

Agnieszka Misiuk

**REALIZACJA KONCEPCJI „POROZUMIENIA BEZ PRZEMOCY”
JAKO PRZYKŁAD EDUKACJI ALTERNATYWNEJ**

**Implementation of the concept of “Nonviolent Communication”
as an example of alternative education**

Ability to establish good relationships with peers is very important for the proper development of children. It seems important, to help them to identify and express emotions and needs, and support them in learning constructive behavior in difficult social situations. The way to achieve these objectives is to use Nonviolent Communication developed by Marshall Rosenberg. The article describes the work of Non-Public Kindergarten “Dwarf”, which uses NVC in their daily. It also attempts to justify why this way of working can positively influence the social and emotional development of children.

Key words: Nonviolent Communication, empathy, emotions, social and emotional development, kindergarten, child

Wprowadzenie

Edukacja alternatywna określana jest jako typ kształcenia czy wychowania, który różni się od powszechnie oferowanego przez placówki oświatowe, poszukując

lub wdrażając, odmienne od istniejących, oferty uczenia się¹. Bazuje ona na wyborze dokonywanym przez uczniów, rodziców i nauczycieli². Wytyczne, dotyczące zasad pracy instytucji alternatywnej, odbiegają od powszechnie przyjętych w danym środowisku.

W artykule przedstawione zostaną wybrane aspekty działalności Niepublicznego Przedszkola „Krasnal”³, którego pracownicy stosują w swojej codziennej pracy koncepcję „Porozumienia bez Przemocy”, opracowaną przez Marshalla Rosenberga⁴.

Czy działalność edukacyjną Niepublicznego Przedszkola Krasnal można uznać za alternatywną? Śliwerski⁵ wymienia kilkanaście właściwości dla różnych alternatyw edukacyjnych i wskazuje, że realizacja choćby jednej z nich plasuje dany typ edukacji na poziomie alternatywności. Analiza założeń pracy przedszkola i metodyki ich wykonywania pozwala na stwierdzenie, że spełnia ono więcej niż jedną cechę alternatywności⁶, co lokuje ją w gronie placówek edukacji alternatywnej.

Kwalifikacje kadry nauczycielskiej

W przedszkolu pracuje wykwalifikowana kadra. Dyrektorka przedszkola, Marta Kułaga, jest certyfikowanym trenerem NVC i coachem⁷. Aby działania wychowawczyń były zgodne z założeniami NVC każda z nich uczestniczyła w szkoleniach dotyczących tej problematyki⁸. W ciągu roku odbywają się zebrania wszystkich pracowników (raz w tygodniu), szkolenia rady pedagogicznej (raz na dwa miesiące) oraz spotkania indywidualne. W czasie ich trwania omawiane są sposoby pracy, reagowania i komunikowania się w odniesieniu do konkretnych

¹ B. Śliwerski, *Edukacja alternatywna. Dylematy teorii i praktyki*, [w:] *Edukacja alternatywna. Dylematy teorii i praktyki*, red. B. Śliwerski, Kraków 1992, s. 12.

² T. Husen, T.N. Postlethwaite 1985 za: C. Kupisiewicz, *Szkola alternatywna – definicje, rodzaje, ocena, perspektywy rozwoju*, [w:] *Edukacja alternatywna w XXI wieku*, red. Z. Melosik, B. Śliwerski, Kraków 2010, s. 18.

³ Autorka tekstu dziękuje za udostępnienie dokumentacji przedszkola, rozmowy oraz możliwość obserwacji Pani Dyrektor Marcie Kułaga, Pani Wicedyrektor Agnieszce Wujcickiej-Florys oraz Pani Wychowawczyni Marzenie Kunickiej-Porwisz.

⁴ Nonviolent Communication (NVC) to opracowany przez Marshalla Rosenberga sposób komunikacji umożliwiający nawiązywanie empatycznego kontaktu z samym sobą oraz z innymi osobami. Sprzyja wnikliwemu słuchaniu, wzajemnemu szacunkowi i empatii W języku polskim koncepcję tę nazywa się „Porozumieniem bez Przemocy” (PbP). Por. M.B. Rosenberg, *Porozumienie bez przemocy. O języku serca*, Warszawa 2011, s. 16–17, 25.

⁵ B. Śliwerski, *op. cit.*, s. 14–15.

⁶ Cechy alternatywności, które spełnia Niepubliczne Przedszkole Krasnal, to wg autorki tekstu: bawienie na dialogu, prawie do samorealizacji, wolności i wyobraźni oraz jakość edukacji alternatywnej, która jest wypadkową propozycji twórców i oczekiwań odbiorców na tle ich potrzeb, zainteresowań i kompetencji”. Por. B. Śliwerski, *op. cit.*

⁷ <http://www.przedszkole-krasnal.pl/kadra/marta-kulaga> [dostęp: 4.05.2016].

⁸ <http://www.przedszkole-krasnal.pl/kadra> [dostęp: 4.05.2016].

zaistniałych sytuacji wychowawczych. Wychowawczynie mają także możliwość konsultacji z pracującym w przedszkolu psychologiem. Dodatkowo raz w roku organizowane jest dwudniowe wyjazdowe szkolenie, podczas którego podejmowana jest tematyka związana z sytuacjami i problemami, z którymi mierzą się wychowawcy w codziennej pracy⁹. Kadra przedszkola pozostaje więc w ciągłym procesie umożliwiającym monitorowanie swoich działań, modyfikowanie zachowań i doskonalenie kompetencji wychowawczych¹⁰.

