

Ewa Danuta Białek

Świadome rodzicielstwo – profilaktyka patologii indywidualnych oraz społecznych

Conscious parenting – prevention of individual and social pathology

Instytut Psychosyntezy

Wprowadzenie

Jako ludzkość i poszczególne społeczeństwa, żyjemy w czasach kryzysu wartości i sensu, a to pociąga za sobą kolejne załamania we wszystkich dziedzinach indywidualnego i społecznego życia. Nie jesteśmy bowiem świadomi jako pojedyncze jednostki, że to, co się dzieje wokół nas jest lustrzanym odbiciem tego, kim jesteśmy i co robimy w stosunku do siebie i innych. Ta nieświadomość ma ewidentne skutki w postaci pojawiających się coraz to nowych chorób cywilizacyjnych, określanych „o nieznannej etiologii”, jak również wadliwie zbudowanych relacji partnerskich i w rodzinie, odbijających się na dzieciach. Żyjemy bowiem we wzajemnych połączeniach systemowych i jedno ogniwo wpływa na kolejne i następne i albo je wspiera, albo przyczynia się do jego destrukcji, a tym samym całego systemu.

Problem kryzysu dotyczy wielu dziedzin życia i skali, począwszy od indywidualnej do globalnej. Tematem tego artykułu jest zaledwie niewielki wycinek społecznego życia, dotyczący konsekwencji wadliwie rozumianego wychowania, braku edukacji rodziców, mający swe skutki w agresji i przemocy kolejnego po-

kolenia i własnej aktywności, aby się ochronić przed nimi.

Cel pracy

Celem pracy jest pokazanie głębokiej perspektywy problemów zdrowia, a może i życia indywidualnego dziecka oraz „jakości” przyszłego społeczeństwa i świata. Artykuł jest przyczynkiem do refleksji jak nieświadome zachowania, wynikające z braku odpowiedniej edukacji przyczyniają się do powstawania patologicznych zachowań i tendencji społecznych dla unikania odpowiedzialności za zaistniałe skutki i usuwania problemów z oczu. Takim ukrywaniem spraw jest oddawanie dziecka do adopcji, także jego zwracanie lub jeszcze groźniejsze, pozbawiające je zaspokojenia podstawowych jego potrzeb miłości czy wreszcie życia.

Edukacja do świadomości

Wychowanie w moim zrozumieniu jest najgłębiej odbieranym przez człowieka indywidualnym oddziaływaniem drugiej osoby, mającym fundamentalny wpływ na formowanie osobowości dziecka. Ze swej zasady ma

ono pomóc mu wzrastać i „zakwitnąć” oraz budować związki łączące go z innymi ludźmi i światem. Ma być procesem wydobywania tego, co ukryte w nim wewnątrz („educare” z łac.). Zdaniem K. Wilbera¹ proces wzrastania odbywa się zgodnie z zasadą holarchii, a więc kolejnego włączania do całości powstałych i pojawiających się elementów, dla ukazania kierunku procesu rozwoju. Jeśli jest właściwie i świadomie sprawowane, wychowanie ma ujawniać krok po kroku potencjały wzrostu i predyspozycje tkwiące w małym człowieku i stwarzać bezpieczny kokon, aby mogły ujawniać się w pełni.

Wychowanie jest procesem poszerzania świadomości rodziców i wychowawców o dziecku, nieustannym obserwowaniem go, wychodzeniem naprzeciw ujawniającym się aspektom rozwojowym, sprzyjaniem mu, a jednocześnie ześrodkowywaniem, harmonizowaniem tego co nadmiernie wybujałe i wspieraniem tego, co jeszcze nie uwidocznione lub zbyt słabe. Przypomina czasami pracę ogrodnika, który swoim intuicyjnym wglądem zdaje się uwidaczniać to, co ujawnia się z nieuporządkowanej gęstwiny listowia rośliny.

Wychowanie ma charakter wielowymiarowy i dotyczy wszystkich sfer funkcjonowania człowieka, jak: emocjonalna, wolitywna i dokonywania wyborów, wyobraźni, wspierania intuicji, wewnętrznej motywacji, odkrywania talentów, predyspozycji, darów (unikalnych możliwości człowieka), wartości uniwersalnych. Człowiek nie jest bowiem kimś, kogo można kształtować na wzór i czyjeś podobieństwo, lecz ma stawać się unikalną osobą, z wewnętrznym

bogactwem zawartym w nim samym, a jednocześnie przedstawicielem gatunku homo – z jego odnawiającym się zasobem człowieczeństwa.

Edukacja i wychowanie ma być świadomym procesem sprzyjającym rozwojowi i rozkwitowi osobowości. Rodzic czy wychowawca ma tworzyć warunki do zdrowego rozwoju i wspierać wzrastanie od małej rośliny do dużego drzewa. Ma podtrzymywać wszelkie zawarte w dziecku potencjały, wywoływać uśpione zdolności i predyspozycje, rozwijać konstytucjonalnie słabe funkcje i zablokowane przez nie sprzyjające warunki. Poszczególne osoby mogą dzięki temu odkryć swe znaczenie życia i sensy poszczególnych doświadczeń i może je nieustannie aktualizować.

