

KOMUNIKACIJA

Nedjeljka Lupis
DV VIGANJ, Viganj

S djecom treba razgovarati što češće i uvijek kad ona to žele, omogućiti im da se što češće nalaze u ulozi govornika i slušatelja!

Nešto o komunikaciji s djecom

O bzirom da živimo u poratnom razdoblju kad su poremećeni kriteriji mnogih ljudskih vrijednosti pa tako i načela dobre komunikacije, u svom radu u vrtiću osjetila sam potrebu da tome poklonim posebnu pozornost.

Dobru komunikaciju treba njegovati u ranom djetinjstvu, dakle posebno u vrtiću kad dijete poslije roditeljskog doma prvi put postaje dio jedne veće skupine. Mi mu pomažemo da se socijalizira, da nauči kako živjeti kao pojedinac u skupini i nositi se s njenim pravilima. Uspjeh često ovisi o tome kako mi komuniciramo s djecom, s roditeljima i s kolegama na poslu i koliko svojim primjerom dobre komunikacije pomažemo djeci da već u ranom djetinjstvu stječu vještine dobrog komuniciranja, jer je poznato da mala djeca najviše uče imitiranjem odraslih. Još je jedna bitna stvar koju moramo imati na umu: s djecom treba razgovarati što češće i uvijek kad oni to žele, omogućiti im da se što češće nalaze u ulozi govornika i slušatelja.

Kako bi djeca razumjela druge i kako bi drugi razumjeli njih, treba ih poticati da govore o svojim osjećajima, potrebama i željama. Ukoliko smo uspjeli pomoći djetetu da razvija vještinu dobrog komuniciranja, pomogli smo mu da lakše riješava svoje probleme i postaje spreman u preuzimanju vlastite odgovornosti, što je jedan od bitnih ciljeva pripreme za školu - da dijete lakše obavlja svoje školske zadatke.

U našem vrtiću održala sam radionicu o ovim ciljevima, uz pomoć drugih odgajateljica, i bila je jako uspješna. Tijekom radionice nastala je i priča *Dječja posla* koja je temeljena na jednom istinitom događaju. Mislim da ona može pomoći roditeljima koji se nađu u takvoj situaciji.

Djeca često, slušajući odrasle, upotrebljavaju riječi koje ne razumiju, neprimjerene i ponekad proste, pa zato dolaze u konflikt s vršnjacima ili odraslima, a sama nisu svjesna zašto. Roditelji pak zbog brzog tempa života često "nemaju vremena" razgovarati sa svojom djecom pa u komunikaciji između djece i odraslih nastaje praznina koja ponekad može stvoriti prepreku u pravilnom socio-emocionalnom razvoju djeteta. Stoga ćemo ispričati tijek radionice, s nadom da će pomoći svima koji se nađu u sličnim situacijama. Ne zaboravite, komunikacija je pola puta prema uspjehu.

KOMUNIKACIJA - radionica za odgajatelje

Trajanje radionice: 60 minuta

Cilj radionice: osvijestiti svoj način komuniciranja

Što je komunikacija?

Komunikacija je zbivanje u dva smjera. Prvi nastoji razumjeti misli i osjećaje koje izražava druga osoba, a drugi na te misli odgovara na djelotvoran način. Za dobru komunikaciju treba posjedovati vještine SLUŠANJA I PROMATRANJA drugih i treba razumijeti njihove poruke. Za dobru komunikaciju treba posjedovati i vještine prenošenja vlastitih ideja i osjećaja drugima kako bi te naše ideje i osjećaji mogli biti od neke pomoći. Navedene su vještine dio svakodnevnog društvenog života. Međutim, kad se nalazimo pred nekim tko je uznemiren i treba našu pomoć, podršku, osobito ako je to dijete, moramo dobro razmisliti kako ćemo na taj poziv odgovoriti na najbolji mogući način.

