

Warunki sprzyjające konstruktywnej komunikacji rodzica z dzieckiem i nauczyciela z uczniem

Autorką artykułu jest **Ewa Chmielnicka**, psycholog z Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej nr 7 Lublinie.

'Warunki sprzyjające konstruktywnej komunikacji rodzica z dzieckiem i nauczyciela z uczniem'

Wprowadzenie

Zasadniczym elementem procesu wychowania jest budowanie i rozwijanie głębokiej więzi pomiędzy rodzicami a dzieckiem. Jest ona niezbędna dla prawidłowego, jak najlepszego rozwoju dziecka. Kiedy doświadcza ono bliskości emocjonalnej z rodzicami, czuje się kochane i bezpieczne, bo zaspokajane są jego podstawowe potrzeby, i może wszechstronnie rozwijać swoje potencjalne możliwości, zdolności i talenty. Czerpiąc ze swoich zasobów wewnętrznych i zewnętrznych, tworząc własną hierarchię wartości jest w stanie przezwyciężyć różnego rodzaju trudności na swojej drodze ku pełnej dojrzałości. Ponadto ta silna więź emocjonalna, jak wykazują badania, jest najsilniejszym czynnikiem chroniącym dzieci przed zachowaniami ryzykownymi. Podstawowym przejawem budowania więzi jest podejmowanie z dzieckiem codziennego dialogu na wszelkie, nawet najtrudniejsze tematy. Sztuka porozumiewania się z nim to najprawdopodobniej najważniejsza umiejętność rodziców. Dobra komunikacja jest istotną formą uczenia dzieci samooceny, rozwiązywania problemów i współpracy z innymi. Ma ona również szczególnie ważne znaczenie, kiedy dzieci dorastają. Wówczas rodzice w znacznym stopniu przestają bezpośrednio wywierać wpływ na ich postępowanie, ponieważ tracą zdolność kontrolowania ich najbliższego otoczenia. Na tym etapie życia, otwarty i szczerzy dialog staje się najefektywniejszą i często jedyną metodą wychowawczą. Oczywiście więź rodzica z dzieckiem jest relacją samą w sobie jedyną i niepowtarzalną, niemniej jednak pewna wiedza na temat tego, co pozytywnie wpływa na kontakt między nimi, może również być wykorzystana w budowaniu dobrej relacji nauczyciela z uczniem.

Nauczyciel ma wiele sposobności do oddziaływań wychowawczych na terenie szkoły. Najwięcej sprzyjających ku temu okazji ma pełniąc funkcję wychowawcy