Człowieczeństwo wydobywa się i jednocześnie tworzy osobę od wewnątrz. Można je nazwać jego fundamentem, istotą istot, jego tożsamością indywidualną, daną mu na życie do systematycznego odkrywania. Jest najbardziej intymną jego częścią, wychodzącą z jego sedna, a jednocześnie łączącą go z innymi ludźmi i życiem jako całością. Za F. Caprą staje się on elementem pajęczyny życia (*web of life*)², splatającej go z całym życiem, a jednocześnie jest ono unikalną częścią osoby, realizowaną w życiu jako całości.

Wzrastanie dotyczy samoświadomości człowieka, służącej uaktywnieniu odpowiedzialności za własny rozwój. Jest ona częścią ewolucji, która jest fundamentalnym procesem i prawem we Wszechświecie i obejmuje każdą jednostkę. Ewolucja nie ma końca i dzieje się niezależnie, czy chcemy tego czy nie i czy jesteśmy tego świadomi.

¹ Wilber K. (1997). *Eksplozja świadomości*, Kraków, Abraxas.

² Capra, F. (1996). *The Web of life*. London, Harper Collins Publishers.

Małe dziecko zawiera w sobie wszelkie potencjały rozwoju. Jest więc załącznikiem do odkrywania i „hodowania” w bezpiecznej atmosferze miłości i troski. Tym samym wychowanie staje się dedykacją opiekunów do pochylenia się nad tym, co dopiero w zarodku, uświadamianiem sobie tego i pozwoleniem na wzrastanie, stwarzając sprzyjające na nie okoliczności. Zasadniczym warunkiem jest otoczenie dziecka miłością za to, że jest z tym co w nim potencjalne – gotowe do ujawnienia. Zadaniem rodziców i nauczycieli jest rozbudzanie i wspieranie istniejącej wewnątrz indywidualnej potrzeby rozwoju i pobudzanie drzemiącej w każdym dziecku wewnętrznej motywacji. Do tego celu potrzeba świątłych ludzi, a szczególnie rodziców.

Edukacja wychowawców ma być powszechna, ponieważ powszechne jest oddziaływanie rodziców jako pierwotnych wzorców jakości życia i zdrowia kolejnego pokolenia. Oni są tym fundamentem, na którym buduje się „dom” (poczucie własnej tożsamości) oraz podstawowe wzorce relacji matka/ojciec jako modele dla kreowania dorosłych związków, a więc odniesień do świata, a przede wszystkim zdrowego stylu życia i wewnętrznej harmonii (dobrostanu). „Czym skorupka za młodu nasiąknie – tym na starość trąci” – to ewidentne przesłanie w przysłowiu, obrazuje to, co wnosi osoba do społeczeństwa (i świata). To także odzwierciedlenie słów St. Staszica – „takie będzie nowe pokolenie – jakie młodzięzy chowanie”. Nie ma bowiem zdrowego,

zaangażowanego społeczeństwa bez zdrowego wpływu rodziców. Korzenie wszelkich patologii wyrastają z domu rodzinnego i tam musi się rozpocząć edukacja, aby nie leczyć potem problemów fizycznych, psychicznych i społecznych.

Zdaniem K. Wilbera musi być usunięta destrukcyjna rodzina ze wszystkimi jej tradycyjnymi metodami wychowawczymi i traumatycznymi oddziaływaniami, które powstają przy represyjnym, blokującym wolę wychowaniu dziecka. Według R. Assagioli³ powinno się nauczać miłości, przyjaźni i współczucia, aby wydobyć z człowieka wrodzone w nim dobro⁴. Tymczasem to, co obserwujemy obecnie pokazuje, że zamiast „być ze światem”, człowiek próbuje go opanować, wyrażając to w dominowaniu słabej istoty (własnego dziecka). Zamiast „być ja” dorosły ochrania swoje status quo, walcząc z innością, separując się od niej, nie dopuszczając do ujawnienia się tego, co odmienne, ukazujące różnorodność form i ekspresji w życiu.

To, co opisano wyżej ma szczególne znaczenie w kontekście oglądu patologii obecnych społeczeństw i jakości wychowania w domu i szkole⁵, jak i braku przygotowania do bycia rodzicem na wszystkich szczeblach edukacji. Ma to również znaczenie w terapii rodzin, także rodziców, którzy czerpali niewłaściwe wzorce z własnego dzieciństwa. Najbliższe otoczenie stanowi bowiem „lustro” późniejszych relacji z innymi, odzwierciedlając wzorce rodzicielskich związków⁶. Nie

³ Assagioli R. (1965). *Psychosynthesis*, New York, Harper Collins.

⁴ Assagioli R. (1985). *The conflict between the generations and the psychosynthesis of the human ages*, California: Psychosynthesis International.

⁵ Białek E. D. (2013). *Słowo jako energia. Psychoenergetyka słowa (2003)*, Warszawa: Instytut Psychosyntezy.

