

વધુ સારી રીતે આગળ વધવું (2023)

માવતરની ભૂમકિઓ: અલગ થયેલ માવતર માટે



➔ જ્યારે માતા-પતિ અલગ થાય છે, ત્યારે તેઓ કેટલીકવાર એવી વસ્તુઓ કરે છે જે તેમના બાળકોને મુશ્કેલ સ્થિતિઓમાં મૂકી શકે છે. શું તમે આમાંથી કોઈ વર્તનને ઓળખો છો? વધુ જાણવા માટે કાર્ડને ફેરવો.

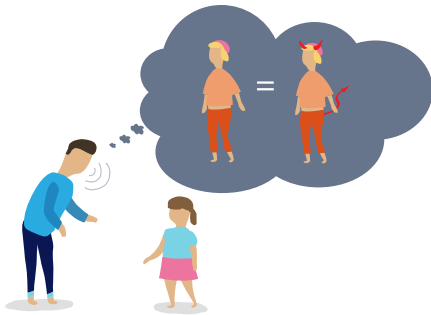
A)



B)



C)



D)



માવતરની ભૂમકિઓ: અલગ થયેલ માવતર માટે

A. તમારા બાળકના અન્ય માવતરને ઉશ્કેરવા

જો તમે તમારા ભૂતપૂર્વ જીવનસાથીના તણાવ અથવા ચંતિમાં વધારો કરો છો, તો તે તમારા બાળક પર સીધી અસર કરી શકે છે. જે માવતર ભાવાભક્ષિત અનુભવે છે, તેમના માટે તેમના બાળકની જરૂરિયાતોને પહેચી વળવું મુશ્કેલ હશે.

તેના બદલે આ અજમાવો: તમારા નરિશયોને તમારા બાળકની દરષ્ટિ જુઓ. પોતાને પૂછો, ‘આ મારા બાળકને કેવી રીતે અસર કરી શકે છે?’

C. તમારા બાળકના બીજા માવતર વશિ ખરાબ બોલવું

જ્યારે માતા-પતિ એકબીજા વશિ ખરાબ બોલે છે, ત્યારે બાળકોને કોઈનો પક્ષ લેવાની ફરજ પડી શકે છે. તેઓ તમને સમસ્યાઓ વશિ જણાવવાનું ટાળી શકે છે કારણ કે તેઓ તમારી પ્રતિક્રિયા વશિ ચંતિતિ રહેશે.

તેના બદલે આ અજમાવો: જો તમારે અભવિચક્ર કરવાની જરૂર હોય જ, તો કોઈ વશિવસનીય મતિર અથવા કુટુંબના સભ્યને મળો. ઉકેલો શોધવા પર કામ કરો અને ખાતરી કરો કે તમે તમારા બાળકને કોઈપણ નકારાત્મક વનિમિચથી સુરક્ષતિ કરો છો.

B. મનપસંદ માતા અથવા પતિ બનવાની હરીફાઈ કરવી

તમારા ભૂતપૂર્વ જીવનસાથી સાથે સ્પર્ધા કરવાનો અર્થ એ હોઈ શકે છે કે તમે તમારા બાળકને ખરેખર શું જોઈએ છે, તેની સાથે સંપર્ક ગુમાવો છો. મોટાભાગના બાળકો ફક્ત તેમના માતાપતિનો સમય અને ધ્યાન ઇચ્છતા હોય છે.

તેના બદલે આ અજમાવો: તમારા બાળકને તમારી પાસેથી શું જોઈએ છે તેના પર ધ્યાન કેન્દરતિ કરો. પોતાને પૂછો, ‘શું હું આ મારા બાળકના શરેષ્ઠ હતિ માટે કરું છું, કે કોઈ અન્ય કારણથી?’

D. તમારા બાળકને તેના અન્ય માવતર વશિ વાત કરતા અટકાવવું

તમારા બાળકને તેના અન્ય માવતર વશિ વાત કરતા સાંભળીને દુઃખ થઈ શકે છે. પરંતુ જો બાળકોને લાગે કે તેઓ તેમના માતા-પતિને પરેશાન કરી રહ્યા છે, તો તેઓ જે કહે છે તેમાં કાપ મૂકવાનું શરૂ કરી શકે છે.

તેના બદલે આ અજમાવો: યાદ રાખો કે તમારું બાળક હજી પણ તેના અન્ય માવતરને પ્રેમ કરે છે. ડુચિબિતાવો, કંઈક હકારાત્મક કહો, અને હસવાની પ્રયાસ કરો – ભલે તે હંમેશાં સરળ ન હોય.