



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Szkolenie: pt. Jak skutecznie rozmawiać z rodzicami o
potrzebach i wynikach edukacyjnych ich dzieci?
– trening współpracy.

Materiały opracowane w ramach projektu:
„Preventing teachers burnout in primary schools”

Sfinansowane ze środków UE. Wyrażone poglądy i opinie są jedynie opiniami autora lub autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej lub Fundacji Rozwoju Systemu Edukacji. Unia Europejska ani podmiot udzielający dotacji nie ponoszą za nie odpowiedzialności

Cel szkolenia

- uczestnicy rozumieją postawy, jakie mogą prezentować rodzice uczniów zgłaszając się do nich na rozmowę i wiedzą jak dobierać formę rozmowy do tej postawy
- uczestnicy wiedzą jak zaplanować i poprowadzić spotkanie, aby efektywniej osiągać cele
- uczestnicy potrafią stosować konstruktywną komunikację: komunikaty Ja, parafrazowanie, aktywne słuchanie, odzwierciedlanie itp. i budować klimat współpracy z Rodzicami

Grupa docelowa szkolenia

- głównie nauczyciele wychowawcy, ale także nauczyciele uczący przedmiotów

Krótki opis szkolenia

W trakcie szkolenia uczestnicy dowiedzą się, jak przygotować się do spotkania z Rodzicem, a także o czym należy pamiętać prowadząc spotkanie. Nauczyciele przyjrzą się także swoim emocjom i postawom, jakie mogą prezentować w trakcie spotkań. Przedmiotem szkolenia będzie również rozważenie perspektywy Rodziców, a także ich potrzeb i związanych z nimi postaw jakie mogą prezentować w trakcie spotkań oraz skutecznych strategii radzenia sobie z nimi. Będzie również część przeznaczona na ćwiczenie konstruktywnej komunikacji poprzez aktywne słuchanie, parafrazowanie, odzwierciedlanie, komunikat „ja” itp.

Program szkolenia

- Nasze emocje i myśli związane z trudnymi rozmowami z Rodzicami? Jak one wpływają na nasze postawy i zachowanie? – krótkie ćwiczenie
- Jak warto przygotować się do spotkania z Rodzicem?
- O czym warto pamiętać w trakcie spotkania?
- Jak budować porozumienie i sojusz z Rodzicem?
- Trudne postawy Rodziców – jaka może być ich przyczyna? – ćwiczenie
- Strategie na radzenie sobie z trudnymi postawami Rodziców
- Komunikaty „Ja”, parafraza, odzwierciedlanie, aktywne słuchanie, podsumowywanie – skuteczne narzędzie w rozmowie oraz błędy w komunikacji – ćwiczenie

Wiedza, którą zdobędą uczestnicy szkolenia

- jak planować spotkania i prowadzić je w duchu budowania współpracy z Rodzicami
- jaka jest skuteczna komunikacja,
- komunikaty Ja i inne techniki konstruktywnej rozmowy, w tym: parafraza, odzwierciedlanie, aktywne słuchanie
- Przydatne strategie w stosunku do rodziców
- Jakie mogą być przyczyny trudnych postaw Rodziców wobec Nauczycieli

Umiejętności, które zdobędą uczestnicy szkolenia

- planowania spotkań z rodzicami
- Przeprowadzanie spotkań w duchu porozumienia
- Używanie technik konstruktywnej komunikacji – aktywne słuchanie, parafraza, odzwierciedlanie, komunikat „ja”
- Dostosowywania przebiegu spotkania i komunikatów do postaw Rodziców