⁶ Białek E. D. (2011). *Psychosomatyczne, emocjonalne i duchowe aspekty chorób ze stresu*. Warszawa: Instytut Psychosyntezy.

wystarczy więc uczyć właściwych zachowań, podczas, gdy istnieją patologiczne wzorce zakodowane w pamięci przeszłości, z której czerpiemy modele na życie. Musimy najpierw obejrzeć „piwnicę” naszego istnienia i jako rodzic zdać sobie sprawę, że nieświadomość czyni nas i tak odpowiedzialnymi za pokoleniowy przekaz i wadliwe oddziaływanie.

Nie będąc wspieranym od dzieciństwa, dorosła osoba nie potrafi wspierać, ponieważ nie ma skąd czerpać zdrowych wzorców. Jeśli sama żyła w psychicznej presji i nieustannym stresie, jej nieświadome zachowania są impulsywne i podyktowane własnym strachem o przeżycie i bezpieczeństwo. Niemniej w głębi siebie, na poziomie archetypowym człowieczeństwa posiada wszystko, co zdrowe, mocne, stabilne, bezpieczne i pełne miłości. Trzeba do tego dotrzeć, uzdrowić własne korzenie. Nie będzie wtedy pokoleniowego przekazu patologicznych wzorców, będących jedną z przyczyn także chorób cywilizacyjnych, w tym chorób „genetycznie uwarunkowanych”. Rozwijająca się bowiem bujnie epigenetyka wyraźnie wskazuje, że czynnikiem powodującym genetyczne modyfikacje jest środowisko, a więc dom rodzinny jest bazą dla przekazu informacyjnego i kodów, ujawniających się w różnego rodzaju patologiach kolejnych generacji.

O wpływie nieświadomych wzorców na skutki indywidualne i społeczne

Tak jak drzewo nie wyrośnie bez korzeni, tak wzorce funkcjonowania człowieka czerpie on z otoczenia: każdego z rodziców, najbliższej rodziny, środowiska w jakim wzrasta, nauczycieli. To oni są modelami, które kształtują jego budującą się osobowość, sposób myślenia o sobie i świecie, budowania relacji z innymi.

Dla większości rodziców i dziadków, przy-

chodzące na świat dziecko jest „cudem świata”. Od najwcześniejszych dni jego życia dostarczają mu tego, co ich zdaniem najlepsze, aby rośło. Już jednak po kilku miesiącach, okazuje się, że nie można ukształtować dziecka na swój wzór i podobieństwo, dziecko bowiem wykazuje swoje potrzeby, wolę, także demonstruje swoje emocje. W tym momencie rozpoczyna się dominowanie dziecka, wręcz przemoc w pokazywaniu tego, co mu wolno, a czego nie. Rodzicom i najbliższemu otoczeniu, także potem nauczycielom wydaje się, że wiedzą, co jest dla dziecka najlepsze, jak ukształtować jego wolę, przekonania, jak zaspokoić jego potrzeby. Dlatego pokazują mu wzorce na których sami wyrosli, nie mając świadomości, że to wadliwe przykłady, gdyż zasięgnięte z pokoleniowej przeszłości. Ta historia bywała czasem pełna agresji i przemocy, a jej konsekwencje mają odbicie w poszczególnych członkach obserwowanych własnych rodzin.

Każda rodzina ma swe „blaski i cienie”. Zwykle pamięta się o jasnych stronach, lecz bywa, że w chwilach zdenerwowania i złości, zaczyna się wyciągać negatywne przykłady i to albo drugiego rodzica lub wcześniejszego pokolenia. Rodzice dla zaspokojenia swej egoistycznej potrzeby dominowania nad dzieckiem, zaczynają przywoływać „cienie” drugiej strony, jej słabości, używając tych argumentów w walkach między sobą, odbywających się często przy dzieciach. Patrząc z perspektywy kształcenia, oni nigdy nie byli nigdzie uczeni jak porozumiewać się wzajemnie bez przemocy, aby nie ranić drugiej osoby, a wręcz „wyssali” wzorce przemocy z „mlekiem matki” – swych poprzednich generacji.

Przemoc w rodzinie względem dzieci, implementowanie swoich wymogów, wbrew często tendencjom rozwojowym i potrzebom

dziecka, ma swe powody także gdzie indziej. Pokoleniowo wychowaniem zajmowały się wyłącznie matki, ojciec był zwykle tylko z nazwy, lub od rozwiązywania większych konfliktów, zaistniałych w czasie jego nieobecności. Bywało, że matka wychowująca dwoje lub więcej dzieci, nie potrafiła sama poradzić z problemem, zaistniałym z powodu któregoś dziecka. Gdy ojciec wracał z pracy, ona mu relacjonowała swe dylematy, a on (bywało zdenerwowany) wkraczał ze swym męskim autorytetem, często potwierdzanym siłą, z ręcznymi argumentami, karząc boleśnie fizycznie dzieci. Nie mając oparcia w nikim, nie podbudowana właściwą edukacją do rodzicielstwa, nie radząc sobie z nadmiarem obowiązków i odpowiedzialności, matka, zamiast zadbać o własną równowagę, odreagowuje także swe problemy na dzieciach, czasem szczególnie na starszym. Tym samym ujawnia się krąg nierozwiązywanych konfliktów wewnętrznych na najslabszej w kręgu osobie – dziecku. Narasta więc agresja i przemoc, mająca swe korzenie w problemach indywidualnych i relacyjnych, związanych często ze strachem i nadmierną odpowiedzialnością, a tymczasem dziecko ponosić zaczyna ich konsekwencje, przeżywając pierwsze, a wkrótce kolejne traumy.

