

Siła słowa

„Mile słowa mogą być krótkie i łatwe do wypowiedzenia, ale ich echo jest prawdziwie nieskończone” (Matka Teresa z Kalkuty)

Słowa otaczają nas jak powietrze. Obcujemy z nimi, czasami nie przywiązując do nich większej wagi. Uważamy je za coś oczywistego. Wypowiadamy, słuchamy, czytamy, posługujemy się nimi w myślach. Ile słów dziennie pojawia się w naszych myślach? Od 30 do 60 tysięcy.

*Słowo to ciąg dźwięków, które symbolizują lub przekazują jakieś znaczenie. To sygnał werbalny, symbol, znak. Każde wypowiedziane słowo wywołuje u słuchacza czy czytelnika pewne skojarzenia. Wystarczy powiedzieć *cytryna*, lub *wieża*, by zobaczyć, co mamy zakodowane w umyśle w związku z tymi przekazami werbalnym. *Wieża* – Paryż, wieża Eiffla, *cytryna* – czujemy jej kwaśny smak w ustach.*

Skąd więc biorą się w naszej psychice emocje towarzyszące określonym pojęciom?

Każde słowo, które kiedyś słyszeliśmy nasz umysł łączy z sytuacją, która temu towarzyszyła, z odczuciami zmysłowymi i z emocjami, jakie wywołała.

Dlatego czujemy smak cytryny, choć nie jemy jej w danej chwili. Fizycy kwantowi powiedzieliby, że każde słowo ma swoją wibrację, energię, która oddziałuje na nas pozytywnie lub nie.

Jesteśmy niemal bezustannie bombardowani wiadomościami i informacjami. Ich źródłem są inni ludzie, radio, telewizja, internet, książki, prasa. Pod ich wpływem tworzymy wyobrażenia o świecie, zmieniamy się.

Jeśli tak jest, to powinniśmy dbać o przekaz, który do nas trafia. Odrzucić słowne śmieci, a otaczać się pozytywnymi informacjami, mądrze je wybierając. Słowa są jak kierunkowskazy. Możemy wybrać drogę pełną nadziei, szczęśliwą, naładowaną pozytywną energią, lub wędrować po ponurych, przygnębiających, nieprzyjaznych ścieżkach. Wybór zależy tylko od nas.

Dasz radę, możesz wszystko!

Z naszymi słowami nie zostajemy sami. Podajemy je dalej innym ludziom. Szczególnie ważne jest, co dajemy dzieciom. One dopiero uczą się życia, poznają je. Uczą się emocji, a dzięki nim uczą się siebie. Rodzice, opiekunowie i inni dorośli, obcując z dziećmi stają się odpowiedzialni na jakich ludzi wyrosną. Czy będą osobami z niskim czy wysokim poczuciem



własnej wartości. Jak będą pokonywać życiowe przeciwności i rozwiązywać problemy? Czy będą lubić siebie i innych ludzi?

W dużej mierze zależy to od słów, jakie o sobie słyszą. W placówkach oświatowych, szczególnie w przedszkolu, moc słów jest wyjątkowa. Dzieci nie tylko słyszą werbalny przekaz, ale doskonale czują emocje dorosłych. Zadbajmy więc o miłe komentarze, uśmiech i wzajemne, dobre relacje.

Pierwsze informacje o sobie dziecko otrzymuje w domu rodzinnym. Rola rodziców, rodzeństwa, babci i dziadków w budowaniu przez dziecko obrazu samego siebie jest ogromna. Wspierany i doceniany maluch uczy się otwartości na nowe doświadczenia, wiary w siebie. Dziecko, które doświadcza akceptacji uczy się lubić oraz szanować siebie i innych. Kochane – odnajdzie szczęście i spełnienie w życiu.

Każde uczucie można wzmocnić słowami, które zapadają w pamięć na całe życie: *Kocham cię, Jesteś dla mnie ważny, Dasz radę, Mów do mnie, lubię słuchać, kiedy do mnie mówisz*. Dziecko, które od najbliższych otrzyma mocne podstawy do budowania poczucia własnej wartości, idąc do przedszkola łatwiej odnajduje się w grupie rówieśników. Z radością przyjmuje sukcesy, z dystansem podchodzi do porażek. W sposób świadomy, asertywnie, będzie umiało bronić swojego zdania i osobistej przestrzeni. Jednocześnie z łatwością nawiąże kontakty z innymi dziećmi oraz dorosłymi. Poprosi o pomoc, jeśli jej potrzebuje lub pochwali się sukcesem.

W przedszkolu dziecko przebywa znaczną część dnia wśród rówieśników. Często dochodzi wtedy do konfrontacji jego opinii o sobie wyniesionych z domu, z poglądami powstającymi w wyniku porównania do innych dzieci. Uwagi nauczycieli *pospiesz się, zawsze jesteś ostatni, ty nigdy na czas nie kończysz pracy* wpisują się w umysł malucha i tworzą nową wiedzę o nim samym.

Informacje zwrotne o zachowaniu, tempie pracy, sprawnościach i umiejętnościach trzeba przekazywać dziecku w bardzo delikatny sposób. Informować o swoich uczuciach (np. *Jest mi przykro, kiedy tak postępujesz, Czuję się źle, gdy mnie nie słuchasz*). Razem z nim szukać konstruktywnych rozwiązań (np. *Jak inaczej można rozwiązać ten problem, co proponujesz?*). Nie przyklejać „łatek”.

Zmiana sposobu komunikowania się z dziećmi jest trudna. Zazwyczaj tę pracę trzeba zacząć od zmian w sobie.

Jakie słowa mają największą moc?

Słowa, które dają konstruktywne informacje zwrotne o zachowaniu dziecka i o nim samym pełnią ważną funkcję wpierającą poczucie wartości malucha i jego obraz samego siebie. Dziecko trzeba więc traktować w rozmowie, jak partnera, np. używając następujących zwrotów: *cieszę się, że tu jesteś, twoje zdanie jest dla mnie ważne, podoba mi się twój pomysł, czuję się dobrze, kiedy mnie słuchasz...* Mały adresat takich słów czuje się ważny, pozytywnie nastawiony do świata, zadowolony z siebie. Motywująco działają również słowa: *potrafisz, wierzę w ciebie, jestem z ciebie dumny, szanuję cię, dziękuję, przepraszam*.

Dzieci to wspaniali naśladowcy. Uczą się tego, co usłyszą i zaobserwują u innych. Jeżeli przebywają wśród osób używających konstruktywnych komunikatów, szanujących zdanie rozmówcy, to uczą się podobnych zachowań i formułowania pozytywnych informacji zwrotnych. Kierowanie do rówieśników miłych słów, zauważanie ich pozytywnych cech oraz docenianie wysiłków z czasem przekształca się w nawyk.

Widzenie w drugim człowieku, nawet tym najmniejszym, tkwiącego w nim potencjału to ogromny dar. Świat i postrzeganie siebie, jako ważnego elementu otaczającej rzeczywistości w dużej mierze kreują słowa. Zadbajmy więc o to, by dzieci słyszały pozytywne komunikaty, jak najczęściej.

Literatura

Stephan R. Covey *Moc pozytywnych słów*

Rich DeVos *Słowa, które odmieniają świat*