

JAK ROZMAWIAĆ Z DZIECKIEM O SZKOLE?

Każdy rodzic chciałby jak najwięcej dowiedzieć się od swojego dziecka o tym, jak było w szkole. W wielu domach najważniejsze rozmowy dotyczą właśnie tego tematu. Nie ma się co dziwić, przecież edukacja szkolna zajmuje nam około 13 lat i wciąż istnieje społecznie przekonanie, że od niej zależy nasza przyszłość. Stąd troska rodziców i ich zainteresowanie tym, co dzieje się w szkole, czasem też konieczność interwencji. Pamiętajmy, że z dzieckiem o szkole trzeba rozmawiać nie tylko wtedy, kiedy dzieje się coś trudnego – warto po prostu zapytać, co u niego słychać i jak się ma jako uczeń.

Poza domem rodzinnym szkoła jest drugim ważnym środowiskiem życia dziecka, w którym spędza ono bardzo dużo czasu. Nie więc dziwnego, że często pada z ich ust „Jak było w szkole?”. Okazuje się, że to pytanie jest najczęściej zadawanym przez rodziców! Niektórzy z nas, odbierając dziecko ze szkoły czy spotykając się z nim w domu, zadają je niemal mechanicznie. Odpowiedzi, jakie słyszymy od dziecka, to „dobrze”, „ok”, w porządku”, „spoko”. Tak naprawdę nic nam one nie mówią, a często powodują irytację, bo nie dość, że dziecko bąknęło nam coś pod nosem, to jeszcze od niechcenia wzruszyło ramionami i szybko zamknęło za sobą drzwi pokoju. Rodzic zadając to pytanie, oczekuje dużo więcej informacji. Dlatego warto zastanowić się, jak inaczej można rozmawiać z uczniem o tym, co się wydarzyło w szkole, jak nasze dziecko się w niej czuło, czego się nauczyło, co sprawiało mu trudność?

Warto pamiętać, że szkoła to miejsce pracy dla dziecka. Zwykle my też, kiedy z niej wracamy, nie chcemy, aby ktoś nas wypytывał jak nam w niej było. Dlatego kiedy dziecko wróci ze szkoły, potrzebuje trochę czasu, aby odpocząć, odreagować napięcie w szkole. To, co może wtedy najlepszego zrobić rodzic, to je radośnie powitać np. „cieszę się, że już jesteś” uśmiechnąć się oraz przytulić. Kiedy zaczniemy zasypywać dziecko lawiną pytań, to z pewnością przyniesie odwrotny skutek, zniechęci je do kontaktu z nami i to niezależnie od tego, ile dziecko ma lat.

Intencja rozmowy

W rozmowie o szkole istotna jest intencja rodzica – dlaczego pytam, co jest dla mnie ważne? Warto wzbudzić w sobie taką refleksję:

- „Czy pytam, bo chcę się zorientować w sytuacji dziecka, dowiedzieć się, czy ma jakieś kłopoty, dlaczego dostało kolejną ocenę niedostateczną i czy powinienem działać?” Taki rodzic jest zainteresowany faktami i rzadziej lub wcale tym, co dziecko czuje, co myśli. Jest nastawiony na działanie.
- „Czy pytam, bo zależy mi na dobrej relacji z dzieckiem, bo jestem zainteresowany jego światem, samopoczuciem? Chcę być blisko, aby dać mu wsparcie i aby poczuło, że jest dla mnie ważne”.

Dziecko w rozmowie bardzo szybko wyczuje, jaką rodzic ma intencję. Czy jest zainteresowany nim jako osobą czy jego osiągnięciami, sukcesami, porażkami. Kiedy dziecko będzie miało poczucie, że rodzic jest zainteresowany nim jako osobą, znacznie chętniej wejdzie w rozmowę.

Niezwykle ważna jest też sama atmosfera, w jakiej przebiega rozmowa. Warto zadbać o spokój i odpowiedni czas, co da dziecku poczucie bezpieczeństwa. Rzucone przy wspólnej kolacji pytanie „Co u Ciebie słysząc, jaki dzień dziś miałeś?”, „Hej, co tam u Ciebie dziś się wydarzyło?” pozwoli dziecku na samodzielną decyzję, o czym chce nam powiedzieć – co świadczy o poszanowaniu jego integralności. Jeśli wiemy, że dziecko dzień wcześniej spędziło dużo czasu na przygotowaniach do klasówki, to warto pytać o to, jak poszła mu praca – np. jakie były zadania, ich liczba i trudność, czas pisania. Nie należy zadawać pytania „Jak Ci poszło?”. Warto też, aby rodzic był przykładem i sam zamodelował zachowanie, jakiego oczekuje od dziecka i jako pierwszy opowiedział, jak minął mu dzień, co ciekawego się wydarzyło, jakie przeżycia mu towarzyszyły. Dzieci najlepiej uczą się przez naśladowanie, a rodzice są dla dziecka najważniejszym wzorcem do naśladowania.

