The background features a light beige color with decorative elements. On the left and right sides, there are stylized leafy branches in a muted brown color. In the top right and bottom left corners, there are circular motifs consisting of concentric, wavy lines and scattered dots of varying sizes, also in a muted brown color. The text is centered and written in a cursive script.

Techniki prowadzenia rozmów
wspierających ucznia

Wprowadzenie:

cel rozmów wspierających

Pomoc uczniowi
w rozwijaniu umiejętności
interpersonalnych
i emocjonalnych

1

Budowanie zaufania
i motywacji do działania

2

3

Wsparcie
w radzeniu sobie
z trudnościami edukacyjnymi oraz
osobistymi

Struktura Rozmowy Wspierającej

1. Powitanie i nawiązanie kontaktu- rozpoczęcie rozmowy.
2. Zdefiniowanie problemu- pytania, prośba o wyrażenie trudności.
3. Określenie celu rozmowy- co chcemy osiągnąć?
4. Praca nad rozwiązaniem- wspólne szukanie rozwiązań.
5. Podsumowanie i motywacja- zachęcenie do działania.

Techniki rozmów wspierających

Parafrazowanie

Powtarzanie myśli
dziecka własnymi słowami.

*„Czy dobrze rozumiem, że
czujesz się rozczarowany,
bo nie dostałeś dobrej
oceny?”*



Odzwierciedlanie emocji

Używanie języka uczuć.

*“Widzę, że jesteś
zmartwiony”*



Normalizacja uczuć

Wyjaśnienie, że emocje,
które przeżywa dziecko są
naturalne.

*„Każdy czasem czuje się
zdenerwowany przed
sprawdzianem”*



Aktywne słuchanie

Okazywanie pełnej
uwagi poprzez kontakt
wzrokowy, potakiwanie
i parafrazowanie
wypowiedzi ucznia, aby
czuł się zrozumiany.



Techniki rozmów wspierających

Metoda "JA"

Wyrażenie swoich uczuć
w formie komunikatu „JA”:

*„Martwię się, gdy widzę, że
jesteś smutny, i chcę Ci
pomóc.”*



Wzmacnianie pozytywnych zachowań i wysiłku

Udostrzeganie i docenianie
starań ucznia, nawet jeśli
efekt nie jest idealny.

*„Podoba mi się, że
próbujesz.”*



Podsumowanie rozmowy

Na zakończenie rozmowy
krótkie streszczenie jej
najważniejszych punktów,
aby upewnić się, że
wszystko zostało jasno
zrozumiane.



Tworzenie planu działania

Wspólne ustalanie
kroków, które dziecko
może podjąć, aby
poradzić sobie
z trudnościami.



Techniki rozmów
wspierających

Zadawanie otwartych pytań

Zachęcanie do wypowiedzi
poprzez pytania typu:

*„Co się stało?”
„Jak się z tym czujesz?”*



Zachęcanie do samodzielnego rozwiązywania problemów

*„Jak myślisz, co mogłoby
pomóc w tej sytuacji?”*



Technika milczenia

Pozostawienie przestrzeni
do wypowiedzenia się bez
presji, dając uczniowi czas
na zebranie myśli.



Przykłady rozmów wspierających

Sytuacja: Niepowodzenie w szkole

- Rodzic: „Rozumiem, że jesteś smutny, bo nie poszło Ci na sprawdzianie. Co możemy zrobić, aby lepiej przygotować się na następny raz?”
-
-

Sytuacja: Konflikt z kolegą

- Rodzic: „To naturalne, że możesz być zdenerwowany. Opowiedz mi, co się wydarzyło?”
-
-




Najczęstsze błędy w rozmowach z dziećmi

1. Brak uwagi

Ignorowanie dziecka lub prowadzenie rozmowy w sposób pośpieszny, bez skupienia się na nim.

2. Minimalizowanie uczuć dziecka

Mówienie: "To nic takiego" lub "Nie przesadzaj" może sprawić, że dziecko poczuje się niezrozumiane.






Najczęstsze błędy w rozmowach z dziećmi

3. Narzucanie rozwiązań

Oferowanie gotowych odpowiedzi lub rad zamiast pozwolenia dziecku na wyrażenie swoich myśli i emocji.

4. Ocenianie i krytykowanie

Stosowanie słów takich jak "Zawsze przesadzasz" albo "Dlaczego musisz być taki niegrzeczny?", które mogą zniechęcić dziecko do otwartej komunikacji.






Najczęstsze błędy w rozmowach z dziećmi

5. Porównywanie z innymi

Mówienie: "Twoja siostra nigdy by tak nie zrobiła" może obniżyć poczucie własnej wartości dziecka.

6. Przerywanie

Nie pozwalanie dziecku na dokończenie swoich myśli i wtrącanie się z własnymi uwagami.






Najczęstsze błędy w rozmowach z dziećmi

7. Stosowanie groźby lub kar

Groźby, np. "Jak nie przestaniesz, to...," nie wspierają dialogu, a powodują strach i wycofanie.

