

Ekonomiczny Uniwersytet Dziecięcy



Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały?

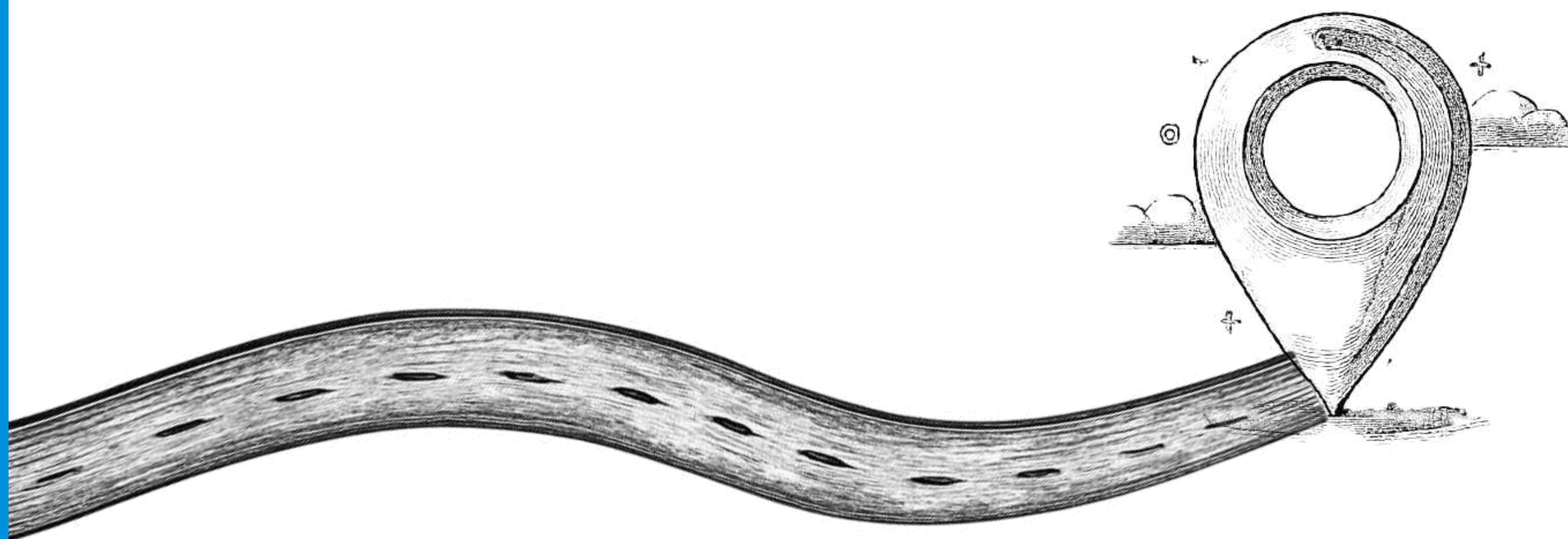
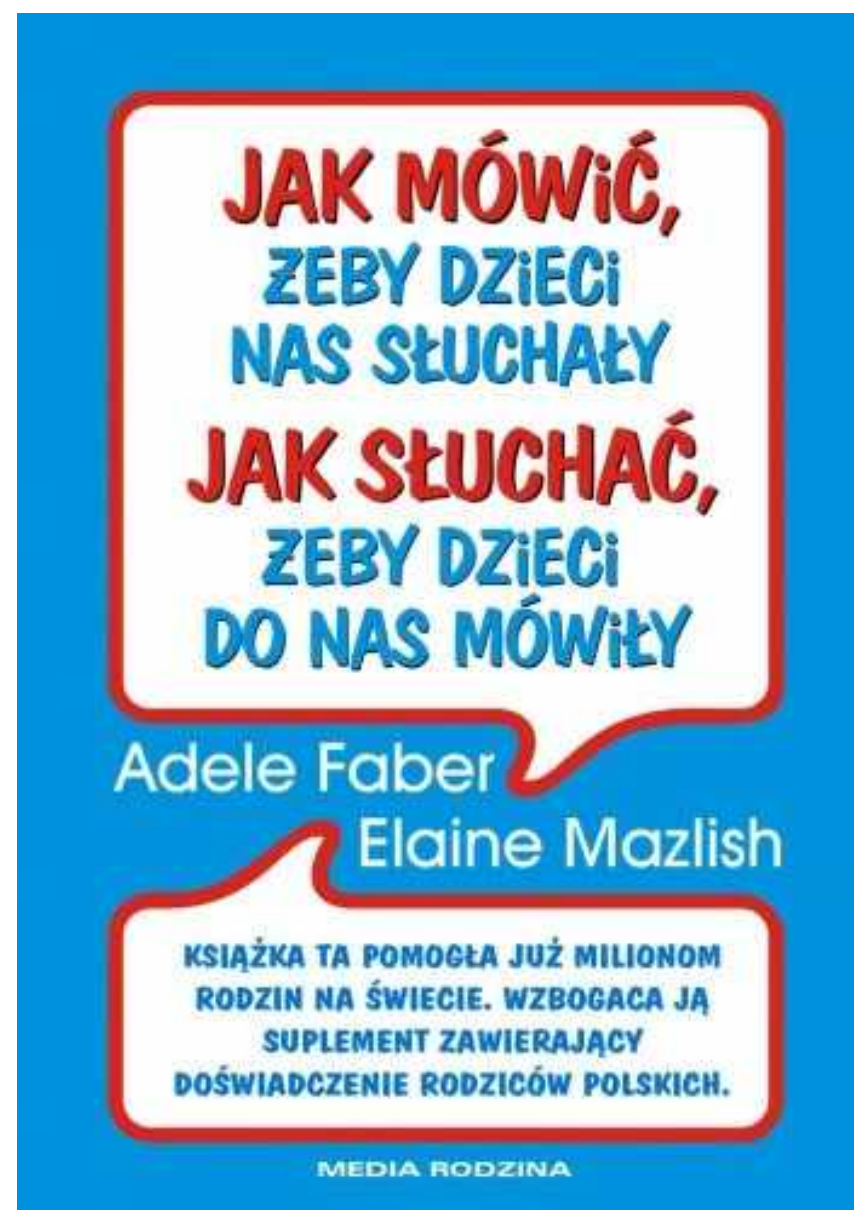
Karolina Żelazowska-Byczkowska

Szkoła Główna Handlowa w Warszawie



SGH
Szkoła Główna
Handlowa
w Warszawie

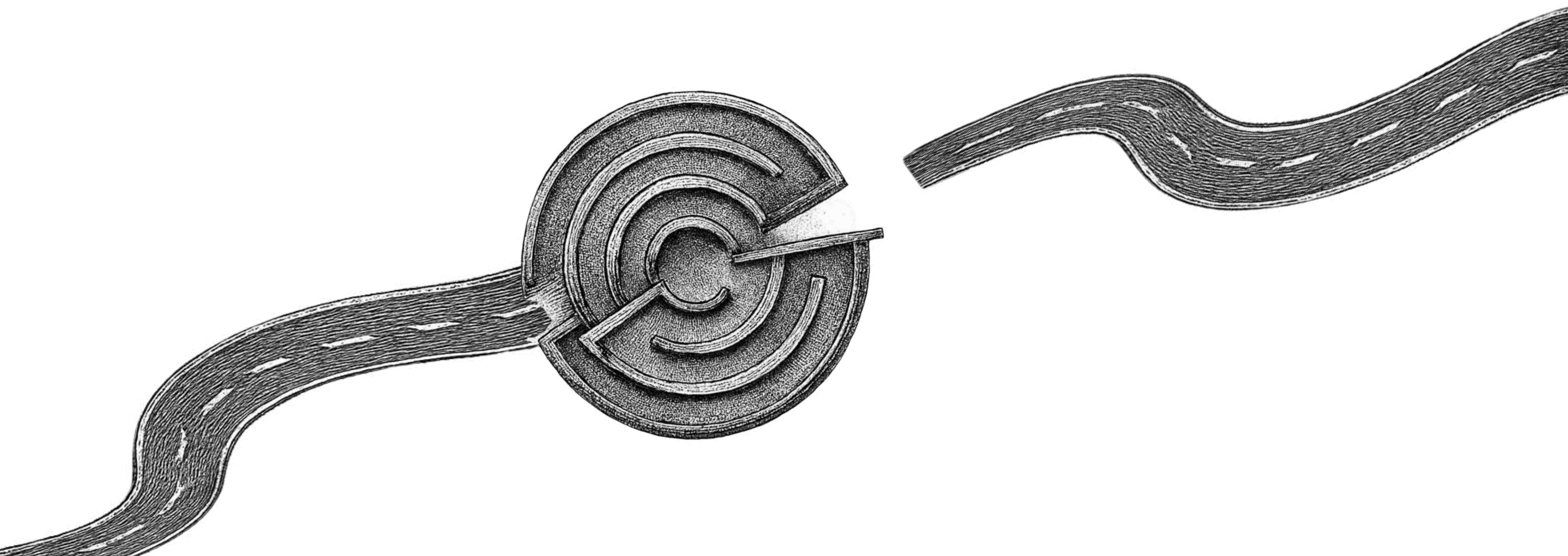
Jak mówić, żeby...



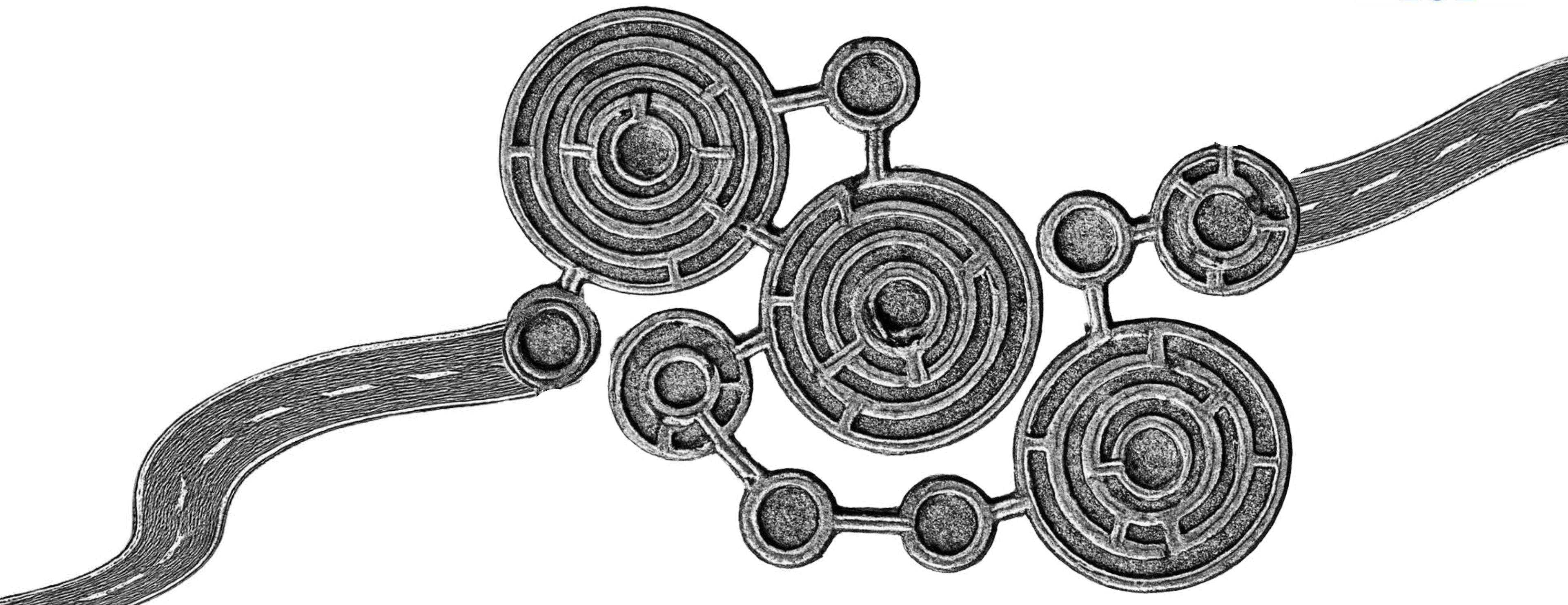
Jak mówić, żeby...



