

## JAK MÓWIĆ, ŻEBY DZIECI SIĘ UCZYŁY

Każdy wie, że raport między dorosłym i dzieckiem jest bardzo ważny. Natomiast nie każdy zdaje sobie sprawę, iż za pomyślny dialog między dorosłym i dzieckiem, odpowiadamy właśnie my – dorośli. To na nas ciąży największa odpowiedzialność, by owe stosunki były zdrowe, korzystne dla obu stron.

W porządku, ale jak tego dokonać? Największą rolę w życiu dziecka spełniają rodzice i nauczyciele. To oni kształtują jego osobowość, inteligencję, kulturę oraz spojrzenie na świat. Najważniejsze jest, byśmy widzieli w dziecku przede wszystkim człowieka z całym wachlarzem uczuć, jakie może on przeżywać w każdej chwili swego życia. Musimy wszystkie emocje dziecka traktować poważnie, z szacunkiem. To nic, że czasem mogą się nam wydawać błahie i nieistotne. Dla młodego człowieka jego przeżycia wewnętrzne są najważniejsze na świecie. I w taki sam sposób my musimy do nich podejść. Na pierwszy rzut oka wydaje się to niesamowicie trudne. I rzeczywiście tak jest. Ale wystarczy, gdy każdy z nas przypomni sobie swoje własne dzieciństwo. Z pewnością każdy pragnął być wtedy traktowany z szacunkiem i powagą. Nie chcieliśmy, by traktowano nas, jak dzieci, lecz jako ludzi, którzy mają coś do powiedzenia.

Inną ważną sprawą jest empatia. „Empatia” to znaczy wczucie się w sytuację, w uczucia drugiego człowieka. W tym przypadku to my musimy wczuć się w sytuację dziecka, tak by przeżywać razem z nim jego uczucia. Należy całkowicie wyzbyć się jakiegokolwiek oceny danej sytuacji lub odczuwanych w związku z nią emocji. Wiąże się to z całkowitą akceptacją wewnętrznego stanu emocjonalnego dziecka. Wymaga to od nas całkowitego skupienia uwagi na tych przeżyciach.

Kolejną bardzo istotną kwestią, jest umiejętność słuchania. Musimy nauczyć się koncentrować swoją uwagę na tym, co mówi do nas dziecko. Najważniejsze są tu jego uczucia. Zdajemy sobie sprawę, że nie zawsze tak jest, iż dziecko się przed nami otwiera. Wymaga to wielu zabiegów z naszej strony, a na pewno najważniejszym z nich jest sztuka słuchania drugiej osoby.

Kolejny krok to dążenie do partnerskiej relacji rodzice – nauczyciel. Rodzice działają przede wszystkim na polu domowym. Mają z dziećmi największy i najbliższy kontakt, a więc muszą włożyć najwięcej pracy w stworzenie odpowiednich relacji między sobą i swoim dzieckiem. Natomiast nauczyciel działa głównie w szkole. Tylko wtedy ich praca może dać pozytywne efekty, gdy rodzice i nauczyciele będą współpracować.

Teraz, gdy już wszystko wiemy o podstawach zdrowych relacji między dzieckiem a dorosłym, zastanówmy się, w jaki sposób mówić do dzieci, by nas słuchały. Nie należałoby tu oddzielać domu od szkoły. W obu tych sferach zdarzają się podobne sytuacje.

Jak już wcześniej wspomniałam, należy zachęcić dziecko do rozmowy, tak by otworzyło się przed nami i opowiedziało nam o swoich uczuciach. Zamiast zaprzeczać uczuciom, nazwij je. W momencie, kiedy zaprzeczamy uczuciom, możemy łatwo zniechęcić dziecko. Natomiast, kiedy określamy i zaakceptujemy uczucia, dziecko otrzymuje zachętę do podejmowania dalszych działań. Nie powinniśmy również krytykować lub udzielać jakichkolwiek rad. Należy potwierdzić uczucia słowem lub pomrukiem, np. „och”, „mhm” lub „rozumiam”. Zamiast rozsądnie przekonywać i tłumaczyć, dajmy dziecku w fantazji to, czego nie może mieć naprawdę. Nie możemy ignorować uczuć. Musimy je zaakceptować, nawet wtedy, gdy według nas zachowanie jest nie do przyjęcia. Zamiast krytykować, wypytywać, udzielać rad, lepiej jest zaakceptować i potwierdzić uczucia i pragnienia dziecka.

