

JAK ZACHĘCIĆ DZIECKO DO WSPÓLPRACY?

Narzędzia zachęcające dziecko do współpracy

1. Powiedz dziecku, co może zrobić, zamiast mówić, czego mu nie wolno

zamiast:

spróbuj:

Nie mlaskaj przy jedzeniu → *Jedz z zamkniętymi ustami*

Nie krzycz → *Mów spokojnie*

Nie patrz się przez okno → *Spójrz w zeszyt*

Nie goń kotka → *Możesz porzucić kotkowi ten kłębek wełny*

2. Posłuż się żartem

- Czasami „wygłupy” okazują się być dobrym sposobem, aby nakłonić dziecko do współpracy.

Zamiast:

„Zobacz, jaki bałagan. Masz odkładać brudne rzeczy do kosza”

Spróbuj:

„Jak myślisz, ile czasu zajmie ci wrzucenie brudnych rzeczy do kosza? Dwadzieścia sekund? Pobijesz swój rekord? Do dzieła!”

Zamiast:

„Jeśli zaraz nie włożysz piżamy, to nie będzie bajki”

Spróbuj:

„Umiesz włożyć piżamę z zamkniętymi oczami?”

- Czasami wprowadzenie odrobiny zabawy wymaga mniej energii niż zmaganie się z marudzeniem i oporem, jakie wywołują bezpośrednie polecenia.
- W ten sposób dzieci uczą się, jak zmienić nudny obowiązek w przyjemne działanie.

3. Daj dziecku wybór

- Zaproponuj dziecku wybór zamiast wydawać polecenie.
- Pamiętaj, że każdy lubi mieć kontrolę nad swoim życiem i możliwość podejmowania decyzji.

Zamiast:

„Wsiadaj zaraz do samochodu”

Spróbuj:

„Czy chcesz iść do samochodu wielkimi krokami, czy tiptopkami?”

Zamiast:

„Piżama, ale już”

Spróbuj:

„Czy chcesz włożyć piżamę normalnie, czy na lewą stronę?”

Zamiast:

„Zaczynaj już odrabiać lekcje. Dostyc wymówek!”

Spróbuj:

„Czy wolisz odrobić lekcje od razu i mieć spokój, czy najpierw coś zjesz?”

4. Pozwól dziecku za coś odpowiadać

- Kiedy tylko możesz uczynić dziecko odpowiedzialnym za własne zachowanie, wyniesiesz z tego korzyści. Jako rodzic możesz określić, co trzeba zrobić, ale zostawić dziecku odpowiedzialność za szczegóły.

np. zamiast codziennie klócić się z dzieckiem, czy ma wziąć kurtkę, czy nie – zróbcie wykres temperatury, na którym dziecko samo odczyta, jaka jest pogoda i czy należy ubrać kurtkę.

5. Udziel informacji

- Czasami wystarczy podać dziecku prostą informację, zamiast wydać polecenia

Zamiast:

„Przestań uderzać w keyboard, zepsujesz go!”

Spróbuj:

„Keyboard to delikatny instrument, trzeba bardzo lekko dotykać klawiszy”.

Zamiast:

„Znow nie zakręciłeś kleju!”

Spróbuj:

„Klej szybko wysycha, jeśli się go nie zakręca”.

- Powiedz to jednym słowem albo wyraż gestem
- Czasami gest lub jedno słowo przypominające o konieczności zrobienia czegoś będzie korzystniejsze dla osoby wydającej polecenie.

Zamiast:

„Znowu nie zasunąłeś krzesła. Ile razy mam ci powtarzać...”

Spróbuj:

„Krzesło” - ze wskazaniem przedmiotu

- Uważaj, aby pojedyncze słowo było rzeczownikiem, a nie czasownikiem, aby nie zabrzmiało jak rozkaz – opisz to, co widzisz.
- Czasami pojedyncze słowo nie wystarczy i trzeba wypowiedzieć ich kilka

Zamiast:

„Nie zostawiaj kurtki na podłodze. Nie mam zamiaru po tobie sprzątać”

Spróbuj:

„Kurtka leży na podłodze”.

6. Opisz, co czujesz

- Dziecko powinno wiedzieć, co odczuwa druga osoba – kiedy opisujesz, co czujesz, nie tylko dajesz dziecku ważne informacje, ale również kształtujesz słownik emocjonalny, którym może się posłużyć, kiedy samo będzie przeżywać różne emocje.

Zamiast:

„Możesz spaść i zrobić sobie krzywdę”

Spróbuj:

„Ogarnia mnie strach, gdy widzę chłopca, który zbliża się do krawędzi urwiska. Boję się, że połamię sobie kości! Czuję się lepiej, gdy stoisz w tym miejscu”.

- bardziej skuteczne jest opisywanie własnych uczuć bez stosowania formy „ty”

7. Użyj innego środka niż słowo mówione

- Jeśli powtarzasz wciąż tę samą prośbę i nie uzyskujesz odpowiedniej reakcji, może czas napisać liścik – może się okazać bardziej skuteczny niż mówienie i z pewnością zaskoczy dziecko.

np. zamiast na siłę organizować dziecku kąpiel – stwórz bilet uczestnictwa w kąpeli specjalnie dla dziecka; zamiast upominać dziecko, że nie można biegać po schodach – stwórz znak przypominający o zakazie biegania.

- Dzieci, którym się bez przerwy nie rozkazuje, z większą chęcią wypełniają proste prośby rodziców, np. sprzątaj zabawki – niż dzieci, które są bez przerwy sterowane i kontrolowane.
 - Doceniaj postępy dziecka, zanim powiesz, co trzeba jeszcze zrobić.



Opracowała: Michalina Płotka