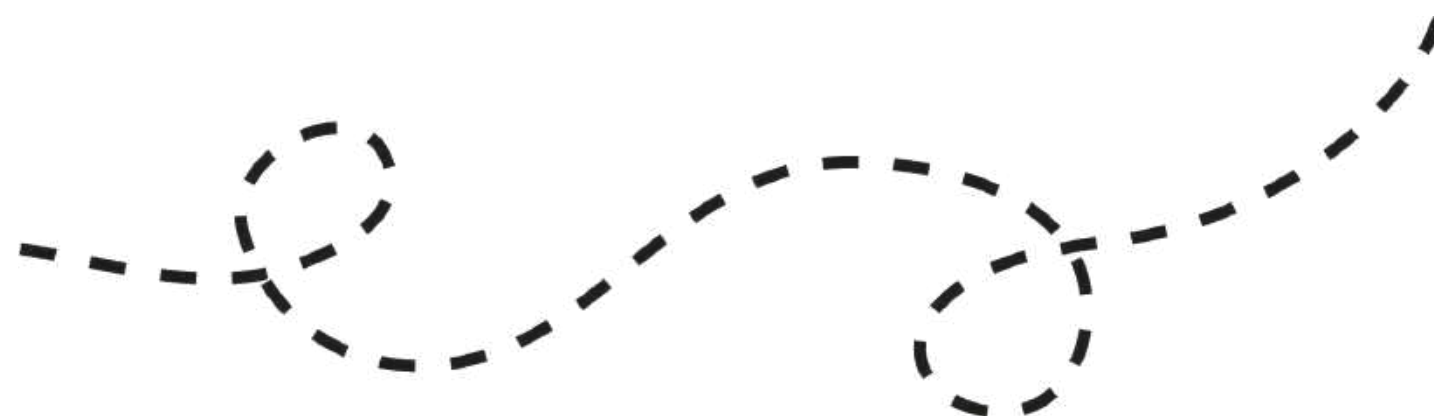
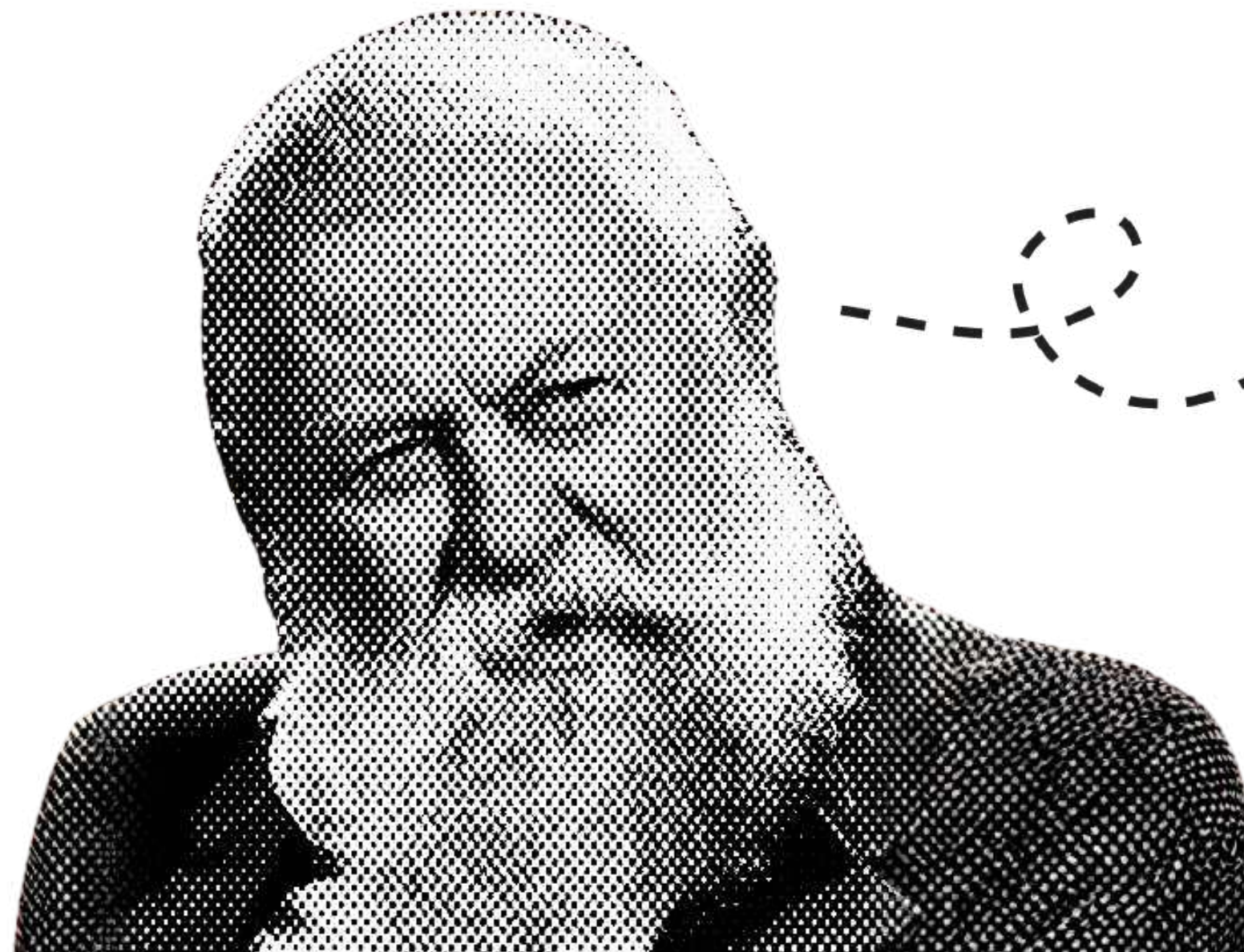
Jak mówić, żeby...



Jak mówić, żeby...



Jak mówić, żeby nas słuchano? - Prof. Jerzy Bralczyk



By Adam Koprowski - [Copernicus Festiwal](#), CC BY 4.0, [Wikimedia Commons](#)

Jak to się stało, że mówimy...

Max Bennet

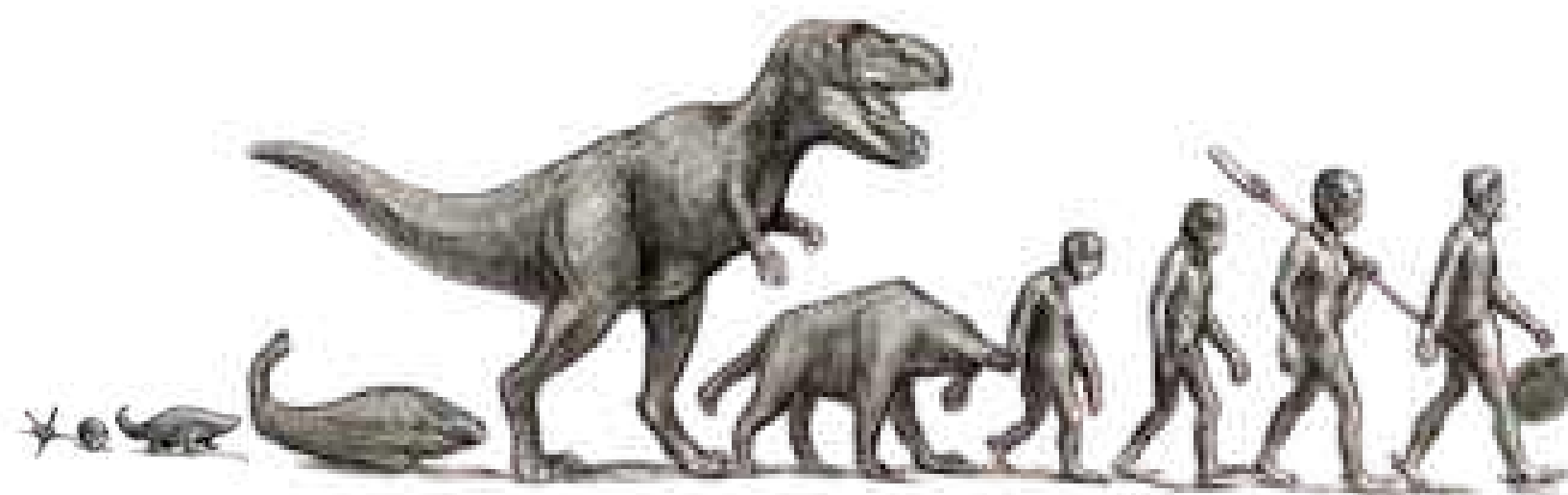
wzmocnienie rzeczywiste działania własne

symulacja wyobrażone działania własne

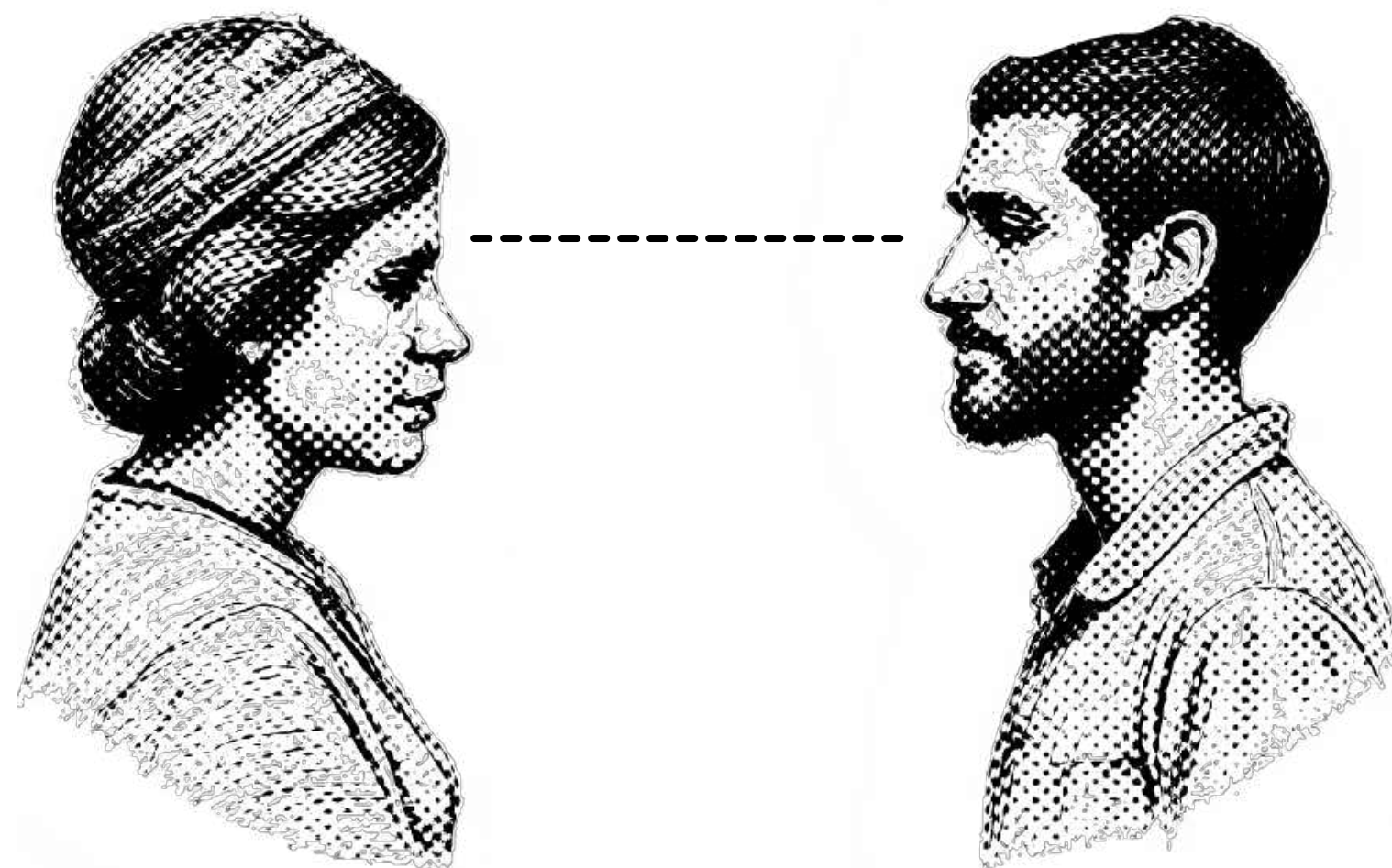
mentalizacja naśladownictwo R.D. innych

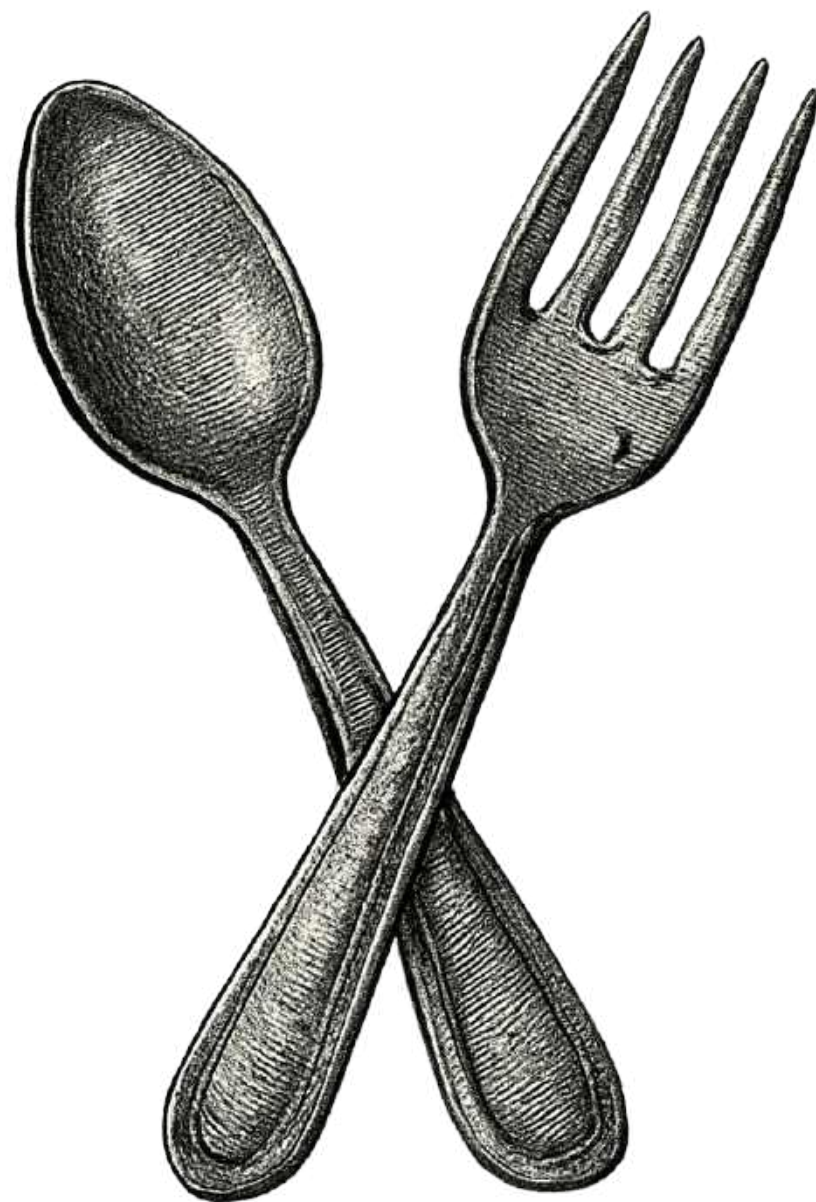
mówienie uczenie na podstawie
wyobrażonych działań innych

...?



