

Jak rozmawiać z dziećmi?

26 sierpnia 2018

Jak rodzic ma rozmawiać z dziećmi, aby go słuchały i szanowały? Czy da się je oderwać od tableta? O tym i nie tylko ze szkolnym psychologiem dr Ewą Antczak rozmawia Andrzej Kumor.

– Pani Ewo, w dzisiejszym świecie wychowanie to trudna sprawa, to bardzo duże wyzwanie, zwłaszcza kiedy przekaz, który dzieci otrzymują w szkole, jest sprzeczny z tym, co chcemy, żeby miały w głowie. Tak się składa, że jako rodzice bardzo często nie wiemy, co robić. Gdy dziecko przychodzi ze szkoły i mówi, że w szkole mówili co innego, a w domu mówi się co innego, jak mamy reagować w takich sytuacjach?

– Tak jak Pan mówi, wychowanie dzieci nie jest sprawą łatwą. Każdy rodzic chce jak najlepiej dla swojego dziecka, nie każdy rodzic natomiast ma narzędzia, którymi może operować, którymi może posługiwać się, aby wychować dziecko na produktywnego, szczęśliwego, miłego człowieka.

– Dawniej to narzędzie to był pas, ileś pokoleń to wspomina. Nie ma narzędzia, to znaczy czego; nie zna psychologii, nie potrafi sobie poradzić, jakich narzędzi potrzebuje rodzic, żeby wychować dziecko?

– To jest ciekawa sprawa, bo na pewno zauważył Pan, że w przekroju wieków, przekroju lat istniały różne trendy w wychowywaniu dzieci. I faktycznie, w pewnym czasie był to pas, w innym czasie był to doktor Spock.

– Który kazał nam wszystko akceptować, bo dziecko jest twórcze, piękne.

– Myślę, że to, z czym się teraz borykamy, to są właśnie konsekwencje tego typu wychowania.

– Tzw. wychowanie bezstresowe.

– Niewątpliwie ważne jest, aby dzieci raczej nagradzać niż karać, ale należy to robić w mądry sposób. I ten mądry sposób to jest właśnie to narzędzie, z którym nie każdy rodzic ma do czynienia. Może faktycznie tak wyglądać, że to, co mówią w szkole, nie zgadza się z tym, co mówią w domu, ale proszę wziąć pod uwagę, że w Kanadzie, kraju, który słynie z tego, że jest wielokulturowy, polskie wychowywanie dzieci niekoniecznie zgadza się z tym, co jest obecnie uznawane w Kanadzie. I to nie jest wychowywanie bezstresowe, natomiast jest to sposób wychowywania dzieci przez pozytywną dyscyplinę.

– No tak, ale coraz częściej tutaj przez to, jak wygląda społeczeństwo, nie mamy autorytetu ojca, nie mamy autorytetu mamy. Jak dotrzeć do takiego dziecka, które zawsze ma okres buntu, zawsze ma okres, kiedy będzie sprawdzało różne rady, które otrzymuje od świata i od nas? I druga rzecz, jak reagować na to, co widzimy w środkach masowego przekazu? Wszyscy mamy smartfony, tablety itd., a tam są gry komputerowe, których wiele niesie olbrzymi ładunek przemocy, jest pornografia, jest bardzo dużo złych rzeczy. Jak z dzieckiem rozmawiać o tym?

– Świat się zmienia i zaczynając od pierwszego Pana pytania, jak wychowywać dzieci, co to znaczy ta pozytywna dyscyplina i co robić z brakiem autorytetu, zgadzam się z Panem w zupełności, że niegdyś te autorytety pochodziły i z domu, i ze szkoły, i od przywódców religijnych, było połączenie. Uważam, że dzieci należy wychowywać od samego początku. Należy pamiętać, że dziecko jest to mały człowiek, który tak naprawdę wchłania całą wiedzę jak gąbka, przede wszystkim przez przykład. Jeżeli rodzic mówi jedno, a robi drugie, to wiadomo, że dzieci będą raczej uczyły się, bazując na tym, co widzą. Jeżeli na przykład mówię do swojego syna, odłóż komputer, poczytaj książkę, sama siedząc przy komputerze, to odpowiedź będzie w dzisiejszych czasach oczywista, zobacz, co ty robisz. Tak samo jeżeli na przykład wymagamy od dzieci, żeby nie