Odrasli često griješe kad misle da djeca mlađa od sedam ili osam godina ne mogu primjetiti što se oko njih zbiva niti izraziti ono što osjećaju i misle. Mnogi odrasli ljudi smatraju da mala djeca nisu svjesna nevolja u kojima se nalaze drugi ljudi i da na njih ne djeluju opasna i teška životna iskustva pa im stoga ništa niti ne objašnjavaju. Dijete tako ostaje prepušteno samo sebi i nema objašnjenja za zbivanja u svojoj okolini. Zato si svaki roditelj mora postaviti pitanje: *Koliko razgovaram sa svojom djecom?*

Djeca od svog rođenja žive u socijaliziranoj skupini i vrlo su osjetljiva na emocionalnu klimu koja ih okružuje i na ponašanje drugih. Čak i kada nisu u stanju riječima izraziti svoje osjećaje i misli, mala djeca se izražavaju posebnim načinom:

ponašanjem,
igrom,
crtežom,

kroz snove i noćne more
ona opisuju što im se zbiva i postavljaju pitanja o vlastitoj situaciji i o drugim ljudima.

Kako dijete raste i razvija se tjelesno, tako se od njega očekuje i razvoj sposobnosti komuniciranja, rješavanja problema, preuzimanja odgovornosti, obavljanja školskih zadaća i sl. Da bismo uspostavili dobar razgovor s djetetom i pridobili njegovo povjerenje neophodno je biti dobar slušatelj, a da bismo to postigli neophodno je sljedeće:

- stvoriti dobru atmosferu,
- pokloniti govorniku punu pozornost,
- izravno gledati u govornika,
- ne prekidati,
- pokazati poštovanje,
- ne kritizirati niti iznositi sudove,
- ne govoriti o sebi,
- postavljati pitanja radi razjašnjenja nekih pojedinosti,
- pružiti ohrabrenje i poticaj za rješenje problema,
- govoriti jednostavnim jezikom.

Da bismo dijete potakli na razgovor potrebno je: imati dovoljno vremena za razgovor ne zahtijevati odgovor, ako dijete ne želi razgovarati, poticati razgovor pomoću pitanja kao npr:

Što se zatim dogodilo? Kako si se osjećala?

Tijekom razgovora nikada ne smijete **omalovažavati djetetove osjećaje izjavama poput: *Ne moraš više biti tužan!*, ili *Zaboravi sve to!* ...** Treba pokazati razumijevanje. Nikada ne govorite ono što nije istina. Ne dajte lažna obećanja, ne stvarajte kod djeteta očekivanja koja nije moguće ispuniti.

Aktivnost br. 1: BUDIMO DOBRI SLUŠATELJI

IGRE TIŠINE - sudionici slušaju i prepoznaju zvukove iz prirode ili proizvedene zvukove - lupkanjem po drvu, staklu, metalu, gužvanjem i paranjem papira ili tkanine ...



DV Mrav : A može i ovdjel

ČAROBNA ŠUMA - sudionici prihvaćaju ulogu djeteta, svako dijete je jedno stablo u šumi, čarobno je jer pleše uz zvukove glazbe. Kad glazba prestane, stabla postanu nepomična, a dijete koje pogriješi i nastavi plesati ispada iz igre.

MAČAK NA PUTELJKU - Sudionici moraju prepoznati o kojoj je poznatoj melodiji riječ, dok im jedan suigrač pjeva samo melodiju (*la-la-la ...*)
ČVORAK, ČVORAK - Sudionici žmire i moraju pogoditi tko pjeva melodiju.

Aktivnost br. 2: RAZUMJETI ŠTO SE GOVORI

IGRA: Biti dobar slušatelj; treba je izvesti u parovima. Jedan od sudionika je slušatelj koji nastoji što je više moguće ohrabriti govornika. Drugi je govornik i on ima pet minuta vremena da sugovorniku objasni probleme u svom svakodnevnom radu. Dok govornik govori, mora promatrati slušatelja da bi vidio kako on ohrabruje razgovor. Nakon pet minuta sudionici zamjenjuju uloge. Sljedećih pet minuta slušatelj postaje govornikom i promatra svog partnera uočavajući njegove sposobnosti u razgovoru. Svaki član grupe treba reći kakve je sposobnosti uočio kod svoga

partnera. Na ploči treba zapisati sve primjećene vrste ponašanja, dobre vrste ponašanja koji potiču razgovor i vrste koje onemogućuju dobar razgovor.

