

Jak mówić aby dzieci słuchały ?
– jak słuchać aby dzieci mówiły ?

Bytom 2006/2007

**Materiały zebrała i opracowała:
mgr Beata Bulińska**

Rodzice często skarżą się, że ich dzieci nie przejmują w domu żadnej odpowiedzialności; zupełnie nie uwzględniają potrzeb swoich rodziców. Jak mogą dzieci kiedykolwiek nauczyć się odpowiedzialności, kiedy rodzice odbierają dziecku każdą okazję, aby mogły zrobić coś z własnej inicjatywy, ze świadomością odpowiedzialności, licząc się z potrzebami własnych rodziców.

Dzieci bronią się przed tym, żeby im mówiono, co mają robić. W każdym razie dzieci bronią się przed tym, by musiały modyfikować swoje zachowanie, kiedy mówi się im dokładnie, jak „muszą”, „powinny” się zmienić albo „lepiej postępować”, aby się zmienić.

Nadawanie rozwiązania przekazuje wypowiedź: „Nie mam do ciebie zaufania, że zdecydujesz się na rozwiązanie” albo „Nie uważam cię za dość delikatnego, abyś znalazł sposób, aby mi pomóc w moim problemie”.

Nadawanie rozwiązania mówi dziecku, że potrzeby rodziców są ważniejsze niż jego, że musi zrobić dokładnie to, co powinno zrobić według opinii rodziców, bez względu na jego potrzeby.

Przy konfrontacjach z dziećmi rodzice pozwalają sobie w wysokim stopniu na wypowiedzi poniżające:

- „Mógłbyś to lepiej wiedzieć,”
- „Jesteś bezmyślny.”
- „Jesteś niegrzeczny.”
- „Jesteś źle wychowanym bachorem”
- „Wstydz się!”.
- „Ty tylko chcesz zwracać uwagę.”
- „Grzeczne dzieci tego nie robią.”

Wszystko to są wypowiedzi poniżające - podają w wątpliwość charakter dziecka, odrzucają je jako człowieka, niszczą poczucie jego własnej godności, podkreślają nieudolność, wydają wyrok na jego osobowość.

Jakie są prawdopodobne skutki takich wypowiedzi?

1/.Dzieci czują się często winne i pełne skruchy, kiedy się je osądza lub obwinia.

2/.Dzieci mają uczucie, że rodzic nie jest uczciwy – odczuwają niesprawiedliwość: „Nie zrobiłem nic złego” albo „Nie chciałem być niegrzeczny”.

3/.Dzieci bardzo często reagują przekornie na tego rodzaju wypowiedzi – stają dęba. Zrezygnować z zachowania przeszkadzającego rodzicom byłoby przyznaniem słuszności zarzutowi lub wpływowi rodzicielskiemu.

4/.Dzieci często odpłacają tą samą monetą: „Ty też nie zawsze jesteś taka porządna” albo „ Ty jesteś stale zmęczona”, „Jesteś straszna zrzęda, kiedy mają przyjść goście”.

5/.Ponizania dają dziecku poczucie nieudolności. Zmniejszają jego szacunek dla samego siebie.

Ponizające wypowiedzi mogą mieć katastrofalne skutki dla dziecięcego wyobrażenia o samym sobie, które właśnie jest w trakcie kształtowania się. Dziecko bombardowane wypowiedziami, które je odrzucają, nauczy się patrzeć na siebie jako na kogoś złego, złośliwego, leniwego, bezmyślnego, bezwzględnego, głupiego, ograniczonego, niemilego.

Ponieważ wytworzona w młodości zła opinia o sobie samym ma tendencję do przetrwania aż do wieku dojrzałego, ponizające wypowiedzi rzucają ziarno, które utrudnia człowiekowi całe jego życie. W ten sposób dzień po dniu rodzice przyczyniają się do zniszczenia „ja” dziecka lub do zniszczenia jego poczucie własnej godności. Jak krople wody, które padają na kamień, te codzienne wypowiedzi wywierają na dzieci stopniowo i w niedostrzegalny sposób niszczący skutek.

Rodzicielska rozmowa może także budować.

Drogą do zrozumienia różnicy między nieskuteczną i skuteczną konfrontacją jest przyswojenie pojęć „wypowiedź <<ty>>” i „wypowiedź” <<ja>>.” „Jesteś nieznośny”, jest bardzo złym kodem dla uczucia zmęczenia rodzica. Kod, który jest niedwuznaczny i dokładny, byłby zawsze „wypowiedzią <<ja>>”: „Jestem zmęczony”, „Nie mogę bawić się”, „Chciałabym odpocząć”. To przekazuje uczucia, które odczuwa rodzic.

