

Elżbieta Lemańska
Aleksandra Banach-Kaźmierczak
Małgorzata Gasik



Metoda na „focha”

scenariusz zajęć dla rodziców

Zaspokojona potrzeba matką dobrego (czytaj: mądrego) wychowania. Parafraza znanego powiedzenia oznacza mniej więcej tyle, że świadomość potrzeb własnego dziecka to klucz do sukcesów w jego dorosłym życiu. Wszyscy wiemy, że pewny siebie i własnej wartości kilkulatek wyrośnie na odważnego, mądrego i empatycznego człowieka. Tylko, co zrobić, żeby mały Jaś stał się rozsądnym Janem? Jak mu pomóc, wesprzeć, kiedy jest wciąż nadąsany, onieśmielony, zbuntowany? Nie oszukujmy się, łatwo nie jest. Bo jak zrozumieć motywację przedszkolaka, który z determinacją godną najwyższego odznaczenia domaga się kolejnej znanej z reklamy zabawki? Czy jesteśmy w stanie pojąć (szczególnie po kolejnej awanturze w sklepie), że za pożądaną zabawką kryje się konkretna potrzeba – akceptacji rówieśników? I co najgorsze, jak przekonać dziecko, że nawet najpiękniejsza lalka nie może decydować o jego „być” lub „nie być” w przedszkolu?

Trudne? Ba, czasem wydaje się niemożliwe! A jednak... Realizatorzy projektu edukacyjnego „Myszę – Rozumiem – Wiem. Zastosowanie technik TOC w uczeniu się” (pod patronatem „Bliżej Przedszkola”) postanowili wesprzeć swoją wiedzą i doświadczeniem rodziców kilkulatków, proponując im udział w warsztatach „Jak skutecznie rozwiązywać konflikty z dziećmi z wykorzystaniem narzędzi TOC?”. Okazało się, że był to strzał w dziesiątkę! W ciągu kilku dni zgłosiło się blisko trzydzieści osób, które chcą wiedzieć więcej i świadomie wychowywać dzieci. Problemy poruszane podczas spotkania były doskonale znane i „przerabiane” w każdej rodzinie. Trenerki TOC, nauczycielki konsultantki Wydziału MSCDN w Płocku, Elżbieta Lemańska i Aleksandra Banach-Kaźmierczak, skoncentrowały uwagę rodziców na potrzebach małego dziecka i zaproponowały sposoby rozwiązania konfliktów wynikających z braku ich zaspokojenia: narzędzia myślowe TOC, czyli chmurkę i logiczną gałązkę (*Theory of Constraints* – teoria ograniczeń).

■ Cele ogólne:

- poprawa relacji między dziećmi a rodzicami;
- propozycja skutecznego i przyjemnego dla obu stron sposobu rozwiązywania konfliktów – *chmurki* TOC;
- uświadomienie rodzicom, jak ważne są potrzeby dziecka i konieczność ich zaspokajania.

■ Cele szczegółowe:

- poznanie narzędzia TOC: *chmurki*, służącej do rozwiązywania konfliktów poprzez analizę i zrozumienie ich przyczyny;
- poznanie narzędzia TOC: *gałązki logicznej*, dzięki której dzieci uczą się logicznego myślenia i przewidywania konsekwencji swoich działań;
- poznanie piramidy potrzeb według Masłowa.

■ Metody: • słowna • dyskusja • prezentacja • ćwiczenia.

■ Przebieg zajęć:

- Przywitanie gości (odrobinę onieśmielonych i jednocześnie zdeterminowanych, by poznać skuteczne metody na dziecięce „fochy”).
- Prezentacja TOC – teorii ograniczeń.
- *Logiczna gałązka* – najlepsza metoda na naukę przewidywania konsekwencji swoich działań.
- Gwóźdź programu – *chmurka* w pełnej krasie.
- „Czego chcemy? Nie wiemy! Kiedy to chcemy? Natychmiast!” – czyli teoria potrzeb Masłowa w wersji trudno edytowalnej, DZIECIĘCEJ.

Najważniejsza teza, od której wyszliśmy, rozpoczynając zajęcia: Nasze potrzeby są ważne i nie podlegają ocenie! Niezaspokojone potrzeby na wcześniejszym etapie rozwoju sprawiają, że nie możemy realizować potrzeb z późniejszego etapu rozwoju. Zgodnie z powyższym postanowiliśmy, że zagadnienie wyjaśnimy w oparciu o konkretne przykłady podane przez rodziców. Kto jak kto, ale to właśnie oni codziennie stoją na polu bitwy, by rozegrać taktycznie, bez szkód dla żadnej ze stron, kolejne potyczki. Na wstępie przedstawiliśmy rodzicom jedną ze skutecznych metod rozwiązywania problemów. Metodę, dzięki której łatwiej nam będzie wsłuchać się w potrzeby naszych pociech, zrozumieć je i dać szansę małemu partnerowi, by na równych prawach przedstawił swoje racje.

