Słowa mają ogromną moc.

Jak rozmawiać z dzieckiem?

Dorośli nie pamiętają z pewnością swoich pierwszych rozmów z rodzicami, ale warto rozmawiać z małym dzieckiem, kiedy tylko nadarzy się okazja. Sens tkwi

w tym, aby robić to z uwagą i szacunkiem. Wypowiedziane słowa mają ogromną moc, bo mogą coś „ zbudować” lub „ zburzyć’. Myśli zwerbalizowane w niewłaściwy sposób przyniosą słaby w konsekwencji rezultat.

Na samym początku życia rodzice są największym autorytetem dla dziecka. Dlatego to rodzice powinni uważać co mówią, właściwie dobierać słowa skierowane do swoich wychowanków. Należy pamiętać, że dziecko słowa przyjmuje bezkrytycznie

 i uważa je za jedyne i prawdziwe.

I chociaż dziecko roczne, dwuletnie słabo mówi, to jednak ma bardzo mocno rozwiniętą mowę bierną. Rozumie bardzo wiele, więc gdy wypowiadają się o nim rodzice, to nie powinni tego robić w jego obecności. Kiedy maluch słyszy swoje imię to wyostrza słuch, nawet wtedy kiedy jest czymś zajęty. Negatywne słowa mogą

z nim zostać na całe życie, wbrew różnym pozorom. To jak rodzice rozmawiają

 z dzieckiem, jakie towarzyszą im emocje, wpływa na poczucie bezpieczeństwa

i własnej wartości u malucha. Warto dzieci przytulać, posyłać im ciepłe spojrzenia, okazywać zainteresowanie. Kiedy rozmawiamy z dzieckiem musimy poświęcić mu wyłączną uwagę, nie możemy wtedy być zajęci sprzątaniem np. odkurzaniem lub przeglądaniem telefonu. Dziecko może pomyśleć, że jego sprawy są dla dorosłych mniej ważne. A przecież każde dziecko chce być najważniejsze dla swoich rodziców, a rodzice najważniejsi dla swoich dzieci. Jak tego dokonać? Trzeba zauważać potrzeby malucha i reagować na nie, a przede wszystkim być szczerym, bo on szybko wychwyci fałsz

 Rozmowa z dzieckiem powinna odbywać się twarzą w twarz, z utrzymaniem kontaktu wzrokowego, na jego poziomie, więc osoba dorosła może usiąść na dywanie lub przykucnąć. Gdy dziecko zapłakane chce rozmawiać z rodzicem, to nie można odpowiadać „ Nie teraz”. Należy odłożyć inne zajęcia i wysłuchać co ma do powiedzenia. Jeśli nie można przerwać swoich zajęć, to należy wytłumaczyć dlaczego i odłożyć rozmowę na jakieś 15 minut. Ważna jest tu konsekwencja, żeby nie było sytuacji, że ta rozmowa się nie odbędzie. Brak czasu wolnego rodziców nie powinno jednak ograniczać się wyłącznie do pytań” fajnie było w przedszkolu ?” „ co jadłeś na obiad?, albo krótkich komunikatów „ posprzątaj zabawki” „ czas na spanie” .

 Warto dziecku mówić codziennie:

* Kocham Cię!
* Dziękuje, że mi pomogłeś...
* Co o tym myślisz?
* Masz świetny pomysł...
* Sprawiasz,że się uśmiecham.
* Słucham Cię uważnie.
* Decyzja należy do Ciebie.
* Jak się dzisiaj czujesz?
* Widzę, że dzisiaj jesteś smutny, zdenerwowany. Co się stało?
* Twoje pomysły są interesujące.
* Jestem ciekawa, co o tym myślisz ?
* Zawsze możesz na mnie liczyć.
* Opowiedz mi o tym..
* Jesteśmy z ciebie dumni.
* Wierze w ciebie.
* Na pewno dasz sobie radę.
* Każdy może mieć ciężki dzień.

 Rodzice powinni pamiętać, że nawet jeśli nie podoba im się zachowanie dziecka

w danej sytuacji, to należy tak zwrócić mu uwagę, aby go nie urazić. Czasami

wypowiadane słowa padają w nerwach, więc warto się wyciszyć i dopiero wtedy

wrócić do rozmowy. Zwracać uwagę na dobieranie właściwych słów, nawet wtedy

gdy rozmowie towarzyszą negatywne emocje.

Teoria amerykańskiego psychologa dr. Marhalla Rosenberga o sposobie

komunikowania oparta na uczuciach i potrzebach posiada dwa symbole ludzkich

zachowań- szakal czy żyrafa. Szakal ma na wszystko gotowe rozwiązania.

Są takie stwierdzenia rodziców, które w dzieciach wyzwalają bunt i złość. Powodują,

 że czują się gorsze i odepchnięte. Zdaniem Rosenberga to język szakala. Język ocen

 i osądów, który w rozmówcy wzbudza strach i poczucie winy. Umiejętnością

przeciwną jest porozumienie się językiem żyrafy- pełnym empatii i zrozumienia,

nazywanym też językiem serca. Szakal zawsze chce mieć rację i na wszystko ma

rozwiązania. W jego sposobie mówienia często pojawia się krytyka, porównania

i stereotypy. Oczekuje, że inni spełnią jego żądania i to bez dyskusji. Co innego

żyrafa, którą Rosenberg uczynił reprezentantką języka empatii. Dzięki długiej szyi jej

wzrok sięga znacznie dalej niż innych zwierząt, a jej serce ważące kilka kilogramów,

to największe z serc ssaków. Roślinożerna żyrafa używa języka uczuć i potrzeb.

W czasie rozmowy nastawia się na słuchanie drugiego i bycie przez niego usłyszaną.

Wyraża się jasno i absolutnie szczerze. Odnosi się do innych z szacunkiem i troską.

Być żyrafą to jest wyzwanie. Takie wyzwanie stoi właśnie przed każdym rodzicem,

-czy być szakalem, czy żyrafą w kontaktach z własnym dzieckiem.

Dzieci uczą się poprzez obserwację dorosłych i dlatego powinny mieć dobre przykłady zachowań w różnych życiowych sytuacjach. Od tego jak rozmawia się

z dziećmi, zależy jak one będą kiedyś rozmawiać z innymi. A od tego jak będą słuchane , zależy to czy one będą słuchać rodziców i innych ludzi.

Polecam rodzicom do przeczytania książkę Marshall B. Rosenberg

pt. „ Porozumienie bez przemocy” O języku życia”.

 Wiesława Cieślewicz