Wypowiedź <<ty>> jest zorientowana na dziecko, a nie na rodzica:

„Dlaczego nie robisz(ty) tego”

„(Ty) jesteś źle wychowany”.

„(Ty) chcesz zwracać na siebie uwagę”.

„Jak (ty) się zachowujesz?”

„Co (ty) wyprawiasz?”

Kiedy rodzic mówi do dziecka po prostu, jakie uczucia wzbudza jakieś zachowanie nie do przyjęcia, kształtuje się to jako wypowiedź <<ja>>.

„Nie mam (ja) ochoty na zabawę, kiedy jestem zmęczona”.

„Nie mogę (ja) gotować, kiedy muszę chodzić po garnkach i patelniach na podłodze.”

„Obawiam się (ja), że kolacja nie będzie na czas gotowa.”

„Jestem załamana (ja), kiedy widzę jak moja czysta kuchnia jest znowu zabrudzona.”

Wypowiedzi <<ty>> są gorszym kodem do przekazywania tego, co rodzic odczuwa, ponieważ dziecko odszyfrowuje je najczęściej w tym sensie, co ono powinno zrobić (podane rozwiązania) albo jak jest źle wychowane.

Wypowiedzi <<ja>> są skuteczniejsze dla wywarcia wpływu na dziecko, aby zmodyfikowało to swoje zachowanie, które nie jest do przyjęcia dla rodzica i którego zmiana jest lepsza i dla dziecka, i dla stosunków z rodzicami.

Wypowiedź <<ja>> o wiele mniej nadaje się do prowokowania oporu i buntu. Znacznie mniej groźne jest unaocznienie dziecku otwarcie, jak jego zachowanie oddziałuje na rodzica, niż ukazywanie, że w nim jest coś złego, ponieważ tak się zachowuje.

Wypowiedzi <<ja>> pomagają dziecku się rozwijać, pomagają mu przejąć odpowiedzialność za swoje zachowanie.

Wypowiedzi <<ja>>” są szczerze, skłaniają do tego, by dziecko pod ich wpływem przekazywało podobnie szczerze wypowiedzi zawsze, kiedy ma jakieś odczucia. „Wypowiedzi <<ja>>” jednego człowieka w kontaktach z drugim sprzyjają „wypowiedziom <<ja>> tego drugiego.

Wypowiedzi <<ty>> są przyczyną tego, że w pogarszających się stosunkach konflikty często przeradzają się we wzajemne obwinianie się.

Jest typowe dla wielu rozmów między rodzicami i dziećmi, że rodzic zaczyna konfrontację przy pomocy „wypowiedzi <<ty>>”. To zawsze kończy się kłótnią, w której obie strony na zmianę bronią się i atakują.

„Wypowiedzi <<ja>>” dają mniej możliwości wywoływania tego rodzaju sprzeczek. Nie znaczy to jednak, że wszystko będzie dobrze jeśli rodzice stosują „wypowiedzi <<ja>>”.

Trzeba pewnej odwagi, aby stosować „wypowiedzi <<ja>>”, ale nagroda jest warta ryzyka. Człowiekowi potrzeba odwagi oraz wewnętrznej pewności, aby w jakimś kontekście odkrywać swoje wewnętrzne uczucia. Nadawca szczerzej „wypowiedzi <<ja>>” naraża się na niebezpieczeństwo, że ten drugi pozna go takim, jakim jest naprawdę. Otwiera się – jest „naprawdę przejrzysty” – odkrywa swoje „bycie człowiekiem”.

Ujawnienie, co się odczuwa, oznacza dla człowieka otwarcie się, aby ten drugi mógł go zobaczyć.

Dla wielu rodziców jest znacznie łatwiej ukrywać swoje uczucia za „wypowiedzią <<ty>>”, która przypisuje winę dziecku, niż odkryć swoje własne „bycie człowiekiem”.

Największą nagrodą, jaka przypada komuś z rodziców za to, że jest przejrzystym, jest prawdopodobnie poprawa stosunków z dzieckiem. Szczerłość i otwartość sprzyjają zażyłości naprawdę ludzkim stosunkom wzajemnym.

Kiedy rodzice i dzieci uczą się być otwartymi i szczerymi ze sobą, nie są już dłużej „**obcymi w tym samym domu**”. Rodzice mogą cieszyć się życiem – a dzieci są szczęśliwe dzięki temu, że mają rodziców, którzy są prawdziwymi ludźmi.

Bibliografia:

- Gordon Thomas – „Wychowanie bez porażek” Warszawa 1995
Instytut Wydawniczy PAX
- Gordon Thomas – „Wychowanie bez porażek w praktyce”
Warszawa 1998 Instytut Wydawniczy PAX