

Pamiętaj!

- Poniższa praca jest do wykonania przez Ciebie, nie przez dziecko/dzieci.
- Jej wykonanie nie jest warunkiem czytania, rozmowy z dzieckiem, ale wydaje nam się, że to może Ci pomóc.
- Znajdź spokojny moment, by zająć się ćwiczeniami.
- Nie wykonuj ich „po łebkach”. Jeśli potrzebujesz na zastanowienie więcej czasu, daj go sobie. Ćwiczenia możesz rozłożyć nawet na kilka dni.
- Odpowiadaj na pytania po kolei. Nie przechodź do następnego, jeśli nie odpowiesz na bieżące. Lepiej się zatrzymać, odłożyć ćwiczenia niż przeskakiwać pytania. Nie pozostawiaj pytań bez odpowiedzi. *Nie wiem, nie pamiętam* – też są odpowiedziami. Zapisz je.
- Pracuj kartkami. Nie patrz, co jest na następnych stronach, dopóki nie zbierzesz swoich notatek na bieżącej karcie.
- Jeśli praca z pytaniami sprawia Ci trudność np. wywołuje przykre wspomnienia, uruchamia trudne emocje, generuje dużo złości, zniechęca Cię do dalszej pracy – pomyśl, dlaczego tak jest.
- Możesz zawsze zrezygnować z tych ćwiczeń, ważne, byś wiedział/a, dlaczego to robisz.
- Te pytania nie służą temu, by znaleźć jakąś obiektywną prawdę. To rodzaj Twojej mapy po tej krainie, którą będziesz mógł podzielić się z dzieckiem/dziećmi w czasie Waszej wspólnej podróży.

Przygotuj kredki lub flamastry, długopis lub ołówek oraz kilka kartek.

BRZDEK

Kłamanie

1. Podaj własną definicję kłamstwa. Możesz ją zapisać.
2. Czy uważasz, że są sytuacje, kiedy kłamstwo jest usprawiedliwione? Jeśli tak, wybierz te z poniższych propozycji, które możesz zaakceptować.

Uważam, że można skłamać jeśli:

- ✓ *Prawda uraziłaby kogoś.*
- ✓ *Powiedzenie prawdy zagrażałoby mi.*
- ✓ *Mogę coś dzięki temu uzyskać, mieć korzyść.*
- ✓ *Kłamstwo jest blahe i nie ma znaczenia.*
- ✓ *Chce się ukryć czyjąś chorobę (zatajenie przykrej diagnozy przed chorym).*
- ✓ *Kłamstwo nikogo nie skrzywdzi.*
- ✓ *Umie się kłamać.*
- ✓ *Nie chcemy powiedzieć wszystkiego, można powiedzieć tzw. „półprawdę”.*
- ✓
- ✓

3. Jeśli zdarzyło/zdarza Ci się kłamać, opisz jak się wtedy czujesz:

- ✓ *Denerwuję się.*
- ✓ *Boję się wykrycia prawdy.*
- ✓ *Jestem dumny/a z tego, że umiem kłamać.*
- ✓ *Wstyd mi.*
- ✓ *Usprawiedliwiam się, że to było konieczne.*
- ✓ *Czuję się winny/a.*
- ✓ *Chcę przyznać się do kłamstwa, ale nie potrafię.*
- ✓ *Jest mi smutno.*
- ✓ *Czuję się samotna/y.*
- ✓ *Czuję się opuszczony/a.*
- ✓ *Czuję się niesprawiedliwie potraktowany/a.*
- ✓ *Mam wyrzuty sumienia*
- ✓ *Tracę poczucie własnej wartości.*
- ✓ *Jestem ciekawy/a, podekscytowany/a czy się uda.*
- ✓ *Nie mam konkretnych uczuć związanych z kłamaniem. Przychodzi mi to bez trudu.*
- ✓
- ✓

4. Jak sądzisz, które z powyższych odczuć mogą być udziałem dzieci w sytuacji kłamania? Zaznacz je innym kolorem.

5. Jak uważasz, dlaczego dzieci kłamią? Dodaj własne propozycje:

- ✓ *Wzorują się na dorosłych.*
- ✓ *Chcą osiągnąć jakiś cel, a nie znają innej drogi.*
- ✓ *Chcą zwrócić na siebie uwagę.*
- ✓ *Czują się nadmiernie kontrolowane.*
- ✓ *Boją się kary lub innych konsekwencji.*
- ✓ *Nie są w stanie podobać wymaganiom dorosłych.*
- ✓ *Chcą być lepsze, pokazać się w lepszym świetle.*
- ✓ *Wstydzą się prawdy, np. biedy, alkoholizmu rodzica.*
- ✓ *Lubią to.*
- ✓ *Sprawia im to przyjemność – mogą kontrolować otoczenie.*
- ✓
- ✓

6. Jak reagujesz, jeśli zorientujesz się, że dziecko z Twojej grupy/klasz skłamało/kłamię?

- ✓ *Karzę je zgodnie z ustaleniami w grupie.*
- ✓ *Głośno wyrażam swoją dezaprobatę dla kłamstwa..*
- ✓ *Dociekam, co jest przyczyną, że dziecko skłamało/kłamię.*
- ✓ *Tracę zaufanie do tego, co dziecko mówi i robi.*
- ✓ *Oceniam, jak poważne to było kłamstwo.*
- ✓ *Staram się doceniać, nagradzać za mówienie prawdy.*
- ✓ *Uważam że czasem „mijanie się z prawdą” to nic złego.*
- ✓ *Rozmawiam z dziećmi o zasadach i konsekwencjach kłamania.*
- ✓ *Staram się poświęcić dziecku więcej uwagi.*
- ✓ *Kłamstwa w tym wieku świadczą o bujnej fantazji, uważam, że to nic złego.*
- ✓
- ✓

7. Jak się czujesz, wiedząc, że dziecko Cię okłamało? Nasze propozycje poniżej, dopisz własne:

- ✓ *Jestem zły/a.*
- ✓ *Jestem zawiedziony/a.*
- ✓ *Tracę zaufanie do dziecka.*

- ✓ *Jestem zdziwiony/a.*
- ✓ *Uważam, że w tym wieku kłamstwo nie jest aż tak naganne.*
- ✓ *Obawiam się, że będzie to często robić.*
- ✓ *Potrzebuję wsparcia rodziców.*
- ✓ *Winię rodziców.*
- ✓
- ✓

8. Jakie uczucia wzbudziły w Tobie powyższe ćwiczenia? Czy odkryłeś/aś coś nowego? Zapisz swoje refleksje.

PAMIĘTAJ!

Najlepiej modelujesz zachowania dzieci przez własne zachowania:

- Staraj się być przykładem prawdomówności – dzieci uczą się poprzez naśladownictwo, a poza tym, są dobrymi obserwatorami. Nawet niewinne niedotrzymanie obietnicy jest sygnałem dla dzieci, że takie postępowanie jest dopuszczalne.
- Ucz dzieci odróżniania świata fantazji od kłamania.
- Unikaj kar za kłamanie. Spróbuj dociec przyczyn.
- Dostosuj oczekiwania i wymagania do wieku dziecka, spokojnie przypominaj o zasadach.
- Zwracaj uwagę i nagradzaj momenty, kiedy dziecko zachowuje się właściwie.
- Docień za przyznanie się do kłamstwa.
- Krytykuj niewłaściwe zachowanie, nie dziecko.