

Zapraszam do obejrzenia prezentacji.
Dla rodziców uczestniczących w „Szkole dla rodziców i wychowawców”, którą prowadziłam w naszej szkole będzie to przypomnienie wiadomości.
Pozostałym Państwa może skłonić do refleksji, sięgnięcia do książki lub zapisania się na warsztaty u nas w szkole lub w innym miejscu.

A. Kucharczyk

Prezentacje przygotowałam na podstawie książki:

„Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały,
Jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły.”

„Jak mówić do nastolatków żeby nas słuchały
Jak słuchać, żeby z nami rozmawiały”

Alma Faier
Etika Arian

**Traktuj dziecko tak,
jakby już było tym
kim chcesz żeby było.**

Co chcemy od dzieci?

-aby były szczęśliwe

-dobre

-zaradne

-uśmiechnięte itd.

Co robimy?

-krzyczymy

-rozkazujemy

-straszymy

-przekupujemy

-manipulujemy itd.

Jak mówić używając -Komunikatu „JA”

Formułujemy według następującego schematu:

1. Ja (czuję)/ określ emocje, uczucia
1. Kiedy Ty/ przedstaw konkretne zachowanie
1. Ponieważ/powiedzieć jaki wpływ ma na Ciebie to zachowanie

Np.: Denerwuje mnie(uczucie), kiedy tak głośno rozmawiacie(zachowanie) bo nie mogę się skupić(skutek).

I Jak pomóc dzieciom aby radziły sobie z emocjami?

1. Słuchaj dziecka bardzo uważnie.

Słuchanie jest otwarciem na drugiego człowieka, stwarza mu przestrzeń

2. Okaż zrozumienie dla uczuć dziecka słowami.

„Och”, „Tak”, „Rozumiem”

3. Nazwij te uczucia.

„To przykre”, „to boli”

Nazwanie uczucia pomaga dziecku zobaczyć, co się z nim dzieje

4. Zamień pragnienia dziecka w fantazje.

„Pragnę wyczarować dla Ciebie natychmiast całą kiść bananów”

Wszystkie uczucia można zaakceptować.
Pewne działania należy ograniczyć!

„Widzę, że jesteś zły na brata. Powiedz mu
to słowami a nie pięściami”

Kiedy rozmawiać z dzieckiem o jego uczuciach?

-gdy dziecko ma kłopot, czyli przeżywa jakieś trudne dla siebie sytuacje i związane z nimi nieprzyjemne uczucia

-gdy jest na to odpowiedni czas i chęć do rozmowy z obu stron

-gdy rodzic jest gotowy zaakceptować uczucia dziecka

-gdy rodzic wierzy, że dziecko poradzi sobie z kłopotami

II Jak zachęcić dziecko do współpracy?

1. Opisz co widzisz lub przedstaw problem.

„Na łóżku leży mokry ręcznik.”

2. Udziel informacji.

„Ten ręcznik moczy mój koc”

3. Powiedz to jednym słowem.

„Ręcznik”

4. Opisz, co czujesz.

„Nie lubię spać w mokrym łóżku”

5. Napisz liścik.

„Proszę odwieść mnie na miejsce, abym mógł wyschnąć.

Dziękuję!
Twój ręcznik!”

Słowa klucze, które pomagają, mów
do dziecka

Zależy mi.....

Oczekuję.....

To ważne.....

„Widzę, że tornado przeszło przez ten pokój”

„Kto posprząta tą stajnię Augiasza?”

Jestem zła i trzymaj się ode mnie z daleka.

Moja cierpliwość jest wielkości arbuza, pomarańczy, za chwilę
ziarenka grochu, maku zaraz zniknie...

III Zamiast karania

1. Wyraź swoje uczucia nie atakując charakteru dziecka.

„Jestem wściekły, że moja nowa piła została na zewnątrz i zardzewiała z powodu deszczu”

2. Określ swoje oczekiwania.

„Oczekuję, aby moje narzędzia zostały zwrócone po ich położeniu.”