Podstawowe założenia NVC, które są realizowane w przedszkolu

Wyróżniono dwanaście podstawowych założeń, które charakteryzują sposób pracy w Przedszkolu Krasnal. Ich realizacja stwarza warunki do wyrażania emocji i potrzeb, uwzględnia znaczenie empatii w relacjach oraz wpływać może na zwiększanie poczucia bezpieczeństwa u dzieci. Ustalone wytyczne wydają się zgodne z tymi, które opisuje Marshall Rosenberg¹¹. Sformułowano je w następujący sposób:

1. „Budujemy kontakt oparty na szacunku i świętowaniu różnorodności.
2. Wzajemne zrozumienie zaczynamy się od uważnego wysłuchania.
3. Uważamy, że każde zachowanie dziecka służy zaspokojeniu jego ważnej potrzeby. Staramy się zrozumieć tę potrzebę.
4. Akceptujemy wszystkie potrzeby i emocje, nie zgadzamy się na zachowania krzywdzące innych.
5. Wskazujemy sposoby, jak można zaspokoić swoje potrzeby szanując innych.
6. Uczymy rozmawiać o tym, co trudne.
7. Jesteśmy świadomi, że zachowanie dorosłych modeluje zachowanie dziecka.
8. Tworzymy zasady, które służą ochronie potrzeb dzieci i dorosłych.
9. Świadomie używamy języka wzajemnego szacunku.
10. Stwarzamy przestrzeń dla wyboru dziecka.
11. Szukamy sposobów, aby zaspokoić potrzeby dziecka, a jeśli nie potrafimy znaleźć w danym momencie właściwego sposobu – dajemy empatię niezaspokojonym potrzebom.
12. Rozbudzamy motywację wewnętrzną dzięki odwołaniu się do radości płynącej z aktywności, odkrywania i współdziałania”*

* <http://www.przedszkole-krasnal.pl/jak-pracujemy/nvc-porozumienie-bez-przemocy> [dostęp: 4.05.2016].

⁹ Tematyka wyjazdu we wrześniu 2015 roku została określona na radzie podsumowującej pracę w roku szkolnym 2014/15. Tematy, które zostały wybrane do analizy, to: siła ochronna; mówię nie i stawiam granice; komunikacja w konflikcie; agresja werbalna; wygłupy w nieadekwatnych sytuacjach; Trigger – bodziec, który powoduje, że tracę panowanie nad sobą; dbałość i troska o siebie oraz radykalna empatia. Źródło: rozmowa z dyrektorką przedszkola.

¹⁰ Dodatkowo odbywają się superwizje pozwalające na uzyskanie informacji zwrotnych dotyczących prowadzonych działań.

¹¹ Por.: M.B. Rosenberg, *Edukacja wzbogacająca życie*, Warszawa 2006; M.B. Rosenberg, *Porozumienie bez przemocy. O języku serca*, Warszawa 2011; F. Gaschler, G. Gaschler, *Sen żyrafy. Empatyczna komunikacja z dziećmi. Projekt Porozumienia bez przemocy dla przedszkoli*, Poznań 2016.

Sformułowano także sposoby realizacji założeń „Porozumienia bez Przemocy” w przedszkolu¹². Zostaną one przedstawione poniżej wraz z opracowanymi, przez autorkę tekstu, możliwymi konsekwencjami ich stosowania.

zmieniamy nawykowy język ocen na język uczuć i potrzeb
wychodzimy poza etykiety, odkrywając niepowtarzalne piękno każdego dziecka

Nadawanie etykiet powodować może uruchomienie mechanizmu „wpiśnięcia w rolę”¹³. Dziecko, które słyszy, że jest np. nieposłuszne, zaczyna w ten sposób o sobie myśleć. Takie myślenie warunkuje zachowania, które są zgodne z przypisaną etykietą. „Słyszę, że jestem niegrzeczny – myślę o sobie, że jestem niegrzeczny – zachowuję się jak ktoś niegrzeczny”.

Rosenberg podkreśla, jak bardzo ważna jest świadomość tego, że sposób widzenia innych, wpływa na zachowanie obserwowanych osób. A więc otrzymuje się to, co się dostrzega¹⁴.

Sposób komunikowania uwzględniający uczucia i potrzeby pozwala każdemu dziecku, a zwłaszcza temu, które ma problemy z konstruktywnym radzeniem sobie w trudnych sytuacjach społecznych, na doświadczenie, jak jego zachowanie może wpływać na innych i jakie uczucia wyzwaląć. Uczy także dostrzegania i nazywania swoich potrzeb.

szanujemy potrzeby każdego szukając jak najlepszych strategii na ich zaspokojenie
nazywamy emocje i potrzeby dzieci i dorosłych
taktujemy emocje jako informacje, słuchamy ich i staramy się zrozumieć informacje
jakie nam przekazują

Zgodnie z założeniami koncepcji „Porozumienia bez Przemocy”, podłożem zachowań są potrzeby¹⁵. Definiowane są one jako wewnętrzne motyw i dążenia, które wpływają na wybór przez jednostkę określonych sposobów działania¹⁶.