Doświadczenie traumy prowadzi do zaburzenia sposobu postrzegania siebie i świata, swej tożsamości, poczucia wartości, niezdolności do zaufania nikomu oraz nawiązywania zdrowych relacji. Osoby wzrastające w nieustannej atmosferze zagrożenia są ofiarami traumy chronicznej. Staje się ona udziałem dzieci wychowywanych w atmosferze przemocy (fizycznej, emocjonalnej, seksualnej) lub zaniedbania fizycznego czy emocjonalnego, jak i nieustannego strachu przed czymś zagrażającym ich przeżyciu czy egzystencji

rodziny (np. separacja od najbliższych czy jednego rodzica). Uderza ona w podstawy rozwijającej się osobowości, a życie takiego dziecka zostaje napiętnowane (stygmatyzacja) tym przeżyciem. Dziecko takie jest nieustannie wewnętrznie konfrontowane z bolesnymi wspomnieniami traumy, z której nie może się wyzwolić do dorosłości. Odczuwa coraz bardziej objawy wielonarządowego dyskomfortu, a w konsekwencji zapada na choroby określane jako psychosomatyczne czy z autoimmunoagresji. Tymczasem lekarze początkowo nie stwierdzają żadnych fizycznych objawów w ciele.

Jeśli dziecko zostało zranione poprzez skrzywdzenie lub zaniedbanie przez dorosłego, ma to wpływ na całość jego życia, czyniąc spustoszenie aż do głębi jego osobowości, wywołując, kompensacyjne, obronne zachowania. Taki sposób bycia jest nastawiony na przeżycie w niezdrowym środowisku, tworząc z biegiem czasu osobowość przetrwania oraz mechanizmy autodestrukcyjne lub postawy roszczeniowe wobec innych.

Wielu psychosyntetyków, pracując z dorosłymi znajduje, że korzenie ich problemów wywodzą się ze zranionego dziecka. Ono otrzymuje swe pierwotne rany będąc nadużywane i krzywdzone, żyjąc często w środowisku kultury nastawionej na seks i rasizm, a jednocześnie jest przywiązany do raniących rodziców. Ale przyczyn tego rodzaju zranienia jest dużo więcej, np. chociażby emocjonalna przemoc w rodzinie, której „nie widać” na zewnątrz, a która robi spustoszenie wewnątrz „do spodu”.

Wielu rodziców nie radząc sobie z problemami wychowawczymi, za które obwinia dzieci, („takie się urodziły”), nie ma świadomości, że to, co obserwują w ich zachowaniach ma swe konsekwencje w jakości sprawowanego wy-

chowania i wzorców, które im przekazali. Gdy dziecko w wielu 14-15 lat ucieka z domu, wpada w nałogi, zwykle rodzice widzą przyczynę w nieodpowiednim towarzystwie, w którym się znalazły. Problem leży jednak znacznie głębiej – w „zgubieniu” dziecka w rodzinie, w zapomnieniu o nim, w obliczu kolejnego obowiązku rodzicielskiego i braku czasu na poprzednie, w strofowaniu go, wymaganiu, aby było samodzielne, zrobiło coś, czego nigdy dotychczas od niego nie wymagano, „byciu dorosłym”, gdy ono przecież stale jest tym samym dzieckiem. To przerasta jego siły, czyni je bezsilnym w obliczu tego ciężaru, którego nie może unieść. Ono zaczyna już w wieku kilku lat wykazywać nieracjonalne zachowania, „ucieczkowe” postawy, najpierw w wewnętrznym świecie, którego nikt mu nigdy nie wyjaśniał, a potem projektuje ten wadliwy, zbudowany na nieprawidłowych wzorcach świat na innych, stając się albo oprawcą innych, albo ofiarą, zwerbowaną do niepożądanych zachowań.

W tym miejscu warto wspomnieć o problemach związanych z dziećmi będącymi po adopcji. W prasie amerykańskiej kilka lat temu pojawiły się tego rodzaju wzmianki, dotyczące oddawania dzieci, które wzięto do swych domów. Sprawy dotyczyły głównie dzieci z innych, często biedniejszych krajów, kiedy to dziecko w kilka lat po adopcji zaczęło ujawniać niespodziewane przez opiekunów cechy, które sprowokowały chęć rozwiązania tej relacji przez dorosłych. Jak opisano poprzednio, wszystko i każdy człowiek ma swe „korzenie” i problemem jest jedynie obdarzenie dziecka miłością, a nie forsowanie swych wpływów, bo to ma akurat odwrotny skutek.

