

Im więcej dobrego mamy do powiedzenia dziecku, tym mniej mamy z nim problemów wychowawczych

„Dzieci potrzebują korzeni i skrzydeł”

Sigrid Tschol-Scheffler

Często w obecności dzieci dorośli wypowiadają słowa, opinie, sądy, niekiedy żartobliwie, nie zastanawiając się, jak one mogą być tak naprawdę przez nie odbierane. Przemoc fizyczna wobec dziecka jest stosunkowo łatwa do zauważenia – na jego ciele pozostają widoczne ślady pobicia, siniaki, zadrapania. Dużo trudniej rozpoznać przemoc psychiczną - emocjonalną. O ile fizyczne znęcanie się nad dzieckiem traktowane jest jako przestępstwo, to przemoc psychiczna, której sprawcami są rodzice, starsze rodzeństwo, dorośli kuzyni i krewni – często pozostaje przemilczana. Dorośli udają, że niczego nie słyszeli i nie widzieli, albo wydaje im się, że nie ma w takim traktowaniu dziecka nic złego, bo z nimi w dzieciństwie postępowano tak samo. Doznawana w dzieciństwie przemoc emocjonalna prowadzi do depresji, uzależnień, a nawet samobójstw. **Najbardziej powszechną formą przemocy psychicznej stosowaną wobec dzieci jest brak lub niedostatek miłości w relacji dziecko – rodzic.** Stosują ją osoby niedojrzałe pod względem emocjonalnym, które w relacjach z dziećmi nie potrafią kierować się miłością, ciepłem, troską i szacunkiem. Nie są empatyczne i nie umieją odczuwać stanów uczuciowych drugiego człowieka. Dziecko, słabsza i bezbronna istota, kochająca swojego rodzica miłością bezwarunkową łatwo staje się ich ofiarą. W zdrowych relacjach rodzic – dziecko energia przepływa od osoby dorosłej do nieletniej. Jeśli dorosły w tym przypadku rodzic ma poważne deficyty ciepłych, opiekuńczych uczuć, wykorzystuje własne dziecko jako źródło tych uczuć. Szczególnie okrutnym typem emocjonalnego uwikłania jest podwójne wiązanie, które polega na konsekwentnym i długofalowym nadawaniu przez rodzica sprzecznych komunikatów, na jednoczesnym mówieniu dziecku „tak” i „nie”. Rodzice oczekują od dziecka, by stawało się samodzielne, a jednocześnie ograniczają jego wolność, niezależność i samodzielność. Oczekują od niego bardzo dobrych wyników w nauce, a jednocześnie traktują je jak głupie i niedojrzałe. Chcą, by dziecko było otwarte i śmiałe w relacjach z ludźmi, a jednocześnie przedstawiają mu świat jako zagrażający. Rodzice manipulują uczuciami – wypierają i tłumią swoje uczucia gniewu i złości (lęku, strachu), a dziecku zabraniają odczuwania tych uczuć, zawstydzając je. Pojawianie się takich uczuć uważają za naganne i wmawiają dzieciom: „chłopcy się nie boją”, „chłopcy nie płaczą”, „dziewczynki nie złością się” oraz „grzeczne dzieci nie okazują złości”. **Bardzo trudną do wykrycia przemocą psychiczną jest zaniedbanie, porzucenie emocjonalne dziecka, czyli brak uwagi i świadomej obecności rodziców.** Rodzice, choć fizycznie obecni w domu, emocjonalnie i duchowo są gdzieś daleko, nie potrafią nawiązać bliskiej i ciepłej relacji z dzieckiem. Dziecko zaniedbane pod względem emocjonalnym odczuwa, że pomiędzy nim a rodzicem istnieje swego rodzaju „szklana szyba”, przez którą nie przenikają uczucia. Przeważnie dzieci są zaniedbywane emocjonalnie w rodzinach, w których istnieje problem uzależnienia jednego lub obojga rodziców – nie tylko od alkoholu czy narkotyków, ale również od pracy, seksu, Internetu, portali społecznościowych, gier komputerowych czy jedzenia.

Kolejną formą przemocy psychicznej jest traktowanie dziecka jak kozła ofiarnego. Dziecko pełni w układzie rodzinnym rolę osoby, która zbiera na siebie efekty konfliktów i walk pomiędzy dorosłymi, a

szczególnie między rodzicami. Jest swoistym piorunochronem, który uziemia emocjonalne burze w rodzinie. Takie dzieci często zamykają się w sobie, popadają w stany nerwicowo - depresyjne lub też odwrotnie – stają się nadaktywne (słynne ADHD). Rola kozła ofiarnego może obejmować także relacje z rodzeństwem, które odreaagowuje na krzywdzonym dziecku własne stresy i traumy.