Dziecko dąży do zaspokojenia swoich potrzeb wykorzystując znane sobie i wypracowane w dotychczasowym życiu strategie zachowania. Próbuje także nowych sposobów, by móc jak najskuteczniej osiągnąć swój cel. Dostrzeganie przez nauczyciela potrzeb, nazywanie ich i zachęcanie dziecka do szukania najlepszych strategii na ich zaspokojenie wpływa na rozwój inicjatywy, kreatywności, ale także pozwala na obniżenie napięcia emocjonalnego.

¹² *Ibidem*.

¹³ Por.: A. Kojder, *Co to jest teoria naznaczenia społecznego?*, „Studia Socjologiczne” 1980, nr 3 (78), s. 47 i nast.

¹⁴ M.B. Rosenberg, *Porozumienie bez przemocy*, „Psychologia w Szkole” 2007, nr 1, s. 25.

¹⁵ Por. *ibidem*, s. 21; M.B. Rosenberg, *Porozumienie bez przemocy. O języku serca...*, *op. cit.*, s. 17.

¹⁶ Z.A. Żuczowska, *Dialog zamiast kar*, Podkowa Leśna 2013, s. 147.

Mówienie o tym, co się czuje, w różnych codziennych sytuacjach, uczy dziecko identyfikowania i wyrażania własnych emocji. Umożliwia także zrozumienie, że ta sama sytuacja może wywołać inne reakcje u różnych osób, a one w odmienny sposób mogą okazywać to, co czują. Empatyczny sposób komunikacji w NVC pozwala analizować sytuacje z różnych punktów widzenia i ułatwia kształtowanie się decentracji interpersonalnej¹⁷. Dzięki temu łatwiej jest dziecku dostrzec potrzeby innych i zrozumieć, że druga osoba może myśleć inaczej. Sprzyja więc nawiązywaniu satysfakcjonujących interakcji społecznych oraz konstruktywnemu radzeniu sobie w sytuacjach konfliktowych.

Nazywanie emocji i potrzeb stanowi bardzo istotny element „Porozumienia bez Przemocy”. W tej koncepcji wyróżnia się cztery filary składające się na proces komunikowania. Pierwszy z nich to *obserwacja*. Stanowi ona próbę zobaczenia, co dzieje się w danej sytuacji. Bardzo ważne jest takie sformułowanie spostrzeżenia, by nie zawierało ono jakiegokolwiek osądu czy oceny, lecz rzeczowe stwierdzenie, co robi osoba, której działanie nam się podoba lub nie. Drugi element to *uczucia*, czyli powiedzenie, co czujemy wobec postępowania, które spostrzegliśmy: czy jest to rodzaj smutku, lęku, złości, radości, rozbawienia, irytacji itp. Kolejny filar to określenie własnych *potrzeb* związanych z uczuciami, które przed chwilą zostały zdefiniowane. Ostatni element to wyrażenie *prośby*, tzn. przekazanie w jasny sposób, co dana osoba może zrobić, by zaspokoić nasze potrzeby. Drugą fazą, opisywanego stylu porozumiewania się, jest przyjmowanie komunikatów od innych osób za pośrednictwem czterech opisanych wyżej elementów PBP¹⁸.

Sposób zwracania się do dzieci może je zachęcać do zmiany zachowania, lub wzmacniać złość i postawę negacji. Dziecko, które usłyszy od wychowawcy, wypowiedziany wzburzoną tonem i zawierający etykietowanie, nakaz zmiany zachowania: „Jasiu uspokój się i przestań w końcu biegać! Ty nigdy nie możesz usiedzieć na miejscu!” – będzie miało inne odczucia i prawdopodobnie mniejszą motywację do zaprzestania biegania niż po usłyszeniu zdania wyrażającego troskę i prośbę o zmianę zachowania: „Jasiu, gdy widzę jak biegasz po sali martwię się, że możesz wbiec na inną osobę i zrobić sobie lub komuś krzywdę. Proszę cię, byś po sali przedszkolnej chodził”¹⁹.

¹⁷ Decentracja interpersonalna definiowana jest jako umiejętność rozpatrywania przedmiotów i sytuacji jednocześnie z różnych perspektyw, bez subiektywnych przekształceń obrazu tych zjawisk. Pozwala na modyfikowanie własnego zachowania w zależności od przewidywanych konsekwencji tego zachowania dla innych osób. Por. J. Grochulska 1992, za: A. Misiuk, *Umiejętność współpracy dzieci w czasach ponowoczesnych*, [w:] *Dzieci i młodzież w kręgu oddziaływania mediów i grup rówieśniczych – w i pomimo czasów ponowoczesnych*, red. J. Aksamian, A. Pułka, Kraków 2012, s. 143–144.

¹⁸ M.B. Rosenberg, *Porozumienie bez przemocy. O języku serca...*, op. cit., s. 19 i nast.

