



Irena Nowak,

Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Chełmie,
Promotor – dr Halina Bejger
(Chełm, Polska)

Ірена Новак,

Вища державна професійна школа в Хелмі
Науковий керівник – **Галина Бейгер,**
(м.Хелм, Республіка Польща)

Irena Novak,

Higher State Professional School in Helm
Scientific Supervisor – **Galina Beiger,**
(Helm, Republic of Poland)

RELACJE RODZINNE СИМЕЙНІ СТОСУНКИ FAMILY RELATIONS

Rodzina to najważniejsza, podstawowa grupa społeczna, na której opiera się całe społeczeństwo. W. Okoń określa rodzinę, jako:

„...małą grupę społeczną składającą się z rodziców, ich dzieci i krewnych. Rodziców łączy więź małżeńska, rodziców z dziećmi – więź rodzicielska, stanowiąca podstawę wychowania rodzinnego, jak również więź formalna określająca obowiązki rodziców i dzieci względem siebie”. Relacja rodzinna to rodzaj pokrewieństwa i powinowactwa, rodzaj stosunku zachodzącego między osobami należącymi do tej samej rodziny. Relacje rodzinne można podzielić na relacje proste (rodzice-dzieci - dziadkowie) oraz relacje złożone (kuzyni, dalecy krewni). Z uwagi na fakt, że jest to temat bardzo obszerny w pracy tej omówione zostaną tylko relacje proste.

Prawidłowe (poprawne) relacje rodzinne wymagają od wszystkich jej członków cierpliwości, wyrozumiałości, ustępliwości, kultury i miłości. Członkowie rodziny na ogół mają różne – czasem skrajne – temperamenty, różne potrzeby, chęci i zamiłowania. Niewiele potrzeba, aby szanująca się i kochająca rodzina – pod wpływem konfliktu – rozpoczęła wyniszczającą „wojnę domową”. Zachwianie prawidłowych relacji w rodzinie może nastąpić bardzo szybko i niespodziewanie, ale może też być spowodowane lub możemy – często nieświadomie – doprowadzić do tego poprzez złe wychowanie, niekonsekwencję lub celowo np. mszcząc się na kimś.

Relacje między małym dzieckiem a rodzicami i dziadkami

Rodzice mogą popełniać te same błędy wychowawcze, jakie popełnili – w stosunku do nich – ich rodzice. Stąd groźne będą następujące – negatywne – zachowania:

1) brak konsekwencji – rodzice ustalają pewne zasady postępowania np. ograniczenie oglądania telewizji, grania na komputerze, sprzątanía zabawek itp. a potem tych zasad nie egzekwują. Dziecko musi mieć świadomość, że reguły muszą być przestrzegane i od nich odstąpić nie można;

2) mówienie czegoś innego niż się robi – rodzice nie mogą wymagać od dziecka określonego zachowania, jeśli sami tak się nie zachowują (dają zły przykład). To, co rodzice robią, ma na dzieci większy wpływ niż to, co mówią;

3) wyręczanie dzieci w obowiązkach - stąd będzie ono w życiu dorosłym bierne, bezradne i każda trudność, przeszkoda spowoduje bolesną porażkę. Dzieci chętnie pomagają np. w pracach domowych, lubią podejmować decyzje (na miarę swojego wieku), a odsuwanie ich od tego powoduje złość i pogłębia zależność od rodziców;

4) obciążanie dziecka własnymi, nie spełnionymi nadziejami i marzeniami – chyba, że one też mają podobne marzenia

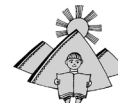
5) buntowanie dziecka – np. przeciwko rodzinie męża, jego krewnym, sąsiadom, innym dzieciom. Takie szkodliwe komunikaty mogą okazać się destrukcyjne. Jeżeli to co mówią teraz rodzice okaże się całkowicie nieprawdziwe, rodzicom będzie bardzo trudno odzyskać wiarygodność

6) nadmierna dyscyplina (dryl wojskowy) – rodzice wymagający od dziecka bezwzględności posłuszeństwa i wypełniania swoich poleceń, nie zdają sobie sprawy, że niepożądane zachowania będą miały miejsce poza domem: w szkole, przedszkolu, na podwórku. Dziecko idealnie grzeczne w domu, bez sprzeciwu wykonujące polecenia np. ojca, poza domem okazuje się agresorem przenosząc na grunt grupy rówieśniczej zachowania, których jest ofiarą w domu.

