

DARIUSZ ZALEWSKI

23 wskazówki,
jak wydawać
polecenia dzieciom

EDUKACJA-KLASYCZNA.PL

Nieposłuszeństwo i brak zdyscyplinowania dzieci, to istotny problem wychowawczy w wielu rodzinach. W tym artykule wskazuję co można zrobić, żeby podopieczni reagowali wreszcie na nasze polecenia.

Zanim przejdę do meritum, dwie uwagi:

Po pierwsze – materia, o której tu mowa, jest złożona. Każda sytuacja jest inna i wymaga przemyślanego działania. Poniższe wskazówki dotyczą zróżnicowanych sytuacji, dlatego należy je umiejętnie stosować oraz uwzględniać indywidualny kontekst.

Przykładowo: można wiedzieć co należy zrobić, zrobić to w odpowiednim momencie, ale wykonać to źle, bądź niedoskonale. Słowem – ich skuteczność uzależniona będzie od umiejętności pedagogicznych rodzica.

Po drugie – wskazówki dotyczą szczególnych sytuacji. Co mam na myśli? Oto przeprowadziliśmy z dzieckiem mnóstwo rozmów na dany temat, długo przekonywaliśmy do swojego zdania, ale ono wciąż nie chce zrezygnować ze swojej buntowniczej postawy.

Odrzucam zatem zarzut, że koncentruję się wyłącznie na dyscyplinowaniu, zamiast próbować się dogadać z dzieckiem. Rozmowy były już przeprowadzone, a teraz nie mamy innego wyjścia, jak tylko wyegzekwować określone zachowanie od syna czy córki.

Przy czym opieramy się na sile autorytetu, perswazji słownej, oddziaływaniu przez własną zdecydowaną postawę, gesty oraz wykorzystując system kar (dopuszczalnych jeszcze) i nagród.

Ważna uwaga! Dyscyplinowanie nie jest celem samym w sobie. Wydawanie poleceń i nakazywanie zawsze czemuś służy, a przede wszystkim ma formować cnoty.

(Wskazówki tu zebrane rozsiane są po moich kursach, książkach czy artykułach. Jeśli kogoś szczególnie interesuje ten temat odsyłam do mojego kursu audio: >>> [CUD POSŁUSZENSTWA](#))

1. Uwzględniaj wady dziecka

O wysłuchaniu polecenia w dużej mierze decyduje to, czy młody człowiek ma w sobie wystarczająco dużo sił psychicznych, aby przezwyciężyć daną wadę, która bezpośrednio jest związana z poleceniem.

Stoi przed wyborem: albo pójdzie za głosem rodzica, albo – wady moralnej. Rodzicielski autorytet zazwyczaj przegrywa ze zbyt silnie zakorzenioną słabością (np. lenistwem). Dlatego rodzic, wypowiadając polecenie, musi wcześniej zastanowić się, czy syn/córka są w stanie „przełamać napór zakorzenionej wady”.

Jeśli nie, to pozostają dwa wyjścia:

- a) zastosować zasadę stopniowania trudności, czyli na początku nie żądać zbyt dużo, np. w przypadku lenistwa niech posprząta własny pokój, a dopiero potem piwnicę. Stopniowe, racjonalne podnoszenie poprzeczki pomaga unikać niepotrzebnych kłótni, a równocześnie jest jedną z metod wyprowadzania z wady i formowania cnót;
- b) zdając sobie sprawę z istnienia danej przywary, należy opracować strategię jej zwalczania (może być w tym pomocny [ten artykuł](#)).

2. Bierz pod uwagę okoliczności i nastrój psychiczny dziecka

Jeśli nawet syn czy córka są generalnie udysponowani do przełamania swojej słabości, to nie musi to dotyczyć każdej chwili. Takie działanie zawsze wiąże się z psychiczną mobilizacją i wykrzesaniem odpowiedniej dawki motywacji.

Z tego względu **upomnienie musi uwzględniać okoliczności i stan psychiczny młodego**

człowieka. Narzucanie czegoś wzburzonemu nastolatkowi, który tego nie znosi, w sytuacji, gdy jest zmęczony, czy obciążony innymi problemami, prawie na pewno skończy się buntem, prowadzącym do wzmożenia wojny domowej.

Czasami trzeba odczekać, żeby osiągnąć pożądany efekt. Zrobić krok w tył, by potem wykonać kilka do przodu.

