**Jak zachęcić dzieci do współpracy**

Opublikowano: wtorek, 04, czerwiec 2013 20:06

Wykorzystanie w działalności wychowawczej poradnika prezentującego nowoczesne metody oraz doświadczenia rodziców w wychowaniu dzieci.

**I. „Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały „ i „Jak słuchać, żeby do nas mówiły”**

Publikacja książki Adele Faber i Elaine Mazlish, „*Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały. Jak słuchać, żeby do nas mówiły*”,  stanowi poradnik dla rodziców opisujący doświadczenia amerykańskich i polskich rodziców. W książce przedstawione zostały metody wychowawcze i praktyczne sposoby ich wdrażania.  Przedstawione są  drogi uzyskiwania kompromisu w relacjach rodzic-dziecko, pozwalających na wyeliminowanie bezużytecznych rozmów na rzecz komunikowania się, uzyskiwania porozumienia.

Współżycie i współpraca z dziećmi to proces długi i wyczerpujący. Wymagający serca, inteligencji a przede wszystkim wytrwałości.

*Rodzice często stawiają pytanie:*

*Czy to, w jaki sposób się mówi ,nie jest równie ważne jak to,  co się mówi?*

Ton głosu jest tak samo ważny jak wypowiedziane słowa. Najlepsza metoda może nie poskutkować, jeśli wypowiemy słowa tonem, który informuje: *„Znowu to zrobiłeś...Nigdy się nie nauczysz”.* Nie tylko nasze słowa  muszą wyrażać szacunek, ale także postawa powinna sygnalizować: ”Mam zaufanie do twoich umiejętności i osądów. Kiedy wskażę, na czym polega problem, będziesz wiedział, co zrobić”.

Aby pomóc dziecku, by radziło sobie z własnymi uczuciami należy:

1.Słuchaj dziecka bardzo uważnie, gdyż dziecko może się zniechęcić, próbując dotrzeć do kogoś, kto tylko udaje, że nas słucha.

Dużo łatwiej podzielić się swoimi kłopotami z rodzicem, który       rzeczywiście słucha. Często współczujące milczenie jest tym, czego    oczekuje dziecko.

2.Zaakceptuj jego uczucia słowami: ”Och ”, „mmmm”, „rozumiem”. Dziecku trudno jest myśleć jasno i konkretnie, kiedy ktoś pyta, gani lub radzi .Bardzo pomocne jest zwyczajne: „rozumiem”, czy pokiwanie głową. Takie słowa w połączeniu z wytężoną uwagą zachęcają dziecko do wyrażania własnych uczuć i myśli oraz szukania własnych rozwiązań.

3.Określ te uczucia. Kiedy usiłujemy nakłonić dziecko, aby odsunęło od siebie złe myśli, wydaje się ono jeszcze bardziej wytrącone z równowagi. Rodzice zwykle nie rozmawiają o rzeczach przykrych dla dziecka, z obawy, że może to pogorszyć sprawę. Prawda jest wręcz przeciwna. Dziecko, słysząc słowa o tym czego doświadczyło, jest w pełni zadowolone, czasem pragnie wyrazić swoje głębokie przeżycia.

4.Zamień pragnienia dziecka w fantazję. Jeżeli dziecko domaga się czegoś, czego nie może otrzymać, dorośli zwykle logicznie tłumaczą, że tego nie mają. Często , im usilniej tłumaczą, tym dzieci mocniej protestują. Spróbujmy zamienić pragnienia w fantazję np. „Chciałabym mieć magiczną moc, aby wyczarować dla ciebie całe pudło chrupek”.

Dorośli używają często słowa” proszę”, żeby zmniejszyć ciężar bezpośredniego rozkazu np. ”Proszę , nie skacz po tapczanie”, ”Proszę nie rób tego”! Dzieci często nie słyszą słowa „proszę” i buntują się przeciwko rozkazom. A to z kolei determinuje większość rodziców. Co gorsza, same dzieci  używają słowa „proszę” jako formy nacisku:” Mamo, musisz pojechać ze mną do sklepu, proszę. Powiedziałam „proszę”, prawda?

Ponieważ istnieje wiele innych metod zachęcenia do współpracy proponuje się stosowanie słowa „proszę” tylko w sytuacjach nie nacechowanych emocjami, kiedy po prostu chcemy nauczyć podstawowych zasad grzeczności:” Podaj mi chleb, proszę”.

Zdarza się, że zbyt często używamy słowa „nie” .Starajmy się udzielać informacji. Istnieją pewne sposoby, które pomagają rodzicom zachować stanowczość bez prowokowania konfrontacji.

Przykład 1:

Dziecko: czy mogę teraz iść się pobawić do Jasia?

Zamiast: ”Nie, nie możesz”

Wyjaśnij: „Za 5 minut mamy obiad”

Mając tę informację, dziecko może powiedzieć sobie: „pewnie teraz nie mogę iść”.

Przykład 2:

Dziecko: czy mogę iść na plac zabaw?

Zamiast: „Nie, nie  zjadłeś obiadu”.

Zastąp to wyrazem „tak”: „Tak, naturalnie, gdy tylko zjesz obiad”.

Kiedy tylko to możliwe, zastąp „nie” wyrazem „tak”.

