

Jak mądrze wychowywać dziecko w społecznie toksycznym świecie?

Współczesne dzieci mają coraz więcej problemów emocjonalnych, językowych i behawioralnych. Trafiając do przedszkola, a nawet szkoły, posługują się ubogim językiem i często nie rozumieją prostych tekstów i poleceń. Są nadpobudliwe i agresywne, ich sposób odnoszenia się do innych, w tym do nauczycieli i osób starszych, pozostawia wiele do życzenia. Rodzice, przekazując dziecko w ręce wychowawczynie, mówią często: „Niech pani coś z nim zrobi, bo ja już nie mam siły”.

Co się stało z dziećmi? Czy jest to pokolenie o gorszych mózgach i sercach? Pytanie należałoby odwrócić: Co się stało z rodzicami, społeczeństwem i kulturą, że dzieci i nastolatki wyrastają zaburzone, z coraz większymi deficytami w zakresie języka, myślenia, kontroli impulsów i umiejętności społecznych? Z poczuciem wewnętrznego bólu i pustki, które próbują tłumić przy pomocy adrenaliny, agresji, coraz mocniejszej zewnętrznej stymulacji, ryzykownych zachowań, ucieczki w głośną muzykę, gry komputerowe, uzależnienia czy działania autodestrukcyjne?

Dziecko jest produktem ewolucji. Jego mózg przez miliony lat zaprogramowany został na budowanie więzi i relacje z żywymi osobami, na korzystanie z ich przewodnictwa, ale też na zdobywanie własnego doświadczenia pod troskliwym okiem bliskich. Psychologia ewolucyjna dowodzi, że dzisiejsze dzieci rodzą się z takimi samymi mózgami jak w paleolicie i mają takie same potrzeby rozwojowe. Tymczasem współcześni dorośli próbują przez kilka krótkich lat dzieciństwa, a czasem wręcz w ciągu pierwszych jego miesięcy, „przeciągnąć” dziecko przez tysiące lat ewolucji do świata cywilizacji high tech. Niemowlęta i małe dzieci są wcześniej separowane od matek w krytycznym czasie budowania więzi, zewsząd atakowane medialnym zgiełkiem i przerażającymi obrazami, karmione sztucznym, bezwartościowym i szkodliwym pokarmem, poddawane ciągłym zmianom, presji pośpiechu, eksperymentom edukacyjnym. Jest to gwałt na dziecięcym mózgu, dziecięcej psychice, dziecięcym zdrowiu.

Małe dziecko potrzebuje spokoju, poczucia bezpieczeństwa, przynależności i wolnego tempa życia, podyktowanego przez biologię. Przez pierwsze trzy lata jego najważniejszym zadaniem rozwojowym jest zbudowanie bezpiecznej więzi z matką, będącej warunkiem zdrowego rozwoju psychicznego, umysłowego i moralnego oraz dobrego przygotowania do życia. Jest to m.in. czas na doświadczanie i uczenie się empatii - apele, by uczyć lekarzy empatii, są spóźnione co najmniej o 25 lat. Pierwsze miesiące i lata to także czas na dobre osłuchanie się z językiem oraz uczenie się zachowań społecznych i umiejętności życiowych poprzez ciągłą obserwację i naśladowanie bliskich osób. Człowiek od urodzenia jest istotą społeczną. Początkowo najbardziej niesamodzielną ze wszystkich ssaków. Przez wiele kolejnych lat dziecko potrzebuje obecności, troski i przewodnictwa bliskich dorosłych. Według psychologów długie i dobre dzieciństwo jest fundamentem rozwoju intelektualnego i duchowego człowieka. Tymczasem rodzice i państwo robią dzisiaj wszystko, by dzieciństwo skrócić – żłobek, wcześniejsze przedszkole, wcześniejsza szkoła. Kiedyś na przeciętne dziecko przypadało kilkoro bliskich dorosłych, w których towarzystwie dzieci dorastały obserwując ich i ucząc się od nich zachowań. Dzisiaj na jednego dorosłego przypada 8 dzieci (żłobek), 20 dzieci (przedszkole), 30 dzieci (szkoła). Trudno też uczyć się zachowań od najlepszego nawet, ale wciąż zajętego pracą i nieobecnego rodzica. Dzieciom, których bliscy nie mają dla nich czasu, pozostaje jedno źródło wiedzy o życiu - media.