Relacje między dorosłymi dziećmi a rodzicami i dziadkami

Najczęściej popełniane błędy w relacji z (dorastającymi) dorosłymi dziećmi to:

1) naciski na wybór wymarzonego przez rodziców zawodu, kierunku kształcenia lub miejsca pracy. Także nacisk na wybór partnera życiowego;



2) porównywanie własnych dzieci z dziećmi sąsiadów, znajomych, rodziny dalszej i bliższej. Dobrze, jeżeli porównanie to jest korzystniejsze dla naszych dzieci. Jeżeli nie – relacje nie będą najlepsze;

3) brak zaufania do dzieci, przejawiające się nieustannym kontrolowaniem i przypominaniem o różnych - ważnych z punktu widzenia rodziców – sprawach. Najczęściej są to mało znaczące sprawy, które jednak powodują, że odbierane są przez dorosłe już osoby, jako próba tzw. ręcznego sterowania ich życiem. Ciągłe kontrolowanie i napominanie, wtrącanie się w prywatne sprawy dorosłego dziecka jest prostą drogą nie tylko do psucia wzajemnych relacji, lecz nawet do głębokich konfliktów;

4) uzależnianie finansowe dzieci – zbyt częsta lub trwająca do późnych lat pomoc finansowa powoduje, że dorosły człowiek nie chce zakładać rodziny, woli być „u mamy”. Taką sytuację obserwuje się obecnie coraz częściej. Trzydziestolatkowie nie planują zakładania rodzin i brania za nie odpowiedzialności – to wygodnictwo może odpowiadać obu stronom. Taka sytuacja prowadzi do frustracji, a dotyczy to jednej i drugiej strony. Jak wspomniano wyżej, to rodzice są winni zachwianiu relacji między nimi a dorosłymi dziećmi. Niestety, dorosłe dzieci też nie są bez winy.

Do najczęściej popełnianych błędów dorosłych dzieci względem rodziców i opiekunów zaliczyć można :

1) brak chęci do uniezależnienia się – tj. wygodnictwo, strach przed odpowiedzialnością, lenistwo, możliwość pogorszenie dotychczasowych warunków życia, konieczność podejmowania samodzielnych decyzji i ponoszenie konsekwencji tychże;

2) całkowite zerwanie stosunków z rodziną – odizolowanie się, nie utrzymywanie żadnych kontaktów, nie odpowiadanie na listy i telefony. Wynika to prawdopodobnie z jakichś zadawnionych krzywd i pretensji, które należałoby wyjaśnić, zrehabilitować. Jednak żadna ze stron nie kwapi się do tego. W tej sytuacji relacje są zachwiane.

Nasuwa się pytanie, jak postępować, aby relacje rodzinne były co najmniej poprawne, jak wzmocnić rodzinę, jakich mechanizmów obronnych jest najwięcej, jak je rozpoznać. Zacząć trzeba od codziennych czynności, które wzmocnią rodzinę. A więc:

1) wspólnie jadać posiłki, usunąć z jadalni telewizor, laptop i inne elektroniczne gadżety zakłócające te przyjemne chwile. Niech dzieci nakrywają do stołu, a starsze sprzątają po posiłkach, niech przygotowują ulubione danie, niech opowiedzą o szkole, o koleżankach;

2) świętować razem – urodziny, imieniny, Nowy Rok, ważne dla danej rodziny rocznice... Cieszyć się z prezentu zrobionego przez wnuczka w przedszkolu, serwety wyhaftowanej przez synową, naprawionego mebla przez zięcia, faktu przybycia zapracowanego dziecka z daleka....

3) dotrzymywać obietnic (zwłaszcza słowa danego dzieciom);

4) powstrzymywać się od krytykanctwa nie używać niecenzuralnych słów;

5) nie obmawiać rodziny męża, zięcia, synowej – nawet jeżeli są ku temu powody.

