

Znaczenie rozmowy w rodzinie

„Wszelkiego rodzaju zaburzenia dziecięce powstają na skutek faktu, że rodzice nie rozmawiają z nimi wystarczająco. Dzieci odczuwają o wiele większą potrzebę ich obecności i komunikowania aniżeli przesadzonej troskliwości, higieny czy homogenizowanego mleka”.

/Francoise Dolto/

Rozmowa w rodzinie jest przedmiotem badań psychologicznych od co najmniej lat 70-tych XX wieku. Zdaniem J.H.S. Bossarda każda rodzina ma swój styl rozmowy. Zależy on od sposobu traktowania tematu rozmowy (subiektywny, obiektywny, analityczny, oceniający), od tonu (ekspresyjny lub spokojny), nastroju mówcy (narzekanie, entuzjazmowanie się) i gestykulacji.¹

Instytucja rodziny ewaluowała na przestrzeni ostatnich 20 lat. Zmieniła się jej rola, znaczenie, funkcje, jak również metody i środki wychowawcze.

Jednym z najważniejszych środków wychowawczych jest żywe słowo, zaś metodą- rozmowa. Mówiąc i słuchając budujemy poczucie więzi, zaufania, stajemy się wiarygodni dla naszych bliskich.

Rozmowa- ujmując rzecz najprościej- to wymiana zdań, podczas której wszyscy jej uczestnicy mają równe prawo do mówienia i bycia wysłuchanym, a także obowiązek wysłuchania tego, co mówi interlokutor. Jest ona jedną z podstawowych form kontaktów dziecka z rodzicami, rówieśnikami i osobami dorosłymi. Oznacza ona wzajemną wymianę myśli za pomocą słów. Służy też zdobywaniu wiedzy, rozszerza sferę zainteresowań, wyostrza pamięć, umożliwia określenie własnych poglądów i poznanie cudzych, skłania do refleksji, przemyśleń, pobudza do działań.

¹ T. Kukołowicz; *Rozmowy w rodzinie jako czynnik rozwoju i zachowania dziecka* [w:] Roczniki Filozoficzne tom XXVIII, zeszyt 4; 1979

Niestety, w ostatnich latach obserwuje się niepokojące zjawisko w pierwotnym środowisku wychowawczym, jakim jest rodzina. Mianowicie, rodzice/prawni opiekunowie zbyt mało czasu poświęcają dziecku i na rozmowę z nim.

Dawniej wzorce wychowania wynosiło się z domu rodzinnego, niekiedy rodzice nie liczyli się z uczuciami dzieci (kto z nas nie pamięta „Poczekaj tylko, aż wróci ojciec!”, „Nie płacz, bo nic się nie stało. Jak chcesz to dam ci dobry powód do płaczu”?). Dzisiaj wiedza o rozwoju dziecka i roli rozmowy w rodzinie jest naprawdę szeroka, zaś rodzice mają dostęp do wielu rzeczowych publikacji. Niestety, nie potrafią skorzystać z tego.

Młode pokolenie wychowywane jest przez mass media (Internet, telewizja), konsekwencją czego jest brak zaradności życiowej i zamknięcie się w sobie. To tylko wierzchołek góry lodowej, jej podstawą zaś stają się zachowania opozycyjne i niedostosowanie społeczne.

Dlaczego zatem warto rozmawiać z dziećmi? Cemu rodzina powinna jak najczęściej posługiwać się tą prostą metodą wychowawczą, jaką jest rozmowa?

1. Rozmowa rozwija kompetencje poznawcze dziecka, wpływa na kształtowanie takich sfer osobowości dziecka, jak: emocje, myślenie, umiejętności społeczne (np. komunikowania się z innymi ludźmi, samodzielność), czy poczucie własnej wartości.

Ponadto pobocznie wpływa także na szkolenie warsztatu wychowawczego rodzica w zakresie przeżywania własnych emocji i umiejętności komunikowania się. Zmienia niekiedy styl wychowawczy² z najbardziej niepożądanych: autokratycznego, liberalnego, okazjonalnego lub niekonsekwentnego na demokratyczny (jedyne style, które w pełni szanują dziecko i traktują je jako pełnoprawnego członka rodziny).

2. Rozmowy budują i pogłębiają poczucie zrozumienia i więzi z rodzicami, scalają, integrują rodzinę.

3. Dziecko będąc rozmówcą uczy się logicznego myślenia i argumentowania przy jednoczesnym korygowaniu własnego światopoglądu i przekonań.

² M. Ziemska; *Postawy rodzicielskie*; Wiedza Powszechna; Warszawa 2009

4. Rozmowy umożliwiają trenowanie zdolności komunikacyjnych, wpływają na bogacenie słownictwa, uczą słuchania i jasnego wyrażania myśli. Rozwijają nie tylko w dziecku, ale również w dorosłych zdolność empatii (rozumienia innych i współodczuwania) i poszanowania odmiennych poglądów. Częste rozmowy z dzieckiem sprawiają, że staje się one bardziej otwarte w stosunku do innych ludzi i chętne do współpracy z nimi, umie negocjować.

5. Dziecko buduje poczucie własnej wartości, gdy rozmowa odbywa się w przyjaznej atmosferze, z poszanowaniem godności wszystkich interlokutorów.

