

Jak zachęcać dziecko (3-6 lat) do współpracy?

Dorosłym zależy na tym, by ich dzieci były posłuszne, wykonywały ich polecenia, zachowywały się w określony sposób. Nasze potrzeby bardzo często nie pokrywają się z potrzebami dzieci. Jak zatem zachęcić do współpracy? Co może zrobić rodzic, aby wyrobić w dziecku konkretne nawyki i nauczyć je właściwych zachowań?

❖ **Po pierwsze** - Warto używać słów, które w jasny i precyzyjny sposób odzwierciedlają oczekiwania rodzica wobec dziecka. Można posłużyć się sformułowaniami:

- oczekuję, że...
- zależy mi na tym, żebyś...
- potrzebuję twojej pomocy w...
- chcę, żebyś...

➤ **Właściwe formułowanie komunikatu pomaga dziecku zrozumieć, jakie zachowania są pożądane, a jakie nie:**

Jeśli rodzic chce, by dziecko posprzątało w swoim pokoju, powinien mu **konkretnie powiedzieć, czego oczekuje** np.

“Zależy mi na tym, żebyś wszystkie klocki powrzucał do pudełka, a misie posadził na półce”.

Podobnie w przypadku oczekiwania “Bądź greczny” warto to doprecyzować np. “Chcę, żebyś w przedszkolu słuchał pani i wykonywał jej polecenia”.

Jakie zachowania rodziców wspomagają skuteczną komunikację z dzieckiem?

Czas: pełna koncentracja na dziecku w czasie rozmowy, oderwanie się od innych zajęć (np. przeglądanie stron internetowych, oglądanie tv) w tym czasie.

Kontakt wzrokowy: patrzenie dziecku w oczy, przykucnięcie - schylenie się do jego poziomu.

Bliski kontakt: zwrócenie ciała w kierunku dziecka, zbliżenie się do niego.

Komunikaty werbalne: mówienie w sposób zrozumiały dla dziecka, dostosowany do jego wieku, ton głosu dostosowany adekwatnie do treści komunikatu.

Komunikaty niewerbalne: uzupełnianie wypowiedzi odpowiednimi gestami (akceptującymi, dezaprobuującymi), miną, postawą ciała.

Co jeszcze może zrobić rodzic, aby dziecko zachęcić do współpracy?

Stosować komunikat „ja”, który jest sposobem na przekazanie informacji o tym, jak rodzic odbiera zachowanie dziecka. Komunikat ten oddaje odczucia w stosunku do konkretnych zachowań, nie stanowi jednak oceny osoby, jest więc mniej zagrażający, a więc bardziej możliwy do przyjęcia.

Ja czuję (jestem)....., kiedy ty.....(należy przywołać konkretne zachowanie dziecka), ponieważ..... (opisać, jaki wpływ ma to zachowanie, dlaczego wywołuje takie emocje).

Np. "Złoszczę się, kiedy mnie ciągniesz za włosy, ponieważ mnie to boli."

- **Unikać słowa “nie”**, gdy rodzic chce, aby dziecko zaprzestało aktualnej aktywności.

Stosowanie pozytywnego doboru słów pomaga dzieciom myśleć, działać pozytywnie i radzić sobie w wielu sytuacjach.

Np. Gdy dziecko wspina się na drabinkę, dobrze jest powiedzieć mu: *Ostrożnie stawiaj kroki, trzymaj się mocno* – zamiast „*Nie wspinaj się tak wysoko, bo zaraz spadniesz*”.

- **Zadawać pytania**, aby mieć pewność, że dziecko zrozumiało dany komunikat lub aby upewnić się, czy rodzic sam dobrze zrozumiał to, co dziecko mu przekazało.

Np. *Czy schowasz klocki do pudełka, gdy chwilę poleżysz? Mówiłeś, że chciałbyś chwilę odpocząć prawda?*

- **Akceptować dziecko, traktować z szacunkiem i powagą**, by tego samego dziecko się nauczyło wobec rodzica i innych osób.

Np. *Widzę, że jest ci smutno, bo misiowi odpadło oczko. Pomogę Ci je przykleić.*

- **Uważnie słuchać** bez przerywania i dopowiadania.
- **Nazywać uczucia dziecka**, które aktualnie przeżywa, bo to pomaga mu je rozpoznawać i lepiej radzić sobie z trudnymi sytuacjami.

Np. *Wydaje mi się, że złościsz się, bo prosiłam, byś posprzątała klocki, zanim pójdziemy na plac zabaw*”.

Ważną rolą rodzica jest docenianie każdego przejawu pozytywnego zachowania dziecka. Dzieci lubią robić te rzeczy, które sprawiają przyjemność ich rodzicom. Pochwały mają nieocenioną moc w zachęcaniu dzieci do współpracy.