Kiedy dziecko udzieli informacji o swoim stanie ducha, należałoby przyjrzeć się trzeźwo konkretnemu problemowi. Pomóżmy dziecku go opisać. Teraz możemy pozwolić sobie na odrobinę dystansu. Zachęćmy również dziecko do takiego podejścia. Tylko pamiętajmy: nie orzekajmy niczyjej winy. Następnie udzielimy informacji, która wynika z danej sytuacji. Kiedy udziela się konkretnej informacji zamiast obrażać, istnieje większe prawdopodobieństwo, że dziecko zmieni swoje zachowanie. Później można zaproponować

jakiś wybór. Zaproponować, lecz nie narzucać! Pamiętajmy, że groźby i rozkazy wywołują w dziecku poczucie bezradności albo chęć oporu. Wybór otwiera furtkę do nowych możliwości. Nie możemy zapomnieć, by powiedzieć również o swoich uczuciach. Kiedy dorosły opisuje swoje uczucia, nie atakując i nie ośmieszając dziecka, jest ono w stanie go wysłuchać i zareagować w sposób odpowiedzialny. Może się również zdarzyć tak, iż dziecko nas nie wysłucha. Ale kiedy zobaczy to samo na piśmie, łatwiej do niego dotrze. Piszmy więc swoje komunikaty.

Aby lepiej zrozumieć te wszystkie mechanizmy, przyjrzyjmy się konkretnej sytuacji, kiedy dziecko nie chce odrabiać lekcji. Najpierw wysłuchajmy tego, co dziecko czuje i jakie ma potrzeby. Wykażmy zrozumienie. Teraz kolej, byśmy wyrazili swoje odczucia i potrzeby. Zaprośmy dziecko do wspólnej „burzy mózgów”, by znaleźć wspólnie właściwe rozwiązanie problemu. Zapiszmy wszystkie pomysły nie oceniając ich. Zdecydujcie wspólnie, które wam się podobają, które możecie zaakceptować i zaplanujcie, jak je zrealizować.

W sytuacji, gdy coś konkretnego w zachowaniu dziecka nie podoba się nam, musimy być bardzo ostrożni. I zamiast wytykać błędy, opiszmy to, co zostało zrobione i co należy jeszcze zrobić. Zawsze szukajmy okazji, by przedstawić dziecku jego nowy wizerunek, np. „Kasiu, musiałaś bardzo uważać. Zrobiłaś to dokładnie tak, jak kazałam.” Lub „Krzysiu, nie straciłeś ani minuty. Gdy tylko wróciłeś z boiska, zabrałeś się do pracy.” Starajmy się stworzyć sytuacje, w których dzieci mogą zobaczyć siebie w innym świetle, np. „Agnieszko, dopilnuj, żeby Koko miał codziennie wysprzątaną klatkę, świeży pokarm i wodę. Liczę na ciebie.” Niech dzieci słyszą, kiedy mówimy o nich coś dobrego. Przypominajmy dzieciom tak często, jak to tylko możliwe, o ich dotychczasowych osiągnięciach.

Wszystko to wiąże się z czynnością stosowania pochwał. Zamiast ganić i wytykać błędy, lepiej jest chwalić dziecko za każde, nawet najmniejsze osiągnięcie. Psychologowie twierdzą, że to przynosi mnóstwo korzyści. Buduje poczucie własnej wartości dziecka, a to z kolei jest motorem napędowym wszystkich pozytywnych działań dziecka.

Bardzo ważne jest, byśmy nie przypisywali jakichś ról, np. Ania jest specjalistką tylko od gramatyki, Łukasz zna się tylko na samochodach, a Krzysiek tylko pięknie szkicuje. Tak to wszystko może być prawdą, jednak dziecko nie powinno czuć się dobrze tylko w jednej określonej dziedzinie. Takie „etykiety” wędrują za dzieckiem przez całe życie i mogą powodować dyskomfort psychiczny związany z brakiem umiejętności w innych dziedzinach, a nawet brakiem prób ze strony dziecka, by zgłębić wiedzę w innych sferach. Podobnie jest też z „szufladkowaniem charakterów” dzieci. Każde dziecko musi być postrzegane osoba o wielorakich cechach: raz nieśmiała i zamknięta w sobie, raz hałaśliwa i otwarta, raz powolna i zamyślona, raz szybka i zdecydowana, raz uparta i niezdolna do współpracy, raz ustepliwa. Ale nigdy jednakowa, ciągle podlegająca zmianom, zawsze mająca szansę rozwoju.

Nagrody należy stosować zawsze – to wiadomo. Co natomiast z karaniem? Zakłada się, iż zamiast wymierzania kary, trzeba zaproponować wybór. Dorosły musi wyrazić dezaprobatę postępowania dziecka, to normalne. Dziecko musi zdawać sobie sprawę, iż popełniło błąd. Później dorosły powinien określić swoje oczekiwania, a następnie wskazać dziecku drogę, w jaki sposób może się poprawić. Musimy pozwolić dziecku, by odczuło konsekwencje własnego zachowania. Bo tylko wtedy jest w stanie zrozumieć swój błąd, wyciągnąć z niego wnioski na przyszłość.

To są podstawowe zasady, w jaki sposób mamy postępować, by dzieci nas słuchały. Jednak zasady to nie wszystko. Tak naprawdę musimy zaufać swojej intuicji, swojej życiowej mądrości. I wykazać się przy tym szczególną delikatnością w relacjach z dziećmi. Nie zapominajmy, że są to istoty z krwi i kości, tak jak my, natomiast charakteryzują się o wiele większą wrażliwością na wszelkie nasze komunikaty.

Opracowała:  
mgr Małgorzata Piłatowska