przeklinały, a sami przeklinamy, wiadomo, że dzieci będą uczyły się przez przykład. Uważam, że należy wychowywać dzieci w szacunku dla autorytetu. Nie w przesadnym szacunku dla autorytetów, ale w szacunku dla rodziców, w szacunku dla nauczycieli, i to, o czym Pan wspomniał na początku, że istnieje taki dysonans między tym, co mówi jedna strona, a między tym, co mówi druga strona. Bardzo często dzieci to wykorzystują na przykład w domu. Jeżeli mama mówi jedno, a tata głośno krytykuje mamę czy odwrotnie...

– Rozgrywają rodziców.

– Tak jest. Dzieci bardzo szybko się uczą i dzieci będą wykorzystywać to później. W momencie, kiedy takie dziecko ma już 14 czy 15 lat, to ja zawsze mówię, że to już nie jest czas na wychowywanie dzieci, to jest czas na ponoszenie konsekwencji. Jeżeli nauczmy dziecko od początku szacunku dla rodziców i tego, że rodzice są autorytetem... Tak jak mówię, każdy chce najlepiej dla swoich dzieci. Czasami wychodzi nam to lepiej, czasami wychodzi nam to gorzej, ale jeżeli wychowujemy dzieci w jakimś szacunku dla innych i w szacunku dla siebie samego, to w późniejszych czasach, jeżeli taka nastolatka czy nastolatek próbuje zrobić coś, co może być powiedzmy niebezpieczne czy złe, przyjdzie i zapyta tatę czy mamę o poradę, czy nauczyciela.

– Czy nie sądzi Pani, że za mało czasu poświęcamy dzieciom, że te problemy wychowawcze, które mamy, to konsekwencja tego, że jak dziecko ma 6, 7, 8 lat, to już ma tablet, a my mamy wtedy święty spokój?

– Zdecydowanie. I często na pytanie, co zrobić, moje dziecko jest uzależnione od komputera, tabletu czy telefonu, powiedzenie albo zabranie na siłę tego typu urządzenia tak naprawdę spowoduje tylko złość i agresję u dziecka. Natomiast ja wychodzę z założenia, że jeżeli coś zabieram, to muszę coś dać w zamian. Na przykład jeżeli rodzice chcieliby poświęcić więcej czasu na rozmowę z tym dzieckiem, wysłuchanie go,

zajęcie się jakimiś kreatywnymi zajęciami, proszę mi wierzyć, że dziecko z przyjemnością wybierze tego rodzica zamiast komputera.

– Jeśli tata zabierze na ryby, na wyjazd czy gdzieś tam i będzie warunek, że tym razem bez telefonu, to dziecko bardziej to zaakceptuje?

– Myślę, że tak, tylko proszę zauważyć, że to, co powtarzamy ciągle, staje się naszym nawykiem, czyli jeżeli za każdym razem codziennie rano siadamy do telefonu komórkowego i wieczorem kończymy dzień w ten sposób, to wiadomo, że staje się to nawykiem, staje się to w pewnym momencie nawet uzależnieniem. I w tej chwili, myślę, mamy ogromny problem związany z przywiązaniem do elektroniki, więc nie jest to w tym momencie takie proste.

– To jest nawet nie tyle przywiązanie do elektroniki, czy tylko do takiego świata trochę sztucznego, w którym są nasi znajomi z Facebooka itd., itd., i że poruszamy się nie w rzeczywistym świecie, tylko w tym wytworzonym sztucznym. I nad tym światem rodzice już nie mają praktycznie żadnej kontroli. Czy tak?

– Absolutnie tak, ale proszę też zauważyć, że taki młody chłopiec czy młoda dziewczyna, poruszając się po Facebooku czy w jakiegokolwiek innej wirtualnej rzeczywistości, nazwijmy to w ten sposób, robi to po to, żeby dostać coś, czego nie dostaje w domu, czyli na przykład akceptację znajomych, to że ktoś im poświęci czas. I po prostu wybierają coś, co im daje przyjemność. Oni nie robią tego z nudów.

