

Dan zrobił źle

W książce *Veikka Teki Vaarin*, (dostępnej tylko w języku fińskim) psychiatra Ben Furman opowiada historię Dana, który, jak się okazało, ukradł ojcu trochę pieniędzy. Rodzice Dana znajdują konstruktywny sposób na poradzenie sobie z jego wykroczeniami, pomagając mu wziąć odpowiedzialność za swoje działanie. Książka zawiera artykuł dla rodziców i wychowawców, w którym dr Furman opracowuje KROKI DO ODPOWIEDZIALNOŚCI, metodę, dzięki której rodzice mogą konstruktywnie radzić sobie z krzywdami dzieci. Tłumaczenie historii znajduje się poniżej.

Ojciec był na dworze i mył samochód. Matka sprzątała w domu. Dan też był na zewnątrz i grał w piłkę ze swoimi przyjaciółmi. Gdy mama sprzątała w pokoju Dana, znalazła banknoty o nominale 10 euro w szufladzie nocnego stolika. Policzyła je. Było ich dokładnie osiem. Gdzie, u licha, Dan zdobył tyle pieniędzy, pomyślała mama.

Mama poszła do taty i powiedziała:

- Znalazłam osiem banknotów po dziesięć euro w szufladzie Dana. Wiesz, skąd on mógł zdobyć tyle pieniędzy? Dałeś mu je?

- Nie, nie dałem. Może dostał pieniądze od dziadka lub babci. Albo wziął je sobie z szuflady mojego biurka, gdzie trzymam gotówkę.

- O nie, Dan nigdy by tego nie zrobił! - wykrzyknęła mama przerażonym głosem.

Mama podeszła do telefonu, żeby zadzwonić do babci. Babcia powiedziała, że nie dawała Danowi żadnych pieniędzy i że nie dostał też nic od dziadka.

Czy to naprawdę możliwe, że Dan zabrał pieniądze z szuflady taty? Mama zmartwiła się naprawdę. Przecież Dan powinien wiedzieć, że tego się po prostu nie robi. W końcu zabranie pieniędzy od innej osoby to kradzież.

- Dan nie dostał pieniędzy od dziadków - powiedziała tacie - Co powinniśmy teraz zrobić?

- Sprawdziłem w szufladzie - powiedział tata - Wydaje mi się, że brakuje pieniędzy. Możliwe, że Dan zabrał stamtąd te banknoty.

- To okropne - wykrzyknęła mama - Jak to możliwe? Czy on nie rozumie, że to źle? Czy zrobiliśmy coś złego wychowując go? - Matka była wyraźnie zdenerwowana tym, co się stało.

- Nie martw się - próbował uspokoić matkę tata - Po pierwsze, nie wiemy nawet na pewno, skąd pochodzą pieniądze, a po drugie, prawie wszystkie dzieci podbierają coś na pewnym etapie. Nawet ja tak zrobiłem, kiedy byłem mały. Kiedyś wyniosłem tabliczkę czekolady ze sklepu - przyznał się mamie tata - Jeśli Dan wziął te pieniądze, musimy po prostu sprawić, by zrozumiał, że nie powinien robić takich rzeczy.

- Tak i musi obiecać, że nigdy więcej tego nie zrobi - dodała mama.

Mama przypomniła sobie czasy, kiedy była dzieckiem. Przypomniła sobie, że ona też kiedyś zabrała bez pozwolenia rodzicom pieniądze.

- Raz wzięłam monety z torebki mojej matki i kupiłam za nią słodycze - powiedziała mama - Zostałam złapana i musiała za karę przez tydzień siedzieć w domu.

- No i proszę - powiedział tata - To nie jest niezwykle. Najważniejsze, że porozmawiamy o tym z Danem i poradzimy sobie z tym.

Tego wieczoru przy stole obiadowym odbyła się poważna rozmowa.

- Dzisiaj sprzątałam twój pokój, Dan i znalazłam osiem banknotów po dziesięć euro w szufladzie twojego nocnego stolika. To dużo pieniędzy. Skąd je masz?

