
DARIUSZ ZALEWSKI

**Dwie rzeczy,
które musisz zrobić,
żeby dzieci słuchały
Twych poleceń**



P O R A D N I K

W tym poradniku otrzymasz **konkretne wskazówki**: co robić, aby dzieci słuchały Twych poleceń? Nie chodzi o żadne magiczne formuły, lecz sprawdzone sposoby, które zastosowane w praktyce przyniosą wymierne rezultaty.

Niejednokrotnie doświadczaliśmy coś takiego: wystarczy, że powiedzieliśmy synowi/córce: "posprzątaj pokój", "wynieś śmieci", "przestań grać na komputerze", "weź się za odrabianie lekcji"... i się zaczynało.

W odpowiedzi słyszeliśmy: "dlaczego ja?", "zrobię to później", "nie jestem niewolnikiem", "inni rodzice pozwalają swoim dzieciom na więcej, tylko wy jesteście jacyś zaściankowi".

To tylko przykłady.

Podstawowe pytanie brzmi: **co musimy zrobić, aby dzieci wykonywały nasze polecenia bez buntowniczych reakcji?**

Zanim poszukamy na nie odpowiedzi - jedna uwaga.

Materia, którą się zajmujemy nie jest łatwa. Wiedza uzyskana w poniższym materiale daje podstawę do zmiany wzajemnych relacji z dzieckiem, ale pod warunkiem, że zostanie zastosowana w praktyce.

Sama wiedza, czyli przeczytanie dla przeczytania – niczego nie zmienia.

Istotne jest działanie! Wtedy rezultaty można w miarę szybko zaobserwować.

Od tego zależy wysłuchanie

Twojego polecenia

Dwie rzeczy, a właściwie dwa warunki, które powinniśmy spełnić decydują o wysłuchaniu polecenia:

Po pierwsze – dosyć oczywista sprawa, lecz nie zawsze uświadamiana i często pomijana. **Musisz** być kimś znaczącym w oczach syna czy córki, czyli **mieć autorytet**, aby chciał/chciała Ciebie słuchać.

Po drugie – ważny jest sposób w jaki wydajesz polecenia.

Prosty przykład: im dziecko bardziej leniwe, tym trudniej zmusić je do posprzątania pokoju. W przypadku pracusia - nie będzie z tym większych kłopotów.

Musimy zatem podjąć 2 konkretne działania w kierunku:

a) wzmocnienia własnego autorytetu,

b) wydawania poleceń w taki sposób, aby motywująco wpływało na dziecko.

W dalszej części tego poradnika otrzymasz wskazówki, jak je realizować.

I. Jak budować autorytet?

Budowanie autorytetu to złożona sprawa. Jeśli jest on z jakichś przyczyn nadszarpnięty, to – nie łudźmy się - nie da się go z dnia na dzień odbudować. Ale zawsze powinniśmy do tego dążyć.

Zanim przejdę do wskazania w jaki sposób tego dokonać – ważna uwaga. Autorytet mamy dany niejako z natury. Każdy rodzic ma go w oczach swojego dziecka. Młody człowiek chce się odwdzińczyć za otrzymane dobro i dlatego słucha tego, który mu to dobro wyświadczył. **Ten rodzaj autorytetu jest naturalny i opiera się na zaufaniu.**

W praktyce jednak różnie z tym bywa. Dzieci w wyniku własnych słabości lub złych przykładów płynących ze świata, podważają nasz autorytet. Nieuksztaltowane lub zniekształcone sumienie również w tym nie pomaga.

W praktyce silnym autorytetem opartym na zaufaniu mogą pochwalić się nieliczni. Jest on raczej dopiero finalnym efektem wychowania, gdy sumienie dorastającego człowieka zostanie już właściwie ukształtowane.

W większości sytuacji rodzice muszą opierać się na autorytecie opartym na władzy. W tym przypadku dziecko wykonuje polecenie z uwagi na lęk przed sankcją, która je czeka w przypadku braku posłuchu.

Ktoś powie, że najważniejsze jest zaufanie i więź emocjonalna. Znam rodziców o których **nie można powiedzieć, że dzieci im nie ufają**, czy też ich więź emocjonalna z dziećmi jest nadszarpnięta.

A mimo to, czy to z lenistwa, czy ze zwykłej pychy, nie chcą one słuchać rodziców i forsują własne zdania w różnych kwestiach.

Musimy zatem pamiętać, że w wielu przypadkach chcąc niechcąc powinniśmy odwoływać się do **autorytetu opartego na władzy, bo po prostu nie mamy wyjścia.**

Nie ma w tym nic złego. Jeśli nauczymy najmłodszych posłuszeństwa realnie obronimy ich przed różnymi duchowymi i realnymi zagrożeniami.

Z czasem, tłumacząc im nasze racje, przekonamy ich, że prawda była jednak po naszej stronie.

Oto jak musimy postępować, aby zbudować autorytet, który sprawi, że dzieci będą nas słuchały?