¹⁹ Warto w tym miejscu wspomnieć o opisanym przez Thomasa Gordona „komunikacie Ja”. Składa się on z (1) opisu zachowania, jakie stanowi dla rozmówcy/ wychowawcy/ rodzica problem, (2) nazwaniu emocji, przeżyć odbiorcy, które w związku z danym zachowaniem się pojawiają oraz (3) powiedzeniu, dlaczego to zachowanie jest dla danej osoby trudne. Por.: T. Gordon, *Wychowanie bez porażek w praktyce*, Warszawa 2010, s. 125 i nast.

zamiast nagradzania / chwaleńia i karania używamy opisu, obserwacji, wyrażamy
siebie, świętujemy sukcesy, oplakujemy niepowodzenia

W literaturze znaleźć można wiele pozycji opisujących niekorzystny wpływ kar i nagród na rozwój dziecka. Zakłada się, że ich stosowanie wzmacnia motywację warunkową chęcią otrzymania nagrody lub uniknięcia kary. Ta zaś może utrudnić rozumienie przez dziecko, dlaczego określone zachowanie jest dobre, czy pożądane, a inne nie. Alfie Kohn, wśród negatywnych konsekwencji stosowania kar, wymienia; *nasilenie złości u dziecka* (skupia się ono na tym, że zostało ukarane, a nie na tym, jaki wpływ miało jego zachowanie na inne osoby, na relację, na niego samego); *uczenie się przez dziecko wykorzystywania swojej siły* (skoro robią tak moi rodzice, osoby mi bliskie, to oznacza, że można tak robić – skoro oni mogą używać siły to ja także); *uczenie się przebiegłości i kłamstwa* (dziecko może zacząć się koncentrować na tym, w jaki sposób nie zostać przyłapanym, w jaki sposób uniknąć kary); *pogorszenie relacji rodziców z dziećmi* („nie jestem pewien, czy mogę im ufać lub czuć się przy nich całkowicie bezpiecznie”); nasilenie myślenia egocentrycznego²⁰ (dziecko skupia się na sobie, na tym, by ONO uniknęło kary, że ONO zostało ukarane, co JE czeka, gdy zostanie przyłapano, a nie na tym, jak jego zachowanie wpłynęło na inne osoby, jakie miało konsekwencje). Ponadto stosowanie kar wraz z upływem *czasu traci swoją skuteczność*, gdyż dzieci stają się starsze i coraz trudniej stosować coś, co byłoby dla nich wystarczająco nieprzyjemne²¹.

oddajemy dziecku decyzję czy chce pomocy
stwarzamy przestrzeń na własne rozwiązania dzieci

Zgodnie z założeniami „Porozumienie bez Przemocy” jest postawą, jaką przyjmuje się z kontaktach z innymi ludźmi oraz działaniem, które uwzględnia potrzeby własne i innych. Stosowanie czterech kroków w procesie komunikacji (obserwacji, uczuć, potrzeb i prośb) oraz procesów wzmacniających (empatii dla samego siebie, autentycznego wyrażania siebie i empatii dla drugiego człowieka), umożliwia lepsze zrozumienie i wzmocnienie relacji²². Taka postawa nauczyciela może mieć duży wpływ na poczucie bezpieczeństwa dziecka i stwarzać warunki do trenowania swoich kompetencji z większą odwagą i chęcią. Dziecko doświadcza tego, że nauczyciel ma stałą, autentyczną gotowość do pomocy. Wie, że jeśli będzie tego potrzebowało, to w każdym momencie może się do niego zwrócić o pomoc. Jest jednak zachęcane do podejmowania wysiłku w celu samodzielnego

²⁰ A. Kohn używa określenia „czyni z dzieci egocentryków”. Wg autorki tekstu właściwsze jest nie używanie etykiet, również w odniesieniu do określania wpływu kar na zachowanie i myślenie dziecka. Por. A. Kohn, *Wychowanie bez nagród i kar*, Podkowa Leśna 2013, s. 91.

²¹ *Ibidem*, s. 88 i nast.

²² F. Gaschler, G. Gaschler, *op. cit.*, s. 29–30.

wykonania określonej czynności. Poczucie wsparcia, a także możliwość testowania przez dzieci swoich własnych rozwiązań, daje im poczucie sprawstwa, sprzyja podejmowaniu kolejnych prób, zwiększa motywację do działania i pomaga w poradzeniu sobie z porażką.

Stwarzanie przestrzeni na własne rozwiązania pozwala dzieciom doświadczać, że to, co same wymyślą, zaproponują, umożliwi pokonywać trudności i realizację powziętego planu. Mogą więc być one jednocześnie twórcami i realizatorami tego, co robią.

Odnoszenie sukcesów w realizowaniu własnych pomysłów stanowi podłoże dla kształtującego się poczucia kompetencji, najważniejszego zadania rozwojowego przypadającego na młodszy wiek szkolny w koncepcji rozwoju psychospołecznego E. Eriksona²³.

mamy zgodę na NIE – szukamy rozwiązań, które wezmą pod uwagę NIE,

Umiejętność mówienia „nie” jest ważna. Pozwala na ochronę siebie, swoich potrzeb, przestrzeni, czy wartości oraz sprzyja kształtowaniu się własnej autonomii. Może także uchronić dziecko przed niebezpiecznymi nadużyciami wobec niego. Do nauki mówienia „nie” i dbania o swoje bezpieczeństwo wykorzystywane są pogadanki, bajki, czy książeczki terapeutyczne²⁴.

Nauka mówienia „nie” powinna być realizowana przede wszystkim podczas wykonywania codziennych czynności. Dziecko wznoszące się w otoczeniu, w którym może odważnie się sprzeciwiać, a ten sprzeciw nie wywołuje złości, postawy obronnej, czy też manifestowania własnej siły i zależności u dorosłego, o wiele chętniej i odważniej będzie dbało o nienaruszanie jego granic.

