

Rozmowa z dzieckiem, uczniem. Jak rozmawiać, by pomóc, a nie pogłębić problem?

26.06.2020

W relacjach z dziećmi obowiązuje zasada walizki: co włożysz, to wyjmiesz. (Wojciech Eichelberger).

Warto pamiętać, że dzieci nie rodzą się złe, mogą się co najwyżej takimi stać i to najczęściej za sprawą „trudnych dorosłych” i ich błędów wychowawczych.

Zawsze kluczową sprawą w kontakcie z dzieckiem, uczniem jest sama rozmowa, dialog i samopoczucie po jej zakończeniu, zarówno samego dziecka, jak i rodzica/pedagoga. Celem rozmowy powinno być zdjęcie z dziecka poczucia lęku, ośmielenie go i zachęcenie do zaangażowania się w próbę wspólnego rozwiązania problemu. Od tej pierwszej rozmowy zależy, czy odbędą się kolejne. Jeżeli dziecko poczuje wsparcie, zrozumienie a nie lęk przed karą to już połowa sukcesu.

Przekaz kierowany przez rodzica/pedagoga do ucznia powinien więc opierać się na następujących zasadach:

1. Rozumiem Cię!
2. Wiem, co czujesz, wyobrażam sobie, co czujesz.
3. Akceptuję Twoje uczucia.
4. Jeśli chcesz, pomogę Ci znaleźć możliwe rozwiązania.
5. Ty postanowisz, które rozwiązanie będzie dla Ciebie najlepsze.

PRAWIDŁOWE PROWADZENIE ROZMOWY ZACZYNA SIĘ I KOŃCZY AKTYWNYM SŁUCHANIEM

Umiejętność skupiania się – zwrócenie się w stronę mówiącego dziecka, utrzymywanie z nim kontaktu wzrokowego, uwidacznianie zainteresowania jego osobą i jego sprawą.

Odzwierciedlanie uczuć – towarzyszący w rozwoju swoim dzieciom rodzic, efektywnie pomagający swoim wychowankom pedagog jest w kontakcie z dzieckiem jak „lustro” – odnajduje i wypowiada właściwe słowa, które adekwatnie nazywają emocje przeżywane przez dziecko: np. „Zdaję się, że jesteś rozzłoszczony....zadowolony....wściekły...”, „Wygląda na to, że ta sytuacja Cię denerwuje.” „Widzę, że ta sytuacja sprawiła Ci radość.” „Wydajesz się być smutnym, gdy opowiadasz o tym.” Itp.

Parafrazowanie – polega na wyrażaniu przez rodzica/pedagoga, za pomocą własnych słów tego, co powiedział wychowanek. Celem parafrazowania nie jest ocena treści wypowiedzi dziecka, ale sprawdzenie, czy usłyszany tekst został przez dorosłego właściwie zrozumiany. „A więc twierdzisz, że...”, „Chcesz powiedzieć, że...”, „Popraw mnie, jeśli się mylę, czy masz na myśli...”, „To znaczy, że...”, „Z tego co mówisz, wynika że...”, „Czy chodzi Ci o to, że...”

Klaryfikacja – czyli prośba o rozwinięcie jakiejś myśli, która jest dla rodzica/pedagoga nie do końca jasna, o wyjaśnienie niezrozumiałych dla niego treści: „Która z tych spraw jest dla Ciebie najważniejsza?”, „Czy mógłbyś podać mi przykład takiej trudnej dla Ciebie sytuacji?”

Pytania otwarte, dają możliwość zaproszenia dorosłego lub nie do terytorium rozmówcy.

Trzeba pamiętać, że pytanie w postaci, np. „Dlaczego tak zrobisz?”, „Dlaczego tak sądzisz?” nie jest dobre, ponieważ nie pozwala w pełni wyrazić dziecku uczuć. Poza tym zawiera w sobie

element oceny. Natomiast pytanie typu: „*Co Tobą kierowało?*”, „*Co sprawiło, że tak myślisz?*”- jest lepszym, ponieważ zachęca młodego człowieka do rozmowy. Zmusza go też do kontaktu z własnymi uczuciami. Zmusza do myślenia, szukania rozwiązań.

Dowartościowanie – to bardzo ważna technika komunikacyjna, z której pedagog/rodzic nigdy nie powinien rezygnować. Dzięki dowartościowaniu dziecko/uczeń jest bardziej otwarty, nie blokuje go poczucie winy, wstydu czy strachu. Słowa: „*Dziękuję Ci za to, co powiedziałeś.*” „*Doceniam to, co zrobiłeś....to, co chcesz teraz zrobić...jak trudną decyzję podjąłeś*”. „*Cieszę się, że tak poważnie do tego podeszłaś*” – działają jak balsam.

Automat do otwierania drzwi – najskuteczniejszy i najbardziej konstruktywny sposób odpowiadania na wypowiedzi dzieci i młodzieży, dotyczące ich odczuć, sądów lub problemów. Najprostszymi z nich są tak niezobowiązujące odpowiedzi, jak: *ach...*, *och...*, *hm...hm...*, *interesujące...*, *rzeczywiście...serio?...Ty, to zrobiłeś, doprawdy?...*

Inne trochę wyraźniej przekazują zachętę do mówienia: „*Opowiedz mi o tym! Chciałabym coś o tym usłyszeć. Interesuje mnie Twój punkt widzenia.*”

Te tzw. otwieracze drzwi mogą bardzo ułatwić rodzicowi/nauczycielowi drogę do komunikacji. Pobudzają dziecko/ucznia, żeby zaczął mówić w ogóle, albo żeby mówił dalej. Uczą prawidłowej komunikacji.

„*Nic pożądanszego a nic trudniejszego na ziemi, jak prawdziwa rozmowa*” – Adam Mickiewicz

Monika Sęk, psycholog-pedagog