3. Nie upominaj zbyt często

O ile w poprzednim przypadku sprzeciw był wynikiem obiektywnej sytuacji przemęczenia psychicznego, która miało źródło w osobistych problemach nastolatka, to w tym przypadku wina ewidentnie jest po naszej stronie.

Ciągłe dyrygowanie, nakazywanie, korygowanie może prowadzić do przesilenia i... wybuchu gniewu. Nawet u kogoś kto jest w miarę cierpliwy w końcu system nerwowy może przecież nie wytrzymać. Mało kto jest gotowy, aby na każde zawołanie pokonywać siebie nieskończoną ilość razy, dlatego trzeba unikać maniackalnego upominania, pamiętając o cnotie wyrozumiałości dla ludzkich słabości.

4. Usuń rozpraszacze

Nakazując bądź zakazując wykonania konkretnej czynności, należy wyakcentować tę sytuację. Dziecko powinno oderwać się od swoich zajęć: oglądania telewizji, gry na komputerze czy nawet odrabiania lekcji.

Usunięcie rozpraszaczy sprawi, że uświadomi sobie doniosłość chwili i wagę tego, co matka/ojciec chce mu przekazać.

5. Nie wpadaj w pułapkę wyręczania

Pod pretekstem oszczędzania czasu często wyręczamy dzieci w różnych czynnościach: ubieramy, wiążemy sznurowadła, sprzątamy za nich itp. Zamiast nauczyć konkretnej czynności, wolimy wykonać ją za nich i mieć czas dla siebie.

W efekcie dorastające dziecko jest nieporadne życiowo, rozleniwione i skoncentrowane na własnym "ego". Gdy któregoś dnia nagle usłyszysz, że coś musi zrobić, najpierw się zdziwi, a potem rozłości

("– Przecież rodzic zawsze pracował za mnie, dlaczego teraz nagle ja mam to robić?").

6. Unikaj fraternizacji

Odgrywanie przez rodziców roli "kławych", "równych" kolegów, sprawia, że zaczynają być postrzegani właśnie jako "koledzy", a nie osoby, w sposób szczególny godne uszanowania i wysłuchania.

Takie "koleżeństwo" w założeniu ma poprawić "relacje z dzieckiem", wzmocnić więź emocjonalną itp. Jednak nie przekłada się na wzmocnienie prestiżu i wysłuchiwanie poleceń. Młody człowiek wykorzystuje taką sytuację do ciągłego dyskutowania i podważania zdania "kolegi".

Trudno, żeby było inaczej, gdyż w koleżeństwie relacje są równoprawne i nie ma podstaw, żeby jedna osoba drugiej rozkazywała.

Oczywiście przechył w drugą stronę jest równie naganny. Nadmierne wydłużanie dystansu, przesadny rygorizm, psychiczna niedostępność, nie jest rozwiązaniem. Gdy dziecko nabierze większej samodzielności – odwróci się od takich rodziców.

Trzeba wymagać, podkreślać swoją odmienną rolę, ale równocześnie zachować otwartość i zainteresowanie.

7. Panuj nad własnymi humorami

Niewiele osób zdaje sobie sprawę, jak duży wpływ na utrzymanie dyscypliny ma ... nastrój psychiczny matki lub ojca. Dzieci wyczuwają dobre i złe humory rodziców. Dzięki temu wiedzą kiedy mogą sobie pozwolić na więcej, a kiedy na mniej. Z premedytacją wykorzystują tę wiedzę.

Jeśli syn spostrzeże, że tata ma dobry humor (ciągle żartuje, uśmiecha się), zaraz zaczyna stawiać żądania, a nawet odmawiać wykonania poleceń. Wie, że w razie czego mu się upiecze.

Wychowawcy (już nie tylko rodzice) powinni starać się opanowywać swoje humory, aby nie dać się później manipulować przez podopiecznych

(Czy zatem rozwiązaniem ma być udawanie złego humoru, żeby dzieci nas słuchały? Nie, to byłoby niepoważne podejście. Istnieje inne rozwiązanie, które szczegółowo omawiam we wspomnianym na >>> [wstępie kursie](#).)

8. Bądź "niedopowiedziany"

Autorytet wiąże się z pewną aurą tajemniczości. W miarę, jak to jest możliwe, każdy rodzic powinien starać się być nie-do-po-wie-dzia-nym. Uda się to, gdy będzie zachowywał powściągliwość w mowie: unikał wyklócania się, komentowania każdej sytuacji, nerwowych reakcji itp.

