

Gry siłowe w rodzinie, czyli kto kogo wychowuje

Drodzy Państwo! Rodzina jest najmniejszą grupą społeczną. Podobnie jak w rodzinie, w większych skupiskach ludzkich (w klasie, szkole), ktoś powinien kierować grupą (lecz nie władczo dominować). W rodzinie są to rodzice. Niekiedy jednak o dominację, władzę walczą dzieci. Według amerykańskiego terapeuty rodzinnego dr Jamesa Dobsona, już małe dzieci wygrywają walkę o władzę ze swoimi opiekunami potrafią postawić na swoim. Dobson nazwał tę walkę „Grami siłowymi” i przedstawił ich cel: zdobycie władzy nad pozostałymi uczestnikami przez manipulowanie nimi. Gdy dziecko nie chce iść spać o zwykłej porze i przeciąga moment położenia się, gdy nastolatek pali papierosy i chodzi na wagary to w obu przypadkach jest to jego sposób wyrażania przez zachowanie swojej władzy nad bezradnymi dorosłymi. To właśnie temat dzisiejszego spotkania poznanie techniki używanych przez dzieci i rodziców zdobycia dominacji nad pozostałymi członkami rodziny. Za chwilę przytoczę Państwu kilka zdań podsłuchanych w rodzinie posiadającej dzieci w okresie dojrzewania. Po każdym zdaniu nazwę technikę gry siłowej, która tu wystąpiła.

„Jak nie pozwolisz mi dzisiaj iść na prywatkę, to ucieknę z domu. Dostyc mam traktowania mnie jak małe dziecko”

Technika - szantaż emocjonalny

„Zrób porządek w swoim pokoju, to pozwolę ci dłużej oglądać telewizję”

Technika - łapówka (przekupstwo)

„Tyle dla ciebie z ojcem poświęcamy, a ciebie nie stać nawet na punktualny powrót do domu”!

Technika - masz się czuć winny

„Masz zrobić, co ci każę. Bez dyskusji”

Technika - pokazanie siły rodzica

„Nie słucham tego, co mówisz! Zrobię, jak zechcę!”

Technika - pokazanie siły dziecka

„Nie rób mi tego, tak się ostatnio źle czuję”

Technika - hipochondria (wieczna choroba)

„Nie mogę iść do szkoły. Znowu jest mi niedobrze i boli mnie brzuch”

Technika - j.w.

„Jak nie będziesz mnie słuchać, to przestanę płacić za twoje lekcje tańca”

Technika - szantaż finansowy rodzica

„Jak nie pozwolicie mi spotkać się z Ewą, to zobaczycie, jaki będzie rachunek za telefon”!

Technika - szantaż finansowy dziecka

„Albo pozwolicie mi jechać na obóz, albo zrobię tak, że obleje klasę”!

Technika - szantaż szkolny

Zobaczcie Państwo ile pojawiło się nazw gier siłowych odgrywanych w rodzinie!

Znacie Państwo podobne mechanizmy? Sądzę, że tak.

Zdobycie dominacji w rodzinach nastolatków to z jednej strony chęć zachowania silnej pozycji i autorytetu przez rodziców, z drugiej zaś próba „przejęcia” władzy nad swoim życiem przez zbuntowane przeciwko dorosłym dziecko. Burza hormonów kłębiąca się w młodym ciele ma ogromny wpływ na emocjonalność, stąd częste wybuchy gniewu, agresja lub patologiczna wręcz niechęć podejmowania wysiłku. Współcześni rodzice często są przygotowani na zmiany, które zajdą w dziecku w okresie dojrzewania, to jednak również jest im trudno emocjonalnie znieść wyczyny syna lub córki. Większość młodzieży przechodzi też tzw. „szkolny dołek”. Zdarzają się wagary, braki w odrabianiu lekcji, wyraźnie spada

aktywność intelektualna, występuje niechęć do podejmowania dodatkowych zajęć (np. nauki języka). Zaskoczeni tym, co nagle burzy dotychczasowy rodzinny spokój nie mamy recepty jak postępować z dorastającym dzieckiem. I co dziwne, konflikty i napięcia najczęściej dotyczą błażych spraw codziennych.

Oto sytuacje, w których najczęściej dochodzi do emocjonalnych wybuchów:

- późne powroty do domu,
- nieposłuszeństwo,
- nieprzestrzeganie zawartych umów,
- permanentny bałagan w pokoju,
- pretensje do rodziców,
- złe zachowanie,
- brak odpowiedzialności itp.

Takie konflikty z nastolatkami zdarzają się w każdej rodzinie! W jednych udało się rodzicom wygrać małą bitwę np. dotyczącą punktualnego powrotu do domu, w innych nie. Problem wygrywania lub przegrywania z wolą naszego nastolatka występuje jednak powszechnie. Martwimy się problemami naszych dzieci, ale jako rodzice jesteśmy szczególnie ważni.

Mamy prawo do:

- spokojnego snu
- czystego domu
- odpoczynku bez stresów
- miłej atmosfery

Może pora przestać stosować „gry siłowe” i pozwolić, by nastolatek był odpowiedzialny za swoje czyny i wypowiedzi? Studiowanie literatury fachowej i rozmowy z fachowcami pozwalają sformułować pewne zasady postępowania z nastolatkami:

1. We wzajemnych relacjach rodzice - dzieci podstawą jest wzajemny szacunek, tolerancja i miłość

2. Niedojrzałość emocjonalna nastolatka, brak doświadczenia życiowego, uleganie wpływom grupy rówieśniczej stwarza sytuacje konfliktowe, wymagające od rodziny stanowczości.

Taka postawa może być odbierana jako chęć narzucenia zdania lub woli rodziców, będąc w gruncie rzeczy ochroną dziecka przed konsekwencjami nieodpowiedzialnych decyzji. Stwarza też atmosferę poczucia bezpieczeństwa- „Jest w domu ktoś, komu na mnie zależy”.

Zatem:

Pozwól, aby dziecko było odpowiedzialne za swoje czyny.

Oceniaj postępowanie dziecka, a nie jego osobę.

Bądź konsekwentny w wychowaniu.

Idź na kompromis w sprawach o małej wadze.

Nie rób problemu z rzeczy błażych.

Nie zrządź - zdefiniuj problem i jasno go przedstaw.

Nie bój się przyznać do błędu.

Hasło pomocnicze w procesie wychowania nastolatka np.:

„Ja będę ścieliła twoje łóżko, ty będziesz odpowiedzialny za to, aby w domu zawsze było pieczywo.