

2 STARŠEVSTVO V ČASU COVID-19

Bodite pozitivni

Težko je ostati pozitiven, medtem ko vas otroci spravljajo ob živce. Verjetno ob tem uporabljate frazo, kot je "Nehaj že s tem!". A otroci se bodo odzivali na vaša navodila, če bodo le-ta pozitivna in če jih boste pohvalili takrat, ko naredijo nekaj, kar je prav.

Ubeseđite vedenje, ki ga želite videti.

Ko od otrok želite, da kaj storijo, uporabljajte pozitivne besede, npr. pospravi obleke (namesto "ne razmetavaj").

Vse je odvisno od načina, kako kaj rečete.

Kričanje na otroka bo vam in vašemu otroku povzročilo še več stresa in jeze. Pozornost od otroka pridobite tako, da ga pokličete z imenom. Govorite z mirnim tonom.

Pohvalite otroka, ko zaznate zaželeno vedenje.

Poskušajte pohvaliti otroka za nekaj, kar je naredil tako, kot pričakujete od njega. Sčasoma boste opazili, da bo otrok nadaljeval s tem početjem. Hkrati pa mu na ta način zagotavljate občutek, da ga opazite in da vam je mar.

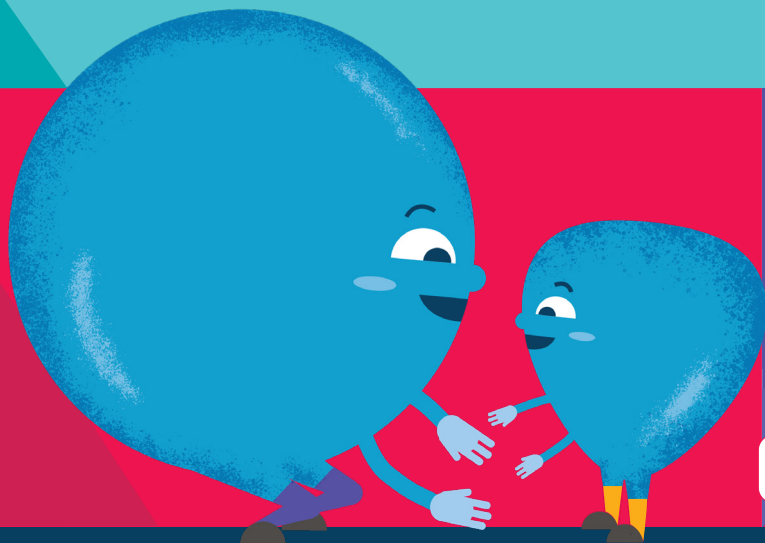


Imejte realna pričakovanja

Lahko vaš otrok v resnici naredi stvar, ki jo zahtevate od njega? Zelo težko je otrok tiho cel dan, lahko pa je tiho 15 minut, ko imate vi npr. pomemben klic ali sestanek.

Poskrbite, da bo vaš najstnik povezan z drugimi.

Najstniki morajo biti v stikih s prijatelji. Pomagajte mu, da se poveže z njimi preko socialnih omrežij ali na drugačen (varen) način. Zakaj pa na ta način ne bi komunicirali z njim tudi vi?



Za več informacij uporabite spodnje povezave:

Starševski namigi WHO

Starševski namigi UNICEF

V drugih jezikih

LITERATURA & DRUGI VIRI



The mark "CDC" is owned by the US Dept of Health and Human Services and is used with permission. Use of this logo is not an endorsement by HHS or CDC of any particular product, service, or enterprise.