W wieku przedszkolnym podstawowym zadaniem rozwojowym jest ukształtowanie inicjatywy. Dziecko, stając się coraz bardziej samodzielne, dąży do realizacji swoich pragnień, sprzeciwiając się decyzjom innych osób. Zgoda na odmowę dziecka i wspólne szukanie rozwiązań jest jednym ze sposobów uczenia się akceptowalnych form zachowań przy jednoczesnym poszanowaniu pragnień dziecka.

Wprowadzenie ograniczeń na drodze do realizacji pragnień dziecka pozwala na połączenie, pozostających w opozycji, potrzeb jego i opiekuna. Wpływa także na uspołecznienie dziecka i naukę takiej formy działania, która pozwoli mu na urealnienie swoich celów, bez wchodzenia w konflikt z innymi ludźmi²⁵.

²³ Więcej: A. Misiuk, *Znaczenie poczucia kompetencji społecznych dla rozwoju dzieci w młodszym wieku szkolnym*, [w:] *Teoretyczne i praktyczne aspekty współczesnej edukacji*, red. A. Guzik, R.M. Sigva, Kraków 2009, s. 102–105.

²⁴ Np.: M. Aboff, *Nie lubię laskotek*, Sopot 2004; E. Zubrzycka, *Powiedz komuś!*, Sopot 2004.

²⁵ B. Smykowski, 2005, za: M. Zabłocka, *Zrozumieć nieśmiałość. Aspekty diagnostyczne i terapeutyczne*, Bydgoszcz 2012, s. 47 i nast.

stosujemy komunikat „nie zgadzam się”, „stop”
zatrzymujemy trudne zachowania, pomagamy powrócić dziecku do samoregulacji
używamy siły w celach ochronnych

Dzieci, w różnych sytuacjach, mogą mieć trudność w kontrolowaniu swoich zachowań i pod wpływem silnych emocji zachowywać się w sposób agresywny. Jasny i krótki komunikat pozwala na skuteczne przerwanie zachowania, na które wychowawca nie ma w sobie zgody. Jednocześnie pozbawiony jest on oceny i wzbudzania poczucia winy. Osoba reagująca w taki sposób zyskuje uwagę dziecka oraz przestrzeń, by powiedzieć: co widzi, co w związku z tym czuje, jaka jego potrzeba jest niezaspokojona oraz o co prosi.

Dziecko uczy się, że nauczyciel nie zgadza się na pewne zachowania, które nie są dobre dla dziecka, rówieśników lub dla jego otoczenia. Ten sprzeciw może budzić w dziecku złość, żal, gniew czy smutek. Zgodnie z koncepcją „Porozumienia bez Przemocy” dziecko, któremu zakazano pewnego sposobu zachowania się, ma szansę wyrazić swoje uczucia, potrzeby, otrzymując empatię i zrozumienie. Wychowawca nie „przypomina” dziecku jego wcześniejszych trudnych zachowań, nie używa określeń „ty zawsze”, „kolejny raz” itp. Nie jest więc ono postrzegane przez pryzmat wcześniejszych przewinień.

Używanie siły w celach ochronnych ma charakter opiekuńczy, a jego celem jest wyłącznie obrona kogoś przed niebezpieczeństwem. Opiera się ono na założeniu, że z powodu niewiedzy dziecko postępuje w sposób szkodliwy dla siebie lub dla otoczenia. Np. nie wie ono, jak może zaspokoić swoje potrzeby bez szkody dla innych osób, czy też nie ma świadomości jakie skutki niosą jego czyny. Używanie siły w celach ochronnych, wymaga koncentracji wychowawcy na życiu lub prawach, które chce bronić, bez obwiniania osoby²⁶.

doświadczamy i pozwalamy doświadczać naturalnych konsekwencji działań

Dziecko, które ma szansę doświadczać naturalnych konsekwencji działań, widzi jak jego zachowanie i słowa mogły wpłynąć na inną osobę lub na otoczenie. Bardzo ważne wydaje się to, że oprócz możliwości dostrzeżenia skutków działania ma ono szansę naprawy, czy też zadośćuczynienia. „Popatrz co się stało. Co mógłbyś zrobić w tej sytuacji?” Przyzwolenie na doświadczenie naturalnych konsekwencji dotyczy nie tylko takich zachowań, jak posprzątanie wylanego soku, ale także relacji interpersonalnych. „Popatrz co się dzieje z Kasią. Ma łzy w oczach i wykrzywione smutno usta. Jest jej przykro, ponieważ... Co możesz zrobić?” Nauczyciel nie prosi, ani nie wymaga od dziecka, by przeprosiło drugą osobę. Skupia się on przede wszystkim na tym, by wzbudzić empatię dla osoby poszkodowanej. Dziecko widząc emocje tej osoby może samo zdecydować, co zrobić.

²⁶ M.B. Rosenberg, *Porozumienie bez przemocy. O języku serca...*, op. cit., s. 169–170.

uznajemy, że dzieci nie muszą się dzielić

Uczenie dzieci współpracy może ułatwić im nawiązywanie konstruktywnych i satysfakcjonujących relacji z rówieśnikami, a płynąca od grupy akceptacja jest źródłem siły we własne możliwości²⁷. Wymieniona zasada, wyrażająca zgodę na brak gotowości do dzielenia się przez dziecko, nie oznacza, że negowana jest wartość tej umiejętności. Nie. Zasada ta oznacza brak przymuszania dzieci do podzielenia się. Dziecko dokonuje wyboru, ale ze świadomością konsekwencji podjętych przez siebie decyzji. „Widzę, że chcesz się bawić tą zabawką. Widzę, że ci się ona podoba. Ale spójrz na Jasia. On też chce się nią bawić. Ci możecie zrobić?”

