

Jak zachęcić dziecko do współpracy?

Rodzicom zależy by dzieci były posłuszne, czyli wykonywały ich polecenia, zachowywały się w określony sposób. Rodzice powinni mieć świadomość tego, że często potrzeby dorosłych nie pokrywają się z potrzebami dzieci.

Czasem rodzice stosują różne sposoby, by zmusić dziecko do wykonywania poleceń- stosują metody oparte na sile i władzy: krzyczą, rozkazują, przekupują, prawią morały, porównują z innymi dziećmi. Metody te, choć w danym momencie mogą okazać się skuteczne w dłuższej perspektywie przynoszą więcej szkody niż pożytku. Przede wszystkim pokazują dziecku, że jako słabsze przegrywa, że rodziców do sukcesu prowadzą metody oparte na sile i nie liczeniu się z uczuciami drugiej strony. W dziecku, mimo że będzie wykonywało polecenie, narastać może bunt i wewnętrzna niechęć do wykonywania konkretnej czynności. Przypilnowane przez rodzica – wykona zadanie, ale spuszczone z oka z dużym prawdopodobieństwem zapomni o nakazach. Jeśli celem rodzica jest więc sprawienie, by dziecko zrozumiało, że warto coś zrobić, bo to jest również dla jego dobra, to cel ten nie jest możliwy do osiągnięcia tymi metodami.

Wychowanie i uczenie dziecka zasad i pożądanym zachowań nie odbywa się w specjalnie do tego wyznaczonym czasie i miejscu, ale codziennie, w każdej minucie kontaktu z dzieckiem, poprzez każdy gest, zachowanie czy słowo. Rodzice są dla dzieci przede wszystkim wzorem do naśladowania. Jeśli chcemy nauczyć dziecko, że przed jedzeniem myje się ręczki, sami pokażmy mu, że przestrzegamy tej zasady. Niech wspólne mycie rąk stanie się początkiem budowania wewnętrznej zasady dla dziecka.

Rodzice czasem popełniają błąd próbując przekonać dziecko do wykonania polecenia w sytuacji, gdy już narósł konflikt. Jeśli w trakcie sprzeczki rodzic będzie próbował zachęcić dziecko do współpracy z dużym prawdopodobieństwem skazuje się na porażkę. Dziecko w silnych emocjach nie jest w stanie słuchać argumentów rodzica, nawet najbardziej trafnych i przekonujących.

Inną przyczyną trudności w zachęcaniu dziecka do współpracy mogą być nie jasne lub nieprecyzyjne komunikaty, dotyczące naszych oczekiwań, które kierujemy do dziecka. Mówimy np. *zrób porządek*, lub *bądź grzeczna*. Co to znaczy? Kierując taki komunikat mamy wyobrażenie tego, jak powinno być wykonane nasze polecenie. Dziecko tego nie wie. Ono dopiero uczy się, co to znaczy robić porządek lub być grzecznym. Mówiąc o naszych oczekiwaniach, warto używać słów-kluczy, takich jak:

- Oczekuje, że...
- Zależy mi na tym, żebyś...
- Potrzebuję twojej pomocy w ...
- Chcę żebyś...

Właściwie sformułowane komunikaty, pomagają dzieciom robić to, czego od nich oczekujemy. Dzięki nim wiedzą, jakie zachowania są pożądane, a jakie nie. Jeśli zależy nam, by dziecko posprzątało w swoim pokoju, powiedzmy mu konkretnie, czego oczekujemy, np. *zależy mi na tym, żebyś wszystkie klocki powrzucał do pudełka, a misie posadził na półeczce*. Podobnie w przypadku oczekiwania *bądź grzeczny* powiedzmy o konkretach, np. *chcę, żebyś w przedszkolu słuchał pani i wykonywał jej polecenia*.

Wskazówki jak powinna wyglądać skuteczna komunikacja z dzieckiem.