klasy. Z kolei poloniści czy katecheci, z racji tematyki prowadzonych zajęć, mają łatwiejszy dostęp do osobistych wypowiedzi i wypracowań uczniów, co może być płaszczyzną konstruktywnego dialogu dotyczącego osoby dziecka, odbioru otaczającego świata czy hierarchii wartości. W toku codziennych zajęć, dla ucznia może mieć niebywałe znaczenie nawet krótki kontakt z nauczycielem podczas przerwy na korytarzu, w czasie posiłku na stołówce szkolnej czy w trakcie zajęć sportowych i rekreacyjnych na boisku. Od rodzaju komunikacji: sprzyjającej otwarciu, wzmacniającej, skłaniającej do refleksji, zmiany i rozwoju czy dystansującej i zamykającej, zależeć będzie bagaż osobistych doświadczeń dziecka, wspierających czy utrudniających jego wzrastanie. Z drugiej strony, bazując na wiedzy psychologicznej wiemy, że może zachodzić również nieświadomy proces przeniesienia. Wówczas nauczyciel, który jest jednocześnie rodzicem, powiela pewne niewłaściwe postawy, style funkcjonowania z relacji z własnymi dziećmi na terenie szkoły lub odwrotnie, pewne stereotypy postępowania wobec uczniów powtarza we własnej rodzinie. Wiedza na ten temat, osobisty wgląd i praca nad sobą mogą przyczynić się do minimalizowania tych nieświadomych procesów, tak aby bycie rodzicem czy nauczycielem było jak najbardziej satysfakcjonujące, a dziecko również cieszyło się z dobrych relacji z ważnymi dla siebie osobami. Zarówno rodzic, jak i nauczyciel może spróbować postawić sobie następujące pytania: czy w codziennym kontakcie z dzieckiem stosuję otwarty czy zamknięty styl komunikowania?; czy pozwalam mu wyrazić swoje zdanie, różne od mojego?; czy staram się poznać, zrozumieć i zaakceptować wszystkie uczucia i potrzeby dziecka, jednocześnie wymagając, by wyrażało je w sposób nie krzywdzący innych?; czy wobec dziecka 'szczególnie trudnego' nie reaguję złością i emocjonalnym odrzuceniem, a staram się szukać w nim dobrych stron, obdarzać akceptacją i wiarą w jego możliwości oraz mu to okazuję?; czy mam czas na indywidualną rozmowę z dzieckiem, nie tylko w sytuacjach napiętych i konfliktowych?; czy wyrażam dziecku przychylność poprzez komunikaty niewerbalne? (mimika twarzy, uśmiech, ton głosu, gesty, postawa ciała); czy w obliczu konfliktów stosuję negocjacje lub dialog otwierający na wartości? Dla niektórych dzieci dobra oraz bliska relacja z nauczycielem może rekompensować pewne braki wynikające z niewystarczającej więzi z rodzicami. Jak ważny może się wówczas okazać nauczyciel i jak wiele dla dziecka może znaczyć głębsza i twórcza relacja z nim.

Style komunikacji

Porozumiewanie się z dzieckiem może mieć charakter komunikacji otwartej lub zamkniętej. Komunikacja zamknięta. Jest to rodzaj komunikacji jednokierunkowej i polega na przesyłaniu informacji od jednej osoby do drugiej bez tzw. sprzężenia

zwrotnego. Rodzice często nieświadomie zamykają dwukierunkową komunikację z dzieckiem, ponieważ albo nie radzą sobie z silnymi emocjami, albo pragnąc pouczać udzielają im nadmiernych rad, których dzieci nie przyjmują. Mogą występować tutaj jeszcze inne bariery komunikacyjne: osądzanie – np. krytykowanie, obrażanie; decydowanie za innych – np. rozkazywanie, grożenie, moralizowanie, nadmierne wypytywanie; uciekanie od problemów – np. doradzanie, zmienianie tematu. W ten sposób komunikacja staje się niekonstruktywna. W tym rodzaju komunikowania zamkniętego wyróżniamy następujące style, w które wpisują się określone role rodziców. Rodzic autorytarny. Rodzic przyjmujący ten styl komunikacji jest bardzo skoncentrowany na utrzymywaniu kontroli. Kiedy ujawniają się silne, nieuporządkowane uczucia, rodzic taki każe dziecku „pracować nad sobą” i „iść w dobrym kierunku”. Uczucia te dla rodzica są niepotrzebne i niewygodne, dlatego stosuje on rozkazy lub groźby, by dziecko się ich pozbyło. Taki rodzic często przerywa swoim dzieciom, lekceważy jego uczucia, myśli i zachowania, umniejsza jego potrzeby. Generalnie przekazuje komunikat, że nie interesuje go, co dziecko ma do powiedzenia. 'Nie przejmuj się – nie ma powodu do płaczu'. Rodzic pouczający. Rodzic komunikujący się w tym stylu zamyka zwykle proces komunikacji poprzez przechodzenie od razu do wygłaszania 'kazania'. Jego ulubione słowo to 'powinieneś', a najważniejsze jest to, aby dziecko doznawało tylko 'właściwych' uczuć. Rodzic zazwyczaj mówi dziecku, co powinno czuć i robić. Zamyka to proces porozumiewania się, ponieważ nikt nie lubi, jak go się w taki sposób poucza i ciągle prawi kazania. Dziecko reaguje 'nieobecnością', 'wywraca oczami', nakłada na siebie pancerz ochronny. 'Nie powinieneś się martwić. Nauczyciel wie, co dla ciebie jest najlepsze'. Rodzic obwiniający. Taki rodzic najbardziej się stara pokazać dziecku, że on jest ważniejszy od niego. Podstawowym jego celem jest przekonać dziecko, by zrozumiało, że rodzic jest starszy, mądrzejszy i ma zawsze rację. Aby postawić na swoim, sięga nawet po sarkazm, obelgi i poniżenie. Są to destrukcyjne techniki, które kosztem pomniejszenia wartości dziecka mają na celu wywyższenie rodzica. Dzieci takich rodziców wahają się, czy dyskutować z nimi o czymkolwiek. Uczą się, że co zrobią, to i tak będzie niewystarczająco dobre, więc zniechęcają się. 'Co ci mówiłem? Wiedziałem, że tak się stanie'. Rodzic bagatelizujący. Ten rodzic uważa, że szybkie udzielenie wsparcia rozwiąże każdy problem. Obawia się zaangażowania uczuciowego lub jest zajęty innymi sprawami. Taki styl komunikacji wywołuje w dziecku odczucie, że rodzic go nie słucha, nie przejmuje się nim i nie rozumie go. 'To nic wielkiego. Po prostu otrząśnij się z tego'. Komunikacja otwarta. Ten rodzaj porozumiewania się charakteryzuje się ujawnianiem i wyraźnym werbalizowaniem emocji w pełny i wyczerpujący sposób. Aby taka konstruktywna komunikacja mogła zachodzić, muszą być spełnione pewne warunki. Wzajemne