Panie i Panowie – przed wami gwiazda dzisiejszego spotkania – *chmurka* TOC

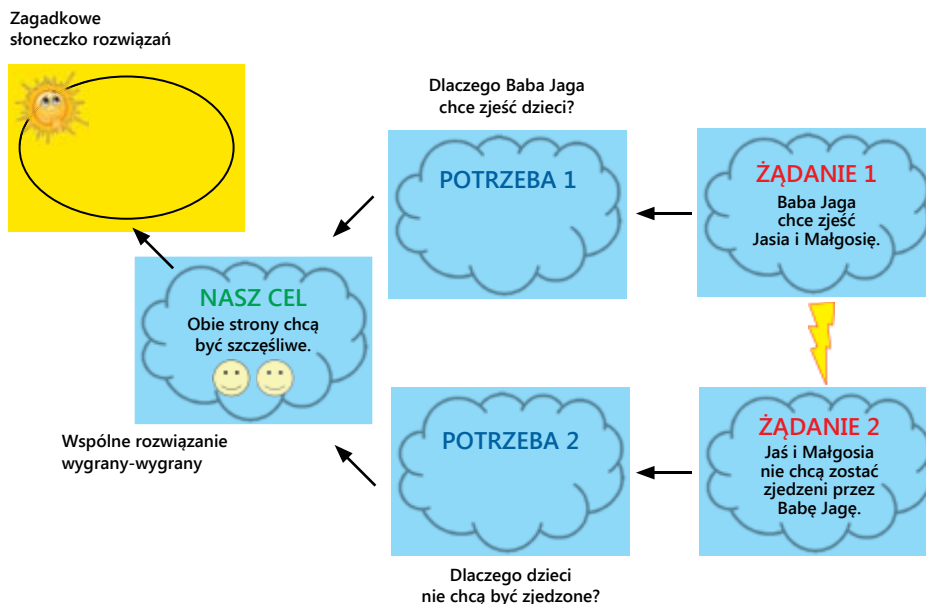
Zaczęliśmy od tego, że rodzice chcą budować pozytywne relacje ze swoimi dziećmi. Jednak w praktyce nie mają recepty na skuteczne rozwiązywanie konfliktów z dziećmi. Nie jest to proste, ponieważ przyzwyczajenia i багаż własnego wychowania często pokutują emocjonalnym i nieprzemyślanym zachowaniem. Poza tym rodzic jako silniejszy, większy, starszy, zatem teoretycznie, ma przewagę nad młodszym, mniejszym, słabszym dzieckiem. Wystarczy podnieść głos, narzucić swoją wolę i po sprawie, ale czy o to chodzi?

Chmurka to przepis na rozwiązanie konfliktu. Pokazuje, jak dojść do porozumienia bez kompromisu. To narzędzie, które promuje **postawę wygraną – wygraną**, czyli rodzic i dziecko idący razem w jednym kierunku. *Chmurka* pomaga określić żądania i **co najważniejsze, nazwać potrzeby** skonfliktowanych stron. To niezwykle ważne, by poznać rzeczywiste potrzeby swoich pociech, wiedzieć, dlaczego dziecko się buntuje, broni swoich żądań. Często my, dorośli, jesteśmy przekonani, że wiemy najlepiej, czego nasz synek lub córka chcą. Niestety w praktyce jest to mniej oczywiste. – *Na spotkaniu z rodzicami zabrałam piankową kostkę do gry – opowiada Aleksandra Banach-Kaźmierczak. – Nie była to jednak zwyczajna kostka. Na każdej ścianie przykleiłam różne kształty tworzące inne kompozycje. W trakcie warsztatów zaproponowałam ćwiczenie, w którym wzięła udział dwójka chętnych rodziców. Ich zadaniem było stanąć naprzeciwko siebie, uważnie przyrzeć się kostce ze swojej perspektywy, a następnie opowiedzieć, jak wygląda. Okazało się, że obie strony różnie opisały ten sam przedmiot, ponieważ każda osoba widziała inną ścianę kostki.*

Ćwiczenie udowodniło, iż każdy człowiek może postrzegać ten sam przedmiot w sposób subiektywny. Obserwowany obraz zależy bowiem od punktu widzenia i sposobu spostrzegania rzeczywistości. Ćwiczenie to pokazało niepowtarzalność i wyjątkowość każdej jednostki. Pozwoliło uświadomić rodzicom, iż warto pochylić się nad swoim dzieckiem i po prostu zapytać:

- o czym myśli?
- co czuje?
- czego potrzebuje?
- czego chce?

