

Ekonomiczny Uniwersytet Dziecięcy



Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały?

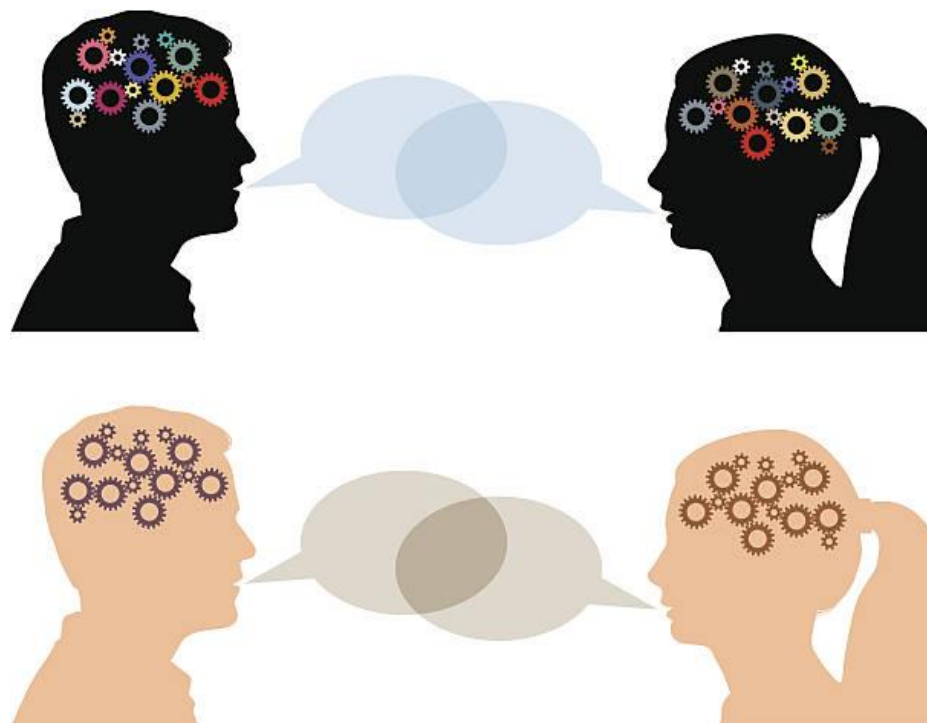
Paulina Przysańska

Uniwersytet Ekonomiczny we Wrocławiu
Data: 03.11.2025r.



**UNIwersytet
EKONOMICZNY**
we Wrocławiu

Jak mówić do dzieci, by nas słuchały?



1. Jedna prośba naraz

Pamiętaj, że dziecko nie potrafi w takim tempie jak ty myśleć i reagować na polecenia.

Ma trochę inne poczucie czasu i często nie zdaje sobie sprawy, co to znaczy, że coś trzeba zrobić szybko.

To, co tobie od dawna już weszło w nawyk, dla dziecka stanowi męczący obowiązek.

Dlatego nie zasypuj go seriami komend w rodzaju:

"Nakryj do stołu, umyj ręce i siadaj do kolacji".

Polecenie powinno być jedno - proste, krótkie i możliwe do wykonania w niedługim czasie.

2. Nie przerywaj

Gdy dziecko coś robi, zazwyczaj bardzo się w tę czynność angażuje. Jeśli rysuje - to całym sobą, nawet językiem. Jeśli słucha kasety, to tak, jakby go w tym momencie nie było w pokoju. Dlatego, zanim je o coś poprosisz, sprawdź, czy w tej chwili nie robi czegoś dla siebie bardzo ważnego, czy nie jest czymś zaabsorbowane. Jeśli nie będziesz mu przerywać czynności, które są dla niego ważne, ono także łatwiej uszanuje to, co ty robisz.

3. Bądźmy konsekwentni

Dobrze by było, gdyby Twoje polecenia były naprawdę uzasadnione. Jeśli bowiem prosisz dziecko o coś, a potem robisz to za nie sam/a (bo nie starcza Ci cierpliwości), uczysz je, że tak naprawdę to tylko takie sobie gadanie.

