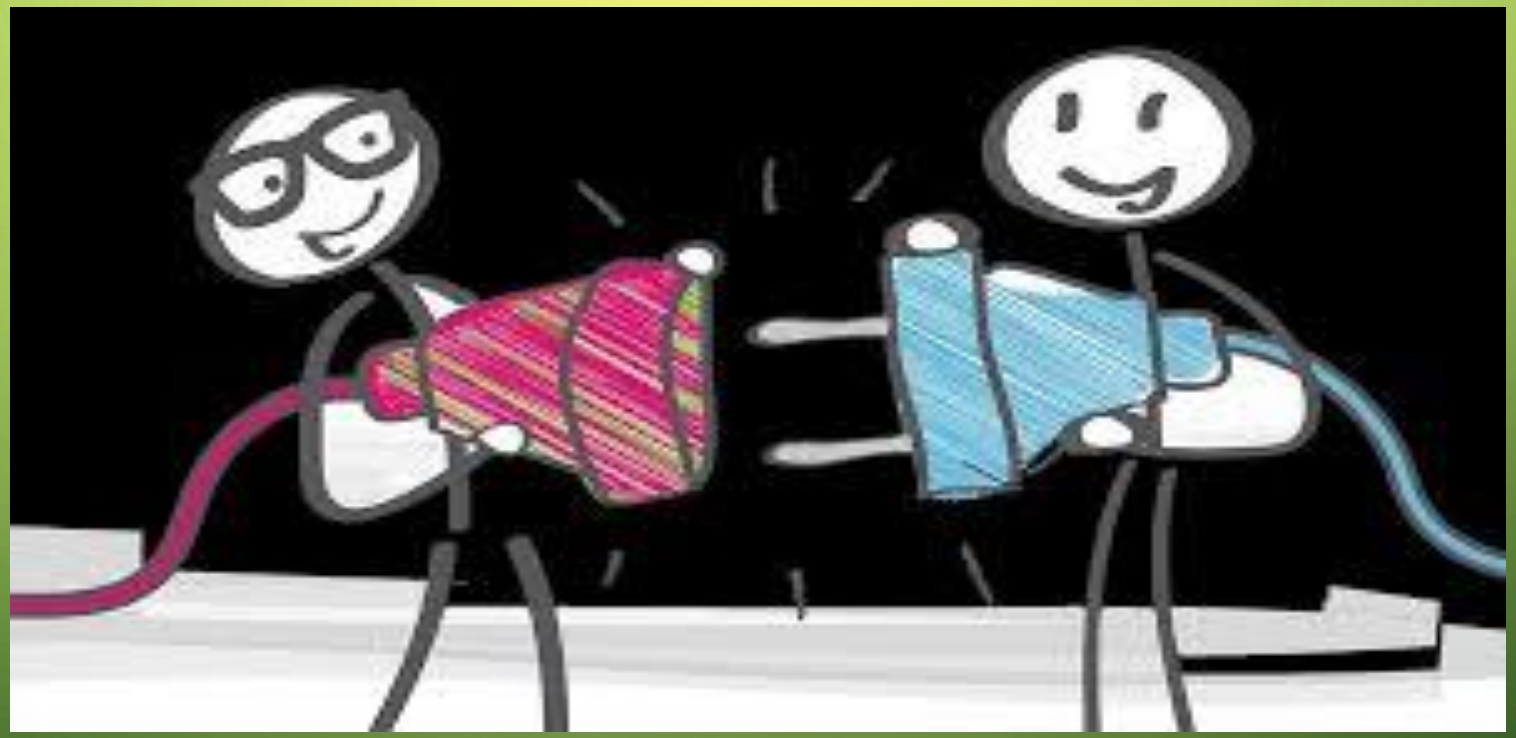
JAK SŁUCHAĆ DZIECKA

I JAK MÓWIĆ DO DZIECKA…

…CZYLI RZECZ O TYM JAKIE REGUŁY POMAGAJĄ W POROZUMIENIU Z DZIECKIEM



DZIECI POTRZEBUJĄ TEGO, ABY ICH UCZUCIA BYŁY AKCEPTOWANE I DOCENIANE

- Słuchaj dziecka spokojnie i z uwagą.
- Zaakceptuj jego uczucia słowami: „Och, tak, rozumiem".
- Określ te uczucia. „To mogło Cię zdenerwować".
- Wszystkie uczucia można zaakceptować.
- Powiedz jasno jak wygląda sytuacja: „Widzę, jak jesteś zły na brata. Powiedz mu, co chcesz, słowami, nie pięściami”.

