

Bartosz Kossakowski  
Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2686-2760>  
e-mail: kossakowskib@wp.pl

**Joanna Faber, Julie King:**  
***Jak mówić, żeby maluchy nas słuchały.***  
***Poradnik przetrwania dla rodziców dzieci***  
***w wieku 2–7 lat.***

**Przekład: Beata Horosiewicz. Wydawnictwo:**  
**Media Rodzina. Seria wydawnicza: „Jak mówić...”.**  
**Poznań 2017, ss. 362**

Książka Joanny Faber i Julii King: *Jak mówić, żeby maluchy nas słuchały. Poradnik przetrwania dla rodziców dzieci w wieku 2–7 lat* wyróżnia się spośród książek o podobnej tematyce z kilku powodów. Po pierwsze, autorki konsekwentnie kontynuują pionierską myśl amerykańskiego psychologa i pedagoga Haima G. Ginotta – podawał on konkretne wskazówki wychodzące z badań nad komunikacją, które pozwalają dorosłym oprzeć relację z dziećmi na wzajemnym szacunku i zaufaniu. Po drugie, książka czerpie z metody studium przypadku, a sposób prowadzenia narracji korzysta z metody dramy, która pomaga wywołać u odbiorcy odpowiednie emocje, a przez to lepiej zrozumieć ukazane sytuacje. Po trzecie, publikacja zawiera konkretne wskazówki radzenia sobie w różnych sytuacjach z dziećmi. Ponadto, co sugeruje tytuł, nie jest to poradnik tylko dla rodziców, a dla wszystkich, którzy z dziećmi wchodzi w interakcje. Stanowi więc ciekawą pozycję również dla profesjonalistów (nauczycieli, pedagogów, logopedów itd.). Publikacja ukazuje różne punkty widzenia autorek. Piszą one o własnych doświadczeniach ze swoimi dziećmi, dziećmi „cudzymi” i rodzicami – z perspektywy prowadzenia warsztatu dla rodziców.

Całość składa się z dwóch części: *Zestaw podstawowych narzędzi oraz Narzędzia w działaniu*. Rozdział pierwszy jest przedstawieniem pewnego twierdzenia, z jakim spotyka się każdy dorosły w relacji z dzieckiem

– ludzie przejawiają emocje pozytywne i negatywne, i to trzeba zaakceptować. Przejawy negatywnych emocji nie są obce ani dorosłym, ani dzieciom. Autorki ukazują wprost strategie, jakie stosujemy w rozmowach, kiedy pojawiają się emocje negatywne, które są błędne. Oczywiście, nie są one złe w ogóle, ale nie powinno się ich stosować tam, gdzie górę biorą emocje, np.: udzielenie rady, „filozoficzne kazanie”, pytania, porównania. Stąd wynika myśl, że trzeba akceptować wszystkie uczucia, ale ograniczyć niektóre działania. Językowe przejawy takich działań, które powinniśmy ograniczać, to: używanie „ale”. Spójnik „ale” powoduje, że pierwsza część zdania staje się mniej ważna i już dzieci zdają sobie z tego sprawę. Autorki pokazują na przykładzie autentycznych sytuacji, w jaki sposób budować komunikat, tak aby unikać wcześniej wspomnianego spójnika. Istotną rzeczą w tej części jest również akceptacja uczuć drugiego człowieka za pomocą środków werbalnych. Autorki piszą, że może to być łatwe i naturalne: „Tak się cieszyłeś na tę zabawę. Co za rozczarowanie! Można się zdenerwować, kiedy tory kolejki się rozlatują” (s. 56). Rozdział drugi traktuje o nakłanianiu dziecka do oczekiwanych zachowań, natomiast trzeci mówi o zastępowaniu kary wzmocnieniem pozytywnym. Czwarty rozdział przedstawia strategie chwaleń dziecka. Piąty opowiada o narzędziach komunikacyjnych, które powinny być stosowane w rozmowie z dzieckiem o „innej wrażliwości”. Ostatni rozdział przypomina o tym, jakie warunki muszą być spełnione, żeby strategie proponowane przez autorki zadziałały, a są to warunki, takie jak: „Jedzenie; Sen; Czas na ochłonięcie z emocji; Nieprzytłaczanie dziecka nadmiarem bodźców (syndrom ostatniej kropli); Odpowiedni etap rozwoju i poziom doświadczenia” (s. 210). W tej części każdy rozdział kończy się podsumowaniem oraz kilkoma ćwiczeniami do wykonania, które pomogą opanować wcześniej opisane wskazówki.

Część druga jest poświęcona praktycznemu zastosowaniu narzędzi opisanych w poprzedniej części. Składa się z piętnastu rozdziałów. Pokazane są codzienne sytuacje mogące wywoływać konfliktowe reakcje. Tematyki tej dotyczy aż trzynaście rozdziałów! Pierwszy traktuje o jedzeniu oraz o konfliktach z tym związanymi. Szczególne miejsce poświęcono „niejadkom” i nakłanianiu ich do jedzenia, bez stosowania bądź przejawiania agresji słownej lub podniesionego tonu. Inne rozdziały dotyczą sprzątanania, skarżenia, snu itp. Każdy z nich zawiera strategie językowe i gotowe zwroty do zastosowania. We wszystkich strategiach ważne jest wskazywanie na uczucia. Przykładowymi zwrotami do zastosowania przy usypianiu dziecka są np.: „Nie jest łatwo przyzwyczać się do spania samemu” (s. 323) (taki zwrot ma pomóc w akceptacji pewnych uczuć/stanu emocjonalnego), kolejnym krokiem jest krótkie opisanie sytuacji: „To naprawdę trudny problem. Nie lubisz

być sam, kiedy budzisz się w nocy, a mamusia i tatuś muszą spać we własnym łóżku, żeby mieli rano siły” (s. 324), a następnie pokazanie, że jest to dla nas bardzo ważne oraz zaangażowanie w to samego dziecka: „Potrzebujemy pomysłów. Co można zrobić w takiej sytuacji” (s. 324).

Rozdział czternasty skupia się na rodzicach i opiekunach. Ukazano w nim kroki, jakie można podjąć, żeby rozmawiać z dzieckiem o swoich uczuciach. Ostatni rozdział ma charakter ewaluacyjny oraz rewizjonistyczny. Autorki podkreślają naukowe podstawy swojego poradnika, a rozdział ten sprowadza się do praktycznego zastosowania naukowych teorii. Jeżeli ich zalecenia nie przynoszą efektu, znaczy to, że na którymś etapie czytelnik popełnił błąd. Specjalistki prowadzą odbiorcę krok po kroku, niejako wymuszają refleksję – i określenie etapu, na którym doszło do błędnego postępowania.

Książka jest poradnikiem, ale nie jest remedium na wszystkie kłopoty, w kontaktach interpersonalnych z dziećmi. Jest pozycją, którą rodzic, opiekun, wychowawca, nauczyciel winien przeczytać po to, by pogłębić wiedzę, w jaki sposób mówić o uczuciach oraz sprawniej rozwiązywać konflikty słowne, zanim przerodzą się w prawdziwą wojnę.

