

Ekonomiczny Uniwersytet Dziecięcy



Komunikacja kluczem do zrozumienia.
Budowanie dialogu z dziećmi.

Hanna Micińska

Uniwersytet Ekonomiczny w Katowicach

28 kwietnia 2025 r.

Organizatorzy





*Jedno z podstawowych praw komunikacji głosi, iż każde zachowanie w obecności drugiej osoby ma **wartość informacyjną**, w tym sensie, że określa i modyfikuje wzajemne relacje pomiędzy tymi osobami.*

Każde zachowanie coś znaczy**, np. z całkowitej ciszy lub braku reakcji wynika następujący przekaz: **Nie chcę mieć z tobą nic wspólnego.

Przy powyższym założeniu widać, jak wiele miejsca pozostaje dla sprzeczności i nieporozumień.

Paul Watzlawick, How real is real?

Najgłębszą potrzebą natury ludzkiej jest tęsknota, by być docenianym.

William James

Okazywany człowiekowi szacunek czyni go lepszym.

K. Przerwa Tetmajer

Nic bardziej nie wzmacnia człowieka niż okazanie mu zaufania.

Adolf Harnack

Uśmiech kosztuje mniej od elektryczności i daje więcej światła.

Archibald Joseph Cronin

Takt polega na tym, by wiedzieć, jak daleko można się posunąć, by nie posunąć się za daleko.

Jean Cocteau

Uprzejmość to waluta, co bogaci nie tego, kto ją otrzymuje, lecz tego, kto ją rozdaje.

Przysłowie perskie



Dialog

- Rozmowa, zespół wypowiedzi co najmniej dwóch osób na określony temat.
- Dla dialogu charakterystyczna jest wymiennność ról nadawcy i odbiorcy wśród jego uczestników: ta sama osoba występuje raz jako podmiot mówiący, to znów jako adresat [...].
- Żadna z wypowiedzi składających się na dialog, czyli replik, nie stanowi sama przez się autonomicznej całości znaczeniowej; dopiero **powiązanie wszystkich replik tworzy układ znaczeniowo kompletny i samodzielny.**

Źródło: Janusz Sławiński, *Dialog*, [w:] Michał Głowiński, Teresa Kostkiewiczowa, Aleksandra Okopień-Sławińska, Janusz Sławiński, *Słownik terminów literackich*, Wrocław 1988, s. 89.

Nie ma nic **ważniejszego** dla dorastającego nastolatka niż **zrozumienie** ze strony rodzica.

Ten młody człowiek



z jednej strony,
jak tylko może,
sprawdza
granice,

ale z drugiej
strony, chce czuć
bezpieczeństwo
w relacji
i akceptację.

A rodzice często uważają, że nastolatki ...



- mogą popełniać drobne błędy, **muszą zawsze słuchać** rodziców i oczywiście spełniać ich oczekiwania,
- jeśli będą miały więcej swobody, **popełnią ogromne błędy** i to będzie oznaczało, że zrujnują sobie życie,
- często specjalnie zachowują się okropnie, **by nam dokuczyć i zemścić się na nas**, za to, że im na coś nie pozwalamy,
- nie doceniają tego, co dla nich robimy!

Naprawdę, Drodzy Rodzice?

Zacznijmy rozmawiać z naszymi nastolatkami, pamiętając, że...

- przeżywają intensywne zmiany, zarówno fizyczne, jak i emocjonalne wynikające z burzy hormonów i intensywnego rozwoju poznawczego,
- wchodzą w nowe relacje, kształtują swoją tożsamość, mogą także mieć problemy ze swoim wyglądem, co wpływa na postrzeganie samego siebie, a także postrzeganie przez innych,
- buntują się, czyli nagle zmieniają swoje zachowanie, stają się impulsywni, ekscentryczni, zmieniają swoje poglądy, co prowadzi do konfliktów z otoczeniem,
- my też przeżywaliśmy swoje dorastanie i różnie to bywało, ale **nie porównujmy**, bo minęło trochę lat i bardzo dużo się zmieniło wokół...

Porozmawiajmy o czymś i o „niczymś”

- wykorzystuj wspólne chwile na partnerskie pogawędki ze swoim nastolatkiem, przyzwyczajaj do krótkich rozmów – najlepiej okraszonych uśmiechem, poczuciem humoru, dowcipem (to, co Ciebie bawi, może nie bawić Jego i odwrotnie),
- stworzy to okazję do poznania wzajemnych gustów, przekonań, a tym samym lepszego dostrojenia się do siebie,
- w trakcie wspólnych zakupów, odwożenia do szkoły, pobytu w domu, czasu przed i po np. obiedzie „niewinnie angażuj” – możesz mi podać, schowaj to, proszę, załadujmy zmywarę – ja górę, ty dół, ok?
- przy okazji można dać całuska, przytulić, pogłaskać, skomplementować.

Zatem, Drogi Rodzicu



- bądź partnerem, bądź naturalny, inicjuj rozmowę i przestań, gdy nastolatek ją podejmie - nic na siłę!
- Twój nastolatek ma rozchwiane emocje, gdy rozmowa jest „lekka, łatwa i przyjemna” pewnie jest Mu łatwiej,
- uważnie słuchaj i patrz życzliwie na swojego nastolatka,
- pamiętaj, że kochasz swego nastolatka, nawet jak jesteś bardzo zmęczony.

Co się stało lub dzieje, że trzeba porozmawiać poważnie ?

