1 Απριλίου 2018

8 χρυσές συμβουλές για να σας ακούει το παιδί χωρίς να φωνάζετε

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



Οι καβγάδες με τα παιδιά είναι αναπόφευκτοι, μπορούμε όμως να τους μετατρέψουμε σε εποικοδομητικές διαφωνίες, χωρίς να χρειαστεί να βγούμε έξω από τα ρούχα μας, να φωνάξουμε και στο τέλος να γεμίσουμε με τύψεις. Τις επόμενες φορές, λοιπόν, που θα μπείτε στον πειρασμό να μαλώσετε το παιδί, σκεφτείτε ότι μπορείτε να διαχειριστείτε την κατάσταση πιο διπλωματικά...

Δώστε του επιλογές

Δώστε στο παιδί επιλογές και όχι διαταγές. Θυμηθείτε να είστε συγκεκριμένη στην ερώτησή σας για να πάρετε μια συγκεκριμένη απάντηση. Η ερώτηση δεν θα πρέπει να είναι «ανοιχτού τύπου», δηλαδή «Θες να διαβάσεις τώρα ή μετά;» αλλά πιο «αυστηρή», δηλαδή «Θα διαβάσεις στο γραφείο σου ή την κουζίνα;». Έτσι, αποφεύγετε τις διαμαρτυρίες εκ μέρους του παιδιού που εκείνη την ώρα αισθάνεται ότι έχει τον έλεγχο να διαλέξει τι θέλει.



Τονίστε τα προτερήματά του

Τα παιδιά δεν διαφέρουν και πολύ από τους μεγάλους και, όπως δεν αρέσει και σ’ εμάς να μας κατακρίνουν, έτσι δεν αρέσει και σ’ εκείνα. Βρείτε τον τρόπο να «καμουφλάρετε» την κριτική σας, ακόμα κι αν κάποιες φορές μπορεί να είναι δύσκολο. Προσπαθήστε να επαινείτε το παιδί για τα ταλέντα του ή όταν κάνει κάτι που του αρέσει, ενώ ταυτόχρονα θέστε κάποια όρια, όπως στη φωτογραφία:



Μην αποσπάτε το παιδί από πράγματα που θεωρεί σημαντικά

Προσπαθήστε να μην υποτιμάτε αυτά που το παιδί θεωρεί σημαντικά. Μπορεί για εσάς το κάστρο που έφτιαξε με τα τουβλάκια ή η ιστορία που σας διηγείται για το πώς έβαλε γκολ στο ποδόσφαιρο να είναι αδιάφορα, για εκείνο όμως είναι η καθημερινότητά του, μέσα από την οποία μαθαίνει. Φυσικά, αν πρέπει να σταματήσει το παιχνίδι για να διαβάσει ή να κάνει κάτι άλλο, ζητήστε του να αναβάλει την ασχολία του για όταν τελειώσει.



Αλλάξτε τους κανόνες

Κάποιες φορές πρέπει να είμαστε λίγο πιο χαλαροί ως γονείς- δεν υπάρχει καλύτερη ευκαιρία από τις φορές που παίζουμε παιχνίδια με τα μικρά μας. Ξεχάστε τους κλασικούς κανόνες και δημιουργήστε τους δικούς σας, στους οποίους θα συμφωνήσετε, ενισχύοντας τη δημιουργικότητα και τη φαντασία του παιδιού αλλά και τη δική σας!