Metody szkoleniowe

- mini wykład,
- burza mózgów,
- ćwiczenia warsztatowe grupowe i indywidualne

WSKAZÓWKI DLA OSOBY, KTÓRA PROWADZI TRENING

- Podczas całych warsztatów staraj się używać jak najwięcej przykładów z życia, proś o nie uczestników,
- Zachęcaj ich do dyskusji pytając np. co na to reszta grupy? Czy ktoś ma inne zdanie?
- Podkreślaj w wypowiedziach uczestników te wypowiedzi, które prowadzą do budowania relacji współpracy, a nie dzielą rozmówców.
- Instrukcja do ćwiczenia nr 1 - każdy odpowiada na kartce samodzielnie na pytania, a następnie osoby chętne dzielą się ze wszystkimi wnioskami i spostrzeżeniami. Prowadzący zapisuje na tablicy emocje, myśli i zachowania w 3 kolumnach. Wspólna dyskusja i wnioski.
- Instrukcja do ćwiczenie nr 2 – podziel uczestników na 3 grupy w zależności od tego, czyj interes będziecie reprezentować na spotkaniu z rodzicem ucznia, np. szkoły, klasy czy ucznia. Porozmawiajcie w grupkach, jak możecie się zachowywać, jakich argumentów używać itp. Następnie podzielcie się na forum grupy swoimi spostrzeżeniami, wnioskami – każda grupa osobno przedstawia swoje. Odpowiedzcie wspólnie na pytania – Jakie widzicie podobieństwa, a jakie różnice? Jak to czyjego interesu bronicie może wpływać na odbiór waszej postawy przez Rodzica i zarazem na jego postawę wobec Was? Jakie wnioski mogą wynikać z tego dla waszej postawy podczas spotkań z Rodzicami?

- Instrukcja do ćwiczenia nr 3 - Rysujemy na tablicy „góre lodową” wystającą z wody (wzór na slajdzie do ćwiczenia). Nad powierzchnią wody jest jej mniejsza część, a pod wodą zdecydowanie większa. Na górze zapisujemy „trudne zachowanie rodzica” i razem z uczestnikami na zasadzie burzy mózgów wypisujemy konkretne zachowania Rodziców, które uznajemy za „trudne” np. krzyk, oskarżanie/obwinianie nauczycieli o taką sytuację itp. Poniżej tafla wody zapisujemy „powody zachowania Rodzica”, np. wcześniejsze doświadczenia z innymi nauczycielami, doświadczenie własne jako ucznia, nastawienie, kondycja dnia, choroba fizyczna czy psychiczna, problemy osobiste, emocje, zaspokojenie podstawowych potrzeb, stres, cechy temperamentu/osobowości, wiek, wykształcenie, wykonywany zawód, poczucie wartości, relacja z dzieckiem itp. Starajcie się wypisać jak najwięcej przykładów od uczestników. Podsumowujemy zbierając wnioski i spostrzeżenia uczestników. Jak to poszerzenie perspektywy może wpływać na nasze nastawienie do rozmowy?

- Instrukcja do ćwiczenie nr 4 – Należy podzielić uczestników w pary. Jedna osoba wciela się w postać Rodzica – może bazować na swoim przykładzie lub jednym z dwóch podanych na slajdzie. Druga osoba wciela się w postać Nauczyciela - słucha aktywnie swojego rozmówcy, starając się używać technik aktywnego słuchania. Po kilku minutach osoby zamieniają się rolami. Na koniec uczestnicy dzielą się wrażeniami i wnioskami. Wspólna dyskusja i odpowiedzi na pytania: na ile możliwe jest zastosowanie przez nich tych technik w rozmowie z Rodzicami? co może wniesć innego do rozmów z Rodzicami stosowanie tych technik? Jak stosowanie tych technik może wpłynąć na budowanie współpracy z Rodzicami? Itp.



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Jak skutecznie rozmawiać z rodzicami o potrzebach i wynikach edukacyjnych ich dzieci?
– trening współpracy.

Materiały opracowane w ramach projektu:
„Preventing teachers burnout in primary schools”

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



Co-funded by
the European Union



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Rozmowy z rodzicami to jedno z podstawowych narzędzi w pracy wychowawczej nauczyciela. Często nie należą do najłatwiejszych, bo poruszają trudne tematy. Towarzyszy im wtedy stres, zwiększone napięcie i inne nieprzyjemne emocje zarówno po stronie Nauczyciela, jak i Rodzica.