Problem zmieniania dziecka, „programowania” go na swe dorosłe przekonania i nieświadome zachowania zaczerpnięte z pokoleniowych wzorców, jak opisano wyżej,

ma swe konsekwencje nie tylko w późniejszych kłopotach wychowawczych, ale także w pojawiających się problemach jego psychicznego zdrowia, a następnie chorobach psycho-somatycznych. Objaw jest bowiem jedynie skutkiem tego, co zaistniało znacznie głębiej, a ujawnia się następnie w ciele. Jest to kolejna tematyka do szerszego rozpracowywania, jako następstwo wadliwie, „na wycucie” rozumianego wychowania, bez świadomości jego skutków w życiu dziecka, wymagającego leczenia przyczynowego, a nie jedynie objawowego.

Wzorce mają swoją głębokość i przestrzeń

Relacje w rodzinie, oparte na przemocy, agresji, dominacji płciowej, mają swe odniesienia zarówno w jakości zdrowia widzianego całościowo, jako fizyczne i psychoduchowe, także pokoleniowo i odbijają się w jakości społeczeństwa i świata. Jak doświadczamy tego na co dzień we współczesnych czasach, zatracie uległy nie tylko więzy rodzinne, ale szacunek do indywidualnego człowieka czy członka rodziny, objawiający się deprecjonowaniem tego, czym się zajmuje, brakiem troski i wsparcia, narastaniem patologii różnego rodzaju, kończącej się tragicznie nie tylko w jej kręgu, a na zewnątrz – w otoczeniu czy nawet w skali globu. Odniesieniem do tego opisu mogą być chociażby wydarzenia zastrzelenia uczniów i nauczycieli w jednej ze szkół amerykańskich przez młodego człowieka (kolejny zresztą raz), przemoc w szkołach (także polskich), czy sięgając głębiej – systemy totalitarne w krajach komunistycznych czy II wojna światowa, jako efekt odreagowania Hitlera na ludzkości swych doświadczeń dzieciństwa (Vide książki Alice Miller^{7,8}).

Wiele lat temu grupa polskich naukow-

ców na Uniwersytecie Jagiellońskim opisała i zdiagnozowała u dorosłych objawy chorób występujących po długotrwałych stresach (PTSD – post traumatic stress disorders), gdy pacjenci po wielu latach leczenia przez terapeutów odczuwają nadal odcięcie przepływu energii w ciele i tego konsekwencje, jakby ciało było martwe. Towarzyszył temu całe lata przeżywania trudny do opisanego ból i cierpienie. Zaczęto te objawy łączyć z trudnymi doświadczeniami wojny i obozów koncentracyjnych. Tego rodzaju dolegliwości były także udziałem dzieci byłych więźniów politycznych, poddawanych we wczesnym dzieciństwie bezpośrednio presji psychicznej i pośrednio, uczestnicząc w psychicznych przeżyciach rodzica (według fizyki kwantowej i C.G. Junga – tzw. „świadomość dzielona” lub wspólna). Z danych literaturowych wiadomo, że tego rodzaju traumatyczne doświadczenia mają swe ewidentne fizyczne i psychiczne skutki, ujawniające się w drugim, a może i trzecim pokoleniu⁹. Te ponad pół wieku temu opublikowane prace na UJ warte są szczegól-

nej uwagi i refleksji po latach, gdy dorasta kolejne już 4 pokolenie ofiar wojny i podobnych przeżyć okresu powojennego^{10,11,12,13,14}. Tym bardziej godne są odkopania w obliczu następnych, tym razem zagranicznych źródeł naukowych, badających podobne związki agresji i przemocy w szerszej skali¹⁵.

Wydawać by się mogło, że o czasach wojny czy totalitaryzmu w różnych krajach powinniśmy już zapomnieć. Wojnom jednak nie ma końca aż do współczesnych czasów, czego przykładem mogą być nieustanne konflikty między sąsiadującymi narodami, jak również w tych samych narodach. Wielu psychologów, także psychosyntetyków pracuje nad odblokowaniem traum narodowych¹⁶. Jest to obecnie coraz częściej rozpoznawane zjawisko, na które zwraca się uwagę, analizując jakość relacji międzyludzkich. Wydawnictwo Uniwersytetu Cambridge wydało kilka lat temu znamienne książkę *Collective Violence and trauma*, dotyczącą skutków zbiorowej przemocy i traumatycznych doświadczeń na obraz stosunków międzyludzkich, zarzewia

⁷ Miller A. (1999). *Zniewolone dzieciństwo: ukryte źródła tyranii*. Poznań: Media Rodzina of Poznań.

⁸ Miller A. (1991). *Cena wyparcia urazów dzieciństwa*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

⁹ Białek E. (2011). *Psychosomatyczne, emocjonalne i duchowe aspekty chorób ze stresu*. Warszawa: Instytut Psychosyntezy.

¹⁰ Ryn Z. (1990). *The Evolution of Mental Disturbances in the Concentration Camp Syndrome (KZ Syndrom)*. *Genetic, Social and General Psychology Monographs*. 116, 1, 21-36.

¹¹ Kępiński A. (1970) *Tzw. KZ-syndrom. Próba syntezy*. *Przegląd Lekarski*, 1, 18-23.

¹² Banach G., Dominik M. (1985) *Psychiatryczne następstwa obozów hitlerowskich w drugim pokoleniu byłych więźniów*. *Przegląd Lekarski*, 1, 29-34.