Jak myśleć, żeby mówić to, co chcemy, aby zostało wypowiedziane





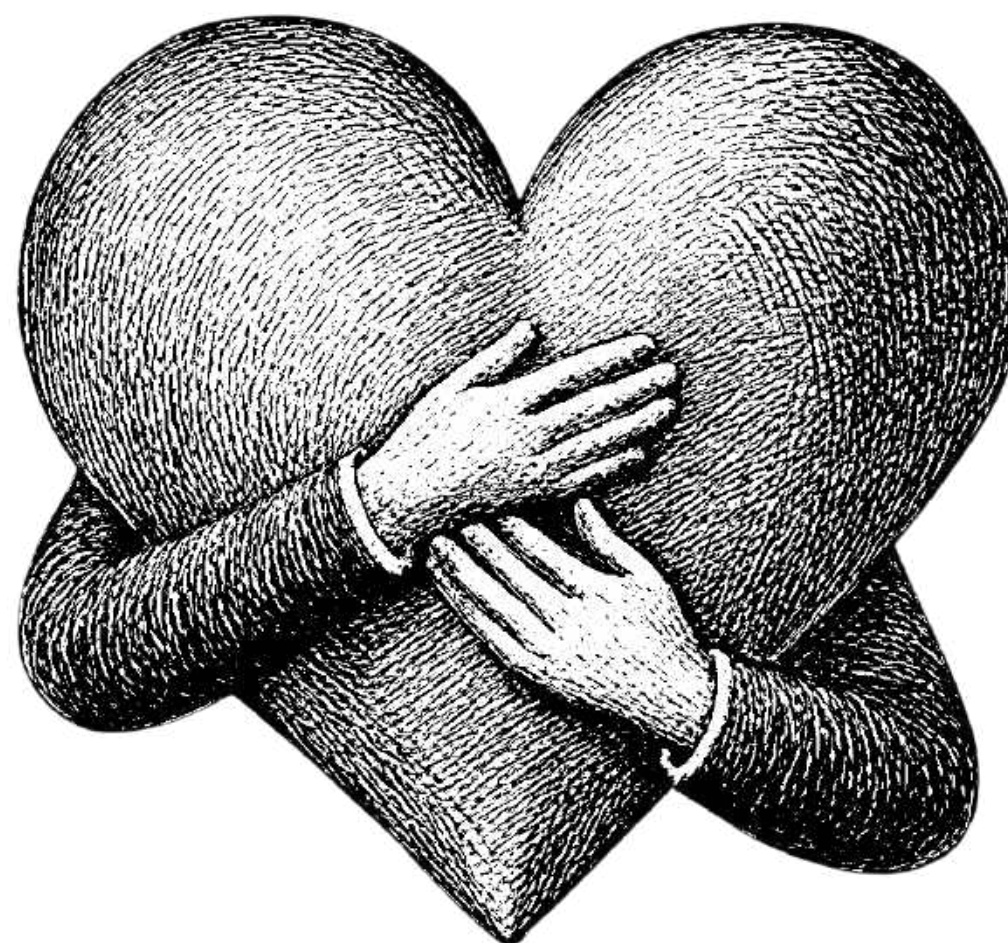
Łyżka i widelec kosztują razem 1,10 zł.
Łyżka jest o 1 zł droższa od widelca.
Ile kosztuje widelec?

Automatyzm

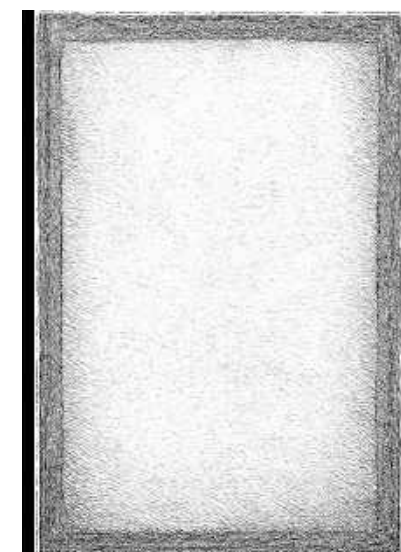
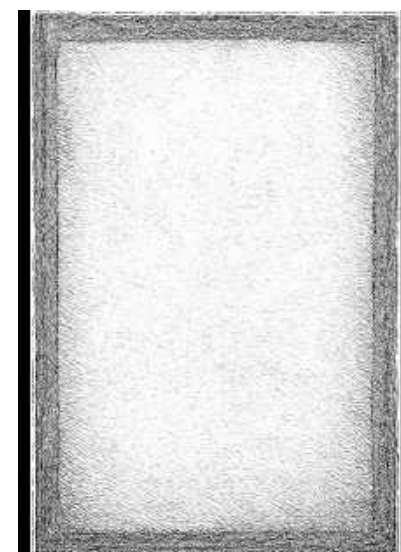
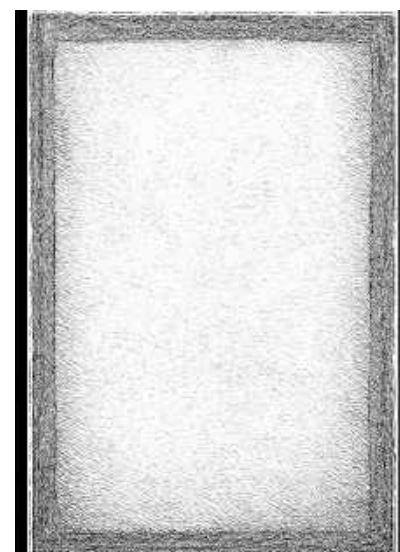
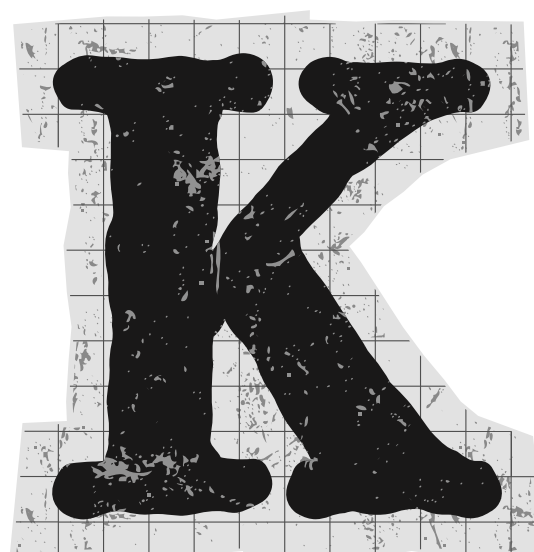
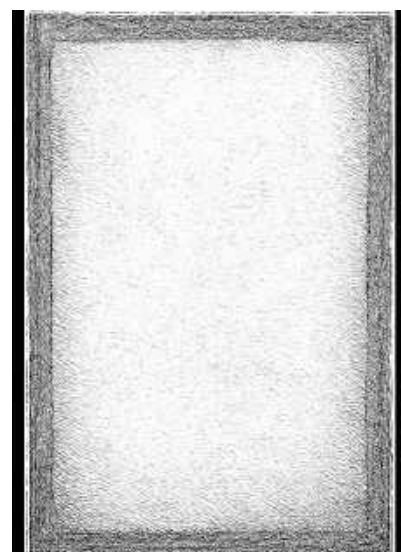
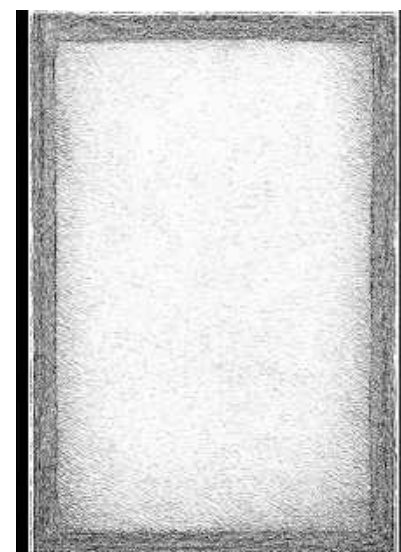
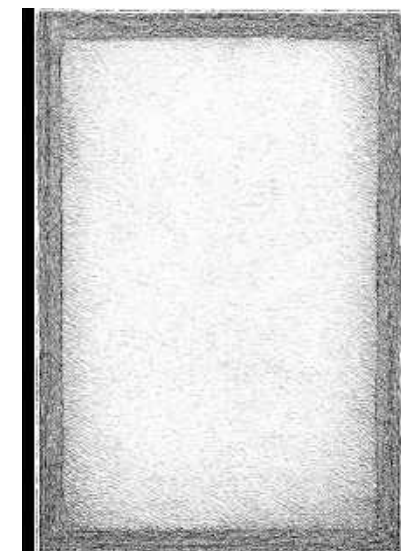
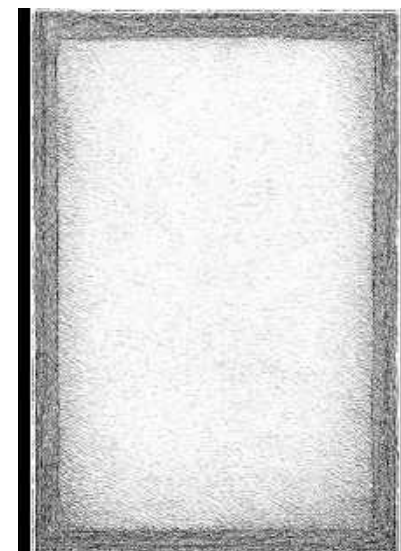
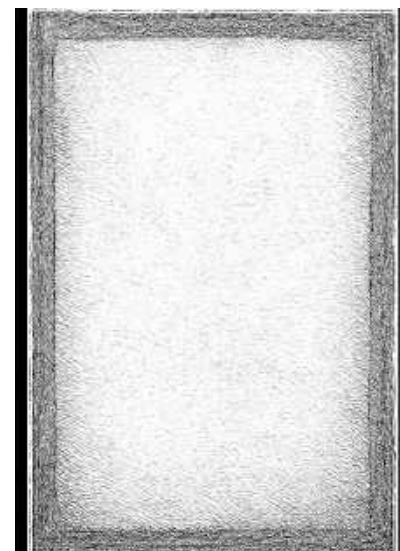
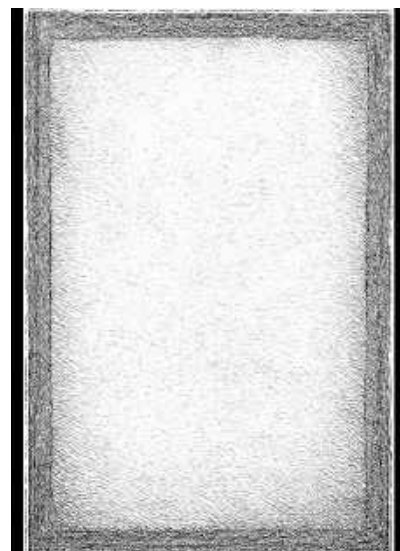
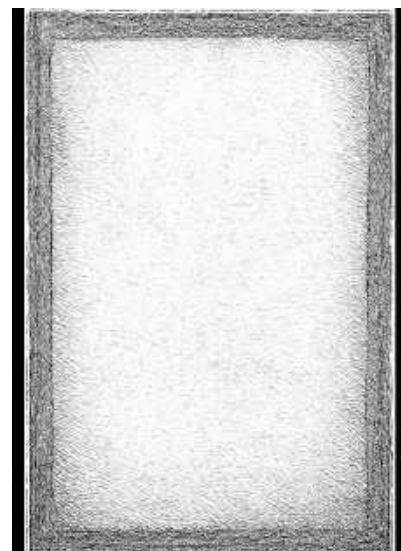
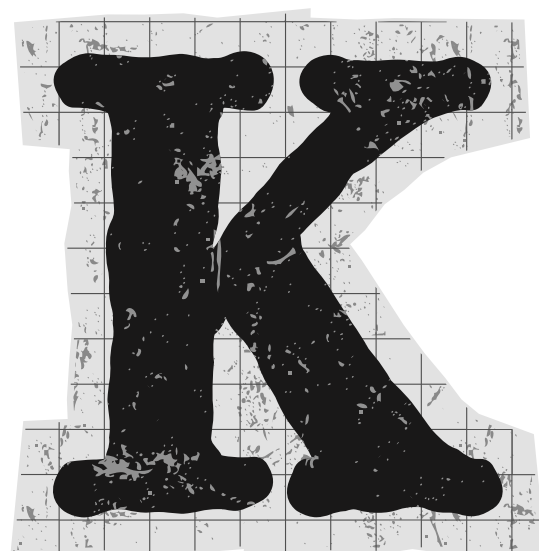
Na łące pasą się owce.
Widzisz 5 owiec.
Ile nóg mają razem?



