

Metoda konstruktywnej konfrontacji - jako sposób radzenia sobie z trudnymi zachowaniami dzieci

*„Nie jest możliwe zrozumienie osoby
bez rozpoznania przyczyny jej
zachowania”*

Rudolf Dreikurs

Walka o status i o władzę to zjawiska, które towarzyszą nam na co dzień. **Konfrontacja jest nieodłączną częścią naszego życia.** Zjawisko konfrontacji występuje we wszystkich środowiskach: w szkole i w klasie, w polityce, w biznesie, w sporcie a zatem również - w rodzinie.

Konfrontacja może pojawić się w wielu sytuacjach dnia codziennego, chociażby w sytuacji gdy rodzic próbuje wyegzekwować określone zachowania u swojego dziecka... a ono próbuje przejąć kontrolę nad sytuacją a tym samym przejąć władzę. W związku z tym dorosły musi być w stanie konfrontować się z dzieckiem w taki sposób, by **zminimalizować postawy negatywne i pozostawić dziecko w takim stanie by nadal obdarzało go szacunkiem.** **Jeśli nie zadbamy o to pojawi się agresja,** która zniszczy relację dziecka z dorosłym i szansę na porozumienie.

Konstruktywna konfrontacja jest strategią radzenia sobie ze złymi zachowaniami dzieci, która umożliwi dorosłemu rozwiązanie sytuacji **bez uciekania się to metod autorytarnych czy środków przymusu.**

Strategia ta, prawidłowo stosowana, może okazać się bardzo efektywnym sposobem radzenia sobie z dzieckiem tak, by dorosły uzyskiwał to, czego chce, jednocześnie zachowując poczucie godności wszystkich stron zaangażowanych w interakcję.

Docenienie subtelności tej strategii i opanowanie jej wymaga czasu i praktyki. Mechanizmy tej umiejętności są łatwe do zrozumienia. Jednak im dłużej stosujemy ją, tym bardziej docenimy jej wartość i złożoność. Wymaga ona od osoby dorosłej dostrojenia się zarówno do swoich własnych uczuć jak i do uczuć dzieci. Żadnego z tych wymogów nie można traktować jako rzecz oczywistą.

Wymaga to również tego, byśmy angażując się w konflikt, robili to będąc otwarci na możliwy wynik:

- **byśmy akceptowali to, że dzieci mają pomysły i uczucia, które należy szanować i wysłuchać,**
- **oraz, że mają oni pewien wpływ na wynik konfliktu.**

Metoda wymaga to od osoby dorosłej wyjścia poza model nagroda/kara, który lekceważy osobę ucznia i traktuje go przedmiotowo a nie podmiotowo.

Proponowana strategia ma służyć dorosłym, jako inny sposób radzenia sobie z niewłaściwym zachowaniem dzieci, jako uzupełnienie innych metod wychowawczych, stosowanych w danym środowisku.

Metoda składa się z kilku kroków, których nie należy pomijać. Są to:

Krok 1

Stwierdzenie faktów

Rozmowę rozpoczynamy od **stwierdzenia faktu, bez oceniania i bez emocji**. Osiągamy przez to **rozdzielenie osoby dziecka, której należy się szacunek i sprawiedliwe traktowanie w każdej sytuacji od jego zachowania**, które w danej chwili **może okazać się naganne**.

Można powiedzieć: „Marcin, właśnie teraz powiedziałeś, że...” albo: „Tomku, rzuciłeś ten papier.” Ważne jest to, by to stwierdzenie opisywało czysty, obiektywny fakt, tak jak zarejestrowałaby to wydarzenie kamera video.

Łatwo jest źle wykonać krok 1. **Stwierdzenie faktu musi być wyrażone w taki sposób, by nie można było mu zaprzeczyć**. Na tym etapie szukanie winnych i osądzanie nie jest pomocne. Krok 1 ma pozwolić dorosłemu i dziecku zgodzić się co do tego, co zaszło. To **uniknąć złapania się w pułapkę zmieszania, zachowań defensywnych i zaprzeczania, które zwykle mają niewielki związek z całym wydarzeniem**.

Troska i wrażliwość, jest cechą szczególną pierwszego kroku tego, co nazywamy konstruktywną konfrontacją. Jest to ważne, ponieważ maksymalizuje nasze szanse uzyskania optymalnego rezultatu.