Dzieci uczą się różnych sposobów dzielenia się, np. wyznaczają czas na zabawę dla każdej osoby, wyszukują przedmiotów „na zamianę”. Czasami dziecko uznaje, że większą wartość ma dla niego bawienie się z kolegą i oddanie mu pożądanej zabawki, niż utrata możliwości tej zabawy. Dokonują więc oceny i wyboru.

Dziecko może podjąć decyzję, że nie chce się czymś podzielić. Ale dowiaduje się lub doświadcza, jakie mogą być tego naturalne konsekwencje, np. związane z emocjami drugiej osoby, z jej gotowością do podzielenia się, mimo że z nią dana osoba się nie podzieliła, lub jej odwzajemnionym brakiem takiej gotowości. Zasada ta powiązana jest z opisanym wcześniej „pozwaniem na doświadczenie naturalnych konsekwencji działań”.

wykorzystujemy wartość konfliktu

„Porozumienie bez Przemocy” zakłada, że przyczyną konfliktu nie jest zachowanie drugiej osoby, lecz własne niezaspokojone potrzeby. Pewne zachowania mogą wywołać określone emocje, np. złość, żal, czy smutek, ale przyczyną ich jest to, na ile potrzeby danej osoby są zaspokojone lub nie²⁸.

W przedszkolu dzieci uczą się, że konflikt nie musi dzielić. Dzięki niemu mogą poznać opinie innych osób oraz ich sposób postrzegania różnych sytuacji. Mogą też doświadczać, że konstruktywne poradzenie sobie w sytuacjach konfliktowych może nawet pozwolić zyskać bliską osobę.

zawieramy kontrakty, które służą ochronie naszych potrzeb

Interioryzacji zasad, zawartych w kontrakcie, sprzyja ich tworzenie. Dziecko, które formułuje zasady, negocjuje ich brzmienie, zastanawia się, dlaczego

²⁷ A. Misiuk, *Rozwój zdolności do współpracy dzieci w młodszym wieku szkolnym*, [w:] *Relacje i konteksty (w) edukacji elementarnej*, red. I. Adamek, M. Grochowalska, E. Żmijewska, Kraków 2010, s. 118.

²⁸ Por. F. Gaschler, G. Gaschler, *op. cit.*, s. 34 i nast.

dana norma jest dla innych ważna, rozwija swoje umiejętności komunikowania się oraz ma możliwość uczenia się dostrzegania innych punktów widzenia. Zaangażowanie podczas tworzenia kontraktu zwiększa przekonanie, że jest on ich wspólnym, ważnym dziełem.

Wskazane jest, aby już w najmłodszych grupach przedszkolnych włączać dzieci do tworzenia wspólnych zasad. Dobrze jest, jeśli każde z dzieci podpisze się na plakacie z wypisanymi zasadami (np. odbiciem palca lub dłoni zamoczonej w farbcie), a sam kontrakt będzie powieszony w widocznym dla dzieci miejscu w sali.

Także sposób zapisu zasad wydaje się ważny. Powinno się stosować określenia ukazujące pożądane formy zachowań, w pierwszej osobie liczby pojedynczej oraz za pomocą krótkich konkretnych sformułowań (np. zamiast: *Nie zostawiam porozrzucanych zabawek* można napisać: *Po skończonej zabawie odkładam zabawki na półkę*). Ilość zasad powinna być dostosowana do wieku dzieci²⁹.

Rosenberg³⁰ zwraca uwagę, że uczniowie powinni być świadomi tego, że to zasady chronią, a nie kary. Jeśli zasada będzie narzucona, a nieprzestrzeganie będzie zagrożone karą, to i tak będą oni postępować wbrew danej regule. A stosowanie się do zasad, wyłącznie w celu uniknięcia kary, nie będzie dawało im radości.

dajemy i przyjmujemy empatię

Wedle koncepcji „Porozumienia bez Przemocy” „empatia to pełne szacunku rozumienie cudzych doświadczeń”³¹. Wyraża się ona poprzez całkowitą autentyczną otwartość wobec tego, co czuje i czego potrzebuje druga osoba. Pierwszym elementem empatii jest słuchanie z uwagą, zaś drugim upewnienie się, że usłyszeliśmy to, co rozmówca chciał nam powiedzieć. Empatia może być także okazywana niewerbalnie, poprzez autentyczne towarzyszenie³². Używanie parafrazy pozwoli odbiorcy usłyszeć, jak dana osoba zrozumiała jej komunikat oraz umożliwi wprowadzenie ewentualnych poprawek³³.

Strategia adaptacji dzieci rozpoczynających edukację przedszkolną

Troska o rozwój społeczno-emocjonalny dzieci przejawia się także w sposobie adaptacji dziecka rozpoczynającego edukację. Aby mogło się ono poczuć bez-

²⁹ Por. A. Kołakowski, A. Pisula, *Sposób na trudne dziecko. Przyjazna terapia behawioralna*, Sopot 2006, s. 144–145.

³⁰ M.B. Rosenberg, *Porozumienie bez przemocy...*, *op. cit.*, s. 23.

