

Motywujmy !

Ostatnio dużo razy słyszę o erze bylejakości, o tym, że teraz dzieci w ogóle nie spędzają czasu na świeżym powietrzu tylko „grają na tych komputerach”. Możliwe, że tak jest. Jednak zastanawiam się dlaczego?

Zastanówmy się, jak wygląda nasz normalny dzień. Wstajemy wcześnie rano, biegamy po domu, żeby zdążyć, pracujemy, wracamy i zastajemy masę obowiązków, które musimy wypełnić.

Cały dzień spędzamy w biegu, tak, że wieczorem padamy „nieżywi”. Rzeczywiście, świat w erze komputerów bardzo przyspieszył, a my starając się nadążyć, wylewamy siódme poty.

Teraz zadam, kłopotliwe pytanie. Czym się interesujemy ? Co sprawia nam przyjemność? Hymmm. A jak odpoczywamy ? Czy może bezsensownie przełączamy kanały w tv, czy może patrzymy się tępym wzrokiem w monitor komputera?

Wracając do pierwszego pytania, dlaczego tak się dzieje, że dzieci spędzają tyle czasu przed komputerem ?

Dzieci uczą się przez modelowanie- czyli patrząc na dorosłych w swoim otoczeniu, szukają wzorców. Więc co by się stało, gdyby nasze dzieci widziały, że swój czas wolny poświęcamy swojej pasji ?

Czym jest pasja? Pasja, jest czynnością, która sprawia, że odśresowujemy się, zatracamy się (nie, praca nie jest pasją !). Mając pasję tak organizujemy sobie czas, żeby móc jej poświęcić chociaż chwilę każdego dnia. Mogę zdradzić, że moją pasją jest sport. Najbardziej lubię biegać. I wiem, że tylko perspektywa biegu, jest mnie w stanie wygonić z łóżka wcześnie rano, nie powodując fali jęku :) Biegając, mam czas dla siebie, mogę w tym czasie przemyśleć problemy, które akurat zaprzatają mi głowę.

Pasją może być wszystko! Wędkowanie, szydełkowanie, czytanie.

Zdarza się, że dzieci mają swoje ulubione zajęcia- niektóre dzieci rysują, śpiewają, czy jeżdżą pasjami na rowerze. Starajmy się te ich pasje wspierać. Zainteresujmy się nimi. Może starajmy się włączyć do nich.

Motywujmy dzieci do aktywności! Jeśli dziecko, zapytane, co lubi robić odpowiada: „nie wiem”, pokażmy mu, jak wiele ma możliwości. Poszukajmy razem z nim, czegoś, co je uszczęśliwia. Dziecko nie powie nam, że sprawia mu to satysfakcję i podnosi samoocenę, ale powie, że „to jest fajne!”.

Z dziećmi często tak jest, że szybko się nudzą. Nie zrażajmy się, tylko cierpliwie pokazujmy mu nowe możliwości ! Wspólne poszukiwanie pasji może stać się powodem do dłuższego spędzania czasu z dzieckiem, a może i do znalezienia swojej własnej pasji. Pozwalamy dzięki temu też dzieciom na lepsze poznanie świata, pod naszą kontrolą !

Motywujmy swoje dzieci, do większej aktywności, ale i wymagajmy od siebie! :)