Dan milczał. Najwyraźniej myślał o tym, jak odpowiedzieć. Potem powiedział: - Mam je od babci.

Mama odczekała chwilę, a potem powiedziała: - Zadzwoiłam dziś do babci, a ona powiedziała mi, że nie dała ci takich pieniędzy.

Dan opuścił głowę. Wstydził się. Nie chciał wyznać, że wziął pieniądze z szuflady biurka taty.

- Myślę, że najlepiej, jeśli powiesz dokładnie, jak jest - powiedział tata - Nie zamierzamy cię karać. Chcemy tylko z tobą o tym porozmawiać i dlatego musimy zrozumieć, co się stało.

- Czy wzięłeś pieniądze z szuflady taty? - zapytała mama, patrząc prosto Danowi w oczy. Dan nie powiedział ani słowa, ale skinął głową.

- Kiedy to się stało? - zapytał tata.

- Kilka dni temu - powiedział Dan. Miał łzy w oczach.

- Ile razy podbierałeś z mojej szuflady?

- Nie pamiętam - powiedział Dan powstrzymując płacz.

- Nie spieszmy się. Pomyśl o tym spokojnie - powiedział tata - Czy zaglądałeś do niej więcej niż raz?

- Tak

- Dwa lub trzy razy?

- Dwa razy.

- W porządku - powiedział tata.

- Dan, na pewno wiesz, że to, co zrobiłeś, jest złe. Branie pieniędzy innej osoby bez pozwolenia to kradzież, nawet jeśli bierzesz pieniądze które należą do kogoś z rodziny.

- Wiem o tym - powiedział Dan z zawstydzonym wyrazem twarzy. Bał się, że mama lub tata zapytają go: Więc dlaczego to zrobiłeś? Wiedział, że nie byłby w stanie odpowiedzieć na to pytanie. Na szczęście żadne z nich nie zadało tego pytania.

Zamiast tego tata zapytał: - Dlaczego nie powinno się brać pieniędzy innej osoby?

- Ponieważ to są jej pieniądze - odpowiedział Dan.

- Zgadza się, ale dlaczego osoba nie powinna brać cudzych pieniędzy? - kontynuował tata.

- Ponieważ w ten sposób rani się uczucia drugiej osoby - powiedział Dan.

- Masz rację, ale to nie wszystko. Pieniądze, które bierzesz, mogą zostać odłożone z jakiegoś powodu, na przykład na prezenty świąteczne lub coś ważnego do kupienia, a potem nagle nie ma pieniędzy na te rzeczy. To nie jest miłe, prawda?

- Nie, nie jest - powiedział Dan.

- Jeśli zabrałeś pieniądze innej osobie bez pozwolenia, musisz je zwrócić - stwierdziła mama.

- Tak - powiedział Dan.

- Czy to te pieniądze, które wzięłeś, czy już trochę wydałeś? - spytała mama.

- To wszystko. Przysięgam. Nie wydałem ani centa.

Mama dała wtedy pieniądze Danowi, a Dan przekazał je bezpośrednio tacie.

- Dzięki - powiedział tata.

- Czy zamierzasz przeprosić tatę? - spytała mama.

Dan opuścił głowę i mruknął cichym głosem: -Przepraszam.

- Myślę, że to dobrze, że przepasz tatę, ale szczerze mówiąc, myślę, że powinieneś mówić patrząc mu w oczy, kiedy mówisz mu, że jest ci przykro - zasugerowała mama.

Dan spojrzał ojcu w oczy i powtórzył „przepraszam”. Tym razem głośniejszym głosem.

- Otóż to. Dobra robota - powiedziała mama - Ale myślę, że zwrot pieniędzy i przeprosiny w tym przypadku nie wystarczą. Myślę, że powinieneś to jakoś wynagrodzić swojemu tacie.

- Jak mogę to zrobić?- zapytał Dan.

- Może mógłbyś wyświadczyć ojcu przysługę.

- Mogę umyć Ci samochód - szybko zasugerował Dan.

- Myślę, że sam umyję samochód - powiedział tata - ale mogę o tym pomyśleć. Zgódźmy się, że powiem ci wieczorem, jak możesz mi to wynagrodzić.

