29 Απριλίου 2018

Έμπειροι γονείς δίνουν λύση σε 5 καθημερινά προβλήματα συμπεριφοράς των παιδιών

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός

Η καθημερινότητα με τα παιδιά δεν είναι πάντα εύκολη υπόθεση, ειδικά όταν αντιδρούν στο καθετί που τους λέμε ακόμα και αν πρόκειται για κάτι εξαιρετικά απλό. Το brightside συνέλεξε τη γνώση και τα φώτα έμπειρων γονιών και μας δίνει 5 συμβουλές που θα αποδειχθούν χρυσές τη δύσκολη εκείνη στιγμή του... πείσματος.

«Όχι δεν θα ντυθώ»

Είναι ευκολότερο να λύνετε τις διαφωνίες σας με το παιδί μέσω του παιχνιδιού. Όταν, λοιπόν, ακούτε τη γνωστή φράση «όχι, δεν θα ντυθώ», σκεφθείτε πώς θα μετατρέψετε τη διαδικασία του ντυσίματος σε παιχνίδι. Η τυφλόμυγα για παράδειγμα είναι καλή ιδέα. Βάλτε, λοιπόν, στο παιδί την πρόκληση να ντυθεί χωρίς να βλέπει φορώντας μια κορδέλα στα μάτια. Η διαδικασία θα γίνει πολύ πιο γρήγορα, χωρίς διαμάχες και το παιδί δεν πρόκειται να προβάλλει αντιστάσεις γιατί πολύ απλά, θα περνάει καλά.

Δεν θέλει να σας κρατάει για να περάσετε τον δρόμο

Περπατάτε χαρούμενοι με το παιδί και ξαφνικά αποφασίζει ότι δεν θέλει να σας κρατάει άλλο από το χέρι για να διασχίσετε τον δρόμο. Για να νικήσετε το πείσμα του εκείνη την ώρα, αλλάξτε ρόλους. Προσποιηθείτε, λοιπόν, ότι εσείς χρειάζεστε βοήθεια για να περάσετε απέναντι και ζητήστε απ’ το μικρό σας να σας κρατήσει το χέρι. Το κόλπο του να αντιμετωπίζεις το παιδί σαν ενήλικα, «πιάνει» στις περισσότερες περιπτώσεις.

Πρέπει να μου κρατάς το χέρι για να περάσουμε τον δρόμο.

Θα με βοηθήσεις να περάσω τον δρόμο;
© BRIGHTSIDE

Δεν δέχεται τις συνέπειες των πράξεών του

Τα παιδιά πολλές φορές δεν δέχονται τις συνέπειες των πράξεών τους, ακόμα κι αν τις γνωρίζουν εκ των προτέρων, γιατί δεν τους αρέσουν ή γιατί δεν τους συμφέρουν. Αν θέλετε, λοιπόν, να δείξετε στο μικρό σας ότι η συμπεριφορά του δεν είναι αποδεκτή, θα πρέπει αρχικά να του εξηγήσετε με ηρεμία ποιο ήταν το λάθος του και ποιες είναι οι συνέπειες της συμπεριφοράς του.

Καταρχάς, θα πρέπει να αναφέρουμε τι δεν πρέπει να κάνετε. Αποφύγετε να χρησιμοποιείτε τη λέξη «τιμωρία» και να εφαρμόζετε «παλιομοδίτικες» μεθόδους που δεν έχουν κανένα αποτέλεσμα, όπως το κλασικό «κάτσε στη γωνία του δωματίου για μισή ώρα» και δώστε στο παιδί επιλογές. Μπορείτε για παράδειγμα να το ρωτήσετε αν προτιμά να πλένει τα πιάτα του για τις επόμενες μέρες ή να στερηθεί την επίσκεψη στην παιδική χαρά. Δεν είναι και ό,τι καλύτερο, αλλά σίγουρα οι πιθανότητες να καταλάβει το λάθος του και να σας ακούσει, αυξάνονται!

Η λογική των εποικοδομητικών επιπτώσεων μπορεί να αποδειχθεί σωτήρια στη διαπαιδαγώγηση των μικρών μας.

Είσαι τιμωρία,
γι' αυτό θα κάτσεις
όρθιος στη γωνία
για μία ώρα.

Μπορείς να επιλέξεις:
θες να πλύνεις τα πιάτα ή
να μην πάμε στην παιδική χαρά;
© BRIGHTSIDE

Αρνείται να φάει το φαγητό του

Αν αφήναμε τα παιδιά να αποφασίζουν μόνα τους για το καθημερινό τους μενού, θα τρέφονταν αποκλειστικά με μακαρόνια, μπιφτέκια, τηγανητές πατάτες και γλυκά. Τις φορές, λοιπόν, που αρνούνται να φάνε ή έστω και να δοκιμάσουν το φαγητό που τους έχουμε ετοιμάσει, μπορούμε να τα δελεάσουμε με το αγαπημένο τους γλυκό. Τα ποσοστά επιτυχίας αυξάνονται αυτόματα (ποιο παιδί θα έλεγε όχι στην αγαπημένη του σοκολάτα;), ωστόσο καλό θα είναι να μην χρησιμοποιείτε συχνά αυτό το κόλπο για 2 λόγους: πρώτον, γιατί το μικρό σας μπορεί να σας «μυριστεί» και να κάνει το δύσκολο στο φαγητό μόνο και μόνο για να φάει γλυκό και δεύτερον, γιατί έτσι δεν μαθαίνει την αξία της υγιεινής διατροφής.

Δεν θέλω
να φάω σούπα.
Τότε δεν θα φας
ούτε γλυκό.

Αν φας όλη τη σούπα,
θα σου δώσω
το αγαπημένο σου γλυκό.
© BRIGHTSIDE

«Δεν θέλω πρωινό»

Προσπαθήστε να δώσετε το σωστό παράδειγμα. Όταν το παιδί βλέπει ότι οι γονείς του είναι απασχολημένοι και βιαστικοί κάθε πρωί και φεύγουν από το σπίτι χωρίς να φάνε πρωινό, είναι λογικό να θέλουν να σας μιμηθούν. Ξέρουμε ότι είναι δύσκολο όταν έχετε δεκάδες δουλειές να κάνετε με το που ξυπνάτε, να κάτσετε στο τραπέζι και να φάτε μαζί με το παιδί, όμως αξίζει να διαθέσετε 5-10 λεπτά γι' αυτόν τον σκοπό. Ετοιμάστε και το δικό σας μπολ με δημητριακά και σκαρφιστείτε παιχνιδάκια όπως το κλασικό κι αγαπημένο «αεροπλανάκι» ή το «πόσες μπουκιές έχουν μείνει στο πιάτο σου;» για να πείσετε το παιδί να αδειάσει το πιάτο του.

Πρέπει να φας
το πρωινό σου.

Ας μετρήσουμε πόσες
κουταλιές έχεις αφήσει
από το πρωινό σου.
© BRIGHTSIDE

Πηγή: brightside.me