



SZÖVEG –
SKITA ERIKA, TURÁNI SZABOLCS tréner

SOROZAT –
ÉRTSÜNK SZÓT!

NEM AKAROK OVIBA MENNI!

A szeptemberi ovikezdesre nemcsak új tornacipővel és sok egyéb kellékkel kell fölkeszteni, hanem néha önmagunkat és a gyerekeket is érdemes felkészíteni. És nemcsak akkor, ha egy teljesen új helyzetbe kerülnek. Minden változás tűnhet ijesztőnek, még akkor is, ha az valójában egy korábbi helyzetbe való visszatérés.

- ◆ Az agyműködésünk arra állt be, hogy azt ismétlje, ami már ismert, bevált és megbízható a számára. Ha ebből a nézőpontból tekintünk rá, egy új helyzet kifejezetten rémisztő. Nem tudjuk, mi következik, így nem tudjuk felmérni a következő – vélhetőleg helyes – lépést sem. Valószínűsítünk: minden rendben lesz. Ám mindannyiunkban ott marad a kérdés: mi van, ha mégsem? A gyerekek ki nem mondott kérdéseire is érdemes válaszolnunk. Bizonyos esetekben minél inkább igyekszünk őket meggyőzni arról, hogy minden rendben lesz, annál inkább aggódnak. Néha pedig a sok-sok pozitív leírás mellé már nem is tesz hozzá a saját kétségeiket.

Nézzünk meg egy azonos kiindulási helyzetet két különböző szülői reakcióval!

1. Hanna nagycsoportos lesz szeptembertől, jól ismeri az ovis lét hétköznapjait. Mindig szívesen ment oviba, ezért is lepődik meg az édesanyja, amikor így a nyár vége felé az ovikezdesről beszélgetnek, és Hanna egyszer csak azt mondja: „Nem szeretnék oviba menni.” Édesanyja meglepetten néz rá: „Miért mondd ezt? Eddig szerettel oviba járt. És ott lesz Lili is, ő már biztosan nagyon várja, hogy újra együtt játszhattok.” Hanna kis szünetet tart, elgondolkodik. „Igen, de akkor sem szeretnék. Nem maradhatnék inkább itthon?” Az édesanyja tehetetlennek érzi magát, hiszen Hanna eddig sosem tiltakozott az ovi ellen. Megpróbálja a pozitív emlékeket segítségül hívni. „Ugyan, Hannus, nem lesz semmi baj, szeretsz oviba járni, szereted Panni nénit is, mindig olyan sok mesélivalód van, ha hazaérsz! Anyának és Apának pedig dolgoznia kell, így nem tudunk itthon maradni veled. Minden rendben lesz, meglátod.” Hanna egyre jobban belelovalja magát: „Nem akarok menni, itthon akarok maradni.” Az édesanyja tovább próbálkozik: „Most már nagycsoportos leszel, már mindent tudsz, mindent ismersz, mentek izgalmas kirándulásokra is vagy az állatkertbe... Nagyon sok érdekes dolog történik majd veled!” „Akkor sem akarok menni!” „Nem értelek, Hanna, eddig szeretted az óvodát. Nincs miért aggódnod!” „De én nem akarok, az egy hülye ovi!” „Ne beszélj csúnyán, nincs rá semmi okod!” „Hülye ovi, hülye ovi, nem megyek!” – ezzel sírva kiszalad a szobából.

A logikus magyarázatok, amelyekkel szeretnénk meggyőzni a gyerekeinket, nem oldják fel az aggodalmakat. Azok a gyerekek, akik ilyen reakciót kapnak a szüleiktől, könnyen úgy érezhetik, hogy nem értik meg őket, hiszen el sem jutottak a problémás pontig, az érzelmeik megismeréséig, csak a logikus szülői érveket hallották. Érdemes fordítani egy kicsit a helyzeten, hogy kiderüljön, mennyi a fel nem használt kapacitás egy-egy ilyen szituációban.



2. Réka is nagycsoportba megy, az óvo néniktől az elmúlt év során mindig sok dicséretet kapott. Ám ahogy közeledik a szeptember, egyre többször tűnik feszélyezettnek, ha előke-rül az óvoda témája, aztán kerek-perc kijelenti: „Nem akarok oviba menni!” Az édesanyja első meglepetésében szóhoz sem jut, majd leül vele szemben: „Valami nem tetszik neked az oviban?” „Nem tetszik az ovi, inkább itthon maradok.” „Valami rossz emlék van?” „Mi szedtük a legszebb virágo-kat. Le is préseltük őket a nagy könyvben – mondja Réka. – És amikor lenyomatot csináltunk velük, az én virágaim a közös tálba kerültek, én pedig csupa csúnya, törött virágot kaptam.” „Értem.” „Én szerettem volna azokat a virágokat lefesteni és rányomdázni a papírra, hogy megmutathassam neked.” „Nagyon rosszul eshetett neked, hogy más használta, amiket együtt szedtünk.” „Én pakoltam ki a szekrényből a festékeket, és mire leültem, nekem csak a töröttek maradtak. A többiek már mind festettek.” „Mit gondolsz, Réka, hogyan tudnánk ezen segíteni, hogy az őszi levelekkel ne történhessen ugyanez? Gyere, írjuk le az ötleteinket!” „Az jó lesz! – mondja Réka lelkesen. – Ne én pakoljam ki a festékeket, akkor biztosan marad nekem is.” „Jól van, felírtam, hogy ne te vedd elő a festékeket. Mit szólsz ahhoz, hogy viszünk néhány nagyon

különleges levelet, és megmondjuk Panni néninek, hogy te ezeket szeretnéd lefesteni?” „Írd fel! Azt is írd fel, Anya, hogy ne Zsani mellé üljek, mert neki mindig az enyém kell. A legszebb faleveleket fogom majd nyomdázni és hazahozni neked!”

Ahhoz, hogy a gyerekeink érezzék, hogy biztonságban vannak, és megoszthatják velünk minden apró-cseprő gondjukat, nem arra van szükség, hogy mi legyünk minden tudás birtokosai, minden kérdésre tudjuk a választ, és a tökéletesség mintaképét adjuk nekik. Sokkal inkább arra vágyunk, hogy halljuk meg a ki nem mondott kérdéseiket, kétségeiket, és segítsünk benne, hogy ők maguk találják meg rá a választ. Ebben segítünk mi is azoknak, akik szeretnének többet tudni az érzelmi intelligencia működéséről a gyakorlatban. A fenti példából jól látszik, hogy az EQ összefüggésben áll a megfelelő kommunikációval, az együttműködési készségünkkel és a problémamegoldással is. A többi területről is szó esik majd a következőkben. ◆

A kommunikáció több a kimondott szavaknál – EQ és IQ együtt, működésben – Értsünk szót!
www.ertsunkszot.hu