



Relacje z naszym dzieckiem.....

Często podczas rozmów z Rodzicami słyszę pytanie ...co ma największy wpływ na relację z moim dzieckiem?

Zawsze odpowiadam:

Rozmowa

Każdy rodzic stara się zbudować z dzieckiem jak najlepszą relację. To początek dobrej drogi do zaufania i więzi.

Rodzic powinien dotożyć starań żeby:

Uważnie słuchać

Słuchanie polega przede wszystkim na tym, że pozwalamy dziecku mówić. Dajemy przestrzeń i uwagę, czyli nie przerywamy w pół zdania, nie dopowiadamy, nie sprawdzamy w tym czasie telefonu. Kiedy dziecko mówi, interesujemy się, zadawajmy pytania, drążmy temat. Czasem coś z pozoru błahego dla nas może być ogromnym wyzwaniem do wyartykułowania przez dziecko.

Nie łudźmy się, kiedy nie słuchamy uważnie, dziecko po prostu to wyczuwa. Nie wystarczy kiwać ochoczo głową, udając, że wszystko do nas dociera. Jak dziecko to zauważy, uzna swoje słowa za nieistotne, dociera do niego, że jego słowa i myśli nic nie znaczą. Może się zablokować i z dotychczasowego dobrego kontaktu zostanie jedynie relacja oparta na raportowaniu, przykładowo tego, co było w szkole. To za mało, by budować głębszy kontakt.

Dlatego, aby komunikować się z dzieckiem poprawnie, wystarczy się nim zainteresować. Wielkim błędem jaki robią rodzice jest próba odgadnięcia co dziecko chce nam przekazać i brnięcie w te zgadywanki zamiast wysłuchania do końca.

Wyrażaj emocje

Mówienie o emocjach jest kluczowe w budowaniu prawidłowej komunikacji. Komunikując się z dzieckiem powinniśmy nauczyć się nazywać swoje uczucia, emocje, wrażenia jakie mamy wobec niego. To pomoże odróżnić, które zachowania dziecka nas irytują, które martwią, a które smucą (a nie że wszystkie "denerwują")

W swoich wypowiedziach dobrze jest zaznaczać to, jakie wrażenie wzbudza w nas zachowanie dziecka. Tyczy się to nie tylko krytyki, ale i pochwał. Warto zastanowić się jak często wyrażamy podziw w stosunku do naszego dziecka. Z czego to wynika?

Podczas rozmowy szanuj zarówno siebie, jak i dziecko

Z moich obserwacji wynika, że wielu rodzicom sprawia trudność szanowanie opinii czy słów dziecka, jeśli brzmią one "głupio", infantylnie czy po prostu się z nimi nie zgadzają. Często wtedy dorośli mają tendencje do protekcjonalnych komunikatów w rodzaju "a co ty wiesz o życiu", "młody jeszcze jesteś, będziesz starszy to zrozumiesz". To rodzaj wypowiedzi ze strony osób znaczących jakim jest mama-tato, które nie polepszają, a zakłócają komunikację. Sprawiają, że dziecko czuje się nieważne, upokorzone i traci ochotę na szczerą rozmowę z nami. Może być to naprawdę fatalne w skutkach. Dlaczego? Bo jeśli dziecko będzie miało problemy to z obawy przed wyśmianiem czy brakiem zainteresowania niczego nam nie powie.

Kontrola tego co mówimy dziecku

To nie jest też tak, że w komunikacji z rodzicem pracować ma tylko dziecko. Nieprzekraczalność pewnych granic oraz szacunek do siebie samego jest równie ważny. Często zwracam osobiście uwagę na to, by rodzic szanował także siebie w komunikacji, czyli nie zaprzeczał sam sobie, nie rzucał słów na wiatr, np. nie mówił "jeśli nie sprzątniesz, to nie pojedziesz na weekend do kolegi" – jak i tak wiadomo, że przez brak konsekwencji dziecko i tak tam pojedzie'

Czasem zapominamy, że dziecko to taki sam rozmówca jak dorosły tyle, że młodszy. Oznacza to, że tak jak szanujemy rozmówcę dorosłego, nawet jeśli się z nim nie zgadzamy, tak szanujemy również dziecko. Jeśli dziecko podnosi głos lub niegrzecznie przerywa, zawsze reagujemy. Mówiąc rzeczowym i przyjaznym tonem jak do osoby dorosłej, czyli dostosowując do dziecka nie tylko treść, ale też formę.

Kilka moich przemyśleń.....

Pedagog:

E. Szczygieł - Grzybowska