Mësoni tiparet thelbësore të fëmijëve të lumtur dhe të suksesshëm.

Ekspertët thonë se njerëzit e suksesshëm dhe të lumtur—ata që ia dalin mirë në karrierën e tyre të zgjedhur dhe krijojnë marrëdhënie të kënaqshme gjatë gjithë jetës së tyre—priren të ndajnë disa cilësi. Dhe prindërit mund të ndihmojnë në edukimin e këtyre tipareve kryesore tek fëmijët e tyre, edhe kur ata janë foshnje. Ja një vështrim në pesë cilësitë kryesore që do t'i duhen femijes suaj, sipas ekspertëve të zhvillimit të fëmijëve, së bashku me disa mënyra se si mund ta zhvilloni të voglin tuaj në rrugën drejt përvetësimit të secilës prej këtyre aseteve shumë të rëndësishme.

1. Besimi

Besimi bazë tek të tjerët është themeli mbi të cilin mbështeten të gjitha tiparet e tjera. Pa këtë karakteristikë, foshnjat përballen me një betejë të vështirë zhvillimi.

Do ta kenë të vështirë të ndërtojnë marrëdhënie, të ndihen te sigurt dhe të ecin përpara nëse nuk kane aftësinë për të besuar,-thotë Debbie Phillips, një specialiste e zhvillimit të fëmijëve me Work/Family Directions, një firmë këshilluese në Boston.

Dhënia e besimit fillon që nga momenti kur lind foshnja juaj. Ju mund të lidheni me fëmijën tuaj në një mënyrë që të rrënjos tek ajo një ndjenjë te thellë sigurie, një besim në botë - dhe në fund, në vetvete. Në foshnjëri, kjo do të thotë t'i përgjigjesh nevojave të saj themelore. Gjithashtu përfitoni sa më shumë nga ndërveprimet tuaja të përditshme duke folur me të, duke i kënduar dhe duke bërë kontakt me sy. Për të krijuar një ndjenjë vërtet të sigurt, futni rituale të tilla si leximi i një historie çdo natë para gjumit.

Kur ajo është e vogël, nevojat e fëmijës tuaj bëhen më komplekse. Sigurisht që ajo duhet të ushqehet, të lahet dhe të kujdeset për të, por ajo gjithashtu ka nevojë që ju të shikoni shkarravitjet e saj dhe kullat e saj. Ajo do t'ju thotë në mënyrën e saj "Kam nevojë që ju ta vini re këtë," thotë Susan Landry, PhD, një psikologe zhvillimore në Shkollën Mjekësore të Universitetit të Teksasit në Hjuston. Mundohuni t'i kushtoni vëmendje sinjaleve të saj dhe të reagoni në përputhje me nevojat e saj.

Kushtojini vëmendje edhe temperamentit të fëmijës suaj. Jo të gjithë fëmijët janë njësoj dhe e vogla juaj do t'ju besojë më shumë nëse i përshtatni veprimet tuaja për t'iu përshtatur personalitetit të saj. Disa foshnja, për shembull, mund të marrin shumë stimulim, ndërsa të tjerët duket se shpërthejnë ose mbyllen kur ka shumë gjëra që po ndodhin. Sa më shumë t'i tregoni fëmijës tuaj se e kuptoni prirjen e saj të veçantë, aq më shumë ajo do të ndiejë se ju jeni në anën e saj.

2. Durimi

Është e vërtetë: Gjërat e mira vijnë për ata që presin. Fëmijët që mësojnë durimin janë në gjendje të ngulmojnë dhe kanë më shumë gjasa të kenë sukses, thotë Claire Lerner, një specialiste e zhvillimit të fëmijëve me Zero to Three. Mësimi i një fëmije cilësinë e durimit mund të ndihmojë në rrënjosjen e tij tek ai një ndjenjë pavarësie dhe arritjeje.

Dëshironi të ndihmoni fëmijën tuaj? Së pari mbani mend këtë: fëmija juaj po shikon. Nëse fluturoni nga doreza kur hasni në trafik të ashpër ose një linjë të gjatë, do të jepni një shembull të dobët. Ata janë si sfungjerët, duke marrë gjithçka brenda, thotë Jody Johnston Pawel, një edukatore prindërish dhe autore e The Parent's Toolshop: The Universal Blueprint for Building a Healthy Family. Ekspertët e quajnë atë modelim - bëni gjënë e duhur dhe fëmija juaj ka më shumë gjasa ta ndjekë. Tërboheni shpejt kur vogëlushi juaj derdh qumështin e tij dhe ju do të përcillni një mesazh; me qetësi ndihmojeni atë ta pastrojë dhe do t'i mësoni diçka tjetër plotësisht.

