Każdy rodzic pragnie by jego dziecko było szczęśliwe, radosne i zadowolone. Choć staramy się być idealnymi rodzicami nie zawsze nam się to udaje. W dzisiejszym świecie nie jest łatwo pogodzić pracę zawodową i obowiązki domowe. Coraz trudniej jest nam znaleźć czas dla naszej pociechy. Jeżeli jednak chcemy, aby nasze dziecko wyrosło na samodzielnego, uczciwego, i kreatywnego człowieka musimy od najmłodszych lat czuwać nad jego wychowaniem i zaspakajać jego podstawowe potrzeby.

Największy dar od rodziców to ich miłość, którą okazują na wiele sposobów np. spontanicznym przytuleniem, uściskiem, wycałowaniem dziecka, zadowoleniem z jego postępów, pocieszeniem, gdy zrobi sobie krzywdę lub coś mu nie wyjdzie oraz czuwaniem nad jego bezpieczeństwem. To właśnie miłość rodziców budzi w dziecku zdolność do odwzajemniania tego uczucia. Dzieci kochane i szanowane przez rodziców zdobywają wiarę w siebie, poczucie własnej wartości, co później pozwala mu żyć w zgodzie ze sobą, przystosować się do każdego otoczenia jak również odnosić się z szacunkiem do samych rodziców. Pamiętać musimy, aby okazując miłość nie uzależniać tego uczucia od jakiegoś

zachowania. Dziecko musi wiedzieć, że jest kochane, bez względu na to, co zrobi. Jeśli uzna, że miłość rodziców jest czymś, co można stracić, ponieważ jest niegrzecznym, zburzy to jego poczucie bezpieczeństwa. Będzie żyło
w ciągłym lęku przed utratą tego, co dla niego jest najważniejsze. Taki stres może doprowadzić nawet do kłopotów z nauką.

Inną ważną potrzebą dziecka jest bliski kontakt z mamą lub tatą. Jeśli ma się dziecko koniecznie trzeba znaleźć dla niego czas. Ono potrzebuje naszej bliskości, czułości, kontaktu i rozmowy. W przeciwnym razie malec poczuje się odrzucony i osamotniony. Im rzadziej rozmawiamy z dzieckiem i okazujemy mu mniej zainteresowania jego sprawami, tym bardziej tracimy z nim poczucie wzajemnej bliskości. W efekcie podrastające dzieci przestaną nam się zwierzać, a nawet z nami rozmawiać. Zaczną szukać autorytetów poza domem, co nie zawsze wyjdzie im na dobre. Dlatego wykorzystujmy każdą okazję. Jeśli to możliwe, starajmy się wykonywać wspólnie niektóre czynności np. zrobienie śniadania, podwiezienie do szkoły, wspólnie zjedzony przynajmniej jeden posiłek, rodzinny spacer czy wspólna zabawa.

Dzieciństwo to najbardziej beztroski i radosny okres w życiu człowieka. Nie przeciążajmy, więc dziecka obowiązkami i nie besztajmy za każde popełnione głupstwo. Pozwólmy czasem dzieciom porozrabiać. Mam tu na myśli zabawy w ziemi i piaskownicy, taplanie się w kałużach, rozpryskiwanie wody w umywalce czy turlanie się w trawie. Dzieci robiąc te rzeczy, choć nie zawsze nam się to podoba, rozbudzają w sobie aktywność i nabierają pogody ducha. Swobodna zabawa odgrywa także bardzo ważną rolę w prawidłowym rozwoju. Pobudza dzieci do wysiłku fizycznego, rozwija umysłowo, przygotowuje je do nauki w szkole i pracy zawodowej. Każda zabawa powinna być dostosowana do wieku dziecka. Dzieci nie lubią zbyt skomplikowanych zabaw ani zabawek. Ślepym zaułkiem może okazać się przeświadczenie, że zabawa musi być koniecznie dydaktyczna i
rozwijająca. Oczywiście to dobrze, jeśli taka jest, ale przede wszystkim powinna zainteresować, wciągnąć dziecko emocjonalnie i intelektualnie.

W dzisiejszym świecie często swobodną zabawę zastępuje się oglądaniem telewizji czy grami komputerowymi. Zajęte domowymi obowiązkami nie zawsze zwracamy uwagę na to, co oglądają nasze dzieci i zbyt łatwo zgadzamy się na włączenie telewizora, choć to maluchom nie służy. Pamiętajmy telewizja to nie najlepsza rozrywka dla dzieci. Naprawdę jest niewiele programów, które mogą je czegoś ważnego nauczyć, dla których warto męczyć wzrok, rezygnować z jazdy na rowerze czy przeczytania ciekawej książki. Długie przesiadywanie przed ekranem nuży i rozdrażnia dzieci.