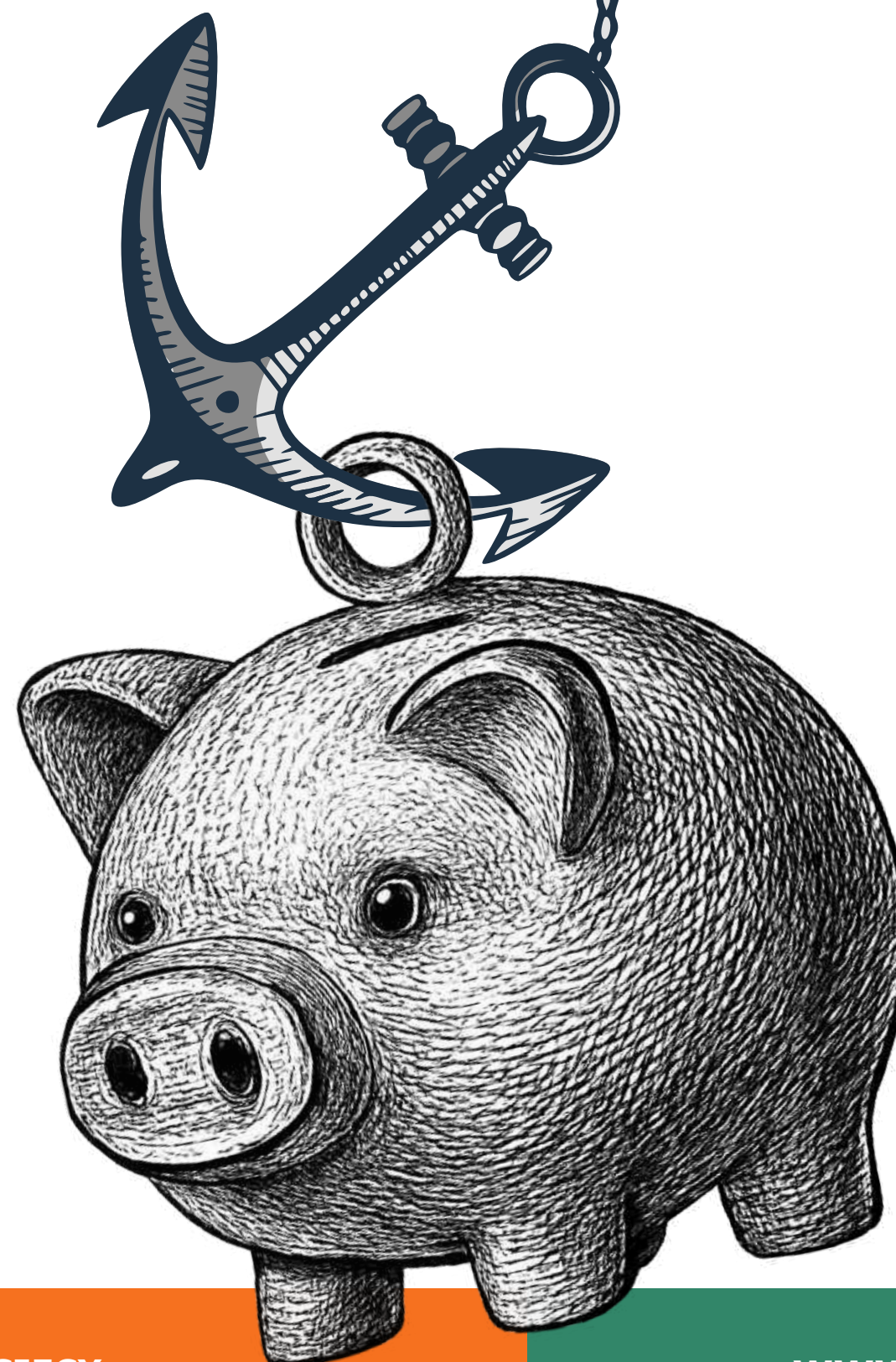
Reprezentatywność



Dostępność

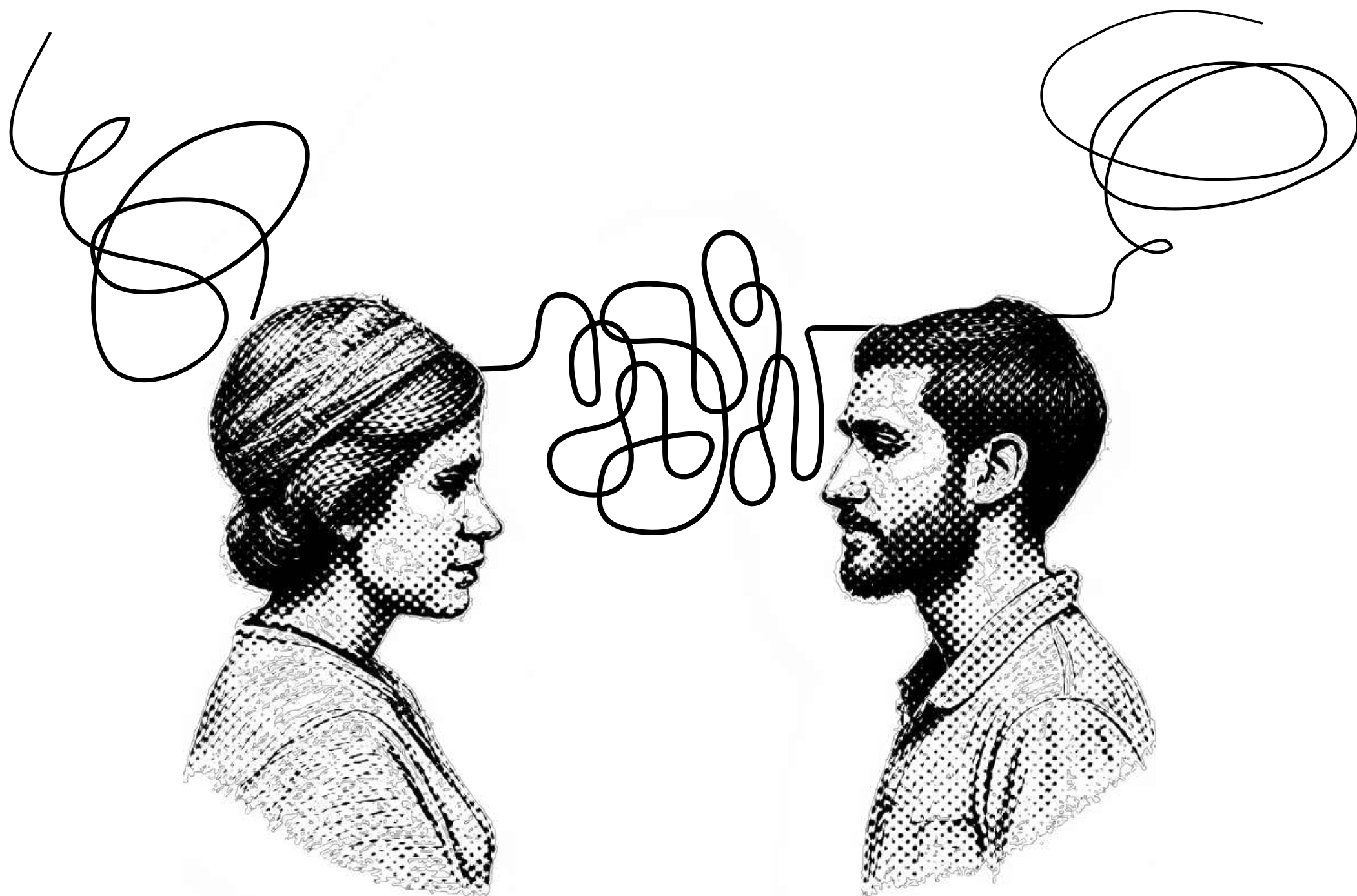


2000 pln



Jak myśleć...

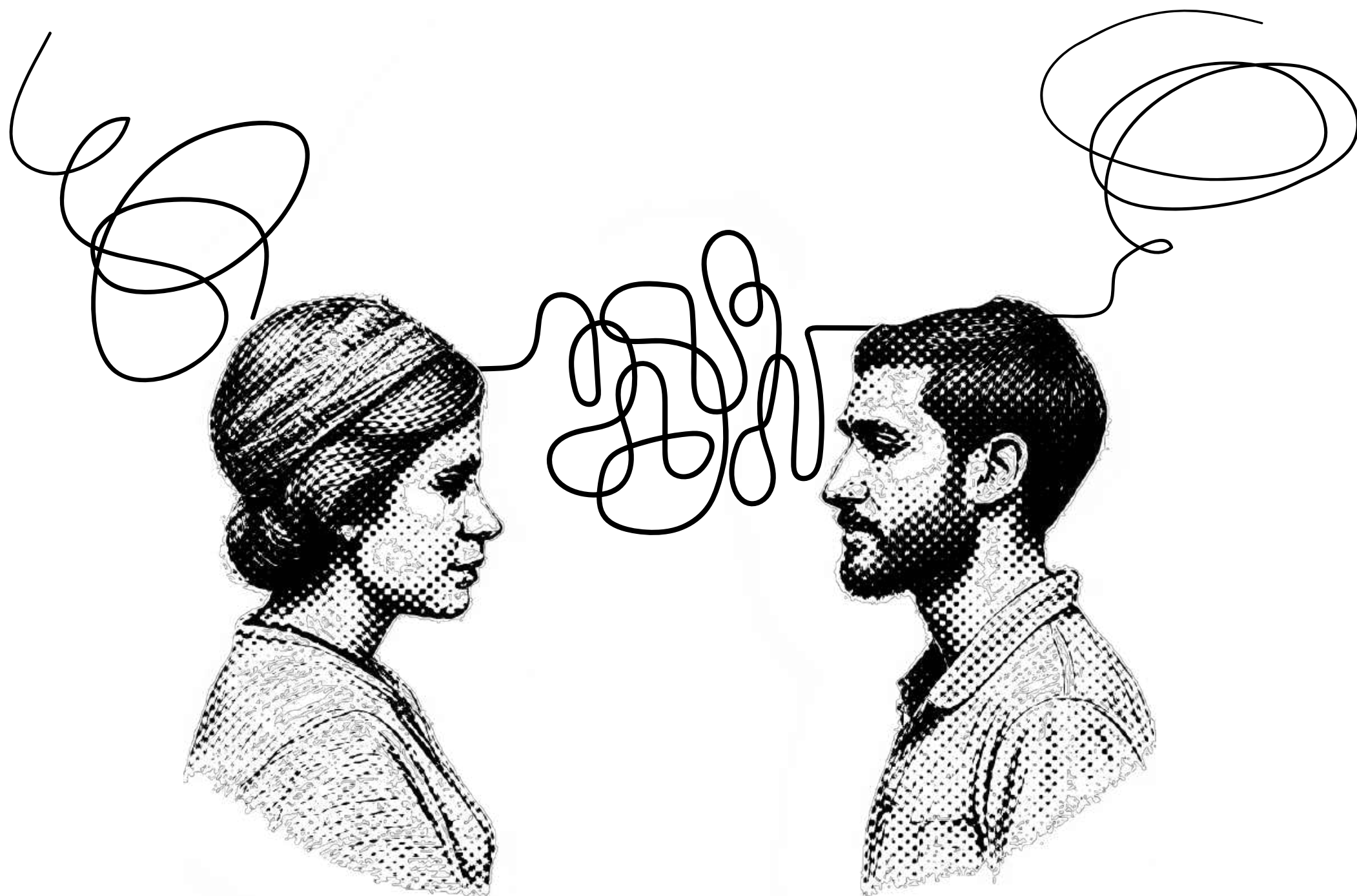
Daniel Kahneman



Poleganie na heurystykach
oraz powszechność
błędów poznawczych
nie dotyczą wyłącznie laików.

Jak myśleć...

Daniel Kahneman



system 1.

myślenie szybkie, intuicyjne
emocjonalnie

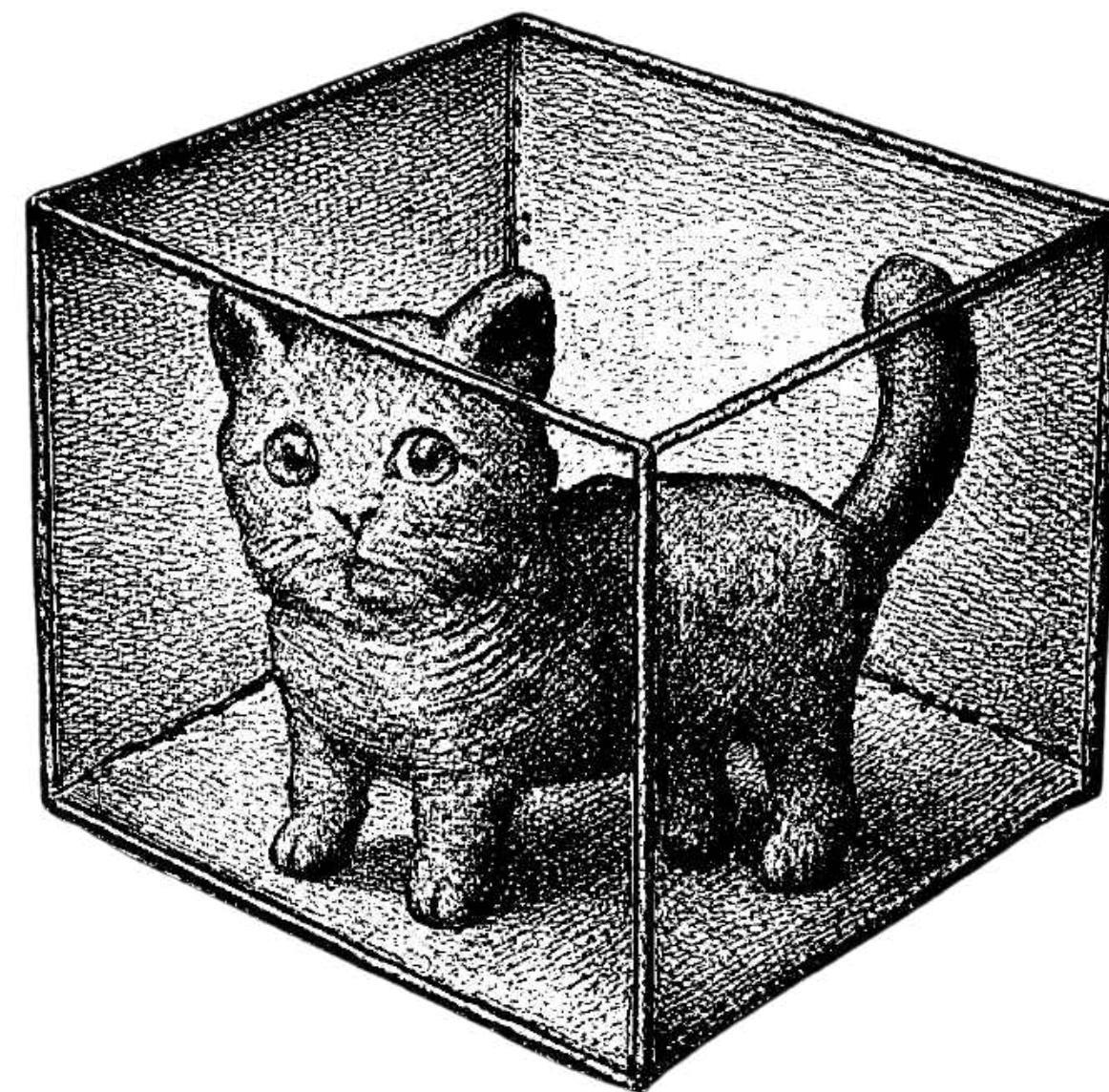
system 2.

myślenie wolne, przemyślane,
logiczne

Jak mówić, czyli paradoksy komunikacyjne

Bądź spontaniczny/spontaniczna!

