



Mądra miłość rodziców do dzieci czyli o codziennych słowach miłości, wsparcia i akceptacji

Dzieci są jak gąbki. Tak twierdzą zarówno pediatrzy, nauczyciele jak i rodzice. Wszyscy wiemy, jak bardzo trzeba uważać na to co mówimy, jak również na to co robimy, bo to najuważniejsi obserwatorzy na świecie, którzy natychmiast powielają nasze zachowania czy też wypowiedane słowa. Dlatego tak ważne jest to, co słyszą od nas nasze dzieci, to co w nich zaszczepiamy od początku. Słowa mają wielką siłę oddziaływania, dlatego należy dokładać wszelkich starań, by to co mówimy było prawdziwe, zachęcające, pozytywne i wzmacniające.

Jesteś miły i uczynny.

Nawet jeśli twoje dziecko nie może pochwalić się pokaźną listą „dobrych uczynków” w ciągu dnia, koniecznie znajdź chociaż jeden. Jeśli raz usłyszy, że jest miły i uczynny, wówczas uwierzy, że może taki być, a to sprawi, że będzie starał się jeszcze bardziej.

Ciszę się, że Cię mam.

Nigdy nie kończ dnia nie powiedziawszy swojemu dziecku, jak bardzo się cieszysz, że je masz. Często mówmy dzieciom, że je kochamy, a okazywanie radości, pokazywanie dziecku, że jest naszym szczęściem to krok dalej. Staraj się zatem wyraźnie okazywać pełnię rodzicielskiej akceptacji. Niech ono czuje twoją radość bycia z nim tu i teraz.

Kocham cię kiedy/pomimo...

Dzieci jest bardzo łatwo zranić, zniechęcić, sprawić, że czują się źle, szczególnie w sytuacji gdy mają kłopoty. Staraj się wówczas przypominać swemu dziecku, że kochasz je w każdej sytuacji niezależnie od popełnionych błędów czy niewłaściwych zachowań. „Kocham cię, nawet gdy mnie zdenerwujesz, nawet gdy skrzywdzisz swojego brata, nawet jeśli się złościś” – to ważne by twoje dziecko wiedziało, że zawsze będziesz przy nim, bo je kochasz i starasz się pomagać mu podejmować właściwe decyzje.

To co właśnie powiedziałeś sprawiło, że poczułam się...

To zdanie to wzmocnienie pozytywne, choć bywa też tak, że to zdanie ma wydźwięk wzmocnienia negatywnego. To doskonały początek do rozmowy. Dzieci potrzebują przykładów i uzasadnień np. „Kiedy mówisz, że smakuje ci obiad sprawiasz, że czuję się radosna, że mogłam zrobić coś co zjadłeś z takim apetytem” lub „(...) gdy powiedziałeś mi, że mam odejść odczułam, że jesteś na mnie zły. Co się dzieje?”. Mówmy wprost o naszych emocjach, podawajmy konkretne przykłady jakie zachowanie dziecka wywołało u nas jakie emocje – to ważna lekcja empatii.

Kocham Cię, gdy...

Mówienie dziecku, że je kochamy jest oczywiste. Niezwykle ważne jest również otwarte mówienie o tym, co w nim kochamy. Upewnij się, że mówiąc o tym wskazujesz na wiele różnych cech. „Kocham, kiedy przytulasz się do mnie bez pytania mnie; kiedy mówisz coś miłego swojej siostrze; kiedy prosisz mnie o wspólne zagranie w gry planszowe”. To wspaniałe słowa miłości, których nigdy nie za wiele. Wypowiadane tak często, jak to możliwe wzmacniają w każdym dziecku poczucie bezpieczeństwa i bycia kochanym.

Jesteś niezwykle pomocny gdy...

Aby zachęcić dzieci do pomocy należy polecić do zrobienia prace, które są w stanie zrobić bez twojej pomocy i wtedy wyrażać wdzięczność za ich pomoc. Odkładanie zabawek na miejsce, ścielenie łóżka, zanoszenie brudnych ubrań do pralni to dobra okazja do pochwały, do zastosowania pozytywnego wzmocnienia. Starajmy się zatem zauważać owe drobnostki i mówmy dzieciom o tym.

Jestem z ciebie dumna.

Niezależnie od powodu, mów dzieciom, że napawają cię dumą. Duże rzeczy czy też te małe, coś co było zaplanowane lub inna rzecz, którą zrobiły z własnej woli. To ważne, by dzieci wiedziały, że jesteście dumni z nich w każdej sytuacji, gdy dokonały dobrego wyboru lub po prostu zrobiły coś właściwego.

Powiedz mi coś więcej na ten temat.

Pokazywanie dziecku, że jesteś zainteresowany tym, co ono ma do powiedzenia, co dzieje się w jego życiu, to sprawa niezwykle istotna. Pozwala również uczyć się komunikacji z tobą (i innymi dorosłymi). Kiedy pozwalasz opowiedzieć mu ważną historię lub kiedy opowiada ci o swoich uczuciach bądź uważnym słuchaczem, staraj się skupić wyłącznie na dziecku, tak by czuło, że to co dzieje się w jego małym świecie jest dla ciebie ważne.

Tak.

Znajdź przynajmniej jedną rzecz, na którą możesz powiedzieć „tak” każdego dnia. Może to być wspólne czytanie książki czy komiksu, gra w karty, zjedzenie deseru po obiedzie. Gotowość powiedzenia „tak” tak często jak to możliwe tworzy pozytywną atmosferę, a wy oboje będziecie mieć piękny wspólny czas razem.

Dzieci potrzebują miłości, akceptacji i kogoś kto w nie wierzy, by się harmonijnie rozwijać, by iść przez życie z podniesioną głową. Słowa wsparcia, wiary i miłości wypowiedane każdego dnia do dzieci mają fundamentalne znaczenie nie tylko dla naszej osobistej relacji z dzieckiem jako rodzica, nauczyciela ale także rzutują na to, jakim człowiekiem będzie w przyszłości. Dbajmy o to.

Strona internetowa: Ciało Pedagogiczne