Kiedy uczeń lub przedszkolak wraca do domu, często biegnie do telewizora lub komputera. Zgadzamy się na to, myśląc, że po męczącym dniu w ten sposób odpocznie, że należy mu się chwila relaksu. Tymczasem reakcja jest odwrotna. Dziecko, które spędza przed telewizorem kilka godzin dziennie miewa kłopoty z nauką, nie potrafi się skupić, z większym trudem niż inne dzieci wymyśla zabawy i sposoby spędzania wolnego czasu. Mniej także interesuje się rówieśnikami. Ruch to naturalna potrzeba malucha. Tkwienie, więc przed telewizorem jest wbrew tej potrzebie.

Jednym z ważnych czynników wpływających na prawidłowy rozwój psychiczny i fizyczny naszych pociech jest potrzeba snu. Zapobiega on, bowiem zmęczeniu, któremu tak łatwo ulega delikatny i wrażliwy organizm dziecka. Młodsze dzieci potrzebują go o wiele więcej niż starsze. Zdrowe dzieci na ogół zasypiają szybko i łatwo. Śpią mocno i spokojnie. Zdarza się jednak, że dochodzi do zaburzenia snu. Dzieci stają się wówczas nadpobudliwe, płaczliwe, budzą się w nocy z krzykiem, mają leki, są marudne w ciągu dnia, czasami ospałe, często są z nimi problemy wychowawcze. Starajmy się znaleźć przyczynę nocnych lęków i zapobiegać temu. Najważniejsze jest, aby nie dostarczać dzieciom zbyt wiele wrażeń przed snem. Nocne oglądanie telewizji, hałaśliwe zabawy i gry przed snem, straszenie dzieci niekorzystnie wpływa na spokojny sen. Tego rodzaju " metody wychowawcze" są najczęstszą przyczyną zrywania się dziecka w nocy. Nie należy też traktować snu jako kary za to, że dziecko jest niegrzeczne, przeciwnie musi zrozumieć, że jest on jego naturalną potrzebą i musi kojarzyć się z czymś przyjemnym.

Pragnę poruszyć jeszcze jedną sprawę. Mam tu na myśli nadopiekuńczość rodziców. Matka, która ze wszystkich sił pragnie chronić dziecko przed trudnościami życia wcale nie należy do rzadkości. Postępujemy w ten sposób z różnych powodów. Czasami brakuje nam cierpliwości, gdyż dziecko wszystko robi wolniej i nie tak jak byśmy chcieli. Kolejną przyczyną jest chęć usunięcia każdej przeszkody, jaka może się pojawić na jego drodze. Zachowując się w ten sposób wychowujemy życiowego kalekę, a nie kreatywnego człowieka. Pozbawiamy dziecko szansy nauczenia się samodzielności. Odbieramy mu wiarę we własne siły i przyzwyczajamy, że wszystko za niego robi mama. Tymczasem dzieci w naturalnym odruchu ciekawości świata aż rwą się do samodzielności. Same chcą wkładać do pralki brudne ubrania, odkurzać dywany, myć lub wycierać naczynia, odbierać telefon czy smarować chleb. Warto im na to pozwolić. Matka, która wysyła siedmio- latka z listą zakupów do pobliskiego sklepu daje mu do zrozumienia, że darzy go ogromnym zaufaniem i traktuje poważnie. Dziecko, które samo robi zakupy, czuje się ważnym członkiem rodziny. Pamiętajmy jednak, by ustawiać poprzeczki na odpowiednim poziomie i nie żądać od dziecka czegoś, co jest ponad jego siły. Powstrzymajmy się także od krytycznych uwag, jeśli dziecko narobi jakiś szkód ucząc się samodzielności, gdyż może go to zniechęcić do pokonywania przeszkód i bycia samodzielnym.

Na zakończenie chciałabym podkreślić jak ważną rolę w wychowaniu szczęśliwego dziecka i w zapewnieniu mu poczucia bezpieczeństwa odgrywa czuła kochająca się rodzina oraz spokojny dom rodzinny. W obecnych czasach coraz trudniej o pełną rodzinę. Separacje i rozwody stały się częstym zjawiskiem. Pamiętajmy dzieci zawsze są świadome istniejącego konfliktu, niezależnie czy jest to zwykła kłótnia czy w grę wchodzi rozwód. Dla małych dzieci rodzina jest całym światem. Mówienie o rozbiciu rodziny, to jakby zapowiedź końca świata.

Byłoby mądrze, gdyby dzieci nie słyszały słowa "rozwód", wypowiadanego w gniewie, czy wzajemnych oskarżeń. Jeżeli jednak już do tego dochodzi powinniśmy spokojnie i ostrożnie rozmawiać z dziećmi na ten temat. Odpowiadać im na zadawane pytania. Uświadomić dzieciom, że nie one są przyczyną rozwodu.