

Klausimai, padedantys augti ir auginti

Klausimai sau, kurie padeda ir patiems augti, ir auginant vaikus pasitikrinti, ar mūsų elgesys su vaikais yra tinkamas. Arba – kai nėra šalia psichologo.

Dovanojame jums devynis klausimus su pratėsimais. Tai yra ypatingi klausimai, jie jums padės pasirinkti, koks elgesys su vaiku yra tinkamiausias konkrečioje situacijoje. Nes juk ne visad šalia būna psichologas, kurio galima paklausti :)

Pabūkime patys sau psichologai. Šie klausimai įgalina suprasti, kas svarbu bendraujant su vaikais ir pasirinkti tai, kas geriausiai tinka jūsų konkrečioje situacijoje.

Nebūtina taikyti visų klausimų iš karto. Kai sunkioje situacijoje prisiminsit paklausti savęs, kai suformuluosit kad ir vieną toki klausimą, susidarys įgūdis geriau pamatyti situaciją, ją suprasti. Kai įgusit kelti sau vieną iš šių klausimų, imkitės kito. Pasirinkit tokį, kuris jums labiausiai patinka arba yra aktualiausias. Jie visi iš tiesų priduoja supratimo. Sėkmės.

1. Ką iš mano elgesio gali išmokti, perimti vaikas? Jei mano elgesį vaikas perims tiesiogiai, ar man tai patiks?
2. Ko aš išmokau iš šios situacijos? Kiek dar kartų reikės pakartoti panašias situacijas, kad išmokčiau?
3. Kaip dėl mano elgesio ar situacijos jaučiasi vaikas? Kokie jausmai galbūt kyla vaikui?
4. Kaip aš jaučiuosi šioje situacijoje? Ką man sako mano jausmai? Ar jie labiau susiję su vaiku, ar su kitais žmonėmis, kitomis aplinkybėmis?
5. Kaip aš galėčiau pasielgti kitaip? Kaip mano vietoje pasielgtų kitas žmogus?
6. Kokie vaiko ar mano fiziologiniai ir psichologiniai poreikiai gali būti nepatenkinti šiuo metu?
7. Ar mano elgesys padeda kurti ryšį su vaiku? Gal kitoks mano elgesys labiau palaikytų mūsų ryšį?
8. Ar aš girdžiu savo vaiką? Ar aš iš tiesų įsiklausau ir supantu, ką vaikas man nori pasakyti? Ar galiu pamatyti situaciją vaiko akimis?
9. Ar po penkerių metų tai mums bus svarbu? Ar verta tam skirti dėmesį ir energiją? Ar rytoj prisiminsim, kas čia vyksta?