

MAŁGORZATA BEDNARSKA

Zakład Pedagogiki Ogólnej, Instytut Pedagogiki, Uniwersytet Wrocławski

## Strach ma wielkie oczy – o strachu, l ku i szkodliwo ci straszenia dzieci w procesie wychowania

L k i strach to zjawiska powszechne i naturalne w całym świecie ożywionym. Pojawiają się również jako ludzkie przeżycia. Pozwalają orientować się w świecie, w którym nam niebezpieczeństwo; ich pokonanie odbierane jest jako zwycięstwo nad sobą, swoją naturą. Często jednak l k i strach pojawiają się w formie patologicznej; mogą być powodowane m.in. przez media, komputery i inne zdobycze cywilizacji. Wiele naszych dzieci cierpi z l ków i strachów, jak i tych trwających do lat dorosłości, ma swoje źródło w relacji wychowawczej dorośli-dziecko. Straszenie wykorzystywane jest szeroko jako łatwy i niewyszukany sposób „panowania” nad dziećmi. Jak by wiadomym i odpowiedzialnym rodzicem, wychowawcą, zamiast korzystać z zastraszania młodszych, słabszych, mniej odpornych dzieci pod naszą opieką?

### Wprowadzenie

L k tkwi w istocie życia. Zgodnie z niektórymi teoriami jest zjawiskiem powszechnym w przyrodzie ożywionej. Ma on miejsce w całym świecie zwierzęcym, nawet na najniższych szczeblach rozwoju filogenetycznego. W zależności od stopnia ewolucji przybiera jedynie różne formy.

Równie w świecie ludzkich przeżyć jest zjawiskiem bardzo powszechnym. L k ukryty lub jawny we wszystkich swoich rodzajach i natężeniach towarzyszy człowiekowi przez całe życie (Łopatkowa 1992, s. 107). Wprawdzie pod wpływem l ku zniekształcone zostaje nasze postrzeganie – to, co nam zagraża, staje się niezwykle wyraziste

na tle niewidocznej reszty, dany szczegół jest wyolbrzymiony, skupia na sobie całą interakcję z otoczeniem, staje się jej punktem rodowym (Kpiński 2001, s. 246) – to równocześnie nie l k, jak i strach jest przeżyciem bardzo potrzebnym, istotnym w naszym życiu. To naturalna część ludzkiego doświadczenia. Niepatologiczne przejawy niepokoju informują nas o zagrożeniu, niebezpieczeństwie. Gdyby życie było rajem, można by było obejść się bez l ku i bólu. Ponieważ jednak życie przedstawia wiele niebezpieczeństw, każda żywa istota musi dysponować systemem alarmowym, który sygnalizuje zbliżające się niebezpieczeństwo i dzięki któremu można go uniknąć (Kpiński 2002, s. 25).

Ponadto pokonywanie l ku jest dla człowieka czym kusz cym, jest ródlem poczucia zwyci stwa nad sob i wiatem (tam e, s. 239).

Mo e zrodzi si pytanie: skoro to tak naturalne, powszechne i korzystne, dlacze- go ma sta si tematem rozwa a natury pedagogicznej, i to rozwa a dotycz cych negatywnego odd wi ku tych e emocji?

## Strach czy l k

Strach i l k to z pozoru identyczne, a jednak ró ni ce si od siebie emocje.

Strach definiuje si jako emocj od- zwierciedlaj c stan zagro enia, uczucie niepokoju odczuwane w niebezpiecznej sytuacji lub na jej wspomnienie (Sillamy 2002, s. 279). Podczas gdy l k okre lany jest jako: przykry, intensywnie odczuwa- ny stan złego samopoczucia, wywołany niejasnym wra eniem niesprecyzowane- go i bliskiego zagro enia, wobec którego człowiek czuje si bezbronny i bezsilny (tam e, s. 138).

## Składowe strachu i l ku

Odczuwaj c niebezpiecze stwo, b d tylko niejasne zagro enie, do wiadzamy czterech aspektów tego zjawiska. S to składniki:

- 1) poznawcze,
- 2) somatyczne,
- 3) emocjonalne,
- 4) behawioralne.

Rozpoznajemy bezpo rednie zagro enie (składnik poznawczy), co powoduje cielesne reakcje zewn trzne i wewn trzne (składnik somatyczny). Zewn trzne oznaki to:

- blade skóry,
- g sia skórka,
- poprzecznie pofałdowane czoło,
- krople potu na czole,

Na wst pie pokrótce mo na wspomnie , i strach i l k wykorzystywane nagminnie , bezrefleksyjnie, bez umiaru w procesie wy- chowania, mog przynie wiele szkód, jak równie sama ta praktyka jest nieuczciwa w stosunku do dzieci. Natomiast racjonal- ne, troskliwe potraktowanie przez doro- słych l ków dzieci mo e ułatwi im zarów- no start, jak i samo dorosłe ycie.