Jakie pytania można zadać dziecku, aby dowiedzieć się jak mu minął dzień w szkole?

1. Co było najlepszą rzeczą, która wydarzyła się dziś w szkole?
2. Co było najtrudniejszą rzeczą, która wydarzyła się dziś w szkole?
3. Z kim bawiłeś się na przerwach, co ciekawego robiliście? Co z tego, co robiliście, podobało Ci się najbardziej?
4. Co dziś najbardziej Cię zainteresowało w szkole?
5. Co smakowało Ci najbardziej na obiedzie?
6. W którym momencie dzisiaj w szkole się nudziłeś?

Warto jednak pamiętać, że takie zadawanie pytań może być odebrane przez dziecko jako „przesłuchanie”, dlatego czasem wystarczy aktywne słuchanie tego, co dziecko chce nam powiedzieć.

Co oznacza aktywne słuchanie?

- Nawiązanie z dzieckiem kontaktu wzrokowego, autentyczne słuchanie i skupienie na tym, co nam mówi, bez zajmowania się w tym czasie czymkolwiek innym.
- Nieprzerywanie rozmowy z dzieckiem po to, żeby odebrać ważny naszym zdaniem telefon czy SMS.
- Potakiwanie, potwierdzenie, że słuchamy poprzez słowa typu: aha, hmm, rozumiem, słyszę.
- Upewnienie się, że dobrze rozumiemy dziecko – użycie parafrazy.
- Nazywanie uczuć dziecka, tego, co przeżywa, okazywanie empatii.
- W sytuacji trudności – powstrzymanie się od rad, a zachęcanie do poszukiwania własnych rozwiązań, zmotywowanie do samodzielnego decydowania.
- Zadawanie pytania z prośbą o doprecyzowanie, np. co konkretnego się nie udało?
- Chwila ciszy, która pozwoli dziecku na zebranie i doprecyzowanie myśli.

Warto pamiętać, że od tego, w jaki sposób rodzice pytają i jak reagują na to, co mówi dziecko, będzie zależało w przyszłości, czy zechce ono z nami porozmawiać i dzielić się

swoimi uczuciami i doświadczeniami szkolnymi. Jeśli pytamy tylko o oceny i czy to była jedyna ocena celująca, to dziecko może odnieść wrażenie, że to oceny są najważniejsze, a nie ono jako osoba. Czasem wystarczy jedna czy dwie sytuacje, aby dziecko przestało mówić o swoich przeżyciach, sukcesach czy trudnościach.

Co nie pomaga w rozmowie z dzieckiem o szkole?

1. Krytykowanie.
2. Ocenianie.
3. Oskarżanie.
4. Trzymanie strony innej osoby np. nauczyciela, kolegi, a nie dziecka.
5. Porównywanie z innymi.
6. Zaprzeczanie temu, co dziecko przeżywa.
7. Zbyt pośpieszne doradzanie – dziecko najpierw potrzebuje wysłuchania, a dopiero potem szukania rozwiązań.
8. Straszanie, karanie.

Jak więc rozmawiać z dzieckiem o szkole?

- Okazać zainteresowanie, szacunek oraz dbać o wspierającą i bezpieczną atmosferę.
- Odpowiednio formułować pytania.
- Zwracać uwagę na różne sygnały pozawerbalne, które wysyła dziecko.
- Słuchać uważnie i aktywnie bez przerywania.
- Nie dawać gotowych rozwiązań, a pomóc w nich szukaniu.
- Zaciekawiać się tym, co dziecko ma do powiedzenia.

Warto pamiętać, że rozmowy o szkole mogą być trudne dla naszego dziecka, dlatego im bardziej akceptujące i wspierające warunki stworzy rodzic, tym chętniej dziecko będzie chciało dzielić się z nim swoimi przeżyciami.

źródło: Marzena Jasińska

Trener z rekomendacją trenerską Polskiego Towarzystwa Psychologicznego, dyplomowany coach Szkoły Wyższej Psychologii Społecznej, doradca zawodowy. Na co dzień pracuje w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Sopocie. Specjalista z zakresu rozwoju osobistego, komunikacji, negocjacji, mediacji szkolnych, procesów grupowych, zarządzania zmianą w organizacji, zarządzania zespołem, neurodydaktyki oraz uczenia się uczniów. Prowadzi całonocny proces wspomagania szkół i placówek od diagnozy potrzeb do ewaluacji działań. Wielokrotnie pełniła funkcję eksperta w ramach projektów i programów ogólnopolskich np. System Doskonalenia Nauczycieli oparty na Ogólnodostępnym Kompleksowym Wspomaganiu Szkół, Wspieranie Tworzenia Szkół Ćwiczeń. Autorka artykułów i publikacji nt. kompleksowego wspierania szkół, realizacji doradztwa edukacyjno-zawodowego w szkołach, rozwoju dziecka, efektywnych metod nauczania i uczenia się.