Dlatego warto przygotować się do nich tak, aby zmniejszyć obawy, a zwiększając jednocześnie naszą pewność siebie i skuteczność.



Co-funded by
the European Union



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Moja postawa/nastawienie do rozmowy – **ćwiczenie nr 1**

Wyobraź sobie, że w niedługim czasie masz odbyć rozmowę z rodzicem odnośnie np. trudnego zachowania jednego z uczniów.

- 1. Jakie emocje pojawiają się w Tobie na samą myśl?*
- 2. Jakie myśli masz w głowie?*
- 3. Jak one mogą wpłynąć na Twoją postawę, zachowanie?*



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



To obydwie strony rozmowy wnoszą „coś” do niej – emocje, nastawienie, zachowanie itp.

Każdy z nas ma wpływ tylko na swoje emocje i postawę. Bardzo ważne jest, żeby zdawać sobie sprawę z tego, jakie emocje wywołuje w nas dany rodzic czy też sytuacja i szukać strategii poradzenia sobie z tym.

Bo celem nadrzędnym jest pomoc dziecku – nie szukanie odpowiedzialnego czy też winnego tej sytuacji i rozliczanie!



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Przed spotkaniem z rodzicami:

- ustal cel spotkania – wspierające, informacyjne, interwencyjne itd., czego chcesz się dowiedzieć, o czym poinformować, czego dopytać?
- gdzie ono się odbędzie? (który pokój/sala, gabinet specjalisty czy dyrekcji; zadбай o to, żeby to nie był korytarz, w biegu i żeby nikt wam nie przeszkadzał) – będzie to świadczyć o szacunku wobec Rodzica i może zaowocować dobrą atmosferą od początku.



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



- zastanów się, jak długo może trwać? Ile mamy czasu i wszyscy pozostali uczestnicy, a także Rodzic (zapytaj go oto na początku spotkania)?
- w jaki sposób poinformujesz o spotkaniu? (e-mail przez e-dziennik czy telefon)



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



- kogo chcesz zaprosić na to spotkanie? (w zależności od jego celu – jeśli rozmowa będzie miała charakter bardziej intymny to im mniej osób tym lepiej; jeśli interwencyjny i spodziewasz się silnych emocji, to dobrze jest nie być samemu podczas takiego spotkania)
- ustal plan spotkania (przedstawienie się wszystkich obecnych, zarysowanie ram czasowych, przedstawienie celu – czego dotyczy, z jakiego powodu się spotykacie, omówienie najważniejszych kwestii, umówienie się na zadania, podsumowanie, zaplanowanie następnego jeśli to konieczne)





“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



- przygotuj odpowiednie materiały – prace dziecka, przykłady zachowań z obserwacji, informacje od innych nauczycieli i specjalistów itp.
- ocień ryzyka związane z tym spotkaniem (w tym z jaką postawą/nastawieniem może przyjść ten rodzic, jaki masz plan w związku z tym w zależności od postawy jaką zaprezentuje itp.)



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Nastaw się przede wszystkim na zbudowanie porozumienia i współpracę – stwórz sojusz z Rodzicem! Gdzie najważniejszym celem będzie wsparcie dziecka, które z jakiegoś powodu ma trudności z prawidłowym funkcjonowaniem w warunkach szkolnych i zdobywaniem osiągnięć adekwatnych do swoich możliwości poznawczych.



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Zastanów się, czyj interes reprezentujesz na tym spotkaniu?

Szkoły, klasy, swój, dziecka? – rozważcie wspólnie z uczestnikami, jakie będą różnice w postawie prowadzącego takie spotkanie w zależności od tego, czyj interes będzie reprezentował 😊

Ćwiczenie nr 2 – podzielcie się na 3 grupy w zależności od tego, czyj interes będziecie reprezentować na spotkaniu z rodzicem ucznia, np. szkoły, klasy czy ucznia.