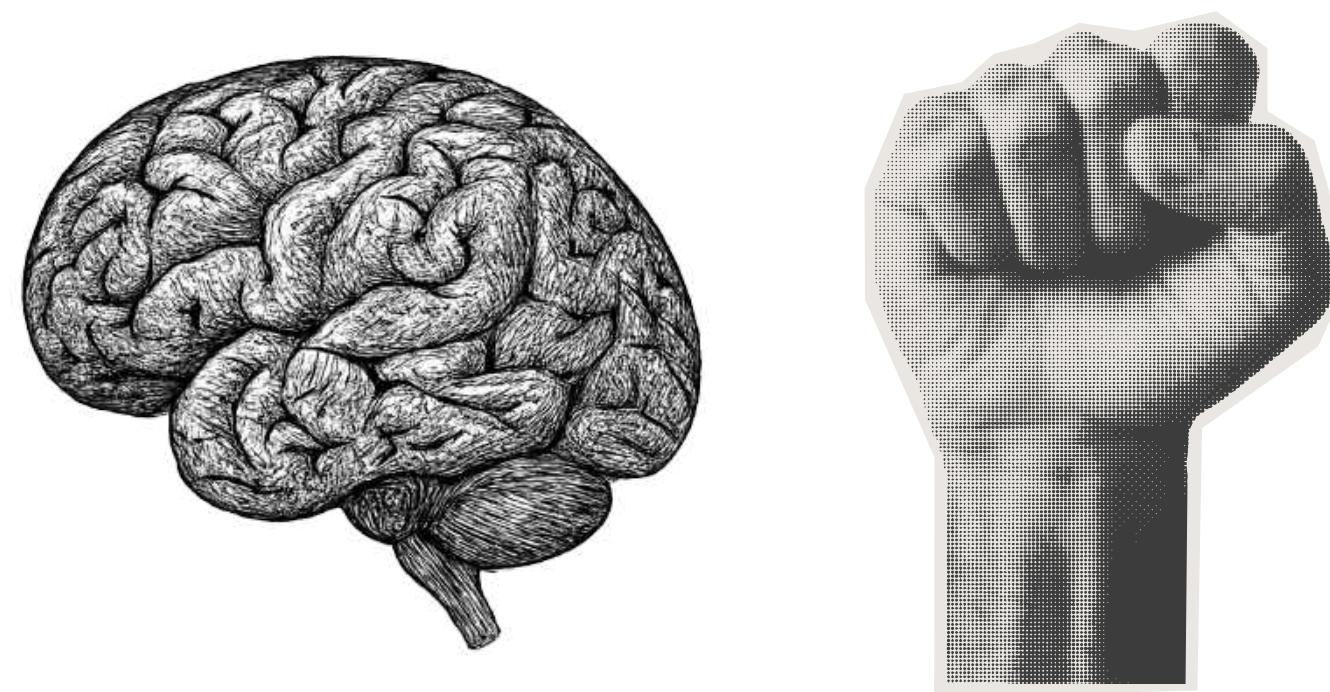
Ja?! Ja nie jestem zdenerwowana/zdenerwowany!



R. Praszker. Zmieniać nie zmieniając. Ekologia problemów rodzinnych. WSiP. 1992.

Zintegrowany mózg

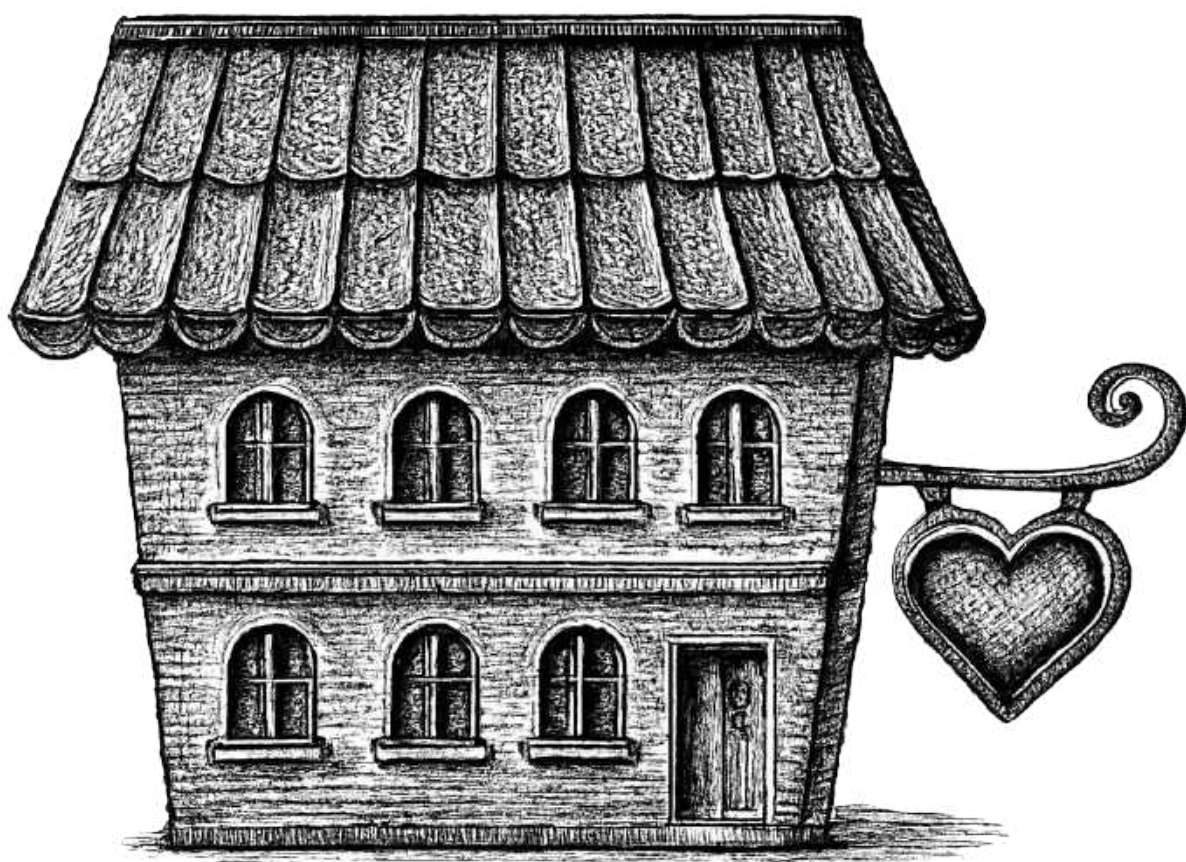
Siegel & Bryson



D. J. Siegel, T. P. Bryson, Zintegrowany mózg, zintegrowane dziecko, Rebis, Poznań 2013

Zintegrowany mózg

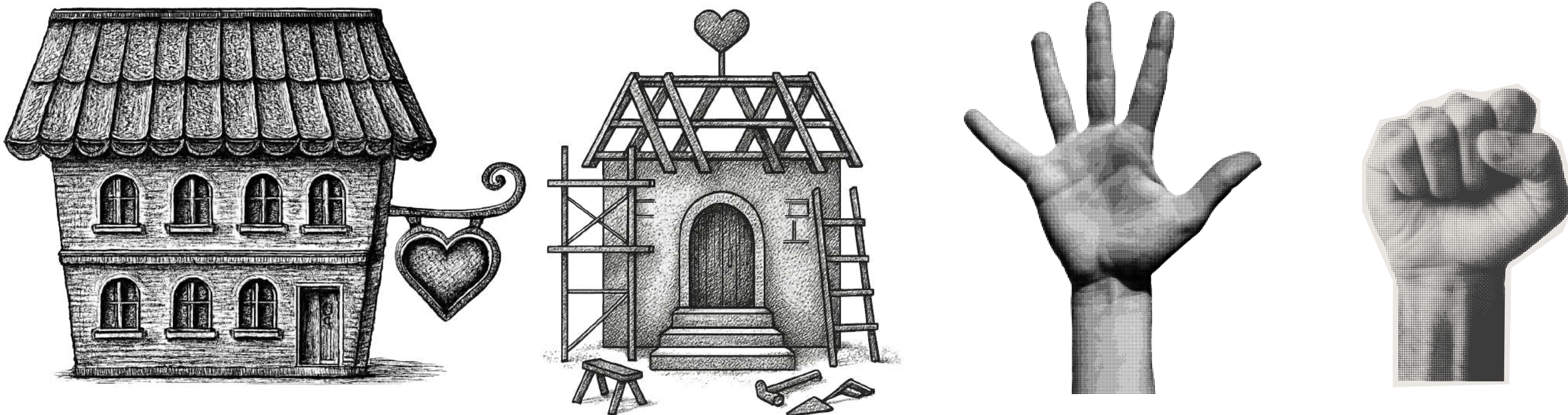
Siegel & Bryson



D. J. Siegel, T. P. Bryson, Zintegrowany mózg, zintegrowane dziecko, Rebis, Poznań 2013

Zintegrowany mózg

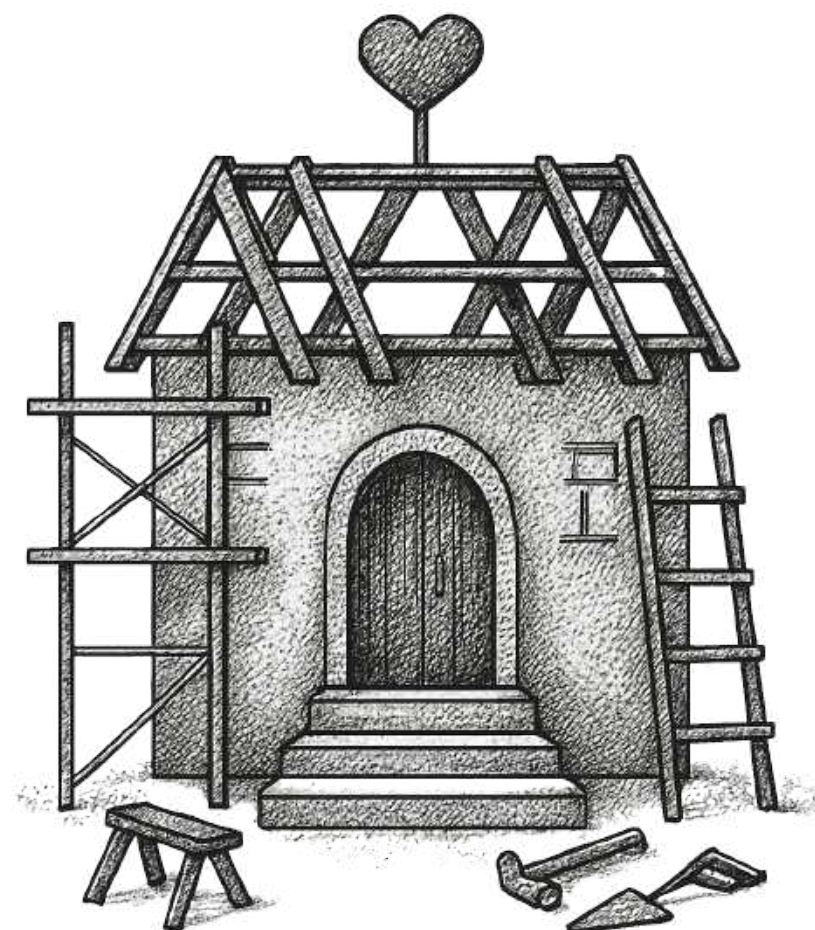
Siegel & Bryson



D. J. Siegel, T. P. Bryson, Zintegrowany mózg, zintegrowane dziecko, Rebis, Poznań 2013

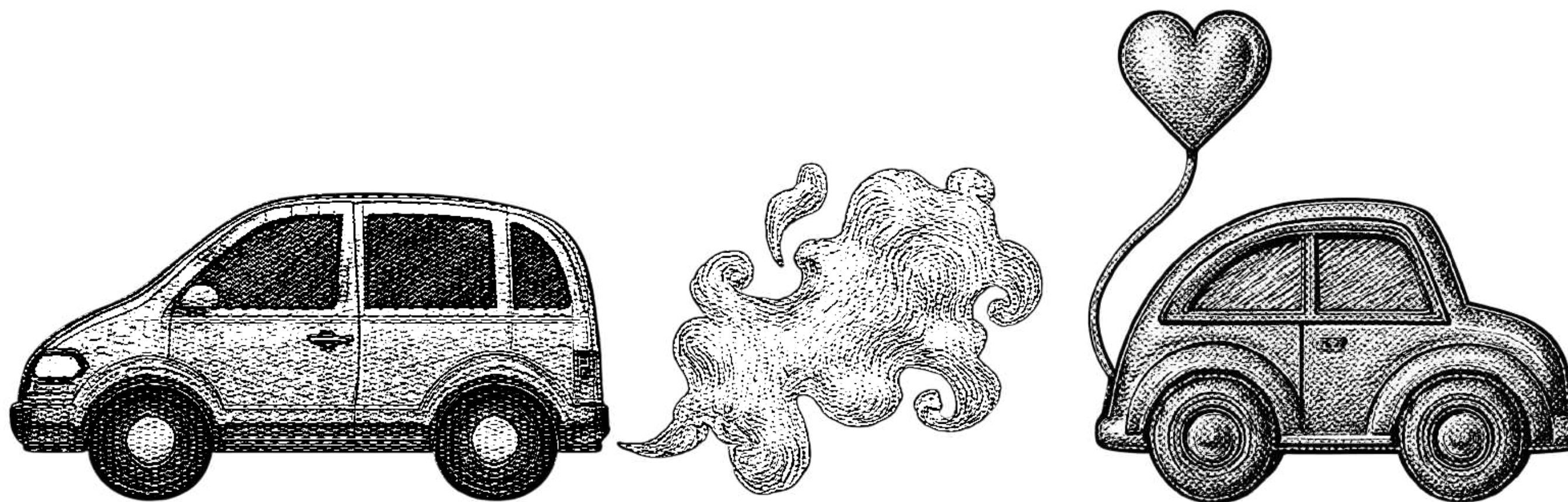
Zintegrowany mózg

Siegel & Bryson



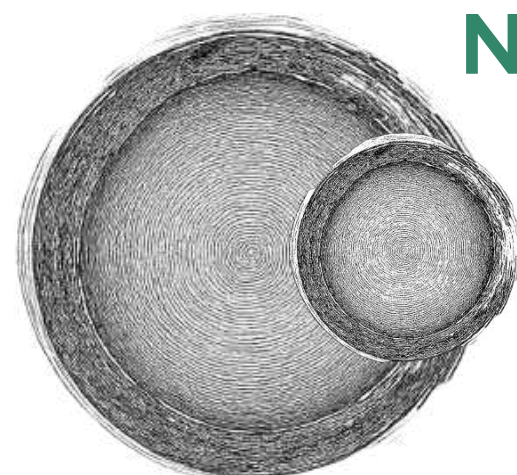
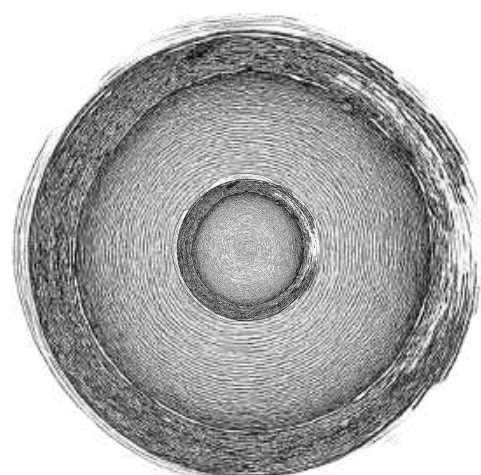
John Philip Louis, Karen McDonald Louis, Potrzeby emocjonalne dziecka, GWP

To, co powiesz może zmienić świat

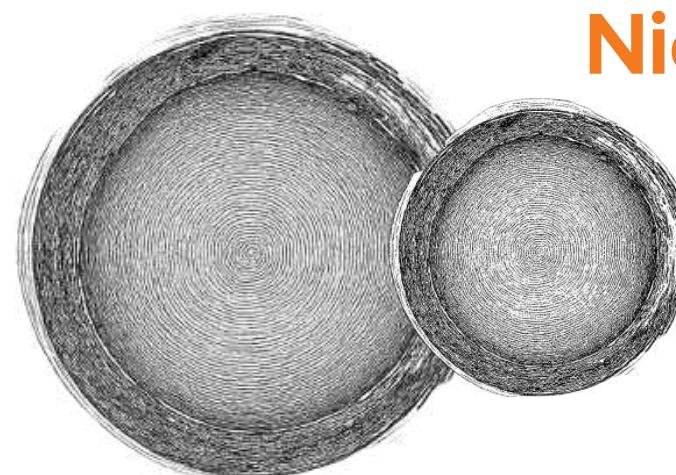


Marshall Rosenberg, To, co powiesz może zmienić świat. Wydawnictwo Czarna Owca.

