:

- знає, що її люблять (незалежно від провини)
- відчуває свою захищеність
- бере участь в «дорослих справах»
- відчуває свою унікальність
- відчуває заохочення з боку батьків в подоланні незнайомих ситуацій
- оцінена колективом

Батьки обов'язково повинні допомогти дитині стати щасливою.

Що для цього потрібно?

Любть дитину

Якщо ви любитимете дитину такою, який вона є – то ваша дитина буде щасливою. Якщо якась частина її особистості викликатиме у вас роздратування – вона просто заховає її – і тому не буде повністю щасливою, постійно приховуючи якусь рису своєї вдачі. Будьте завжди на її стороні.

Допоможіть дитині справитися з подоланням

Діти дуже люблять добиватися результату – треба допомогти дитині поставити мету і досягти її. При цьому, якщо її залишити одну справлятися з труднощами – вона виросте невпевненою в собі. Дитина із задоволенням дивитиметься, як справляється з чимось дорослий – і наслідувати. Ідеальний варіант – це спільна діяльність, чим більше уваги одержить дитина, тим більше, відповідно, прикладів для наслідування, тим щасливіше вона себе відчує.

Заохочуйте захоплення

Чи пам'ятаєте ви, коли останній раз були такі захоплені чимось, що не помічали нічого навколо? Маленькі діти уміють це, як ніхто інший. Коли вони захоплені грою, вони не пам'ятають більше ні про що. Від батьків потрібно всього лише дати їм можливість піти з головою в

улюблене заняття. Чим старшою стає дитина, тим більше обмежень в її житті, що не дають їй віддатися захопленню – режим, нелюбимі заняття, нав'язані дорослими. Не забувайте також, що ваші амбіції і захоплення дитини – це не одне і те ж. Не варто віддавати дитину на капоейру, тільки тому, що це модно. Постарайтеся дати їй можливість бути собою і самостверджуватися тільки в тому, що їй по-справжньому близько. Якщо дитина захоплена чимось і хоче з вами поділитися – прийміть це з радістю, розділяйте з нею її захоплення. Просто ідеально, якщо у вас самих є хобі і ви зумієте «заразити» ним дитину, наприклад, грою в футбол або вишивкою. Повірте, тоді у вас з вашою дитиною встановиться прекрасний, тонкий зв'язок.

Ризик новизни

Кожна дитина потребує нових вражень і відчуттів. Діти поведуться в цьому випадку по-різному. Один кожного разу норочить досліджувати незнайому територію, а інший випробовує зрозумілі побоювання. Якщо ваша дитина боязка – допоможіть їй, ненав'язливо просуваючи у напрямі чогось нового.

Велика помилка батьків – клеймити обережну дитину словами «боягуз», «сором'язливий» і т.д. Дитина може безстрашно підійматися на дерево і соромитися людей. А може бути товариською, але боятися покататися на поні. Скажіть, що таке буває зі всіма і це нормально. Ви повинні зрозуміти, в чому проблема – дитина потребує вашої підтримки.

Засмучення

Не потрібно захищати дитину від неприємностей тотально. Тоді їй не вистачатиме стійкості у важких життєвих ситуаціях пізніше. Тут потрібна розумна підтримка – необхідно знайти золоту середину між беззастережним контролем і ситуацією, коли дитину залишають з проблемами наодинці. При цьому до відчуттів дитини треба відноситися нітрохи не гірше, ніж до відчуттів дорослого. Її страждання зовсім не менші, а, може, і більші. Не смійтеся над дитиною. Ви вважаєте, що це допоможе їй із сміхом відноситися до своїх проблем? Щоб добитися цього – смійтеся над собою і своїми проблемами.

Хай ваші діти будуть щасливими!