

Analiza rozmowy z Mają

Przygotowanie do warsztatu online na podstawie fikcyjnego dialogu z VOD 3.

PRZECZYTAJ DIALOG

Maja ma 15 lat. Umówiła się z mamą, że wieczorem wykona jeden z obowiązków domowych. Mija ustalony czas, zadanie nadal nie jest zrobione.

Mama: „Maja, umawialiśmy się, że zrobisz to przed wieczorem”.

Maja: „Wiem. Za chwilę”.

Po pewnym czasie mama wraca do tematu.

Mama: „Mówiłaś, że zrobisz to za chwilę, a nadal nie jest zrobione”.

Maja: „No przecież powiedziałam, że zrobię. Możesz przestać cały czas mnie pilnować?”. **Mama:** „Nie pilnowałabym Cię, gdybyś robiła to, na co się umawiamy. Nie rozumiem, dlaczego każda taka rozmowa musi się kończyć awanturą”.

Maja: „Bo cały czas mnie kontrolujesz”.

1 KONKRETNA SPRAWA I SZERSZY TEMAT

Od jakiej sprawy zaczęła się rozmowa? Przy którym zdaniu zmienia się jej zakres?

Co może być ważne dla mamy? Co może być ważne dla Mai? To hipotezy.

Którą wypowiedź mamy zmienisz i co chcesz dzięki temu osiągnąć?

Najpierw zapisz własną odpowiedź. Przykłady i omówienie znajdziesz na stronie 3. Nie ma jednego zdania, które pasuje do każdej sytuacji.

Dalsza rozmowa i ustalenie na przyszłość

Zaproponuj odpowiedź na dziś i sposób ograniczenia podobnych konfliktów.

2 INNY DALSZY CIĄG

Jak mama może sprawdzić perspektywę Mai i wrócić do dzisiejszego obowiązku?

Maja: „Nie o obowiązek chodzi, tylko o to, że mi nie ufasz”. Jak odpowiesz?

Kontynuować czy zrobić przerwę? Jakie sygnały uzasadniałyby Twój wybór?

3 GDY SYTUACJA SIĘ POWTARZA

Założmy, że zadanie zostało wykonane, ale podobne kłótnie powtarzają się kilka razy w tygodniu. Mama nie chce ciągle przypominać, a Maja nie chce być ciągle pilnowana. Zaproponuj wspólne ustalenie.

Co dokładnie ma być zrobione i do kiedy?

Jak Maja może sama zadbać o przypomnienie?

Co robi, jeśli nie będzie mogła dotrzymać terminu?

Kiedy obie sprawdzą, czy nowe ustalenie działa?

Przykładowe omówienie rozmowy

Zabierz własną propozycję na warsztat.

Nie trzeba odtwarzać przykładowych wypowiedzi słowo w słowo.

1 OD OBOWIĄZKU DO OCENY RELACJI

Tematem wyjściowym jest niewykonany obowiązek. Zakres rozmowy poszerza się w słowach „cały czas mnie pilnować”, a następnie „każda taka rozmowa”. Zaczyna być trudno uzgodnić jedną rzecz, ponieważ rozmowa dotyczy również zaufania i kontroli.

Mamie może zależeć na dotrzymaniu umowy, a Mai na większej samodzielności. Dialog nie daje pewności co do ich przeżyć ani całej historii relacji.

2 SPRAWDZENIE PERSPEKTYWY I POWRÓT DO SPRAWY

„Co najbardziej przeszkadza Ci w tym, że przypominam?”. Po wysłuchaniu: „Rozumiem, że chcesz sama tego pilnować. Zadanie nadal czeka. Na którą godzinę możemy się teraz konkretnie umówić?”.

Gdy Maja mówi o braku zaufania: „Chcę to zrozumieć. Podasz przykład, kiedy tak to odbierasz?”. Jeśli szersza rozmowa musi odbyć się później, ustal konkretny powrót, zamiast zamykać ją zdaniem „nie teraz”.

3 USTALENIE NA PRZYSZŁOŚĆ

Obie ustalają wykonalny termin. Maja wybiera własny sposób przypomnienia. Jeśli potrzebuje zmienić termin, mówi o tym przed jego upływem. Po tygodniu sprawdzają, co zadziałało, i poprawiają ustalenie, jeśli trzeba.

Samodzielność obejmuje organizowanie zadania i uprzedzanie o trudnościach. Rodzic nadal może reagować na niedotrzymanie umowy. Sam dialog nie przesądza, że potrzebna jest przerwa; ważne jest, czy obie osoby mogą jeszcze słuchać.

PYTANIE NA WARSZTAT

Co w tej rozmowie pozostaje dla mnie najtrudniejsze?