Krok 2

Co czuję??

Na tym **etapie informujemy dziecko co czujemy** w związku z zachowaniem, którego się dopuściło. **Szczerze, otwarcie ale bez oceniania!**

Jeśli potrafimy powiedzieć „Jasiu, stukasz długopisem w stół i ja zaczynam czuć zdenerwowanie” mamy większe szanse na nawiązanie głębokiego kontaktu z dzieckiem niż, gdy zaczniemy w ten sposób: „Jasiu, czy ciebie w ogóle nie obchodzą inni ludzie?”

Wielu dorosłych obawia się, że pozbawiają się swojej siły, jeśli dzielą się swoimi uczuciami z dziećmi. Czują, że ten rodzaj odsłonięcia się spowoduje umniejszenie ich autorytetu. Na ironię - dzieje się odwrotnie.

Wyjawienie swoich uczuć może być trudne, ponieważ nie jest łatwo precyzyjnie wyrazić to, co czujemy w danej chwili.

Uczucia takie jak **irytacja, rozdrażnienie, gniew, wściekłość, są uczuciami „wtórnymi”**. Bardzo często są reakcją na bardziej „pierwotne” uczucia takie jak frustracja, smutek, niepokój, wyczerpanie, lęk, zawstydzienie. Gdy ludzie dzielą się uczuciami pierwotnymi, to stają się sobie bliżsi ponieważ nawiązują wspólną więź, w nawet najbardziej

nieprawdopodobnych okolicznościach. Z drugiej strony, **uczucia wtórne dzielą nas i wszczynają konflikty. Sugerują element obwiniania i mogą przyczynić się do nasilenia zachowań obronnych i oporu u dzieci.**

Gdy konfrontujemy się z drugą osobą, podzielenie się jakimkolwiek uczuciem będzie miało skutek „humanizacji”, zwłaszcza w połączeniu z tą techniką.

Krok 3

Dlaczego tak się czuję?

Na tym etapie chodzi o to aby **pokazać dziecku jaki jest namacalny skutek jego zachowania** (w odniesieniu do dorosłego lub innych osób). Wskazujemy dziecku, **że jego działania mają negatywne konsekwencje, że jego zachowanie przynosi mu straty.**

(Konsekwencje zachowania – straty) (ja proponuję mówić o stratach jakie ponosi dziecko zachowując się agresywnie. Często można znaleźć wśród strat o różnym zasięgu takie na których dziecku zależy)

Na przykładzie wziętym ze szkoły: jeśli, uczeń rozmawia na lekcji i konfrontujemy się z nim na mocy określonej reguły, jest on mniej skłonny do współpracy niż w sytuacji gdybyśmy pokazali mu, nie obwiniając, jak negatywnie jego zachowanie wpływa na nas, w praktyczny sposób.

Namacalny skutek tego, że uczeń rozmawia, może być taki, że nauczyciel nie mógł się skoncentrować na trudnej pracy. Narzucanie dzieciom i młodzieży reguł szkolnych spotyka się z gwałtowną negacją, oburzeniem, protestem przeciwko sztywnemu komenderowaniu nimi.

Krok 4

Mamy problem.

Czwarty krok to **proste stwierdzenie, że „Mamy tutaj problem i musimy współpracować, żeby znaleźć rozwiązanie, na które wszyscy możemy się zgodzić.”**

Krok 5

Cisza.

Może być dla osoby dorosłej trudna do utrzymania, ale **pozwała dziecku wnieść coś w tym momencie do dyskusji, jeśli chce.** Być może dziecko będzie chciało wyładować swoje uczucia i dobrze jest pozwolić mu na to. Jednak dorosłemu nie wolno się rozproszyć, musi być skupiony na wspólnym celu, którym jest znalezienie rozwiązania dla wspólnego problemu.

Krok 6

Co możemy zrobić, by rozwiązać problem?

Ten ostatni krok **obejmuje wypracowanie, wraz z dzieckiem, rozwiązania problemu.** Mogą być nim przeprosiny i zadośćuczynienie za wyrządzoną krzywdę. Może to być określenie, czego wszyscy potrzebują. Pozwalamy dziecku aby zaproponowało rozwiązanie od siebie (daje to szansę na podmiotowe traktowanie jego osoby i zaznaczenie, że propozycja stanowi ważną podstawę do rozwiązywania trudnych sytuacji w przyszłości.