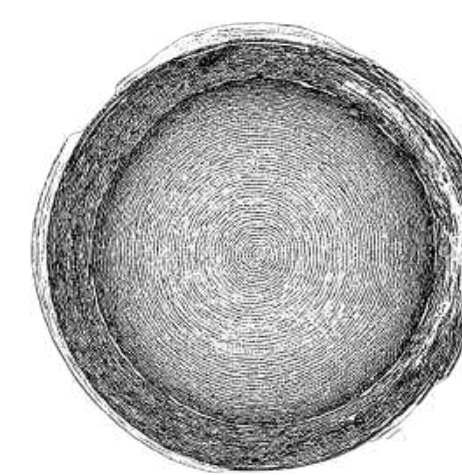
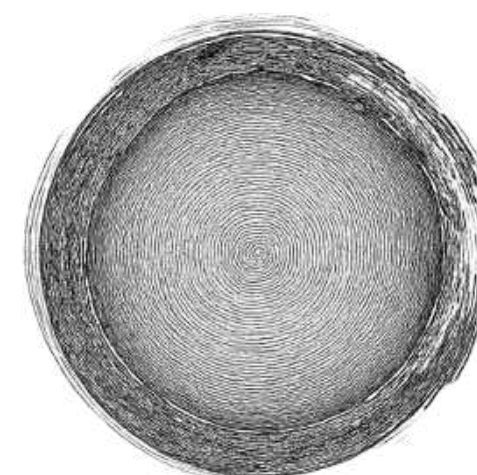
0 granicach



Nie.



Nie!



Jarek Żyliński, Granice dzieci i dorosłych

0 granicach

modelowanie, naśladowanie...

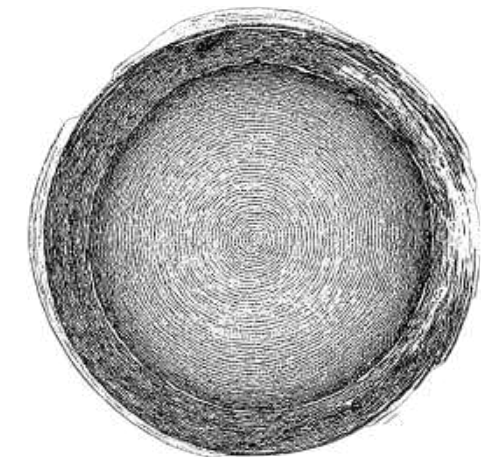
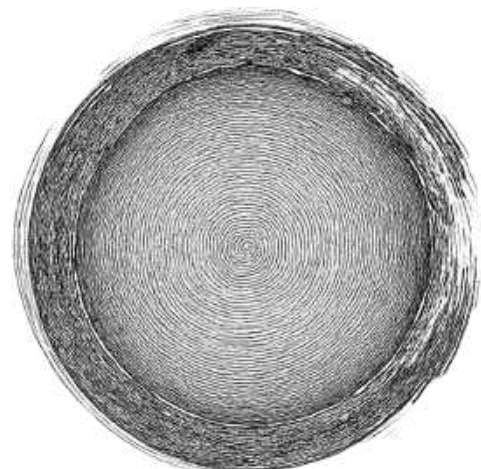
Osobiste

Ciało

Emocje

Myśli

Wybory



Materialne

Jarek Żyliński, Granice dzieci i dorosłych

Jak reagować bez przekraczania granic?

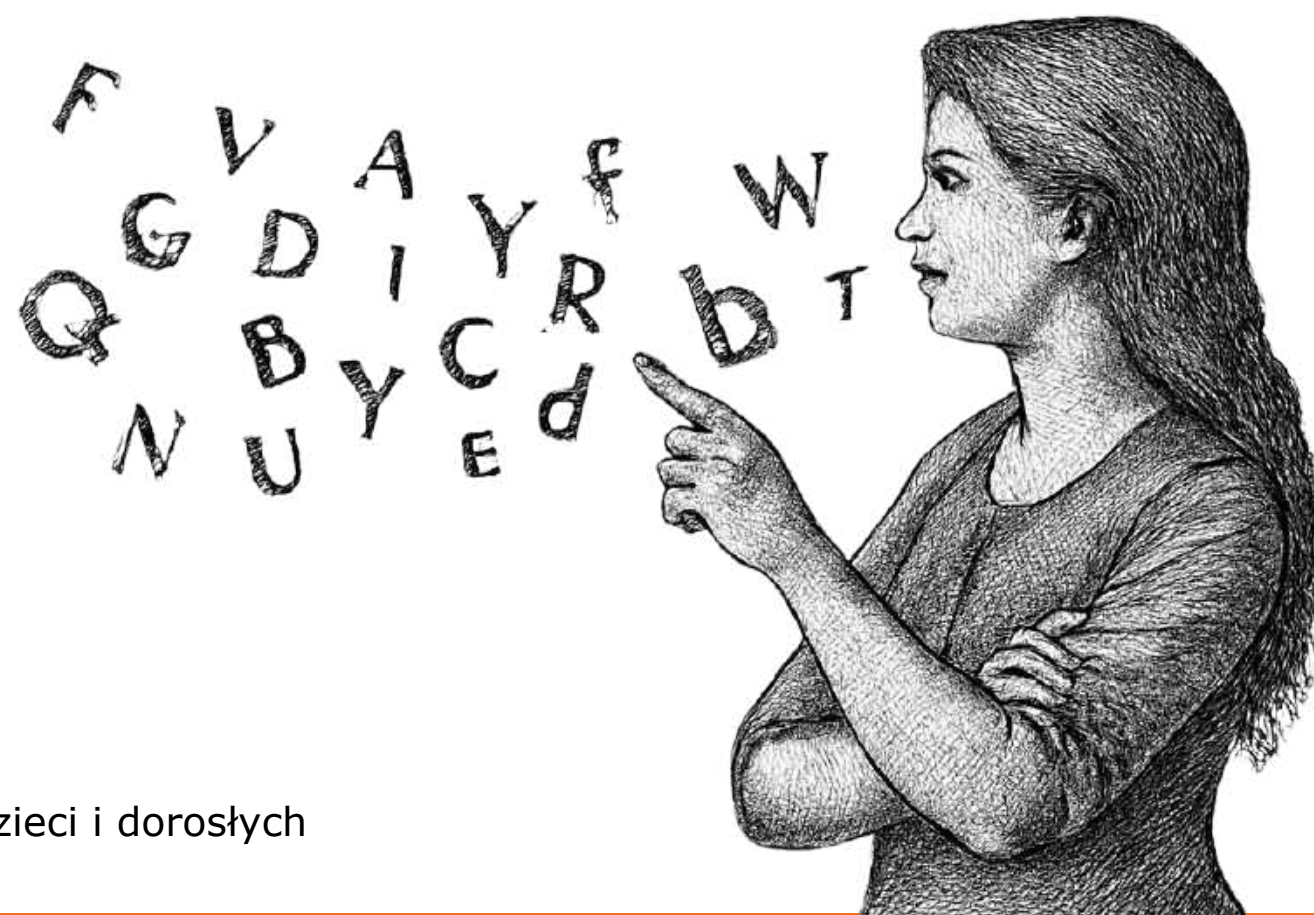
Uspokój się.
Nie ma się czego bać.
Nie smuć się.

Czy chcesz mi powiedzieć...?
Czy czujesz..., ponieważ...?



Jarek Żyliński, Granice dzieci i dorosłych

Nie denerwuj mnie, tylko zacznij słuchać!



Jarek Żyliński, Granice dzieci i dorosłych

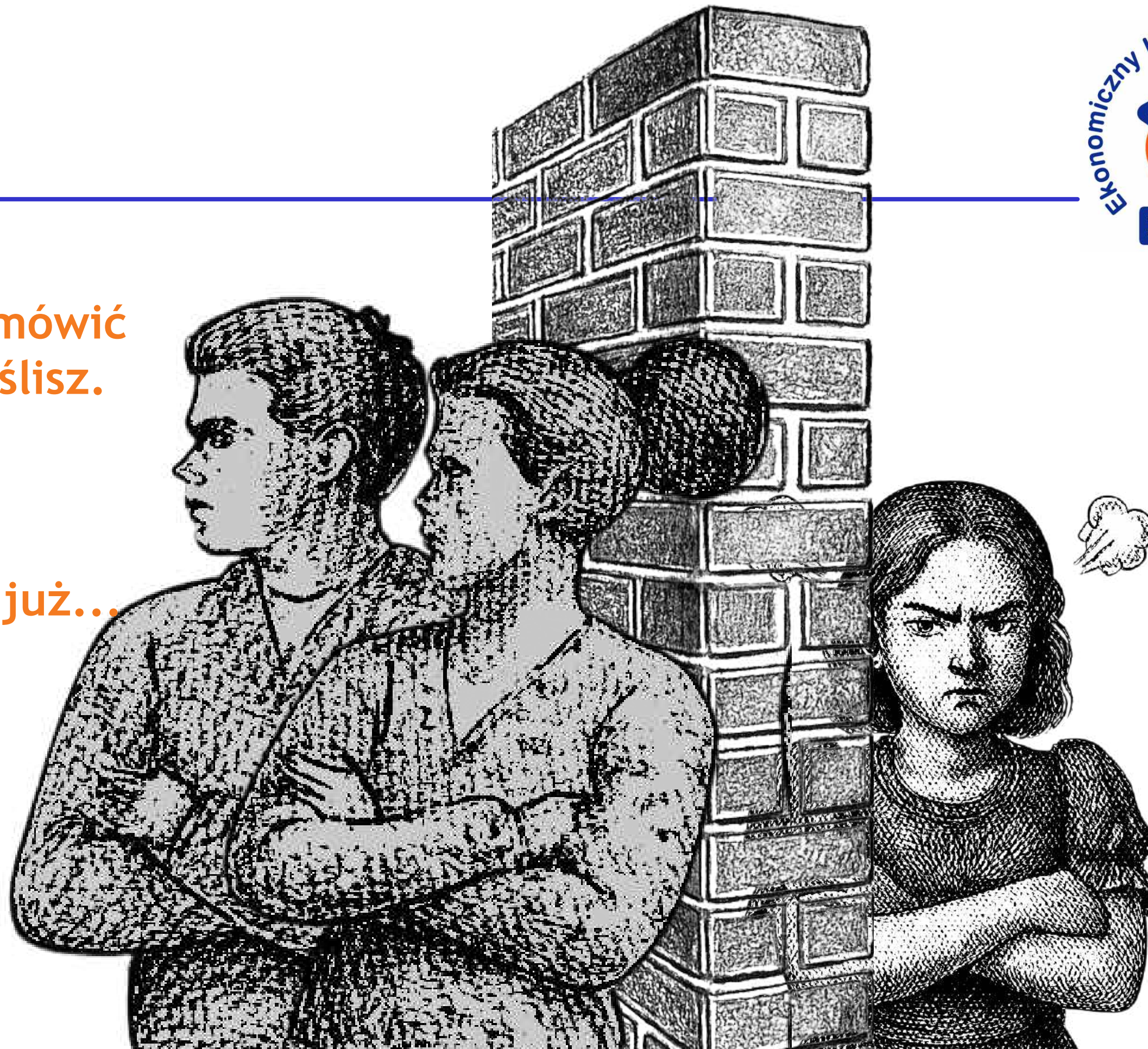
Denerwuję się! Chciałabym, żebyśmy się usłyszeli.



Jarek Żyliński, Granice dzieci i dorosłych

Słowa mury

Nie wolno ci tak do mnie mówić
Nie obchodzi mnie, co myślisz.
Masz to zrobić.
Nie płacz.
A nie mówiłem/mówiłam
Twój brat jest młodszy, a już...



