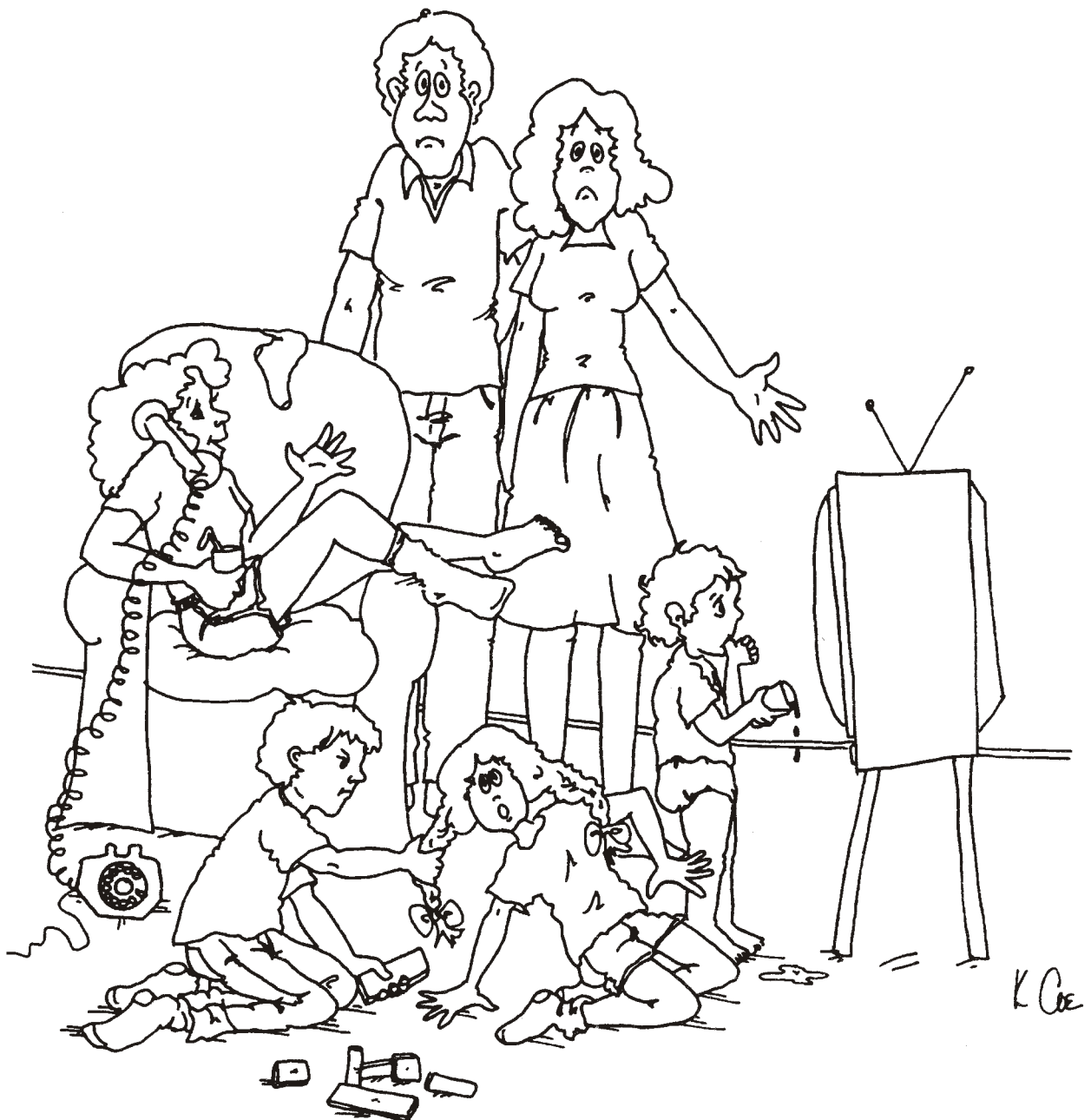


# JAK MÓWIĆ,

ŻEBY DZIECI  
NAS SŁUCHAŁY

---

SUPLEMENT DO PROGRAMU AUDIO – DOTYCZĄCY NASTOLATKÓW



**Poniżej zamieszczamy dodatkowe przykłady dotyczące nastolatków. Osoba prowadząca może je wykorzystać na każdych zajęciach *Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały*, jeśli w grupie znajdują się osoby wychowujące nastolatków lub pracujące z nimi.**

---

STRONA

**2**

## **SESJA I: JAK POMÓC DZIECIOM, BY RADZIŁY SOBIE Z WŁASNYMI UCZUCIAMI**

Odpowiedzi, które zaprzeczają uczuciom.