Ovu vježbu treba ponoviti tako da se sudionici udruže u grupe od tri člana. Svaki od tri sudionika neka naizmjenice bude promatrač, slušatelj i govornik. Promatrač mora uočiti kako slušatelj ohrabruje ili onemogućuje govornika, pomaže li neverbalna komunikacija te kakva pitanja se postavljaju i kakve se rečenice izriču. Na kraju treba zaključiti aktivnosti podsjećajući sudionike što pomaže dobrom razgovoru:

gledanje u govornika određeno vrijeme,
 ohrabivanje govornika kimanjem
 glave i osmjesima,
 glasovi ohrabrenja,
 suosjećanje, strpljenje i prihvaćanje,
 pokazivanje interesa, pomno slušanje,
 postavljanje pitanja radi traženja
 objašnjenja i pitanja o pojedinostima,
 davanje dobrih konkretnih i
 specifičnih savjeta,
 ne prekidanje govornikovog izlaganja,
 izostanak kritiziranja i osuđivanja,
 osoba se doima vrijednom povjerenja
 npr: da će sve ostati strogo povjerljivo.

Što onemogućuje dobar razgovor?

negledanje u govornika,
 nesuosjećanje,
 ne slušanje onoga o čemu se govori ili
 postavljanje pitanja,
 kritiziranje ili osuđivanje govornika,
 previše govorenja umjesto slušanja,
 svađanje,
 pričanje o sebi,
 obavljanje drugih radnji za vrijeme slušanja, npr:
 pregledavanje nekih papira ili vlastitih prstiju,
 ismijavanje govornika,
 nedoživljavanje govornika ozbiljno.

U vrtiću treba stalno raditi na stvaranju pozitivne slike o sebi, razvijanju osjećaja za toleranciju i uvažavanje različitosti - svatko ima svoje kvalitete - razvijati potrebu za pomaganjem drugima kojima je ta pomoć potrebna, rješavanje problema suradnjom.

Razgovor s ovakvim znakovima stvara u djetetu negativne osobine: agresivnost, egocentričnost, svađalice-rugalice, hvalisavce, potrebu da probleme rješavaju sukobom, neprikladno ponašanje ...

Aktivnost br. 3.:

VAŽNOST IGRE I IZRAŽAVANJA

Vođenje aktivnosti: Aktivnost započinje kratkim predavanjem o važnosti igre i izražavanja. Razni oblici izražavanja omogućuju djetetu izražavanje vlastitih osjećaja na siguran način, uz istovremenu zabavu i osjećaj ponosa što je uspjelo nešto napraviti. U radu s malom djecom osobito je važno dati im različite mogućnosti izražavanja: tjelesni dodir, igre i igračke, mogućnosti izražavanja kroz crtanje, ples, glazbu, igre mašte, igre lutkama, kazališne pripovjetke.

IGRA MAŠTE

Samostalno ili u igri s drugom djecom dijete će pomoću svoje mašte "odigrati" traumatske događaje. Ovakvu spontanu igru ne smijemo obeshrabriti, to pomaže djetetu u svladavanju emocija i pamćenja.

1. Priče

Priče o osobama koje su uspjele prevladati mnoge teškoće u svom životu pomažu djeci u razmišljanju o tome kako bi ona mogli svladati svoje teškoće. Na primjer, priče o malim životinjama koje uspijevaju nadmudriti slona ili lava ili priče o ljudima koji su učinili velika i zapanjujuća djela nose poruku da čak i oni koji su naizgled slabi mogu uspjeti, a to samo doprinosi djetetovu samopouzdanju.

2. Crtanje

Kroz crteže djeca opisuju svoja iskustva i osjećaje o kojima teško govore. Nikako ne smijemo utjecati na ono što dijete želi nacrtati. Djeca kojima je ovakva aktivnost nova nesi-gurna su i pitaju što bi trebalo nacrtati, ili precrtaju ono što nacrtao netko drugi. Na početku djeci treba predložiti neka crtaju što god žele. Kasnije možemo odrediti temu: *moja budućnost, san, moja obitelj ...*, koja će potaknuti njihovu maštu a da pri tom ne utječemo na to kako će dijete obraditi dotičnu temu. Kad je crtež gotov, zamolimo dijete da nam ga opiše, ali to moramo učiniti bez ikakvog pritiska. Crtanje može pružiti olakšanje samo po sebi a može i otvoriti put ka verbalnoj

komunikaciji. Ako je ikako moguće, crtež treba objesiti na zid kako bismo pokazali koliko nam je važno to što je dijete nacrtalo.