Ró nica pomi dzy l kiem a strachem wi- doczna jest mo e jeszcze wyra niej w podej- ciu psychoanalitycznym, gdzie strach okre la- ny jest jako normalna reakcja na rzeczy- wi- ste niebezpiecze stwo, l k z kolei jest niepo- kojem bez powodu, niejasnym odczuciem, e grozi nieokre lone niebezpiecze stwo.

Inna ró nica to czas trwania obu stanów emocjonalnych. Strach zazwyczaj kojarzony jest z krótkotrwałym uczuciem, znikaj cym po ust pieniu niebezpiecze stwa. L k z kolei to stan długotrwałego napi cia, oczekiwania na co złego, nieokre lonego ([www.doz.pl](http://www.doz.pl)).

- poszerzenie szpar powiek,
- rozszerzenie si renic,
- czasem niewidoczna prawie t czówka,
- rozchylone usta,
- dr enie ust,
- wilgotno dłoni.

Ciało przygotowane jest do ucieczki - lekko pochylone, silnie napi te mi nie, głównie zginacze. Osoby odczuwaj ce nadmierny długotrwa cy strach cierpi na bóle mi niowe, głównie mi ni grzbie- tu. Zazwyczaj w postawie całego ciała, jak i w mimice twarzy wida strach. Rozpozna- jemy go bez szczegółowej analizy.

Wewn trzne zmiany to tzw. reakcja po- gotowia. Uaktywnia si współczulna cz

autonomicznego układu nerwowego powodują ca:

- przyspieszony rytm serca,
- skurcz ledziony,
- zwi kszone wydzielanie czerwonych ciałek krwi,
- przyspieszenie i pogł bienie oddechu,
- rozszerzenie dróg oddechowych ułatwiając dost p tlenu,
- wydzielanie adrenaliny z nadnerczy do krwi,
- uwalnianie przez w trob glukozy i kwasów tłuszczowych zu ywanych przez mi nie,
- zahamowanie wydzielania kwasu oł dkowego,
- wyl czenie układu immunologicznego,
- nawet utrata kontroli nad p cherzem i zwieraczem.

Na ogół odczuwaj c strach nie zdajemy sobie sprawy z tego, co dzieje si z nami na zewn trz czy wewn trz. Niektóre z tych wewn trznych oznak (składnik emocjonalny) jeste my jednak w stanie poczu w postaci mdło ci, dr enia, dziwnego wra enia w oł dku, czy mrowienia skóry. Ponadto mo e my odczuwa przera enie, groz , panik .

W wyniku strachu pojawia si zazwyczaj jeden z dwóch rodzajów reakcji ruchowych

(składnik behawioralny): reakcje niepokoju lub reakcje sprawcze (próba uczynienia czego z przedmiotem strachu). Ogólnie mówi c, człowiek zastyga w bezruchu lub wykazuje podniecenie ruchowe. O takim człowieku mówi si , e „osłupiał” lub „oszalał” ze strachu.

Oprócz bezruchu i walki mo e pojawi si równie reakcja usuwania w formie ucieczki lub unikania. Od zamierzchłych czasów jeste my przystosowani do ataku lub ucieczki w przypadku wyst pienia niebezpiecze stwa. Sygnał niebezpiecze stwa powodował ruch do przodu (atak) lub ruch do tyłu (ucieczka). Z czasem wypracowaliśmy sobie trzecie wyj cie z sytuacji.

Te automatyczne zachowania, przystosowawcze mechanizmy zwi zane z reakcj „od” lub „do” odziedziczyli my po przodkach. Dzi s prymitywne, niepotrzebne lub wr cz utrudniające nam funkcjonowanie. Uzasadniona niegdy zwi kszone praca serca, podwy szona krzepliwo krewi, pocenie r k czy opró nianie jelita lub p - cherza, mają ce na celu ułatwienie walki, jest dzi kr puj ce i zb dne. Zbyt silna mobilizacja ustroju w wyniku nadmiernego l ku mo e by nawet, w skrajnym przypadku, przyczyn mierci.

## Norma a patologia

Strach i l ks w dzieci stwie czym naturalnym. Z bada wynika, e ponad połowa dzieci przejawia normalny strach, a dziewczynki cz - ciej przyznaj si do strachu ni chłopcy.

W zale no ci od wieku pojawiaj si ró - ne l ki. I tak dla wieku 8 miesi cy-2 lata typowy jest l k przed separacj od opiekuna, wiek 2-4 lata to głównie l ki przed zwierz tami i ciemno ci , a wiek 4-6 lat to czas l ków przed duchami, potworami, dziwnymi d wi kami. Po 6. roku ycia dziecko boi si zranienia, mierci i naturalnych kl sk wwiolowych, a w okresie preadolescen-

cyjnym mo e wyst pi l k przed brakiem akceptacji rówie niczej. L ki te s stosowne do rozwoju dziecka, jego do wiadczenia, sposobu rozumienia wiata, wiedzy.