- Może tak być - zgodził się Dan.

Po chwili ciszy mama powiedziała do Dana miłym głosem: - Obiecujesz, że już nigdy nie zrobisz czegoś takiego?

-Obiecuję- powiedział Dan.

- Wierzymy ci, ale dla pewności, nie uważasz, że powinniśmy mieć umowę, co zrobić, jeśli złamiesz obietnicę?

- Nie mam nic przeciwko. Możemy mieć dowolną umowę, jaką chcesz, bo nigdy więcej nie wezmę od nikogo pieniędzy bez pozwolenia.

- W porządku. Zawrzyjmy umowę, że jeśli pomimo obietnicy zrobisz coś takiego jeszcze raz, przeprosisz w taki sposób, aby dziadkowie również przy tym byli.

- Może tak być - powiedział Dan.

Tego wieczora, jak zawsze, tata poszedł do pokoju Dana, aby go pocałować na dobranoc. Kiedy usiadł na łóżku Dana, powiedział: - Wpadłem na pomysł, jak możesz mi wynagrodzić to, że zabrałeś pieniądze z szuflady.

- Co mogę zrobić? - zapytał Dan.

- W jednej z moich szuflad mam ogromną kolekcję monet z różnych krajów. Chcę, żebyś ułożył monety i włożył monety z różnych krajów do różnych słoików. A ponieważ jesteś dobry z matematyki, chcę, żebyś mi powiedział, ile pieniędzy jest w każdym pojemniku. Co ty na to?

- Spoko - powiedział Dan z radością w głosie. Wyobrażał sobie, że aby wynagrodzić to, co zrobił, będzie musiał zamiast taty zmywać naczynia przez cały rok.

- Ale jest jeszcze jedna rzecz - powiedział tata - Co zrobisz, jeśli nagle poczujesz pokusę, żeby zabrać komuś pieniądze bez pozwolenia?

- Nie wezmę ich - odpowiedział Dan.

- Prawidłowo. A co zrobisz zamiast tego?

- Zapytam, czy mogę coś dostać?

- Zgadza się - powiedział tata - i kiedy twoja mała siostra urodzi się latem przyszłego roku, a potem kiedy dorośnie, pewnego dnia ty nauczysz ją, że nie bierze się czyichś rzeczy

- Nauczę ją tego - powiedział Dan.

Tata pogłaskał głowę Dana.

- Czy masz pieniądze na zakup prezentów na święta? - zapytał Dan.

- Nie martw się tym. W porządku, mam pieniądze na prezenty - powiedział tata z uśmiechem i pocałował Dana na dobranoc.

Jak pomagasz dziecku wziąć odpowiedzialność za swoje czyny?

W pewnym momencie swojego rozwoju wszystkie dzieci robią coś złego lub zabronionego, takiego jak kłamstwo, kradzież, zastraszanie lub coś innego, o czym wiedzą, że jest niewłaściwe.

Kiedy dziecko po raz pierwszy robi coś złego, rodzice zwykle wyjaśniają mu, że to, co zrobiło, było złe i że nie powinno tego robić. Ale kiedy dziecko ponownie zrobi źle, rodzicowi nie jest

tak łatwo być pewnym, jak postąpić. Zazwyczaj uważano, że dzieci powinny być karane, gdy robią zakazane rzeczy, ale wielu rodziców odkryło, że kara niekoniecznie pomaga dzieciom zmienić ich zachowanie. W rzeczywistości kara może czasem nawet pogorszyć sytuację.

Co więc należy robić, gdy dzieci postępują niewłaściwie? Historia tej książki opisuje metodę o nazwie **Steps of Responsibility**. W tym podejściu nie upominamy dziecka ani nie karzemy go, ani nie próbujemy wyjaśniać czy napominać go na temat tego, jak złe było jego zachowanie. Zamiast tego dajesz mu możliwość wzięcia odpowiedzialności za swoje zachowanie. Oznacza to, że dziecko będzie miało okazję przekonać swoich rodziców, a także innych ludzi, że nie zrobi już nic podobnego. Jak dokładnie dziecko to robi? Co musi zrobić, aby udowodnić, że jego rodzice nie muszą się bać, że powtórzy swoje przewinienie?