Zamiast kontaktu z żywymi bliskimi, dzieci mają za towarzystwo agresywne postaci z ekranu, które straszą, demoralizują, uczą cynizmu i przemocy. Jednocześnie odbiera się dzieciom wolność do samodzielnego poznawania i doświadczania, np. możliwość swobodnej, niekontrolowanej i niearanżowanej przez dorosłych zabawy z rówieśnikami na podwórku, bo skoro wszędzie jest tak niebezpiecznie, jak pokazują media, niech raczej siedzą w domu

przed ekranem, przynajmniej nikt ich nie uprowadzi. Tymczasem poprzez ekran dokonuje się na masową skalę permanentny atak na dziecięcą psychikę i intelekt. Nikt nie pozwoliłby zainstalować w mózgu dziecka chipów do sterowania jego zachowaniem, ale nie reagujemy sprzeciwem, gdy codziennie odbywa się włamanie do dziecięcych mózgów poprzez reklamy, obrazy i treści specjalnie spreparowane przez przemysł rozrywkowy i korporacje, by uzależnić te mózgi od marki, mody, mass mediów i adrenaliny, by pozbawić je umiejętności refleksji i umiaru. Firmy i korporacje wynajmują sztaby psychologów, którzy opracowują strategie marketingowe, obliczone na ukształtowanie i omotanie dziecka-klienta. Dzieci stanowią bowiem rosnącą siłą nabywczą, wpływają też na decyzje zakupowe rodziców. Działy marketingu wykorzystują dziecięce marzenia i lęki. Dzieci są klientem idealnym – łatwymi, bezbronnymi, niedojrzałym.

Internet, gry, filmy, media społecznościowe zabierają też dzieciom czas na naukę i budowanie prawdziwych relacji. Podsycają niezadowolenie z własnego wyglądu i stanu posiadania. Przynoszą wzorce niebezpiecznych zachowań. Przeciętne dziecko obejrzy do 18 roku życia kilkadziesiąt tysięcy morderstw i innych okaleczających aktów przemocy. Według badań amerykańskich ok. 30% dzieci znieczuli się na przemoc ekranową, a 11% ją naśladuje. Jeśli wydaje nam się, że 4 godziny dziennie - 1/6 doby - przed ekranem to niedużo, spójrzmy na to inaczej: to 1/6 roku, czyli dwa bite miesiące w roku, dzień i noc, lub pełne 10 lat życia 60-latka, znowu: dzień i noc, spędzone nieruchomo, ze wzrokiem wbitym w ekran. Wiele dzieci zalicza wyższą dzienną dawkę mediów. Oprócz strat w nabywaniu własnych doświadczeń i umiejętności, szkód dla psychiki i umysłu, konsekwencją nadmiernego korzystania z mediów są wady kręgosłupa, krótkowzroczność, otyłość, złe nawyki żywieniowe, brak snu. Pozwalając na to przyczyniamy się do późniejszych chorób i problemów naszych dzieci. Biorąc to wszystko pod uwagę Amerykańska Akademia Pediatrii zaleca rodzicom, by maluchy do drugiego roku życia nie miały żadnego kontaktu z mediami, zaś starsze dzieci i nastolatki spędzały przed ekranem telewizora i komputera łącznie nie więcej niż dwie godziny dziennie. Większa dawka technologii zaburza ich rozwój.

Niestety współczesne państwo, społeczeństwo i rodzice przyjęli założenie, że dzieci należy jak najwcześniej przygotowywać do reguł coraz trudniejszego świata i do nowych technologii. Dostępne w Polsce publikacje „Cyfrowa demencja” Manfreda Spitzera czy „Płytki umysł” Nicholasa Carra ostrzegające przed fatalnymi skutkami nadmiernego i wczesnego kontaktu z mediami nie zostały przeczytane przez decydentów, którzy na potęgę cyfryzują szkołę i proces nauczania. Na niedawnej konferencji w Hongkongu przedstawiciel jednej z polskich fundacji bankowych przedstawiał z dumą program cyfrowych metod nauczania dzieci przedsiębiorczości i ze zdziwieniem odnotował chłodne przyjęcie swego wystąpienia. W kuluarach wyjaśniono mu, że cyfryzacja przynosi tak wielkie koszty społeczne, że społeczeństwa zaawansowane odchodzą od niej i wracają do nauczania analogowego. My jednak ślepo naśladujemy każdą zachodnią modę i tendencję, nie patrząc na ich skutki.

