

## Jak zachęcać dziecko do współpracy?

W porozumiewaniu się z dzieckiem najważniejszy jest sposób przekazywania mu poleceń, prośb, informacji. Jeśli zrobisz to właściwie, współpracę dziecka masz zapewnioną.



### **Aby zachęcić dziecko do współpracy:**

- ❖ **Opisz, co widzisz, lub przedstaw problem** – *Podłoga w kuchni jest brudna.*
- ❖ **Udziel jak najkrótszej informacji** – *Brud z podłogi przykleja się do kapci i roznosi po całym mieszkaniu.*
- ❖ **Wyraź to jednym słowem lub gestem** – *Podłoga.*
- ❖ **Opisz, co czujesz, ale nie wypowiadaj się na temat charakteru dziecka** – *Nie lubię, kiedy brud lepi mi się do kapci.*
- ❖ **Daj dziecku wybór** – *Wolisz wytrzeć podłogę mokrą szmatą czy umyć mopem?*
- ❖ **Napisz liścik** – *Jestem brudna i cała się kleję. Pragnę wody i ścierki. Podłoga w kuchni.*

Unikaj niejasnego, nieprecyzyjnego formułowania oczekiwań wobec dziecka, typu: *Szykuj się do spania. Bądź grzeczny. Weź się w garść. Przestań, Uspokój się.*

Istotne są właściwie sformułowane komunikaty, którymi chcemy zachęcić dziecko do współpracy z nami. Oto słowa-klucze:

**Zależy mi...**

**Potrzebuję...**

**Oczekuję...**

Chcąc zdyscyplinować dziecko, należy nie tylko uwzględnić jego uczucia, lecz także zrozumieć i zaakceptować niechęć do ograniczeń. Trudno się przecież spodziewać, żeby cieszyło się z zakazów.

Tylko wtedy mamy szansę na dobrowolne zaakceptowanie przez dziecko zmiany zachowania i wyrobienie samodyscypliny.

**Zachęcanie dziecka do współpracy wiąże się ze stawianiem dziecku ograniczeń.** Ustawienie ograniczeń w sposób, który chroni szacunek do samych siebie – zarówno rodziców, jak i dzieci – pozwala dzieciom na identyfikowanie się z rodzicami i wartościami, które oni wyznają, oraz zdefiniowanie wewnętrznych form zachowań. (J. Sakowska)

Niestety, rodzice często stosują niekorzystne metody w celu nakłonienia dziecka do posłuszeństwa, np.:

- groźbę – *Jeśli tego nie zrobisz, to...*,
- przekupstwo – *Jeśli to zrobisz, to...* (obietnica nagrody),
- obietnice – oznacza to tyle samo, co – bez obietnicy nie można ufać,
- krytykę, sarkazm – rodzice uważają, że wpłyną w ten sposób na ambicje dziecka,
- porównywanie,
- poniżanie. (H. Ginnot)

**Najczęstsze błędy popełniane przez rodziców:**

- zwracanie uwagi w czasie sprzeczki, w złości,
- restrykcje chaotyczne, obraźliwe i nieadekwatne,
- zapominanie, że w czasie przeżywania silnych uczuć dziecko nie jest w stanie słuchać,
- stosowanie słów, które bardziej wzmacniają opór niż skłaniają do porozumienia. (J. Sakowska)

W takiej „rozmowie” obie strony nie słuchają się nawzajem.

**Aby dzieci cię słuchały i aby do ciebie mówiły, warto pamiętać o kilku zasadach:**

- mów, jakie odczucia wywołują w tobie zachowania drugiej osoby. Zaczynaj wypowiedź od informacji o swoich uczuciach, np. *Złoszczę się..., denerwuje mnie...*,
- mów o konkretnych zachowaniach drugiej osoby, a nie o tym, jaka ona jest, np. *złoszczę się, kiedy nie wyrzucasz papierków do kosza na śmieci zamiast jesteś bałaganiarzem,*
- nie oceniaj i nie dawaj rad,
- unikaj uogólnień typu: „zawsze”, „każdy”, „wszyscy”,
- mów tylko o sprawach, na które rozmówca ma wpływ,
- mów stanowczo, ale łagodnie, w trybie oznajmującym, a nie rozkazującym,
- nigdy nie trać cierpliwości – to ostatni klucz, który otwiera drzwi.

**Literatura:**

1. A. Faber i E. Mazlish, „Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły”, Poznań 1992;
2. J. Sakowska, „Szkoła dla Rodziców i Wychowawców”, Warszawa 2008.

OPISZ, CO WIDZISZ, LUB PRZEDSTAW PROBLEM

ZAMIAST



OPISZ



ZAMIAST



OPISZ



Trudno jest robić to, co należy, kiedy jest się oskarżonym.

Dużo łatwiej skoncentrować się na problemie, kiedy ktoś ci go po prostu przedstawi.

Elżbieta Skonieczna

Serdecznie zapraszamy na warsztaty pt. „ Szkoła dla rodziców” w naszej poradni.