

Tėvystės iššūkiai kasdieninėse situacijose

Kasdieninėse vaiko auginimo iššūkiuose mums kyla įvairiausių emocijų ir minčių, kurios paskatina automatines mūsų reakcijas, kurios ne visada padeda mums pasiekti užsibrėžtų tikslų. Todėl verta sustoti ir sureaguoti ne automatiškai, o išmintingai.

Vaiko nepriimtinas elgesys	Mūsų elgesys	Mūsų emocija	Mūsų mintys	Geresnė mūsų reakcija
Gavo blogą pažymį	Aprėkiame vaiką. Nubaudžiame. Parodome, kad nusivylėme juo.	Nusiviliame vaiku, savimi; supykstame ant vaiko, savęs ar mokytojo, pajaučiame beviltiškumą...	Iš mano vaiko nieko gero nebus; Kaip jį priversti geriau mokytis? Kokia gėda...	Išsiaiškinti dėl kokių priežasčių vaikas gavo blogą pažymį. Išklausyti vaiko pasakojimą, Paklausti kokios pagalbos reikia vaikui. Pardėlioti savo lūkesčius vaikui. Ar gero pažymio reikia vaikui ar man? Suvokti kodėl, tas pažymys yra toks svarbus man.
Pamelavo	Užsipuolame vaiką ir atskaitome moralą. Nubaudžiame.	Pyktis, nerimas, kaltė, gėda...	Dar to betrūko, kad meluotų, aš jam viską atiduodu, o jis šitaip su manimi elgiasi; ir kas iš jo užaugo...	Įvertinti vaiko melo priežastis; pagalvoti ar ne per griežtai auklėjame ir baudžiame vaiką; pagalvoti ar melas nėra raidos etapo dalis.
Nesitvarko kambario	Verčiame tvarkytis, ginčijamės, sutvarkome patys...	Pyktis, gėda, jei kas pamato netvarkingą vaiko kambarį; liūdesys, nusivylimas, bejėgiškumas...	Iš kur toks nevala?; Kas iš jo bus?	Parodyti kaip tvarkytis, tvarkytis kartu, pasakyti konkrečiai ką susitvarkyti, leisti turėti dalį netvarkos savo kambaryje.
Atsikalbinėja	Pakeliame balsą, pradedame kelti ultimatumus, verčiame tuoj pat įvykdyti komandą.	Pyktis, nusivylimas, bejėgiškumas, liūdesys...	Kas su mano vaiku negerai? Visi vaikai kaip vaikai, o mano... Aš, kai buvau vaikas šitaip nesielgiau... Už ką man tai?	Trumpam atsitraukti; priimti vaiko emocijas, suteikti vaikui laiko įgyvendinti susitarimus.