zrozumienie z dzieckiem to nie tylko efekt stosowania odpowiednich technik, ale przede wszystkim codzienny trud budowania bliskiej więzi.

Warunki sprzyjające budowaniu komunikacji otwartej

Dziecko przede wszystkim potrzebuje bezwarunkowej akceptacji i miłości. Z pewnością żaden rodzic nie zaprzeczy, że kocha swoje dziecko. Niemniej jednak bardziej istotne jest z punktu widzenia dziecka, czy czuje się ono kochane. Tylko wtedy, kiedy przeżywa bliskość emocjonalną z rodzicem, jest w stanie najpełniej otworzyć przed nim swoje wnętrze. Miłość warunkowa nie daje takiego doświadczenia. Jeden jej rodzaj: 'Kocham cię, jeżeli...', zależny jest od spełnienia przez osobę kochaną postawionego jej warunku. Aby na nią zasłużyć, musisz coś zrobić albo coś sobą reprezentować, np. 'Jeśli będziesz grzecznym dzieckiem, mamusia będzie cię kochać'. A co dzieje się z miłością, kiedy zdarzy się dziecku być niegrzecznym? Inny rodzaj miłości warunkowej: 'Kocham cię, ponieważ...' zakłada spełnianie pewnych oczekiwań. Polega ona na tym, że druga osoba jest kochana ze względu na to, jaka jest, kim jest, co ma lub co robi. Wyraża się np. w takim stwierdzeniu: 'Kocham cię, bo jesteś taki zdolny i bardzo dobrze się uczysz'. Co jednak stanie się w sytuacji, gdy dziecko przestanie przynosić bardzo dobre stopnie? Tylko miłość bezwarunkowa: 'Kocham cię, pomimo...', nie stawia dziecku warunków i oczekiwań, których niespełnienie grozi zerwaniem miłości. Wówczas rodzic potrafi często okazać, a kiedy potrzeba też wyrazić prostymi słowami: 'Kocham cię za to, że jesteś'. W sytuacji trudnej jest w stanie potwierdzić: 'Pomimo tego, że sprawiłeś mi przykrość, nadal cię kocham'. Ważne są tutaj również nie tylko słowa, ale także i bezinteresowne gesty. Okazywanie czułości i pielęgnowanie kontaktu dotykowego, oczywiście dostosowanego do wieku dziecka, w różnych okolicznościach dnia codziennego sprzyja podtrzymywaniu więzi oraz dialogu. Szczególnie w sytuacjach problemowych powoduje obniżenie narastającego napięcia, odblokowanie pozytywnych uczuć i daje dodatkowe potwierdzenie, że jest się blisko z rodzicem. Taka właśnie miłość buduje klimat bezpieczeństwa i wzajemnego zaufania. Kiedy stawia się dziecku wymagania, zasady i normy, a jednocześnie okazuje się miłość i szacunek dla jego uczuć i potrzeb. Z jednej strony akceptuje się jego trudności i ograniczenia, z drugiej zaś dostrzega się jego starania i mocne strony. Odkrywanie w dziecku tego, co dobre, umiejętne chwalenie i zachęcanie powinno przeważać w kontakcie z nim niż skupianie się na jego niepowodzeniach. Dzięki pochwałom czuje się ono docenione i bardziej wierzy w siebie. Kiedy atmosfera jest wspierająca, dzieci rozumieją, że błędy i słabości są naturalne i nieuniknione. Nie boją się do nich przyznać i w związku z tym nie unikają kontaktu z obawy przed krytyką czy odrzuceniem, potrafią być otwarte i prawdomówne. Rodzic, który daje prawo do pomyłek w sytuacji niepowodzenia „nie