O pewne rzeczy trzeba dziecko prosić wielokrotnie, zanim zacznie je robić odruchowo.

Ale może warto na początku trochę się pomęczyć, żeby później się nie denerwować, że talerz znowu brudny na stole, ogryzki nie w koszu, a flamastry bez skuwek poniewierają się po podłodze?

4. Podaj powód

Starsze dzieci, zanim wykonają polecenie, lubią wiedzieć, dlaczego się tego od nich wymaga.

Dobrze więc podać racjonalny powód, choć nie warto tłumaczyć się bez końca.

A już zupełnie nie warto mówić: "Masz to zrobić, bo ja ci każę".

Na takie postawienie sprawy każdy, nie tylko małe dziecko, reaguje buntem i oporem.

Bardziej trafi dziecku do przekonania argument, że zęby trzeba myć po to, żeby się nie psuły, niż kategoryczny rozkaz.

5. Nie spiesz się

Nikt nie lubi się spieszyć, a zwłaszcza ten, kto spieszyć się nie potrafi.

Czasem zapominamy o tym, że dzieci potrafią robić szybko tylko to, co im sprawia przyjemność i co je ciekawi.

Nie rozumieją, dlaczego trzeba nagle szybko jeść albo szybko się ubierać. Jedzą wolno, bo tak jest zdrowo.

Ubierają się wolno, bo to nie jest łatwa czynność. Dlatego staraj się uwzględnić to, że **dziecko nie umie się spieszyć**.

Nie dlatego, że jest niegrzeczne czy opieszale, ale dlatego, że pośpiech jest sprzeczny z naturą dziecka.

6. Spójrz dziecku w oczy

Ponieważ jesteśmy zabiegani, często wypowiadamy różne rzeczy w pośpiechu, nie patrząc na siebie.

Czasem wydaje nam się, że coś mówimy, ale odbiorca w ogóle nie jest tego świadom.

Dlatego prosząc dziecko o coś ("nie ciągnij kota za ogon, to go boli"), warto zatrzymać się na chwilę, kucnąć, spojrzeć dziecku w oczy i powiedzieć swoją prośbę powoli.

Taka "niska" pozycja pozwoli nam sprawdzić, czy dziecko nas usłyszało i czy wie, o co nam chodzi.

Jest to szczególnie ważne wtedy, kiedy dziecko rozrabia, jest agresywne lub zdenerwowane.

7. Współpracuj

Łatwiej jest wykonać jakieś polecenie, jeśli się wie, że to, o co mnie proszą, to jest w jakimś sensie "moja sprawa". Jeśli czterolatek dostanie roślinkę i ona będzie tylko jego - łatwiej mu będzie ją podlewać, niż gdyby miał troszczyć się o wszystkie domowe kwiatki.

Zamiast żądać porządku, można zapytać: "Jak myślisz, co możemy zrobić, by dało się wejść do Twojego pokoju?".

8. Daj dobry przykład

Irytujesz się, że dziecko nigdy Cię uważnie nie słucha, ciągle gdzieś pędzi, jest zajęte, wiecznie odpowiada "zaraz" .
A może ma w swoim bliskim otoczeniu kogoś, kto zachowuje się podobnie?

ZAMIAST SŁUCHAĆ JEDNYM UCHEM



SŁUCHAJ DZIECKA BARDZO UWAŻNIE



ZAMIAST PYTAŃ I RAD



ZAAKCEPTUJ JEGO UCZUCIA SŁOWAMI:

„Och”, „mmm”, „rozumiem”



ZAMIAST ZAPRZECZAĆ UCZUCIOM



OKREŚL TE UCZUCIA



ZAMIAST WYJAŚNIEŃ I UZASADNIENÍ



ZAMIEN PRAGNIENIA DZIECKA W FANTAZJĘ





THANK YOU :)

Paulina Przysańska

paulina.przysanska@ue.wroc.pl

Tel: 504 168 886