Jarek Żyliński, Granice dzieci i dorosłych

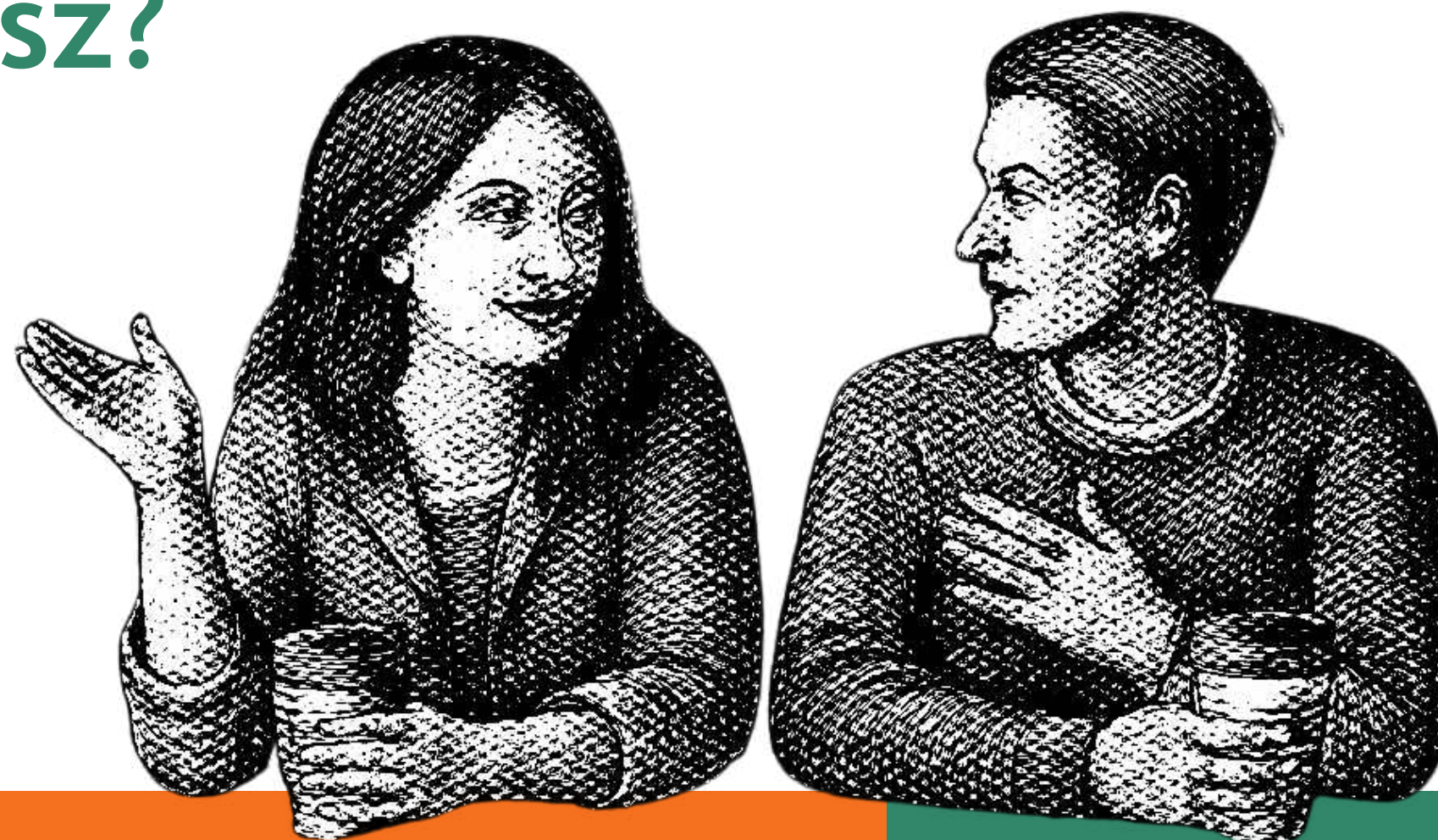
Strategie

Moim zdaniem...

Co widzę? Prosty język faktów.

~~Nigdy. Zawsze. Wszystko. Nic. Ładnie. Żle.~~

Co o tym myślisz?



Jarek Żyliński, Granice dzieci i dorosłych

Strategie

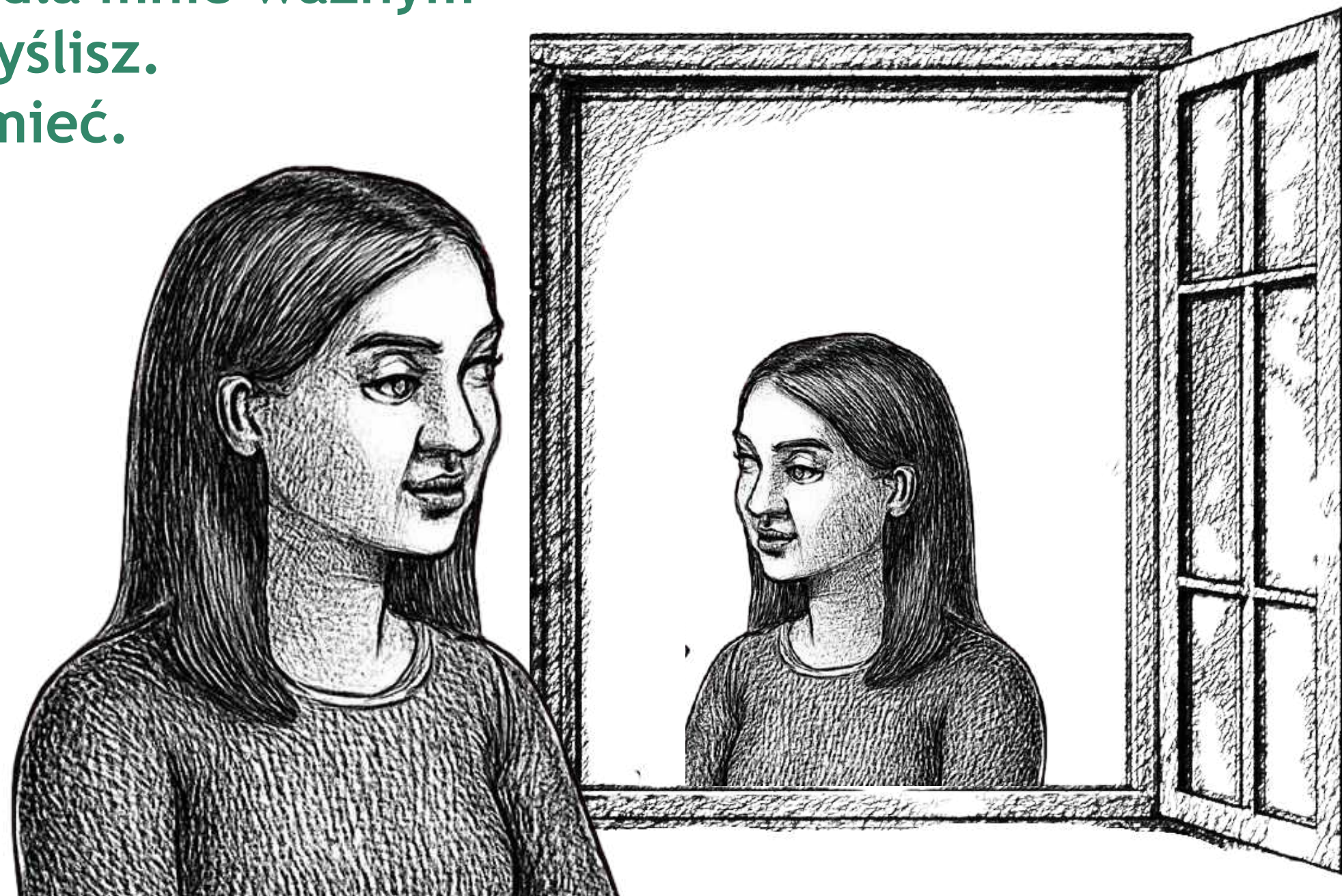
Jestem przy Tobie



Jarek Żyliński, Granice dzieci i dorosłych

Słowa okna

Chcę ci powiedzieć o czymś dla mnie ważnym
Ciekawa jestem, co o tym myślisz.
Chciałabym cię lepiej zrozumieć.
Cieszę się, gdy słyszę, że....



Jarek Żyliński, Granice dzieci i dorosłych

Interakcje toksyczne i wzmacniające



Upokarzanie i odrzucenie
Rywalizacja i poszukiwanie poklasku
Nadmierna kontrola
Surowość i przemoc psychiczna
Zahamowanie emocjonalne i deprywacja emocjonalne
Nadopiekuńczość i nadmierna pobłażliwość
Zaniedbywanie i niedostateczne przewodnictwo
Odizolowanie społeczne
Molestowanie i naruszanie granic cielesnych

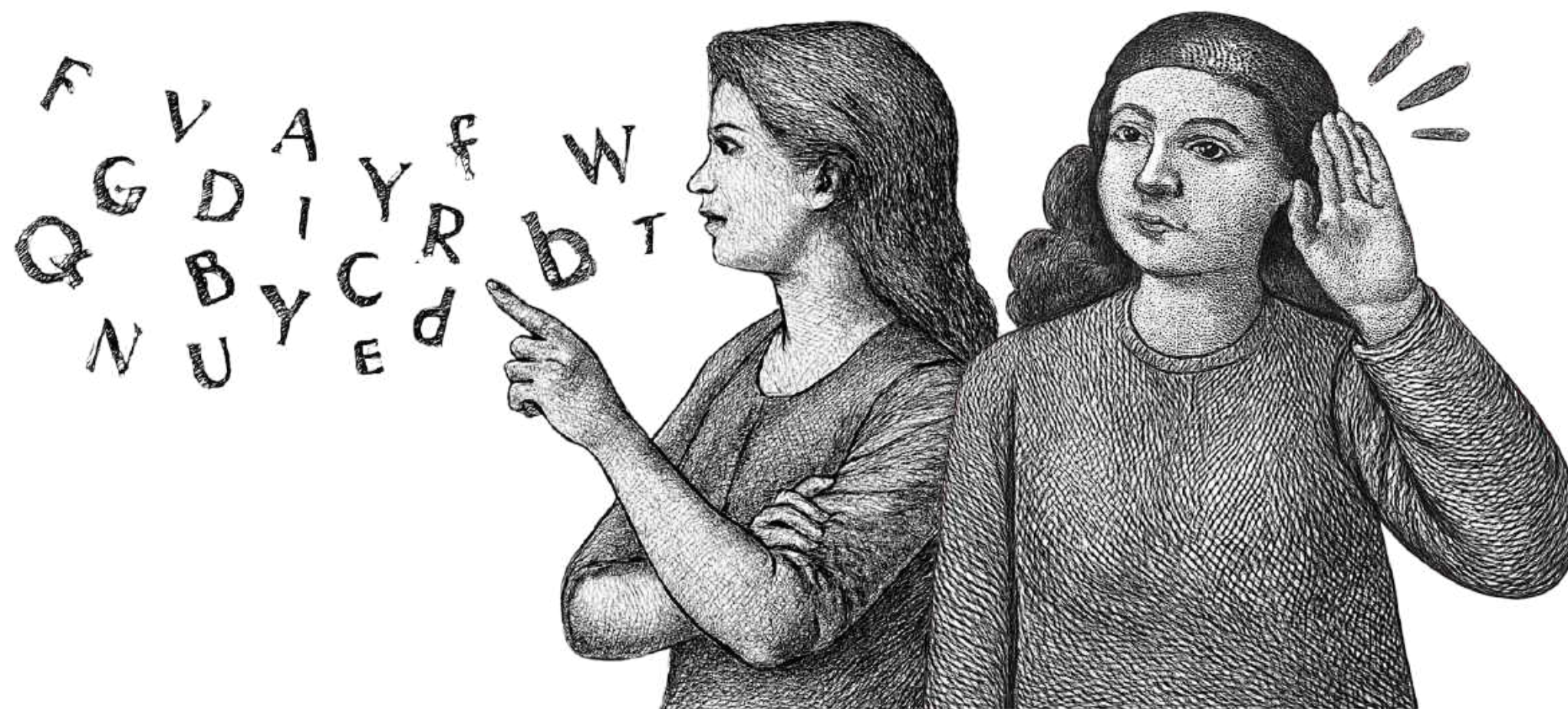
Wspieranie autonomii
Przyznawanie autonomii
Emocjonalna troska i bezwarunkowa miłość
Wesołość i emocjonalna otwartość
Wewnętrzna wartość
Niezawodność
Pewność siebie i kompetencja

John Philip Louis, Karen McDonald Louis, Potrzeby emocjonalne dziecka, GWP

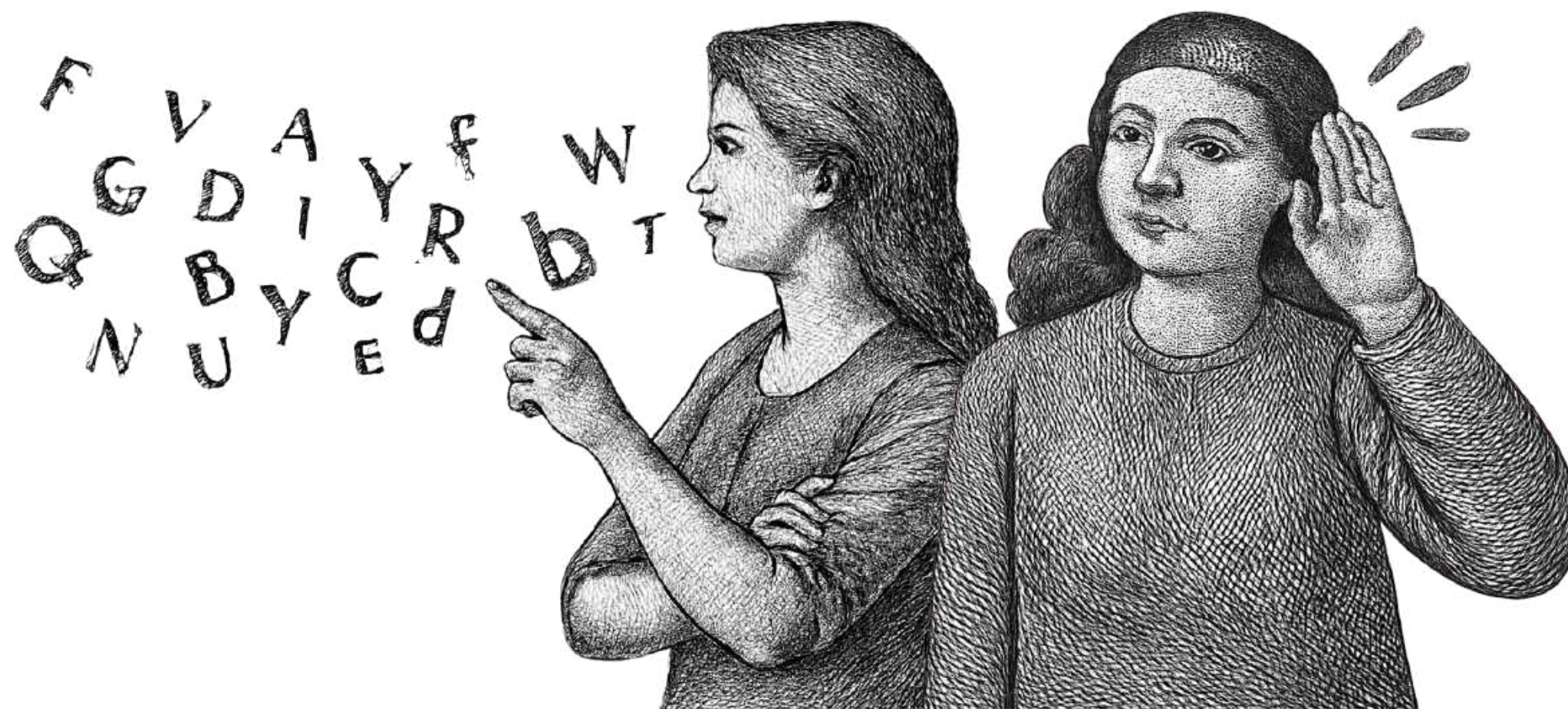
Język nawykowy. Język osobisty.

