December brez presežkov: Kdaj je daril dovolj?

**"Darila niso le stvari, ki jih podarimo, ampak tudi občutki, ki jih prebudimo."**

– Avtor neznan

December je čas veselja, čarobnosti in obdarovanja, ki ga slovenska tradicija povezuje s tremi dobrimi možmi – Miklavžem, Božičkom in Dedkom Mrazom. Vsako leto ti trije junaki prinašajo radost najmlajšim, a ob vsej praznični čarobnosti se starši pogosto znajdejo pred izzivom: kako otrokom omogočiti čarobno izkušnjo obdarovanja, hkrati pa ohraniti pravo ravnotežje med darili in vrednotami, ki si jih želimo prenesti nanje? Prav december je lahko odlična priložnost, da starši premislijo o tem, kako želijo otrokom predstaviti pomen daril ter krepiti družinske vezi na načine, ki segajo onkraj materialnih dobrin.

**Prazniki in obdarovanje pri nas**

Obdarovanje ima v Sloveniji dolgo tradicijo, še posebno skozi like dobrih mož. Prvi med njimi je sveti Miklavž, ki praznik obeležuje na začetku decembra. Božiček in Dedek Mraz pa prinašata darila ob božiču in na Silvestrovo. Vsak od teh dobrih mož prinaša s sabo svoje zgodbe in sporočila. Miklavž simbolizira pomoč in radodarnost, saj je znan po tem, da je pomagal revnim. Božiček prinaša krščanski pomen božiča, Dedek Mraz pa simbolizira ljudske in socialne vrednote. Za starše je pomembno, da otrokom predstavijo te like in njihove zgodbe, ne le kot prinašalce daril, ampak kot nosilce vrednot, ki spodbujajo nesebičnost in ljubezen.

**Kritični premislek o darilih**

V zadnjih letih se je v svetu in Sloveniji močno povečala komercializacija praznikov. Obdarovanje se pogosto povezuje z velikimi pričakovanji in potrošništvom, kar še posebej vpliva na otroke, ki postanejo ujeti v tekmovalnost glede števila in vrednosti daril. Pri majhnih otrocih se s tem ustvari pričakovanje, da je več daril boljše, kar pa dolgoročno ne prispeva k njihovemu občutku sreče in izpolnjenosti. Študije kažejo, da otroci, ki so preveč izpostavljeni materialnim dobrinam, pogosteje razvijajo občutke nezadovoljstva, ko ne dobijo tega, kar si želijo (Schor, 2004).

Zato je pomembno, da starši premislijo o smiselnosti daril. Ali je res potrebno, da otroku podarijo najnovejše igrače ali tehnološke pripomočke, ali pa bi lahko poskusili drugačen pristop – darila, ki so simbolična, ustvarjalna ali pa povezana z izkušnjami, ki spodbujajo družinsko povezanost? Knjige, skupni izleti ali pa ročno izdelana darila lahko ustvarijo večjo vrednost in hkrati razvijajo otrokovo domišljijo in občutek za preprostost.

**Priložnost za krepitev družinskih vezi in vrednot**

Praznični čas nam ponuja idealno priložnost, da krepimo družinske odnose. Tradicije, kot so skupno okraševanje doma, peka piškotov ali izdelava daril, spodbujajo občutek pripadnosti in veselja, ki izhaja iz skupnih dejavnosti. Po mnenju psihologinje Shari Young Kuchenbecker je sodelovanje v dejavnostih, ki imajo čustveno vrednost, ključno za razvoj otrokovih socialnih in emocionalnih sposobnosti. Otroci, ki se udeležujejo tovrstnih dejavnosti, se naučijo empatije, hvaležnosti in medsebojnega sodelovanja (Kuchenbecker, 2000).

V času praznikov lahko starši vzpostavijo nove rituale, kot so družinske igre, pripovedovanje zgodb ali skupno obiskovanje kulturnih dogodkov. Takšne dejavnosti omogočajo, da se družina poveže na globlji ravni, hkrati pa otrokom pokažemo, da je pomen praznikov v tem, da smo skupaj, in ne v tem, koliko daril dobimo.

**Pomen nesebičnosti**

Obdarovanje je lahko tudi priložnost za razvijanje otrokove nesebičnosti. V decembrskem času se lahko z otroki pogovorimo o pomoči drugim in jih spodbudimo, da sodelujejo v različnih dobrodelnih dejavnostih. Mnogo vrtcev in šol v Sloveniji organizira zbiralne akcije, kjer lahko otroci darujejo igrače, oblačila ali pa na kakšen drug način pomagajo družinam v stiski. S tem otrokom pokažemo, da praznični čas ni le čas prejemanja, temveč tudi čas dajanja in pomoči drugim.

Psihologinja Sonia Lyubomirsky, ki raziskuje področje pozitivne psihologije, pravi, da pomoč drugim izboljšuje naše lastno počutje in srečo (Lyubomirsky, 2007). Če torej otroke učimo vrednot, kot so velikodušnost in solidarnost, jim pomagamo razvijati osebnostne lastnosti, ki jim bodo koristile tudi kasneje v življenju.

December je torej odličen čas, da starši razmislijo o tem, kakšno sporočilo želijo prenesti otrokom skozi praznične tradicije. Obdarovanje je lahko čudovita izkušnja, če ga razumemo kot priložnost za povezovanje in krepitev vrednot. Darila imajo svoje mesto v prazničnem vzdušju, a naj ne postanejo osrednja točka, temveč naj dopolnjujejo izkušnjo, ki jo gradimo z ljubeznijo, pozornostjo in skupnim preživljanjem časa.

Povabimo otroke k razumevanju pomena praznikov, vzpodbujajmo jih k nesebičnosti in razvijajmo občutek za skupnost. V svetu, kjer materialne vrednote hitro postajajo merilo sreče, je pomembno, da otrokom pokažemo, da so najlepša darila tista, ki so namenjena krepitvi odnosov – toplina, bližina in radost, ki jo prinašajo skupni trenutki.

Pripravila: Maja Krošelj

Viri:

* Schor, J. B. (2004). *Born to Buy: The Commercialized Child and the New Consumer Culture*. Scribner.
* Kuchenbecker, S. Y. (2000). *Raising Compassionate Kids*. Prentice Hall.
* Lyubomirsky, S. (2007). *The How of Happiness: A New Approach to Getting the Life You Want*. Penguin