

10 rodzicielskich błędów w komunikacji z dzieckiem

Dlaczego to dziecko mnie w ogóle nie słucha? Czy dzisiejszy poranek znowu będzie jedną wielką kłótnią? – po raz kolejny zadajesz sobie te pytania. Patrzysz na zachowanie swojego dziecka i wydaje ci się, że z wiekiem jest coraz gorzej. „Tak nie może dalej być!” – myślisz. A jednocześnie robisz wszystko, by dziecko utwierdziło się w przekonaniu, że nie warto reagować na Twoje gadanie.

Poniżej przedstawiam 10 strategii, które skutecznie uczą dzieci, że ani ich, ani Twoje potrzeby nie są ważne. Że rodzice nigdy nie zrozumieją dzieci. Że życie w rodzinie to walka – a ten, kto ustąpi, jest słabszy. Dziecko motywowane przez poniższe komunikaty nie będzie uczyło się współpracy, nie będzie starało się wyrażać własnych myśli ani szukać rozwiązań biorących pod uwagę potrzeby innych członków rodziny. Będzie za to starało się przeforsować własne poglądy, a jeśli mu się nie uda – będzie rozdrażnione i agresywne lub zasmuczone i wycofane.



1. ***„Tyle razy mówię, żebyś posprzątał! Jak zwykle nie słuchasz! Zawsze jest to samo! Czy to takie trudne: zrobić chociaż raz to, o co proszę?!”***

Jak działasz? Obwiniasz i oskarżasz.

Dziecko myśli: „Po co mam słuchać, skoro i tak uważasz, że nigdy tego nie robię?”, „Pokój jest ważniejszy niż ja”, „Ty na mnie nastajesz, więc ja będę robił to samo!”.

2. ***„Jak możesz być takim flejtuchem! Ten pokój wygląda jak chlew! Jesteś wstrętnym bałaganiarzem!”***

Jak działasz? Obrażasz, ubliżasz.

Dziecko myśli: „Skoro jestem taki zły, to i tak nie będę się starał”, „Jestem beznadziejny”, „Znowu zaczyna swoje krzyki”, „Nienawidzę, jak mnie obraża – zaraz też powiem, co o tym wszystkim myślę”.

3. ***„Jeżeli nie posprzątasz pokoju, to nie dostaniesz nic słodkiego! Liczę do trzech, a jak nie zaczniesz sprzątać, to zobaczysz!”***

Jak działasz? Straszysz, szantażujesz.

Dziecko myśli: „Boję się kary”, „Jestem bezsilny, to niesprawiedliwe”, „Zawsze przegrywam”, „Skoro mnie do czego zmuszają, ja też będę wymuszał”.

4. ***„W tej chwili sprzątnij pokój! Ruszaj się!”***

Jak działasz? Rozkazujesz.

Dziecko myśli: „Spróbuj mnie zmusić”, „Zawsze tak gada”, „Nienawidzę, jak mi rozkazuje”, „Moje zdanie nic nie znaczy”.

5. ***„Czy sądzisz, że Twoje postępowanie jest dobre? Widzę, że nie zdajesz sobie sprawy z tego, jak ważny jest porządek. Posłuchaj: ludziom, którzy utrzymują porządek, żyje się łatwiej! Rozumna osoba zawsze sprząta swoje rzeczy!”***

Jak działasz? Moralizujesz, pouczasz.

Dziecko myśli: „Nuda, kto by tego słuchał?”, „Chciałbym być gdzie indziej”, „Jestem głupi, niczego nie wiem”.

6. ***„Zobaczysz, niczego nie będziesz mógł znaleźć. W takim bałaganie załęgną ci się robaki. Ktoś przyjdzie, coś ci weźmie i nawet nie będziesz wiedział.”***

Jak działasz? Przestrzegasz.

Dziecko myśli: „Wszystko, co robię, jest złe”, „Nie dam sobie rady”, „Nie czuję się tu bezpiecznie”.

7. ***„Dlaczego doprowadzasz mnie do szału? Wpędzisz mnie do grobu! Zobaczysz, jak kiedyś sam będziesz miał dzieci i one nie będą cię słuchać!”***

Jak działasz? Przybierasz postawę męczennika, przerzucasz na dziecko odpowiedzialność za swoje emocje.

Dziecko myśli: „To moja wina”, „Jestem zły”, „A właściwie to co mnie to obchodzi?”

8. ***„Inne dzieci sprzątają swoje zabawki. Twój brat sprząta – bierz z niego przykład!”***

Jak działasz? Porównujesz.

Dziecko myśli: „Inni są lepsi ode mnie”, „Nienawidzę brata”, „Zawsze jestem najgorszy”, „Nikt mnie nie kocha”.

9. **„Oczywiście: po co sprzątać? Przecież ty jesteś księżę, który nie ubrudzi sobie rączek! Jeśli myślisz, że sprzątnę za Ciebie, to gratuluję pomysłu!”**

Jak działasz? Naśmiewasz się.

Dziecko myśli: „Nienawidzę, gdy ktoś sobie ze mnie kpi”, „Czuję się poniżony”, „Też będę się naśmiewał”.

10. **„Rób tak dalej, a nigdy nie nauczysz się porządku. Wyrośnie z ciebie bałaganiarz. Nikt nie będzie się chciał bawić ani pracować z takim człowiekiem.”**

Jak działasz? Prorokujesz.

Dziecko myśli: „Racja – do niczego się nie nadaję”, „Nigdy nie będzie ze mnie pociechy, więc nie ma sensu się starać”.



Zamiast tego- przepis na dobrą współpracę z dzieckiem

Zamiast wymagać posłuszeństwa, naucz się motywować dzieci do samodzielnego myślenia i do analizowania przez nie swoich zachowań. Jak to osiągnąć?

Weź:

Duży zapas spokoju, kilka garści zrozumienia, szczyptę fantazji i poczucia humoru. Nie przesadzaj z ilością słów. Możesz powiedzieć:

1. **„Widzę, że Twój pokój nie jest posprzątnany.”**

Jak działasz? Opisujesz sytuację, przedstawiasz problem.

2. **„Pudła są po to, by umieścić w nich zabawki.”**

Jak działasz? Udzielasz informacji.

3. ***„Przeszkadza mi bałagan w Twoim pokoju. lub Nie lubię nieporządku w mieszkaniu.” lub „Źle się czuję w takim otoczeniu.”***

Jak działasz? Mówisz o swoich uczuciach.

4. ***„Myślisz, że lepiej jest poukładać te samochody w pudłach czy na półkach?”***

Jak działasz? Dajesz wybór, skłaniasz do poszukiwania rozwiązań.

5. ***„Bardzo byś pomógł, gdybyś sprzątnął ten pokój.” lub „Myślę, że mógłbyś wykorzystać swoją umiejętność układania zabawek w pudłach.”***

Jak działasz? Pokazujesz dziecku jego możliwości.

6. ***„Rozumiem, że jesteś teraz bardzo rozbawiony, ale mimo to oczekuję, że włożysz zabawki do pudełek.”***

Jak działasz? Wyrażasz oczekiwania.

Możesz też **napisać liścik do dziecka:** „Poukładaj zabawki!” lub **wywiesić wywieszkę:** „Uwaga! Ten pokój wymaga sprzątnia!” albo „Uwaga! Jestem bombą, która zaraz wybuchnie!”



Opracowano na podst. książki A. Faber, E. Mazlich „Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały. Jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły.”

Psycholog przedszkolny Pani Aleksandra Hutmańska