3. Pokaż dziecku, jak może naprawić zło.

„Piła potrzebuje teraz drucianej szczotki i dużo cierpliwości”

4. Zaproponuj wybór.

„Możesz pożyczać moje narzędzia, kiedy zechcesz, a ja byłbym pewien, że będą na swoim miejscu, kiedy będę ich potrzebował?”

5. Przejmij inicjatywę.

Dziecko: Dlaczego skrzynka z narzędziami jest zamknięta?

Ojciec: Ty mi powiedz, dlaczego.

6. Rozwiązanie problemu.

„Co możemy zrobić, żebyś ty mógł używać moich narzędzi, kiedy zechcesz, a ja byłbym pewien, że będą na swoim miejscu, kiedy będę ich potrzebował?”

Kara a konsekwencja

Kara spada jak grom z jasnego nieba
a konsekwencje zapowiada się ją, jest stanowcza
i łagodna

Konsekwencja ma być dokuczliwa natychmiast,
traci przywileje

Uświadamiamy dziecku przywileje jakie ma

Wyznaczamy obowiązki

Jeden „dobry uczynek” dziennie dla domu i dobra ogółu

Debata

-kiedy organizujemy debatę?
Mamy problem i rozbieżne cele.

np.: „Dziecko chce oglądać telewizję
cały dzień a Rodzic aby w ogóle nie”

KIEDY JESTEŚMY GOTOWI

Wspólne rozwiązanie konfliktu dla starszych dzieci

1. Rozpoznajemy konflikt, nazywamy uczucia, studzimy emocje
2. Siadamy przy stole(przystępujemy do debaty nie w dniu awantury), mamy czas, opowiedz co czujesz uczuciach
3. Zrozum dziecko, jego uczucia, rozmawiamy o uczuciach i potrzebach
4. Spisujemy wszystkie propozycje,
5. Ustalamy zasady debatowania: jedna osoba mówi, nie oceniamy propozycji, nie krytykujemy, słuchamy, spisujemy je, wykreślimy
TO CO NIE DO PRZYJĘCIA,
ustalamy czas działania tego kontraktu
OD KIEDY ZACZYNA DZIAŁAĆ I JAKI NA CZAS
postanowienia można spisać i podpisać

IV Samodzielność - odpowiedzialność

1. Pozwól dziecku dokonać wyboru.

„Czy dzisiaj chcesz założyć szare czy czerwone spodnie?”

2. Okaż szacunek dla dziecięcych zmagañ.

„Stój trudno otworzyć. Czasami wystarczy, gdy postuka się łyżką w wieczko.”

3. Nie zadawaj zbyt wielu pytañ.

„Miło Cię widzieć. Witaj w domu.”

4. Nie spiesz się z daniem odpowiedzi.

„To ciekawe pytanie. Co o tym myślisz?”

5. Zachęć dziecko do korzystania z cudzych rozwiązań.

„Być może właściciel sklepu zoologicznego coś poradzi”

6. Nie odbieraj nadziei.

„A więc myślisz o ZOSTANIU NAUCZYCIELEM, a to ciekawe”

„Dzieci nie przychodzą na świat z wrodzonym
poczuciem odpowiedzialności.

Nie zyskują go też automatycznie w określonym
wieku.

Odpowiedzialności , tak jak gry na fortepianie,
uczą się powoli i przez wiele lat.

Wymaga to codziennych ćwiczeń
w dokonywaniu osądów i podejmowaniu wyborów
w zakresie dostosowanym do wieku
i stopnia pojmowania.”

H.G. Ginott

Zawsze zostawiamy dziecku wybór.

V Pochwały i samoocena

Zamiast chwalić i oceniać („Dobrze”, „Świetnie”, „Wspaniale”), opisz

1. Opisz co widzisz.

„Widzę czystą podłogę”, „Posprzątane biurko”

2. Opisz, co czujesz.

Przyjemnie jest wejść do takiego pokoju.

