

Jak zdobyć akceptację rówieśników?

Każdy rodzic chciałby, aby jego dziecko było lubiane przez rówieśników, by czuło się dobrze wśród kolegów i koleżanek. Rzeczywistość bywa, niestety, odmienna od naszych oczekiwań. Przyczyny braku akceptacji wśród dzieci mogą być różne. Czasem leżą po stronie odrzucanego dziecka, czasem po stronie grupy. Rozwiązywanie konfliktów grupowych wymaga wiedzy i wyjątkowego wyczucia. Dlatego rodzic, który chce pomóc dziecku nieakceptowanemu przez grupę, musi mieć świadomość, że podejmuje niezwykle trudne wyzwanie. Wszystko, co dotyczy własnej latorośli, budzi zrozumiałe emocje. Niełatwo zachować tak bardzo potrzebny dystans i obiektywizm.

Rozmowa z nauczycielem

Najlepiej zacząć od rozmowy z wychowawcą oraz innymi osobami, pozostającymi w codziennym kontakcie z dzieckiem. Warto uważnie posłuchać tego, co mają do powiedzenia. Warto również wyrazić swoją opinię, porównać stanowiska, przedyskutować wszelkie niejasności i wątpliwości. Obie strony muszą wykazać się dobrą wolą. Trzeba przy tym pamiętać o nadrzędnym celu, jakim jest dobro dziecka.

Rozmowa z dzieckiem

Drugi krok to rozmowa z udziałem wychowawcy, rodzica/rodziców i dziecka. Dziecko musi wiedzieć, że spotykacie się, żeby mu pomóc. Musi mieć szansę wypowiedzenia się. Każda informacja jest ważna dla ustalenia możliwie obiektywnego obrazu sytuacji. Unikajcie oceniania samego dziecka. Ocenie podlega tylko jego zachowanie. Zamiast: „Byłeś niegrzeczny”, powiedz: „Twoje zachowanie było niewłaściwe”. Współpraca pomiędzy rodzicem a szkołą powinna prowadzić do wypracowania strategii, która z jednej strony eliminowałaby niepożądane zachowania dziecka, z drugiej – wzmacniała jego dobre strony.

Przestrzeganie zasad

Rola dorosłego polega na ustaleniu i konsekwentnym przestrzeganiu reguł. Nie wolno ignorować żadnych nieprawidłowych zachowań. Konsekwencja to najskuteczniejszy środek do osiągnięcia założonego celu. Przestrzeganie zasad musi dotyczyć wszystkich miejsc, w których dziecko przebywa z rówieśnikami: szkoły, podwórka, domu. Jednocześnie wzmacniamy i publicznie eksponujemy te zachowania dziecka, które pomagają budować prawidłowe kontakty z pozostałymi członkami grupy: „Znowu pomogłeś koleżance w zadaniu. Brawo!” „Zawsze pamiętasz o słowie dziękuję. To bardzo ładnie”. Na barkach rodzica spoczywa także wyjaśnienie dziecku, co utrudnia jego relacje z rówieśnikami.

Rozmowy i bajki

Uważne rozmowy z dzieckiem to klucz do sukcesu. Warto odwoływać się w nich do własnych doświadczeń, analizować swoje i cudze emocje, podpowiadać właściwe rozwiązania. Bardzo pomocne są historie z morałem. Można je wymyślać samemu, można korzystać z gotowych bajek terapeutycznych. Wystarczy zajrzeć do książek lub Internetu. Ważne, by ich treść dotyczyła zachowania, z którym dziecko ma kłopot. Kilkulatek nie zweryfikuje swojego postępowania, jeśli nie zrozumie jego istoty. Bajka, której bohater zachowuje się niewłaściwie, na przykład przeżywa innych, pozwala spojrzeć na własny problem z pewnego dystansu. Dziecko analizuje zachowanie (bohatera), ocenia

konsekwencje, wyciąga wnioski. Czyni to bez ujmy dla poczucia własnej wartości, ponieważ rzecz dotyczy zająca albo pajaca. Korekty własnego zachowania dokonuje niejako przez analogię: „Zając nie powinien przeżywać ślimaka; ślimakowi było przykro; dlatego wołał towarzystwo kreta”. „Pajacowi nie wolno przeżywać innych zabawek; to dlatego uciekły przed nim na inne półki” – mówi głośno dziecko. „Nie będę przeżywać dzieci. Sprawiam im przykrość i nie chcą się ze mną bawić” – myśli. Ta metoda przynosi znacznie więcej pożytku niż nieustanne zwracanie uwagi, przypominanie czy karcenie.

Gdy dziecko jest ofiarą

Problem braku akceptacji przez grupę nie zawsze wiąże się z zachowaniem odrzucanego dziecka. Bywa wynikiem nieprawidłowego układu i postaw w zespole. Odrzucane dziecko staje się ofiarą tego układu. W takiej sytuacji konieczna jest interwencja specjalisty. Zwykle jest to szkolny/przedszkolny psycholog lub pedagog, który z pewnością zaproponuje odpowiednio dobrane zabawy integrujące, które w niedługim czasie wpłyną na transformację relacji, pozwolą zaistnieć każdemu dziecku, uspokoją nastroje i ograniczą lub wyeliminują nieprawidłowe zachowania. Czekając na efekty takich działań, rodzic może zrobić wiele dobrego. Na przykład zorganizować mini-przyjęcie. Zaprosić choćby dwóch, trzech małych gości. Pierwsze lody przełamię kilka wesołych zabaw pod okiem taty lub mamy. Mała, słodka przekąska także bardzo ułatwia nawiązanie relacji. Chłopcy lubią piłkę nożną – wystarczy zorganizować krótki mecz. Dziewczynki wolą modę – może więc mały pokaz? Kiedy towarzystwo nieco się rozkręci, należy się niepostrzeżenie wycofać. Dzieci z pewnością przejmą inicjatywę i dadzą sobie radę same. Warto dyskretnie poobserwować, co się dzieje. Takie spotkania dostarczają wielu ciekawych spostrzeżeń. Spróbujcie też zawrzeć znajomości z rodzicami waszych małych gości. To oni są mentorami dla swoich pociech. Ocieplenie relacji między dorosłymi nie pozostanie bez wpływu na stosunki między dziećmi.

Unikajcie dwóch podstawowych błędów

Pod żadnym pozorem nie próbujcie „kupować” dziecku przyjać. Wszelkie próby przekupstwa kończą się tragicznie. Rówieśnicy szybko to wykorzystają, oczekując kolejnych dowodów sympatii. Kolega przestanie być dla nich atrakcyjny, jeśli nie będzie miał nic do zaoferowania. Nie róbcie niczego na siłę. Nie przyspieszajcie zmian. Nie narzucajcie innym dzieciom towarzystwa waszej pociechy: „Pobawcie się z Franiem.! Dlaczego go unikacie?”. Takie sytuacje nie tylko nie pomagają, ale jeszcze bardziej komplikują położenie dziecka. Odbierają mu poczucie własnej wartości. Uczą postawy roszczeniowej: „Inni powinni robić to, czego chcę”. Dajcie mu trochę swobody i czasu. Na pewno sobie poradzi.

Joanna Pluta

www.swierszczyk.pl