Kiedy dziecko bierze odpowiedzialność za swoje działanie, robi sześć rzeczy. To są:

- ◆ Szczerze przyznaje się do tego, co zrobiło i jest gotowe omówić szczegóły tego, co się wydarzyło.
- ◆ Pokazuje, że rozumie, dlaczego to, co zrobiło, jest złe i jest w stanie wyjaśnić, jakie negatywne konsekwencje lub niebezpieczeństwo spowodowało jego zachowanie dla innych ludzi.
- ◆ Przeprasza za to, co zrobiło.
- ◆ Okazuje swoją gotowość do zrehabilitowania, rozpoczynając rozmowę o tym, jak to zrobić.
- ◆ Obiecuje, że nigdy więcej nie zrobi czegoś podobnego i zgadza się co do tego, co nastąpi, jeśli mimo wszystko nie spełni swojej obietnicy i ponownie zrobi coś podobnego.
- ◆ Jest gotowe zrobić coś, aby zapobiec robieniu podobnych rzeczy przez inne dzieci.

Kiedy twoje dziecko zrobiło coś złego, powiedz mu, że to, co zrobiło, było złe i że chcesz, aby wzięło na siebie odpowiedzialność za swoje działanie. Oczywiście twoje dziecko nie zrozumie, co oznacza wzięcie odpowiedzialności, więc będziesz musiał mu to wyjaśnić. Możesz to zrobić, używając obrazka przedstawiającego chłopca wchodzącego na kolejne etapy odpowiedzialności.

- Czy wiesz, co to znaczy wziąć odpowiedzialność za swoje działania?
- Nie.
- Chcesz, żebym ci to wytłumaczył?
- Tak, proszę.

- Popatrz na ten obrazek. Ten chłopiec zrobił coś, co jest zabronione. Nie wiem, co dokładnie zrobił. Być może uderzył inne dziecko lub wziął coś, czego nie powinien brać. Jak myślisz, co zrobił?

- Może uderzył swoją młodszą siostrę.

- Możesz mieć rację. Cokolwiek zrobił, na tym zdjęciu bierze za to odpowiedzialność. Na pierwszym etapie nie próbuje zaprzeczyć, co się stało. Zamiast tego przyznaje się do tego, co zrobił. Czy nie wygląda na to, że przyznał się do czegoś?

- Tak, tak wygląda.

- Na tym drugim kroku patrzy w lustro i myśli. Jak myślisz, o czym on myśli?

- Nie wiem.

- Myśli o tym, co zrobił i rozumie teraz, dlaczego nie powinien tego zrobić. Zdaje sobie sprawę, że to, co zrobił, było niebezpieczne i że spowodowało cierpienie innych ludzi. Myślę, że sam czuje się źle, myśląc o tym, jak jego zachowanie spowodowało, że inni poczuli się źle. Ty też tak myślisz?

- Tak, też tak myślę.

- Na tym trzecim kroku skrzyżował ręce. Oznacza to, że mówi, że mu przykro. Czy możesz powiedzieć, że jest ci przykro, jeśli zrobiłeś coś, co spowodowało, że inna osoba poczuła się źle?

- Mogę.

- Tak, możesz. Spójrz teraz na czwarty krok. Tutaj ma różę w ręku. Jak myślisz, co on z tym robi?

- Daje to osobie, która źle się czuje.

- Jasne, albo inaczej - robi jakąś przysługę osobie, która źle się czuje z powodu tego, co zrobił. Na następnym zdjęciu trzyma rękę na świętej księdze. Czy potrafisz zgadnąć, co on robi?

- Nie.

- Obiecuje, że nigdy więcej nie robi czegoś podobnego. Wiesz, kiedy obiecujesz coś, trzymając rękę na świętej księdze, oznacza to, że jesteś bardzo poważny. To jak uścisk dłoni po umowie. Czy uważasz, że to dobrze, że obiecuje, że nie robi czegoś takiego ponownie?

- Tak jest.