Nie umniejszając dobrej woli i dobrych intencji rodziców, ich nieświadoma niekompetencja jest dla dzieci zagrożeniem. Młoda matka, która od ósmego miesiąca życia oddaje dziecko do żłobka, który ono po roku nadal bardzo źle znosi, wyjaśnia, że pamięta, jaką traumą było dla niej przedszkole, więc chce oszczędzić synkowi bólu i przyzwyczaić go do separacji wcześniej, by nie pamiętał tej traumy. Niestety, jak wielu rodziców, nie wie ona, że doświadczenia najwcześniejszego okresu życia najmocniej zapisują się w mózgu dziecka, a niemożność zbudowania bezpiecznej więzi z bliską osobą w pierwszych trzech latach przekłada się na poważne problemy emocjonalne przez resztę życia, w tym na brak empatii i niezdolność do budowania bliskich, trwałych relacji. Chyba też tylko brakiem wiedzy, wyobraźni i współczucia można wyjaśnić fakt, że niektórzy rodzice oddają swe dzieci do żłobków od poniedziałku do piątku, czasem – gdy wypadnie wyjazd lub wesele - pozostawiają je tam także na weekend. W kontekście potrzeb dziecka jest to okrucieństwo. U tak traktowanych dzieci ryzyko zaburzeń psychicznych, a nawet popełniania przez nie w przyszłości okrutnych przestępstw, jest wysokie. „Dziecko jest jak walizka – to z niej wyjmiesz, co do niej włożysz”.

Rodzicom brak świadomości, że to oni są pierwszymi i najważniejszymi nauczycielami miłości i empatii, języka, postaw i zachowań społecznych. Dziecko potrzebuje od rodziców miłości, akceptacji i przewidywalności, wolnego tempa, cierpliwości, powtórzeń, wpajania zasad, egzekwowania granic, dobrych wzorców i ochrony przed toksynami masowej kultury. A nade wszystko – ich czasu, obecności, wyłącznej i pozytywnej uwagi, prawdziwego zaangażowania w jego życie, a nie tylko powierzchownych, rutynowych pytań „Jak było w szkole?” i wręczania kieszonkowego. Dziecko potrzebuje mądrze kochających rodziców. Mądrej miłości do dziecka można się nauczyć*, poznając sposoby przekazywania jej dziecku poprzez: pełen miłości kontakt wzrokowy, serdeczny kontakt fizyczny zaspokajający potrzeby dziecka, a nie dorosłego, wyłączną, pozytywną uwagę i czas poświęcone dziecku, pełne miłości przewodnictwo i wychowanie oraz dyscyplinę - wprowadzane grzecznie i stanowczo. No cóż, nikt nie powiedział, że mądre, odpowiedzialne rodzicielstwo jest łatwe.

Warto np. wiedzieć, że każda z płci podlega dzisiaj swoistym zagrożeniom.

Chłopcy – ze względu na ich słabszą konstrukcję emocjonalną i ciągły niepokój, późniejszy rozwój mózgu i obecność testosteronu - hormonu energii, rywalizacji i seksu - potrzebują szczególnie dużej dawki świadomego, mądrego wychowania - empatii i serdeczności, wczesnej edukacji językowej i czytelniczej, uczenia norm i wartości, a także - niezbędnie - przewodnictwa mądrych i dojrzałych mężczyzn. I tego nie otrzymują. Nie mamy dla nich czasu i cierpliwości, nie wykazujemy konsekwencji, karcimy za naturalne chłopięce niedojrzałe zachowania. Chłopcy wyrastają dzisiaj w otoczeniu niemal samych kobiet – w domu, przedszkolu, szkole. Ojcowie są nieobecni - zapracowani, rozwiedzeni, niezainteresowani losem dzieci. Tymczasem od najlepszej matki czy nauczycielki chłopcy nie nauczą się, co oznacza być mężczyzną. Tę wiedzę czerpią więc z mediów i filmów porno. Co więcej – zapracowane matki, krytyczne nauczycielki, pilne koleżanki w szkole i odnoszące sukcesy zawodowe kobiety w pracy są źródłem ogromnej chłopięcej i męskiej frustracji, prowadzącej często do mizoginizmu i przemocy wobec kobiet. Zjawisko to jest obserwowane od Meksyku i USA po Hiszpanię czy Szwecję.