Kiedy jednak strach i l ks tak silne i długotrwałe, e przeszkadzaj w normalnym funkcjonowaniu, wymagaj c jednocze nie kontaktu ze specjalist , mo emy mówi o zaburzeniu. Dzieci, podobnie jak doro li, cierpi na ró nego rodzaju zaburzenia l - kowe. Równie symptomy tych zaburze s podobne do symptomów pojawiających si u dorosłych. U dzieci zauwa a si np.:

- ból brzucha,
- ból głowy,
- napięcie mięśniowe,
- pocenie się,
- roztrzęsienie,
- uczucie dławienia się, duszenia.

Do najczęściej spotykanych zaburzeń lękowych u dzieci należą:

- 1) zespół uogólnionego lęku,
- 2) zaburzenie obsesyjno-kompulsywne,
- 3) lękowe zaburzenie separacyjne.

Zespół uogólnionego lęku charakteryzuje się zwłaszcza nierealistycznym i nadmiernym lękiem oraz niepokojem niepowiarynymi w adn konkretną sytuację czy stresem zewn. trznym (Kendall 2004, s. 101).

Trudno znaleźć przyczyn takiego lęku, bowiem nie można zaobserwować obiektów czy sytuacji, w jakich występuje. Dziecko takie wszystko martwi, cięgle jest w stanie napięcia, gotowe do reagowania lękiem na każdą sytuację (Borawska-Kowalczyk 2009). Dochodzi do tego nerwowość, poczucie „znajdowania się na krawędzi”, a także zaburzenia koncentracji, problemy ze snem. Aby taki nadmierny i nierealistyczny lęk został uznany za omawiane zaburzenie, musi być zaobserwowany u dziecka przez większość dni podczas minimum 6 miesięcy i być trudnym do opanowania.

Cech charakterystyczny zaburzenia obsesyjno-kompulsywnego są powracające, czasochłonne, powodujące cierpienie i utrudniające funkcjonowanie obsesje lub kompulsje.

Obsesje to uporczywie powracające, niepożądane i narzucające się myśli lub wyobrażenia (...) odbierane jako bezsensowne i niestosowne (Kendall 2004, s. 102), powodujące wyraźny lęk.

Kompulsja to *natręctwo, nieodparta skłonność do wykonania jakiejś czynności* (Sillamy 2002, s. 124).

Główne tematy dziecięcych obsesji to: zanieczyszczenie, zakażenie, brud, przemoc, urazy ciała lub tematy religijne. Głównym

celem występowania kompulsji jest zmniejszenie lęku lub cierpienia. Natomiast pojawiające się u dzieci kompulsje to np. mycie się, porządkowanie, układanie, a także rytuały powtarzania zadań i sprawdzania się.

Zaburzenie lękowo-separacyjne jest zaburzeniem typowym dla okresu dzieciństwa. Pomiędzy 6. a 8. miesiącem życia dzieci wykazują niezwykle, niepojawiające się wcześniej, ani później przywiązanie do rodziców (opiekunów). Dziecko wówczas reaguje płaczem na obecność osób obcych, brak najbliższych w pomieszczeniu, w którym się znajduje, chce by jak najbliższym (noszenie na rękach). W okresie tym lęk separacyjny pojawia się i słabnie w naturalny sposób.

Kiedy jednak u dużego starszego dziecka (kilkulatka) pojawi się nadmierne przywiązanie, odmowa przebywania poza domem, bez rodzica, stała obawa o bezpieczeństwo opiekuna itp. możemy mówić o zaburzeniu lękowo-separacyjnym.

Innego rodzaju następstwem nadmiernego strachu, typowym dla wieku szkolnego, jest niewspomniana wcześniej fobia szkolna. O fobii szkolnej możemy mówić wówczas, gdy *dziecko doznaje skrajnie silnego lęku w sytuacjach związanych ze szkołą i stan ten trwa długo* (Borawska-Kowalczyk 2009). Dziecko cierpiące na tego rodzaju fobię odczuwa ogromny lęk związany z nauką, klasą, szkołą. Odmawia uczęszczania na lekcje, unika środowiska szkolnego.

Niektóre z opisanych zaburzeń występujących w dzieciństwie mogłyby zwiastunem występowania w dorosłości pochodzących od nich nieprawidłowości lub powodowałe mniej lub bardziej poważne zakłócenia w życiu dorosłym. Odpowiednie zdiagnozowanie, a następnie leczenie występującego u dziecka zaburzenia może ułatwić jego funkcjonowanie nie tylko natychmiastowo, ale i w przyszłym dorosłym życiu.

## Geneza strachu, l ku

W kontaktach z innymi ludźmi obserwujemy, że nasilenie strachu z powodu tych samych bodźców jest różne u różnych osób. *Ka dy człowiek ma inną tolerancję na sytuacje zagrożenia* (Kpiński 2002, s. 287).