- 1. Czas.** Gdy rozmawiasz z dzieckiem, koncentruj się tylko na tym. Nie angażuj się w inne zajęcia, ale też przerwij te aktualnie wykonywane.
- 2. Kontakt wzrokowy.** Schyl się do poziomu małego dziecka lub kucnij, patrz w jego oczy zarówno gdy do niego mówisz, jak również wtedy, gdy ono mówi do Ciebie.
- 3. Bliski kontakt.** Zwróć się całym ciałem w kierunku dziecka- odwróć się do niego, podejdź.
- 4. Komunikaty werbalne.** To, co mówisz do dziecka musi być dostosowane do wieku dziecka (zrozumiały język, zarówno pod względem doboru słów, jak i stylu).
- 5. Komunikaty niewerbalne.** Wyrażające się poprzez gesty, wyrazy twarzy, miny, uśmiechy, marszczenie brwi, postawę ciała. Zadbaj, by to co mówisz, było zgodne z tym, jak wyglądasz, przekazując ten komunikat.
- 6. Zadawanie pytań.** Jeśli nie masz pewności, czy dziecko zrozumiało Twój komunikat, dopytuj, sprawdzaj czy rozumie.

7. Akceptacja. Traktuj poważnie, to co mówi do Ciebie dziecko, nie wyśmiewaj go, nigdy nie bagatelizuj jego problemu. Pokazujesz mu w ten sposób, że szanujesz to, co do Ciebie mówi i uczysz go w ten sposób, żeby szanowało to, co Ty do niego mówisz.

8. Uważne słuchanie – bez przerywania i dopowiadania.

9. Akceptowanie uczuć dziecka. Łatwo jest zaakceptować przyjemne uczucia, ale na pewno dziecko będzie wyrażać także takie, które mogą być dla Ciebie trudne do przyjęcia lub wywołujące złość. To co sprawia, że dzieci lepiej czują się ze swoimi uczuciami to „przychylne ucho”, które ich posłucha, i okazane im zrozumienie.

10. Określanie uczuć dziecka. Nazywaj dziecku uczucia, które aktualnie przeżywa. Możesz powiedzieć „widzę, że złości cię, że każe ci posprzątać klocki, zanim pójdziemy na plac zabaw”. Pomagasz dziecku w ten sposób radzić sobie z uczuciami, przeżywanymi w związku z ograniczeniami, jakie na nie nakładasz.

11. Unikanie poniżania. Nieużywanie raniących słów, przykrych wyrażań. Określanie będące oceną, etykietką, takie jak: jesteś bałaganiarzem, ty złośnico, samolubie i wiele podobnych odnoszących się do osoby dziecka sprawiają, że zaczyna ono w taki właśnie sposób myśleć o sobie i tak się zachowywać.

12. Konsekwencja.

Kilka podpowiedzi, jak zachęcić dziecko do współdziałania:

- Opisz, co widzisz lub przedstaw problem:
 - zamiast: *znowu nie posprzątałeś kredek ze stołu;*
 - powiedz: *nie mogę podać obiadu, dopóki kredki są porozrzucane na stole.*
- Udziel informacji:
 - zamiast: *nie skacz po kanapie;*
 - powiedz: *kanapa nie jest od skakania, możesz skakać po podłodze.*
- Wyraź oczekiwania jednym słowem:
 - zamiast: *znowu nie założyłaś kapci;*
 - powiedz: *kapcie.*
- Opisz co czujesz (nie mów o charakterze dziecka):
 - zamiast: *jesteś strasznym bałaganiarzem;*
 - powiedz: *nie lubię, gdy zapominasz o pozbieraniu klocków do pudełka.*
- Wykorzystaj zabawę:
 - zamiast: *masz natychmiast pozbierać zabawki do pudełka;*
 - powiedz: *zobacz Twoje misie bawią się na placu zabaw, ale chyba zbliża się burza – pomóż misiom dotrzeć do domku.*

Rodzice również powinni pamiętać o tym, by doceniać każdy przejaw dobrego zachowania dziecka i wykonanie polecenia. Dzieci lubią robić te rzeczy, które sprawiają przyjemność ich rodzicom. Okazujmy dzieciom naszą radość z powodu konkretnego zachowania czy osiągnięcia. Pochwały mają nieocenioną moc w zachęcaniu dziecka do współpracy.

Opracowała mgr Magdalena Laska