– Kolejna rzecz, narkotyki. Będziemy mieli teraz rekreacyjną marihuanę, oczywiście z ograniczeniami wiekowymi, ale te narkotyki docierają do coraz młodszych dzieci. Jak reagować w momencie, kiedy widzimy, że z naszym dzieckiem jest coś nie tak, że prawdopodobnie bierze albo chce brać? Co robić wtedy, dzwonić na policję?

– Myślę, że dzwonięcie na policję może sprawić, że dziecko straci do nas zaufanie. Ponadto musimy też zrozumieć taką rzecz, że dzieci są różne, mają swoje różne możliwości, mają swoją osobowość. Niektóre dzieci będą chętne, żeby spróbować marihuany czy papierosów, niektóre dzieci będą od tego stronić. Ja wychodzę z takiego założenia, że po pierwsze, przez rozmowę i tłumaczenie, jakie są pozytywne strony, jakie są konsekwencje, może bardzo dużo wpłynąć na decyzje, które dzieci podejmują. Druga sprawa, jestem zwolenniczką monitorowania, z kim dzieci się spotykają.

– Czyli kontrolowane zaufanie.

– Kontrolowane zaufanie. Tak jak mówię, krytyką nie osiągniemy wiele. Jeżeli będziemy dzieci krytykować albo chwalić tylko za bardzo wysokie osiągnięcia, wtedy tracimy ich zaufanie, tracimy te dzieci, i chęć spotykania się z nami i spędzania z nami czasu czy rozmów. Natomiast poprzez to, że wiemy, z kim się dziecko spotyka, że jesteśmy w stanie spotkać się z tą osobą, zamienić kilka słów – też w zależności oczywiście od wieku dziecka.

– Skaczemy trochę z tematu na temat, bo to jest krótka rozmowa, a temat olbrzymi, ale rozmawialiśmy jeszcze przed wejściem do studia o takich rzeczach, że dziecko nas czymś zaskakuje i nie wiemy, jak zareagować. Na przykład, nasz syn czy nasza córka w wieku 15 – 16 lat przyprawia kolegę czy koleżankę do domu, która zostaje na noc, a my tego nie akceptujemy. Co w takich sytuacjach robić? Wielu rodziców w takich sytuacjach zamyka drzwi i siedzi i modli się, żeby nic złego się nie stało.

– To jest naprawdę trudne pytanie i rzeczywiście żyjemy w takich czasach – tak jak sobie wcześniej powiedzieliśmy – że te autorytety gdzieś tam nie mają siły.

– Nie ma autorytetów, a z drugiej strony, jest olbrzymi natłok tego, co dzieci w mediach widzą. Sugestie czy innuendo, nie

wiem, jak to powiedzieć lepiej, seksualne jest na bardzo wczesnym poziomie. Dziecko słucha słów jakiejś piosenki, która jest, jak to się mówi, na topie, a ocieka to od różnego rodzaju aluzji seksualnych. Dzieci, które nie zawsze są dojrzałe, zaczynają o tym myśleć, czy chcą to robić, bo to jest „cool”.

– Są wartości, których uczymy się z książek, są wartości, których uczymy się w domu, są wartości, których uczymy się w pewnych miejscach do tego przeznaczonych. I to jest niewątpliwie ważne. Kiedyś miałam przyjemność pisać kilka artykułów do takiej książki „Propaganda dobrych serc, czyli rzecz o reklamie społecznej”. I pamiętam, jeden z tych moich artykułów dotyczył reklamy społecznej w Polsce, która mówiła o tym, że należy używać prezerwatyw. Świetnie została skomponowana, bo mówiła coś takiego: wszyscy to robicie, ale róbcie to z głową. I o co chodziło? Przekaz był następujący, że nie jesteśmy w stanie uchronić dzieci czy młodzieży przed inicjacją seksualną, bo faktycznie wszyscy to robimy, jesteśmy jednostkami ludzkimi i gdzieś tam w drabinie potrzeb jest to jedna z podstawowych potrzeb, więc dzieci będą eksplorowały. Kwestia tego, żeby je nauczyć, jak to robić z głową, czyli mądrze, czyli żeby uniknąć jakichkolwiek problemów, o których wszyscy myślimy i boimy się o nich rozmawiać z nimi w domu.