Jawi się zatem pytanie, co powoduje, że jedni są bardziej lękliwi, a inni mniej, że jedni czegoś się boją, unikają, innym jest to obojętne lub wręcz do kontaktu z tym czym? Jaka jest geneza naszych lęków? Dlaczego się boimy?

Przy poszukiwaniu przyczyn zaburzeń lękowych wskazuje się na rolę czynników:

- genetycznych,
- poznawczych (dysfunkcyjny sposób nadawania znaczenia światu),
- behawioralnych (klasyczne warunkowanie l ku, modelowanie),
- rodzinnych (nadmiernie kontrolujący rodzice, mała autonomia dziecka).

Nie tylko kliniczne przypadki, ale również normalne odczuwanie l ku czy strachu może być spowodowane podobnymi przyczynami. Mówi się o czynnikach genetycznych, można wspomnieć o różnicach w temperamencie ludzi. Zauważa się, że osoby zamknięte w sobie, nie lubiące przebywać w dużym gronie ludzi (introwertycy), a ponadto czujne w obserwowaniu otoczenia, posiadające wysoką gotowość lękową są bardziej podatne na l ku. Podobnie jak osoby neurotyczne.

Kolejne czynniki: poznawcze, behawioralne i rodzinne w pewnym sensie zazwyczaj się uzupełniają i występują razem. Ogólnie można powiedzieć, że odczuwamy lub nie l ku czy strach w następnym do wiadczenia życiowego. *Historia i warunki naszego życia wpływają na to, że na jedne bodźce zagrożenia reagujemy silnie, a na inne słabo, co nie zawsze koreluje z obiektywną oceną niebezpieczeństwa. (...) W percepcji i ocenie niebezpieczeństwa jesteśmy pod wpływem presji grupy społecznej, w której żyjemy, i kręgu kulturowego, do którego należymy* (tamże, s. 239).

Jak podkreśla A. Kpiński, od momentu urodzenia szczególnie istotny jest klimat uczuciowy, w jakim przebywa dziecko. Determinuje on rozwój metabolizmu informacyjnego, w którym to sygnał lękowy jest jednym z pierwszych sygnałów. W zależności od klimatu uczuciowego pierwszych miesięcy życia pogotowie lękowe jest małe lub duże.

Lęk jest uczuciem najłatwiej przesyłanym, „zaraźliwym”, irradującym. Dlatego też stan psychiczny matki, zwłaszcza lęk, z łatwością przenosi się na dziecko. Mowa oczywiście o rzeczywistym stanie psychicznym, nie udawanym, czy maskowanym, bo małe dziecko odbiera nie wiadomo warstwy psychiki matki, zanim nauczy się reagować na wiadome.

Dlatego też można stwierdzić, że w pierwszym okresie życia człowieka to matka decyduje o ukształtowaniu kolorytu emocjonalnego dziecka, to ona decyduje, czy nie wiadomo, czy dziecko będzie miało, czy nie w przyszłości zwikszone pogotowie lękowe lub lękowo-agresywne. I tak, na przykład, przewaga w tym pierwszym okresie l ku (l ku dziecka oraz l ku matki) nad pozytywnymi uczuciami może utrwalić taki stereotyp uczuciowy.

W późniejszym okresie życia dziecka rolę matki przejmują częściowo inni opiekunowie (ojciec, nauczyciele). W dalszym ciągu to otoczenie przyczynia się do naszego postrzegania sytuacji zagrożenia. Już może bardziej wiadomo niż poprzednio, ale wciół przejmujemy od otoczenia (drugiego człowieka) postawę bardziej lub mniej lękową.

Tak więc uczymy się czegoś się bać, a czego nie. Przede wszystkim obserwujemy, naśladujemy, nabywamy do wiadczenia, słuchamy i oglądamy, czegoś się boją inni. Ważne dla nas osoby mogą nam sporo przekazać, zamierzenie lub nie, w tej ma-



terii. Ale te sami do wiadczy wiata, jeste my nara ani na ró ne, mniej lub bardziej bezpieczne, do wiadczenia.

Pozostaje jeszcze kwestia l ków, które trudniej wytłumaczy do wiadczeniem. Powszechnie obserwuje si niech , obrzydzenie ludzi w ró nym wieku i ró nych kultur do niektórych bod ców. Tak np. niezbyt lubiane s powszechnie zwierza, takie jak w czy paj k, powszechny jest l k przed po arami.

