

Stosowanie kar cielesnych wobec dzieci jest w Polsce zabronione prawnie. Nadal jednak ponad 70 proc. Polaków uważa, że czasem trzeba dać dziecku klapsa, że trzeba je złamać, żeby było posłuszne. I że „klaps to żadne bicie”.

My mówimy klapsom stanowcze NIE! I włączamy się w kampanię „Kocham. Nie daję klapsów” (stopklapsom.pl). W kolejnych numerach „Dziecka” postaramy się pokazać świat oczami dziecka, które doświadcza przemocy. A także cierpienie rodziców, którzy chwytają się klapsów z poczucia bezsilności. Wierzmy, że ten węzeł gordyjski da się przeciąć. I że można porozumieć się z dzieckiem bez przemocy.



Wzrokiem można zmrozić, słowem – skrzywdzić na całe życie. Przemoc wobec dziecka wyraża się nie tylko w klapsach.

Tekst **ZOFIA ŻUCZKOWSKA**, mediatorka, trenerka komunikacji interpersonalnej wg metody Nonviolent Communication (NVC)



Przemoc emocjonalna

Krzyki, gesty, epitety. Lekceważenie, porównywanie, publiczne zawstydzanie. A także „ciche dni”. To są przejawy emocjonalnej przemocy wobec dziecka. Ten rodzaj przemocy rani nie mniej niż najmocniejszy klaps, niszcząc w małym człowieku szacunek do siebie i zaufanie do innych.

Zbędne gesty

Zachowanie dziecka często wyprowadza rodziców z równowagi, wyzwala wściek-

łość, obnaża bezradność. Bywa też, że zagraża bezpieczeństwu malucha. Niekiedy rodzice są zmuszeni użyć siły. Jest jednak zasadnicza różnica między wykorzystaniem przewagi rodzica, aby chronić dziecko, a przemocą. Ta granica przebiega w świadomości dorosłego, kryje się w intencji, z jaką podchodzi do dziecka.

Załóżmy, że maluch wyrwa się na ulicę. Masz ochotę krzyknąć? Szarpnąć, potrząsnąć dzieckiem z całej siły? Tyle razy powtarzałaś, że nie wolno wybiegać na ulicę! Albo inna sytuacja – dziecko uderzyło cię lub po-

ciągnęło za włosy. Wszystko się w tobie gotuje. Chcesz dać mu po łapach lub też go pociągnąć – niech zobaczy, jak to boli!

Tymczasem działanie pod wpływem gwałtownych emocji prowadzi donikąd. Krzykiem czy szarpaniem trudno nauczyć dwulatka, żeby nie wbiegał na ulicę albo przestał bić. Być może przerażone dziecko na chwilę się zatrzyma, ale jedyna lekcja, jaką otrzyma, jest taka: kiedy czegoś bardzo chcę albo bardzo nie chcę – mogę szarpać i krzyczeć na innych. Skupienie uwagi na tym, na czym tak naprawdę nam zależy, pomaga odwołać się do bardziej skutecznych metod. Kiedy dziecko wyrwa się na ulicę, można je przytrzymać i wyjaśnić: „Chcę, żebyś był bezpieczny, nie wypuszczę cię na ulicę”. Kiedy bije lub ciągnie za włosy, można powiedzieć: „Nie lubię, kiedy mnie ktoś uderza, dlatego cię trzymam”. Nic więcej.

FOT. DIOMEDIA, GETTY IMAGES/FM, ANDRZEJ KROSOŃSKI

Zwróć uwagę na słowa, które wypowiadasz do dziecka w ciągu dnia. Czy nie są to tylko krótkie komendy? Jaki jest ich ton? Czy dopuszczasz dialog? Czy bierzesz pod uwagę racje dziecka?

Słowa jak sztylety

Podobnie rzecz się ma ze sposobem, w jaki zwracamy się do dziecka. Zarówno to, co mówimy, jak i ton, jakim się do niego zwracamy, stanowią ważny przekaz, który może być oznaką szacunku i zachętą do dialogu albo wyrazem lekceważenia.

Jeśli dziecko słyszy od rodziców, że jest głupie, niegrzeczne, że nic nie potrafi – przyjmuje te słowa za prawdę. Zaczyna tak właśnie siebie postrzegać. Gdy w głosie mamy czy taty słyszy ciągle irytację, pretensje, znużenie, kuli się w sobie i tłumi emocje. Jeśli dostaje rozkazy, staje się biernym wykonawcą czynności. Dziecko jest bezbronne wobec siły argumentów dorosłego. Nie umie jeszcze wystąpić we własnej obronie i sprzeciwić się temu, co mówi mama czy tata. Potrzebuje bezpieczeństwa i ochrony. Zniekształcony obraz siebie samego utrwalony w dzieciństwie może się położyć cieniem na całym życiu dziecka.

