**CZY KOMUNIKACJA JEST WAŻNA?**

Prawdopodobnie chociaż raz w życiu, my jako rodzice zadaliśmy sobie pytanie: czy aby na pewno mam „ dobry” kontakt z moim dzieckiem? Odpowiedź na to pytanie wbrew pozorom może nie być prosta. Jeżeli zagłębimy się w temat, zamkniemy oczy i przypomnimy sobie sytuacje, które będziemy mogli sobie zobrazować, możemy nabrać wątpliwości.

**JAK ZNALEŹĆ WŁAŚCIWY JĘZYK Z DZIECKIEM?**

Warto zdać sobie sprawę, że poza naszymi słowami ważny jest zarówno ton głosu, jak i język naszego ciała. To, w jaki sposób przekażemy informację naszemu dziecku ma kluczowe znaczenie. Niektórzy preferują krótkie zdania oraz to, aby był to prosty zasób słów. Jeżeli naszym celem jest przyswojenie dziecku umiejętności merytorycznych i intelektualnych, to ta idea jest w porządku. Jednakże nie sprawdzi się ona wtedy, jeżeli nam ( rodzicom) zależy na bliskiej relacji z maluchem, zbudowanej na wzajemnym szanowaniu się oraz zapewnieniu poczucia bezpieczeństwa. Taka relacja jest fundamentem tego, co zwiemy wychowaniem. Otwartość dziecka w komunikacji z rodzicem może być coraz to większa szczególnie wtedy, kiedy czuje się ono bezpieczne.

Bardzo prostym przykładem poczucia bezpieczeństwa jest relacja między rodzicem, a rodzicem, czyli między mamą a tatą. Dzieci lubią naśladować i obserwować dorosłych. Jeśli maluch widzi, że rodzice się kochają, są dla siebie mili, przyjaźni, okazują wiele ciepłych emocji w stosunku do siebie oraz przede wszystkim rozmawiają codziennie, dziecko zacznie otwierać się przed wami i również będzie nazywać wiele pozytywnych emocji, jak i przede wszystkim z nami rodzicami rozmawiać. Jeżeli jednak dziecko widzi ciągłe kłótnie, bądź zerowy kontakt rodziców np. brak rozmowy, brak okazywania uczuć, to i ono nie będzie czuło się bezpiecznie, zabraknie mu wzorca do naśladowania aby pokazać, że można inaczej. To, jakie relacje mają ze sobą rodzice teraz, w przyszłości „ odbije się” to na dziecku i z pewnością wpłynie to na jego psychikę.

**JAK TO JEST Z TYM DIALOGIEM?**

Pamiętajmy, że lepiej sprawdzi się następująca kolejność: najpierw rodzic wysłuchuje swoje dziecko, a potem do niego mówi, a nie odwrotnie. Inaczej do poprawnej komunikacji nie dojdzie. Bardzo ważne jest, aby zrozumiale słuchać potrzeb naszych dzieci; wysłuchać, wytłumaczyć, jeśli jest taka potrzeba. Jeżeli którykolwiek z rodziców ma wątpliwości co do poprawności dialogu, są różne szkoły, gdzie prowadzone są treningi dialogu skierowane do rodzin, czy osób indywidualnych, można tam znaleźć kilka cennych rad dla rodziców. Jedną z takich szkół jest szkoła Empatia znanej pedagog, mediatorki i pisarki Zofii Aleksandry Żuczkowskiej.

Czasem warto jest przełamać się, schować dumę do kieszeni i skorzystać z pomocy specjalistów.

Słowo „ nie” można usłyszeć już w pierwszym roku życia dziecka, gdzie jest to ważne w porozumiewaniu się, ponieważ zaczyna ono stawiać pierwsze granice. Daje dorosłemu w ten sposób sygnał, że rozumie i dokonuje pewnego wyboru. Powinno się unikać dialogu z dzieckiem przede wszystkim mówienia w tej samej chwili, co ono. Nie należy szukać rozwiązania jeszcze zanim wysłucha się dziecko, czy też nie zastanawiać się nad reakcją innych ludzi stojących obok i przypatrujących się komunikacji rodzica z maluchem. Zadaniem mamy czy taty jest skupić się tylko na dziecku i wejść w jego świat. Warto pamiętać, że gestykulacja ma również ogromny wpływ na poprawną komunikację z dzieckiem. Jeżeli maluch potrafi nas zrozumieć, to za pomocą gestykulacji będzie potrafił nam to zobrazować. Idealnym przykładem jest okazywanie uczuć tj. miłość, radość, złość, smutek, rozczarowanie, czy duma. Pamiętajmy jednak aby codziennie mówić sobie, że się kochamy, a poczucie bezpieczeństwa dziecka wzrośnie o 1000 %.

 Opracowanie: mgr Aleksandra Sołtysik