Powinnam być lepszą matką.
Powinienem być lepszym ojcem.

Dlaczego tak reaguję?
Czego potrzebuję dla siebie?
Co teraz czuję?

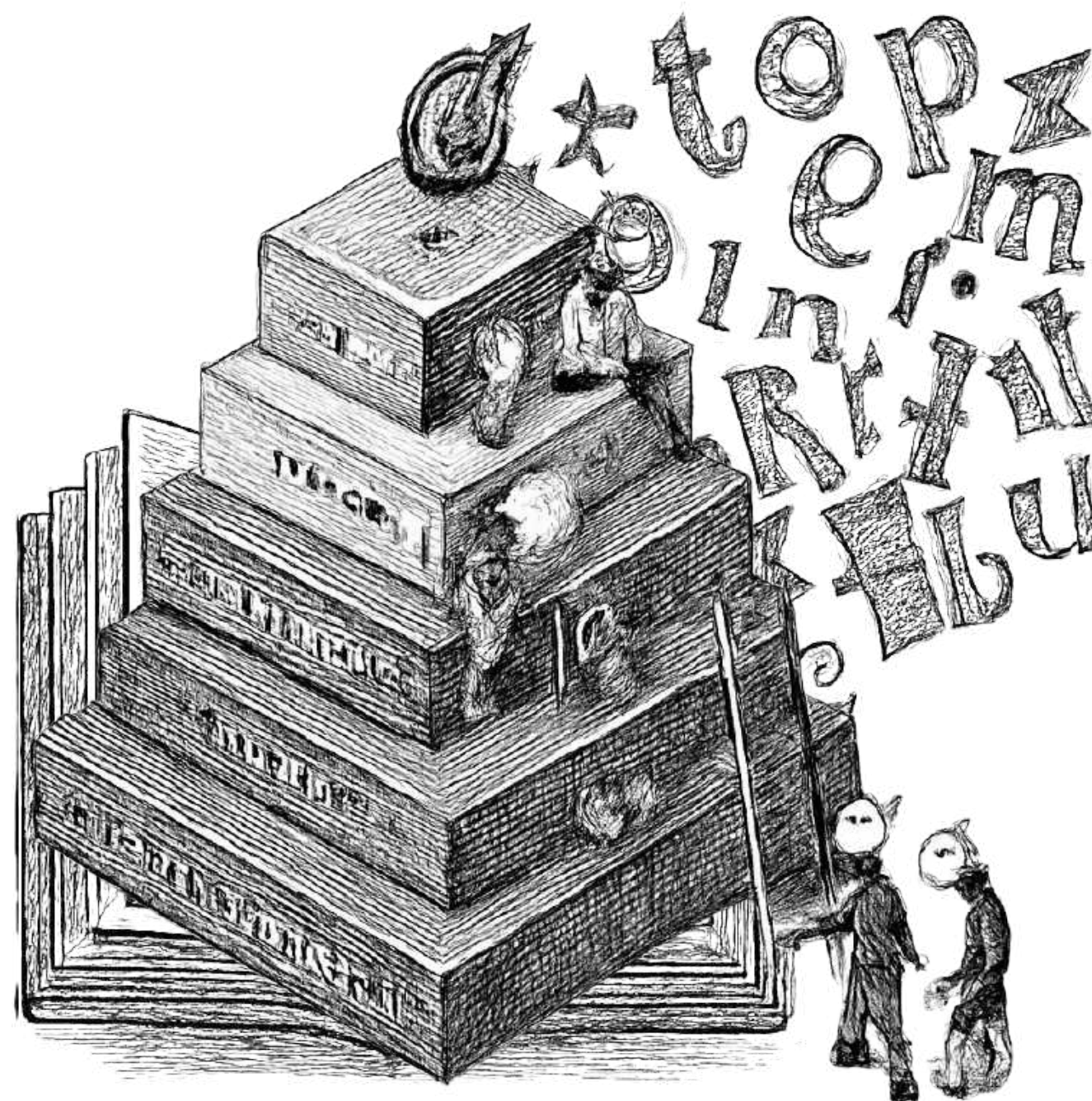


Muszę. Chcę. Wybieram.



Jak mówić?

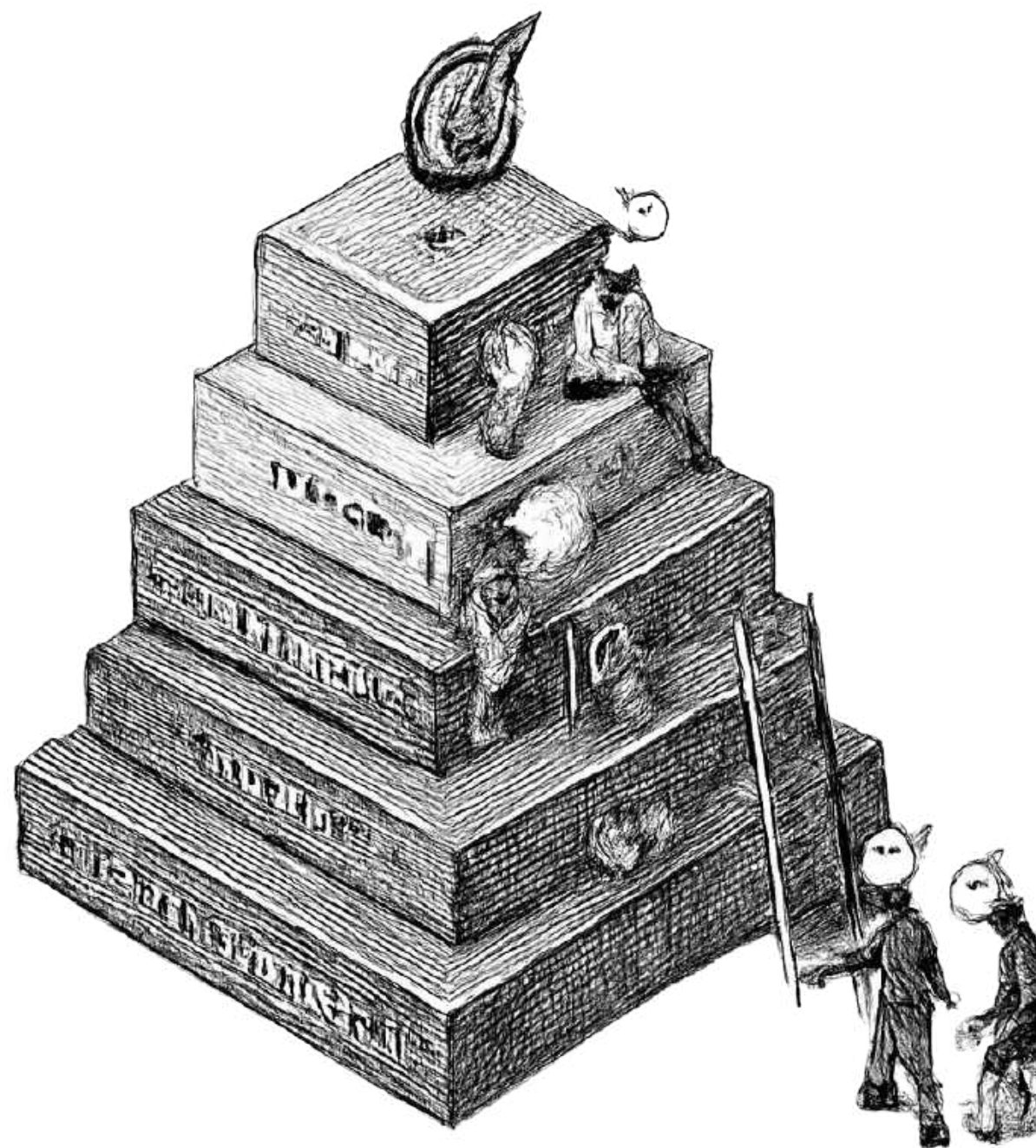
Kiedy Ty robisz ..., ja czuję



Marshall Rosenberg, To, co powiesz może zmienić świat. Wydawnictwo Czarna Owca.

Uczucia, a pseudouczucia, u.interpretacyjne

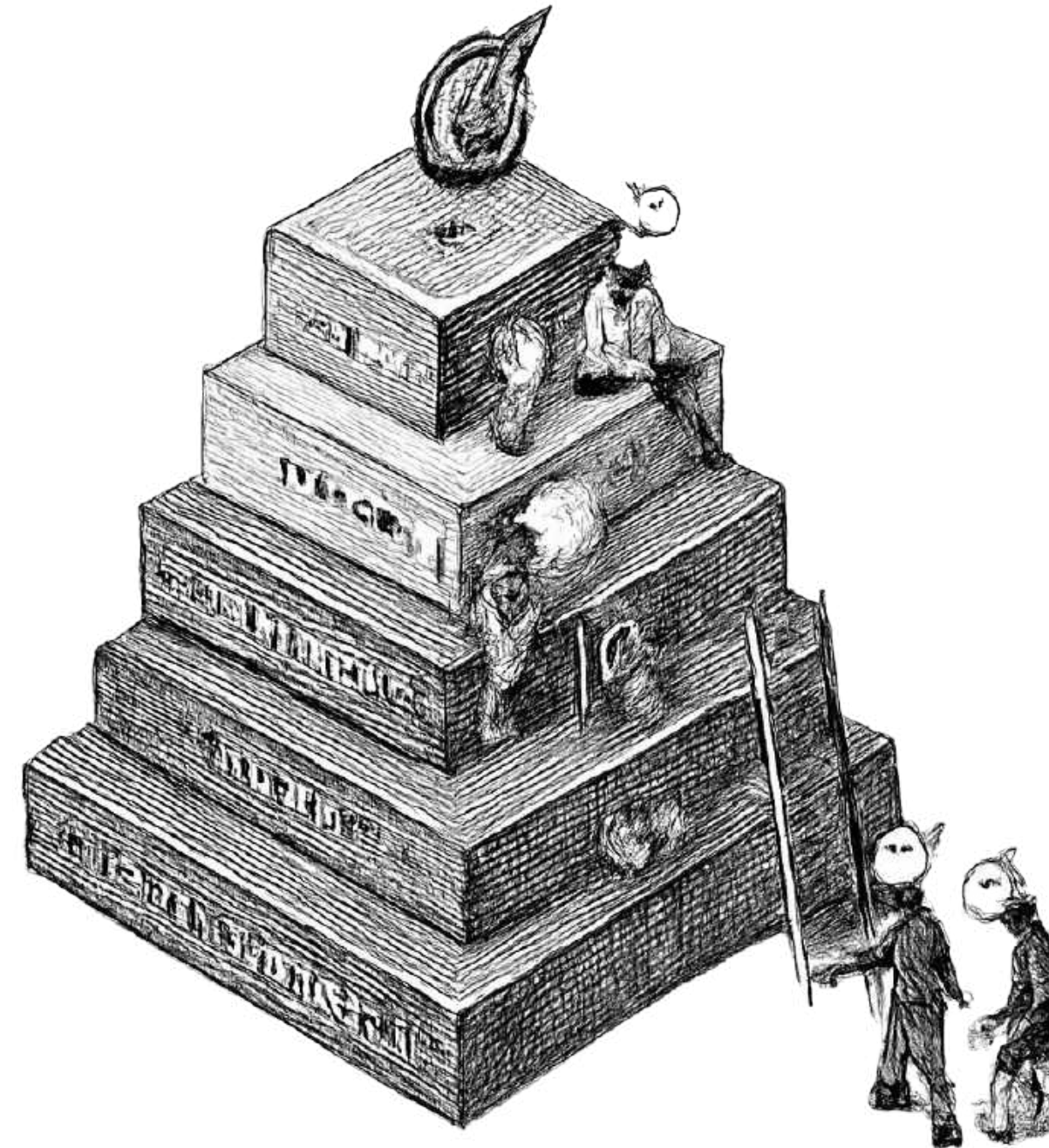
wykorzystani
oszukani
ignorowani
niemile widziani
niewysłuchani
winni
niegodni
opuszczeni
zakrzyczani
itp.



Jarek Żyliński, Granice dzieci i dorosłych

O czym mówić?

“Przyczyną naszych uczuć nie jest zachowanie innych ludzi, tylko nasze potrzeby”.



Marshall Rosenberg, To, co powiesz może zmienić świat. Wydawnictwo Czarna Owca.

O potrzebach

Fizyczne

(pożywienia, snu, schronienia, ruchu, dotyku)

Radości i życia

(relaksu, równowagi, zabawy, odpoczynku)

Kontaktu

(wolności, wsparcia, miłości, empatii)

Związku ze światem

(piękna, kontaktu z przyrodą, pokoju, spójności)



Monika Szczepanik Jak zrozumieć się w rodzinie Wydawnictwo NATULi

4P, czyli o zaspokajaniu potrzeb



John Philip Louis, Karen McDonald Louis, Potrzeby emocjonalne dziecka, GWP

Ekonomiczny Uniwersytet Dziecięcy



Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały?

Szkoła Główna Handlowa w Warszawie



SGH
Szkoła Główna
Handlowa
w Warszawie