

10 efektyvios tėvystės žingsnių

1 Mėilė yra svarbiausias vaikų porzikius. Ji yra ir teigiamos disciplinos dalis. Kuo dažniau vaikui rodotė mėilę, tuo labiau vaikas nori įrodyti, kad yra vertas tos mėilės. Mėilė leidžia vaikui stiprinti pasitikėjimą savimi.

Pasaulio stebėjimas vaiko akimis ir įsivaizdavimas, ką jaučia Tavo vaikas, yra raktas, padedantis suprasti jo elgesį. Prisiminkite, kaip jautėtės, kai patys buvote vaikais ir koks nenusipėjamas jums atrodė suaugusiųjų pasaulis; prisiminkite apie tai, kaip galvodavote, jog suaugę su jumis elgiasi neteisingai.

3 Ribos yra reikalingos net ir labiausiai mylintiems žmonėms. Atminkite, kad yra visiškai natūralu ir normalu, kai vaikas bando išvengti, apžiti ar nupaisyti jūsų nustatytų ribų. Tai nėra maištas, o pažinimo proceso dalis. Tačiau vaikai, net skusdamiesi jomis, jaučiasi saugesni, jei jūs laikotės ribų, kurias nustatėte (su sąlyga, kad ribos yra realios vaiko amžiui ir raidos etapui).

4 Juokas padeda sumažinti įtampą. Kartais jūs, tėvai, tampate tokie rimti, kad tėvystė nebėgtikia jokio malonumo. Pastebėkite linksmasias buvimo tėvais pusės ir leiskite sau pasijuokti, kai tai yra įmanoma.

5 Klausykite atidžiau, ką sako jūsų vaikas. Domėkitės tuo, ką vaikas veikia ir ką jaučia. Užtikrinkite vaiką, kad stiprūs jausmai yra geri – jei jie išreiškiami tinkamu būdu. Kuo dažniau tai darysite, tuo rečiau teks taikyti bet kokią discipliną.

6 Girkite ir skatinkite savo vaiką už tinkamą elgesį, už pastangas elgtis tinkamai ir stenkites ignoruoti netinkamą vaiko elgesį. Kuo dažniau niurnėsite, moralizuosite, tuo rečiau vaikas jūsų klausys.

7 Gerbkite savo vaiką taip, kaip gerbtumėtė kitą suaugusįjį. Leiskite vaikui dalyvauti priimančioms sprendimus šeimose, gpač tuos, kurie liečia jį patį. Atidžiai išklausykite jo nuomonę. Jei kyla noras pasakyti vaikui kažką nemalonaus, pagalvokite, kaip tai nuskambėtų, jei pasakytumėtė kokiame nors suaugusiam žmogui. Atsiprašykite, jei pasiūlygtė netinkamai.

8 Kiekvienoje šeimoje būtinos taisyklės, tačiau būtina išlaikyti lankstumą mažų vaikų atžvilgiu. Kai šeimoje nustatysite privalomas taisykles, būkite nuoseklūs. Vaikas gali pasijauti nesaugiai, jei vieną dieną įvedama viena taisyklė, o po kelių dienų ji atšaukiama, įvedama kita. Kartais tenka nustatyti taisykles, kurios bus taikomos ne namuose, o kitose erdvėse. Jos taip pat turi būti aptariamose su vaiku iš anksto.

9 Nustatykite dienotvarkę. Maži vaikai jausis saugesni ir lengviau konfliktinių situacijų, jei nustatysite dienos tvarką. Jie jausis laimingesni, jei valgymui, miegui ir žaidimams bus skirtas tam tikras konkretus laikas.

10 Nepamirškite savo porzikių! Jei vaiko auginimas ima priminti labiau sunkų ir varginantį darbą, jaučiate, kad ima trūkti kantrybės – skirkite laiko ne viena vaikui, bet ir sau. Padarykite kažką dėl savęs, kažką, kas teikia malonumą, sukelia geras emocijas.