

Mechanizmy przystosowawcze

Gdy dziecko doznaje przemocy w rodzinie uruchamia zwykle szereg strategii zaradczych służących przetrwaniu w niebezpiecznej dla niego sytuacji. Najpierw stara się ukrywać swoje doświadczenie, co jest zadaniem trudnym a wręcz niemożliwym (nie da się sprawić, że coś, co się dzieje nagle i bezpowrotnie zniknie łącznie z pozostawionymi po sobie śladami). Jako konsekwencja takiego "naginania rzeczywistości" pojawia się poczucie winy, wstyd, lęk, a często gdy ukrywanie jest wymuszone i nagradzane towarzyszy mu ambiwalencja do sprawcy: miłość i nienawiść, lęk i dążenie do kontaktu. Ta sama, ważna przecież, osoba sprawia jednocześnie ból i przyjemność. Jak więc jest naprawdę" - pyta siebie dziecko. Nie znajdując odpowiedzi, ani możliwości zmiany swego losu (ta możliwość leży głównie po stronie osoby stosującej przemoc jako osoby silniejszej) popada w bezradność - jeden z najtrudniejszych do zniesienia przez człowieka stanów.

Bezradność, rozumiana jako stan pustki, zawieszenia, niemocy wypełniana jest z czasem uruchamiającą bolesne, lecz umożliwiające przeżycie mechanizmy obronne próbą przystosowania. "Tak ma być" myśli dziecko, dopóki nie nabierze sił (często towarzyszy temu tzw. "okres buntu i niepokoju" związany z dorastaniem), by łamiąc dawne przyzwyczajenia i obrony zdobyć się na protest. Jeżeli przemoc w stanie niezmiennym trwa nadal a dziecko nie otrzyma skutecznej pomocy z zewnątrz może w tym czasie dojść nawet do samobójstwa. Jeśli tak się nie stanie jedyne, co pozostaje to jakaś forma ucieczki, niestety często związana z przekładającym się na przyszłe życie uczuciem porażki.

Jakie są powody, dla których dzieci doświadczające przemocy dalej w niej pozostają"

Przecież, kiedy komuś jest źle, to robi coś, co umożliwi mu zmianę przykrego stanu rzeczy. Jedną z przyczyn jest fakt, że pojawieniu się przemocy towarzyszy zawsze wyraźna asymetria sił " osoba stosująca przemoc jest silniejsza od dziecka. Przewagę może dawać siła fizyczna, pozycja społeczna, posiadane prawa, pełniona funkcja, sytuacja finansowa i mnóstwo innych czynników. Asymetria sił powoduje, że osoba stosująca przemoc i osoba doznająca przemocy mogą tkwić w swoich rolach przez wiele lat. Jest też tym, co odróżnia przemoc od zachowań agresywnych. Gdy dwie dorosłe osoby albo dzieci pokłóć się, czy nawet naubliżają sobie (zakładając, że dysponują taką samą siłą), ich zachowanie można nazwać agresywnym.

Prawdopodobnie obie strony konfliktu odczuwają ból. Zadają go jednak sobie nawzajem, a zatem mogą się przed nim skutecznie bronić. Z doświadczenia wiemy jednak, że opisywana sytuacja, jeśli zamiast do rozwiązania konfliktu dojdzie do jego eskalacji, trwa dość krótko - do czasu, aż jedna z osób nie zdobędzie znaczącej przewagi. Wtedy zaczyna się przemoc. Silniejszy zaspokaja swoje potrzeby kosztem słabszego.

W relacji dorosły - dziecko przewaga niemal zawsze jest po stronie tego pierwszego. Dorośli są silniejsi fizycznie, przysługują im więcej praw i dysponują większym doświadczeniem życiowym.

W relacji rodzic - dziecko dochodzi do tego jeszcze kilka istotnych czynników wynikających z dwóch faktów. Pierwszy to prawna możliwość podejmowania przez dorosłego ważnych decyzji za dziecko. Drugi zaś to olbrzymi wpływ interpersonalny rodzica na tworzącą się osobowość młodego człowieka. Asymetrię sił pogłębia dodatkowo powszechna wśród osób stosujących przemoc skłonność do przerzucania odpowiedzialności za swoje zachowanie na osobę doznającą przemocy.

Odwołując się do przytoczonego wyżej przykładu ojca bijącego dziecko, można zamknąć to w słowach: "To twoja wina", "Gdybyś uczył się lepiej, nie musiałbym tego robić", "Gdybyś tylko mnie nie prowokował...", "Gdybyś zrobił to, o co cię proszę". Czasem postawa taka jest świadoma i wyrachowana. Czasem wynika z autentycznej wiary osoby stosującej przemoc w to, że to dziecko jest winne. Gdy taka sytuacja trwa wystarczająco długo lub powtarza się regularnie, osoba doznająca przemocy (dziecko) zaczyna wierzyć, że to ona jest naprawdę winna temu, co ją spotyka. Zwłaszcza, gdy słyszy to z ust rodzica. Przestaje się bronić. "To normalne" - myśli. Zachowania takie mogą zacząć się powtarzać również poza środowiskiem rodzinnym, w sytuacjach konfliktowych, w relacjach z innymi ludźmi. Zmienia się jedynie rola. Ponieważ spostrzeżenia wyniesione z domu mówią, że silniejszy ma zawsze rację i lepiej być bijącym niż bitym. Dziecko, kiedy tylko może, korzysta z tej nauki. Takie zachowanie wywołuje złość u nowo poznanych ludzi: "Z nim można tylko krzykiem", "On jest zawsze tam, gdzie dzieje się coś złego", "Jak jej nie przestawisz, to się nie ruszy". Złość budzi agresję. Agresja prowadzi do przemocy.