3. Lutke i maske

Pretvaranjem da je netko drugi, dijete nam pokazuje što misli i osjeća o onome što mu je inače teško reći. Može se sakriti iza maske ili iza lutke i razgovarati s lutkom ili maskom osobe koja djetetu pomaže, a da se pri tom osjeća zaštićenijim i manje izloženim nego što bi to bilo u izravnom razgovoru.

4. Glazba i ples

Glazba, ples i pjevanje su sredstvo pomoći emocionalno uznemirenim osobama, osobito kad se pjevaju poznati napjevi. Pokreti u ritmu glazbe smanjuju napetost i stvaraju osjećaj ugodne. Zajednička aktivnost cijele skupine doprinosi djetetovu osjećaju sigurnosti i sposobnosti izražavanja vlastitih misli i osjećaja a da pri tom ne mora koristiti riječi niti imati izražen osjećaj svijesti o samom sebi.

5. Kazalište

Sudjelovanje u dramskoj predstavi pomaže zato jer djeca mogu stvoriti vlastitu priču ili izmisliti priču koja će prikazati ono što je njima značajno. Mogu upotrijebiti i maske kao način odmicanja od osjećaja koje izražavaju likovi u predstavi. Na primjer, predstava može prikazati njihove vlastite doživljaje i može imati različite završetke, od sretnog do tužnog kraja priče. Na kraju s djecom treba popričati o tome što misle o predstavi i o njenom završetku. Umjesto osobnog igranja u nekoj predstavi djeca mogu upotrijebiti i lutke. Tako se izbjegava uznemiravanje djeteta izravnim uplitanjem u osjećaje "stvarnih ljudi".



DV Mrav : Zajednički stvaramo slikovnicu

Literatura:

dr. Naomi Richman, KOMUNICIRANJE S DJECOM

Aktivnost br. 4.:

ZAKLJUČNA RAZMATRANJA

Razgovor: Kako je tko doživio ovu radionicu.

PRIČA: Dječja posla

- Ana mi više ne želi biti prijateljica, naljutila se na mene, a ne znam zašto. - Marija je plačući uletjela u kuću, sjela na kauč a suze su joj same klizile niz obraze.

Kako da je mama pita što se dogodilo, kad je Marija već rekla da ne zna. Ana i Marija su bile susjede, iako ne istih godina. Marija je bila učenica prvog razreda, a Ana četvrtog, no ipak su bile nerazdvojne prijateljice. Marija je željela biti pametna djevojčica pa joj je društvo starije prijateljice uvijek godilo jer je od nje samo mogla nešto naučiti. A Ani je pak odgovaralo da bude starija i da uvijek nekoga poučava. *Kad narastem bit ću učiteljica kao i moja mama* - često je govorila.

I što je sad to paklo u njihovom prijateljstvu? Ma, dječja posla, proći će ih. - pomislila je Marijina mama. Obično se nije htjela miješati u dječje svađe, jer djeca kako se posvađe tako se i pomire a stariji samo mogu pogoršati stvari. Međutim, ova je svađa potrajala malo dulje pa je mamu zagolicala znatiželja i jednog je dana dozvala Anu. - *Ana, što se dogodilo? Zašto se više ne družite? Marija je jako žalosna zbog toga.*

- *Marija je mene uvrijedila. Ja sam se s njom našalila a ona je meni rekla "đukelo". Kako joj mogu biti prijateljica.* - objasnila je Ana.

- *Marija, znaš li ti što znači riječ "đukela"?* - dosjetila se mama u čemu je problem.

- *Ne znam* - odgovorila je Marija.

- *"Đukela" je jedan stari ružan pas lutilica kojeg nitko više ne voli, a ti si tim imenom nazvala svoju najbolju prijateljicu.*

Marija je brzo shvatila i ispričala se prijateljici, ona zapravo nije znala što govori. Pao joj je veliki kamen sa srca, i shvatila je jednu važnu životnu pouku: - *Nikada više neću koristiti riječi koje ne razumijem!* - čvrsto je odlučila.

Djevojčice su se uhvatile za ruke i izletjele na ulicu.

- *Mir, mir, mir, nitko nije kriv, ava, ava ...* - odzvanjali su ulicom dječji glasovi.

- *Ah, ta djeca, ponekad se treba umješati u njihove svađe, ali treba znati kako.* - pomislila je mama, blago ozbiljnog pogleda sa smiješkom na usnama, kao da je i ona danas naučila nešto novo.