3. Podsumuj godne pochwały zachowanie dziecka słowami:

„Uporządkowałeś klocki lego, samochodziki.
Wszystko w osobnych pudełkach. To się nazywa organizacja”

Chwalimy dziecko:

„Musisz być z siebie bardzo dumny tyle pracy Cię to kosztowało” a nie „Mamusia jest z Ciebie dumna”

„Wracam do domu zmęczona po pracy i co widzę? Dom pięknie posprzątnany, buty poukładane. Wszystko na swoim miejscu. Czuję się szczęśliwa” zamiast „Wspaniale”

„Ta wyprawa sprawiła mi szczególną przyjemność” zamiast „Wreszcie zachowałeś się jak człowiek czyli normalnie” lub „Wspaniale”

Pochwała motywuje

„Widzę chłopczyka, który potrafi rano wstać, sam się ubrać, zjeść śniadanie, umyć się i wyszykować na czas do szkoły. To się nazywa samodzielnością”

VI Aby uwolnić dziecko od grania ról:

1. Szukaj okazji aby dziecko zobaczyło się w nowym świetle.

„Masz zabawkę od trzeciego roku życia a wygląda jak nowa”.

2. Stwórz sytuację, w której dzieci spojrzą na siebie inaczej.

„Sara mogłabyś wziąć śrubokręt i przykręcić uchwyt do szuflad?”

3. Pozwól dzieciom podsłuchać, gdy mówisz o nich pozytywnie.

„Trzymał rękę spokojnie chociaż zastrzyk był bolesny”

4. Zadeмонstruj zachowanie godne naśladowania.

„Trudno jest przegrywać ale muszę się z tym pogodzić”

5. Bądź dla dziecka skarbnicą dobrych wspomnień.

„Pamiętam, gdy ty....”

6. Gdy dziecko postępuje według starych nawyków, wyraż swoje uczucia lub oczekiwania.

„Nie podoba mi się to. Mam nadzieję, że pomimo silnych emocji potrafisz przegrywać.”

Nie pokazujemy błędów bo je
wzmacniamy.

Krytyka podcina skrzydła,
dziecko nie ma już na nic sił.

Pochwała terapeutyczna

Opis tego co widzę + nazwa cechy

Wróciłaś do domu na czas tak jak
obiecałaś- to się nazywa
odpowiedzialność

Dobra pochwała jest:

Prawdziwa- sam w nią wierzę

Powtarzana przez innych

Przekonuje- chwalony sam w nią wierzy

Poważna - bez żartów i ironii

Pokazująca co się nam naprawdę podobało

JESTEŚMY ZWIERCIADŁEM DLA DZIECKA

**„BY W SIEBIE WIERZYĆ MUSZĘ MIEĆ
KOGOŚ KTO WE MNIĘ WIERZY”**

W pochwałach zwracamy uwagę na to co
chcemy wzmocnić.

Nigdy nie mówimy o dzieciach źle przy nich.

Nie chwalimy bo nas nie chwalono, bo robia
to co mają

ale

chwalmy, chwalmy, chwalmy...

przecież nam też jest miło gdy ktoś nas
pochwali.

Powodzenia:)

Przykładowe ZASADY panujące w domu
(można ustalić razem z dziećmi i podpisać)

1. SZANUJEMY SIĘ
2. JESTEŚMY KULTURALNI
3. POMAGAMY SOBIE
4. MAMY CZAS NA NAUKĘ (1,5 GODZINY)
5. MAMY CZAS WOLNY (NA ZABAWĘ,
CZYTANIE-MULTIMEDIA) -PO NAUCE (1,5
GODZINY) - NIE PRZESZKADZAMY SOBIE
6. SŁUCHAMY SIĘ
7. NIE CZYNIMY DRUGIEMU CO TOBIE NIE
MIŁE
8. SPRZĄTAMY
9. JEDEN UCZYNEK DZIENNIE DLA DOMU

Jeżeli widzimy
człowieka takim
jakim może się stać
pomagamy mu
w tym aby takim się
stawał

J. W. Goethe