

CZTERY „P” POMYŁEK

-

WYKORZYSTAJ BŁĘDY JAKO WSPANIAŁĄ OKAZJĘ DO NAUKI!

Czy rodzice w ogóle popełniają błędy? Czy zdarza się nam powiedzieć dziecku coś czego później żałujemy? Zareagować w sposób, którego się wstydzimy? Ukarać za coś, a gdy emocje opadną mieć poczucie, że kara była zbyt surowa? Odpowiedź na wszystkie te pytania oczywiście brzmi TAK. A czy mamy prawo do takich pomyłek i targających nami emocji? Ponownie TAK.

Co więc możemy zrobić w sytuacji, kiedy popełnimy błąd? Jak go naprawić i zadbać o dobrą relację z własnym dzieckiem? Pozytywna Dyscyplina ma na to cudownie prostą odpowiedź. Jeżeli uświadomisz sobie popełniony błąd i zastosujesz cztery „P” pomyłek to zyskasz szansę na zbudowanie szczerej, emocjonalnej a jednocześnie sprawczej komunikacji z latoroślą.

Po pierwsze **Przyznaj, że popełniłeś błąd**

- Porozmawiaj z dzieckiem o tym obszarze sytuacji - reakcji, za który to Ty ponosisz odpowiedzialność (unikaj słów wskazujących na obwinianie, poczucie winy). Skoncentruj się na tym, czego ty jako rodzic możesz się nauczyć z tego błędu

Po drugie **Przejmij odpowiedzialność**

- Opowiedz dziecku konkretnie, na czym polegał błąd „Straszyłem Cię, zamiast powiedzieć, jak się czuje i czego oczekuje w tej sytuacji”

Po trzecie **Pogódź się**

- Po prostu przeproś. Powiedz, że jest Ci przykro. Daj dziecku szansę na wielkoduszność 😊

Po czwarte **Poszukaj rozwiązania**

- Zastanów się wraz z dzieckiem nad umową, która pozwoli Wam uniknąć tego problemu w przyszłości lub też rozwiązać go w atmosferze szacunku. Wspieraj się kartami pozytywnej dyscypliny. Pytaj dziecko o oczekiwania. Korzystajcie z burzy mózgów