

4 NASIL, MUTLU ÇOCUK YETİŞTİRİRİM ?

Çok iyi anne – baba olmak” kaygısı hisseden ebeveynler çocukla sorun yaşayabilirler. Çocukla birlikte yaşarken güvenlik, sevgi ve iletişim dışında hiç bir konuda mükemmel tutum sergilemek beklenmemeli.

Kendi becerilerinden mükemmellik bekleyen ebeveyn, çocuğa da bu beklentisini yansıtır. Mükemmeliyetçi yaklaşım, anne ve babayı yıpratmış gibi çocuğun duygusal gelişimine de zarar verir.

Şakalaşma

Neşelenin! Çocuğunuzla şakalaşmak, sosyal başarı için kendisini hazırlamasına yardım eder Ebeveynler şaka ya da taklit yaptığında, çocuklarına yaratıcı düşünmek ve stresle başa çıkmak için zemin hazırlanır.



Olumlu Olun

Bunda şaşırarak bir şey yok, çocuklarına olumsuz düşünceler ve duygularla yaklaşan ebeveynlerin, çocuklarının saldırgan olması son derece normal.

5 yaşındayken ortaya çıkan saldırgan davranışlar, yetişkinlikte görülen davranışlarla bağlantılıdır. Elinizden geldiğince, olumlu ve ılımlı olmaya çalışın.

5 Öz Duyarlılığı Teşvik Edin

Araştırmalara göre, öz duyarlılık çok önemli bir hayat becerisidir ve insanların zorluklara karşı göğüs germesine yardım eder. Öz duyarlılık, farkındalıkla, düşüncelerin yönetimiyle ve duyguların özgür bırakılmasıyla gelişir.

Ebeveynler, çocuk büyütürken karşılaştıkları zorluklara öz duyarlılıkla yaklaşmalı ve çocuklarına örnek olmalıdır.

Tutarsız Tepkiler 'Sınır' Sorunu Yaratıyor

Anne – babanın olaylar karşısında birbirlerinden farklı ya da kendi içlerinde tutarsız tepkileri çocuğun sınır sorunu yaşamasına neden olabilir.

Çocuğun istek ve tepkilerine gösterilen anne baba tutumundaki farklılık aile üyeleri arasındaki iletişimi de olumsuz etkiliyor.

Koruyucu Tutum Başarı Hissini Engellerebilir

Güvenlik adına çocuğa “aşırı koruyucu” yaklaşan ebeveynler, çocuklarının öncelikle kendine güven olmak üzere gelişim becerilerinin kazanılmasını geciktirebilirler.

Çocuklar, bebeklikten itibaren pek çok yaşantıyı kendi başarılarına deneyimlemediklerinde başarı duygusunu tadamıyorlar.

Her İsteği Yerine Getirmek, İyi Aile Olmak Demek Değildir!

Çocuğun her isteğini her zaman yerine getiren ebeveynler sınırlarını öğrenemeyen çocuklar yetiştirir.

Çocukların davranışlarını, kendileri ve çevrelerine göre düzenlemeyi öğrenmeleri gerekiyor. Sabırlı olmak, saygı duymak ve empati kurmak önce aile içinde öğrenilir.

6 ANNE - BABALARA ÖNERİLER

✓ TUTARLI OLUN

Tutarlılık; herkesin kendisi için istediği ama çoğu zaman karşısındakine uygulayamadığı bir kavramdır. Çocukların yetiştirildiği ortamda olması gereken en önemli davranış biçimi tutarlılıktır.

Doğru rol model olabilmek; sözlerimizle davranışlarımızın birbirine örtüşmesi ile mümkün olur. Sürekli paylaşmanın olmazsa olmaz olduğunu konuşan bir babanın acil bir durumda ihtiyacı olan arkadaşına arabasını vermemesi tutarsızlığın en basit örneğidir.

✓ SEVGİNİZİ DOĞRU GÖSTERİN

Kuşkusuz her anne-baba çocuğunu çok sever. Önemli olan bunu doğru biçimde göstermek ve sevginin koşulsuz olduğunu öğretmektir. Koşullar ve istekler üzerine kurulmuş sevgi ilişkileri, hem karşılıklı güven sorgulamasına açıktır hem de temel olarak değersizlik hissi yaşatır.

Her birey koşulsuz sevdiği zaman mutludur ve koşulsuz sevmeyi öğrendiği zaman huzurludur.

