

dr. Mateja Hudoklin, spec. klin. psih

DRAGOCENI (PODARJENI) ČAS

Praznovanja lahko krepijo medsebojne vezi – Naj obdarovanje ne bo osrednji del praznovanja

Predpraznični čas in sami prazniki nam ponujajo obilo priložnosti, ko smo lahko pozorni drug do drugega. V tem obdobju imajo otroci šolske počitnice, starši pa običajno vsaj nekaj dni dopusta – to je idealna priložnost, da čas preživljajo skupaj in tako negujejo svoj odnos. Otrok to nujno potrebuje za zdrav razvoj, starše pa odnos z otroki izpolnjuje in nagrajuje.

Obdarovanje

Tradicija in z njo povezani rituali in obredi prinašajo v družinsko življenje stabilnost, trdnost in občutek varnosti. Obredi imajo prav posebno mesto in pomen, običajno so povezani tudi z našimi vrednotami. Različna praznovanja lahko krepijo dragocene medsebojne vezi. Otroci za zdrav razvoj nujno potrebujejo izpolnjeno potrebo po varnosti, pripadnosti in naklonjenosti – ljubezni.

Pomembno je, da njihove potrebe starši prepoznajo in zadovoljijo.

Praznovanja v decembrskem času za mnoge otroke prinašajo prav posebno veselje tudi zato, ker je njihov del obdarovanje. Pomembno pa je, da se zavedamo, da je to le en del praznovanja. Nikakor naj ne bo osrednji ali celo edini del, kajti otroku lahko v tem primeru

umanjka najpomembnejše sporočilo, da je staršem za otroka mar, da je zanje pomembna oseba, ki jo spoštujejo in upoštevajo.

Darilo je lahko skupen obisk kina, predstave ali drsališča. Lahko je dodaten čas crkljanja s staršem. Darilo je seveda lahko tudi materialno: igrača, ki si jo je otrok že nekaj časa želel, nov pullover ali čokolada. Le mera mora biti prava. Past, v katero se starši lahko ujamejo, je, da materialne stvari, sploh če jih je (pre)več, zasenčijo vse drugo pomembno, kar prazniki prinašajo.

Otroku številna darila za kratek čas ujamejo pozornost, vendar običajno to veselje hitro popusti in vse, kar mu ostane, je praznina. S stvarmi ne zadovoljimo potrebe po naklonjenosti, varnosti in stabilnosti. Obdarovanje mora spremljati tudi (sploh pri mlajših otrocih) malo čarobnosti in v skrivnost zavito obredje. Skozi otroške oči so to potem nepozabni trenutki, še posebej, če ga spremljajo pristni družinski odnosi. Takšne izkušnje in spomini nas lahko razveseljujejo in grejejo tudi kasneje v odraslosti in so vtikani v nas kot del našega odraščanja.

Vlaganje v medosebne odnose

Večina družin ima različne rituale in tradicije, ki na svoj način povezujejo družino. In prav negovanje medosebnih odnosov znotraj družine je tisto, kar otroku daje pomemben temelj za zdrav razvoj. Zato je pomembno, da si starši vzamejo čas za otroka, da je družina na prvem mestu: skupno preživljanje prostega časa, skupno opravljanje gospodinjskih opravil, skrb drug za drugega, izkazovanje majhnih

pozornosti ... To je za otroka varen in ljubeč prostor, v katerem se lahko zdravo razvija.

Skupen čas in vlaganje v zdrave in dobre medosebne odnose je osnova zdravega in izpolnjujočega življenja tudi v odraslosti. Danes vemo, da bližina drugih ljudi, s katerimi se dobro razumemo, in povezanost z njimi v medosebnih odnosih pomembno vplivata na naše telesno in duševno zdravje, na občutek zadovoljstva v življenju in tudi na dolžino življenja.

Zato ne bo nič narobe, če vsaj med prazniki odklopimo službene obveznosti, za nekaj trenutkov odložimo skrbi in se usmerimo na prijetne, izpolnjujoče vidike življenja. In podarimo otroku del sebe.

Strip je v celoti objavljen v decembrski reviji Ciciban.