wychodzi z siebie”, pomaga i pokazuje, jak naprawić błąd. Nie krytykuje dziecka, lecz jego zachowanie w sposób zdecydowany i stanowczy, ale również z miłością i troską. Dzieciom jest wtedy łatwiej stawiać pytania i prosić o pomoc, przyznając się w ten sposób do swej niewiedzy i niekompetencji. Stają się w ten sposób samodzielnymi i niezależnymi osobami, a niepowodzenia czy braki nie podważają ich samooceny. Pozwolenie dziecku na to, by miało własne zdanie, różne od rodzica, co szczególnie jest ważne w okresie dorastania, sprzyja budowaniu klimatu do swobodnej, otwartej dyskusji. Dbanie o wspólny czas z dzieckiem powinno być dla niego sygnałem: 'Jestem dla ciebie dostępny'. Ważne jest stwarzanie okazji, by być z dzieckiem sam na sam. Takie intymne warunki zwykle sprzyjają obopólnemu otwarciu i rozmowie, innej niż ta, która odbywa się w pośpiechu, wśród zajęć. Warto zadbać o codzienny czas wolny od stresów i napięć, korzystać z okazji do rozmów przy stole, na spacerze, w trakcie zabawy, podczas podróży czy wieczornych przygotowań do snu. Sama fizyczna obecność nie jest jeszcze wystarczająca. Konieczne jest odłożenie na bok innych zajęć, poświęcenie dziecku całej swojej uwagi i zadbanie o kontakt wzrokowy. Potrzeba również, by rodzic skupił uwagę dziecka na sobie. Skuteczne tutaj będzie zwracanie się po imieniu, co da mu odczucie, że mówimy bezpośrednio do niego. Okazywany spokój i opanowanie będą sprzyjać porozumiewaniu się. Nerwowość, krzyk i złość to najwięksi wrogowie wzajemnych kontaktów. Kiedy poświęcamy dziecku czas, obdarzamy je uwagą, okazujemy zaniepokojenie również zainteresowanie jego sprawami oraz problemami, poważnie traktujemy jego potrzeby i propozycje dotyczące tego, co chce z nami robić i o czym rozmawiać – dajemy mu odczuć, jak ważna jest dla nas jego osoba. Wówczas dziecko uczy się śmiało wchodzić z nami w kontakt, zadawać różne pytania i podejmować najtrudniejsze dla niego zagadnienia.

Jak rozmawiać z dzieckiem na trudne tematy?