– Dlaczego boimy się rozmawiać w domu?

– Jest to nadal temat tabu.

– Dotknęła Pani bardzo ciekawego tematu, który się wiąże z różnymi politycznymi problemami, a mianowicie wprowadzaniem nowego programu edukacji seksualnej w szkołach, gdzie właśnie zakłada się, że skoro dzieci – tak jak Pani powiedziała – bardzo wcześnie inicjują się seksualnie, to powinny wszystko wiedzieć, w związku z tym to szkoła powinna je nauczyć, czyli dziecka na przykład 12-letniego nauczyć o stosunku analnym, oralnym i jak się zabezpieczyć, cały przekrój, cała gama, do tego jeszcze cały genderyzm, czyli że płeć jest konstruktem i

że to, czy chcemy z paniami czy z panami, to my sobie to wybieramy. Więc jak gdyby to, co Pani powiedziała, że „skoro i tak się to robi, więc róbmy to z głową”, to właśnie u podstaw nowego programu edukacji seksualnej, jest założenie, że i tak będziemy w takich sytuacjach. Tymczasem ja jestem w ogóle przeciwny edukacji seksualnej, uważam, że tzw. edukacja seksualna powinna się odbywać w domu, bo każde dziecko jest inne, bo rodzice znają czy powinni znać swoje dziecko najlepiej. A mówienie o sprawach intymnych, takich jak seks – samo słowo „seks” stanowi pewnego rodzaju uprzedmiotowienie, wyłączenie z całego szeregu uczuć, które temu towarzyszą. Dawniej, przynajmniej w założeniu miało to tak wyglądać, że to właśnie osoby najbliższe miały w to zagadnienie wprowadzać. Pani zdaniem to powinna robić szkoła?

– Moim zdaniem, jest to trochę za wcześnie. Oczywiście też zależy, w jaki sposób, jakiego języka używamy do tłumaczenia dzieciom. Nie wiem jak Pan, ale pamiętam z przedszkola, jak się bawiliśmy w lekarza.

– Nie chodziłem do przedszkola, ominęło mnie to.

– Ale dużo pięciolatków jednak gdzieś tam eksploruje i tak naprawdę od najmłodszych lat się interesują i próbują zobaczyć, co tam jest, jesteśmy różni itd. Potem rzeczywiście, w okresie dojrzewania, to jest cały wybuch hormonów i taka bardziej dociekliwa eksploracja, jak to wygląda. I to jest najlepszy moment, żeby rozmawiać.

– Wracając do tego pytania właśnie, jak zareagować w takiej sytuacji, kiedy dziecko nas zaskakuje, czy należy być stanowczym, czy należy pozwalać, co robić?

– Powiem tak, jeżeli cokolwiek zabronimy dziecku, nawet osobie dorosłej, to zawsze znajdzie sposób, żeby to zrobić.

– Czy Pani uważa, że jeżeli to jest w domu, to jest w jakiś sposób kontrolowane?

– Myślę, że rodzice powinni brać udział w rozmowach z dziećmi. Tak sobie teraz myślę, rozmawiając, że może tak naprawdę ta edukacja seksualna powinna się odbywać z rodzicami – w jaki sposób mówić do dzieci. Tak jak wspomniałam wcześniej, naprawdę nie mam pojęcia, w jaki sposób szkoła uczy i jakim językiem się posługuje, robiąc to, itd., ale dobrze jest, żeby to nie osiągnęło granic absurdu. Znajomość podstawowych zasad bezpieczeństwa jest niewątpliwie istotna. Niewątpliwie istotne jest też, żeby dziecko miało do nas zaufanie, żeby mogło przyjść i porozmawiać z nami na ten temat. To naprawdę w dużej mierze zależy od rodziców, jak podchodzimy do takich spraw, bo dla wielu osób, wydaje mi się, przynajmniej w naszej kulturze, jest to temat tabu i nie chcemy z dziećmi rozmawiać. W innych kulturach natomiast jest to sprawa codzienna. I te szkoły faktycznie mają do czynienia z bardzo dużą różnorodnością dzieci. Proszę sobie wyobrazić, na przykład niektóre dzieci przychodzą do szkoły – ja też pracuję w szkołach torontyjskich – z niesamowitą wiedzą na te tematy, i to są młode dzieci.