Człowiek, który ciągle mówi – mimowolnie odkrywa swoje słabości i z czasem ulatnia się aura doskonałości i tajemniczości, która budziła pierwotne zaciekawienie i sprzyjała posłuchowi.

Oczywiście nie chodzi o to, żeby popadać w jakąś przesadę, ponuractwo. Należy poszukiwać „złotego środka”, ale uwzględniając powyższe uwagi.

9. Unikaj okazywania słabości

Jeśli postawą i sposobem mówienia, zdradzamy swoją psychiczną słabość oraz brak siły woli do wyegzekwowania polecenia, to nie możemy oczekiwać posłuchu. Pewne gesty i słowa zdradzają słabość: błagalny ton, podporządkowana postawa, nerwowe ruchy...

Gdy dziecko dostrzeże słabość – nie podporządkuje się jej.

10. Zadbaj o ton polecenia

O wysłuchaniu polecenia w dużym stopniu decyduje sposób mówienia, w tym barwa i ton głosu oraz rozłożenie akcentów.

Zwykło się uważać, że tony zbyt wysokie, piskliwe i zbyt niskie (aż chropowate) nie sprzyjają budowaniu autorytetu. Posłuch i renomę budzi raczej umiarkowanie niski głos ojcowski.

Problem w tym, że nie do końca mamy wpływ na ton i barwę naszego głosu. Do pewnego stopnia możemy go modulować, ale pewnych rzeczy się nie przeskoczy.

11. Bądź stanowczy i zdecydowany, ale nie grubiański

Wymagania należy stawiać odpowiednio dobierając słowa i panując nad uczuciem gniewu. Trzeba mówić stanowczo i zdecydowanie, ale nie przekraczając pewnej granicy.

Jeśli ktoś zachowuje się w sposób grubiański, musi spodziewać się, choćby ukrytego, buntu.

12. Roztropnie stosuj "polecenie żart"

Wplecenie w polecenie żartu skutecznie rozładowuje napiętą atmosferę i tym samym pełni ważną funkcję wychowawczą. Jednak taki sposób rozkazywania jest dosyć trudny i nie każdemu wychodzi.

Gdy już się na niego zdecydujemy, musimy rozebrać okoliczności i uwzględnić charakter dziecka. Przesadne i nieroztropne stosowanie żartów niepotrzebnie prowokuje dyskusję. Dotyczy to przed wszystkim żartów dotyczących naszych podwładnych. Wcale nie muszą ich obrażać (takie wykluczam), ale i tak mogą wywołać ciętą ripostę inteligentnego syna.

13. Mów charyzmatycznie

Nasze polecenia nie tylko mają być oparte na autorytecie i władzy, ale powinny także oddziaływać na emocje. W wielu przypadkach autorytet i władza rodzicielska po prostu nie wystarczą (patrz pkt. 1). Zdecyduje specyficzny sposób zwracania się do słuchacza, który dotrze do jego serca.

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.

14. Wydawaj krótkie polecenia

Jeśli wcześniej dana sprawa została przedyskutowana, to nie ma sensu powtarzać argumentacji. Z tego względu w większości przypadków polecenie powinno mieć krótką formę. Tłumaczenie za każdym razem, dlaczego dziecko ma wynieść śmieci, czy posprzątać pokój, nie ma większego sensu.

O jego wykonaniu nie decyduje bowiem siła argumentu, ale czynniki, o których pisałem wyżej: stanowczość, determinacja czy charyzmatyczny sposób mówienia. Prowokowanie dyskusji jest tylko pretekstem do unikania wykonania polecenia, a nie wynikiem braku wiedzy. Uruchamia się przekora, lenistwo czy po prostu złośliwość.

Uzasadnienie będzie konieczne tylko w pewnego rodzaju sytuacjach, gdzie rzeczywiście istnieje pole do dyskusji oraz w relacjach z nastolatkami. W tym drugim przypadku uzasadnienie łagodzi ewentualny bunt. Młodzi ludzie nie lubią jak im się rozkazuje. Krótka rozmowa uzasadniająca polecenie sprawi, że łatwiej zniosą sytuację podległości. Bywa też, że drocą się „z przyzwyczajenia”, ale w końcu wykonują postawione przed nimi zadanie.

15. Używaj konstrukcji zdaniowej: „Jeśli..., to...”

Tak wygląda konstrukcja zdania, które wyraża zgodę na spełnienie prośby dziecka, ale pod pewnymi warunkami. Przykładowo: „Jeśli posprzątasz pokój, to wyjdiesz na podwórko bawić się z kolegami”.