Mówić prawdę: konkretnie, jasno i treściwie; operować zwyczajnym i prostym językiem; nie mówić wszystkiego, co się wie- wyczekiwanie na kolejne pytanie; umiejętność słuchania; rezygnować z odpowiedzi wymijających; mówić najpierw o prawidłowościach. Nie odpowiadać pytaniem na pytanie – udzielić informacji, a nie przestłuchiwać. Nie reagować zbyt emocjonalnie – starać się odpowiadać spokojnie na każde, nawet najtrudniejsze i zaskakujące pytanie. Nie wyprzedzać pytań dziecka - one wyznaczają, kiedy rozpocząć rozmowę i w jakim zakresie. Jeśli rodzic jest przekonany, że dziecko zetknęło się z pewnymi niepokojącymi treściami, powinien podjąć inicjatywę w rozmowie. Uszanować swoje prawo do intymności, kiedy dziecko nieświadomie dopytuje o bardzo osobiste przeżycia rodzica – taką sytuację można wykorzystać, aby zapoznać dziecko z obszarami chronionymi prywatnością. Odpowiedź można odłożyć na później, bo nie

każda sytuacja i miejsce jest właściwe. Rodzic powinien dotrzymać obietnicy i pierwszy wrócić do rozmowy. Wyjaśniać trudne zagadnienia w kontekście wartości.

Aktywne i uważne słuchanie jako ważny element komunikacji otwartej

Dzięki gotowości na rozmowę i byciu dobrym słuchaczem rodzic może stworzyć atmosferę, która buduje poczucie bezpieczeństwa i zaufania, co umożliwia podjęcie skutecznej i otwartej komunikacji. Efekt będzie odwrotny, jeśli rodzic będzie niedostępny lub przyjmie destrukcyjne role rodzicielskie. Dziecko będzie czuło niechęć do wchodzenia w kontakt i nie będzie ufało, że zostanie wysłuchane. Aktywne słuchanie zakłada umiejętność skupienia się na rozmówcy i podążania za nim, między innymi poprzez zadawanie pytań otwartych. Uważne słuchanie opiera się na założeniu, że porozumiewamy się na dwóch poziomach: treściowym i emocjonalnym. Poziom treściowy – to faktyczny temat omawianej sprawy. Poziom emocjonalny – składają się na niego ukryte uczucia, związane z treścią rozmowy. Uznanie emocjonalnej treści ma szczególne znaczenie w porozumiewaniu się z dziećmi, którym trudno zidentyfikować i zwerbalizować swoje emocje. Pozwala im to również doświadczyć, że są aktywnie słuchane. Jeśli dzieci czują się wysłuchane i rozumiane, mają przekonanie, że są doceniane i chcą kontynuować rozmowę. Nie sprawi tego odczytanie przez rodziców samej treści komunikatu. Wówczas dziecko, które nie potrafi uświadomić sobie swoich uczuć, wybiera najłatwiejszą i najpowszechniejszą dostępną emocję – złość, pod którą w rzeczywistości ukrywa inne emocje. W wielu sytuacjach pomocne może się okazać: odzwierciedlanie uczuć (mówimy dziecku, jakie są naszym zdaniem jego odczucia); parafrazowanie treści informacji (ujmujemy w inne słowa to, co powiedziało dziecko). W ten sposób rodzic okazuje, że naprawdę słucha, a dziecko ma możliwość skorygować fakty i emocje, które leżą u podstaw jego informacji. Pomimo obopólnych starań w procesie porozumiewania się dochodzi czasem do sytuacji konfliktowych. Są one w życiu nieuniknione, a nawet pożądane, gdyż pozytywnie rozwiązane spełniają ważną rolę w rozwoju każdego człowieka. Możemy wyróżnić konflikty potrzeb, spowodowane różnicą opinii, potrzeb czy zainteresowań oraz konflikty wartości, wywołane różnicą wybieranych wartości.

