

## ЧТО НУЖНО ДЕТЯМ ДЛЯ СЧАСТЬЯ?

Мы все хотим быть счастливыми, и как родители, мы хотим, чтобы счастливыми были наши дети. Мы хотим дать им то, чего не хватало в нашем детстве, мы хотим обеспечить их любовью и знаниями.

Мы записываем их на разные кружки и секции, наполняем их жизнь самыми последними игрушками и гаджетами, для чего работаем сверхурочно. И все это мы делаем в надежде на то, что дети будут счастливы, пока будут расти и учиться.

Но иногда, в стремлении дать нашим детям все, мы можем перейти границы. Дело в том, что дети радостны просто по своей природе. Не обремененные заботами окружающего мира, они могут испытывать широкий спектр эмоций в обычной повседневной жизни.

Конечно, ни один ребенок не чувствует себя счастливым постоянно, но все же дети всегда находятся в состоянии удивления и открытия чего-то нового.

Может быть, нам стоит перестать так стараться?

В чём секрет счастья детей?

В конечном итоге это возможность получать самое необходимое, свободно расти, учиться и познавать мир самостоятельно.

**Вот список вещей, которые делают детей счастливыми:**

### **ЧУВСТВО БЕЗОПАСНОСТИ**

Большинство из нас пытается сделать все возможное, лишь бы оградить ребенка от возможных опасностей. Невозможно учиться, расти и испытывать счастье, когда ты не чувствуешь себя в безопасности. Но родители, стремясь защитить своих детей, могут перестараться. Главная их задача – вовремя доставлять детей к врачу, по возможности оберегать от травм, болезней и микробов.

### **ЕДА И СОН**

Большинство проблем в поведении у детей напрямую связаны с недостатком сна или избытком сахара в пище, или, не дай Бог, и того и другого. Поэтому одной из основных родительских задач является обеспечение ребенка здоровым и сбалансированным питанием, потому что дети, предоставленные сами себе, обычно не выбирают правильные продукты.

Отсюда вытекает вторая задача как родителя – не уступать их требованиям в плане еды. Кроме того, большинству детей необходимо 10-12 часов сна каждую ночь, иначе они не будут высыпаться.

### **НАСТОЯЩИЙ УСПЕХ**

Дети стремятся угодить. Они расцветают от положительного подкрепления и признания. Но не столь важно дать детям положительное подкрепление, сколько нужно предоставить им возможность, чтобы преуспеть, поработать и внести свой вклад в семью.

Важно найти творческие способы для того чтобы ребенок смог добиться настоящего успеха. Люди часто хвалят маленьких девочек, обращая внимание на их внешность. Им говорят, какие они красивые, какие красивые у них улыбки и т.д.

Это замечательно, но гораздо важнее хвалить детей за то, что они делают и как они решают свои проблемы. Девочек можно похвалить за то, какую они сделали красивую прическу и как подобрали наряд. Но достижения не должны стимулироваться едой или игрушками. Научить ребенка гордиться хорошо сделанной работой – гораздо более мощная мотивация.

## **ФИЗИЧЕСКИЕ ПРИКОСНОВЕНИЯ**

Детям всех возрастов нужны касания и ласка. Человеческий контакт является одной из основных наших потребностей и нужд. Матерям недоношенных детей советуют почаще обнимать и касаться малышей, чтобы они быстрее и правильнее развивались. Нельзя недооценивать силу объятий - иногда бывает достаточно положить руку на плечо, чтобы быть услышанным.

## **СОЦИАЛЬНОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ**

Реальные живые связи очень важны для социального и эмоционального развития. Социальные взаимодействия помогают детям узнать о границах в человеческих отношениях, о чувствах других людей, что поможет им во взрослой жизни.

Речь не только об общении с другими детьми, но и о разговорах со взрослыми, как в вежливой, так и в дружеской манере. Даже разногласия можно воспринять как возможность получить навыки решения проблем и понятия других.

## **НЕЗАВИСИМОСТЬ**

Позволять детям делать что-то самостоятельно и иногда ошибаться очень трудно, но невероятно важно. Это позволяет им узнать, что у поступков есть последствия, и дает возможность исправить свои собственные ошибки. Такие шаги крайне важны для роста и развития, и можно удивиться, какими ответственными окажутся дети, если предоставить им свободу действий.

## **БЛАГОДАРНОСТЬ**

Она порождает счастье, хотя иногда выражать признательность ребенку кажется несколько сложным и странным. Но нужно научиться и всегда благодарить детей за всё то хорошее, что они делают, и просто за то, что они есть.

## **ГРАНИЦЫ**

Большинство детей скажут, что они ненавидят чистить зубы перед сном или убирать свою комнату. Но знаете что? Все дети нуждаются в границах. Мало того, что они развивают в них важные жизненные навыки, но также позволяют почувствовать заботу и любовь.

Есть хорошее родительское выражение: «Моя работа не в том, чтобы стать твоим другом. Моя работа – хорошо тебя воспитать». Четкое расписание может сотворить чудеса! Все знают, чего им ожидать, и дети начинают из-за этого чувствовать себя в покое и безопасности.

Дети, знающие свои границы, могут свободно исследовать мир в их пределах и им не надо волноваться. Когда ребенок знает, когда он сделает уроки и когда пойдет гулять – он спокоен.

## **ТВОРЧЕСТВО**

Дети любят творческие занятия. Они позволяют им проводить время с пользой и при этом играть. Занимаясь творчеством, дети могут в полной мере исследовать свои фантазии и реализовывать свой потенциал. Также они меньше времени проводят перед экранами и больше – с бумагой, красками, клеем и т.д. Важно дать детям свободу попробовать новые занятия и найти что-то себе по душе.

## **ИГРА**

Детская игра – это спонтанное, свободное, окрылённое, эмоционально окрашенное действие, целью которого является сам процесс и получение радости и удовольствия. И именно в этом ребёнок получает своё главное развитие, чтобы вырасти успешной и зрелой личностью. Маленькие дети не могут "выпускать бутоны" и "цвести" без игры. Именно игрой определяется сама суть того, кем они станут.

## СЕМЕЙНЫЕ ПРАЗДНИКИ

Семейные праздники и связанные с ними традиции необычайно важны для детей. Эти счастливые мгновения наполняют детей силами, которые во взрослом возрасте будут давать возможность справляться с любыми трудностями.

Праздники одухотворяют и сближают всю семью, сменяют усталость на подлинную гармоничную, медленно разгорающуюся радость, преодолевается обыденность.

Благодаря праздникам сохраняется связь между поколениями и теплые, нежные отношения между родителями и детьми. С регулярно повторяющимися событиями к детям приходит ощущение стабильности мира.

## СЧАСТЛИВЫЕ РОДИТЕЛИ

У счастливых родителей, как правило, счастливые дети. Мамы часто отказываются от своей жизни в пользу интересов детей, но идет ли это им на пользу? Нет. Уверенная в себе, спокойная и счастливая мама – вот отличный пример для ребенка.

Нужно находить время для занятий любимым делом, личного удовлетворения и упрощения своей жизни. Это делает жизнь осмысленной и радостной, что не может не проецироваться на детей, делая счастливыми и их.

Информацию подготовила Григорьева Т. В.  
С сайта: [ЧТО НУЖНО ДЕТЯМ ДЛЯ СЧАСТЬЯ Мы.. | Вальдорфская педагогика ДОМА \(vk.com\)](#)