³¹ M.B. Rosenberg, *Porozumienie bez przemocy. O języku serca...*, *op. cit.*, s. 105.

³² M.B. Rosenberg, *Edukacja...*, *op. cit.*, s. 56 i nast.

³³ *Ibidem*, s. 111.

piecniej, od kwietnia do czerwca, prowadzone są w przedszkolu zajęcia adaptacyjne. Odbywają się one raz w tygodniu przez dwie godziny zegarowe w ramach „Klubu Malucha”. Drugą, proponowaną przez przedszkole, formą adaptacji jest uczestniczenie dziecka, w ostatnim tygodniu sierpnia, w bezpłatnych zajęciach. Organizowane są one codziennie i trwają dwie godziny zegarowe.

Podczas zajęć adaptacyjnych oferowane są dzieciom następujące formy aktywności: „zabawy swobodne w grupie rówieśników, gry i zabawy ruchowe, plastyczne, muzyczne prowadzone przez nauczyciela (m.in. metodą W. Sherborne), zabawy relaksujące i pogłębiające więź z opiekunem, ćwiczenia rozwijające zmysły: wzrok, słuch, dotyk, równowagę”³⁴. Ponadto w trakcie zabawy i swobodnych aktywności dzieci uczą się zasad współżycia z innymi osobami.

Dziecko, które kilka lub nawet kilkanaście razy przychodzi wraz z rodzicem do przedszkola, ma możliwość poznania go we własnym tempie. Może zdecydować na ile ma gotowość, by włączyć się do zabawy, oddalić od rodzica, czy opiekuna. Gdy rozpocznie systematyczne przebywanie w przedszkolu, wraz z początkiem roku szkolnego, będzie zostawało w znanym sobie miejscu, wśród osób, których twarze widziało i słyszało głos.

W przypadku, gdy dziecko dołącza do grupy w trakcie trwania roku szkolnego proponuje się rodzicom, aby przez pierwsze dni przychodzili wraz z dzieckiem do przedszkola oraz by ich pobyt w placówce zaczynał się od dwóch do trzech godzin. Zwiększające się poczucie bezpieczeństwa dziecka, wyrażające się w gotowości zostania w przedszkolu pod opieką nauczyciela, pozwoli rodzicowi na stopniowe wycofywanie się, aż do pozostawienia dziecka samego³⁵.

Rodzice nowo zapisanych dzieci otrzymują szesnaście wskazówek, które mogą ułatwić dziecku przebywanie w przedszkolu podczas pierwszych dni od rozpoczęcia roku szkolnego. Można je sklasyfikować w trzech kategoriach. Pierwsza z nich dotyczy sfery emocjonalnej, tj. uczuć dziecka, które mogą się pojawiać w związku z rozstaniem z rodzicem oraz zachowań rodzica, które mogą ułatwić dziecku ten trudny moment (np.: „Zaakceptuj, że w nowych sytuacjach dziecko może płakać, czuć się niepewnie. Pozwól mu i sobie przeżyć to doświadczenie, nie zaprzeczając uczuciom, które przeżywasz”, „Nigdy nie znikaj bez uprzedzenia, nie wychodź po odwróceniu uwagi dziecka, bez pożegnania. To trudne jeśli dziecko nie chce się rozstać i pojawiają się łzy. Bądź przy nim emocjonalnie, pozwól Wam przeżyć to trudne rozstanie. To buduje w dziecku zaufanie do Ciebie, bezpieczeństwo i przewidywalność”). Druga grupa wskazówek dotyczy sposobów kontaktowania się z nauczycielem wychowawcą oraz omawiania sytuacji i zachowań dziecka (np. Jeśli jest jeden nauczyciel w grupie nie zaczynaj rozmowy. Umów się na spotkanie wtedy, kiedy może on zapewnić opiekę grupie i swobodę rozmowy. Nie rozmawiaj o dziecku w jego obecności

³⁴ <http://www.przedszkole-krasnal.pl/jak-sie-zapisac/zajecia-adaptacyjne> [dostęp: 4.05.2016].

³⁵ *Ibidem*.

w 3 osobie, jakby go nie było. Włącz go do rozmowy lub umów się z nauczycielem na osobności. „Nie domagaj się rozmowy z nauczycielem w ciągu dnia [poza krótką wymianą zdań] – ma zajmować się dziećmi. Informację o dziecku możesz uzyskać dzwoniąc na telefon przedszkolny, pisząc maila z pytaniem”). Trzecia związana jest ze swobodą dziecka wynikającą z posiadania właściwego i zapasowego ubioru³⁶.

Troska o spójność oddziaływań wychowawczych podejmowanych przez nauczycieli w przedszkolu oraz rodziców

Zgodnie z założeniami pracy przedszkola ważna, z rozwojowego punktu widzenia, jest spójność w sposobie komunikowania i oddziaływaniach wychowawczych podejmowanych w przedszkolu i w domu. Rodzice, których dzieci zostały zapisane do przedszkola, otrzymują od dyrekcji przedszkola dokument³⁷, w którym opisane są 23 zasady wykorzystywane w codziennej pracy z dziećmi. Sformułowane są one w formie pytań, na które udzielone są krótkie, kilkudzaniowe odpowiedzi. Dotyczą głównie obszaru związanego z rozwojem społeczno-emocjonalnym dziecka, z możliwością wyrażania przez nie różnorodnych, także trudnych emocji, z opinią rodziców na temat karania, przeproszania, a także ze skutkami, jakie może nieść określony sposób postępowania dorosłych wobec dzieci.