- złe stopnie, wagary, konflikty w szkole (uczniami, nauczycielem)
- złe towarzystwo, używki,
- choroba, stany lękowe, stany depresyjne
- miłość, współżycie
- zdolny, utalentowany nastolatek
- wybory szkoły, profilu, studiów, pracy, wyjazdy za granicę
- zainteresowania, komputer i gry, sporty
- sytuacja rodzinna





- Każda z wyżej wymienionych sytuacji jest trudna, skomplikowana, nie zawsze spowodowana przez złe zachowanie, złe towarzystwo czy lenistwo nastolatka,
- Pojawiają się takie, które wymagają niezwyklej ostrożności, delikatności i taktu ze strony rodziców,
- Bywają takie, że nikt nie zawinił, pojawiła się choroba i oprócz fachowców pomagających, cała rodzina cierpi
- Wreszcie tak zwane sytuacje rodzinne – śmierć, bezrobocie, alkoholizm, rozwód, pożar, powódź, wypadek, przeprowadzka, zmiana szkoły ...
- Każda z tych sytuacji wymaga innego podejścia, a przecież rodzice są tylko ludźmi i często nie potrafią sobie poradzić z wieloma nieszczęściami lub problemami.
- Czasami warto udać się do psychologa, psychoterapeuty, pedagoga, logopedy, psychiatry, trenera sportowego.

Co możemy zrobić jako rodzice nastolatka?

- Być blisko (przytulić, pogłaskać, ucałować),
- Uważnie patrzeć na twarz (wyraz emocji), oczy, gesty
- Sprawdzać delikatnie jak długo się świeci światło w nocy, zajrzeć,
- Czy są zmiany apetyt, sylwetka, codzienne zachowania,
- Słuchać uważnie – co i jak mówi,
- Dawać delikatne sygnały – *„widzę, że coś Ci jest, martwi mnie, że nie jesz, pijesz, przykro mi, kiedy jesteś taki smutny”*
- Takie symptomy mogą trwać, zatem nasza uwaga jest bardzo ważna.
- Pamiętajmy, że nastolatki potrafią bardzo sprytnie ukrywać swoje problemy!

Przygotowania do rozmowy z nastolatkiem

Rodzice,

- zaplanujcie rozmowę i poinformuj – temat, czas, miejsce, uczestnicy,
- przygotujcie się – zbierzcie fakty, argumenty,
- postarajcie się, by nic Wam nie przeszkadzało,
- usiądźcie wygodnie, by się widzieć – to nie jest przesłuchanie,
- przygotujcie coś do picia, coś do „schrupania”.

Zaczynamy łagodnie, z miłością i ...rzeczowo

- **Postępuj** zanim zaczniesz mówić
- **Staraj się zrozumieć** zanim ocenisz
- **Podzielcie się własnymi punktami widzenia** zanim rozpoczniecie dyskusję nad rozwiązaniem problemu
- **Pilnujcie** powyższych zasad

Zapewnijcie nastolatka o Waszej miłości, chęci pomocy, życzliwości i wsparciu w każdej sytuacji.

- Nie tylko Rodzice chcieliby porozmawiać ze swoimi nastolatkami, to One także często chcą „wyrzucić z siebie”, to co Ich boli.
- Czują obawę, lęk przed niezrozumieniem, złością, awanturą, odcięciem tego, co jest dla nich ważne.
- Bardzo ważna jest także obecność obydwójga Rodziców, którzy rozmawiają ze sobą często na temat swoich dzieci i potrafią wypracować wspólne stanowisko czy podobne. Bywa i tak, że mają zupełnie różne...
- Nastolatki mogą wybrać tylko jedno z Was i należy to uszanować, jeśli potraficie sobie z tym poradzić.

Rozmowę czas zacząć!

- Opanuj emocje, siłę głosu, patrz na Twojego nastolatka spokojnie,
- Słuchaj, nie przerywaj, nie wchodź w słowo, poczekaj gdy skończy,
- Mów od siebie – *martwię się, wytłumacz mi, chcę zrozumieć, jestem zawiedziony, przykro mi,*
- Krytykuj **zachowanie** nastolatka, a nie *Jego* – **nie mów: jesteś głupi, a mów: to, co zrobiłeś było bardzo nierozsądne,**
- Nie wygłaszaj tyrady, a mów, **co czujesz, co niewłaściwego zrobił nastolatek, jakie zasady złamał, czego oczekujesz, jakie mogą być konsekwencje,**
- Nie obrażaj się na nastolatka – to forma uniku z Twojej strony,
- Jeśli Ty popełniłeś błąd, przyznaj się do tego i przeproś,
- Zapewnij, że nadal kochasz swoje dziecko, mimo niewłaściwego zachowania

Janusz Korczak (1878 – 1942) powiedział:

Wiedziałem, że nie wystarczy słuchać- trzeba przede wszystkim usłyszeć potrzeby dziecka.

Dziecko chce być dobre.

Jeśli nie umie – naucz, jeśli nie wie – wytłumacz, jeśli nie może – pomóż.

Dziecko ma prawo być sobą. Ma prawo do popełniania błędów. Ma prawo do posiadania własnego zdania. Ma prawo do szacunku.

Nie ma dzieci – są ludzie.

` Bardzo serdecznie Państwu dziękuję za udział w spotkaniach ze mną.

Jak zawsze była to dla mnie ogromna przyjemność i wierzę bardzo w Państwa rodzicielskie umiejętności, a Waszym Nastolatkom gratuluję takich wspaniałych Rodziców.

Hanna Micińska

A na „deser” przeczytajcie Państwo „Prośba dziecka”, czyli 20 przykazań dla rodziców Janusza Korczaka (oczywiście w Internecie).