Dorosły powinien powstrzymać się przed mówieniem dziecku, co trzeba zrobić.

Jest lepiej jeśli to dziecko zasugeruje jak rozwiązać problem tak, by wszyscy byli usatysfakcjonowani. Może potrzebować pomocy, by zdać sobie sprawę ze skali problemu, który spowodował i wysiłków, które będzie musiał podjąć, by to naprawić.

Negocjując z dzieckiem, dorosły nie powinien godzić się na półśrodki czy akceptować pierwszej propozycji, którą padnie. Zdanie: „Nie byłbym tym całkowicie usatysfakcjonowany” okaże się pomocne, jeśli na przykład dorosły chce by dziecko zrobiło coś więcej niż tylko przeprosiło za swoje zachowanie...

W gruncie rzeczy przeprosiny mają niewielką wartość, o ile nie wychodzą spontanicznie od dziecka, które ma całkowitą jasność jakie spowodowało trudności i które bierze za nie odpowiedzialność.

W szkole, z uczniami, którzy łamią szkolne czy klasowe zasady trzeba konfrontować się regularnie, w oparciu o to, że naruszają prawa innych. **Konfrontacja musi uczyć innych sposobów zachowywania się, które zaspokoją ich potrzeby.**

Jest to czasochłonne, ale chcąc uzyskać pożądane zmiany w zachowaniu dzieci sprawiających problemy wychowawcze, agresywnych, skłonnych do manipulacji, kłamstwa i „odbierania” dorosłym „władzy” warte wysiłku i zainwestowanego czasu, pomocne w przebudowie relacji, bądź utrzymaniu konstruktywnej relacji.

Konstruktywna konfrontacja jest subtelną techniką, która wymaga praktyki. W tej technice łatwo zbłądzić, zwłaszcza w Kroku 1, nadając swojej wypowiedzi ton osądu. Od początku do końca, cała postawa dorosłego musi być silna, pozostając jednocześnie uważna i elastyczna, a **nie używana na zimno jako narzędzie manipulacji**, bo wtedy może okazać się nieskuteczna.

Metoda nie zadziała we wrogiej atmosferze, gdzie pomiędzy dorosłym a dzieckiem występuje relacja wrogości.

Z doświadczeń jednak wynika, że jest to przydatna metoda w pracy z dziećmi przejawiającymi trudne zachowania, **przeciągania ich na swoją stronę, bez środków przymusu, które nieuchronnie prowadzą do większych problemów dla wszystkich osób zaangażowanych.**

Konstruktywna konfrontacja jest zatem:

— dążeniem do przyjrzenia się sobie po to aby relacja z drugą osobą była głębsza i silniejsza;

— pomocą w zmianie zachowań niepożądanych na bardziej owocne albo mniej szkodliwe;
(jest propozycją albo prośbą o zmianę zachowania, skierowaną do danej osoby);

Konfrontacji powinna towarzyszyć empatia, czyli zrozumienie spraw, uczuć i sytuacji drugiej osoby. Dla konfrontacji ważny jest odpowiedni czas – trzeba wybrać taki moment, w którym dana osoba będzie otwarta na słuchanie i nie przyjmie postawy obronnej. Musi mieć odniesienie do aktualnej sytuacji, w której osoby biorą udział, nie zaś do dawnych wydarzeń. Nie może się pojawić nieoczekiwanie. Musi być autentyczna – osoba stosująca konfrontację powinna umieć okazać szczerą i prawdziwą zainteresowanie dobrem drugiej osoby.

Rozmawiając w taki sposób z dziećmi uczymy je, że one same mogą także stosować tę metodę w kontaktach z innymi osobami, także z nami – dorosłymi!

Literatura:

1. Sean O'Flynn and Harry Kennedy: "Konflikt i konfrontacja w klasie szkolnej";
2. Materiały szkoleniowe, opracowane przez Centrum Metodyczne Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej, organizowane w ramach rządowego programu „Bezpieczna i Przyjazna Szkoła”, Warszawa, 2008;
3. “Jak sobie radzić z trudnymi zachowaniami uczniów?”, Joanna Szymańska, CMPPP, Warszawa, 2008.