

Słowa, które ranią dziecko.



Bycie rodzicem to bardzo wymagająca i niełatwa praca. Ponadto każdy z nas dźwiga odpowiedzialność za pracę zarobkową, funkcjonowanie domu, kredyt...

Bywamy wściekli i zmęczeni, nierzadko czujemy się bezsilni wobec zachowania naszych dzieci i przerażeni wizją ich przyszłości.

Sfrustrowani – wybuchamy,

zmęczeni – ignorujemy potrzeby albo stosujemy małe szantaże,

bezradni – wyzywamy i obrażamy

Niestety, często nie ważymy znaczenia niemiłych słów i nie zastanawiamy się nad konsekwencjami.

Niektórzy rodzice są przekonani, że agresja słowna jest skuteczną metodą wychowawczą, pomaga utrzymać dyscyplinę, i że dzięki niej dziecko rozumie, co wolno, a czego nie. Inni nie potrafią inaczej, bo nie znają zasad zdrowej komunikacji i nie potrafią inaczej wyrażać swoich emocji.

Agresja słowna to też przemoc!

Przemoc fizyczna jest namacalna, pozostawia wyraźne ślady – sińce, zdrapania, złamaną rękę.

Przemoc emocjonalna / słowna / nie zostawia ran na ciele, ale jest równie okrutna.

Przemoc emocjonalna ukierunkowana jest na wyrządzanie szkody psychicznej. Wykorzystuje przewagę dorosłego nad dzieckiem, a jej celem jest naruszenie godności osobistej.

Może ona przybierać różne formy, ale do najczęstszych zalicza się:

- wyzywanie, wyśmiewanie, poniżanie,
- upokarzanie, zawstydzanie, warunkowanie miłości,
- zastraszanie, szantaż emocjonalny,
- nieprzewidywalność reakcji,
- destrukcyjna krytykę,
- nieszanowanie potrzeb.

Przemoc (zarówno fizyczna, jak i emocjonalna) jako środek wychowawczy jest niedopuszczalna. Niestety obserwacje codziennych sytuacji dowodzą, że agresja słowna jest powszechnie stosowana w kontaktach rodziców z dziećmi.

Czego nie wolno mówić do dziecka?

W nerwach i stresie mówimy wiele. O wiele za dużo. Dorosły nie zwróci na to uwagi lub puści to mimo uszu, jednak dziecko odbierze to zupełnie inaczej. Słów, których nie należy mówić do dziecka jest dużo.

Rodzicu ! Wymarz ze swojego słownika słowa i zwroty !

1. *Nie, bo nie! Ponieważ ja tak mówię!*

„Nie, bo nie” to żadne wytłumaczenie, to tylko okazanie wyższości rodzica nad dzieckiem. Mówiąc to pokazujesz dziecku, że nie liczą się logiczne argumenty, tylko z góry ustalona hierarchia.

2. *Nie mam czasu. Jestem zajęty.*

A czy jest coś ważniejszego od Twojego dziecka i jego potrzeb? Nawet jeśli musisz poświęcić czas na coś innego, nie okazuj dziecku tego, że jest mniej ważne. Jeśli teraz nie masz czasu, w przyszłości dziecko nie przyjdzie do Ciebie z problemem.

3. *Bo ktoś przyjdzie i cię zabierze. Bo cię tu zostawię.*

Nie mów tego dziecku, ponieważ to nie tylko wzbudzenie w nim niepotrzebnego lęku, ale również pokazywanie, że miłość jest warunkowa i dotyczy tylko tych, którzy są „grzeczni”. A Ty kochasz bezwarunkowo, prawda?

4. *Słyszysz, co do ciebie mówię? Rozumiesz, co do ciebie mówię?*

Dziecko doskonale słyszy, co mówisz. Nie ma problemów ze słuchem, ale niekoniecznie rozumie, czego się od niego na daną chwilę oczekuje lub jest zbyt zestresowane Twoim zachowaniem, by podjąć

odpowiednią reakcją. Twój zdenerwowany ton mu nie pomaga, tym bardziej nie pomagają tego typu zdania.

5. Zachowuj się normalnie. Nie przynieś mi wstydu.

To, co dla Ciebie znaczy „normalnie”, niekoniecznie takim jest dla dziecka, zwłaszcza w sytuacjach, gdy potrzebuje ono uwagi, wstydzi się, czuje się niepewnie lub po prostu nudzi się. Wstyd? To znaczy, że jest niedostatecznie dobre dla Ciebie i nie kochasz go bezwarunkowo? A może nie potrafisz zająć się nim tak, by nie musieć się za niego „wstydzić”?

6. Nie rób z tego problemu.

Choć dla Ciebie coś może być błahostką, dla dziecka może być poważnym powodem do zmartwień. Jeśli chcesz, by dziecko dzieliło się z Tobą swoimi przeżyciami teraz i za parę lat, nie możesz bagatelizować „problemów”, z którymi się zmagają, nawet jeśli wydają się prozaiczne.

7. Nie płacz, nic się nie stało.

Fakt, że dziecko płacze oznacza, że istnieje ku temu powód. Nie pokazuj dziecku, że problemy należy bagatelizować, a że trzeba je rozwiązywać. Emocji nie powinno się tłumaczyć, tylko wychodzić im naprzeciw.

8. Widzisz, co zrobiłeś?!

Dziecko doskonale widzi, co zrobiło. Jest mu pewnie z tego powodu już wystarczająco przykro i wstyd – nie potrzebuje dodatkowego poniżania z Twojej strony, nawet jeśli jest ono niezamierzone. Dziecko widzi i nie chciało – upadki zdarzają się i dorosłym, ale nikt nie lubi, gdy się nad nim staje i z wyższością wytyka się mu niepowodzenia.

9. Jak wróci tata, to zobaczysz.

Straszenie dziecka drugim rodzicem i przerzucanie odpowiedzialności na drugą stronę to tak naprawdę poddanie się i przyznanie do własnych słabości. Buduj szacunek bez straszenia i nie rób obozów „dobry rodzic” i „zły rodzic”. Dziecko kocha oboje rodziców – dlaczego jedno z nich ma rozpieszczać, a drugie karać?

10. Byłeś dzisiaj bardzo grzeczny – nie można tak cały czas?

Niby pochwała, a jednak z ironią, którą wyczuje nie tylko dorosły, ale również dziecko. Czego nie mówić do dziecka? Pochwał, które są jednocześnie przytykami. Jeśli chwalisz – chwal, nie odwracaj pochwały w dwuznaczny komplement.

Czego nie wolno mówić dzieciom kategorycznie?

Powyższe przykłady pokazują, czego nie mówić do dziecka. Są to zdania, których dziecko nie powinno słyszeć od swoich rodziców, by czuć się przy nich bezpiecznie. Są również zdania, których pod żadnym pozorem nie wolno mówić dzieciom. To oczywiście bolesne słowa, typu „nie kocham Cię już”, „nie nadajesz się do tego”, „chyba nigdy się tego nie nauczysz”, „nie dasz rady tego zrobić”, „on to już umie, a ty dalej nie”, „to twoja wina”. To słowa, które zostawiają w psychice dziecka ślad na długo, mimo że rodzic zapomina o nich po chwili.



Opracowała U. Rucka na podstawie artykułów z Internetu