

ZACHĘCANIE DO WSPÓŁPRACY

Wartości nie można przekazywać wydając polecenia: „zrób to”, „nie rób tego”. Są one przez dziecko przyswajane i stają się jego własnością tylko przez identyfikację z osobami, które kocha i szanuje i dlatego stara się je naśladować. W porozumiewaniu się z dzieckiem najważniejszy jest sposób przekazywania mu poleceń, próśb, 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.

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

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

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

1. mów, jakie odczucia wywołują w tobie zachowania drugiej osoby. Zaczynaj wypowiedź od informacji o swoich uczuciach, np. Złoszczę się..., denerwuje mnie...,
2. 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,
3. nie oceniaj i nie dawaj rad,
4. unikaj uogólnień typu: „zawsze”, „każdy”, „wszyscy”,
5. mów tylko o sprawach, na które rozmówca ma wpływ,
6. mów stanowczo, ale łagodnie, w trybie oznajmującym, a nie rozkazującym,
7. nigdy nie trać cierpliwości – to ostatni klucz, który otwiera drzwi.