¹³ Danieli Y. (1985). *Odległe następstwa prześladowań hitlerowskich w rodzinach ocalałych ofiar*. *Przegląd Lekarski* 1: 34-41.

¹⁴ Kempisty, Czesław; Frejtak, Stanisław: *Wstępne wyniki badań lekarskich byłych więźniów obozu dla dzieci i młodzieży w Łodzi (Vorläufige Ergebnisse ärztlicher Untersuchungen an ehemaligen Häftlingen des Kinder- und Jugendlagers in Lodz)*. In: *Biuletyn Głównej Komisji Badania Zbrodni Hitlerowskich w Polsce*, Bd. 23 (1976).

¹⁵ Rueffler M. (2001). *Through the heart of the soul*. New York. The New Awareness, Clarity.

¹⁶ Руффлер М. (1998). *Игры внутри нас*, Москва. Издательство Института Психотерапии,

konfliktów i czystek etnicznych, także wojen. Autorzy zbierali przez lata wiele badań, głównie ze sfery psychoanalizy i antropologii, dla zrozumienia i wyciągnięcia wniosków, dotyczących przemocy i zbiorowej traumy, mającej swe społeczne skutki na jakość społeczeństwa. Część z nich poświęcona jest drugiej generacji ofiar Holocaustu i uświadomienia trans-pokoleniowego przekazu od rodziców, poprzez dzieci do wnuków, a być może i dalej. Społeczna przemoc jest bowiem kontynuowana przez ofiary wiele lat po fakcie zaistnienia indywidualnej traumy i wymaga uzdrowienia jej w danej osobie. Niestety, jak widać obecnie, istnieje nieustannie zarzewie wojen i konfliktów, gdyż traumy zarówno indywidualne, jak i narodowe nie zostały uzdrowione.

Dotyczy to też autodestrukcji – w chorobach z autoimmunoagresji, jako konsekwencji nieodreagowanej traumy – także pokoleniowo transmitowanej. Jest niezmiernie ważnym anonsowaniem opinii publicznej tego rodzaju badań i wniosków, dla uświadomienia konieczności leczenia głębokich, pokoleniowych ran, które nigdy nie zostały odkodowane i są głęboko zakopane w psychice ludzkiej, natomiast przekazywane nieświadomie w formie codziennej agresji w rodzinach (stres, nieumiejętność panowania nad emocjami), a ta odzywa się w zachowaniach w stosunku do otoczenia: w przedszkolach, szkołach – już od najmłodszych lat, na ulicach, wobec innych (często niewinnych, w tym dzieci), także względem „inności”, we własnym narodzie, podobnie jak i wobec innych nacji.

Przyczyny i skutki przemocy w rodzinie i otoczeniu: słowne komunikaty

Temat przemocy w rodzinie był przez lata tematem tabu w różnych krajach, także w Polsce. Nie był także przedmiotem częstych badań w pedagogice, co jednak uległo zmianie w ostatnich latach. Podwyższanie społecznej świadomości nie odbywa się jednak z dnia na dzień, lecz wymaga lat obserwacji i zrozumienia, a przede wszystkim doświadczania na własnym przykładzie. Codzienna rzeczywistość przynosi bowiem liczne jej wzorce. Znany opinii publicznej z mediów są przypadki zabicia dzieci i nauczycielek przez młodych ludzi. Takie przypadki przemocy szkolnej względem nauczycieli, rodziców czy chociażby pierwszej z brzegu niewinnej osoby na ulicy były także przedmiotem opisów w różnych mediach, ale bardziej w ramach sensacji niż refleksji. Wszystko to bowiem odbija „braki” – w postaci niedosytu miłości, doświadczanej przez dzieci i przekazywanej pokoleniowo jako swój indywidualny „brak”, odreagowany, a nie zrozumiany przez osobę. Każde działanie ma dwa końce: akcję i reakcję. Każda akcja ma swe korzenie, które nieuświadomiane wywołują kolejną reakcję i proces dzieje się kaskadowo.

Za fizyką czy mechaniką kwantową w nowoczesnej psychologii mówi się o energii słowa, o ładunku jaki ono niesie i wpływie oddziaływania na osoby będące w relacji, o sprawczej sile słowa¹⁷. Wszystko bowiem istnieje w relacjach, a konsekwencją tego jest wzajemne oddziaływanie na siebie człowieka i jego otoczenia. Każdy przykład, pokazujący dziecku, działa na nie, powodując w nim powstawanie wzorców, czerpanych na życie

¹⁷Białek E.D. (2013). Słowo jako energia. Psychoenergetyka słowa (2003). Warszawa: Instytut Psychosyntezy.

z zachowań dorosłych. Rodzic/wychowawca, nauczyciel przez słowo może tworzyć dziecko, budując je, wzmacniając jego rozwój^{18,19}. Może też je rujnować. Pojęcia jakimi operuje, uczucia i przekonania jakie wyraża – wszystko to wpływa na dziecko i „jakość” przyszłego społeczeństwa i świata.

