

**Kako da
pričate
da bi vas
deca slušala
- slušajte
da bi vam
deca pričala**

Adela Fejber i Elejn Mazliš

Sa engleskog prevela Biljana Jeremić

Ilustrovala Kimberli En Kou

Mono i Manjana
2009.

Izjave zahvalnosti:

Lesliju Fejberu i Robertu Mazlišu, „kućnim“ savetnicima koji su uvek bili tu kad su nam trebali – s boljim izrazima, novim predlozima i rečima ohrabrenja;

Karlu, Džoani i Abramumu Fejberu, Kati, Liz i Džonu Mazlišu, koji su nam davali potporu samim svojim postojanjem;

Kati Meninger, koja je s velikom pažnjom nadgledala kucanje našeg rukopisa;

Kimberli Kou, jer je naše čiča-Gliša s dijalozima između roditelja i dece pretvorila u crteže koji su nam se odmah svideli;

Robertu Markelu za podršku i putokaz u kritičnim trenucima;

Žeraru Nirnbergu, prijatelju i savetniku, koji nam je bezrezervno ponudio svoje iskustvo i ocene;

roditeljima u našim radionicama, za doprinos kroz beleške i oštru kritiku;

Ana-Mariji Gejger i Patriši King što su bile tu uvek kad je trebalo;

Džimu Vejdu, našem uredniku, uz čiji je nesalomivi duh i brigu za kvalitet rad bio pravo zadovoljstvo,

i dr Haimu Ginotu, koji nas je uputio u nove načine komunikacije s decom. Njegovom smrću deca širom sveta izgubila su velikog čoveka koji se borio da „dečje duše imaju što manje ožiljaka“.

Sadržaj

<i>Pismo čitaocima</i>	9
<i>Kako da čitate i koristite ovu knjigu</i>	11
1. Pomozite deci da se suoče sa svojim osećanjima	15
2. Navedite decu na saradnju.....	57
3. Zamena za kaznu	96
4. Ohrabrivanje samostalnosti	139
5. Pohvale	172
6. Oslobođanje dece od igranja uloga.....	197
7. Sklapanje celine	220
<i>Uostalom, o čemu se ovde radi?</i>	225
<i>Pogovor</i>	227
Dvadeset godina kasnije	229
I Pisma.....	233
II Da, ali... Šta ako... A kako bi bilo da...?.....	248
III Njihov maternji jezik.....	260
<i>Za dalje istraživanje</i>	267

Pismo čitaocima

Dragi čitaоче,

Na kraj pameti nam nije bilo da ćemo pisati knjigu „kako da“ – o veštinama komunikacije za roditelje. Odnos između roditelja i deteta jeste nešto veoma lično i privatno. Jednostavno nam nije izgledala ispravna ideja da dajete nekom uputstva kako da razgovara u jednom takvom, veoma bliskom odnosu. U našoj prvoj knjizi, *Oslobađanje roditelja / oslobađanje dece*, pokušale smo da ne podučavamo i da ne pridikujemo. Samo smo ispričale priču. Godine savetovanja i rada u radionicama s dr Haimom Ginotom, dečjim psihologom, duboko su uticale na naš život. Bile smo uverene da bi naše priče o tome kako su te novostečene veštine promenile naš odnos prema sopstvenoj deci i sebi, čitaoca nadahnule da pokuša isto.

Do jedne granice ova knjiga je bila dovoljna. Mnogi roditelji su nam s ponosom pisali šta su sve bili u stanju da ostvare samo čitajući o našim iskustvima. Ali postojala su i druga pisma. U njima su roditelji zahtevali drugu knjigu – knjigu s „lekcijama“... „praktičnim vežbama“... „iskustvenim pravilima“... „stranama koje mogu da se otcepe kao podsetnik“... neku vrstu materijala koja bi im pomogla da, korak po korak, nauče nove veštine komunikacije.

Jedno vreme smo ozbiljno razmatrale ideju da takvu knjigu napišemo, ali naš početni otpor se vratio i odustale smo. Osim toga, bile smo veoma zauzete spremanjem govora i radionica za svoju turneju s predavanjima.

Narednih nekoliko godina putovale smo po zemlji rukovodeći radionicama za roditelje, učitelje, direktore škola, medicinsko osoblje, tinejdžere i socijalne radnike zadužene za decu. Kud god da smo

Kako da pričate...

išle, ljudi su s nama delili sopstvena iskustva o novim metodama komunikacije – svoje sumnje, strahove i polet. Bile smo im zahvalne na iskrenosti i otvorenosti i učile smo od njih. Naš materijal se proširivao novim podacima.