DZIECI POTRZEBUJĄ POTWIERDZENIA SWOICH UCZUĆ

Dziecko: Z powodu kilku głupich błędów dostałem tak mało punktów !

Dorosły: Nie martw się. Następnym razem pójdzie ci lepiej.

Zamiast udzielać takiej odpowiedzi:

OKREŚL UCZUCIA DZIECKA. „Zdaje się, że jesteś bardzo rozczarowany. Rzeczywiście można się zmartwić, jeśli zna się odpowiedzi i traci się punkty przez głupie błędy ”.

ZAAKCEPTUJ UCZUCIA DZIECKA, nawet jeśli nie możesz zaakceptować niewłaściwego zachowania. „Tak się złościsz z powodu tej oceny, że walisz nogą w biurko! Nie mogę na to pozwalać! Ale możesz mi powiedzieć, co cię tak martwi. Albo to narysować".

ABY ZACHĘCIĆ DZIECKO DO WSPÓŁPRACY:

- Opisz, co widzisz, lub przedstaw problem: „Na łóżku leży mokry ręcznik".
- Udziel informacji: „Ten ręcznik moczy mój koc".
- Powiedz to jednym słowem: „Ręcznik".
- Opisz, co czujesz. „Nie lubię spać w mokrym łóżku".
- Napisz Liścik. (powyżej wieszaka na ręczniki): „Proszę, odwieś mnie na miejsce, abym mógł wyschnąć…Dziękuję! Twój ręcznik ! "

ROZWIĄZYWANIE PROBLEMU

Wysłuchaj, co dziecko czuje i czego potrzebuje.

DOROSŁY: Bardzo się martwisz, że oblałeś test z niemieckiego?

DZIECKO: Tak! Napisałem dobrze tylko 12 słówek z 20, a uczyłem się wczoraj przez cały wieczór!

Streść punkt widzenia dziecka.

DOROSŁY: Jesteś naprawdę zniechęcony. Chociaż próbowałeś wbić sobie do głowy wszystkie nowe słówka, niektórych nie zapamiętałeś.

Wyraź swoje uczucia i potrzeby.

DOROSŁY: Martwię się, bo jeśli nie zapamiętasz podstawowego słownictwa, będziesz miał coraz większe braki.

Zachęć dziecko do wspólnej „burzy mózgów".

DOROSŁY: Zastanawiam się, czy gdybyśmy wspólnie pomyśleli, przyszłyby nam do głowy jakieś nowe i bardziej skuteczne sposoby uczenia się?

Zapisz wszystkie pomysły, nie oceniając ich.

DZIECKO: Rzucić niemiecki.

DOROSŁY: (zapisuje): Zapisałem to. Co jeszcze?

DZIECKO: Może mógłbym...

Wspólnie zadecydujcie, które pomysły wam się nie podobają, które są dobre i jak wprowadzić je w życie.

DOROSŁY: Co sądzisz o zrobieniu kart ze słówkami i uczeniu się codziennie tylko czterech nowych słów?

DZIECKO: Podoba mi się to. Ale wolę nagrać nowe słowa na magnetofon i puszczać tak długo, aż zapamiętam.

ABY ROZWIĄZAĆ PROBLEM:

KROK 1. POROZMAWIAJ O ODCZUCIACH I POTRZEBACH DZIECKA.

KROK 2. POROZMAWIAJ O TWOICH ODCZUCIACH I POTRZEBACH.

KROK 3. WSPÓLNIE ZASTANÓWCIE SIĘ NAD ZNALEZIENIEM OBOPÓLNIE KORZYSTNEGO ROZWIĄZANIA.

KROK 4. WYPISZ WSZYSTKIE POMYSŁY BEZ OCENIANIA ICH.

KROK 5. ZADECYDUJ, KTÓRY POMYSŁ CI SIĘ PODOBA, KTÓRY NIE,

A KTÓRY PLANUJESZ WPROWADZIĆ W ŻYCIE.

POMOCNA POCHWAŁA

DZIECKO: Posłuchaj mojego wiersza o pociągu i powiedz mi czy jest dobry.

DOROSŁY: Piękny! Jesteś wspaniałym poetą!

ZAMIAST OCENIAĆ:

Opisz to, co widzisz lub słyszysz. „Potrafiłeś oddać rym jazdy pociągu i znalazłeś ciekawe rymy”.

