

Modalități de îmbunătățire a comunicării în familiile cu preșcolari

Psiholog principal dr. BARBAROȘ TATIANA

„Atâta timp cât tatăl și mama nu-și vor pleca fruntea în țărână, în fața măreției copilului; atâta timp cât nu vor înțelege că vorba copil nu este decât o altă expresie pentru ideea de majestate; atâta timp cât nu vor simți că în brațele lor doarme viitorul însuși sub înfățișarea copilului, că la picioarele lor se joacă istoria, nu-și vor da seama că au tot atât de puțin dreptul și puterea de a dicta noi legi acestei noi ființe pe cât n-au puterea și nici dreptul de a impune legi în mersul astrilor.”

Ellen Key, Secolul copilului, 1900

Trecem prin foarte multe schimbări și suntem într-o perioadă nemaiîntâlnită până acum; se modifică activitatea profesională, modul de relaționare cu oamenii. Va fi o perioadă în care vom petrece mult timp împreună. Ar fi bine să fim foarte atenți cum gestionăm propriile emoții în prezența copiilor. Cu cât sunt copiii mai mici, cu atât mai mult învață prin imitație. Pe cine vor imita copiii noștri? Bineînțeles că pe adulții din preajmă. Uitați-vă cu atenție cine reprezintă modele pentru copiii voștri! Cu siguranță, în această perioadă, sunteți voi! Comportați-vă așa cum ați dori să ajungă copilul dumneavoastră! De la adulți învață cum să gestioneze situațiile problematice, cum să reacționeze la frustrare, cum să gestioneze frica, cum să se bucure, cum să relaționeze cu ceilalți!

Identificați căi de a fi modele pentru copii! Adriana Bîban afirmă că *„în ultima vreme [...] se consideră din ce în ce mai mult că diferențele sunt date de căi alternative de dezvoltare, și nu de căi „inferioare” de evoluție. Tendința actuală este aceea de a recunoaște mai degrabă unicitatea fiecărui copil - și implicit a fiecărei familii sau a fiecărei culturi”*(Adriana Băban, *Consiliere educațională*)

Un aspect important este să existe consens între adulți atunci când relaționează cu copiii. Pe cât este posibil, evitați discuțiile contradictorii între voi, ca adulți, în prezența copiilor. În acest sens, Mihaela Minulescu remarcă faptul că *„este atât de important ca toți cei ce au grijă de copil, chiar când sunt mai multe persoane în jurul lui, să aibă în vedere același lucru, să se hotărască de comun acord ce este mai potrivit, să nu se facă o acțiune doar pentru că celălalt*

adult nu e prezent și o fac „în ciuda lui” ... și în dauna copilului. Orgoliile nu-și au nici un loc în legătura direct cu copilul, nici între cei care intervin în educarea și formarea lui.”

(Mihaela Minulescu, Relația psihologică cu copilul tău)

În continuare, vă propunem câteva sugestii de activități menite să îmbunătățească comunicarea cu copiii.

- ❖ Faceți un obicei din a împărtăși emoțiile în familie. Împărtășiți cu ei starea emoțională a dumneavoastră în diverse situații. La această vârstă, copiii pot identifica: bucuria, tristețea, furia, frica. Nu evitați să le spuneți că sunteți triști sau furioși. Pentru copii este important să asocieze manifestarea emoției, la nivelul corpului, cu eticheta verbală.
- ❖ Este important pentru copil să își exprime starea emoțională sub orice formă (desen, mișcare, mimică și gestică, cântec etc.). Puteți desena, pe foi, cum vă simțiți apoi rugați copilul să deseneze și încercați să ghiciți. Puteți mima, pe rând, diverse stări emoționale și să ghiciți. Apoi, puteți să jucați Jocul *Eu mă simt așa atunci când*. Descrieți o situație (de exemplu atunci când primesc un cadou mă simt....) și copilul va ghici cum vă simțiți. Faceți schimb de roluri.
- ❖ Improvizați o orchestră de familie. Pentru aceasta, la început creați instrumente muzicale împreună cu copiii. În sticle de plastic puteți pune tot felul de boabe, pietricele, având grijă să creați instrumente muzicale cu sunete diferite. Puteți folosi multe alte obiecte pe care le aveți la îndemână în casă. Puteți cânta toți odată sau pe rând, fiecare la instrumentul său și apoi să faceți schimb de instrumente. Sau puteți improviza un karaoke: cineva interpretează linia melodică, iar cineva interpretează cântecul. Există foarte multe variante de jocuri! Așteptăm să împărtășiți cu noi ce jocuri muzicale noi ați descoperit împreună cu copiii!
- ❖ Creați un colaj cu cele mai frumoase amintiri – alegeți împreună poze care vă plac cel mai mult. Rugați-i pe copii să vă explice de ce anume preferă acele poze. Împărtășiți amintiri. Povestiți acele momente.
- ❖ Jucați-vă împreună pe covor. Puteți descoperi sau redescoperi multe jocuri interesante pe covor, de la cursele de mașinuțe, până la a construi corturi din cearșafuri și scaune!

Cel mai important: lăsați-vă ghidați de copii. Ei vă vor arăta lumea lor minunată.
Povestiți-le jocurile copilăriei voastre!

Așteptăm să împărtășiți din experiențele de joacă, trăite cu copiii dumneavoastră, la adresa de e-mail cjapp_constanta@yahoo.com!

BIBLIOGRAFIE

1. Băban A., (2003), *Consiliere educațională, Ghid metodologic pentru orele de dirigenție și consiliere*, Cluj-Napoca
2. Ellen Key, *Secolul copilului*, (1978), Editura Didactică și Pedagogică, București
3. Minulescu, M., (2006), *Relația psihologică cu copilul tău*, Editura Psyche, București