Dziewczynki – na fali kultury seksu i seksizmu, stają się coraz wcześniej ofiarami eksploatacji seksualnej, często za ich przyzwoleniem, gdyż ulegają wpajaniu im przez media i rówieśników fałszywemu przekonaniu, że na tym polega wyzwolenie i siła kobiet. Rodzice i inni dorośli często nieświadomie popychają małe dziewczynki w stronę promiskuitizmu, akceptując stroje i zachowania stanowiące odzwierciedlenie mody porno. Warto poczytać o tym, jak twórcy pornografii dążyli – z sukcesem - do przeniknięcia świata porno do świata pop kultury**. Jeśli nie chcemy, by dziewczynki w wieku szkolnym zachodziły w ciążę, brały narkotyki, kroily się itd. – musimy być w ich życiu aktywnie obecni. Nie jako karzący za błędy rodzice reaktywni, ale jako rozmawiający, objaśniający, uczący życia, chroniący przed złymi wpływami i zdarzeniami rodzice proaktywni.

Mądrym, prostym, tanim i niezwykle skutecznym sposobem budowania zasobów wewnętrznych dziecka - wspierania jego rozwoju psychicznego, umysłowego, moralnego i społecznego, jest codzienne czytanie mu dobrych książek*** dla przyjemności, bycie razem i towarzysząca temu życzliwa rozmowa. Jest to witamina dla jego rozwoju i szczepionka przeciwko toksycznym wpływom zewnętrznego świata. Dzisiaj sztuka czytania staje się sztuką przetrwania. Dlatego podamy także listę polecanych ważnych książek dla Rodziców. Od tej wiedzy może zależeć dobro, a nawet życie Waszego dziecka.

Na koniec jeszcze pytanie - a czego potrzebują młode mamy? To bardzo ważny problem, bo nigdy w dziejach matki nie były na tak masową skalę, wręcz systemowo, pozostawione samym sobie z wychowaniem dzieci. Zawsze wspierała je „troskliwa wioska” – wielopokoleniowa rodzina, wspólnota sąsiedzka, instytucje publiczne i religijne, cała zewnętrzna kultura, które pomagały, uczyły, korygowały błędy, troszczyły się wspólnie o dzieci. Dzisiaj tego zabrakło – ze szkodą dla matek i dla dzieci, gdyż wychowanie dziecka, jeśli ma być dobrze realizowane,

przekracza siły i możliwości jednej osoby. To ogromne zadanie dla społeczeństwa, państwa, pracodawców, ojców i samych matek, by przywrócić troskliwą wioskę, czyli zbudować sieć wzajemnego wsparcia i znaleźć rozwiązania, które współczesnym młodym kobietom – wykształconym, ambitnym, przyzwyczajonym do szybkiego tempa życia i jego ofert, pozwolą na pogodzenie ewolucyjnych, biologicznych potrzeb dziecka z potrzebami kobiety XXI, bez stawiania jej przed fatalnym wyborem: albo poświęcę dobro dziecka i zadbam o siebie, albo - wychowując dziecko osobiście przez trzy lata - stracę szansę na karierę zawodową, popadnę w depresję, od rówieśników i z mediów będę słyszeć, że jestem wariatką, a na koniec zostanę bez dobrej pracy, często opuszczona przez ojca dziecka.

Osoby zainteresowane pogłębieniem wiedzy na temat rozwoju i wychowania dzieci zachęcamy do lektury polecanych przez Fundację książek, a także do udziału w prowadzonych przez nas kursach on-line na Internetowym Uniwersytecie Madrego Wychowania (www.iuw.pl): „Jak wychować zdrowe emocjonalnie i szczęśliwe dziecko”, „Wychowanie przez czytanie”, „Nauczanie wartości”, „Wychowywanie chłopców”.

* Wywiady z dr Rossem Campbellem

** Gail Dines - Pornoland. Jak skradziono naszą seksualność

*** Złota Lista rekomendowanych przez Fundację książek z podziałem na kategorie wiekowe:
<http://www.calapolskaczytadzieciom.pl/zlota-lista>