U međuvremenu, pošta je i dalje pristizala, ne samo iz Sjedinjenih Država, nego i iz Francuske, Kanade, Izraela, s Novog Zelanda, Filipina, iz Indije. Gospođa Anaga Ganlupe iz Nju Delhija nam je pisala:

„Postoji mnogo pitanja o kojima bih želela da se posavetujem s vama... Molim vas da mi kažete šta bi trebalo da uradim kako bih dublje zašla u problem. U ćorsokaku sam. Stari metodi mi ne odgovaraju, a nemam dovoljno veštine da primenim nove. Molim vas da mi pomognete da ovo prevaziđem.“

Ovo pismo je bilo kap koja je prelila čašu.

Ponovo smo počele da razmišljamo o mogućnosti da napišemo knjigu koja bi pokazivala „kako“. Što smo više razgovarale o tome, to nam se ideja više dopadala. Zašto da ne napišemo knjigu „kako da“ s vežbanjima, da bi roditelji mogli sami sebe naučiti veštinama kojima žele?

Zašto ne napisati knjigu koja bi roditeljima omogućila da izvežbaju ono što su naučili tempom koji im odgovara – bilo sami, bilo s prijateljem?

Zašto ne napisati knjigu sa stotinama primera dijaloga koji mogu pomoći roditeljima da izgrade sopstveni stil u novom načinu komunikacije?

Knjiga bi mogla ilustrovati primenu veština, tako da se roditelji koji su u žurbi mogu jednim kratkim pogledom na sliku brzo podsetiti kursa.

Mi smo knjigu dovele u vezu sa određenim ljudima. Odgovarajući na najčešće postavljena pitanja, govorile smo o sopstvenim iskustvima i uvrstile u to i priče i poglede roditelja iz grupa s kojima smo u proteklih šest godina radile. Ali najvažnije je da smo sve vreme vodile računa o višem cilju – stalnom traženju načina da potvrdimo dostojanstvo i ljudskost i roditelja i dece.

Adela Fejber
Elejn Mazliš

Kako da čitate i koristite ovu knjigu

Izgedalo nam je neprimereno da ikome govorimo kako treba da čita ovu knjigu (posebno zbog toga što smo obe poznate po tome što čitanje počinjemo od sredine ili čak s kraja knjige). Međutim, s obzirom na to da je ovo ipak naša knjiga, volele bismo da vam kažemo kako bi, po našem mišljenju, trebalo da je se latite. Pošto ste stekli prvi utisak tako što ste je prelistali i pogledali omot, počnite od prvog poglavlja. U stvari, vežbajte kako budete napredovali. Oduprite se iskušenju da preskačete poglavlja i dođete do „dobrih“ delova. Ukoliko imate prijatelja ili prijateljicu s kojima možete da vežbate, utoliko bolje. Nadamo se da ćete o svojim odgovorima razgovarati i voditi iscrpne rasprave.

Takođe se nadamo da ćete svoje odgovore zapisati, tako da će ova knjiga postati vaša lična beležnica.

Pišite čitko ili žvrljajte, predomislite se pa precrtajte ili izbrišite, ali pišite.

Čitajte knjigu polako. Trebalo nam je više od deset godina da dođemo do ideja koje smo iznele u njoj. Naravno da vi ne treba toliko dugo da je čitate, ali ako vam se čini da su metode koje vam predlažemo smislene, možete poželeti da nešto promenite, a bolje je menjati malo-pomalo nego odjednom. Pošto pročitate poglavlje, odložite knjigu i dajte sebi nedelju dana pre nego što napravite belešku i nastavite dalje. (Možete pomisliti: „Uz sve što imam da radim, samo mi još treba da pravim beleške!“ Ipak, iskustvo nam govori da disciplinovanost u odnosu između znanja na delu i zapisivanja rezultata tog čina pomaže da znanje ostane tamo gde mu je mesto – u vama.)

Konačno nekoliko reči o zamenicama. Pokušale smo da izbegnemo nezgrapno „on/ona, njega/nju, njegovo/njeno“ tako što smo

Kako da pričate...

slobodno birale između muškog i ženskog roda. Nadamo se da nismo omalovažile nijedan pol.