6. Dzięki rozmowom rodzice mogą dobrze poznać swoje dziecko, jego poglądy, myśli i uczucia

7. Rozmowa pozwala dziecku na uniknięcie błędu *in spe*, bądź stwarza okazję do powiedzenia o nim, wspólnego poszukiwania rozwiązań.

Istotna jest nie tylko sama rozmowa w rodzinie, lecz również jej przebieg oraz cele. Błędy popełniane przez rodziców podczas „rozmowy” z dziećmi są bardzo poważne, mogące w przyszłości zaważyć na relacji rodzic- dziecko.

Kilka rad (*ad hoc*)- jak prowadzić rozmowy w rodzinie:

1. Znajdź czas, gdy dziecko chce się podzielić radością, sukcesem. Okaż swoje zadowolenie, pochwal, spytaj o szczegóły wydarzenia. Nie umniejszaj wagi sukcesu.

2. Podczas rozmowy patrz dziecku w oczy. Odłóż na bok telefon i laptopa, ściszej telewizor.

3. Nie wypytuj nachalnie. Nie wchodź dziecku w słowo. Jednocześnie okazuj zainteresowanie sprawami dziecka.

4. Nie moralizuj i nie dawaj rad. Kiedy dajesz dziecku radę lub natychmiastowe rozwiązanie, odbierasz mu możliwość radzenia sobie z własnymi problemami i szukania rozwiązań.

Jednocześnie spróbuj zaakceptować uczucia malca. Wystarczy zwykle „och”, „mmm” i „rozumiam”.³

³ A. Faber, E. Mazlish; *Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały. Jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły.*; Media Rodzina; Poznań 2013

5. Rozmawiaj ze swoim dzieckiem zawsze, wszędzie i o wszystkim. Im częściej z nim rozmawiasz, tym lepiej poznajesz jego świat, jego oczekiwania, marzenia, a także problemy.⁴
6. Staraj się dostrzegać sygnały, że dziecko cię potrzebuje.
7. Słuchaj dziecka spokojnie i uważnie. Pamiętaj, że można się zniechęcić, próbując dotrzeć do mamy czy taty, którzy tylko udają, że słuchają.
8. Nie zaprzeczaj uczuciom dziecka. Zamiast tego spróbuj je nazwać.
9. Nie rozmawiaj z dzieckiem krzyżąc na nie i grożąc mu. Kiedy jesteś zły i wzburzony, udziel informacji („Farba nie służy do chlapania”), opisz swoje uczucia i to, co widzisz, przejdź do działania nie obrażając dziecka („Nie pozwolę ci bić inne dzieci. Idziemy do domu”).⁵

Musimy starać się znaleźć język, który zapewnia poczucie własnej i cudzej godności. Nie możemy prezentować postawy „jesteśmy dorośli i zawsze mamy rację”, ale poszukiwać rozwiązań, które uwzględniają dwustronne oczekiwania i potrzeby. Spróbujmy nawiązać z naszymi dziećmi kontakt, proponując dyskusję na różne tematy, wysłuchajmy ich poglądów, z którymi wcale nie musimy się zgadzać. Pozwólmy dzieciom wyrażać własne zdanie i zawsze liczymy się z jego uczuciami

Reasumując: Rozmowa jest bardzo ważnym aspektem funkcjonowania każdej rodziny. Niesie wiele korzyści - począwszy od stymulowania rozwoju społecznego, emocjonalnego i poznawczego dziecka, na budowaniu silnych więzi rodzinnych wśród wszystkich jej członków kończąc. Należy pamiętać, by wszyscy interlokutorzy traktowani byli z szacunkiem i mieli nie tylko obowiązek słuchania, lecz również by mieli prawo do swobodnego wypowiedzenia się. Rodzice muszą sobie uświadomić, że dialog jest bardzo ważnym narzędziem wychowawczym i powinni go stosować w rodzinie jak najczęściej.

W ten sposób okazujemy dziecku zainteresowanie, zapobiegając poważnym konsekwencjom takim jak niedostosowanie społeczne, zachowania opozycyjne, depresja i próby samobójcze w późniejszym życiu.

⁴ E. Wodzień; *Rozmawiaj ze swym dzieckiem - o roli rozmowy rodziców z dziećmi*; http://www.sp-wieprzec.pl/arttyldlarodzica/rozmawiaj_ze_swym_dzieckiem.pdf (data pobrania: 13.03.2020)

⁵ A. Faber, E. Mazlish; *Jak mówić, żeby maluchy nas słuchały. Poradnik przetrwania dla rodziców dzieci w wieku 2-7 lat*; Media Rodzina; Poznań 2017

Bibliografia:

1. Teresa Kukołowicz; *Rozmowy w rodzinie jako czynnik rozwoju i zachowania dziecka* [w:] Roczniki Filozoficzne tom XXVIII, zeszyt 4; 1979
2. Maria Ziemska; *Postawy rodzicielskie*; Wiedza Powszechna; Warszawa 2009
3. Adele Faber, Elaine Mazlish; *Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały. Jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły.*; Media Rodzina; Poznań 2013
4. Adele Faber, Elaine Mazlish; *Jak mówić, żeby maluchy nas słuchały. Poradnik przetrwania dla rodziców dzieci w wieku 2-7 lat*; Media Rodzina; Poznań 2017
5. Ewa Wodzień; *Rozmawiaj ze swym dzieckiem - o roli rozmowy rodziców z dziećmi*; http://www.sp-wieprzec.pl/artydlaRodzica/rozmawiaj_ze_swym_dzieckiem.pdf