Opisz co czujesz. „Czuję jakbym siedział w tym pędzącym pociągu.”

DOROSŁY: Popatrz na te błędy ortograficzne. Stać Cię na więcej.

ZAMIAST KRYTYKOWAĆ:

WSKAŻ, co należy zrobić. „Trzeba jeszcze poprawić w tym wierszu błędy ortograficzne i można go zamieścić w szkolnej gazetce”.

POCHWAŁY A SAMOOCENA DZIECKA

Zamiast oceniać ("Dobrze!, Świetnie!, Wspaniale!"):

Opisz, co widzisz. „Widzę czystą podłogę, zrobione łóżko, książki równo ułożone na półce".

Opisz, co czujesz. „Przyjemnie wejść do takiego pokoju!”.

Podsumuj godne pochwały zachowanie dziecka słowami:

„Uporządkowałeś swoje ubrania, książki, zeszyty a nawet skarpetki ułożyłeś w oddzielnych pudełkach. To się nazywa organizacja".

ABY UWOLNIĆ DZIECKO OD GRANIA OKREŚLONYCH RÓL:

Poszukaj sposobności zaprezentowania dziecku innego obrazu jego osoby. „ Potrafisz nad sobą zapanować. Choć bardzo się denerwujesz to rozumiesz, że inni mogą też mieć zły dzień.

Stwórz sytuację, w której dziecko spojrzy na siebie inaczej. „Aga, mogłabyś wziąć śrubokręt i przymocować uchwyty do tej szuflady ?”

Pozwól dziecku usłyszeć, gdy mówisz o nim pozytywnie. „Trzymał rękę spokojnie, był bardzo dzielny, chociaż zastrzyk był bolesny.”

Zademonstruj zachowanie godne naśladowania. „Trudno jest przegrywać, ale muszę się z tym pogodzić.”

Przypomnij dziecku jakieś poprzednie osiągnięcia. „Pamiętam czas, gdy ty się nie poddałeś i świetnie sobie poradziłeś z zadaniem z matematyki".

Kiedy dziecko postępuje według starych nawyków, wyraź swoje uczucia lub swoje oczekiwania.

„Nie podoba mi się to. Mam nadzieję, że pomimo silnych emocji nie zrobisz mi zawodu i będziesz potrafił przegrać.”

ZAMIAST KARY

DZIECKO: O K”:’#A! NIE UMIEM ZROBIĆ MATEMATYKI!

DOROSŁY: Powtarzałem tyle razy, żebyś nie używał przy mnie wulgarnych słów. Teraz muszę Cię za to ukarać.

ZAMIAST UDZIELAĆ TAKIEJ ODPOWIEDZI:

WSKAŻ POMOCNĄ METODĘ. „Słyszę, że jesteś zmartwiony. Byłoby lepiej gdybyś wyrażał to bez używania wulgarnych słów”.

WYRAŹ SWOJĄ STANOWCZĄ DEZAPROBATĘ. „Martwi mnie to, że używasz wulgarnych słów, pomimo moich upomnień”.

OKREŚL SWOJE OCZEKIWANIA. „Oczekuję, że znajdziesz inny sposób, żeby dać mi do zrozumienia, jaki jesteś zły”.

ZAMIAST KARY C.D…

POKAŻ DZIECKU, JAK MOŻE SIĘ POPRAWIĆ. „Chciałbym zobaczyć listę słów, których możesz używać zamiast tamtych. Poszukaj w google, jeśli potrzebujesz pomocy”.

ZAPROPONUJ WYBÓR. „Możesz przeklinać w myślach albo używać słów, które nikogo nie obrażają”.

A JEŚLI DZIECKO NADAL WYRAŻA SIĘ WULGARNIE ?

POZWÓL DZIECKU DOŚWIADCZYĆ, JAKIE SĄ KONSEKWENCJE JEGO ZACHOWANIA.

„Kiedy słyszę takie słowa, nie mam ochoty Ci pomagać, ani w matematyce, ani w niczym innym”.

ŻYCZĘ SAMYCH SUKCESÓW !

W razie pytań służę pomocą i zapraszam do kontaktu:

MGR AGATA JANKOWSKA PEDAGOG

TEL: 576 390 101

Opracowanie: Agata Jankowska

na podstawie:

"Szkoła dla Rodziców i Wychowawców", Joanny Sakowskiej

"Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały. Jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły", Faber Adele , Mazlish Elaine

MŁODZIEŻOWY OŚRODEK SOCJOTERAPII W GIŻYCKU