1. Konsekwencja

Jeśli wydawałeś/aś polecenie, a później nie byłeś/aś konsekwentny, to dziecko myśli sobie, że teraz będzie podobnie (decyduje doświadczenie).

Jeśli zaś Twoje ostrzeżenia nie były gołosłowne, to spodziewa się i teraz realizacji groźby, czyli prawdopodobnie wysłucha polecenie.

I nie chodzi tu tylko o to, że zachowa się tak ze strachu przed sankcją. Dochodzi tu jeszcze ogólne wrażenie postrzegania rodzica, jako osoby słownej i z charakterem, co sprzyja posłuchowi.

2. Panuj nad zmiennymi nastrojami i humorami

Na to, czy postrzegani jesteśmy, jako osoby znaczące, ma wpływ, jak panujemy nad uczuciami i własnymi nastrojami.

Jeśli zbyt często popadamy w "zmienne stany emocjonalne", wówczas trudno nas uznać za osoby zrównoważone, godne zaufania, aspirujące do bycia psychiczną podporą dla innych.

3. Unikaj fraternizacji

Odgrywanie roli "klawych", "równych" rodziców, sprawia, że jesteśmy postrzegani raczej jako kumple, a nie osoby, godne uszanowania i wysłuchania.

Być może dzięki temu będziemy mieli tzw. "dobre relacje z dzieckiem" (coś w rodzaju wzajemnego poklepywania się po plecach), ale te nie muszą przełożyć się na wzmocnienie naszego prestiżu i wysłuchiwanie naszych poleceń.

Oczywiście **przechył w drugą stronę jest równie naganny**. Nadmierne wydłużanie dystansu, nadmierny rygoryzm, psychiczna niedostępność, nie jest rozwiązaniem. Gdy dziecko nabierze większej samodzielności odwróci się od nas.

4. Unikaj błazenady

Uważajmy również na przesadę w żartowaniu i wygłupianiu się, bo to może wykreować Twój obraz w oczach dzieci, jako... zgrywusa.

Jeśli będziemy ciągle się wygłupiać, syn nie będzie nas traktował z należnym respektem.

Autorytetowi sprzyja też pewna tajemniczość, niedopowiedzenie. Słowem – nie należy trzepać językiem na lewo i prawo, czy trzeba, czy nie trzeba.

Powinniśmy starać się wypowiadać raczej rzadziej, niż częściej, a i to w sytuacjach, w których jest to rzeczywiście niezbędne.

Na powyższe elementy powinniśmy zwracać uwagę, jeśli chcemy być poważnie traktowani przez nasze pociechy.

Pamiętajmy również o tym, co oczywiste, że należy okazywać na co dzień mądrość i rozwagę, która buduje zaufanie.

Niemniej to zaufanie, jak wspomniałem na wstępie, może okazać się niewystarczające. Stąd konieczność postępowania zgodnie z powyższymi i poniższymi wskazaniem.

II. Wydawaj motywujące polecenia

Jeżeli jesteś kimś znaczącym i budzącym respekt, wówczas to, co mówisz, będzie słuchane z większą uwagą. Jednakże również wtedy musisz używać takich zwrotów, które będą motywowały do działania, a nie zniechęcały.

Sam autorytet nie wystarczy.

1. Zwróć uwagę na ton głosu

W przypadku rodziców dotyczy to głównie tonu, barwy i natężenia głosu.
Słabość bardzo często ujawnia się w sposobie mówienia.

Wypowiadane słowa powinny być stanowcze, dobitnie wyakcentowane, aby słuchacz miał świadomość, iż w przypadku braku dostosowania się do polecenia nastąpi zdecydowana reakcja.

Musimy zatem wypowiadać się z determinacją w głosie. Dziecko ma być przekonane, że „nie ma odwrotu”.

2. Mów charyzmatycznie

Mowa powinna mieć cechy charyzmatyczne. Wielcy mówcy mobilizowali tłumy. Jeśli będziemy mówić podobnie – osiągniemy cel. Z tego względu nasze polecenia nie tylko mają być oparte na autorytecie władzy, ale powinny także pociągać emocjonalnie.

Pięknie pisał na ten temat o. Jacek Woroniecki OP. Oto co według niego

wpływa na wykonanie rozkazu: *Decyduje tu nie czynnik intelektualny, to jest treść rozkazu, ale czynnik afektywny, czyli stopień napięcia woli i umiejętność wzbudzenia go w podwładnym. Trzeba umieć siłę czy też napięcie swego chcenia przelać do cudzej duszy, a to możliwe jest tylko przez szczere umiłowanie celów, do których ma się podwładnych kierować.*

(o. J. Woroniecki, *Umiejętność rządzenia i rozkazywania*, Lublin 2016)

3. Mowa ciała

Przy wydawaniu polecenia ważna jest to, co nazywamy mową ciała.

