**O szacunku słów kilka…**

Drodzy Rodzice w swojej pracy często spotykam osoby opiekujące się dziećmi (swoimi lub nie), które z żalem mówią, że ich podopieczni nie darzą ich szacunkiem. Fakt, często są to rodzice lub opiekunowie dzieci starszych lub nastolatków, ale nie zawsze. „Brak szacunku” czasem zaczyna się już w przedszkolu – i wiąże się z krzykiem, uporem, złośliwością, czasem biciem itp.

Chciałabym się z Państwem zastanowić, czym jest szacunek i jak „nauczyć” nasze dzieci „szacunku do osób dorosłych”, aby w Waszych rodzinach w przyszłości odzwierciedlenie znalazło przysłowie „Czym skorupka za młodu nasiąknie, tym na starość trąci".

Osoby dorosłe, zgłaszające się do mojego gabinetu często mówią o tym, że ich dzieci nie chcą się ich słuchać, nie wykonują poleceń i swoich obowiązków, pyskują im itp. W ich domach stałym gościem jest ZARAZ - słowo ZARAZ będące odpowiedzią dzieci na większość wypowiedzi rodziców („obiad – ZARAZ, odrób lekcje – ZARAZ, wyrzuć śmieci – ZARAZ itp.). Czasem sytuacje te rozwijają się w kłótnie, czasem ZARAZ trwa tak długo, że rodzic sam wykonuje obowiązek dziecka.

W wypadku starszych dzieci i młodzieży rodzice brakiem szacunku nazywają także sytuacje, w których dzieci nie podporządkowują się ich nakazom i zakazom. Często oznacza to używanie telefonu, komputera przez całe dni (i noce), późniejsze powroty do domu, spotkania z nieakceptowanymi przez opiekunów znajomymi, spożywaniem środków psychoaktywnych (nikotyna, alkohol i inne).

Brak szacunku względem osób starszych, to też często „olewanie szkoły” i nieadekwatne zachowanie względem nauczycieli i innych osób dorosłych. Wyzwiska, lekceważące traktowanie, czasem obsceniczne lub wulgarne gesty.

To wszystko dzieje się teraz w niektórych rodzinach, w których są nastolatkowie, co zrobić, aby taki scenariusz nie zrealizował się w Państwa w domu?

Proponuję zastanowić się nad tym co to znaczy „szacunek”. Zgodnie z definicją słownika języka polskiego PWN słowo to ma dwa znaczenia: „1. <<stosunek do osób lub rzeczy uważanych za wartościowe i godne uznania>> 2. <<przybliżone określenie wartości, wielkości lub ilości czegoś>>”. W niniejszym artykule będę używał tego słowa wyłącznie w pierwszym przytoczonym powyżej znaczeniu.

W tym momencie rodzi się we mnie wątpliwość co oznacza „brak szacunku” ze strony dziecka względem rodzica? Mam dwie hipotezy.

Pierwsza z nich wiąże się z faktycznym brakiem szacunku. Dziecko nie uznaje swoich opiekunów (lub jednego z nich) za wartościowych lub godnych zaufania. Kiedy się tak może dziać? Wtedy, kiedy oni sami się nie szanują (zarówno sami siebie, jak i siebie nawzajem - Mam tu na myśli zarówno szacunek każdego z opiekunów do samego siebie, jak i do drugiego z nich – np. szacunek ojca do samego siebie i szacunek ojca względem matki). Jeśli w domu dochodzi częstych wyzwisk, poniżania, kłótni, łamania danego słowa i protekcjonalnego traktowania innych, to takie sytuacje dziecko obserwuje i uczy się. Jeśli samo zaczyna być traktowane podobnie (np. poniżane) lub włączane do takich sytuacji (np. „popatrz, jaki ten tatuś jest”, „zobacz, no zobacz co ta matka wygaduje”), ten proces utrwala się. Żadne późniejsze tłumaczenia i zakazy nie zrównoważą przeżytej sytuacji. Szacunek do samego siebie też jest ważny. Jeśli jeden z opiekunów ma tendencję do częstego poświęcania swojego dobra na rzecz innych – to dziecko widzi, że taka osoba nie szanuje swoich własnych potrzeb – nie szanuje siebie. Takiej osobie dorosłej może być trudno uzyskać szacunek dziecka – ono prawdopodobnie będzie kochało takiego rodzica, będzie z nim związane, ale może być mu trudno go szanować.

