

# Cum este bine să reactionez atunci când îmi vine să cert copilul pentru un comportament greșit?

## IATĂ 6 MODALITĂȚI DE A ÎMI ÎMBUNĂȚĂȚI REACȚIA ȘI PENTRU A OBTINE REZULTATELE DORITE



### 1.) ÎMI PĂSTREZ CONTROLUL

Te grăbești să ajungi la o întâlnire și fix atunci copilul nu vrea să se înalțe?

Simți cum te enervezi. Inima îți bate mai repede, mușchii se încordează...Poți opri acea reacție.

Respiră profund. Nu ajută la nimic o reacție impulsivă.

Pentru a educa trebuie să fi calm și increzător.

### 2.) NU ÎNTRERUP COPILUL

Atunci când intrerupem copilul din a își exprima dorințele sau părerile, ce nu coincid cu ale noastre, de fapt vrem doar să impunem ceva.

Nu ascultăm, nu educăm. Copilul se va simți respins și neînțeles.

Este ok ca cel mic să nu dorească să facă ca noi. Dar va coopera dacă se simte ascultat și ne înțelege motivele.



### 3.) NU GENERALIZEZ

Atunci când generalizăm cu comportament negativ al copilului, îl atacăm. Ne punem într-o poziție de forță față de copil.

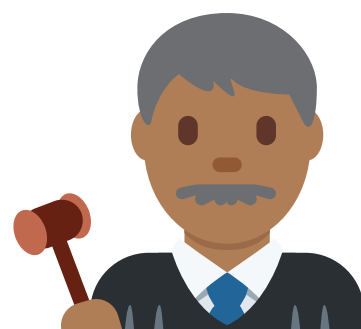
Ce îi spunem nu are legătură cu ceea ce se întâmplă pe moment și nici nu ajută la a înțelege copilul sau la a îi explica ce este corect să facă.



### 4.) NU ACUZ (NU ÎNUINUĂȚESC) COPILUL

Când acuzăm copilul, nu căutăm o rezolvare, suntem concentrați pe a atribui vina cuiva.

Pentru a putea face copilul să NE asculte (pe NOI) trebuie să vorbim despre cum simțim NOI, nu despre cum este EL. Așa va putea empatiza cu noi, nu va fi concentrat să se apere de acuzele noastre.



### 5.) ÎMI CER SCUZE DACĂ AM AUUT O REACȚIE EXAGERATĂ

Copiii nu sunt răi, nu au un plan pentru a ne manipula sau enerva. Le este doar mai greu să își controleze impulsurile. Ajută să ne simtă fiind alături de ei.

Este în general suficient să lași copilului libertatea de a își exprima nemulțumirea. De obicei el vrea doar să se simtă ascultat și înțeles. Apoi va colabora benevol.



### 6.) NE ÎMPĂCĂM

După o situație mai tensionată sau după o ceartă ne simțim înstrăinați unii de alții, triști. Legătura afectivă dintre noi are de suferit. Oferim copilului ocazia de a se relaxa, de a o lua de la cap. Oferim o îmbrățișare, un pupic, o mângâiere, reafirmăm iubirea. Îi oferim ocazia de a mai face o încercare.