**W jaki sposób zachęcić dzieci do współpracy?**

Słowo „współpraca” oznacza „pracować wspólnie dla osiągnięcia określonego celu.” Często bywa tak, że dla dorosłych słowo współpraca przypomina slogan reklamowy; „Po prostu to zrób!” Co się dzieje z wówczas z tymi dziećmi? Mówimy o nich, że są niedojrzali, niegrzeczni, uparci itd. Może dlatego ,że są dziećmi i może to my, dorośli, powinniśmy starać się lepiej rozumieć, jak naprawdę zachowują się dzieci”?

Często używamy słów :”Podnieś rękę”, Stój równo”, Mów ciszej” ,”Nie pchaj się” itd.

Zamiast przekazywać wiedze i wychowywać tracimy czas na kontrolowanie niesfornych dzieci. Często jest tak, że im więcej wydajemy rozkazów, tym większy dzieci stawiają opór.

**7 sposobów zachęcania dzieci do współpracy:**

Opiszmy problem - zamiast oskarżać (wyobraźmy sobie sytuacje: dziecko malowało farbami i ubrudziło podłogę)

-Kasiu, jesteś taka niechlujna. Zobacz co zrobiłaś?!

Opisz problem: Kasiu, na podłodze jest trochę farby.

Jeśli opisujemy problem, zamiast oskarżać lub wydawać rozkazy, dzieci są bardziej skore do tego, by zachowywać się odpowiedzialnie.

(sytuacja: dziecko porysowało stół)

-Co ty sobie wyobrażasz? Kto ci pozwolił rysować po stole?!!

Udziel informacji: Nie wolno pisać po stole. Do tego jest papier.

Zaproponujmy wybór - zamiast rozkazywać

(sytuacja: dziecko zbudowało wieże z klocków na stole)

-dziecko: Widzisz , co zrobiłam?

-mama: Słyszałaś co mówiłam?! czas posprzątać, schowaj te klocki!!

Zaproponuj wybór: Jaka wysoka wieża! Wolałabyś, jej nie niszczyć. Możesz odłożyć klocki na półkę albo do pudełka.

Groźby i rozkazy wywołują u dzieci poczucie bezradności albo chęć oporu. Wybór otwiera furtkę do nowych możliwości.

Wyrażajmy słowem lub gestem- zamiast dawać oskarżenie

(sytuacja: dziecko wybiega z domu bez kurtki)

-Dokąd to bez kurtki? Jest mróz! Chcesz się przeziębić?!!

Wyraźmy to słowem i gestem: Kasiu, twoja kurtka.

Dzieci bardzo nie lubią wysłuchiwać długich kazań ani długich wyjaśnień. Jedno słowo czy gest zachęca ich do pomyślenia  o problemie i zastanawiania się, co należy zrobić.

Opisujmy, co czujemy- zamiast sarkazmu

(dziecko wiesz się nam na ręce podczas np. powrotu z przedszkola)

-Czy ja jestem drzewem?! Nie uwieszaj się na mnie. Jesteś nieznośny

Powiedzmy co czujemy: Plecy mnie bolą, kiedy ktoś się na mnie uwiesza.

Opisujmy nasze uczucia, mówmy co nas denerwuje, kiedy nam jest przykro, nie atakując dzieci i nie ośmieszając ich, są oni wtedy w stanie nas wysłuchać i zareagować w sposób odpowiedzialny.

Wyrażajmy to samo na piśmie

Często jest tak, że dzieci nie słuchają tego, co mówią dorośli, ale kiedy widzą to na piśmie, łatwiej to do nich dociera. Słowo pisane jest skuteczne nawet wtedy gdy dzieci jeszcze nie potrafią czytać. Pewna mama miała problem z córką, która bardzo długo szykowała się rano do przedszkola. Pewnego dnia matka zrobiła listę wszystkich czynności, które trzeba rano wykonać. Obok słów narysowała proste obrazki odpowiadające każdej czynności( szczotka do zębów, czesanie włosów, jedzenie śniadania itd.).Od tej pory jej córka co rano sprawdzała, co ma zrobić przed wyjściem do przedszkola. Któregoś dnia z dumą zasłoniła obrazki i „przeczytała” całą listę swojemu tacie.

Wykorzystać element zabawy( mówić innym głosem albo z innym akcentem)

- zamiast wyzywać

(sytuacja: wracamy do domu i jesteśmy przerażeni bałaganem)

-Co za bałagan!! Ale z was świnki. Odrażające!

Spróbujmy wcielić się w inną postać(np. w bohatera jakiejś bajki, gangstera, śpiewaczkę)

-W porząsiu, chłopcy. Sprzątnijcie ten bajzel przed wyżerką, bo będzie z wami krucho!

Takich przykładów można podawać wiele. Warto mieć zawsze na uwadze nadrzędny cel, jaki chcemy osiągnąć. Próbujmy znaleźć taki sposób życia, który pozwoli nam samym czuć się lepiej; aby żyć bez oskarżania i wzajemnego obwiniania się; aby stać się bardziej wrażliwym na uczucia dzieci; aby wyrazić naszą irytację lub złość bez wyrządzania komukolwiek krzywdy. Z pewnością nie popełnimy zbyt dużych błędów, jeżeli zadamy sobie trud wsłuchania się w uczucia naszych dzieci lub porozmawiamy z nimi o naszych własnych uczuciach oraz jeśli bardziej zaabsorbuje nas myślenie o ich przyszłości, a nie rozwiązywanie zaszłości.

*Przygotowano na podstawie: Adele Faber i Elaine Mazlish, „Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały. Jak słuchać, żeby do nas mówiły”, Media Rodzina of Poznań, 1998r.*

Opracowała: Anna Mika