Istnieje wytłumaczenie, i mamy wrodzon tendencj do reagowania l kiem na niektóre obiekty, odziedziczon po naszych przodkach. *L k ludzi mie ci w sobie cał histori ewolucji gatunku i odzywaj si w nim archaiczne formy, do dzisiejszych warunków ycia człowieka ju zupełnie niedostosowane. Mo e dlatego człowiek boi si nieraz paj ków, niektórych gadów i płazów, które obecnie s dla niego niegro ne, ale w czasach, gdy był tylko małym ssakiem, przedstawiały nieraz najwi ksze zagro enie ycia* (K pi ski 2002, s. 67–68). To jakby reminiscencja z dawnych ewolucyjnych epok.

Za takim tłumaczeniem cz ci ludzkich l ków przemawia Jungowska teoria archetypów. Jung uwa ał, e osobowo (psyche) składa si z cz ci wiadomej i nie wiadomej, i e dominuj a jest cz nie wiadoma, a w ramach niej nie wiadomo indywidualna i zbiorowa. W teorii tej tzw. nie wiadomo zbiorowa (ponadindywidualna) jest dziedziczna, stanowi nie pochodz cy z do wiadczenia indywidualnego, wspólny dla wszystkich wzorzec reagowania i postrzegania wiata.

## Człowiek zał kniony

Przyjrzyjmy si , jak funkcjonuje człowiek zał kniony. *Człowiek w l ku percypuje l kowo i działa w sposób l kowy. Jego soma i psyche s nasycone l kiem* (K pi ski 2002, s. 281). *Pod wpływem l ku ubo eje i jałowije nasza psychika* (tam e, s. 293).

Wyst powanie takich prymitywnych , archaicznych symboli zauwa ył C.G. Jung podczas swojej psychiatrycznej praktyki. Jego pacjenci zgłaszali obecno w swoich marzeniach sennych symboli nie wiadomych, nienabytych z do wiadczenia, wspólnych dla szerokiego grona badanych i nie tylko (Wehr 1998, s. 49–50).

Jednak i to, wygodne mo e i zasadne, tłumaczenie pochodzenia cz ci naszych l ków bywa podwana. *Mo e nasi przodkowie doznali tyle krzywd od tych zwierz t, e przekazali nam w genach strach przed nimi. A by mo e jako dzieci obserwujemy dorosłych, którzy reaguj strachem na okre lone zwierz ta, i w ten sposób „uczymy si ”, e nale y si ich ba* (Borawska-Kowalczyk 2009).

Ufaj c jednak C.G. Jungowi, mo na byłoby za A. K pi skim podzieli sygnały l kowe człowieka według ich historycznej hierarchii na: *sygnały powstałe w trakcie ewolucji wiata zwierz cego, sygnały zwi zane z histori ludzko ci i wreszcie sygnały jakby osobiste, zwi zane tylko z własn histori danego człowieka* (K pi ski 2002, s. 68).

Nie tylko od innych ludzi ró nimy si posiadanymi l kami. Sami po sobie mo emy stwierdzi , e nawet tych samych bod ców boimy si w ró nym stopniu w zale no ci od sytuacji, etapu naszego ycia, naszego nastawienia. (...) *u tego samego człowieka tolerancja ta (na sytuacj zagro enia) wykazuje znaczne wahania w zale no ci od wieku, stanu f zycznego i psychicznego, sytuacji rodowiskowej itp.* (tam e, s. 287).

L k dezintegruje czynno ci psychiczne – tracimy nale yt orientacj w otaczaj cym wiecie, rozchwianiu ulega system wartości, pojawiaj si impulsywne i nieraz przypadkowe formy zachowania. Upo ledzeniu ulegaj zdolno ci abstrakcyjne – oderwania

si od konkretnej sytuacji. Człowiek nie dostrzega zmienno ci obrazu wiata. Ma miejsce regresja – pojawiaj si formy zachowania ontogenetycznie wcze niejsze. *Człowiek czuje si pewniejszy w tych dawnych formach, jakby uwa aj c, e powrót do nich przywróci mu bezpiecze stwo okresu dzieci stwa* (tam e, s. 282). W l ku czujemy si słabi i bezradni. Nast puje równie utrata zmysłu humoru. W l ku nie potraf my si mia .

Ponadto uczucie l ku szybko ulega generalizacji – sytuacja zagro enia rozszerza si na s siaduj ce z ni pola – wszystko zagra a. L k działa hamuj co na rozwój osobowo ci – w skrajnych przypadkach doprowadza do skarłowacenia człowieka (tam e, s. 293). (...) *W l ku człowiek si kurczy, ucieka przed otaczaj cym go i naciskaj cym na niego wiatem* (tam e, s. 281).

Człowiek skupia si głównie na tym, by nie zosta zniszczonym przez to, co mu za-

gra a. W parze z l kiem, niestety, wyst puje równie agresja. Jest to antidotum na l k. L k powoduje szukanie „kozła of arnego”, przekazanie tego uczucia komu innemu, kto teraz nas b dzie si bał. Wszystko to zarysowuje smutny, pesymistyczny obraz człowieka.