Ponadto *chmurka* pozwalając na myślenie pytaniami, umożliwia zrozumienie punktu widzenia drugiej osoby. To narzędzie, które uczy empatii. Pomaga budować pozytywne relacje, oparte na zaufaniu, efektywnej komunikacji, twórczym rozwiązywaniu problemów i konfliktów. Od kiedy możemy stosować *chmurkę*? W momencie, kiedy dziecko wyodrębni się jako oddzielna istota, zaczyna mówić „Ja”, czyli posiada już zręby własnej tożsamości. Doskonałym przykładem użycia *chmurki* jest zobrazowany konflikt pomiędzy Babą Jagą i rodzeństwem z bajki „Jaś i Małgosia”, przedstawiony na poniższym rysunku:





Poniżej dowody twórczego rozwiązania problemu – dziecięce pomysły rozwiązań konfliktu:

- Rodzeństwo zabierze czarownicę do restauracji, a potem na spacer.
- Jaś i Małgosia zrobią Babie Jadze zakupy, a potem ugotują jej obiad. W zamian Baba Jaga pozwoli im wrócić do domu
- Jaś i Małgosia codziennie idąc z obiadem do taty, będą zanosić zakupy Babie Jadze i w ten sposób się zaprzyjaźnią.
- W niedzielę dzieci będą zapraszać Babę Jagę na obiad, a ona w zamian będzie przynosić im słodycze.

Na jakie potrzeby zwraca uwagę *chmurka*?

Najkrócej i najtrafniej mówiąc: szacunku, uznania, bycia ważnym. – *Kiedy zasiadasz z dzieckiem i poważnie traktujesz jego zdanie, automatycznie przekazujesz mu informację, że jest bardzo ważne i godne szacunku* – podkreśla Elżbieta Lemańska. – *Zaspokoisz tę potrzebę, na pewno skupi się na twoich potrzebach. Pamiętajmy, że dzieci nie są pamiętliwe, z natury są pokojowo nastawione.* W drugiej części spotkania rodzice sami próbowali zastosować *chmurkę* w teorii, czyli w oparciu o problemy z własnego „podwórka”. W ten sposób otrzymaliśmy cały przekrój konfliktogennych sytuacji, doskonale znanych wszystkim rodzicom. Do artykułu wybrałyśmy trzy najbardziej reprezentatywne, by uzmysłowić, jakie potrzeby stoją za konkretnymi zachowaniami. **Uwaga!** Przedstawione poniżej problemy mają charakter złożony. Ich rozwiązanie wymaga nierzadko procesowego działania, czasem pomocy specjalisty. *Chmurka* pomaga natomiast rozwiązać problemy sytuacyjne, zwracać uwagę na wzajemne potrzeby i rozwijać empatię!

Przykład 1

Niedawno urodziłam drugie dziecko. Wiedziałam, że starszy kilkulatek może mieć problem z akceptacją, zazdrością, dlatego przez cały okres ciąży tłumaczyłam, co się będzie działo po porodzie, przygotowywałam go do nowej sytuacji, zapewniałam, że będę go kochać jak dawniej, że nic się nie zmieni. Niestety, mimo że młodsza siostra ma już kilka miesięcy, synek nie odstępuje mnie na krok, jest zazdrosny, staje się coraz bardziej zamknięty w sobie. Co gorsza, nie chce zostawać w przedszkolu, najchętniej nie odstępowałby mnie na krok.

