

COMUNICAREA EFICIENTĂ CU COPIII DE VÂRSTĂ PREȘCOLARĂ

*Nadejda BARALIUC, doctor în pedagogie,
Institutul de Științe ale Educației, RM*

Abstract. *Effective communication involves expressing the content of ideas and intentions of communication partners, which can be done intentionally or involuntarily, consciously or unconsciously through gestures, facial expressions; body position, clothing style, and even silence can convey meanings. Effective communication is first a matter of trusting and accepting children's ideas and feelings.*

Keywords: *effective communication, sender, receiver, responsibilities, discipline.*

Comunicarea este una dintre cele mai frecvente activități la care participă ființa umană. Prin comunicare transmitem mesajele noastre, receptăm mesajele celorlalți, inițiem, întreținem și menținem relații, rezolvăm conflicte, etc.

Comunicarea a devenit un act social, care poate fi efectuat în mod intenționat sau involuntar. Exactitatea cu care transmitem și recepționăm mesajele, respectiv feed-back-ul pe care îl oferim după receptarea unui mesaj, influențează comunicarea. Comunicarea interumană presupune existența emițătorului și receptorului care în procesul comunicării ajunge să fie simultan atât emițător, cât și receptor.

Pentru **emiterea mesajului**, persoana care intenționează să-l transmită trebuie să respecte câțiva factori: abilitățile, dispoziția interlocutorilor, mediul/contextul, etc., care influențează procesul comunicării. Un exemplu tipic este modul în care este formulată aceeași informație unui copil de 5 ani, unui adolescent sau unei persoane adulte. Un mesaj mai puțin plăcut care ar putea afecta imaginea de sine a unui copil va fi receptată altfel dacă este transmis între patru ochi printr-o abordare constructivă și într-o manieră cu totul diferită dacă este comunicat în fața întregii grupe.

O importanță majoră o are și tonul vocii, postura corporală, expresia facială care pot completa și influența semnificativ influența mesajului verbal. De exemplu, același mesaj însoțit de o expresie facială plăcută are efecte diferite decât cel însoțit de încruntare. Modul în care se emite mesajul influențează atât comunicarea verbală cât și cea non-verbală.

Mesajul emis trebuie să fie foarte clar, înlăturând astfel posibilitatea neînțelegerilor și a ambiguității.

Ambiguu	Clar
„Ești dezordonat”.	„Te rog să faci curat în dulăpiorul tău”.
„Nu ești atent la ce îți spun”.	„M-ar ajuta dacă acum nu te-ai mai juca, dar ai fi atent la ceea ce îți spun”.
„Iarăși ai făcut mizerie pe masă”.	„Te rog să faci curat pe masă”.

Stabilirea **contactul vizual** este un semn că suntem atenți la cel care ne vorbește și la ceea ce ne transmite. Contactul vizual presupune ajustarea duratei și modului în care privim copilul

încurajator sau descurajator. Unii copii au nevoie de contact vizual pe tot parcursul conversației, asigurându-se astfel că este o parte activă în comunicare; alții din contră, preferă un contact vizual redus fiind deranjat de priviri insistente. În vederea unei comunicări eficiente cu copiii este foarte important să îi putem oferi o stare de încredere și calm, care să mențină dorința de a comunica și mai ales de a comunica deschis.

Încurajarea comunicării pot fi atât verbală, cât și non-verbală. Dacă cadrul didactic dă aprobator din cap sau schițează un zâmbet încurajator, înlesnește în mod automat comunicarea. În același timp, pronunțarea unor cuvinte scurte, de tipul „aha”, „da”, „într-adevăr”, „înțeleg”, spuse pe un ton plăcut pot încuraja deschiderea copilului spre comunicare. Copilul trebuie asigurat din când în când, semn că ne interesează ceea ce ne comunică el. Din acest motiv afirmațiile nu trebuie să fie prea lungi și nici interpretative, de genul „Știu, vrei să spui că ...”, ceea ce i-ar putea da senzația că vrem să scăpăm cât mai repede de el sau că ceea ce spune este banal. Este foarte important să determinăm copilul să se simtă îndemnat să vorbească și să nu sugerăm că am dori să preluăm controlul asupra conversației.

Repetarea ultimelor cuvinte sau parafrizarea acestora, poate de asemenea încuraja deschiderea spre conversații. Fixarea contactului vizual și răspunsurile verbale și non-verbale minimale sunt elemente importante mai ales în faza de inițiere a comunicării, având în primul rând deschiderea spre un dialog cât mai constructiv.