Takođe, možda se pitate zašto su u nekim delovima knjige, koju su pisale dve žene, stanovišta izrečena kao stanovišta jedne osobe. To je bio naš način rešavanja dosadne muke stalnog prepoznavanja ko je o kom iskustvu govorio. Činilo nam se da je prvo lice jednine za naše čitaoce prihvatljivije i lakše nego da stalno ponavljamo „Ja, Adela Fejber...“; ili: „Ja, Elejn Mazliš...“ Na osnovu našeg ubeđenja o vrednosti ideja iznesenih u knjizi, govorimo kao jedno. Obe smo videli na delu ove metode komunikacije u sopstvenim porodicama i hiljadama drugih. Veliko nam je zadovoljstvo da ih prenesemo i vama.

„Mogućnosti su jedino što nam je dato –
od nas zavisi šta ćemo postati.“

HOSE ORTEGA I GASET

1 | Pomozite deci da se suoče sa svojim osećanjima

I DEO

Bila sam divan roditelj pre nego što sam rodila decu. Bila sam pravi stručnjak da objasnim zašto drugi imaju teškoća sa svojom decom. A onda sam postala majka troje dece.

Živeti sa svojom decom može biti naporno. Svako jutro bih rekla sebi: „Danas će biti drugačije“, ali svako jutro bilo je varijacija onog prethodnog. „Dala si joj više nego meni!“... „To je ružičasta šolja. Ja hoću plavu!“... „Ova kaša izgleda kao povrćaka!“... „On me je udario!“... „Nisam ga ni takla!“... „Neću da idem u svoju sobu. Nisi mi ti gazda!“

Najzad bi me iscrpli. Iako je to bilo poslednje što bih pomislila da ću ikada uraditi, pridružila sam se grupi za rad s roditeljima. Grupa se sastajala u lokalnom dečjem razvojnom centru, a vodio ju je mladi psiholog dr Haim Ginot.

Sastanak je ostavio veliki utisak na mene. Govorilo se o dečjim osećanjima i dva sata su začas proletela. Došla sam kući glave pune novih misli i sa sveskom punom nerazrađenih ideja:

Neposredna veza između onoga što deca osećaju i njihovog ponašanja.

Kada se deca dobro osećaju, ona se tako i ponašaju.

Kako da im pomognemo da se dobro osećaju?

Tako što ćemo prihvatiti njihova osećanja.

Problem – roditelji često ne prihvataju osećanja svoje dece; na primer:

Kako da pričate...

„U stvari ti se ne osećaš tako, to ti se samo čini.“

„To tako kažeš jer si umoran.“

„Nema razloga da se nerviraš.“

Stalno osporavanje osećanja može da zbuni i razdraži decu. Takođe ih nemojte učiti da ne prepoznaju svoja osećanja i da im ne veruju.

Sećam se da sam posle seanse pomislila: „Možda drugi roditelji to rade. Ja ne.“ A onda sam počela da se preslišavam. Ovde su neki primeri razgovora u mojoj kući – u samo jednom danu.

DETE: „Mama, umoran sam.“

JA: „Nemaš zašto da budeš umoran. Samo što si se probudio.“

DETE (*glasnije*): „Ali ja sam umoran.“

JA: „Nisi umoran. Samo si malo pospan. Hajde da se obučemo.“

DETE (*cvileći*): „Ne, ja sam umoran!“

DETE: „Mama, ovde je vrućina.“

JA: „Nije, ne skidaj džemper.“

DETE: „Hoću, vrućina je.“

JA: „Rekla sam da ne skidaš džemper.“

DETE: „Hoću, meni je vrućina!“

DETE: „Ova emisija na TV-u je dosadna.“

JA: „Nije, baš je zanimljiva.“

DETE: „Baš je glupa.“

JA: „Nije, baš je poučna.“

DETE: „E baš je smrdljiva.“

JA: „Ne razgovaraj tako sa mnom!“

Vidite li šta se dešava? Ne samo da se ceo naš razgovor pretvorio u svađu, nego sam sve vreme govorila detetu da ne veruje svojim osećanjima i da se oslanja na moja!

Odjednom sam postala svesna šta sam radila. Odlučila sam da se promenim. Samo što nisam bila sigurna kako. Najviše mi je pomoglo to što sam se postavila u položaj svoje dece. Zapitala sam se: „Pretpostavimo da sam ja dete koje je umorno, ili kome je vrućina ili mu je dosadno. I pretpostavimo da želim da najvažnija odrasla osoba u mom životu shvati kako se osećam...“

Sledećih nedelja pokušala sam da se uključim i iskusim ono što moja deca osećaju, a kada sam to uradila, reči koje sam izgov-