Imponuj co przedstawia si natomiast sytuacja przeciwna. Pod wpływem pozytywnych emocji ta sama sytuacja, nawet z pozoru straszna, mo e wywoływa mniej l ku. L k z tej samej pi knej, dobrej, yczliwej osoby, widzianej oczami kochaj cej lub kochaj cego mo e zrobi monstrum i odwrotnie. I tak np. znany jest fakt zyskiwania na warto ci osoby ukochanej, bliskiej, wa nej. Ponadto l k ulega redukcji pod wpływem przyzwyczajenia. *Sytuacje niebezpieczne stale si powtarzaj ce wywołuj stopniowo coraz słabsz reakcj l kow , a w ko cu przestaje j w ogóle wywoływa* (tam e, s. 243).

## Strach i l k w relacjach dorosły-dziecko

Postawa dorosłych – rodziców, opiekunów zwykle bywa oboj tna do sfery dzieci cych l ków czy strachów. Z reguły nie interesujemy si t cz ci ycia dziecka, dopóki nie stanie si nadmiernie uci liwa, tzn. dopóki nie utrudnia funkcjonowania i nie wymaga interwencji specjalisty – psychologa, terapeuty, psychiatry.

Literatura fachowa te niewiele miejsca po wi ca dzieciom zal knionym. Znawcy skupiaj si raczej nad dzie mi uci liwymi dla rodziców, czyli cz cie zajmuj si dzie mi nadpobudliwymi, agresywnymi, mało zdolnymi, ni l kliwymi. Praktyka dyktuje taki scenariusz.

Dziecko l kliwe, strachliwe jest nie bardziej, a mniej uci liwe. Jest spokojne, a za bardzo wycofane, mniej skore i gotowe do „podboju wiata”, mniej ruchliwe. Skupione na sobie, wyciszone. Czyli mniej kłopotliwe. Wymaga mniejszego zaangażowania

dorosłych. Jak cz sto jest to okre lane: *Jakby go nie było.*

Jak napisał A.S. Neill: *Znacznie łatwiej jest y z dzie mi, które si ciebie boj ni z takimi, które ci kochaj – to znaczy masz spokojniejsze ycie* (Neill 1992, s. 92). I dodaje: *Poniewa dzieci, je li si ciebie boj , omijaj ci z daleka.* To tak nietypowe dla dzieci i nienaturalne zachowanie staje si dla wielu dorosłych na tyle atrakcyjne, e niejednokrotnie mniej lub bardziej do jego sprowokowania.

Jak zostało powiedziane wcze niej, du doz l ków – je eli nie wi kszo – przekazujemy dziecku swoim stanem emocjonalnym, naszymi reakcjami na sytuacje potencjalnie l kotwórcze. Przewa nie nie zwracamy jednak na to uwagi. Niby wiemy, e okres pre- i postnatalny jest istotny dla rozwoju dziecka, ale mało my limy o jego wpływie wła nie na powstawanie

u dziecka pogotowia l kowego. Niby widzimy, e dziecko niejednokrotnie boi si czego, bo zobaczyło nasz l k w kontakcie z dan sytuacj, przedmiotem czy osob,

ale niekoniecznie uczy nas to, eby na przyszło bardziej nad sob panowa. Mo na powiedzie, e w relacji dorosły – dziecko l ki dziecka zajmuj peryferyjne miejsce.

## Atrakcyjno l ków

Powołuj c si na słowa A.S. Neilla, a tak e na obserwacj mo na stwierdzi, e dzieci s łatwiejsze we współ yciu, gdy s zal knione w ogóle lub gdy to rodzic, opiekun wywduje u dziecka l k. Łatwiejsze do wychowania, do okielzania, do ycia z nimi. St d ju niedaleko do wniosku, e mamy na to wpływ i, e przy odrobinie zaanga owania z naszej strony, mo emy sobie zadanie bycia z dzieckiem, czy jak kto woli wychowania – uławi.

Mówi c innymi słowy, straszenie dzieci staje si atrakcyjne, a reakcje, jakie u dzieci wywołuje, s po danym przez wielu rodziców stanem.

Niektórym rodzicom zreszt wniosek taki przychodzi bez konieczno ci rozumowania – straszenie jest dla nich od zawsze nieodl cznym elementem wychowania. Podobnie zreszt jak kary, w tym fizyczne, poszturchiwanie dziecka czy obra anie. Zdziwieni byliby, gdyby im zwróci uwag na szkodliwo, czy w ogóle obecno straszenia w komunikacji z dzie mi. Ich straszono, wi c i oni strasz. Co w tym dziwnego? I tak mno si kolejne pomysły.

Dzieci straszone s naturalnymi nast pstwami: maj c nadej szkoł, wizyt u lekarza, spotkaniem z policjantem, mierci; pozbawieniem ich przywilejów: nagród, słodyczy, telewizji, komputera; utrat rodzicielskiej miłoci, obecno ci; o mieszeniem społecznym, wymy lonymi stworami: ludem, bab, babokiem itp. Zgodnie z zasad: *Je eli dzieci nie b d miały czego si ba, jak mog by dobre?* (Neill 1992, s. 91).