Nie sprzeciwiamy się dziecku, zgadzamy się z nim, tym samym unikamy otwartego konfliktu. Ściślej: zgadzamy się, ale żądamy spełnienia jednego warunku.

Psycholog Ray Guarendi argumentuje następująco: „Zdania «jeśli..., to...» stanowią logiczną propozycję. Mówią dzieciom, czego od nich oczekujesz i co może się stać, jeśli zdecydują się zignorować twoją prośbę”.

16. Używaj kasownika: „Tak, ale...”

O ile argumentacja „Jeśli..., to...” przekazuje komunikat: „nie mówię tak, nie mówię nie”, wszystko zależy od tego, czy spełnisz jeden warunek, o tyle w argumentacji typu: „Tak, ale...” akcenty rozkładamy nieco inaczej.

Właściwie to zgadzamy się na prośbę dziecka, w ten sposób dyskretnie rozładowując potencjalny konflikt: „– Tak – zgadzamy się – nie ma problemu. Możesz wyjść na podwórko, ale wcześniej

posprzątaj pokój i wynieś śmieci”.

W tym przypadku właściwie mamy do czynienia ze zgodą warunkową (podobnie jak w konstrukcji: "jeśli..., to"), ale tam akcentujemy warunek, tutaj zgodę. Warunek potencjalnie wyzwała konflikt, w konstrukcji z "ale" jest sprytnie ukryty za zgodą (por. R. Guarendi).

17. Doprowadź do postawy podporządkowania

Jeśli w trakcie upominania z twarzy dziecka nie schodzi pogardliwy uśmiešek, ręce trzyma w kieszeni i żuje gumę, to nie należy spodziewać się właściwej reakcji. Według Johna Roberstona doprowadzenie do postawy podporządkowania podnosi szansę na wysłuchanie polecenia.

(Na co zwrócić uwagę, aby uzyskać postawę podporządkowania? Szczegóły omawiam w przywoływanym już kursie [o posłuszeństwie](#))

18. Nadawaj ton rozmowie

Ten, kto zadaje pytania, znajduje się wyżej w hierarchii społecznej. Aby posiadać inicjatywę w rozmowie dyscyplinującej nie możemy pozwolić na zadawanie pytań.

Jeśli maluch spróbuje odwrócić rolę i przejąć inicjatywę, odpowiadając na nasze polecenie: "dlaczego ja?". Musimy odpowiednio zareagować: "To ja jestem od zadawania pytań" (por. J. Robertson).

19. Uważaj na słowo: „proszę...”

Słowo „proszę” ma charakter grzecznościowy. W naszej kulturze podkreśla szacunek do rozmówcy. Jednak w realiach domowych, w stosunku do małych dzieci, zdanie: „Janku, proszę, wynieś śmieci” brzmi trochę sztucznie (choć oczywiście jest dopuszczalne). „Janku, wynieś śmieci” – wydaje się bardziej naturalne.

Używanie słowa "proszę" sugeruje, że młody człowiek może, ale nie musi spełnić naszej prośby, co niekiedy prowokuje niepotrzebną dyskusję. Jeśli zatem używamy "proszę", to na zasadzie grzecznościowej. Dziecko i tak ma poznać (po tonie głosu), że chodzi o polecenie.

W stosunku do starszej młodzieży stosowanie "proszę" może mieć głębszy sens. Prośba (nie rozkaz) osłabia buntownicze nastawienie młodych ludzi i zaspokaja ich potrzebę niezależności (por. pkt. 14).

20. Wyznaczaj wykonalne zakazy i nakazy

O skłonności do posłuchu w dużej mierze decyduje historia wzajemnych relacji. Jeśli w przeszłości zdarzało się nam wyznaczać zakazy, których nie egzekwowaliśmy, to niewiele pomogą groźne pohukiwania. Dziecko wie, że rodzic "tylko tak mówi, a później albo mu przejdzie, albo zapomni o wyznaczonej karze".

Z tego względu ważne jest, żeby kary wyznaczać racjonalnie, tzn., adekwatne do przewinienia (sprawiedliwie), ale także zwracać uwagę na to, by były logistycznie wykonalne. Jeśli wiesz, że nie będziesz w stanie wyegzekwować danego zakazu czy nakazu, to lepiej zaproponuj inny, choćby symboliczny, ale wykonalny.

