

12 Μαΐου 2017

10 απλοί τρόποι για να σταματήσετε τους καβγάδες με τα παιδιά!

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)





Οι συγκρούσεις δεν είναι κάτι που μπορούμε να αποφεύγουμε πάντα με τα παιδιά και όποιος υποστηρίζει το αντίθετο απλώς ψεύδεται. Ωστόσο υπάρχουν οι σωστές τακτικές για να αποφύγετε τις τόσο ψυχοφθόρες καθημερινές αψιμαχίες. Μια για πάντα!

1. Μην ξεκινάτε ποτέ ΕΣΕΙΣ καβγά με το παιδί

Ναι, είναι τόσο απλό. Οι καβγάδες φέρνουν πάντα κι άλλους καβγάδες. Και αν εσείς ξεκινάτε έναν καβγά, την επόμενη φορά με την ίδια ευκολία και το παιδί θα ξεκινήσει κι εκείνο έναν. Αντί να τσακωθείτε μαζί του δώστε του μια επιλογή: Για παράδειγμα πείτε του: «η θα βάλεις τα πιάτα στο πλυντήριο ή θα κατεβάσεις τα

σκουπίδια».

2. Συμπεριφερθείτε στο παιδί σας με σεβασμό

Διαλέξτε προσεκτικά τις λέξεις σας και αποφύγετε τις διαταγές: Για παράδειγμα, μπορείτε να του πείτε: «Χρειάζομαι τη βοήθεια σου για να μαζέψουμε το σπίτι, και το μάζεμα των παιχνιδιών ανήκει στη δικαιοδοσία σου».

3. Μάθετε στο παιδί τη διαφορά ανάμεσα στη διαφωνία και τον τσακωμό:

Οι διαφωνίες επιτρέπουν σε δύο ανθρώπους να ανταλλάξουν απόψεις, και μετά από μια διαφωνία δεν υπάρχουν νικητές ή ηττημένοι. Αντίθετα οι τσακωμοί πάντα τελειώνουν με ένα νικητή και ένα χαμένο.

4. Χρησιμοποιήστε αντί για λέξεις τη γλώσσα του σώματος και των ματιών

Κοιτάξτε το στα μάτια σταθερά, χωρίς θυμό και υπομονετικά. Το πρόσωπο σας δείχνει ότι δεν είστε θυμωμένη αλλά δε διασκεδάσετε και καθόλου με τη συμπεριφορά του. Να είστε σίγουρη ότι θα το πάρει το μήνυμα.

5. Ενθαρρύνετε το παιδί (και θυμίζετε του συχνά) να σας ζητάει την άδεια

Είναι μια πολύ σωστή (προληπτική) στρατηγική που θα σας βοηθήσει να αποφύγετε πολλούς καβγάδες

6. Αναλογιστείτε την ηλικία του

Ένα νήπιο σαφώς και δε μπορεί να έχει την ίδια συμπεριφορά με ένα μεγαλύτερο παιδί, μια που δε μπορεί να κατανοήσει τις ανάγκες των γύρω του. Άλλωστε για τα νήπια οι καβγάδες αποτελούν «εργαλείο ανάπτυξης». Είναι λοιπόν εντελώς περιττό να καβγαδίσετε με ένα τρίχρονο επειδή έχυσε το γάλα του. Προσπαθήστε να βρείτε μια γλώσσα επικοινωνίας, μέσα από την οποία θα συνεννοείστε και θα του δίνετε μαθήματα ζωής. Πριν χάσετε την υπομονή σας, σκεφτείτε την ηλικία του και βεβαιωθείτε ότι οι προσδοκίες σας είναι ρεαλιστικές! Αναλογιστείτε ότι ακόμα και «ένα λεπτό» να ζητήσετε από το παιδί σας, εκείνο το βλέπει σαν αιωνιότητα.

7. Μην αφήσετε το παιδί να σας παρασύρει σε καβγά

Ως γνωστόν τα παιδιά είναι πολύ χειριστικά όταν θέλουν. Και πολύ συχνά μπορούν να μας παρασύρουν σε συμπεριφορές ανάρμοστες, προκειμένου να πετύχουν αυτό που θέλουν. Πριν λοιπόν παρασυρθείτε σε καβγά, περιμένετε 10 με 60 δευτερόλεπτα πριν ξεσπάσετε. Είναι πολύ δύσκολο αλλά πιάνει!

8. Μη συζητάτε για πράγματα που έχετε αποφασίσει

Αν θεωρείτε απαραίτητο να τακτοποιεί το δωμάτιό του και ότι μια καλή ώρα για ύπνο είναι οχτώ το βράδυ, δεν πρέπει να το κάνετε θέμα ξανά και ξανά.

9. Αποφύγετε τις πολλές εντολές

Όσο πιο φειδωλοί είστε με τις συμβουλές, τόσο περισσότερο το παιδί θα τις σεβαστεί, θα καταλάβει τη σημασία που δίνετε σε αυτές και θα τις σεβαστεί. Όταν είναι πολλές οι εντολές και οι απαγορεύσεις, το παιδί χάνει την πίστη του σε αυτές και αρχίζει να επαναστατεί. Και τότε γίνεται όλο και πιο δύσκολο να αποφύγετε τη σύγκρουση.

10. Τέλος, θυμηθείτε!

Όταν ένα παιδί νιώθει την ανάγκη να τσακώνεται προφανώς κάτι φοβάται, ή κάτι το έχει πληγώσει. Αναρωτηθείτε ή ρωτήστε το τι φοβάται, παρηγορήστε το και προσπαθήστε να κατευνάσετε τους φόβους του.

Από τον οικογενειακό σύμβουλο Scott Wardell και το blogg Empowering Parents.

Πηγή: imommy.gr