

15 πράγματα που δεν πρέπει να πείτε στο αγχώδες παιδί σας

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)

Image not found or type unknown



Μόνο και

μόνο να προσπαθεί ο γονιός να σκεφτεί τι πραγματικά κάνει το παιδί του να έχει άγχος και να ανησυχεί, είναι μία δύσκολη δουλειά...

Όταν ανακαλύψετε τί μπορεί να προκαλεί αγωνία στο παιδί, έχετε ακόμη μια δύσκολη αποστολή... Να βρείτε τα σωστά λόγια για να το καθησυχάσετε. Όσο μικρό και αν είναι για σας το πρόβλημα, το παιδί μπορεί να το βλέπει γιγάντιο και ανυπέρβλητο και εσείς πρέπει να φερθείτε με προσοχή ώστε να μην υποτιμήσετε τα συναισθήματά του. Πρέπει να συμπονέσετε, να δείξετε κατανόηση και υπομονή.

Σε αυτή σας την προσπάθεια, πρέπει επίσης να προσέξετε ...τι να ΜΗΝ πείτε. Μην είστε υπερβολικοί, μη χρησιμοποιήσετε πομπώδεις λέξεις και χαρακτηρισμούς.

Ας δούμε μερικές φράσεις που καλό είναι να αποφύγετε:

1. Αν συνεχίσεις έτσι θα τρελαθείς.
2. Μα τι έχεις πάθει?
3. Ξεκόλλα πια, ή αλλιώς...

4. Ο αδελφός του το έκανε και ήταν μια χαρά, εσύ τι πρόβλημα έχεις;
5. Με το να κάνεις έτσι, το μόνο που καταφέρνεις είναι να τα κάνεις χειρότερα
6. Μπορώ να το κάνω εγώ για σένα
7. Δεν υπάρχει λόγος να αγχώνεσαι!
8. Ας κάνουμε κάτι άλλο αντί γι αυτό
9. Είναι πολύ χαζό να αγχώνεσαι για κάτι τέτοιο.
10. Δε μπορώ να καταλάβω γιατί σε αγχώνει αυτό.
11. Μπορούσες να προσπαθήσεις περισσότερο.
12. Μην κλαις
13. Θα το ξεπεράσεις
14. Μπορούσες να έχεις πάει καλύτερα
15. Αυτό ήταν ό,τι χειρότερο μπορούσε να συμβεί

Πηγή: mothersblog.gr