Lidhja e fjalëve me emocionet e të voglit tuaj ndihmon gjithashtu në rritjen e durimit. Fëmijët e vegjël në përgjithësi nuk mund të thonë shumë, por ata kuptojnë shumicën e asaj që ju u tregoni. Pra, nëse fëmija juaj 18-muajsh fillon të shqetësohet kur nuk mund të bashkojë enigmën e tij, thuajini se e kuptoni dhe e pranoni zhgënjimin e tij. Në mënyrë të ngjashme, nëse e gjeni veten gati të fryni një siguresë, shpjegoni se si ndiheni në vend që të sulmoni.

Fëmijët e vegjël nuk kanë të njëjtën ndjenjë të kohës si ne, gjë që e bën edhe më të vështirë për ta të jenë të durueshëm. Ju mund të ndihmoni duke shënuar kohën në mënyra të tjera përveç minutave dhe orëve. Për shembull, nëse fëmija juaj kërkon pak lëng kur jeni në mes të larjes së enëve, në vend që të përgjigjet me: "Do ta marr për pesë minuta", provoni të thoni "Do ta marr sa më shpejt". mbarova me këto pjata." Në këtë mënyrë, ai mund të shikojë përparimin tuaj dhe të vlerësojë se sa shpejt do të marrë lëngun e tij.

3. Përgjegjësia

Për të pasur sukses në jetë, thotë Doreen Virtue, PhD, psikoterapiste në Los Anxhelos dhe autore e librit Emocionet e tua, ti vetë, duhet të dish se si të marrësh angazhime dhe të ndjekësh. Është diçka që edhe një fëmijë mund të fillojë ta trajtojë. Në fakt, kur 1-vjeçarja juaj me gëzim fillon të lëshojë shishen e saj në dysheme, duke pritur që ju ta merrni atë, vetëm për ta përsëritur këtë ushtrim vazhdimisht, ajo është gati të fillojë të mësojë për përgjegjësinë. Kjo për shkak se ajo ka zhvilluar një kuptim rudimentar të shkakut dhe pasojës dhe të kuptuarit se veprimet e saj kanë pasoja.

Në mënyrë të veçantë, kjo do të thotë që ju mund të filloni të mendoni për përgjegjësitë e foshnjës, si t'i jepni asaj një lugë dhe t'i kërkoni asaj t'ia japë babait. Ndërsa ajo rritet, ju mund t'i bëni punët më të avancuara, ndoshta duke i kërkuar që të hedhë çorapet në pengesë ose të grumbullojë librat e saj. Ju do ta bëni gjithçka shumë më të këndshme nëse shpjegoni edhe vlerën e secilës detyrë. Por sigurohuni që t'i mbani shpjegimet tuaja të shkurtra për të shmangur konfuzionin; për shembull, pengesa është "ku shkojnë rrobat e pista për t'u pastruar", dhe grumbullimi i librave "e bën të lehtë gjetjen e asaj që dëshironi të lexoni herën tjetër". Ajo mund të mos i kuptojë shpjegimet tuaja në fillim, por përfundimisht idetë do të fundosen.

Ndihma për të pastruar është, natyrisht, një punë e dobishme. Por mos prisni shumë. Për një fëmijë të vogël, marrja e më shumë se tre ose katër lodrave mund të jetë dërrmuese. Provoni ta bëni atë një lojë ose të këndoni një këngë të veçantë pastrimi ndërsa i lini lodrat.

Natyrisht, shpesh jemi kaq të nxituar saqë i dekurajojmë fëmijët tanë të bëjnë punët e shtëpisë, sepse u merr shumë kohë. Nëse jeni në presion për kohën, zgjidhni një ose dy përgjegjësi kryesore - por sigurohuni që t'i zbatoni ato.

4. Empatia

Empatia është çelësi për zhvillimin e kompetencës sociale të një personi. Për të pasur marrëdhënie të suksesshme, duhet të dini se si ndihen njerëzit dhe të përgjigjeni siç duhet. Ndërsa edhe foshnjat shfaqin një formë primitive ndjeshmërie, fëmijët nuk bëhen realisht të aftë për ta vënë veten në vendin e tjetrit deri diku midis moshës 3 dhe 6 vjeç. Përpara kësaj, ata kanë vështirësi ta shohin botën nga perspektiva e dikujt, përveç atyre të tyre. Kur një 2-vjeçar godet në kokë shokun e tij, ai nuk e kupton se dhemb sepse ai vetë nuk ka ndier asgjë.