Może się zdarzyć, że sami nie poradzimy sobie z problemami, że złymi emocjami w rodzinie. Należałoby wówczas skorzystać z pomocy literatury, poradni psychologicznej lub nawet lekarza psychiatry. Obecnie na temat relacji rodzinnych jest wiele publikacji. Między innymi Mateusz Grzesiak w książce

„Psychologia relacji, czyli jak budować świadome związki z partnerem, dziećmi i rodzicami” omawia mechanizmy obronne w związkach. Wymienia ich kilkadziesiąt. Uważa, że każdy używa tych mechanizmów na co dzień, najczęściej nieświadomie.

Jak pisze M. Grzesiak Wyobraź sobie, że posiadasz przekonanie, że związki są złe. Widzisz szczęśliwą parę na ulicy i od razu odczuwasz dysonans poznawczy – przecież ta para nie potwierdza twoich przekonań. Albo więc je zmieniasz i się nie bronis, albo tak definiujesz dla siebie i pod siebie tę sytuację, by twój model świata pozostał taki, jaki był. Na pewno się rozwiodą – mówisz do siebie i pewny swego idziesz dalej. A więc negatywnie zmanipulowałeś siebie, by twój model świata się utrzymał.

Wg M. Grzesiaka najważniejsze i najskuteczniejsze mechanizmy obronne to:

1) wyparcie (represji) – usunięcie z pamięci tych informacji na temat swój (lub innych), które nie potwierdzają utrzymywanej opinii. Wyparcie podlegają zarówno pozytywne, jak i negatywne cechy partnera. Często wypieramy atrakcyjność, mądrość, szczerłość, inteligencję. Np. kobieta wypiera inteligencję partnera. Jeżeli on powie coś mądrego ona i tak interpretuje to zachowanie jako przypadkowe;

2) racjonalizacja – intelektualne wytłumaczenie sobie czegoś przeciwnego do tego, co się czuje – tzw. dorabianie filozofii. Np. partner krzyczy, partnerka czuje się z tym źle, ale tłumaczy sobie, że jest nadwrażliwa;

3) projekcja – przenoszenie własnych osądów i emocji na innych. Np. im jedna strona w związku czuje się słabsza, tym druga strona będzie jej się wydawała dominująca;

4) przemieszczanie – wybór alternatywnego zachowania pozornie likwidującego problem. Np. palenie papierosów pomagało komuś radzić sobie ze stresem. Po rzuceniu nałogu na ogół się tyje, gdyż byli palacze mają większy apetyt. Nałóg pozostał, ale przybrał inną formę;

5) stłumienie – niepozwalanie sobie na odczuwanie określonych emocji. Jesteś zły, zagniewany, i zamiast wybrać się np. na spacer, na siłownię, do sklepu i ten gniew – w przenośni „wykrzyczeć” – siedzenie w domu i „zatrucie” wszystkim życia.

M. Grzesiak wymienia jeszcze wiele mechanizmów obronnych. W skrajnych przypadkach – gdy rodzina rozpada się – należałoby skorzystać z pomocy fachowej poradni psychologicznej i wspólnie znaleźć rozwiązanie problemów, z korzyścią dla siebie, dzieci, rodziców i dziadków. Przy dobrej woli każdej ze stron, problemy – a są one powszechne – mogą być rozwiązane. Na potwierdzenie przytaczam myśl sformułowaną w r. 1647 przez hr. Johna Wilmota, angielskiego arystokratę, awanturnika i poetę, przyjaciela króla Karola II:

Zanim się ożeniłem, miałem przygotowanych sześć różnych teorii na temat wychowywania dzieci. Teraz mam sześcioro dzieci i żadnej teorii oraz P. J. O'Rourkego (z r. 2000) polityka i satyryka amerykańskiego: Wszyscy wiedzą jak wychowywać dzieci – poza ludźmi, którzy faktycznie je mają.

Bibliografia

1. Nowy słownik pedagogiczny, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa, 2017.
2. Geldard K., Geldard D., Budowanie relacji w pracy z dziećmi, młodzieżą i rodzinami, Wydawnictwo Edukacyjne „Parpamedia”, Warszawa 2009.
3. Grzesiak M., Psychologia relacji czyli jak budować świadome związki z partnerem, dziećmi i rodzicami, Wyd. HELION, Gliwice 2016.
4. Stephan W. G., Stephan C. W., Wywieranie wpływu przez grupy-psychologia relacji, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 1999.