Co-funded by
the European Union



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Podczas rozmowy z Rodzicem/Rodzicami:

- zadbaj o przyjazną atmosferę (siedzenie naprzeciwko siebie, nie „zza” biurka, propozycja napicia się czegoś zwłaszcza jeśli i my pijemy herbatkę 😊 itp.)
- nie rozmawiaj w obecności dziecka o nim!
- bądź spokojny i opanowany – nie daj się ponieść emocjom!
Zachowaj się profesjonalnie 😊



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



- przedstaw cel i plan spotkania, określ ramy czasowe – tak, aby rozmowa nie urwała się w najważniejszym momencie!
- daj się wypowiedzieć Rodzicowi – niech poczuje się wysłuchany! To jeden z ważniejszych warunków na drodze do porozumienia. Słuchaj aktywnie jego wypowiedzi.



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



- okazuj zaciekawienie - postawa „niewiedzy” (nie zakładaj z góry, że wiesz co myśli i jak rozumie sytuację; możesz nie znać szczegółów kontekstu sytuacji np. rodzinnej, która może mieć znaczenie itp.). Okaż prawdziwe i szczere zainteresowanie jego opinią.

- zacznij od pozytywnej informacji o dziecku (pochwal go do rodzica, wskaż dobre zachowanie, cechę, postawę itp.), np.

„Kasia przychodzi przygotowana na lekcje – ma potrzebne książki, zeszyty i materiały.”

„Krzyś jest kulturalnym chłopcem – zawsze mówi mi Dzień dobry na korytarzy.”



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



- doceń Rodzica, chociażby za to, że przyszedł, znalazł czas na spotkanie; że widzicie jak dobro dziecka jest dla niego ważne itp.

„Dziękuję, że znalazła Pani czas na nasze spotkanie. Wiem, że mając trójkę dzieci ma Pani zapewne dużo obowiązków.”

- mówiąc o trudnym zachowaniu opieraj się przede wszystkim na faktach, a nie na interpretacjach zachowania dziecka, np.

„Janek w tym semestrze ma 100 godzin nieobecności”

„Frekwencja syna na matematyce spadła w ostatnim czasie do 45 % - grozi mu nieklasyfikacja z tego przedmiotu”



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



- nazywaj konkretne zachowanie a nie cechę dziecka,
- zapytaj jak Rodzic rozumie to zachowanie, z czego to może wynikać?
Jakie kroki poczynił już może w kierunku naprawy tej sytuacji?
- nie krytykuj Rodziców – wysłuchaj ich argumentacji i podkreśl, że trudności dziecka mają różne uwarunkowania. Tak, aby Rodzice nie czuli się winni i oceniani.





“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



- odwołuj się do obiektywnej wiedzy w danym temacie, np. takie i takie zachowanie dziecka może wskazywać na takie trudności – nie stawiaj od razu pewnej diagnozy – odsyłaj w tym względzie do specjalistów
- używaj języka zrozumiałego dla rodzica – rodzice waszych uczniów mają różny poziom wykształcenia, pochodzą z różnych środowisk, dlatego też powinniśmy dostosować swój język do nich.



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



- staraj się znaleźć przyczynę danego zachowania dziecka, nie szukaj winnego czy odpowiedzialnego tej sytuacji!
- szukajcie wspólnie rozwiązań – zapytaj o pomysły Rodzica na rozwiązanie tej sytuacji i zaproponuj swoje.
- ustalcie co dana strona może konkretnie zrobić i na kiedy (wszystkie strony powinny zadeklarować co mogą zrobić, jak się zaangażować)



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



- daj konkretne wskazówki, np. gdzie rodzic może uzyskać pomoc specjalistyczną, konkretne adresy z numerem telefonu, a nawet nazwiska specjalistów jeśli to możliwe – łatwiej wtedy o zrealizowanie takiego zadania 😊
- ustalcie termin następnego spotkania, aby ustalić postępy działań, podzielić się trudnościami czy też sukcesami
- podkreśl, że wspólnymi siłami i dzięki współpracy będziecie mogli bardziej skutecznie pomóc dziecku.



