

KOMUNIKACIJA SA VAŠOM DJECOM

Najteži problem za roditelje i djecu danas je da ni jedno ne zna kako da komunicira uspješno, sa poštovanjem, dostojanstvom ili na taj način da se obje strane osjećaju saslušane i shvaćene.

Odnos između roditelja i djeteta je iskustvo koje najviše nagrađuje i donosi najviše zadovoljstva. U isto vrijeme ono je jedno od najtežih i najsloženijih iskustava. Ovaj odnos često je opterećen frustracijama ili nerezumijevanjem zbog loše komunikacije.

Mi komuniciramo s ciljem da drugima izrazimo naše razmišljanje, osjećanja ili ideje.

Ono što roditelji obično žele od svoje djece jeste da rade ono što se od njih traži bez previše suprostavljanja. Ono što djeca obično žele je da ih njihovi roditelji jednostavno saslušaju.

Evo nekoliko jednostavnih uputa koje će pomoći roditeljima da njihovi zahtjevi budu što bolje ispunjeni.

***SLUŠATI, SLUŠATI, SLUŠATI**

Da biste bili dobar slušalac, morate prvo htjeti čuti šta vam djeca imaju reći.

Slušajte njihove osjećaje, a ne samo riječi. Govorom tijela, očima i fizičkim kontaktom pokažite da slušate. Nasmiješite se kada je to potrebno, klimnite glavom kako biste pokazali da slušate dijete. Aktivnim slušanjem vi povećavate dječije samopouzdanje i spoznaju o njegovoj sopstvenoj vrijednosti.

***BUDITE PRISTUPAČNI**

Budite otvoreni za diskusiju na bilo koju temu o kojoj vaše dijete želi razgovarati. Ako želite da vam dijete donosi ispravne i moralne odluke, zato mora imati dovoljno informacija.

***KONTROLIŠITE TON SVOG GLASA**

Samo ih još više razdražujete ako vičete, zahtjevte ili pridikujete.

***NEMOJTE IH MUČITI I STALNO PONAHLJATI ISTE ZAHTJEVE**

Stalnim ponavljanjem iste stvari neće učiniti djecu poslušnom. Objasnite to što zahtjevate od njih i kažite im zašto to smatrate važnim. Podsjetite dijete na to jednom ili dva puta.

***AKO KRITIKUJETE, OGRANIČITE SE NA KONKRETNO PONAŠANJE KOJE NE ODOBRAVATE**

Nemojte biti neodređeni. Uvjerite se da dijete shvata kako vi niste protiv njega nego protiv njegovog ponašanja.

***SVAKI PUT KADA PRESUĐUJETE**

Ako ste suviše kruti, sužavate djetetu slobodan prostor, tako ih više potiskujete da otvoreno sa vama razgovaraju.

***KADA DIJETE IMA PROBLEM**

Prvo saslušajte dijete, onda mu pružite ljubav i razumijevanje, a ne nasilje ili bijes.

***POŠTUJTE MIŠLJENJE DJETETA**

U većini slučajeva djetetovo mišljenje bit će drugačije od vašeg. Zar se vaše mišljenje nije razlikovalo od mišljenja vaših roditelja?

***NE SUDITE SVOJOJ DJECI**

Poštujte njihove poglede i razlike i dozvolite im da izraze svoje vlastite ideje i osjećaje. Poštujte individualnost, nezavisnost i privatnost.

***KADA HVALITE SVOJE DIJETE**

Svoju pohvalu usmjerite na dječiji trud, a ne na postignuće.

***NEKA VAM SLUŠANJE BUDE PRIORITET**

Odvojite vrijeme da budete sami i sve ostalo ostavite po strani. Poruku koju će vaše dijete čuti od vas je :“Volim te dovoljno da te slušam.“

***NAČIN DA SE IZGRADI SAMOPOŠTOVANJE KOD DJETETA**

Treba da zapamtite da dijete jednostavno želi :

***Da ga slušate.**

***Da mu pridete sa ozbiljnošću.**

***Da ga volite i prihvatite bezuslovno.**

Pedagog-psiholog

Fatima Čorbo