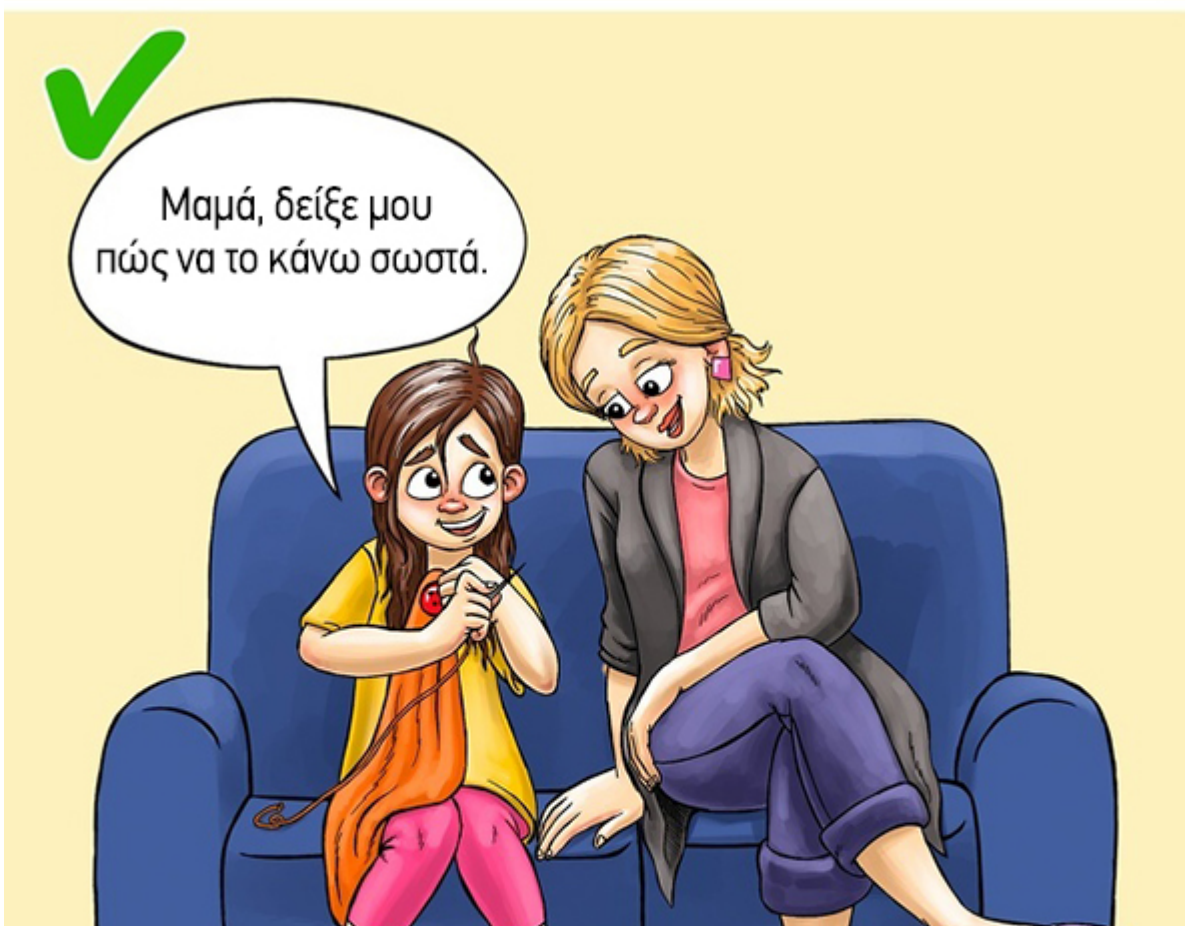

Πρέπει να ακολουθούμε
τους κανόνες του παιχνιδιού


Ας φτιάξουμε τους
δικούς μας κανόνες!

Μην επιβάλλετε τη βοήθειά σας

Πόση υπομονή έχετε όταν περιμένετε το παιδί να τελειώσει κάτι που κάνει; Πόσες φορές δεν του έχετε πει «άσε με να το κάνω εγώ»; Όσο δύσκολο κι αν είναι, εκείνες τις φορές πρέπει να εξοπλιστείτε με υπομονή και να αφήσετε το παιδί να προσπαθήσει μόνο του, ακόμα κι αν αυτό σημαίνει ότι θα κάνει λάθη. Ακόμα κι αν εκείνο σας ζητήσει βοήθεια,
προσπαθήστε να μην του τη δώσετε «στο πιάτο», αλλά να του εξηγήσετε με ποιο τρόπο θα το κάνατε εσείς στη θέση του.