W tabeli 1 przedstawione zostały trzy przykłady zasad zawartych w omawianym dokumencie.

Analiza uzyskanych od dyrekcji przedszkola dokumentów oraz materiałów, opisane na stronie internetowej przedszkola, kwalifikacje kadry oraz wywiady i obserwacje, poczynione przez autorkę tekstu, pozwalają na sformułowanie pewnych wniosków.

Dzieci, które doświadczają empatii, które uczą się mówienia o emocjach i akceptowania tych emocji, które mogą ponosić naturalne konsekwencje swoich zachowań, które uczą się samodzielnego rozwiązywania trudności otrzymując jednocześnie wsparcie i uwagę nauczyciela, mają stworzone bezpieczne warunki rozwoju.

Na podkreślenie, w działalności Niepublicznego Przedszkola Krasnal, zasługuje także szczególna troska o emocje dziecka i bezpieczne, dostosowane do jego potrzeb rozstanie z rodzicem w trakcie tzw. adaptacji przedszkolnej. Niestety w wielu przedszkolach ten, jakże ważny, aspekt traktowany jest w sposób odmienny.

³⁶ „Wskazówki na pierwsze dni”, <http://www.przedszkole-krasnal.pl/jak-sie-zapisac/zajecia-adaptacyjne> [dostęp: 4.05.2016]. Klasyfikacja: opracowanie własne.

³⁷ „Zależy nam, żeby Państwo wiedzieli”, <http://www.przedszkole-krasnal.pl/jak-sie-zapisac/zajecia-adaptacyjne> [dostęp: 4.05.2016].

Tabela 1. Zasady jakimi kierują się w swojej pracy pracownicy Przedszkola Krasnal

1.	Czy uważasz, że dziecko należy chronić przed trudnymi emocjami? Taka ochrona, zabezpieczanie dziecka przed tym, co trudne, pokazuje mu połowiczny obraz świata jako szczęśliwego, jedynie pozytywnego, w którym nic złego nie może się stać. Taki nieprawdziwy obraz sprawia, że dziecko nie jest psychicznie przygotowane na to, co naturalnie nadejdzie: strach, złość, żal, smutek. Dopuszczenie do przeżywania przez dziecko również tych trudnych emocji przygotowuje je do życia w rzeczywistości. Umożliwia również wypróbowanie różnych sposobów radzenia sobie w takich sytuacjach.
2.	Czy uważasz, że to, w jaki sposób mówimy o dzieciach, określa ich zachowanie (np. Jeśli mówimy o dziecku że jest nieśmiałe, ono będzie się tak zachowywać)? Oczywiście, nie wystarczy jednorazowe twierdzenie na temat dziecka, aby sprawić, że ono stanie się takie. Bardzo często jednak za tym pierwszym stwierdzeniem idą kolejne, a także sposób, w jaki traktujemy dziecko (w powyższym przykładzie: nie zachęcamy do zabaw z innymi dziećmi, bo „ono i tak nie będzie chciało, bo jest nieśmiałe”). I takie podejście do dziecka, szczególnie jeśli jest wyrażone przez Rodzica – osobę znaczącą – staje się dla niego „samospelniającą się przepowiednią”. Nasze słowa mają dużą moc.
3.	Czy dzielisz emocje na „dobre” i „złe”? Nie czynimy podziału emocji na „dobre” i „złe”, nie wartościujemy ich. Według nas emocje są informacją o stanie człowieka, pokazują, która jego potrzeba została zaspokojona lub tego zaspokojenia wymaga, co jest dla niego ważne, na czym mu zależy.

Źródło: <http://www.przedszkole-krasnal.pl/jak-sie-zapisac/zajecia-adaptacyjne> [dostęp: 4.05.2016].

Podsumowanie

W dzisiejszych czasach dbałość o rozwój społeczno-emocjonalny dzieci wydaje się być szczególnie ważna. Warto zastanowić się nad tym, czy najważniejsze jest to, by dziecko było jednym z najlepszych uczniów w klasie? Czy jednak to, by potrafiło ono nawiązywać satysfakcjonujące relacje interpersonalne? By miało przyjaciół, z którymi może dzielić się swoimi troskami i trudnościami? By daowało i otrzymywało wsparcie emocjonalne? By wierzyło w swoje możliwości, mimo że nie jest najlepsze w danej dziedzinie? By widziało sens w staraniach, by wytrwale szukało rozwiązań? By dostrzegało potrzeby i emocje innych osób? By potrafiło wyrażać swoje emocje w sposób akceptowany społecznie? By rośło z przekonaniem, że jest dzieckiem i ma prawo zwrócić się o pomoc do dorosłego, a gdy to uczyni nie zostanie zlekceważone lub nawet wyśmiane?

Podejść i nurtów traktujących o wychowaniu jest wiele. Różnią się one w zakresie metodyki i środków działania. Różne też są opinie rodziców na temat posłuszeństwa, karania, czy też decydowania o sobie przez dziecko. Istotne wydaje się więc, by troszcząc się o rozwój poznawczy dziecka, nie zapominano o znaczeniu poczucia bezpieczeństwa, umiejętności wyrażania uczuć i konstruktywnego radzenia sobie w różnych sytuacjach społecznych.