Granice terytorium

Nie zawsze jesteśmy świadomi, że w imię zasad *savoir-vivre*'u używamy wobec dziecka przemocy. Np. gdy nakłaniamy je, by pocałowało ciocię, której całować nie ma ochoty. Albo gdy strofujemy je przy stole i nie dajemy prawa do odmowy zjedzenia kolejnej porcji. W takiej sytuacji nie pozwalamy mu odczytywać swoich potrzeb i decydować o ich zaspokojeniu. W ten sposób (często w dobrej wierze) negujemy autonomię dziecka i zagłuszamy jego prawdziwe emocje. Zmuszamy je do uległości i podporządkowania się autorytetowi dorosłego.

Nadużywanie przewagi nad dzieckiem to również zawstydzenie go („Ale z ciebie gapa!”, „Co za niezdar!”), stosowanie szan-

tażu emocjonalnego („Tak się napracowałam, a ty nie jesz”), straszenie („Jak będziesz niegrzeczna, przyjdzie pani i cię zabierze”), wyśmiewanie. Formą emocjonalnej przemocy jest także „karny język” i demonstracyjne milczenie. Przymusowa izolacja oraz ignorowanie uczuć dziecka, które czuje złość, smutek czy lęk, niszczą w dziecku poczucie własnej wartości.

Trudne dziedzictwo

Lęk przed dzieckiem i ekspresją jego potrzeb jest wzmacniany przez koncepcje wychowawcze określające dziecko jako „małego tyрана” czy „straszego dwulatka”. Dorosli chwytają się jak deski ratunku proponowanych przez poradniki „karnych języków”, „kącików przemyśleń” i „odliczania do trzech” – jakby dzieci nie były ludźmi, ale zwierzętami do wytresowania. Tym łatwiej im to przychodzi, jeśli sami zostali wychowani w podobnym klimacie – przytłoczeni wymaganiami, w poniżeniu i permanentnej krytyce. Powielają, często nieświadomie, wzory z dzieciństwa.

Jeśli rodzice dostrzegają tylko swoje potrzeby, negując to, co jest ważne dla dziecka, kiedy pouczają, zastraszają, karzą czy wzbudzają lęk – wtedy ich siła przeradza się w przemoc. Przekracza emocjonalne granice dziecka, negując jego prawo do bycia tym, kim jest – człowiekiem o takiej samej godności, doświadczającym takich samych uczuć i mającym takie same potrzeby, choć jeszcze nie w pełni zdolnym do tego, żeby samodzielnie je zaspokajać.

Koło ratunkowe

Kiedy uświadomimy sobie, że sytuacja wymknęła się spod kontroli, poszukajmy pomocy. Porozmawiajmy z kimś, kto nas wysłucha, nie bagatelizując, nie krytykując, nie pouczając. Zamknijmy uszy na uwagi typu: „Co z ciebie za matka!”, „Inni rodzice sobie radzą”, „Jak sobie nie radzisz, to po co chciałaś mieć dzieci...” – które tylko świadczą o emocjonalnej przemocy wobec nas. Zauważmy, jakie uczucia budzą w nas tego typu docinki. Być może wówczas łatwiej nam będzie zrozumieć, dlaczego dziecko czasem nie chce współpracować i w desperacki sposób woła o to, aby dostrzec jego potrzeby.



Co robić, gdy maluch źle przybiera na wadze?

● ZASADY ROZSZERZANIA NIEMOWLĘCEJ DIETY
Co i jak podać na początek?

● EKOLOGICZNE CZY JEDNORAZOWE?
Pomożemy wam w wyborze pieluch

● TRAFIONE PREZENTY GWIAZDKOWE
Propozycje dla najmłodszych i nieco starszych dzieci

● ZABAWY NA JESIENNE WIECZORY

● SZCZEPIENIA DLA WCZEŚNIAKA
Nowe wytyczne specjalistów

● MATA EDUKACYJNA
Jaka sprawdzi się najlepiej?

W kioskach już od 6 listopada!



W PREZENCIE!
Kubek-niekapek,
idealny na spacer

Mapa pomocy

W trudnych sytuacjach można skorzystać z telefonu zaufania:

- tel. 116 123 – Telefon Kryzysowy;
- tel. 116 111 – Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży (Fundacja Dzieci Niczyje);
- tel. 22 668 70 00 – Warszawska „Niebieska Linia” (przemoc w rodzinie).