8. Nadmierna moralizacja

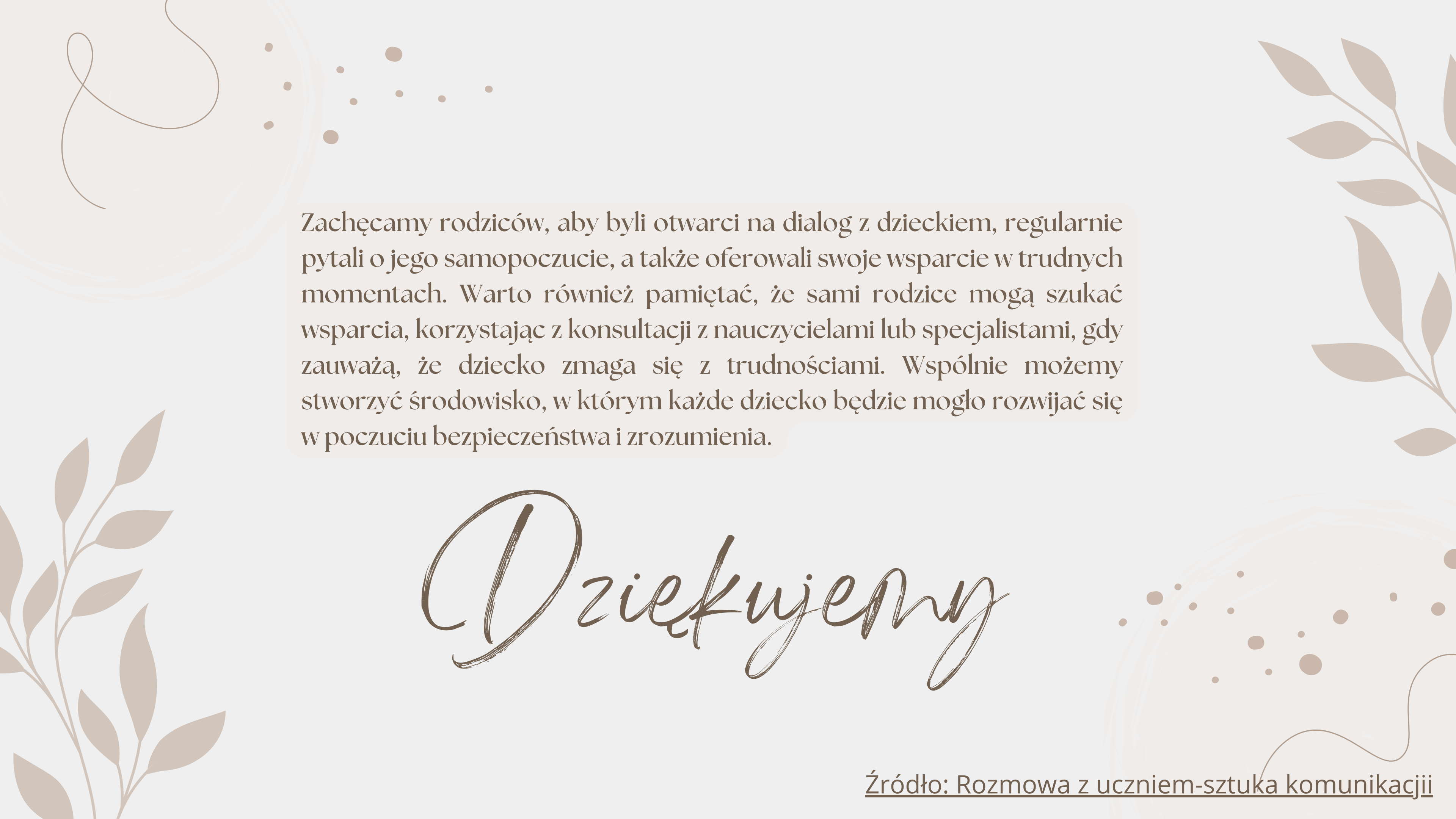
Zbyt częste używanie fraz takich jak: "Powinieneś" albo "Zawsze trzeba być grzecznym", które mogą wywoływać presję i opór.



Podsumowanie

Techniki prowadzenia rozmów wspierających są nie tylko narzędziem do budowania lepszego kontaktu z dzieckiem, ale również sposobem na wzmacnianie jego poczucia bezpieczeństwa, pewności siebie i umiejętności radzenia sobie z trudnościami. Kluczowe jest, aby rodzice tworzyli przestrzeń, w której dziecko czuje się słuchane, akceptowane i wspierane bez oceniania czy krytyki. Ważne, by pamiętać, że każda rozmowa, nawet ta najkrótsza, jest okazją do budowania relacji opartej na zaufaniu. Rozmowy te pomagają dziecku lepiej zrozumieć swoje emocje, rozwijać umiejętności społeczne i wzmacniają jego samodzielność w rozwiązywaniu problemów.





Zachęcamy rodziców, aby byli otwarci na dialog z dzieckiem, regularnie pytali o jego samopoczucie, a także oferowali swoje wsparcie w trudnych momentach. Warto również pamiętać, że sami rodzice mogą szukać wsparcia, korzystając z konsultacji z nauczycielami lub specjalistami, gdy zauważą, że dziecko zmagają się z trudnościami. Wspólnie możemy stworzyć środowisko, w którym każde dziecko będzie mogło rozwijać się w poczuciu bezpieczeństwa i zrozumienia.

Dziękujemy

Źródło: Rozmowa z uczniem-sztuka komunikacji