



Povzetek šole za starše, 2. 3. 2016

KOMUNIKACIJA V VZGOJI

(Sašo Kronegger, uni. dipl. soc. pedagog, transakcijski analitik)

Kakšne otroke si želimo? Zdrave, srečne, aktivne, samostojne, samozavestne, sposobne ... in v to smer jih vzgajamo. Najpomembneje pa je, da jih pripravljamo na samostojnost.

USPOSABLJANJE ZA SAMOSTOJNOST: povemo/pokažemo, kako neko stvar naredimo + pustimo otroku oz. ga izzovemo, da to naredi. Omogočamo mu nove izkušnje in nanje reagiramo (s pohvalami in kritikami). Pomembno je, kako se z njim pogovarjamo in kako ob različnih situacijah reagiramo, saj si nas otrok zapomni in nas »potegne ven« iz spomina, ko nas potrebuje. To prepoznamo kot otrokov samogovor (ko npr. govori o sebi v 3. osebi: »Bor, padel boš, bolelo bo.«)

Ključni izziv v komunikaciji in vzgoji je vprašanje, kako otroka ravno prav izzivati. Kako mu postaviti letvico ravno prav visoko, da jo bo še lahko preskočil in da ga bomo lahko pohvalili. **Vzgoja je treniranje navad.** Treening je smiseln, saj zmanjšuje porabo energije. Težava nastane, če otroci navad ne natrenirajo. Sami jih ne bodo natrenirali tudi v primeru, če velikokrat delamo stvari namesto njih.

Vloga staršev je, da smo bolj zoprni kot tiste stvari, ki so otrokom zoprne za narediti. Tako uvidijo, da stvari niso tako neprijetne. To nikakor ne pomeni, da moramo biti glasni ali celo da moramo groziti; pomeni, da **moramo biti vztrajni.** Biti vztrajen toliko časa, da otrok zadevo natrenira.

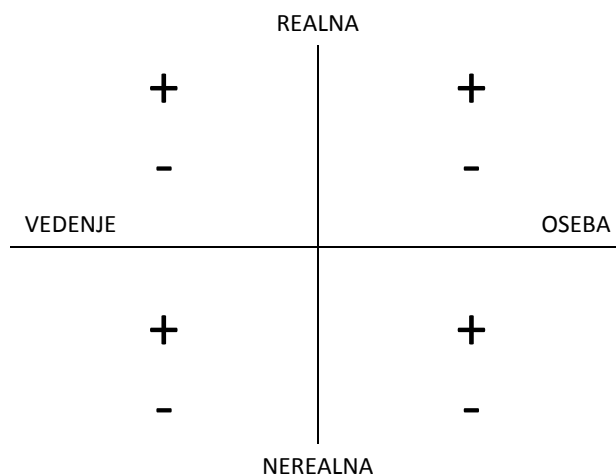
Naši otroci še ne ločijo dobro, kdaj smo slabe in kdaj dobre volje (vsaj do 5. leta, lahko še dlje). Težko razumejo, da jih ima nekdo, ki jih zelo frustrira, obenem tudi zelo rad. Mislijo, da jih mama, ker jim ne pusti zlagati posode v pomivalni stroj, nima rada. In obratno.

V komunikaciji moramo tudi razlikovati med prošnjo in zahtevo. Če nekaj zahtevamo, svoja pričakovanja izrazimo jasno, naj to ne bo prošnja, ki otroku pušča možnost izbire. Zahtevo podamo na prijazen, a hkrati jasen način.

Primer trme, hudega upora:

- Ali lahko gre otrok sam čez Celovško? Nikakor, odreagiramo takoj in otroka fizično ustavimo, ne dvomimo o svojem ravnanju. Vztrajni moramo biti tudi v drugih situacijah.
- Kadar se pogovor zelo zaostri, kadar gre »na nož« → potrebno preusmeriti, da gremo ven iz tega prezapletenega, »resetiramo«.

Ko se pogovarjamo z otroki, uporabljamo različna sporočila. Pomembno je, da **ločimo sporočila, ki so vezana na vedenje, in tista, ki se nanašajo na osebo.**



Izkaže se, da se je nerealnim sporočilom v vzgoji najbolje kar izogniti (tako pozitivnim kot negativnim). Otrok bo sicer to sporočilo samemu sebi pripisal in s to nerealno sliko o sebi si bo v življenju težko pomagal (»lenuh«, »princeska«). Besede, ki ustvarjajo nerealnost so tudi *vedno, nikoli, ves čas* (»Nikoli ne odneseš smeti.«; »Zmeraj ti moram trikrat reči ... «).

Pri sporočilih, usmerjenih na vedenje, je pomembno, da dajemo oboje - pozitivna in negativna sporočila: s pozitivnimi vedenje utrjujemo, z negativnimi kontraproduktivno vedenje zaviramo.

Še malo o postavljanju meja ...

- Če postavimo mejo in potem popustimo, bo otrok skušal to stvar dobiti še večkrat.
- Ko dobi občutek, da ima moč, začne preizkušati, kaj se bo zgodilo.
- Na nas je, da zapiramo ta prostor (npr. zbudimo otroka 15 min prej, da se nam ne bo mudilo; zvečer pripravimo oblačila, da zjutraj sam izbere iz dveh kompletov)
- Otrok zelo dobro zazna, da se nam mudi, takoj zazna vibracije, začuti živčnost → vkalkulirajmo in predvidimo časovnico.
- Ko je mejo težko držati ... pomaga zavedanje, da na dolgi rok delaš dobro za otroka.

Za konec pa še nekaj koristnih besed:

- Otroci morajo dobiti vse vrste sporočil: spodbude in pohvale + kritike in omejitve.
- Če ne prosimo, ampak zahtevamo, to jasno izrazimo.
- Načrtno ne rušimo samopodobe otrok.
- Napovejmo odhod, dogodke ki bodo sledili.
- Otroku je potrebno izzive postavljati višje kot jih je imel do zdaj, ravno prav visoko.
- Upor = lahko tudi klic po bližini → vprašajmo se, kaj nam otrok z določenim vedenjem želi povedati?