Rozwiązywanie konfliktu potrzeb

Rozpoznaj konflikt i nazwij go. Krótko i konkretnie powiedz, jakie twoje potrzeby zostały naruszone. Unikaj komunikatu 'Ty', aby nie upokarzać i nie obwiniać dziecka. Wyraź oczekiwanie, że pragniesz wspólnie z nim poszukać takiego rozwiązania, które będzie korzystne dla was obojga. Okaż zrozumienie uczuć i potrzeb dziecka. Pomóż dziecku wyrazić jego odczucia i prawdziwe potrzeby. Nie

atakuj jego pozycji, ale okaż mu zrozumienie i akceptację. Wspólnie poszukajcie możliwych rozwiązań. Celem tego etapu jest poszukiwanie względnie dużej liczby możliwych rozwiązań. Warto, aby dziecko pierwsze podawało swoje pomysły. Postaraj się na tym etapie nie oceniać i nie wydawać opinii na ich temat. Krytycznie oceńcie poszczególne propozycje. Dopiero na tym etapie możliwa jest krytyczna analiza i ocena zgłaszanych propozycji rozwiązań. Te, które zostaną ocenione negatywnie, należy skreślić, podając powody. Zdecydujcie się na najlepsze rozwiązanie. Wybierzcie wspólnie najkorzystniejsze rozwiązanie. Jeśli składa się z kilku etapów, należy je podać i utrwalić na piśmie. Wprowadźcie w życie ustalony plan. Omówcie szczegółowo: kto odpowiada za poszczególne zadania, co jest potrzebne i czas rozpoczęcia. Wprowadzony plan warto poddać ocenie w późniejszym terminie.

Rozwiązywanie konfliktu wartości

Zdefiniuj problem. Precyzyjne określenie problemu, o którym chcesz porozmawiać i zdefiniowanie celu rozmowy – pozwoli to dziecku odprężyć się, skoncentrować i wziąć aktywny udział w dyskusji. Ogromną rolę odgrywa tutaj twój ton głosu oraz zachowanie. Poznaj punkt widzenia dziecka. Pozwól dziecku opowiedzieć własną wersję wydarzeń i wyjaśnić motywację swojego postępowania oraz wyrazić przeżywane uczucia – zachęcaj je do tego nawet jeśli się nie zgadzasz z tym lub nie podoba ci się to, co dziecko ma do powiedzenia. Nie przerywaj i nie spiesz się, żeby mu wytłumaczyć, co zrobiło źle i co powinno zmienić. Okaż empatię. Niezależnie od tego, jak bardzo się różnicie poglądami, przekonaj dziecko, że je rozumiesz i że jego uczucia są dla ciebie ważne. Dziecko musi mieć pewność, że jeśli nawet nie aprobujesz jego postępowania, nadal je kochasz i chcesz mu pomóc. Za pomocą wyrazu twarzy i tonu głosu okaż mu, że zależy ci na nim i nie jesteś na niego zły. Porozmawiaj o wartościach twoich i dziecka. Teraz ty możesz wyrazić swoją opinię o problemie. Potem porozmawiaj z dzieckiem o wyznawanych wartościach. Nie praw kazań i nie zawstydzaj go. Doceń, że odróżnia zachowanie właściwe od niewłaściwego. Jeśli ma wyrzuty sumienia, nie obwiniaj go dodatkowo. Okaż, że masz nadal zaufanie do dziecka i oczekujesz właściwego zachowania w przyszłości. Czasem, zwłaszcza w przypadku nastolatków, dziecko może nie zgodzić się z twoimi wartościami. Pozwól mu opowiedzieć o swoich wartościach i argumentach za nimi. Nie staraj się z nim wygrać „na siłę”. Przeprowadź spokojną, konkretną dyskusję o waszej różnicy zdań. Powiedz dziecku, w co wierzysz i dlaczego się z nim nie zgadzasz. Nie bądź wrogo nastawiony i nie obrażaj go. Poszukuj też dla nastolatka nowych stref wolności, które wzrastają wraz z jego wiekiem. Rozważcie możliwe rozwiązania. Pomóż dziecku spojrzeć na problem pod innym kątem i poszukiwać nowych możliwości rozwiązania. Za każdym