- Ok, więc teraz jest tutaj na ostatnim kroku. Czy widzisz, jaki jest dumny? Czy wiesz, dlaczego jest taki dumny?

- Nie.

- To dlatego, że powiedział innemu dziecku, aby nie robiło tego, co zrobiło.

Kiedy twoje dziecko zrozumie, co oznacza w praktyce wzięcie odpowiedzialności, pomóż mu podjąć kroki, które musi podjąć.

1. krok

Poproś dziecko, aby szczerze opowiedziało o tym, co zrobiło. Twoje dziecko będzie otwarcie mówić o tym, co się stało, jeśli zrozumie, że nie zostanie ukarane, ale będzie miało możliwość wzięcia odpowiedzialności za swoje działanie. Dzieci zwykle chcą przyznać się do tego, co zrobiły, ponieważ postrzegają to jako uwolnienie.

2. krok

Poproś dziecko, aby wyjaśniło ci, dlaczego to, co zrobiło, było złe. Możesz odczuwać potrzebę wyjaśnienia mu samemu, dlaczego to, co zrobiło, było szkodliwe lub niebezpieczne, ale staraj się nie odpowiadać na to pytanie zamiast niego. Pozwól mu się zastanowić i wymyślić odpowiedź na pytanie, dlaczego nie wolno tego robić.

Rodzic - Dlaczego nie powinieneś tego zrobić?

Dziecko - Ponieważ jest to zabronione.

Rodzic - Zgadza się, ale dlaczego nie wolno tego robić?

3. krok

Pomóż dziecku znaleźć sposób na przeprosiny za to, co zrobiło. Nie zmuszaj go do przeprosin, ponieważ wymuszone przeprosiny nie pomagają dziecku wziąć odpowiedzialności za swoje czyny. Zamiast tego porozmawiaj z dzieckiem na temat tego, kogo powinno przeprosić, kiedy będzie to dobry moment i jak najlepiej to zrobić.

4. krok

Nakieruj swoje dziecko, aby zrekompensowało swoje działanie. Rekompensata lub zadośćuczynienie oznacza, że twoje dziecko uda się do osoby, która ucierpiała z powodu jego działania i zapyta ją jak mógłby nadrobić to, co zrobiło. Pytanie jest trudne i może nie być łatwym dla osoby udzielenie odpowiedzi od razu. Dlatego twoje dziecko powinno dać tej osobie wystarczająco dużo czasu na przemyślenie sugestii, w jaki sposób może naprawić to, co zrobiło.

5. krok

Poproś dziecko, aby obiecało ci, że nie robi tego samego. Kiedy dzieci zostają przytłapane na robieniu czegoś zabronionego, często spontanicznie próbują powiedzieć, że nie zrobią tego ponownie. Aby uczynić swoją obietnicę bardziej wiarygodną, poproś je, aby wyjaśniło ci, w jaki sposób zamierza oprzeć się pokusie zrobienia tego samego,

jeśli nadarzy się okazja, i uzgodnij z nim wcześniej, co się stanie, jeśli pomimo wszystko to łamie obietnicę.

6. krok

Kiedy twoje dziecko wykonało wszystkie powyższe kroki, udowodniło, że ponownie zasługuje na twoje zaufanie. Jako potwierdzenie tego zaufania Twoje dziecko może ci teraz udowodnić, że naprawdę rozumie, dlaczego nikt nie powinien robić czegoś podobnego do tego, co zrobiło. Dlatego daj mu szansę nauczania innego dziecka lub innej osoby, dlaczego nikt nie powinien robić tego, co zrobiło.

Kiedy twoje dziecko robi coś złego, nie ma sensu zastanawiać się dlaczego zrobiło to, co zrobiło. Wszystkie dzieci czasami robią rzeczy zabronione i wszystkie dzieci muszą się nauczyć, że nie powinny robić rzeczy zabronionych. Jeśli chcesz pomóc swojemu dziecku zrozumieć różnicę między dobrem a złem, nie musisz się martwić ani niepokoić. Zamiast tego możesz nauczyć swoje dziecko brać odpowiedzialność za swoje czyny.