

Žodžiai sukeltantys dramą ar ją mažinantys

Žodžiais galime užmušti žmogų arba jį pagydyti. Žodžiai galinga jėga, o kalbame mes nuolat ir dažniausiai nemąstydami nei ką nei kaip. Šeimoje skaudžių žodžių pasakome daugiausia. Šiuolaikiniai vaikai drąsus, pasitikintys savimi ir žiūrintys į savo tėvus kaip į lygiaverčius, todėl auklėjant vaikus kyla tikrai nemažai dramų. „Kodėl?“, „Už ką“, „Kas man iš to?“ ir panašius ginčus girdi nevienas tėtis ir mama. Taigi, kaip būdami suaugę galime palaikyti kuo ramesnę atmosferą namuose:

Žodžiai sukeltantys dramą	Žodžiai kuriantys harmoniją
Nusiramink!	Ramiai...
Tu visada... Tu niekada...	Aš norėčiau, kad tu...
Kiek galiu tau kartoti ir kartoti...	Kaip mes esame sutarę? Kokia mūsų namų taisyklė?
Dabar pat eini ir...	Pabaik žaisti ir tada...
Visi vaikai kaip vaikai, o tu...	Padarykite išminties pauzę 😊
Jei aš taip savo tėvams būčiau pasakęs, tai...	Aš tave gerbiu, prašau ir mane gerbti.
Patylėk, kai kalba už tave vyresnis žmogus.	Prašau su manimi kalbėti švelnesniu tonu/ pagarbiai.
Tu vėl mane pertrauki.	Prašau leisti man pabaigti kalbėti.
Labai mane nuvylei.	Prašau labiau pasistengti.
Kodėl muši broli/sesę?	Prašau draugiškai elgtis su broliu/sesė.
Aš juk tau sakiau...	Kitą kartą pasistengsi labiau ir tau pavyks.
Tiek to, padarysiu tai aš.	Prašau pabandyk dar kartą.

Psichologė-psichoterapeutė Gintarė Jurkevičienė