VII WDŻ; grupa chłopców

**Temat: Pierwsze kroki w szczęśliwe dzieciństwo**

Dzieci czują się szczęśliwe, kiedy prawidłowo się rozwijają i są zadowolone . To, co zapewnia im poczucie komfortu i zadowolenia, zmienia się jednak wraz z wiekiem i czasem. W przypadku niemowlęcia definicją szczęścia jest m.in. spokojny sen, dobrze odżywiony i prawidłowo funkcjonujący brzuszek oraz obecność bliskich osób. Gdy dziecko rośnie, odczuwanie przez nie radości wiąże się np. z wycieczką, interaktywną zabawką lub zabawą z rówieśnikami. Dla starszego dziecka może to być pochwała lub osiągnięcia w przedszkolu. Szczęście jest pojęciem względnym. W zależności od okresu rozwojowego dzieci w różny sposób okazują nam swoją radość i zadowolenie. W pierwszym miesiącu życia niemowlę reaguje zainteresowaniem na głos i widok rodzica. Gdy widzi jego twarz, jest spokojne, co jest oznaką komfortu. Około 2.-3. miesiąca życia dziecko zaczyna się uśmiechać do bliskich osób, a w okolicach 6. miesiąca życia – zaczyna śmiać się w głos. Roczny maluch posiada już namiastkę poczucia humoru. Chętnie rozśmiesza rodzica i śmieje się z zachowań innych.

**Szczęśliwe dzieciństwo to...** Szczęście – to coś więcej niż zbiór pojedynczych wydarzeń. Nie można go też utożsamiać z górą prezentów urodzinowych lub torbą słodyczy. W przypadku dzieci ważniejszy jest raczej całokształt ich rozwoju oraz stałość i powtarzalność codziennych, pozytywnych doświadczeń. Każde z nich będzie miało swoje lepsze i gorsze momenty, eksplozje radości i wybuchy płaczu. Jednak to równowaga pomiędzy nimi, relacje społeczne oraz ogólne samopoczucie będą miały większy wpływ na jego szczęście. Szczęśliwe dzieciństwo to takie, w którym dziecko czuje się kochane i akceptowane. Jego życie jest stabilne i pozbawione nagłych znacznych zmian. Szczęśliwe dziecko może czuć się bezpiecznie i chętnie eksploruje otaczający je świat. Dzieci potrzebują miłości i wsparcia od swoich rodziców, wspólnie spędzanego z nimi czasu. To od nich uczą się, jak kochać innych ludzi. Potrzebują jednak również granic, które są konkretne, ale zostały ustalone w rozsądnym i pełnym miłości kontekście. Ustalanie granic daje dziecku poczucie bezpieczeństwa oraz uczy je społecznie akceptowalnych zachowań. Zasady sprawiają, że świat dziecka staje się bardziej uporządkowany.

Aby dziecko było szczęśliwe rodzice muszą kierować się zasadami. Najważniejsze z nich:

* Po pierwsze należy słuchać dziecka – zarówno tego, co mówi, jak i tego, co przekazuje nam swoimi zachowaniami. Pokazywać mu, że to, co myśli, jest dla nas istotne. Takie podejście da maluchowi poczucie, że jego uczucia i zdanie są ważne dla rodziców.
* Po drugie trzeba być dobrym wzorem – pokazywać, jak dbać o innych, jak radzić sobie ze swoimi emocjami, jak wyrażać złość i jak odpoczywać. Rodzic jest dla dziecka najlepszym wzorem do naśladowania.
* Po trzecie ważne, aby akceptować dziecko. Razem z jego wadami, słabościami i porażkami. Dziecko potrzebuje komunikatu „nie udało Ci się, ale może Ci się nie udawać, bo jesteś dzieckiem, ja i tak Cię kocham i pomogę Ci w stawaniu się lepszym”.
* Po czwarte – istotne, aby okazywać mu miłość, by dziecko czuło, że jest kochane bezwarunkowo.

**Zadanie dla ucznia:**

* 1. Zobacz film.

<https://www.swps.pl/warszawa/aktualnosci/18471-co-nam-daje-i-jak-wyglada-szczesliwe-dziecinstwo-pokaz-filmu-dziecinstwo>

* 1. Jak myślisz - czy te dzieci są szczęśliwe?

**Na temat szczęścia porozmawiamy na najbliższym spotkaniu w szkole.**

**Pozdrawiam. M.Kramek**