Concentrarea atenției pe ceea ce spune emițătorul. În procesul receptării mesajul cuiva este important:

- a. să ne concentrăm cât mai mult pe ceea ce vrea să ne comunice și să ne descentrăm de pe propriile noastre probleme; să încercăm să nu ne mai gândim la noi înșine, ci să ne focalizăm cât mai mult pe ceea ce ni se spune;
- b. să înțelegem emoțiile pe care copilul le trăiește, pe care vrea să le transmită; manifestarea empatiei față de trăirile emoționale ale interlocutorului;
- c. să nu întrerupem șirul comunicării prin intervențiile noastre – să nu schimbăm subiectul, ceea ce l-ar putea determina pe interlocutorul nostru să creadă că nu ne interesează mesajul lui.

Evitarea interpretării mesajului și judecării conținutului sau a persoanei care l-a emis până la recepționarea lui completă. Interpretarea este un proces natural și inevitabil, fiecare dintre noi având tendința de a trece tot ceea ce auzim prin filtrele gândirii, a experiențelor noastre personale.

În cazul în care suntem buni ascultători, în scopul eficientizării comunicării este preferabil să ne abținem pe cât se poate de la interpretarea mesajului și de la judecarea emițătorului. Empatia față de interlocutorul nostru ne poate ajuta în acest sens – adică ne împiedică într-o oarecare măsură să interpretăm sau să emitem judecăți de valoare.

Cu cât interpretăm mai puțin (în cazul în care nu reușim această performanță, măcar să nu exprimăm dezaprobat interpretarea noastră), cu atât avem șansa să obținem mai multe informații de la interlocutorul nostru, facilitând comunicarea. [2, p. 65]

În comunicarea cu copiii preșcolari cel mai complicat este să-i ascultați. Timpul pe care-l aveți la dispoziție este adesea limitat. Cerințele impuse prin curriculum fac de multe ori imposibile sau cel puțin greu de pus în practică discuțiile despre alte lucruri cum ar fi preocupările, gândurile sau emoțiile copiilor. Vă sugerăm să utilizați o parte din timpul alocat activităților libere pentru a încuraja copiii să **vorbească** și să se **exprime**. Puteți să stabiliți o temă de discuție, să povestească despre un eveniment fericit, să descrie o activitate recent

realizată în familie, să vorbească despre o activitate, un joc sau un animal preferat, etc. Acest gen de discuții vă ajută nu numai să dezvoltați vocabularul copiilor, dar și permit copiilor să se cunoască mai bine și să stabilească relații de prietenie.

În comunicarea cu copiii, știm cât de valoroasă este transmiterea adecvată a mesajelor **non-verbale**. O îmbrățișare, o mângâiere, un zâmbet sau o glumă pot fi surse importante de construire a relației educator-copil. Discuțiile despre activitățile lor preferate, despre o întâmplare amuzantă din ultima vacanță transmit copiilor interesul și implicarea dumneavoastră.

Nu ezitați să-i îmbrățișați dacă sunt triști, să râdeți împreună cu ei sau să zâmbiți pentru a transmite aprecierea și susținerea dumneavoastră. În multe contexte, un semnal non-verbal poate să transmită copiilor mai mult decât o mie de cuvinte. Mesajele verbale, chiar dacă sunt pozitive își pierd valoarea dacă nu sunt însoțite și de reacții non-verbale consistente.

Reguli pentru o comunicare eficientă cu preșcolarii:

- a) cea mai bună recompensă este atenția, lauda și dragostea;
- b) o dată ce ați stabilit o regulă, nu o schimbați de dragul confortului;
- c) programul stabilit în instituțiile de educație timpurie favorizează confortul psihologic al copilului, rutina asigură siguranța, copiii adoră regulile, ele inspiră stabilitate și facilitează comunicarea;
- d) copiii trebuie să știe că există anumite limite în comportamentul lor, adică să știe ce este acceptabil și ce nu, impuneți reguli și să le spuneți la ce să se aștepte;
- e) este inevitabil **depășirea limitelor**, decât cu ajutorul disciplinei, este posibil să fie nevoie de o voce autoritară și de o avertizare pentru a transmite un mesaj;
- f) **avertizările** transmit copilului ceea ce urmează (ex. se apropie ora mesei sau că în scurt timp va trebui să meargă la primblare) și avertizări legate de comportamentul negativ care oferă copilului ocazia de a-și revizui comportamentul fără a fi nevoie de alte măsuri suplimentare de disciplinare;
- g) **folosirea explicațiilor favorizează** înțelegerea de către copil a faptului cum doriți să se comporte, negocierile complică lucrurile pur și simplu evidențiați aspectele evidente, atunci când disciplinați un copil, explicați-i de ce faceți asta, vorbiți pe înțelesul lui, întrebați-l dacă înțelege motivul pentru care a fost disciplinat astfel ca mesajul să-și atingă ținta;
- h) păstrați-vă calmul, **restricțiile** denotă faptul că dumneavoastră dețineți controlul, nu răspundeți cu violență unei crize de furie și nu răspundeți cu țipete, sunteți adultul nu-i lăsați să vă dezechilibreze;
- i) **responsabilitățile** înseamnă maturizare, lăsați să facă activități mărunte, realizabile, aceste lucruri mărunte le întăresc încrederea în sine, îi ajută să dobândească deprinderile necesare pentru viață, implicații în activitatea dumneavoastră, nu-l faceți pe copil să simtă că nu e în stare de nimic. [5, p. 27]

