

Konfrontacja

Aleksandra Karasowska

Rok: 2000

Czasopismo: Remedium

W pracy z rodzicami zakładam, że każdy z nich wychowuje swoje dziecko najlepiej jak potrafi, kierując się miłością do niego, oraz korzystając z dostępnej mu wiedzy i umiejętności. Tak więc pomoc polega przede wszystkim na dotarciu do tych zasobów i ich rozwijaniu. Rodzice sami decydują jakie sposoby oddziaływania są dobre w ich rodzinie, a w miarę wzrostu poczucia własnej kompetencji konfrontują się z błędami jakie popełniają - mają wtedy dość siły, żeby się z nimi zmierzyć i spróbować coś zmienić.

Czasami jednak działania rodzica są destrukcyjne i wtedy kierując się dobrem dziecka, trzeba powiedzieć mu "trudną prawdę". Po to, aby taka konfrontacja była skuteczna - musi być dobrze wyważona.

Konfrontacja zbyt mocna

Pamiętam, jak podczas szkolenia nt. przemocy w rodzinie rozważaliśmy przypadek dziewczynki, która przyszła do szkoły ze śladami pobicia na ciele. Ustaliliśmy, że pedagog szkolny powinien porozmawiać z matką dziewczynki, a ja zdecydowałam się poprowadzić tę rozmowę. Wyobrażenie pobitej dziewczynki i jej cierpienie wyzwoliło we mnie całą masę uczuć, a przede wszystkim wściekłość na jej rodziców. W matce, z którą rozmawiałam, widziałam potwora poświęcającego własne dziecko po to, aby kryć męża - sprawcę przemocy.

Zebrałam wszystkie siły, żeby skonfrontować ją z krzywdą jaka dzieje się dziecku oraz z tym, co zamierzam zrobić, jeżeli sama nie ochroni go przed przemocą. Byłam przekonana, że działam w słusznej wierze - w imię dobra dziecka - i bardzo zdeterminowana. Tymczasem matka broniła się, zaprzeczała, aż w końcu powiedziała że zabierze dziecko ze szkoły. I wtedy zrozumiałam, że moja interwencja obróciła się przeciwko dziecku - zabranie dziewczynki ze szkoły oznaczało utratę wsparcia, z którego dotychczas mogła korzystać, a także szansy na współpracę z jej matką. Zrozumiałam też, że konfrontacja była źle wymierzona - przedwczesna i zbyt silna.

Jaka więc powinna być konfrontacja?

Przypadek Basi

Zilustruję to, opisując przypadek matki, która uczestnicząc w „Szkole dla rodziców” pracowała nad poprawą relacji ze swoim dziewięcioletnim synkiem, Michałem.

Basia zgłosiła się do mnie w trudnym momencie swojego życia. Przeszła już własną terapię współzależnienia i właśnie rozstała się z mężem alkoholikiem. Była przygnębiona i przytłoczona własnymi problemami, a na to nakładały się kłopoty z synem - Michał był pod silnym wpływem starszych kolegów, przepadał na całe dni, słabo się uczył, zdarzyło się że podkradł jej pieniądze. Basia ciężko pracowała, żeby zarobić na życie, chodziła też na spotkania Al-Anon i najczęściej wracała do domu wieczorem.

Syna spostrzegała jako nieodpowiedzialnego i niechętnego do współpracy: „Tyle razy mówiłam mu, żeby siedział w domu, odrobił lekcje i zjadł kolację, a tymczasem, gdy wróciłam późnym wieczorem, musiałam go szukać po całym osiedlu.” „Prosiłam żeby posprzątał mieszkanie gdy mnie nie będzie, a on zamiast tego zaprosił kolegów i bawili się w domu!”. Basia była przekonana, że daje Michałowi wszystko na co ją stać, stara się i pracuje, a on jest niewdzięczny, nie docenia tego i sprawia kłopoty swoim zachowaniem. W jej głosie słychać było żal a nawet poczucie krzywdy. Nie była świadoma swojej rodzicielskiej odpowiedzialności za taki stan rzeczy.

Początek pracy: zrozumienie, wsparcie, przeformułowanie problemu

Patrząc na Basię rozumiałam, jak ciężko jest jej wychowywać samotnie syna. Widziałam, że bardzo brakuje jej wsparcia i wiary we własne siły. Zdawałam sobie sprawę z tego, że opuszcza emocjonalnie Michała, stawiając mu jednocześnie zbyt duże wymagania.

Byłam jednak pewna, że na razie nie jest gotowa do przyjęcia takiej konfrontacji. Wszystko co mogłam zrobić, to docenić fakt, że szuka pomocy: „Dobrze, że pani tu przyszła. Widzę, że martwi się pani o Michała i bardzo go kocha”, wyrazić zrozumienie dla jej trudności i wysiłków: „Ciężko jest samotnie wychowywać syna” i przeformułować problem: „Nie wie pani jak sobie

poradzić z trudnymi zachowaniami syna, jak nauczyć go odpowiedzialności i współpracy." Już samo przeformułowanie problemu stało się dla niej ważną konfrontacją - Basia uświadomiła sobie, że to do niej należy wychowanie syna i zamiast narzekać na jego złe zachowanie, może nauczyć się radzić sobie z nim.

Wzmacnianie rodzica: rozwój kompetencji i odkrywanie mocnych stron

Basia zdecydowała się na uczestnictwo w Szkole dla rodziców. Była bardzo zdeterminowana - niepokój o syna dawał jej energię do pracy.

