

10 Μαΐου 2016

10 Κουβέντες που κάνουν καλό στα παιδιά

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



Γράφει

1. Σε αγαπώ! Χωρίς «αλλά», χωρίς τίποτα άλλο. Ένα μεγάλο «σ' αγαπώ», σαν ένα μεγάλο φιλί.

2. Σε εμπιστεύομαι. Όχι μόνο στα λόγια, αλλά και έμπρακτα, δίνοντας πρωτοβουλίες και χώρο για δράση...

3. Μπράβο! Για όσα καταφέρνουν: μικρά και μεγάλα.

4. Ότι θέλεις εσύ. Για όσα τα αφορούν και με ασφάλεια μπορούν να επιλέξουν.

5. Όχι. Σε ότι δεν τα αφορά και δεν μπορούν να επιλέξουν με ασφάλεια. Όχι »ναι, σε όλα» – αλλά ούτε και »όχι σε όλα».

6. Σε ευχαριστώ. Για να τους αναγνωρίσουμε την αξία της προσπάθειας, τις καλές προθέσεις, την καλοσύνη.

7. Τι γνώμη έχεις... Για να τους ενισχύσουμε την άποψη, την πρωτοβουλία, την ενεργητικότητα.

8. Είμαι περήφανος για εσένα! Για να τους τονώσουμε την αυτοπεποίθηση, την θετική εικόνα του εαυτού τους.

9. Περίμενε. Για να αναχαιτίσουμε την παρόρμηση, όταν αυτή οδηγεί στην κακομαθησιά και στην ανυπακοή.

10. Θα ήθελες... Για να αναδείξουμε την αξία της συνεργασίας και της διαβούλευσης. Δεν αποφασίζουμε και διατάζουμε: ούτε εμείς τα παιδιά, ούτε τα παιδιά εμάς...

Απλές, κατανοητές, ουσιαστικές και εποικοδομητικές κουβέντες. Αν το καλοσκεφτείτε το ίδιο ισχύει και για εμάς, τους ενήλικες. Θέλουμε εξίσου την αναγνώριση, την επιβράβευση, την αποδοχή, την κατανόηση. Κάνουν και σε εμάς καλό οι καλές κουβέντες.

Ωστόσο ας ξεκινήσουμε από τα παιδιά...

Ο Γιάννης Ξηντάρας είναι πτυχιούχος Ψυχολογίας από το Εθνικό Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών, Επιστημονικός Υπεύθυνος στο Κέντρο Συμβουλευτικής και Ψυχολογικής Υποστήριξης «Επαφή». Μέλος της Ελληνικής Εταιρείας Εφηβικής Ιατρικής & του Συλλόγου Ελλήνων Ψυχολόγων. Το κέντρο «Επαφή» βρίσκεται στο Σταυρό της Αγίας Παρασκευής, λίγα μόλις λεπτά μακριά από τις περιοχές Αγία

Παρασκευή, Χαλάνδρι, Γέρακας, Χολαργός και Παλλήνη.

Πηγή: blog.nowdoctor.gr