Tymczasem znów, przywołuj c słowa angielskiego wychowawcy: *Dobro, która zale y od l ku przed piekłem, l ku przed policjan-*

*tem czy l ku przed kar, nie jest wcale dobroci – jest po prostu tchórzostwem. Dobro, która zale y od nadziei na pochwał czy na niebo, zale y w gruncie rzeczy od łapówki* (tam e).

Do tych wywoływanych przez dorosłych l ków dochodz l ki nieinicjowane przez nich wprost, a wywoływane przez np. telewizj (filmy, bajki, relacje z wydarze realnych), gry komputerowe, rówie ników, niezrozumiale dla dziecka zjawiska.

Tymczasem wykorzystuj c straszenie w kontakcie z dzieckiem, tylko pozornie jeste my wygrani. W rzeczywisto ci wykorzystujemy swoj przewag na łatw wygran, „wi ty spokój”, czasem „pobawienie si dzieckiem”. Tak zabawnie jest obserwowa wystraszon twarzyczk, ugrzecznionego urwisa, czy po prostu swoj „sprawcz moc” – „du o mog!”.

Nie zauwamy, e wi cej tracimy ni zyskujemy. Tracimy autentyczno dziecka, zdrowy i niezahamowany rozwój. By mo e tracimy równie, pozornie zyskiwany, spokój. Bo l ki mog czai si w ukryciu długo, zyskiwa na sile, hamowa dziecko dłu ej ni sobie tego yczymy.

Neill pisze: *Niektórzy ludzie zachowuj swoje duchy przez całe ycie* (tam e, s. 92). Straszony np. w. Mikołajem maluch nie ma odwagi podej po prezent na zabawie choinkowej, poskramiany za pomoc gro - by pój cia do lekarza nie daje si rzeczywicie tam zaprowadzi, gdy jest taka konieczno, a uspokajany za pomoc o mieszenia b dzie ba si kontaktów społecznych.

Mo na powiedzie, e straszenie dzieci, wykorzystywanie przewagi dorosłych w taki sposób jest swoist „drog na skró-



ty” w kontakcie z dzieckiem, wybieran głównie z powodu lenistwa. Łatwiej jest dziecko postraszy lub utrzyma je w bł dnym przekonaniu, ni towarzyszy mu takim, jakie ono jest, cz sto ciekawe wiata, ruchliwe, kłopotliwe dla nas.

To również swoisty brak wyobra ni dorosłych – zapominamy, e wiat dziecka ró ni si od naszego. Nasze arty, rzucone mimochodem słowa, w wiecie fantazji dzieci cej przybieraj na sile, szczególnie w chwilach samotno ci, pod osłon nocy.

To wreszcie oszukiwanie dziecka, nadwyr anie jego zaufania, a tak e przekazywanie nieprawdy o wiecie (np. e do lasu zabiera si niegrzeczne dzieci, policja tylko czeka na telefony zniecierpliwionych rodziców, czy przechodzie jest szczególnie zainteresowany porwaniem dziecka).

## wiadomi rodzice

Tymczasem od wiadomych swojej roli, troskliwych rodziców powinno si wymaga :

– czujno ci, czy dziecko nie jest nadmierne l kliwe, czy nie prze laduj je l ki;

– poznawania dziecka z jego strachami, l kami, obawami (korzystanie z fachowej pomocy w razie konieczno ci);

– m drego przekazywania prawdy o rzezywisto ci;

– wywa onej postawy nieprzekazuj -cej nadmiernej ilo ci l ku (panowanie nad swoimi l kami, by nie przekaza ich dziecku);

– unikania sytuacji l kotwórczych, przygotowania dziecka na te nieuniknione, osvajanie dziecka z nimi – l k budzi to, co nieznanne; niebezpiecze stwo ulega wyolbrzymieniu pod wpływem l ku;

– wspieranie dziecka w sytuacjach trudnych, l kotwórczych, podnoszenie jego nastroju – człowiek radosny nie odczuwa l ku;

Zatem to również utrata własnego autorytetu – dziecko z czasem odkrywa, e tata, mama klami – było niegrzeczne, a policja si nie zjawila.

I bez naszego udziału dzieci boj si wielu rzeczy. Pomijaj c te zewn trzne strachy podsypane przez wiat dorosłych, dziecko ma te swoje własne, np.:

– e jego rodzina przestanie istnie , rodzice si rozwiod , umr , przestan je kocha ;

– e spotka je kara za złe uczucia (zazdro ) wzgl dem rodze stwa, zwłaszcza młodszego;

– e jest niewystarczaj co dobre dla rodziców, rodze stwa.

Nie jest konieczne wzbudzanie w dziecku dodatkowego poczucia winy, czy budzenia l ku.