Podczas kilku pierwszych spotkań doświadczyła wsparcia grupy, odkryła też swoje mocne strony - jako matki. Pilnie wykonywała zadania domowe - przenosząc umiejętności zdobyte podczas zajęć do relacji z synem: próbowała go uważnie słuchać, chwalić za osiągnięcia, informować o oczekiwaniach, wyciągać konsekwencje ze złych zachowań. Osiągała przy tym drobne sukcesy - chłopiec pochwalony za porządek w pokoju - kilka razy posprzątał z własnej inicjatywy, także w innych sprawach okazał się chętny do współpracy a nawet pomocny, np. przygotował kolację nie tylko sobie, ale i mamie. Gdy Basia nastawiła się na uważne słuchanie i akceptację uczuć chłopca - pojawiła się między nimi nić porozumienia. W ten sposób Basia odkryła, że jest ważna dla syna (co przedtem poddawała w wątpliwość) i że może wywrzeć wpływ na jego zachowanie. Zyskała też uznanie grupy za "pilną pracę" i poczuła się bardziej kompetentna jako matka.

Konfrontacja- pokazanie trudnej prawdy

Jednak wciąż, gdy wracała późno do domu zdarzało się, że chłopiec przebywał gdzieś z kolegami i nie wykonywał żadnego z jej zaleceń. Basia interpretowała to jako niewdzięczność i brak zrozumienia dla jej wysiłków: "Ja tyle pracuję...." Uznałam, że jest to właściwy moment na konfrontację, że Basia jest już dość silna żeby spojrzeć prawdzie w oczy. Powiedziałam jej, że widzę jak bardzo kocha syna i że dowodem tej miłości są podejmowane przez nią próby zmian. Powołując się na wiedzę o rozwoju i potrzebach dziecka powiedziałam, że

dziewięcioletni chłopiec nie jest w stanie przez cały dzień zajmować się sam sobą i jednocześnie realizować jej wymagania. Potrzebuje jej obecności, uwagi, zachęty i że nie pomogą żadne sposoby oddziaływań na dziecko (chwalenie, stawianie granic) jeżeli nie poświęci mu więcej czasu. Przypomniałam też zasadę wprowadzoną wcześniej na zajęciach: "Ile wymagań, tyle miłości." Basia była wstrząśnięta - zaczęło docierać do niej, że zbyt wiele wymaga od chłopca i jednocześnie nie zaspokaja jego potrzeb emocjonalnych, że sama czuje się obciążona i słaba i oczekuje od niego dorosłych zachowań. Wciąż jednak nie widziała rozwiązania: „Przecież ja muszę pracować!”

Wsparcie w zaplanowaniu zmian

W tym momencie bardzo ważne okazało się wsparcie grupy rodziców - inne matki podzieliły się z Basią swoimi sposobami na organizację czasu i życia domowego: korzystanie z pomocy innych osób (krotnych, znajomych, sąsiadów), zaangażowanie chłopca w jakąś pozytywną działalność (np. harcerstwo, sport) jako alternatywę podwórka, obniżenie wymagań (przymknięcie oka na bałagan i inne drobne niedociągnięcia), okazywanie życzliwej uwagi i akceptacji po przyjeździe z pracy zamiast egzekwowania wymagań, organizowanie wspólnych przyjemności (zabaw, spacerów) na które chłopiec nie będzie musiał zasługiwać. Basia zaczęła także rozważać możliwość zmiany pracy - z popołudniowej zmiany na przedpołudniową. Ta konfrontacja okazała się skuteczna - Basia zrozumiała prawdziwą przyczynę swoich niepowodzeń z synem i uświadomiła sobie własną odpowiedzialność. Pojawiła się też w niej gotowość do zmian. Oczywiście wprowadzenie tych zmian w życie wymagało dalszej pracy i wsparcia z zewnątrz. Jednak nie byłoby to możliwe bez przełomu w jej myśleniu, jaki dokonał się dzięki konfrontacji.

Warunki skutecznej konfrontacji

Przypadek Basi pokazuje, że po to aby konfrontacja była skuteczna - musi zostać spełnionych kilka warunków:

- **Zaufanie, dobra relacja** - konfrontacja jest szczególnie skuteczna gdy pochodzi od ważnych osób - rodzice są bardziej gotowi do jej przyjęcia, gdy poczują się bezpiecznie, mają zaufanie do grupy i osoby prowadzącej - dlatego, jeżeli to możliwe, zostawiam konfrontację na późniejszy okres pracy
- **Gotowość wewnętrzna do przyjęcia konfrontacji** - im wyższe poczucie własnej kompetencji i mocy osobistej - tym większa zdolność do przyglądania się swoim błędom i słabościom. Dlatego najpierw warto zainwestować w odkrywanie mocnych stron, odzwierciedlać najdrobniejsze sukcesy i osiągnięcia rodziców.
- **Atmosfera akceptacji, życzliwości, troski** - bardzo ważna jest postawa i intencje osoby, która przeprowadza konfrontację - rodzic musi odczuć jej życzliwość, troskę i akceptację dla swojej osoby. Błędem jest traktowanie go instrumentalnie - wyłącznie jako osoby która ma zaspokoić potrzeby dziecka, z lekceważeniem jego własnych uczuć i potrzeb. Taka postawa uruchamia mechanizmy obronne i zmniejsza szansę na powodzenie konfrontacji. Szacunek oznacza też uznanie rodzicielskich kompetencji i pozostawienie przestrzeni do dokonania wyboru i znalezienia własnych rozwiązań.
- **Nadzieja na zmianę** - celem konfrontacji jest nie tylko pokazanie rodzicowi co robi źle, ale przede wszystkim otwarcie przed nim nowej perspektywy. W grupie jest to możliwe dzięki doświadczeniom innych rodziców. Rodzic, który decyduje się zmieniać swoją relację z dzieckiem, zwykle potrzebuje dużo wsparcia.