– W dzisiejszych czasach wszystko można wygoogłować.

– Już pomijając to, ale to są dzieci, które obserwują to w domu. Mówię o takich dzieciach bardzo młodych, na przykład 6-latkach; to nie są dzieci, które by googłowały, ale ich wiedza czasami mnie zadziwia. Natomiast proszę sobie wyobrazić, że powiedzmy 90 procent pozostałej klasy uczy się od swojego rówieśnika zamiast od pani nauczycielki albo od rodzica. Ja tutaj widzę ogromne niebezpieczeństwo, jeżeli unikniemy jakiegokolwiek edukacji seksualnej.

– Pani Ewo, na koniec proszę powiedzieć, co Pani robi właśnie, na czym polega Pani praca z dziećmi?

– Moja praca z dziećmi polega na tym przede wszystkim, żeby nauczyć je, jak w siebie wierzyć w mądry sposób, w jaki sposób budować pewność siebie poprzez poznawanie swoich silnych, swoich słabych stron. Często robię badania psychologiczne na przykład we wspomnianych szkołach.

– Na czym one polegają, to są testy?

– Tak, to są różnego rodzaju testy, które mają zdiagnozować program, mają pomóc dziecku poprzez akomodację czy poprzez pokierowanie nauczyciela czy rodzica, w jaki sposób pomagać dziecku, które sobie nie radzi powiedzmy ze szkołą albo z zachowaniem. To jest też ostatnio, moim zdaniem, zbyt dużym problemem. Robię jeszcze jedną bardzo ciekawą rzecz, o której chciałam Panu wspomnieć. Robimy program, który nazywa się „Ideal Me”.

– Taki idealny ja, po polsku mówiąc?

– Tak, ale tu chodzi bardziej o to, żeby dzieci były chętne osiągać sukces, taki na jaki je stać. Żeby zamiast porównywać się na Facebooku z kolegami i koleżankami i czuć się zdołowanym przez to, że ktoś osiąga coś lepszego, albo ma ładniejszą sukienkę, albo nie zauważył mojej nowej fryzury, właśnie żeby dzieci były w stanie znaleźć jakiś cel dla siebie i były w stanie ten cel osiągać. Przy okazji uczymy dzieci, w jaki sposób być lubianym. Nie chodzi tu o podlizywanie się i nie chodzi o to, żeby być lubianym na siłę, tylko w jaki sposób być grzecznym, w jaki sposób zachowywać się kulturalnie, respektować inne osoby, czy nauczycieli, czy rodziców. Ale również uczymy je takich życiowych zdolności, czyli na przykład co powiedzieć w momencie, kiedy ktoś nas obraża, albo jak radzić sobie z kimś, kto jest w stosunku do nas agresywny, albo jak radzić sobie z własnymi emocjami.

– To jest w języku polskim czy angielskim?

– To jest po angielsku i niekoniecznie dla dzieci, które mają jakiegokolwiek problemy. Akceptujemy dzieci od 10. do 18. roku życia. Robimy to razem z panem Brianem Crombie, z panią Urszulą Urac, która jest Mrs. Canada Globe i również nauczycielką, i z taką organizacją, która nazywa się My School ROCKS, to są osoby, które uczą dzieci pewności siebie poprzez muzykę. I te warsztaty, jak na razie, cieszą się dosyć dużym

powodzeniem. Przede wszystkim dzieci są zadowolone z uczestniczenia w takich warsztatach. Robię też bardzo podobne rzeczy w szkołach dla grup dzieci, które przychodzą nauczyć się, jak być pewnym siebie, nauczyć się takich interesujących zdolności, które mogą im pomóc nie tylko przetrwać szkołę, ale również w życiu, czy w pracy, czy w małżeństwie, czy w jakiegokolwiek innej sytuacji.

– Dziękuję bardzo za rozmowę.

Z dr Ewą Antczak rozmawia Andrzej Kumor

Źródło: [Goniec.net](http://goniec.net)