Inną, lecz równie często występującą formą przemocy emocjonalnej jest zamiana ról w rodzinie, czyli dziecko jest rodzicem własnego rodzica. Dorosła osoba - rodzic, który w dzieciństwie był pozbawiony dostatecznej troski, uwagi i miłości, oczekuje tego od swego dziecka. W efekcie jest to niszczące nie tylko dla dziecka, ale również dla osoby dorosłej – rodzica. **Cały czas powszechnym zjawiskiem jest przemoc słowna wobec dzieci, bo nie pozostawiają one widocznych gołym okiem śladów na ciele, ale skutecznie niszczą psychikę.** Repertuar słów i zwrotów, które odbierają dziecku godność i poniżają je, jest szeroki. „Głupol”, „debil”, „gamoń”, „dureń”, „gapcio”, „głęb”, „mato”, to tylko niektóre z najczęściej stosowanych zwrotów w domach. Tymczasem dziecko małe czy duże, większość z tego, co mówimy, przyjmuje śmiertelnie serio i dosłownie nawet, jeśli dla nas jest to tylko takie sobie gadanie. **Jeszcze gorszą formą poniżenia i odbierania godności jest stosowanie wobec dziecka określeń wulgarnych i obelżywych.** Czasem rodzice czy starsze rodzeństwo wymyślają własne określenia, które są poniżające i bolesne. Niekiedy poniżające określenia związane są z cechami fizycznymi dziecka: okularnik (do dziecka noszącego okulary), ryży (do dziecka o rudych włosach), grubas (do dziecka otyłego). Dziecko poniżane traci godność i nabiera negatywnych przekonań na swój temat. Przemoc słowna jest jak refren wciąż słyszanej piosenki – utrwała w psychice dziecka negatywne stereotypy. Za pomocą słów dorośli opiekunowie programują umysł dziecka i jest to programowanie negatywne. Wypowiadają zdania, których skutki są brzemiennie i długofalowe: „takiemu, jak ty, nic w życiu nie wyjdzie”, „będziesz miała w życiu pod górkę”, „jesteś beznadziejna”, „wypadłeś sroce spod ogona”, „taki słabeusz jak ty nie poradzi sobie w życiu”. Takie określenia wyrządzają poważne szkody w psychice dziecka, zasiewają w niej trujące ziarna. Rodzice zobowiązani są kreować przed swym dzieckiem pozytywną wizję przyszłości. Programując je negatywnie, podcinają dziecku skrzydła, odbierają poczucie bezpieczeństwa i zaburzają jego poczucie własnej wartości. W efekcie dziecko będzie miało trwałą skłonność do odrzucania samego siebie i spełnią się negatywne oczekiwania i przepowiednie rodzica.

Dziecko wykazuje naturalną ciekawość, zainteresowanie otaczającym je światem. Pragnie go poznawać, eksplorować, doświadczać. Początkowo poznaje świat za pomocą zmysłów, ale gdy nauczy się mówić i myśleć abstrakcyjnie, staje się zdolne do poznania pośredniego – korzysta z wiedzy dorosłych. Zaczyna wówczas zadawać dużo pytań. Jest to dla rodziców sprawdzian cierpliwości i tego, czy rzeczywiście szanują swoje dziecko i jego potrzeby poznawcze. Trzeba mieć sporo dobrej woli, otwartej uwagi, otwartości i skupienia, by udzielać dziecku sensownych odpowiedzi na zadane przez nie pytania. **Żadnych pytań, nawet tych błahych, nie należy lekceważyć!** Dziecko od małego chce poznawać tajemnice życia, odnajdywać istniejący w świecie ukryty sens. Jeżeli dorośli potrafią w sposób rozważny i mądry odpowiadać na pytania dotyczące śmierci, seksualności, zdrowia, choroby, cierpienia i innych ważnych egzystencjalnych doświadczeń, dziecko otrzymuje podstawy do budowania dojrzałej osobowości. Dorośli często uważają, że dziecko jest zbyt głupie lub

zbyt małe, by coś zrozumieć. Brakuje im cierpliwości lub umiejętności dostosowania odpowiedzi do wieku dziecka. Nie potrafią przyznać się dziecku, że czegoś nie wiedzą, a przecież udzielenie takiej odpowiedzi jest wyrazem uczciwości. Rodzic także ma prawo nie wiedzieć. Może wtedy pokazać dziecku jak i gdzie szukać odpowiedzi. **Przemocą intelektualną jest nie tylko ignorowanie pytań dziecka i nieudzielanie mu żadnej odpowiedzi, ale również podawanie fałszywych informacji.** Aby ułatwić sobie życie, dorośli posuwają się do kłamstwa i wmawiają dziecku nieprawdziwe historie. Dzieci mają fałszywą wizję świata i przestają wierzyć i ufać rodzicom. Tak postępujący dorośli będą musieli zmierzyć się w przyszłości z negatywnymi konsekwencjami własnych działań w postaci zaburzonej świadomości swoich dzieci.

mgr Małgorzata Remlein
psycholog