– niewy miewanie, nawet irracjonalnych, l ków dzieci cych, nieprzelamywanie sił , nakazem, kar – najskuteczniejszy lek to stworzenie poczucia bezpiecze stwa (Łopatkowa, 1992, s. 152);

– przemy lanego towarzyszenia dziecku podczas jego dorastania, niewymagaj cego zastraszania, a umo liwiaj cego optymalny rozwój.

Rola dorosłych wzgl dem dzieci, zwłaszcza dzi w wiecie pełnym grozy, napi cia, agresji, powinna by szczególnie przemy lana. Doro li nie tylko nie powinni szkodzi , ale wr cz wykaza si szczególnie czujno ci . Przecie oczekujemy, e nasze dzieci w dorosłym yciu b d odważne, przebojowe, twórcze, niezależne. Chcemy, by osi gały sukcesy, uniezależniły si od nas, radziły sobie w yciu. Wszystko to wymaga odwagi, wiary w siebie, m dro ci.

Nie jeste my w stanie wyeliminowa wszystkich l ków z ycia dzieci. Pewnie nie ma te takiej potrzeby. Pami tajmy o przydat-

no ci l ku, jego roli ostrzegawczej, atrakcyjności. *Mo na jednak wyeliminowa niezdrowy l k: l k przed kar , l k przed gniewnym Bogiem, l k przed rozgniewanym rodzicem* (Neill 1992, s. 93).

Pami tajmy równie , e nie potrafi my powiedzie , studiuj c psychologi , dlaczego jedno dziecko rodzi si odwa ne, a inne boja liwe (tam e, s. 88), a niektórzy ludzie przetrwali holocaust bez ladu zaburze pourazowych, inni za wykazuj pełnoobjawowy zespół zaburze stresu pourazowego po mierci mał onka, lub gdy padn ofiar kieszonkowca, albo nawet, gdy zeznaj przed s dem (Seligman i in. 2003, s. 198).

Innymi sowy, nie wiemy do ko ca, co powoduje, e jedni s bardziej, a inni mniej odwa ni, na jednych dana sytuacja wywołuje wra enie, nawet pozostawia pi tno, inni jej prawie nie zauwa aj . Ale wła nie dlatego powinni my by szczególnie delikatni i wyczuleni na warunki, jakie oferujemy naszym dzieciom podczas ich dorastania, wychowania. Po co maj traci energi na obron przed l kami, jakich im dostarczamy, skoro mog wykorzysta j w bardziej po yteczny sposób – na poznawanie wiata i własny rozwój.

*Fear and anxiety are common across the living world. They also occur as human experiences. They help us identify imminent dangers, and overcoming them is experienced as a victory over ourselves – over our human nature. However, fear and anxiety often appear in pathological forms; they may be caused by the media, computers, and other modern developments of our civilization. Many childhood fears, as well as those that continue into adulthood, are rooted in the child-rearing relationship between adults and children. Frightening children is commonly used as a simple way of “controlling” them. How to be aware and responsible parents and child rearers, instead of frightening the younger, weaker and more vulnerable human beings under our care?*

## Literatura

- Borawska-Kowalczyk U. (2009), *Zaburzenia l kowe u dzieci*, „Dbam o Zdrowie”, [dost p 5.06.2009], dost pne na stronie: [www.doz.pl](http://www.doz.pl).
- Kendall P. (2004), *Zaburzenia okresu dzieci stwa i adolescencji*, Gda sk: GWP.
- K pi ski A. (2001), *Schizofrenia*, Kraków: Wydawnictwo Literackie.
- K pi ski A. (2002), *L k*, Kraków: Wydawnictwo Literackie.
- Łopatkowa M. (1992), *Pedagogika serca*, Warszawa: WSiP.
- Neill A.S. (1992), *Summerhill*, Katowice: Almaprint.
- Seligman M., Walker E., Rosenhan D. (2003), *Psychopatologia*, Pozna : Zysk i S-ka Wydawnictwo.
- Sillamy R. (2002), *Słownik psychologii*, Katowice: Wyd. „Ksi nica”.
- Wehr G. (1998), *Carl Gustaw Jung*, Wrocław: Wyd. Dolno l skie.

## O AUTORZE

MAŁGORZATA BEDNARSKA jest pedagogiem (doktorem nauk humanistycznych w zakresie pedagogiki), filozofem, psychoterapeut psychodynamicznym; adiunktem w Zakładzie Pedagogiki Ogólnej Instytutu Pedagogiki Uniwersytetu Wrocławskiego. Prowadzi badania nad: karalno ci dzieci (praca zbiorowa pt. *O przemocy w wychowaniu. Próba namysłu nad zjawiskiem karalno ci*), autorytetem (praca zbiorowa pt. *O autorytecie w wychowaniu i nauczaniu*), a tak e mierci , straszaniem dzieci itp.