1. Nie znoszę wujka Herbiego. To palant.
2. Uważam, że chodzenie do liceum to strata czasu.

---

STRONA

**10**

### Widziane oczami rodziców – Część I

Twoja nastolatka zacznie scenkę słowami: „Nienawidzę Barbie!” i opowie ci, jak jej najlepsza przyjaciółka zawiódła jej zaufanie. Znasz tę dziewczynę od wielu lat i lubisz ją. Wiesz również, że twoja córka bywa „przewrażliwiona”.

Odegracie scenkę dwa razy. Za pierwszym razem broń przyjaciółki i zaprzeczaj uczuciom dziecka. Można wykorzystać którekolwiek z następujących stwierdzeń:

„Nie mogę uwierzyć, że \_\_\_\_\_ mogła zrobić coś takiego!”

„Może nie powiedziałaś jej dość wyraźnie, że nie ma mówić”.

„Robisz z igły widły!”

### Część II

Gdy będziesz odgrywać scenkę po raz drugi, daj dziecku do zrozumienia swoimi wypowiedziami, że uważnie słuchasz i akceptujesz wszystkie uczucia, które wyraża.

Na przykład:

„Ale jesteś rozzłoszczona!”

„Nieprzyjemnie jest myśleć, że przyjaciółka zawiódła nasze zaufanie”.

„Oczekiwałaś, że potrafi dochować sekretu”.

---

STRONA

**12**

Widziane oczami nastolatka – Sytuacja I

Powiedziałas swojej najlepszej przyjaciółce o bardzo osobistej sprawie, a ona powtórzyła to kilku osobom w szkole. Opowiadasz matce (ojcu), co się wydarzyło. Zaczynij od stwierdzenia: „Nienawidzę Barbie!”

---

STRONA

**13**

Widziane oczami nastolatka – Sytuacja II

Spróbuj raz jeszcze skłonić jedno z rodziców do wysłuchania cię.

---

STRONA

**26**

**SESJA II: ZACHĘCANIE DO WSPÓŁPRACY**

Sytuacja A. Twoja nastoletnia córka bez zezwolenia używa twojej szczotki i zostawia na niej swoje długie, tłuste włosy.

Sytuacja C. Twój nastoletni syn robił sobie coś do zjedzenia i zostawił na podłodze okruchy, a na stole – brudne naczynia.

---

STRONA

**40**

**SESJA III: ZAMIAST STOSOWANIA KAR**

Część rodziców

AKAPIT 1

Właśnie zadzwoniła do ciebie przyjaciółka i powiedziała, że musi dziś jechać do szpitala na badania. Prosi cię o dwie przysługi: żebyś zawiozła ją do szpitala i żeby twoja nastoletnia córka popilnowała przez ten czas jej siedmioletniej Cindy. (Pozostała część scenki bez zmian).

---

STRONA

**42**

Część nastolatka

Często odwiedza was przyjaciółka twojej matki i zawsze przyprawia swoją siedmioletnią córkę Cindy. Nie cierpisz tego uprzykrzonego dzieciaka. Ostatnim razem wpadła do twojego pokoju, porzuciła ci kartki z zadaniem domowym, zostawiła ślady lepkich palców na obiektywie aparatu fotograficznego, biegała po pokoju z twoimi płytami

i przewracała rzeczy w szafie. Kiedy na nią krzyknęłaś, pobiegła z płaczem do matki i miałaś kłopoty.

Za chwilę matka poprosi cię, żebyś przez całe popołudnie opiekowała się Cindy. Miałaś właśnie zamiar odrabiać lekcje. Protestuj i daj rodzicom do zrozumienia, że nie ma mowy, żebyś pilnowała tego dzieciaka. (Pozostała część scenki bez zmian).

---

STRONA

**54**

## **SESJA IV: ZACHĘCANIE DO SAMODZIELNOŚCI**

Popraw wypowiedzi

1. Umyj zaraz naczynia!
2. Nie umiesz wyprasować tej koszuli? Daj mi żelazko. Zrobię to dla ciebie.
3. Dobrze się bawiłeś na wycieczce? Czy cała klasa pojechała? Obok kogo siedziałeś w autobusie? Nie miałeś za mało jedzenia?
4. Dlaczego dorośli tak się przejmują, że młodzież bierze narkotyki?
5. Tato, chciałbym kiedyś zostać nauczycielem.

---

STRONA

**70**

## **SESJA V: POCHWAŁY I SZACUNEK DO SAMEGO SIEBIE**

Pochwały opisowe

Sytuacja I

Twój kilkunastoletni syn otrzymał prawo jazdy i z dumą zabiera cię na przejażdżkę po okolicy.

Sytuacja IV

Od kilku dni jesteś chory. Ku twemu zaskoczeniu twoje kilkunastoletnie dziecko przynosi ci śniadanie do łóżka.

---

## **SESJA VI: UWALNIANIE DZIECI OD GRANIA RÓL**

Nie są potrzebne żadne zamiany.