

Wpływ krzyku na funkcjonowanie dziecka.

„Przemoc zawsze przynosi szkody, choć nie zawsze natychmiastowe. Najbardziej tragiczna w skutkach jest przemoc wobec dziecka. Alice Miller, wybitna psychoterapeutka i pisarka, badając życiorysy dyktatorów i tyranów, między innymi Hitlera, Mao Zedonga, wykazała, że każdy z nich miał za sobą dzieciństwo pełne fizycznej i emocjonalnej przemocy doznawanej od najbliższych. Spowodowało to zaburzenia osobowości tak znaczne, że okrucieństwo i szerzenie zła stały się ich naturą.”(I. Koźmińska, E. Olszewska 2014)

Krzyk, choć powszechnie lekceważony, też jest formą przemocy. Każda przemoc psychiczna wobec dziecka w środowisku rodzinnym w postaci agresji werbalnej (**krzyki**, straszenie, groźby, konflikty otwarte o dużej sile emocjonalnej) powoduje u dziecka duże straty psychiczne. Odciska piętno na jakości jego życia i na budowaniu relacji z ludźmi. Sprawia, że dziecko ma niską samoocenę.

Często nadużywamy krzyku jako formy „przywoływania dziecka do porządku”. Zdarza się, że rodzice mówią: „Krzyczę, bo inaczej nie posłucha” albo „Ile można mówić spokojnie”. Za pomocą krzyku chcemy skłonić do zachowań pożądanых, chronić dziecko przed ryzykownymi zachowaniami lub spowodować, aby niepożądane zachowania nie miały miejsca w przyszłości. Często krzyczymy z własnej złości czy bezsilności. Często też nasz krzyk ma charakter bezrefleksyjnych działań podejmowanych spontanicznie, lecz mimo tego jego skutki pozostają niezmiennie –nieukształtowana jeszcze psychika dziecka zostaje zepchnięta z właściwej drogi rozwoju psychicznego i społecznego. Warto zadać sobie pytanie „Jak czułam/em się w dzieciństwie, gdy ktoś na mnie krzyczał, jak czuję się teraz, gdy ktoś na mnie krzyczy?” Pewnie źle. Pojawia się złość, niechęć do rozmówcy, opór, bunt, często poczucie winy, rozżalenie, upokorzenie czy niezrozumienie. Dlaczego dziecko miałoby czuć się inaczej? Taka forma dyscyplinowania małego człowieka nigdy nie przyniesie zamierzonych rezultatów, pokaże jedynie naszą bezradność i histerię. Natomiast dziecko przeżywające silne uczucia, nie jest w stanie analizować swojego zachowania, wyciągać wniosków, racjonalnie myśleć. Zdecydowanie lepiej jest szukać pokojowych rozwiązań. „Przemoc jest najbardziej prymitywną formą radzenia sobie z problemami i frustracją. Nie wymaga rozumu, charakteru, wiedzy, umiejętności ani dobrej woli. Za przemoc stosowaną przez dzieci i młodzież winę ponoszą dorośli”. Krzyk warto zastąpić spokojnym dialogiem.

Szybki styl życia, jaki często mamy, nie pozwala nam na refleksję o sobie, swoich relacjach z najbliższymi. Biegniemy z jednej pracy do drugiej, załatwiamy w biegu mnóstwo spraw i w nerwach wybuchamy, często na Bogu ducha winne dzieci. A zamiast działać bez namysłu, często irracjonalnie, warto poszukać **dojrzałego sposobu poradzenia sobie ze swoją złością**. Nasz krzyk, który często pociąga za sobą osamotnienie dziecka, wrzuca je czasem w świat wirtualny, do którego się „przytula”. A ten przecież nierzadko bombarduje obrazami przemocy, kultem agresji (filmy, gry). Wówczas dziecko powiela niewłaściwe zachowania (z ekranu, z domu), prezentuje je, a dorośli je za to karze. Koło się zamyka.

Dzisiaj, kiedy sytuacja, z jaką mamy do czynienia, kazała nam trochę zwolnić, pomyślmy nad wartościami. Przyjrzyjmy się kim są nasze dzieci, jak żyją, czym się interesują, z kim się spotykają. Dajmy im swoją uwagę. Dziś i już zawsze. Niektórzy mówią, że nie jest ważna ilość spędzonego wspólnie czasu, tylko jego jakość. Nic bardziej mylnego. Ważne jest i jedno i drugie. Piekąc ciasto możemy włożyć do niego mnóstwo bakalii, ale kiedy nie będziemy go piec wystarczająco długo, nic z niego nie będzie.

Bibliografia:

1. I. Koźmińska, E. Olszewska, „Z dzieckiem w świat wartości”
2. I. Pospiszył, „Przemoc w rodzinie”

Opracowała Diana Ostaszewska- Żarczyńska- psycholog.