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



PODSUMOWANIE – przydatne strategie w kontakcie z Rodzicami!



Co-funded by
the European Union



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



- zainicjuj spotkanie z Rodzicami zanim sytuacja z uczniem się zaostrzy – okaż w ten sposób zainteresowanie jego sprawami – zapewnisz sobie lepszą pozycję z Rodzicami na starcie i może zapobiegiesz rozwojowi sytuacji;
- nie odwlekaj kontaktu, jeśli widzisz problem – takie zachowanie może spowodować narastanie nieprzyjemnych emocji po obydwu stronach – reaguj szybko!



"Preventing teachers' burnout in primary schools"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



- informuj Rodziców o trudnych lub niepokojących Cię zachowaniach dziecka, ale z rozsądną częstotliwością – wysyłanie informacji codziennie może przytłoczyć Rodzica i zniechęcić do kontaktu z Tobą, nastawić negatywnie ze względu na przeżywaną frustrację.
- nie oczekuj szybkiej zmiany w zachowaniu dziecka od razu po rozmowie – to jest proces, który wymaga czasu i zaangażowania 😊
- bądź słowny - wywiązuj się z danego słowa i zadań!



"Preventing teachers' burnout in primary schools"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



- prześlij czasami pozytywną informację do Rodzica, pochwal zauważoną zmianę w zachowaniu dziecka nawet jeśli ona jest mała – to pokaże Twoje zaangażowanie i wzmocni działania Rodzica 😊 nic nie działa tak dobrze jak pozytywne wzmacnianie 😊
- konsekwencje prawne i inne „ostre działa” pozostaw na koniec – jeśli zacznasz swoje działania od „straszenia” konsekwencjami to raczej budujesz mur niż porozumienie, ponieważ taki Rodzic będzie chciał się bronić w naturalnym mechanizmie obronnym.



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Ćwiczenie nr 3 – Kim jest ten „Rodzic” i co może wpływać na jego zachowanie?

To, co widzę - trudne
zachowanie Rodzica



To, czego nie widzę
- powody
zachowania
Rodzica



Co-funded by
the European Union



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Trudne postawy Rodziców:

- Rodzice mogą zaprzeczać oczywistym faktom i przyjmować postawę obronną. Nie tyle nie chcą pomóc swojemu dziecku, co raczej bronią się przed przyjęciem do wiadomości i zaakceptowaniem trudnej dla nich informacji o problemach dziecka.



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



- Jeśli rodzice obwiniają nauczycieli/szkolę to prawdopodobnie rozładowują swoją frustrację spowodowaną problemami dziecka i poczuciem bezradności. Przynosi im to chwilową ulgę w pogodzeniu się z trudną sytuacją.



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



- Rodzic, który narzeka - rodzic dostrzega problem, ale jego rozwiązanie w jego przekonaniu zależy od kogoś innego – staraj się ustalić zadania zarówno po stronie szkoły jak i Rodzica, aby zmobilizować go do działania; podkreślaj jego rolę w świadomym wychowywaniu dziecka.



"Preventing teachers' burnout in primary schools"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



- Rodzic agresywny – najprawdopodobniej broni siebie lub dziecka. Postaraj się dać mu przestrzeń na odreagowanie emocji i frustracji. Nie zaprzeczaj – to pogorszy sprawę. Bądź opanowany i stawiaj granice w rozmowie; nie spotykaj się z takim Rodzicem samodzielnie; jeśli krzyczy, obraża Cię – wstań, wyraż stanowczy sprzeciw dla takiego zachowania i zaproponuj spotkanie w innym terminie.