Taka sytuacja może sprzyjać zachwianiu **potrzeby bezpieczeństwa, miłości, akceptacji**. Od starszego dziecka zaczynamy więcej wymagać – by było mądrzejsze, ustępowało, dzieliło się, czekało... Dziecko może czuć, że noworodek zabrał mu mamę i tatę. Czuje się zdradzone i odrzucone. Niestety zdarza się czasem, że kilkulatek znów zaczyna ssać smoka, moczyć się, pieścić, ponieważ w jego ocenie w ten sposób zwróci na siebie uwagę rodziców, tak jak jego młodsza siostra. Podczas spotkania dotyczącego TOC jeden z rodziców wyjaśnił: *Chcesz wiedzieć, co w takiej sytuacji czuje twoje dziecko? Wyobraź sobie, że twój mąż wraca pewnego dnia z pracy i delikatnym, czułym tonem mówi: Kochanie, za 9 miesięcy przyprowadzę do domu inną żonę. Będę z nią spał, jadł obiad, bawił się, ale oczywiście moje uczucie do ciebie nie zmieni się, nadal będę kochał cię tak samo... Jakbyś się czuła?* Rozwiązanie problemu wymaga czasu. Dziecko musi znów nabrać pewności, że jest równie mocno kochane, tak jak przez narodzinami brata lub siostry. Pamiętajmy, że *chmurka* może rozwiązać konkretny, wynikający z sytuacji problem, np. kiedy mama chce wykąpać malucha, a starsze dziecko chce w tym samym czasie czytać z mamą książeczkę. Dzięki narzędziu TOC kilkulatek dostrzeże potrzebę małego dziecka i mamy (uczy się empatii), ale będzie również miało świadomość, że jego potrzeby są tak samo ważne (**potrzeba uwagi, opieki**).

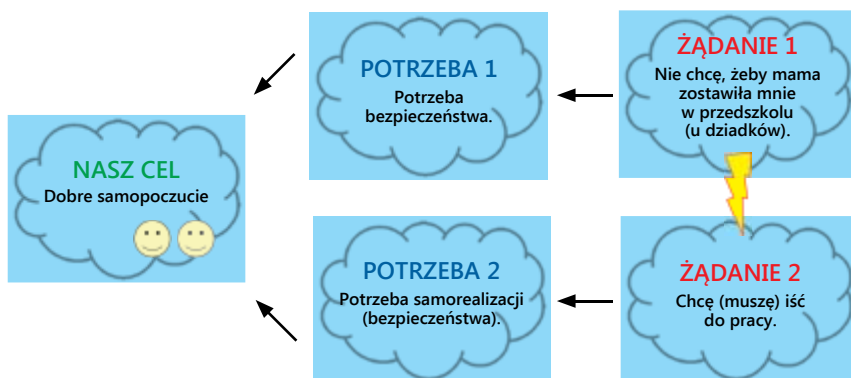
Przykład 2

Moje dziecko płacze, kiedy bez niego wychodzę z domu, płacze, kiedy zostawiam je w przedszkolu, płacze również wtedy, gdy zostaje u dziadków, bo muszą załatwić jakąś sprawę. Nie wiem, dlaczego tak się dzieje. Dziecko nie przeżyło żadnych traumatycznych sytuacji...

Przed wszystkim musimy zdać sobie sprawę, z czego wynika lęk przed rozstaniem. Z jednej strony, przyczyna może tkwić w symbiotycznej więzi z rodzicem. Z drugiej strony z niewiedzy dziecka, jak powinno się poruszać w nowej rzeczywistości przedszkolnej. Nie ma kontroli nad otoczeniem, przeraża je wielość norm, zasad itp. Pamiętajmy też, że im mniejsze dziecko, tym więcej czerpie z komunikatu pozawerbalnego. Czasami wystarczy nasza mina, która sygnalizuje dziecku zmartwienie. Niechcący indukujemy mu lęk niewiadomego pochodzenia, a później dziwimy się, że dziecko ma niski poziom poczucia bezpieczeństwa. *Chmurkę* można wykorzystać w przypadku, kiedy dziecko nagle z jakiegoś powodu nie chce iść do przedszkola lub nie chce zostać u dziadków. Mama musi iść do pracy, ponieważ chce zaspokoić swoją **potrzebę samorealizacji i bezpieczeństwa finansowego**. Dziecko nie chce, by mama poszła, ponieważ zagrożona jest jego **potrzeba bezpieczeństwa**.

Zwróćmy uwagę na fakt, że czasem dziecku trudno jest odpowiedzieć na pytanie, dlaczego nie chce zostać bez mamy, dlaczego się boi. Spróbujmy to pytanie zadać w inny sposób, np. *co by było, gdyby mama została w domu?* Zapewne odpowie, że wtedy bawiliby się, przytulali, czytali książeczkę. Możemy zatem zapytać: *a czy gdy zostajesz w przedszkolu, nie bawisz się z innymi dziećmi? Czy zostając u dziadków nie czytacie książeczek, nie przytulacie się?* Dziecko zaczyna rozumieć, że te same rzeczy może robić z innymi, że będzie równie fajnie, a po powrocie mamy

obydwoje będą zadowoleni, ponieważ każdy „otrzyma” to, czego potrzebuje. Narzędzie TOC zmusza zatem do zastanowienia się, rozpatrzenia problemu z różnych stron.