razem, kiedy dziecko wypróbować nowy pomysł, robi postęp, krok do przodu, nawet jeśli sytuacja się nie zmienia. Opracujcie plan. Nie narzucaj mu swojej woli, dziecko musi czuć, że uczestniczy w opracowywaniu swojego planu. Dołóż wszelkich starań, aby przygotować twórczy plan, który zadowoli wszystkich. W niektórych sytuacjach (gdy jest niebezpieczeństwo dla dziecka lub innych bądź dla ochrony ważnych wartości) należy ustalić plan, nawet jeśli dziecko nie chce współpracować. Musi wystarczyć akceptacja przez jedną stronę - wyraż czego oczekujesz od dziecka i dlaczego. Określ też konsekwencje. Takie jednostronne plany łączą się zwykle z wyznaczaniem granic. Kiedy możesz, unikaj takich sytuacji - kiedy są konieczne, nie wahaj się działać. Bądź wytrwały i cierpliwy. Większość planów trzeba dostosowywać do zmieniających się okoliczności i poszukiwać nowych rozwiązań. Nie oceniaj i nie krytykuj dziecka. Z empatią reaguj na jego frustrację. Okaż mu, że wierzysz w jego sukces.

Co jest ważne w przekazywaniu wartości?

Twój osobisty przykład jest dla dziecka wzorem tego, co głosisz. Miłość między rodzicami więcej znaczy niż „doskonale” opanowane umiejętności rodzicielskie. Rodzic kochający i stanowczy to postawa najbardziej sprzyjająca wprowadzaniu dziecka w normy i zasady a także świat wartości. Jeśli wydaje ci się, że do tej pory często zawodziłeś - nigdy nie jest za późno na to, aby zacząć czynić to, co właściwe. Dzieci przebaczą i zapominają szybciej i na dłużej niż rodzice - kiedy coś popsujesz, praktykuj to, co głosisz: powiedz 'przepraszam', szczerze i tak szybko, jak potrafisz. Żaden rodzic nie jest samotną wyspą - wykorzystaj pozytywny wpływ jego rówieśników i innych dorosłych. Ostatecznie dzieci podejmą własne decyzje - nie możesz odebrać im wolności w dokonywaniu własnych wyborów. Nie zniechęcaj się i nie pomniejszaj swojej wartości - niech twój obraz siebie jako rodzica wynika z jakości twojego własnego życia, a nie z tego, w jakim stopniu dziecko dostosowuje się do twoich życzeń. Ufaj, że dobro zwycięży.

Na zakończenie chciałabym wyrazić, iż zdaję sobie sprawę, że temat komunikacji jest znacznie obszerniejszy niż treści przeze mnie przedstawione. W moim artykule chciałam zwrócić uwagę na kilka ważniejszych kwestii, sądząc, że mogą być one pomocne zarówno dla rodziców jak i nauczycieli do dalszych refleksji i poszukiwań.

Bibliografia:

1. Steede K., '10 błędów popełnianych przez dobrych rodziców', GWP, Gdańsk 2003.
2. Rosen P.M., 'Mówienie, słuchanie, kontakt...z dziećmi', Rebis, Poznań 2004.

3. Monbourquette J., 'ABC komunikacji w rodzinie'. Wydawnictwo M, Kraków 1997.
4. Muller F. W., Laubach H, 'Miłość, granice, konsekwencje', Wydawnictwo WAM, Kraków 2005.
5. Sakowska J., 'Szkoła dla rodziców i wychowawców', CMPPP, Warszawa 1999.
6. Babik M.: Tato! Gdzie ja mam te plemniki? Wydawnictwo Rubikon, Kraków 2013.
7. Grabowscy M., W.; Niemyscy A., M.; Wołochowiczowie M., P., 'Zanim wybierzesz...', Wydawnictwo Szkolne PWN, Warszawa 1998.
8. 'Jak żyć z ludźmi. Umiejętności interpersonalne', MEN, Warszawa.
9. Lewis P., 'Jak nauczyć dziecko sztuki życia', Wydawnictwo Rodzinny Krąg, Warszawa 1994.

[Powrót do poprzedniej strony](#)

[Poprzednia Strona](#)
[Następna Strona](#)