Wychowanie i nauczanie to rodzaj komunikacji międzyludzkiej, a więc pewnego rodzaju dwutorowej autostrady. Polega ona na przekazie słów i konkretnym ich oddziaływaniu (energii) na drugą osobę lub grupę. Każde z używanych słów ma wpływ na reakcję emocjonalną w drugim człowieku i wywołuje w nim rezonans, gdyż słowo jest dźwiękiem, wywierającym konkretny efekt.

Jakość wypowiedzanego słowa determinuje jego efekt, stąd może tworzyć obszar zniewalania i przymusu i to zarówno w domu jak i w szkole. Tym samym może kształtować dziecko bez własnego zdania, ucząc milczenia, uników lub braku poczucia własnej wartości. Wykazując niewłaściwe zrozumienie swego wpływu – rodzica/nauczyciela jako autorytarnego wizerunku do podporządkowania sobie słabszej istoty, słowo użyte w niewłaściwy sposób blokuje wielostronny, zrównoważony rozwój dziecka bywa, że „na życie”.

W literaturze psychologii energetycznej, bujnie rozwijającej się w Stanach Zjednoczonych nurtu nowoczesnej psychologii, opisano, że chroniczne bóle zdarzają się znacznie częściej u osób mających traumatyczne doświadczenia, które podlegały w okresie dzieciństwa różnego rodzaju nadużyciom fi-

zycznym lub psychicznym (przemoc fizyczna lub psychiczna, zastraszenie, obelgi) i/lub były emocjonalnie opuszczone. Dzieci te nie mogły wyrazić siebie, tego, co czują, stąd zamiast ekspresji następowała impresja a następnie implozja energii w ciele (dolegliwości bólowe). Po latach pojawiają się u tych osób bóle wielonarządowe. Z punktu widzenia nowej nauki zaliczyć je można do grupy zaburzeń psychoduchowych (nie-fizycznych), ponieważ psyche człowieka jest nieustannie bombardowana przez negatywne emocje, myśli i przekonania. Wywołuje to gromadzenie się złości, żalu, strachu, agresji, a w konsekwencji bólu / cierpienia. Za N. Selgridge chroniczne emocjonalne i fizyczne bóle są „wołaniem” o uwolnienie od tych obciążających je emocji²⁰.

Podsumowanie

Obserwacja zewnętrznego otoczenia każdej osoby jest obrazem „lustra” jaki kształtowany jest przez jej wewnętrzną rzeczywistość. Dziwi mocno w dzisiejszych czasach, że dorośli, nie radząc sobie z własnym światem, starają się „odreagować” na zewnątrz. Staje się ponadto groźnym, gdy tego rodzaju odreagowywanie dotyczy agresywnych zachowań wobec słabszych i do tego małych dzieci. Na co dzień jesteśmy świadkami wszędzie tego rodzaju działań.

Dominującym w przekazach słownych do dziecka jest nakaz, zakaz, ocena, opinia, a nie komunikat. Dziecko reaguje na niego reakcją obronną lub wprost przeciwnie – buntem, złością, a wewnątrz organizmu silnym

¹⁸ Chmielarczyk W. (2001). Słowo które leczy, Warszawa: Ignis.

¹⁹ Ferrucci P.(2007) .The power of kindness. The unexpected benefits of leading a compassionate life, New York: Jeremy Tarcher/Penguin.

²⁰ Selfridge N., Peterson, Integrative Medicine Clinic w Wisconsin-USA.

napięciem emocjonalnym i fizycznym ciała. Gdy tego rodzaju komunikaty powtarzają się często – dziecko odczuwa to jako reakcje bólowe, które musi „wyrazić” – czyli odreagować. Zaczynają się napady wściekłości, krzyków, tarzania się po podłodze, jako reakcja mięśni na „niewygodę” – ucisk, spięcie, zdenerwowanie. Gdy dorosły nasila własną agresję – jako odpowiedź pojawia się wzmożona reakcja dziecka, wchodząca w nawyk jego zachowań i pogłębianie się problemów emocjonalnych. To doprowadza do ekstremalnych zachowań dorosłych, krzywdzących dziecko, a w efekcie wojen w domu lub fizycznych obrażeń.

Stosowanie przemocy słownej, dla napięcia dziecka do czegoś, wymuszenia czegoś na nim, odbija się w przyszłości jego zachowaniem do rodziców lub autodestrukcją. Słowa wypowiedziane mogą pozostać jako „depozyt” w nim samym, powodując po latach konkretne dolegliwości bólowe, niezrozumiałe medycznie²¹. Takie emocje jak niepokój, złość, wściekłość, strach, fobie, poczucie winy, smutek, szeroko objawowa trauma, ograniczające przekonania czy fizyczny i psychiczny ból i cierpienie, mają wpływ na system elektryczny organizmu, zaburzając jego funkcje. Działają jak toksyny, zatruwające organizm. Jeśli nie zostały one wyrażone, kumulują się w ciele, wywołując stale wzrastające napięcia w sytuacjach „przypominających” – wyzwalających te same emocje²². Zarówno objawy, przekonania czy emocje są połączeniem z bólem istniejącym w ciele, który jest drogą do ich zrozumienia i uwolnienia. Likwidowanie objawów przez farmakologiczne leczenie usu-

wa z pola widzenia drogę do zasadniczej przyczyny, która leży głębiej („pod spodem”).