Por ka shumë që mund të bëni për të ndihmuar një fëmijë të zhvillojë ndjeshmëri. Pyetni vogëlushin tuaj: "Si do të ndiheshit nëse kjo do t'ju ndodhte?" nuk e pret, pasi ai është thellësisht egocentrik. Në vend të kësaj, shpjegoni atij se si veprimet e tij ndikojnë tek të tjerët. Nëse ai kafshon vëllanë e tij, shpjegoni se dhemb dhe mund të shkaktojë bujë. Nëse shihni një fëmijë tjetër me gjurin e lëkurës, flisni se si duhet të pickojë. Dhe jini gati t'i bëni ato komente pa pushim. Kjo është një cilësi që duhet të përsëritet shumë përpara se të mund të presësh që të bëhet.

Kujdes nga televizioni. Nëse shikoni filma vizatimorë në të cilët personazhet rrahin njëri-tjetrin, tregoni se si, në jetën reale, kjo do të ndihej keq. Ndërsa ndryshimi midis realitetit dhe fantazisë është ende i paqartë për fëmijën tuaj, ju do të mbillni farën e një mësimi të rëndësishëm. Duhet tu përcjellin fëmijëve mesazhin se ndjeshmëria, dhembshuria dhe miqësia janë komponentë të rëndësishëm të një jete të lumtur. Ata theksojnë ndarjen, respektin reciprok dhe dashurinë. Fëmijët që shikojnë këto programe i modelojnë sjelljet e tyre sipas asaj që shohin.

Akoma më e rëndësishme është sjellja juaj si prind. Bëjuni fëmijës tuaj ashtu siç dëshironi që fëmija juaj t'u bëjë të tjerëve. Kjo do të thotë t'i kushtoni vëmendje nevojave të tij dhe t'i tregoni atij se i respektoni ndjenjat e tij.

5. Mbështetja te vetja

Duke mësuar të veprojë në mënyrë të pavarur, fëmija juaj do të rritet me një busull të brendshme mjaft të fortë për të ditur se çfarë dëshiron dhe për të bërë gjykime të shëndosha vetë. Ndoshta atributi më efektiv që mund t'i kaloni fëmijës tuaj -- ai që e ndihmon atë të jetë i durueshëm, i përgjegjshëm dhe i vetë-mjaftueshëm - është aftësia për të zgjidhur problemet. Nëse fëmija juaj 14 muajsh po bëhet i padurueshëm sepse nuk mund të luajë me lodrën e një fëmije tjetër, pranoni pakënaqësinë e saj, por inkurajojeni të kërkojë zgjidhje të tjera.

Ndihmojeni fëmijën tuaj të ndajë detyrat në hapa të vegjël dhe më pas lëreni të zotërojë çdo hap vetë. Nëse ajo mund të kuptojë se si të heqë peshqirin e saj, ajo do të ndihet më autonome dhe më e sigurt në trajtimin e detyrave më të mëdha në shtëpi.

Ju gjithashtu mund të ndihmoni në ndërtimin e mbështetjes te vetja duke i dhënë fëmijës tuaj gjëra të përshtatshme për moshën për të bërë. Kjo mund të nënkuptojë ta mësoni të ushqehet me lugë dhe një vit më vonë, të vesh një këmishë të gjerë. Bëjini gjërat sa më të lehta që të jetë e mundur - blini këpucë me lidhëse vetë në vend të lidhëses, për shembull - dhe përgatituni të ndihmoni kur është e nevojshme.

Një nga mënyrat më të mira që fëmija juaj të mësojë mbështetjen te vetja është duke modeluar sjelljen tuaj. Nëse keni probleme, le të themi, me montimin e kompjuterit tuaj të ri, flisni me veten me zë të lartë, duke ecur nëpër hapat, në mënyrë që fëmija juaj t'ju shohë duke kaluar procesin e zgjidhjes së problemit.

Ndërsa jeni me të, mos harroni të nxisni individualitetin e fëmijës suaj. Mos harroni se është e rëndësishme të kërkoni dhe të pranoni mendimet e saj. Nëse e shihni atë duke rrëmbyer të njëjtën këmishë përsëri dhe përsëri, thoni "Kjo duhet të jetë e preferuara juaj". Kur ajo është më e vjetër, ju mund të inkurajoni vendime më të sofistikuara. Kur bëni pazar, kërkojini vogëlushit tuaj të zgjedhë një këmishë nga dy.

Problemi është se mësimi i këtyre cilësive mund të marrë shumë kohë - lënia e fëmijëve të zgjidhin problemet e tyre kërkon kohë - dhe kjo është diçka që prindërit thjesht nuk e kanë. Por ju do ta ndihmoni më shumë fëmijën tuaj nëse i rezistoni të hidheni dhe të bëni gjëra për të.

Ajo minutë shtesë do të shpërblehet në vitet e ardhshme.

Top of Form

Bottom of Form