"Preventing teachers' burnout in primary schools"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Aktywne słuchanie – jedno z narzędzi budowania klimatu zrozumienia i współpracy

Aktywne słuchanie to proces w skutecznej komunikacji. Umożliwia nie tylko zdobycie informacji, ale także poznanie punktu widzenia rozmówcy oraz daje szansę na stworzenie relacji opartej na wzajemnym szacunku i zaufaniu.



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Ważne aspekty aktywnego słuchania:

- utrzymywanie kontaktu wzrokowego
- zwrócenie się w stronę rozmówcy
- delikatne zachęcanie do kontynuowania wypowiedzi
- przejawianie zainteresowania tym, co mówi nasz rozmówca (np. odpowiednią gestykulacją i mimiką)



Co-funded by
the European Union



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



- zadawanie dodatkowych pytań
- krótkie powtarzanie niektórych elementów wypowiedzi rozmówcy, czyli parafrazowanie (**techniki słuchania**)
- powstrzymanie się od komentowania, udzielania rad (czasem niewykonalne? 😊)
- wyrażanie tolerancji i cierpliwość
- nieprzerywanie i nierozpraszcianie rozmówcy



"Preventing teachers' burnout in primary schools"
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Najczęstsze błędy komunikacyjne:

- wtrącanie się do wypowiedzi rozmówcy
- stałe komentowanie
- nagłe przechodzenie na inny temat
- okazywanie znudzenia lub obojętności wobec tematu rozmówcy
- brak koncentracji
- ocenianie rozmówcy





“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Techniki aktywnego słuchania:

- parafrazowanie
- klaryfikacja
- pytania otwarte
- odzwierciedlanie uczuć
- potakiwanie i inne zachęcanie do dalszej wypowiedzi
- dzielenie się własnymi uczuciami



Co-funded by
the European Union



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



PARAFRAZA

Parafrazowanie, czyli **powtarzanie** własnymi słowami tego co powiedział rozmówca. Zmieniasz formę, ale mówisz dokładnie to samo, co usłyszałaś. Nie włączasz tu komentarzy lub interpretacji usłyszanej wypowiedzi.

Jeśli dobrze Pani/Pana rozumiem to...

Czyli jest Pani/Pan zdania, że....

Z tego, co Pani/Pan mówi, wynika, że...

Jeśli prawidłowo zrozumiałam Pani/Pana intencje, to...

Czy dobrze zrozumiałam, że...

Jeśli dobrze rozumiem Pani/Pana wypowiedź, to....



Co-funded by
the European Union



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Głównym zadaniem parafrazy jest sprawdzenie, czy dobrze zrozumieliśmy intencje osoby, z którą rozmawiamy.

Parafraza pomoże Ci uporządkować poruszane tematy i przejść do następnych punktów rozmowy. A przede wszystkim, pokazujesz drugiej stronie, że uważnie ją słuchasz i starasz się zrozumieć to, co ma do powiedzenia.

Ważne: parafrazowanie czyjejś wypowiedź nie oznacza, że się z nią zgadzasz! To tylko i aż informacja, że zrozumieliśmy, co nasz rozmówca miał do powiedzenia.



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



KLARYFIKACJA

Klaryfikacja, czyli uczynienie czegoś klarownym i przejrzystym, zrozumiałym. To prośba o **wyjaśnienie, doprecyzowanie**, gdy nie możemy zrozumieć wypowiedzi. O rozwinięcie myśli, o konkretne przykłady, o to by skupić się na tym najważniejszym. Przydaje się, kiedy rozmowa ma za dużo wątków i chcesz skupić się na jednym.



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Proszę powiedzieć dokładnie o co Pani/Panu chodzi w temacie...

Proszę podać mi przykład na...

Skupmy się teraz na...

Wiem, że to wszystko jest ważne dla Pani/Pana, ale spróbujmy teraz skupić się na temacie...