Jeśli sposobem wypowiadania słów, postawą, komunikujemy, że jesteśmy słabi i nie ma w nas siły, by egzekwować nasze rozkazy, to nie oczekujemy posłuchu.

4. Bierz pod uwagę nastrój psychiczny dziecka

Wydawanie poleceń musi brać pod uwagę stan psychiczny dziecka. Narzucanie coś wzburzonemu nastolatkowi, gdy wiemy, że właśnie tego nie znosi, doprowadzi tylko do ostrej formy wojny domowej.

Nie zawsze syn czy córka gotowi są **na przełamanie i wykonane polecenia**. Jego wykonanie wymaga psychicznej mobilizacji do działania, wykrzesania z siebie odpowiedniej motywacji. Gdy nasze polecenia nie będą uwzględniały tego elementu, sprowokujemy tylko bunt.

Syn może mieć np. gorszy humor, przeżywać jakąś przykrość itp. Czasami trzeba zrobić krok w tył, by potem zrobić kilka kroków do przodu.

5. Nie przesadzaj z nakazami

Podobnie jest, gdy zbyt często wydajemy polecenia. Jeśli ciągle dyrygujemy nakazujemy, korygujemy, wówczas może dojść do swoistego przesilenia i... wybuchu (nawet u dziecka, które w normalnym okolicznościach nie miałoby problemu z podporządkowaniem się poleceniu).

Nie każdy jest przygotowany, by na każde zawołanie pokonywać siebie nieskończoną ilość razy.

6. Inaczej wydawaj polecenia starszym, a inaczej młodszym

Im dziecko starsze, tym trzeba zachować większą rozwagę i komendy wypowiadać zamiennie z sugestią czy propozycją.

Uzasadnienie będzie niezbędne w pewnego rodzaju sytuacjach, gdy rzeczywiście jest pole do dyskusji. Nie ma jednak większego sensu wdawanie się w dyskusje w rodzaju: „dlaczego należy sprzątać pokój?”.

W takich przypadkach nasze dywagacje o konieczności wykonania danego polecenia na nic się nie zdadzą, gdyż nie są wynikiem braku wiedzy, ale przekory, lenistwa i złośliwości.

Sytuacja się nieco zmienia w przypadku nastolatków.

Tu uzasadnione polecenie łagodzi bunt wynikający z faktu, że ktoś synowi czy córce rozkazuje. Gdy mają coś „argumentacyjnie” wyłożone, łatwiej znoszą sytuację podległości.

Oczywiście ujawnia się tu wada pychy (własne „ego” ważniejsze od woli rodziców), ale rodzice nie mają tu innego wyjścia i muszą podejmować tzw. „dialog”.

7. Uwzględniaj wady

O wysłuchaniu rozkazu w dużej mierze decyduje to, czy podwładny ma w sobie wystarczająco dużo siły, by przezwyciężyć daną wadę związaną z postawionym przez nas wymaganiem.

Co prawda, tak jak wspomniałem wcześniej, nasz autorytet jest tu czynnikiem motywującym. Podobnie sposób zwracania się do dziecka.

Ale musimy też brać pod uwagę stopień zakorzenienia konkretnej wady z jaką w wyniku naszej interwencji dziecko będzie się zmagало.

Musimy wcześniej zastanowić się, czy syn/córka jest w stanie ją przezwyciężyć. Najlepiej zastosować tu zasadę stopniowania trudności, czyli na początku nie żądać zbyt dużo.

Na przykład, u dziecka umiarkowanie leniwego możliwe będzie wyegzekwowanie porządków w pokoju czy na biurku. Gorzej, jeśli zażądamy od razu, aby posprzątało piwnicę.

* * *

Podsumujmy: aby dzieci nas słuchały musimy wypracować sobie autorytet, oraz wydawać polecenia, które będą odpowiednio motywowały do działania. Im większy autorytet, tym szansa na wzbudzenie motywacji wzrasta.

Mam nadzieję, że ta krótka instrukcja postępowania z dziećmi była przydatna. Z doświadczenia wiem, że ludzi przytłacza wielość informacji, stąd lakoniczność tego tekstu.

Pamiętaj, aby coś zmienić nie wystarczy o tym wiedzieć, ale trzeba przejść do czynów.

Mam zatem propozycję minimum: zastosuj realnie przynajmniej jedną radę zawartą w tym raporcie (oczywiście im więcej, tym lepiej). Cała rzecz polega na tym, żeby coś realnie robić, a nie tylko czytać i wymądrzać się.

Przy okazji zapraszam do regularnego odwiedzania mojego bloga Edukacja-Klasyczna.PL. Opublikowałem na nim już ponad 500 artykułów na tematy wychowawcze.

Zachęcam do lektury i śledzenia e-maili ode mnie. Wkrótce otrzymasz inne cenne materiały.

Dariusz Zalewski

pedagog, autor książek i licznych artykułów
na temat klasycznej etyki wychowawczej

Foto na okładce: Pixabay CC0 Public Domain