Druga moja hipoteza wiążąca się z potencjalnymi przyczynami „braku szacunku” dzieci wiąże się z sytuacjami, w których to dzieci nie czują się szanowane przez rodziców. Takie sytuacje obejmują całe spektrum: od skrajności w postaci bicia i znęcania się fizycznego nad dziećmi, poprzez przemoc emocjonalną lub klapsy, aż do wydawać by się mogło neutralnych (a wręcz pozytywnych) zachowań opiekunów. O przemocy fizycznej i emocjonalnej nie będę się rozwodzić – wykorzystywanie swojej przewagi fizycznej, psychicznej lub emocjonalnej wobec kogokolwiek nie uczy go szacunku do samego siebie (uważam, że nie uczy szacunku w ogóle, ponieważ wobec sprawcy raczej uczy strachu). Innym przykładem zachowań, wpływających niekorzystnie na poczucie bycia szanowanym przez innych są sytuacje, w których rodzic nie uznaje, łamie, nie szanuje granic dziecka.

To mogą być drobne rzeczy – od klasycznego: „Ubierz się, bo mi zimno”, poprzez „zjedź coś (bo jestem głodny)”, poprzez powtarzanie stereotypów (chłopaki nie płaczą, nie bądź beksą, złość piękności szkodzi itp.). Aż do zachowań rodziców wydawać by się mogło „pozytywnych” - takich jak mówione do dziecka „zostaw, ja to zrobię za Ciebie”, „Ty się skup na nauce – w kontekście innymi obowiązkami domowymi ja (rodzic) się zajmę. Takie i podobne zachowania naruszają granice dziecka. To ono czuje kiedy jest głodne, kiedy jest mu zimno, za co powinno być odpowiedzialne (prace domowe itp.). Oczywiście, kiedy dziecko jest małe to rodzice uczą go rozpoznawania swoich potrzeb – ale wraz z dorastaniem powinni wycofywać swoje wsparcie. Jest to proces trwający do dorosłości dzieci, (ale w jego przebieg w dużej mierze uzależniony jest od rodziców, w jego czasie wskazane jest zachowanie uważność przez opiekunów). Zdaję sobie sprawę, że nie wyczerpuję tu zagadnienia granic dziecka, ale – jak wynika z moich doświadczeń jest to temat rzeka. W tym miejscu chciałbym zaznaczyć, że elementem szacunku do drugiej osoby, jest też uznanie jej wysiłków i starań, jej wkładu w „dobro wspólne”. Kiedy Wasze dziecko chce Wam w czymś pomóc (a Wy niekoniecznie potrzebujecie tego wsparcia, ale możecie sobie na nie pozwolić – bo macie na nie czas;) pozwólcie mu na to. W ten sposób nie tylko dziecko może nauczyć się wykonywanej czynności, ale też może poczuć, że może samo od siebie dać coś innym – to ważny element jego rozwoju.

Wyżej przedstawiłem pokrótce swoje hipotezy dotyczące tego, co może oznaczać (i po części skąd może się brać) brak szacunku dziecka względem rodziców.

W tym momencie przyszła mi do głowy trzecia hipoteza! - Może być tak, że trudność nie tkwi w relacjach między rodzicami i rodzicami a dzieckiem. Wyobrażam sobie taką sytuację, że trudność wynikała z doświadczeń rodzica, który wiele zachowań dziecka interpretował i nadawał im znaczeni „braku szacunku”. W takich sytuacjach może się okazać konieczna praca z psychoterapeutą).

O tym: Co robić, aby nasze dzieci nas szanowały? Jak uniknąć w przyszłości przytaczanych przeze mnie przykładów w Państwa domach?

Przeczytacie Państwo w kolejnym moim artykule.