Iztaujāt mazuli ir īpaša māksla. Vecākiem ir svarīgi iemācīties uzdot atklātus jautājumus, uzmanīgi klausīties un pamanīt detaļas. Turklāt uz vispārīgiem jautājumiem bērnam ir grūti atbildēt, jo viņš vēl nespēj izveidot loģisku notikumu ķēdīti.

Pirmajām sarunām ar mazuli ir jāizvēlas vienkārši un iespējami konkrēti jautājumi, kuri mudinās bērnu padalīties ar pārdzīvotajām emocijām un notikumiem. Šādas mazas sarunas kļūs par lielisku tradīciju komunikācijā starp bērnu un vecākiem. Tās palīdzēs izzināt, kas bērnu iepriecina vai satrauc, kas viņam izdodas, bet kas varbūt vēl nē. Šo sarunu laikā tad var apspriest, kā iespējams rīkoties, kā vajadzētu darīt nākamajā reizē un daudz ko citu. Bērns zinās, ka viņš nav viens ar savām bailēm un priekiem, ka ar šīm emocijām var dalīties arī ar vecākiem.

Amerikāņu rakstnieces, mammas Džeimijas Haringtones ieteikumus jeb četrus obligātos jautājumus, ko bērniem jāuzdod katru dienu, un viens no šiem jautājumiem ir šāds: "Kas labs šodien ar tevi atgadījās?"

Lūk, "Ihappymama" apkopojis 10 jautājumus, ko vecāki var uzdot savam bērndārzniekam, lai uzzinātu, kā pagājusi viņa diena dārziņā!

* Kādas spēles tu šodien spēlēji? Ar ko tu spēlējies?
* Kas tevi šodien uzjautrināja/satrauca?
* Kas šodien bija visinteresantākais dārziņā?
* Kādu pasaku/grāmatu/stāstu jums šodien pastāstīja audzinātāja?
* Kādu dziesmiņu jūs šodien dziedājāt/zīmējumu zīmējāt?
* Kas interesants/neparasts šodien bija pastaigas laikā?
* Ko garšīgu jums deva pusdienās? Bet kas bija negaršīgs?
* Tu šodien uzzināji kaut ko jaunu?
* Ko tu visvairāk šodien gribēji sagaidīt?
* Tev šodien bija nepieciešama palīdzība? Kāpēc? Bet pats kādam palīdzēji?

**Vecāku dežūrjautājumi, kurus bērnam nevajadzētu uzdot**

**Pēc spraigas darba dienas mēs bērnam vaicājam par to, kādi ir viņa panākumi un kādas atzīmes viņš dabūjis skolā, vai, kā pagājusi diena bērnudārzā. Atviegloti uzelpojam, ja viņš mums atbild: "Viss ir kārtībā." Vai arī lasām morāli, ja mūs, vecākus, kaut kas neapmierina.**

 Vecākiem vispār piemīt meistarība uzdot abstraktus jautājumus par to, kā pagājusi diena, ko bērns ēdis skolā vai dārziņā. Mums šķiet, ka šādā veidā mēs parādam savas rūpes un brīnāmies, kāpēc bērni ar mums tā īsti nemaz negrib kontaktēties. Viss ir tāpēc, ka – ja mums pašiem uzdotu šādus jautājumus, tad arī mēs uz tiem nemaz nespētu saprotami atbildēt. Īpaši tad, ja šāda tipa jautājumus mums uzdotu dienu no dienas. Kādus jautājumus bērniem būtu ieteicams uzdot, bet no kādiem labāk atturēties, "Ihappymama" skaidro psiholoģe Anna Bikova.

**Jautājumi, kurus nevajag pastāvīgi uzdot bērnam**

Viens no vecāku uzdoto jautājumu līderiem, kad bērns tiek izņemts no bērnudārza un tas tiek uzdots audzinātājai vai auklītei: "Kā viņš šodien ēda?" un jautājums bieži vien tiek uzdots ar tādu trauksmainu pieskaņu, turklāt bērna klātbūtnē, kuram, pēc atsevišķu vecāku domām, vajadzētu sajusties vainīgam vai lepnam, atkarībā no tā, vai viņš šodien ir izēdis zupu, apēdis kotleti vai putru… Kā saka psiholoģe, viņai uz šādu jautājumu griboties atbildēt kāda slavena bērna ārsta vārdiem: "Bērns vislabāk zina, kad un cik daudz viņam jāēd" un "vienīgās zāles, kas 100 procentos gadījumu atrisina apetītes trūkuma problēmas, – tā ir izsalkuma sajūta". Nejautā: "Ko tu šodien ēdi", bet pavaicā: "Kas tev šodien bija visinteresantākais, kas ar tevi atgadījās".

Tieši tāpat ieteicams atteikties no regulāri uzdotā jautājuma: "Tevi šodien neviens neapbižoja?" Jau pats jautājums ietver vēstījumu bērnam, ka bērnudārza vide ir naidīga, un ir jābūt gatavam, ka jebkuru brīdi kāds var nodarīt pāri. Bērns sāk koncentrēties uz grupiņas biedru iespējamo aizskarošo uzvedību, viņš pat pats ar savu uzvedību var sākt provocēt citus bērnus, lai kāds viņu apbižotu un tad būtu par ko pastāstīt mammai. Jo viņa taču, kā vienmēr, vakarā pajautās: "Tevi neapbižoja?" Labāk pavaicā: "Ar ko tu šodien spēlējies?"

Viens no biežāk uzdotajiem vecāku jautājumu skolas vecuma bērniem ir: "Kādu atzīmi šodien dabūji?". Gaidītā atbilde – neskaitāmu daudzumu desmitnieku, devītnieku… Skumji, ja ar atzīmju nosaukšanu dialogs ir noslēdzies. Formāla pieeja. Bez atzīmēm bērns skolā taču gūst arī pieredzi, emocijas, iespaidus, smaidus, zilumus un punus. Pavaicā bērnam arī: "Ko tu šodien iemācījies? Ko jaunu uzzināji? Kas bija pats interesantākais? Kas pats grūtākais?" Un psiholoģes Bikovas mīļākais jautājums esot: "Ja dienu varētu nodzīvot no jauna, ko tu tajā mainītu?" Tādā veidā tu ne tikai iegūsi vairāk informācijas par bērnu, bet iemācīsi arī viņu analizēt savas kļūdas, izdarīt secinājumus.

Vēl viens ne tas veiksmīgākais piemērs – dežūrjautājums: "Kādi panākumi?" Šis nevainīgais jautājums psiholoģi esot kaitinājis kopš pašas bērnības. Tāpēc, ka ne katra diena var būt veiksmīga, bet jautājums raisa sajūtu, ka bērnam katru dienu jābūt veiksmīgam, spējīgam gūt panākumus. Un vēl viens negatīvs aspekts: bērnā veidojas iekšējā pārliecība, ka dalīties ar vecākiem var tikai panākumos. "Es tagad saprotu, ka dalīties var un vajag ne tikai ar panākumiem, bet arī ar grūtībām un sarūgtinājumiem. Bet tam man bija nepieciešami vairāki psiholoģijas studiju gadi un personīgā pieredze psihoterapijā," atklāti atzīstas psiholoģe.

Rakstu sagatavoja izglītības metodiķe A. Ratnika

http://www.delfi.lv/temas/bernudarzi