Άσε με να το κάνω εγώ να τελειώσουμε πιο γρήγορα.


Μαμά, δείξε μου πώς να το κάνω σωστά.

Ζητήστε τη συμβουλή τους

Τα παιδιά νιώθουν ότι τα εκτιμάμε όταν ζητάμε τη γνώμη και τη συμβουλή τους και τους δίνουμε λίγες περισσότερες ευθύνες. Έτσι, την επόμενη φορά που, για παράδειγμα, το μικρό σας θα αργήσει να ετοιμαστεί για το σχολείο, μην του φωνάξετε. Αντίθετα, δώστε του την ευκαιρία να πάρει μια απόφαση ρωτώντας το πώς μπορείτε να διορθώσετε τα πράγματα. Εκείνο θα νιώσει ότι το εμπιστεύεστε, ότι το ακούτε και ότι υπολογίζετε τη γνώμη του.


Ακόμα να ντυθείς;
Δεν καταλαβαίνεις
ότι έχουμε αργήσει;


Αγάπη μου, εσύ έχεις αργήσει στο σχολείο
κι εγώ στη δουλειά. Πώς μπορούμε
να το διορθώσουμε αυτό;

Δείξτε του ότι το καταλαβαίνετε

Όταν τα παιδιά μας μας μιλάνε για κάτι που τα προβληματίζει, συνήθως προσπαθούμε να τους διδάξουμε πώς έπρεπε να φερθούν και τι έπρεπε να κάνουν για να αποφύγουν τη δυσάρεστη κατάσταση στην οποία βρίσκονται. Διδακτικές φράσεις που όλοι έχουμε πει κάποια στιγμή, όπως το κλασικό «Στα ‘λεγα εγώ» δεν βοηθούν και κάνουν το παιδί να νιώθει άσχημα. Όσο δύσκολο κι αν είναι, προσπαθείτε να αποφύγετε την κριτική, μην είστε αυστηρή και μην κάνετε διαλέξεις περί σωστού και λάθους. Η ενσυναίσθηση είναι μια αρετή που κάθε γονιός πρέπει να έχει!

Δείξτε του απλώς ότι είστε δίπλα του, ότι το ακούτε και ότι δεν υποτιμάτε τα συναισθήματά του. Ακόμα κι αν θέλει να κλάψει, αφήστε το να εκφραστεί, ο δικός σας ρόλος εκείνη την ώρα είναι να του δείξετε ότι το καταλαβαίνετε. Όταν ηρεμήσει, συζητήστε ήρεμα για το τι το απασχολεί και βρείτε τρόπους με τους οποίους μπορεί να το ξεπεράσει.


Στο έλεγα εγώ
ότι δεν ήταν καλή φίλη.


Καταλαβαίνω
ότι έχεις πληγωθεί.
Της εκμυστηρεύτηκες
όλα σου τα μυστικά κι εκείνη
τα αποκάλυψε.

Το χιούμορ είναι πάντα πολύτιμος σύμμαχός σας

Το χιούμορ βοηθά σε κάθε δύσκολη περίπτωση, και ειδικά όταν το παιδί αρνείται να σας ακούσει και προτιμά να κάνει το δικό του. Βάλτε μπρος το υποκριτικό σας ταλέντο, δημιουργήστε μια ευχάριστη ατμόσφαιρα και χρησιμοποιήστε τη φαντασία σας. Έτσι, θα πετύχετε ταυτόχρονα δύο πράγματα: να αποκλιμακώσετε την ένταση και να κερδίσετε το ενδιαφέρον του. Το χιούμορ είναι πολύ πιο αποτελεσματικό από τις «διαταγές» και τους κανόνες!


Δεν θέλω
να βουρτσίσω
τα δόντια μου.


Σε παρακαλώ βούρτσισε τα δόντια σου
γιατί η Νεράιδα των δοντιών
θα θυμώσει μαζί μου!

Πηγή: brightside.me