

procjenjujemo dijete. Ona je uperena na osobnost i kaže: „Ti si loš“. Dijete se osjeća krivo, odbačeno, nevoljeno, osjeća nepravdu i sve shvaća doslovno. Dijete će se pravdati, „uzvrćati“ ili se povlačiti, što će rezultirati smanjenjem samopoštovanja.

Nemojte djetetu govoriti „Ti si nepristojan.“, „Nemaš pojma.“, „Ti si mala beba, sram te bilo.“, „Dobra djeca to ne rade.“...

Kada djetetu kažete kako se Vi osjećate kada ono radi nešto što je za vas neprihvatljivo, šaljete mu JA poruku. JA poruka ne izaziva otpor i pobunu, već pošteno priopćava kako djetetovo ponašanje djeluje na vas. Informativna je i sugerira smjer promjene ponašanja.

Struktura JA poruke:

- kad ti radiš to (konkretno djetetovo ponašanje)
- loše se osjećam (smeta mi, ljuti me, brine me, bojim se...)
- i želim, očekujem, predlažem.... (da razmisliš, učiniš nešto...)

Npr. nemojte reći TI porukom djetetu „Izvoli se obući“, zamijenite ju JA porukom „Kada hodaš bos, brinem se za tvoje zdravlje i želim da obuješ papuče ili se igraj na tepihu.“

Kada govorite o vlastitim osjećajima izjave nemojte započinjati s „TI“, kao npr. „Ti si me povrijedio!“, nego: „Osjećam se povrijeđenom/im!“

♥ STAVITE SE „U CIPELE DJETETA“. Gledište djeteta određeno je njegovim svijetom koji se značajno razlikuje od vašeg. Zamislite sebe u njegovom položaju- ne bi vam bilo drago stalno slušati kako se trebate ponašati.

### **PREPORUČUJEMO VAM UNICEFOVE RADIONICE ZA RODITELJE „RASTIMO ZAJEDNO“ U NAŠEM VRTIĆU!**

Pripremila: Tanja Cvijanović, socijalni pedagog



**DJEČJI VRTIĆ  
IVANIĆ GRAD**

## Letak za roditelje **KOMUNIKACIJA** između roditelja i djece



Sve što radimo u našoj vezi sa djecom ima formu komuniciranja, i to ne samo izgovorene riječi, nego i boja tona, izraz lica ili govor tijela. Način našeg komuniciranja s djecom šalje poruke poštovanja, empatije i brige, ali isto tako može slati i suprotne poruke. Aktivnim slušanjem, poticanjem djece da govore o svojim osjećanjima i korištenjem pozitivnog, opisnog jezika dajemo djeci do znanja da nam se mogu povjeriti. Uz to, način na koji mi komuniciramo sa djecom postaje model na kojem djeca uče komunicirati s drugima, rješavati probleme, biti samosvjesna i znati slušati.

♥ NAČIN DA SE IZGRADI SAMOPOŠTOVANJE, pozitivna slika o sebi kod Vašeg djeteta i ojača vaš odnos je da zapamtite da ono jednostavno želi:

1. da ga saslušate,
2. da mu priđete sa ozbiljnošću i
3. da ga volite i prihvatite bezuvjetno.

♥ KADA HVALITE SVOJE DIJETE svoju pohvalu usmjerite na trud, a ne na postignuće. Mi često dajemo previše važnosti krajnjem rezultatu, ne prepoznavajući koliko je bilo teško doći do njega.

♥ NE SUDITE SVOJOJ DJECI! Poštujte njihove poglede i razlike i dozvolite im da izraze svoje vlastite ideje i osjećaje. Poštujte individualnost, nezavisnost i privatnost.

♥ NE VRAĆAJTE SE NA PROŠLE RADNJE/DOGAĐAJE i ne dozvolite da utječu na sadašnjost. Korištenjem izraza kao što su UVIJEK, NIKAD ili IKAD, jednostavno se suprotstavljate djetetu. Govoreći «Nikad ne radiš ono što ti se kaže», samo pomažete da se pojača negativno ponašanje koje pokušavate promijeniti. To se zove proročanstvo koje sami ispunjavate. Ako djeca to čuju dovoljno često, počinju i sami u to vjerovati.

♥ OSJEĆAJI SU SAMO TO – OSJEĆAJI. Nema dobrih ili loših, pravih ili pogrešnih osjećaja, zato ne raspravljajte s djecom onda kada vam govore što osjećaju. Ne isključite njihove osjećaje i ne odbacujte ih kao nebitne. Nemojte ih ismijavati ili ponižavati.

♥ SLUŠATI, SLUŠATI, SLUŠATI, A MALO GOVORITI! Da bi bili dobar slušalac, morate prvo HTJETI ČUTI što vam Vaša djeca imaju reći i VJEROVATI da je to što kažu BITNO. Slušajte njihove osjećaje, a ne samo riječi. Govorom tijela, očima i fizičkim kontaktom pokažite da slušate, postavite pitanje kako bi pokazali

svoje interesiranje ili da pomognete nešto razjasniti kako ne bi došlo do nesporazuma. Aktivnim slušanjem povećavate dječje samopouzdanje i spoznaju o vlastitoj vrijednosti.

♥ POJASNITE SVOJA OČEKIVANJA. Djeca ne čitaju misli, ona nikako ne mogu znati što se od njih očekuje, osim ako im to jasno ne kažete.

♥ DOK SLUŠATE, ODGOVARAJTE ISKLJUČIVO POTVRDNO!

Iza prvog „ne“ dijete više nije spremno za suradnju, kao uostalom, ni jedna odrasla osoba.

Zato umjesto nejasnog: „ Ne lupaj tako.“, treba djetetu reći kako da lupa da biste i vi i on bili zadovoljni.

“Igraj se tiše.” ili „Lupaj u svojoj sobi.“, „Lupaj ovako.“.

Umjesto „Ne budi zločest.“, recite djetetu konkretno kako da se ponaša, što da radi da bi bilo bolje.

Npr. „Budi strpljiv.“, „Pričekaj dok završim.“, „Podjeli slatkiše“, „Slušaj kad ti govorim.“, „Sjedni mirno.“ i sl.

**Tako zabranu pretvaramo u dopuštenje.**

Umjesto „Prestani cendрати.“, recite djetetu kako se treba ponašati da bi od vas dobilo ono što želi.

Npr. Od mene nećeš to dobiti, ako:

-cendraš, prepireš se, baciš se na pod, vičeš, prigovaraš mi

Od mene ćeš dobiti što želiš ako:

-pitaš jasno, zamoliš, kažeš što hoćeš.

Tako učimo dijete da i ono jasno kaže što hoće u sklopu nekih dogovorenih granica ponašanja.

♥ ZAMIJENITE „TI“ PORUKE „JA“ PORUKAMA

TI poruku upućujemo kada nam djetetovo ponašanje smeta, kada smo nestrpljivi i ne čekamo da dijete samo mijenja ponašanje, već reagiramo TI porukom kojom negativno