Według współczesnej nauki całe wychowanie jest „somatyczne”, oddziałujące najpierw na psychikę, a w konsekwencji na ciało i zdrowie, dając tego konsekwencje na harmonijny lub niezrównoważony rozwój dziecka. Jest także przyczyną agresji i przemocy jako reakcji obronnej. Przemoc jest tylko odpowiedzią na zastosowaną siłową akcję.

Streszczenie

Artykuł prezentuje problemy związane z głębokim oddziaływaniem wychowania wykonywanego nieświadomie przez rodziców na rozwój indywidualnego dziecka, jego problemy zdrowia jak również społeczne problemy wynikające z niezrozumienia wzorców swych zachowań, transmitowanych pokoleniowo. Skłania do głębokiej refleksji nad koniecznością wprowadzenia powszechnej edukacji rodziców, aby potem nie trzeba było terapii dla nich samych jak i kolejnego pokolenia

Słowa kluczowe: Świadome rodzicielstwo; nieświadome wzorce zachowań; edukacja emocjonalna; pokoleniowe wzorce; powszechna edukacja rodziców

Summary

The article presents the deep impact of unaware raising children on the development of the individual child, his health problems as well as social problems arising from misunderstanding of parents' behavior patterns, trans-generational transmitted. This leads to

²¹ Białek E.D. (2011). Psychosomatyczne, emocjonalne i duchowe aspekty chorób ze stresu, Warszawa: Instytut Psychosyntezy.

²² Sarno J.E. M.D (1999). The mindbody prescription. Healing the body, healing the pain, Warner Books New York.

a profound reflection on the necessity of the introduction of universal education for parents avoiding therapy for themselves and the next generations.

Key words: Conscious parenthood; unconscious behavior patterns; emotional education, generational patterns; universal parent education

Dr Ewa D. Białek
Instytut Psychosyntezy.
Centrum Zrównoważonego
Rozwoju Człowieka

Ul. R. Maciejewskiego 1 m 51
03-187 Warszawa
Tel. 22 676 52 06
instytut@psychosynteza.pl

Bibliografia

- Assagioli R. (1965). *Psychosynthesis*. New York: Harper Collins.
- Assagioli R. (1985). *The conflict between the generations and the psychosynthesis of the human ages*. California: Psychosynthesis International
- Banach G., Dominik M. (1985). *Psychiatryczne następstwa obozów hitlerowskich w drugim pokoleniu byłych więźniów*. *Przegląd Lekarski* 1, 29-34.
- Białek E. (2011). *Psychosomatyczne, emocjonalne i duchowe aspekty chorób ze stresu*. Warszawa: Instytut Psychosyntezy.
- Białek E.D. (2013). *Słowo jako energia. Psychoenergetyka słowa (2003)*, Warszawa: Instytut Psychosyntezy.
- Białek E.D. (2011). *Psychosomatyczne, emocjonalne i duchowe aspekty chorób ze stresu*. Warszawa: Instytut Psychosyntezy.
- Capra, F. (1996). *The Web of life*. London: Harper Collins Publishers.
- Chmielarczyk W. (2001). *Słowo które leczy*. Warszawa: Ignis.
- Danieli Y. (1985). *Odległe następstwa prześladowań hitlerowskich w rodzinach ocalałych ofiar*. *Przegląd Lekarski* 1: 34-41
- Ferrucci P.(2007). *The power of kindness. The unexpected benefits of leading a compassionate life*. New York: Jeremy Tarcher/Penguin
- Kempisty, C., Frejta S. (1976). *Wstępne wyniki badań lekarskich byłych więźniów obozu dla dzieci i młodzieży w Łodzi (Vorläufige Ergebnisse ärztlicher Untersuchungen an ehemaligen Häftlingen des Kinder- und Jugendlagers in Lodz)*. [w:] *Biuletyn Głównej Komisji Badania Zbrodni Hitlerowskich w Polsce*, Bd. 23
- Kępiński A. (1970). *Tzw. KZ-syndrom. Próba syntezy*. *Przegląd Lekarski*, 1, 18-23.
- Miller A. (1999) *Zniewolone dzieciństwo: ukryte źródła tyranii*. Poznań: Media Rodzina of Poznań.
- Miller A. (1991). *Cena wyparcia urazów dzieciństwa*, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Ryn Z. *The Victims of Nazi and Communist Persecution in Poland*. (odbitka od Autora).
- Rueffler M. (2001). *Through the heart of the soul. The New Awareness, Clarity*
- Руффлер М. (1998). *Игры внутри нас*, Москва: Издательство Института

Психотерапии.

18. Sarno J.E. M.D (1999). The mindbody prescription. Healing the body, healing the pain. New York: Warner Books.
19. Selfridge N. Peterson (2012). Freedom from Fibromyalgia. [w] .Integrative Medicine. Third Edition. Philadelphia: Elsevier Saunders.
20. Wilber K. (1997). Eksplozja świadomości. Kraków: Abraxas.