21. Nie karaj w gniewie

Błędem jest wyznaczanie kar w stanie wzburzenia emocjonalnego. Gdy przechodzi gniew, zazwyczaj z nich rezygnujemy, co osłabia nasz prestiż; gdy zaś zechcemy być konsekwentni – utwierdzimy tylko podopiecznego w przekonaniu, że jesteśmy niesprawiedliwi.

W efekcie odbija się to na wzajemnych relacjach i sprzyja pojawieniu głęboko zakorzenionych zadr i urazów.

22. Nie cofaj się przed zmaganiem psychicznym

Sytuacja, gdy rodzice dążą do przeforsowania jakiegoś polecenia, wiąże się z podjęciem czegoś w rodzaju walki psychicznej. Zmuszeni jesteśmy podjąć działania, które napotkają na opór. Dziecko swoiście karze nas swoimi: humorami, krzykiem, płaczem, skarżeniem się drugiemu rodzicowi, fochami itp.

Dla matki (lub ojca), która stara się zachować z dzieckiem bliską więź, nie jest to komfortowa sytuacja i nie każda dobrze ją znosi. Ów nacisk psychiczny sprawia, że niekiedy rodzic ustępuje ("odpuszcza"), czyli nie przeprowadza konsekwentnie swojej decyzji wychowawczej. Tym samym osłabia swój prestiż i daje wskazówkę dziecku, jak ma postępować przy następnej okazji, żeby uzyskać podobny efekt.

Ów dyskomfort paraliżuje również przyszłe działania matki i ojca. Widząc do czego prowadzi opór dziecka, rezygnuje z upominania i wydawania poleceń.

23. Bądź długomyślny

Dorośli chcą zazwyczaj, jak najszybciej ujrzeć efekty swoich oddziaływań wychowawczych. Trudno im się pogodzić, że owoce w pełni będą widoczne dopiero za kilka, a czasami kilkanaście lat! Brak cnoty długomyślności prowadzi do ulegania pokusie tzw. „przekreślenia” wychowanka („Z niego już nic nie będzie”).

Niejednokrotnie takie „przekreślenie” opiera się na – do pewnego stopnia – racjonalnych przesłankach. Jednakże nigdy nie można zapominać, iż pracujemy na szczególnym „materiale”, jakim jest człowiek, który zawsze może się zmienić, poprawić, nawrócić.

Ponadto wspomniane przesłanki często mimo pozorów racjonalności bywają mylne. Okres dojrzewania, to etap życia, w którym młody człowiek zachowuje się specyficznie, ale zazwyczaj nie są to zachowania trwałe.

PS. To tylko ułamek wiedzy na temat budowania dyscypliny w domu. Dla zainteresowanych powyższymi zagadnieniami **mam naprawdę coś specjalnego**. Jedyne w swoim rodzaju kurs, który wyniesie Twoje umiejętności wychowawcze na inny poziom i odmieni relacje z dziećmi.

Chodzi o przywoływany już kurs audio "Cud posłuszeństwa" (do pobrania na komputer i odsłuchiwania w dowolnym czasie). Pokazuję w nim krok po kroku, jak skutecznie radzić sobie w sytuacjach, gdy dziecko nie chce nas słuchać.

Czego się nauczysz (przykładowo)?

- poznasz 3 krytyczne sytuacje, w których powinieneś wstrzymać się od wydawania poleceń,
- dowiesz się, na co musisz zwrócić uwagę w swojej zewnętrznej postawie (mimika, gesty), aby dziecko poważnie traktowało Twoje słowa,
- odkryjesz tonację i barwę głosu oraz tempo i głośność mówienia, które optymalnie wpływają na utrzymanie posłuchu,
- otrzymasz konkretne przykłady zwrotów, które będziesz mógł/a zastosować w trakcie rozmów dyscyplinujących,
- dostaniesz konkretne wskazówki, jak radzić sobie w sytuacji, gdy syn/córka nie godzi się z Twoim zdaniem i podejmuje różne działania "odwetowe",
- dzięki specjalnym zestawom ćwiczeń, nauczysz się wcielać zdobytą wiedzę w życie. Wejdź na wyższy poziom >>> [**PRZECZYTAJ SZCZEGÓŁY**](#)

AUTOR: DARIUSZ ZALEWSKI
WYMAGANA ZGODA NA PRZEDRUKI
ŹRÓDŁO: EDUKACJA-KLASYCZNA.PL