Doświadczenie człowieka, który dopiero uczy się świata, rozszerza się i zatacza coraz szersze kręgi. Cierpieniu osoby doznającej przemocy towarzyszy cierpienie świadków przemocy - oni również są bezradni: "Co zrobić?", "Po czyjej stronie?". Na wojnie nie ma miejsca dla niezaangażowanych. Między okopami kule lecą z obu kierunków. "Jesteś z nami czy przeciwko nam?" - pytają strony sporu.

W najtrudniejszej sytuacji znajdują się dzieci, których skłóceni rodzice zdają się mówić słowami lub czynami: "W naszej rodzinie nie ma miejsca na odrębne, niezależne poglądy i zachowania. Nie może być zarówno tak, jak i tak. Może być jedynie albo po mojej, albo po jego/jej myśli. Wybieraj". To bardzo smutny wybór, bo koalicja z jedną ze stron oznacza opowiedzenie się przeciwko drugiej. Dla dziecka oznacza to w pewnym sensie rezygnację z części własnej tożsamości.

W dłuższej perspektywie cierpią również same osoby stosujące przemoc. Jeśli poniosą konsekwencje społeczne swoich czynów, cierpią z ich powodu, jeśli nie - za sprawą samotności, strachu czy złości.

Ból to kolejny sygnał alarmujący, że mamy do czynienia z przemocą. Co robią ludzie doświadczający bólu? Najczęściej starają się go uniknąć. Jak można tego dokonać? Strategii zaradczych jest tak wiele, jak wiele jest sytuacji i ludzi w nich uczestniczących. Niektóre z nich, głównie z racji nieczytelności dla osób postronnych, nie spełniają swojej funkcji - zapewnienia długotrwałego spokoju i poczucia bezpieczeństwa. Z czasem owe metody mogą również zlewać się z potrzebami, które mają zaspokajać i niejako je zakrywać (strategia jest jedynie sposobem na osiągnięcie celu, narzędziem, które można zmienić, jeśli nie spełnia swojego zadania - nie jest natomiast celem samym w sobie).

Część dzieci wybiera drogę, którą można nazwać znieczuleniem. Ludzie, którzy stosują ten sposób radzenia sobie z sytuacją niemożności uniknięcia przykrego doświadczenia, sprawiają wrażenie żyjących gdzieś obok. Mają często kłopoty z koncentracją uwagi, z przyswojeniem materiału szkolnego. To cena, jaką płacą za to, żeby mniej bolało.

Niektóre dzieci bardzo sztywno trzymają się ustalonych ról również w życiu szkolnym. Najczęściej są to role kozła ofiarnego ("to wszystko przez niego") i niewidzialnego dziecka ("jakby go nie było") - znane z licznych typologii człowieka wychowującego się w rodzinie przeżywającej trudności w zapewnianiu swoim członkom warunków do zaspokajania ważnych potrzeb (w tym rozwojowych). Role te proponują proste, "bezpieczne", łatwo powtarzalne schematy reagowania w sytuacjach trudnych. W dużym uproszczeniu można je porównać do zaobserwowanych - także w domu - ról ofiary i sprawcy. Dziecko skupia się na sile jako ważnym czynniku kształtującym relacje z innymi i z samym sobą. Takie zachowanie często jest źródłem kłopotów w kontaktach z ludźmi i wywołuje u niego reakcje destrukcyjne oraz autodestrukcyjne.

Niektóre dzieci, szczególnie młodsze, cierpią na niewytłumaczalne z medycznego punktu widzenia dolegliwości natury psychosomatycznej, takie jak bóle brzucha, głowy i pleców czy moczenia. Rozumieć je można między innymi jako najskuteczniejsze dopuszczalne w rodzinie sposoby wyrażania emocji. Redukują one nagromadzone w ciele napięcia powstałe w wyniku nierealnych, często sprzecznych oczekiwań rodziców lub dziecka wobec siebie. Czasem dzięki tego rodzaju zachowaniom dziecko zyskuje poczucie, że znaczy w rodzinie więcej niż w rzeczywistości.

Gdy dziecko jest ofiarą przemocy seksualnej, może zachowywać się w sposób nieadekwatny do swojego wieku rozwojowego. Bywa pobudzone seksualnie, czasem odtwarza sceny, których było świadkiem lub uczestnikiem. Odgrywanie takich sytuacji jest dla niego jednym ze sposobów zrozumienia, przyswojenia i uporządkowania w świadomości tego, co się stało. Często również ma na celu sprawdzenie, co czują inni, gdy spotyka ich podobne doświadczenie.

Opracował Marcin Koczyk