

НОВИ И МОДЕРНИ ТЕХНИКИ ЗА ОБЩУВАНЕ

А. Утвърждения, които Вие и Вашето дете можете да използвате:

- Аз имам много приятели;
- Мога да рисувам /пея, танцувам, чета/ добре;
- Мога да смятам правилно;
- Мога да постигна целта си;
- Винаги съм на точното място в точното време;
- Аз съм здрав и щастлив.

Б. Визуализация:

Винаги си представяйте обстоятелствата, сякаш са реални и ви се случват в момента. Вие пораждате образи в ума си с помощта на въображението, виждате се и усещате как го извършвате точно сега. Повторението насочва мислите към добрия изход. Изгражда самоувереност, която позволява на децата да правят правилния избор и да намират пътя към осъществяване на целите си.

В. Оценяване:

Оценяването засилва мотивацията и прави детето по-самоуверено. То учи децата да се доверяват на решенията, които вземат. Оценяването мотивира децата да преследват целите си и развива чувството за отговорност.

Г. Премахване на негативни мисли:

Правенето на нещо друго или мисленето за нещо друго измества вниманието на детето от проблема и това е ефективен начин да се трансформира негативната емоционална енергия в ползотворна физическа дейност. Концентрирането върху нова, позитивна мисъл прогонва лошото от ума.

Д. Емоционален коефициент:

Най-важното преимущество на емоционалния коефициент е, че той е по-малко заложен генетично и дава възможност на родителите и преподавателите да компенсират там, където природата е пропуснала да реши шансовете на едно дете за успех.

Коефициента на интелигентност на съвременните деца е нараснал с 20 точки в сравнение с 20-ти век. Но социалните и емоционалните умения на децата намаляват.

Емоционалният коефициент е по-важен за успеха на детето от коефициента на интелигентност.

Например за възпитаване на емоционален коефициент са изключително важни:

1. Смеха
2. Задружните игри

Терминът „Емоционална интелигентност“ е използван за първи път през 1990 година от Питър Саловей от Харвардския университет и Джон Майер от Университета в Ню Хемпшир. Те описват емоционалните качества за постигане на успех:

- Съчувствие
- Изразяване и разбиране на чувства
- Контролиране на настроението
- Независимост
- Приспособимост

- Способност да бъде харесван
- Способност да разрешава междуличностни проблеми
- Настойчивост
- Дружелюбност
- Любезност
- С чувство за уважение

Осъзнаването, че усилието може да компенсира дадена способност, става ключов фактор между 8 и 12 годишна възраст.

Не съществува понятието „съвършен родител“, но доста психолози използват термина „достатъчно добър родител“.