

Организација породичног живота

Укорененост у породицу Одржавање осећаја припадања

Сви смо укључени у мрежу породичних односа, шаблона понашања, правила и улога чланова породице. Ово је породични систем и специфичност сваке породице. Примарну породицу и њене вредности и обрасце носимо са собом кроз живот и са њима улазимо у нову заједницу. Печат који је на нама оставила, тера нас да целог живота, на неки начин, покушавамо да је опет створимо. Свака породица се сматра јединственом и чак и када постоје проблеми, идентификација чланова са њом остаје. Осигурајте да тај осећај припадности породици буде део идентитета вашег детета. То је веома важно.

Организована породица

Организација је нешто што има вишеструку корист за све чланове породице. Свима је лакше када је све на свом месту, када свако зна своја задужења, када деца знају последице свог понашања, када постоје ред и доследност. Није тешко организовати дане, треба вам неколико минута у току дана да се вратите на договорени поредак. Добро је да све буде јасно записано и доступно свим члановима. Нека деца сама воде рачуна шта су током дана испоштовала, а шта не. Ако следи награда, у почетку, радиће то радо а онда ће се створити навика. Ако их родитељи стално подсећају, губи се поента активног учествовања и добијамо „послушно дете“ уместо задовољног, сигурног и вољеног детета.

Како организовати време?

Запитајте се „Да ли је неопходно да се ово уради?“. Тако се поставља граница шта мора да се уради, а за које активности може и да се каже „не“.

Поставити реалне циљеве пре него што нешто обећате и сами се обавезете.

Рачунајте на своју породицу! Укључите друге чланове, консултујте се, тражите њихово мишљење, нека дају предлоге како могу да допринесу и помогну.

Направите план активности.

План активности

Направите листу свих обавеза.

Поређајте их по важности.

Назначите време за које би требало да се нешто обави.

Направите још један списак, овога пута активности које бисте волели да реализуете.

Овде је редослед такав да одређује шта је Вама субјективно важно.

Одредите време за те активности.

Ставите све на једно место, и обавезе и оно што ћете радити из забаве, да се опустите...

Не дозволите да се на списку нађу само дечије школске обавезе, већ и оне везане за кућу и породични живот као и активности забавног и опуштајућег карактера. (Порука „Твоје је да учиш.“ чини неуспех већим него што јесте, не подржава идеју детета као активног члана породице и у крајњој линији, није тачна.)

Управљање слободним временом

Слободно време омогућава јачање воље и осећања слободе, дозвољава развој аутономије и личног изражавања, чинећи да нам се временом допада све оно што за нас има смисла. Ово је, често заборављено, један од најважнијих фактора развоја.

Слободно време је све чешће везано за „време за мене“. Такав ритам нам је наметнуло друштво, те се ми боримо за тај лични простор, несвесни да је слободно време заправо ту да се отворимо ка другима, да тражимо контакт и размену са њима, различиту од оне које нам намећу посао и свакодневни живот.

Слободно време има три функције: одмор, забаву, и развој.

Ако играце и телевизија служе да се дете забави, можда одмори од других обавеза, евентуално нешто научи, може да изгледа као идеално провођење слободног времена.

Нажалост, време проведено уз екран троши психичку енергију коју касније није могуће надокнадити, не даје реалан осећај проласка времена, изолује дете и троши време које би требало да проводи у природи и са другом децом.

За развој интелигенције није битно толико шта од технике дете уме да користи, деца од нпр. четири године и даље уче грубом моториком, и њима је неопходно да буду у природи, у игри, бавећи се физичким активностима. За развој до школе битна је социјализација, а у школском узрасту јасан смисао за време, осећај одговорности, став према обавезама, радне навике, и време за квалитетан одмор, а не додатно замарање. Слободно време просто морате структурисати јер деца то не умеју сама, а много тога што се нуди не иде им у корист.

Ако као породичне вредности истичемо важност радости, унутрашњег задовољства, уживање у посматрању и усвајању новог, дајемо предност једноставности, нематеријалним стварима, разумећемо и уживати у слободном времену које заправо има смисла.

Да бисмо постигли овај циљ, деци треба омогућити што више простора да истражују, да испробавају, да се изразе кроз игру, цртеж, глуму и сл. и не наметати своје идеје о томе како треба да проведу слободно време. Они ће сами тражити смисао у ономе што раде и тиме употпунити свој унутрашњи живот. И што је најважније, разумеће вредност процеса а не само постигнутог циља. Ако ове вредности понесу са собом у школску средину, одабраће хобије, а учење ће бити стицање и примена знања, а не јурење оцена.

Шта желимо да постигнемо?

Спонтаност, често угушену убрзаним ритмом живота.

Леп унутрашњи осећај без интереса, тј. потребе да се добије нешто за узврат.

Интимну, личну визију проистеклу из спонтаности и ненаметања ригидне структуре.

Ваншколске активности, и друге, организоване стриктно, смањују сферу спонтаног и личног. Велика понуда онога што нуде нове технологије како би се попунило слободно време, чини особу све зависнијом, и склонију досади.

Слободно време може и мора да служи као компензација и равнотежа између недостатака, неуспеха и слабости којима смо изложени у свакодневном животу. Ако будемо успешни у томе да створимо услове да нам деца посматрањем и испробавањем достигну задовољство самим чињењем нечега што за њих има смисла, успећемо да им омогућимо лични развој и ојачамо њихову вољу, отварајући им један свет универзалних вредности и слободе.

Маја Димитријевић, психолог