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



PYTANIA OTWARTE

Zadając pytanie otwarte, pozwalamy komuś dowolnie rozwinąć swoją wypowiedź, jest to pole do szerszego wypowiedzenia się na dany temat. Pozwala pytanemu w pełni zaprezentować swoje stanowisko. Pytania otwarte są zachętą do dalszej rozmowy, wyrazem zainteresowania i troski.

Jak Pani/Pan rozumie tą sytuację?

Co jeszcze martwi Panią/Pana w zachowaniu dziecka?

Kiedy jeszcze zaważają Państwo, że... ?



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



ODZWIERCIEDLANIE UCZUĆ

Odzwierciedlenie uczuć jest pozornie proste, ponieważ masz za zadanie uświadomienie rozmówcy jego własnych uczuć. Sama nazwa sugeruje, że chodzi o odbicie jak w **lustrze** tego, co mówi i odczuwa oraz sposobu, w jaki się zachowuje.

Odzwierciedlanie – mówimy komuś o tym, jakie wg nas przeżywa uczucia.

Tylko nie chodzi tu o bezmyślne powtarzanie słów, a zrozumienie, co odczuwa rozmówca i pokazanie tego. O pewnego rodzaju dopasowanie, dostrajanie się.



Co-funded by
the European Union



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Widzę że ta kwestia bardzo Panią/Pana denerwuje/złości

Mam wrażenie, że jest Pani/Pan zadowolona/-ny z

Czuję, że Pani/Pan bardzo się tym przejmuje...

Widzę, że ta kwestia bardzo Panią/Pana poruszyła...



Co-funded by
the European Union



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Pomocne mogą być również **komunikaty „Ja”**

Kiedy... (opis zachowania), ja... (towarzyszące nam uczucie),
ponieważ... (opis sytuacji). Chciałabym... (potrzeba).

Kiedy Pan/Pani tak podnosi głos i krzyczy do mnie, to ja nie czuję się dobrze i bezpiecznie i dlatego chciałabym zakończyć to spotkanie. Spotkajmy się z w innym terminie.



“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Tabela z podsumowaniem – pomoc w ćwiczeniu nr 4

parafraza	klaryfikacja	pytania otwarte	odzwierciedlanie
Jeśli dobrze Panią/Pana rozumiem to...	Proszę powiedzieć dokładnie o co Pani/Panu chodzi w temacie...	Jak Pani/Pan rozumie tą sytuację?	Widzę że ta kwestia bardzo Panią/Pana denerwuje/złości
Czyli jest Pani/Pan zdania, że....	Proszę podać mi przykład na...	Co jeszcze martwi Panią/Pana w zachowaniu dziecka?	Mam wrażenie, że jest Pani/Pan zadowolona/-ny z
Z tego, co Pani/Pan mówi, wynika, że...	Skupmy się teraz na...	Kiedy jeszcze zaważają Państwo, że... ?	Czuję, że Pani/Pan bardzo się tym przejmuję...
Jeśli prawidłowo zrozumiałam Pani/Pana intencje, to...	Wiem, że to wszystko jest ważne dla Pani/Pana, ale spróbujmy teraz skupić się na temacie...		Widzę, że ta kwestia bardzo Panią/Pana poruszyła...
Czy dobrze zrozumiałam, że...			
Jeśli dobrze rozumiem Pani/Pana wypowiedź, to....			





“Preventing teachers’ burnout in primary schools”
2023-1-PL01-KA210-SCH-000152158



Ćwiczenie nr 4 – w parach ćwiczenie technik aktywnego słuchania.
Jedna osoba jest Rodzicem, a druga Nauczycielem.

Przykłady sytuacji:

- Rodzic mówi: Pani się uwzięła na moje dziecko. Pani nie lubi mojego dziecka i ono przez panią płacze.
- Rodzic skarży się na sposób prowadzenia lekcji, zbyt duże wymagania na przedmiocie. Rodzic był proszony wcześniej o systematyczną pracę z dzieckiem w domu. Tłumaczy się, że to robi lub brakiem czasu. Próbuje wymusić na nauczycielu lepszą ocenę.