Przykład 3

Moja córka wróciła dziś z przedszkola i oznajmiła, że jeżeli nie kupię jej lalki Monster High, to straci wszystkie przyjaciółki. Kiedy odmówiłam, była w rozpacz. Uznała, że z tego powodu nikt nie będzie jej lubił. A ja po prostu nie chcę kupować wszystkiego, co jest znane z reklamy, co jest na topie w przedszkolu... Chcę, by moja córka rozumiała, że nowa zabawka nie może decydować o tym, czy ktoś ją lubi czy nie, tylko jak to osiągnąć?

Niestety na ten problem nie ma cudownej recepty. Może się nawet zdarzyć, że w tej sytuacji trzeba będzie pójść na pewne ustępstwa i nieszczęsną lalkę kupić. Należy jednak popracować nad tym, żeby podobne problemy nie zdarzały się w przyszłości. Musimy wiedzieć, jak wychować dziecko, jak budować jego poczucie ważności, aby miało świadomość, iż nie musi mieć modnej lalki czy butów, by przypodobać się rówieśnikom. Musi mieć poczucie, że to, co robi, jest ważne i fajne, nawet jeśli nie ma zabawki. Musi zdawać sobie sprawę, że jest wartościowe, godne szacunku, i na pewno znajdzie prawdziwego przyjaciela czy dobrego kolegę, który zaakceptuje je takim, jakim jest. Problem jest ważny, ponieważ nierozwiązany w odpowiednim czasie może przynieść niepożądane skutki w przyszłości. Niepewny siebie nastolatek może mieć spore trudności, by odmówić grupie zażycia narkotyków, wypicia alkoholu. Dlatego tak istotne jest, aby już od najmłodszych lat rodzice nauczyli się respektować zdanie dziecka, liczyć się z jego poglądami i potrzebami, by nie czuło się lekceważone lub wyśmiewane. *Chmurka* zastosowana w konkretnym przypadku pomoże obu stronom dostrzec wzajemne potrzeby, np. mama nie chce kupić lalki, ponieważ zagrożona jest jej potrzeba bezpieczeństwa finansowego oraz boi się, że dziecko za bardzo ulega presji grupy. Dziecko chce nową zabawkę, by czuć się akceptowane przez określoną grupę rówieśników. Warto o tym porozmawiać...

Uwaga! Ważne...

Chmurka jest jednym z wielu sposobów, które pomagają budować dobre relacje z dzieckiem w rodzinie, oparte na wzajemnym zrozumieniu i szacunku. Głównym celem pracy z narzędziem TOC nie jest przekonanie dziecka do naszej opcji rozwiązania problemu. Jest to proces, dzięki któremu pomożemy dziecku i pozwolimy mu na dojście do rozwiązania uwzględniającego potrzeby obydwu stron. Spotkanie dla rodziców spełniło swoje cele – w ewaluacji uczestnicy napisali m.in.: *Dzięki warsztatom uświadomiłam sobie zarys konfliktów i możliwości ich sukcesywnego rozwiązywania; Życzyłabym innym i sobie wielu takich spotkań; Zaproponowano nam rozwiązanie „domowych” problemów zupełnie innymi metodami; Dzięki warsztatom mam większą świadomość potrzeb obu stron konfliktu oraz większą chęć rozmów z dzieckiem.* Warto podkreślić, że artykuł nie wyczerpuje zagadnienia rozpoznawania i zaspokajania dziecięcych potrzeb. Dotyka kilku problemów, reprezentatywnych dla dzieci w wieku przedszkolnym. Organizacja podobnych warsztatów wymaga lektury publikacji tematycznych oraz znajomości narzędzi TOC. ■

- Elżbieta Lemańska, Aleksandra Banach-Kaźmierczak – nauczycielki konsultantki MSCDN Wydział w Płocku.
- Małgorzata Gasik – specjalistka ds. promocji i informacji pedagogicznej MSCDN.

Jaki jest przepis na wzorcowe relacje pomiędzy dziećmi i dorosłymi?

Garść sprawdzonych teorii na temat rozwiązywania konfliktów dokładnie wymieniana z solidną dawką przykładów dobrej praktyki, a następnie przyprawiona szczyptą humoru i wiary w skuteczność prezentowanych metod.

Małgorzata Gasik



ZOBACZ WIĘCEJ:

www.toc.blizejprzedszkola.pl

Wydawnictwo
BLIŻEJ PRZEDSZKOLA

tel. 12 631 04 10 wew. 101

e-mail: wydawnictwo@blizejprzedszkola.pl