Evitați folosirea judecăților atunci când evaluați eforturile copilului, pentru că ele mai mult exprimă valorile și ideile dumneavoastră decât ajută copilul să-și dobândească încrederea în forțele proprii. Ele pot fi înlocuite cu propoziții care exprimă un înțeles încurajator, cum ar fi:

Formulări care demonstrează acceptarea:

„Pare să-ți placă activitatea aceasta”

„E frumos că-ți face plăcere să înveți”

„Se vede că-ți place foarte mult să faci asta”

„Dacă nu ești mulțumit cu ceea ce a ieșit, ce crezi că ai putea face ca să te simți mai bine?”

„Cum te face asta să te simți?”

Formulări ce exprimă încrederea:

„Cunoscându-te sunt sigur(ă) că ai să reușești”

„Ai să reușești!”

„Am încredere în tine că vei ști ce să faci”

„Nu-i ușor deloc, dar cred că ai să reușești”

„Ai s-o scoți la capăt”

Formulări care subliniază contribuțiile și aprecierile:

„Mulțumesc, a fost de mare ajutor ce ai făcut”

„A fost o idee bună din partea ta să...”

„Mulțumesc, chiar apreciez ce ai făcut, pentru că mi-ai ușurat mult munca”

„Am nevoie de ajutorul tău pentru...”

„Chiar am petrecut un timp bun astăzi! Mulțumesc”

„Știu că te pricepi la... Ai vrea să faci tu acest lucru pentru noi?”

Formulări prin care este recunoscut efortul și progresul:

„Chiar că ai muncit mult pentru asta!”

„Mi se pare că ai petrecut mult timp gândindu-te la acest lucru.”

„Observ că progresezi.”

„Uită-te cât ai progresat!”

„E clar că ai devenit mai îndemânat în ...”

„Pari cam nemulțumit, dar vezi cât de mult ai progresat...”

Cuvintele de încurajare pot avea un efect invers asupra copilului, chiar de descurajare, dacă sunt motivate de dorința cadrelor didactice de a permanentiza un comportament pe care îl consideră „bun” sau dacă exprimă o atitudine de genul: „Ți-am spus eu!”. Evitați, comentariile moralizatoare sau care îl „califică” pe copil, spre exemplu: „Pare că ai muncit, nu glumă...”, „...de ce nu poți face asta tot timpul?”; „...era și timpul!”; „...vezi ce poți face dacă te străduiești?”.

În comunicarea cu copiii este utilă folosirea cuvintelor care reflectă intensitatea emoțiilor, fiind astfel posibilă transmiterea faptului că ați înțeles nuanțele sentimentelor exprimate de către aceștia. De exemplu:

„Ești extrem de supărat pe Victor”

„Ești extrem de emoționat pentru că trebuie să cedezi jucăria preferată”

„Ești extrem de trist că ți-ai pierdut jucăria” [3, p. 39]

Copiii sunt încurajați să coopereze mai activ în rezolvarea diverselor situații, în stabilirea unor acțiuni comune de soluționare a conflictelor. Prin transmiterea mesajelor ajutăm copiii să reflecte asupra propriilor acțiuni, să înțeleagă mai bine nevoile sale, să ia decizii corecte în viitor. Toate acestea vor contribui la adaptarea socială a copiilor.

BIBLIOGRAFIE

1. CALLO, T. Educația comunicării verbale. Ch.: Editura Litera, 2003. 145 p. ISBN 9975-74-559-8
2. CATRINEL, A.; KALLAY, E. Dezvoltarea competențelor emoționale și sociale la preșcolari. Ghid practic pentru educatori. Cluj Napoca, Editura ASCR, 2010. 314 p. ISBN 978-973-7973-99-3]
3. BACIU, A. Educația părinților, UNICEF – Reprezentanța în România. București. Mar Link, 2006. ISBN 973-8411-50-5
4. POPESCU, D. Arta de a comunica. București: Editura Economică, 1998. 287 p. ISBN 793-590-062-9
5. ZOTEA, N.; PELIVAN, V. Cum să devii un părinte mai bun pentru copilul tău. Ghid pentru părinții care educă copii cu vârsta sub 3 ani, Chișinău, 2017. 93 p.