

# Więzienie stacjonarne

Mija rok jak nasze dzieci zmuszone są do nauki stacjonarnej. Rok to naprawdę sporo czasu. Dzieci zostały odizolowane od kontaktu z rówieśnikami. Jedyna forma kontaktu to telefon, komputer i video czaty. Jak to wpływa na nasze dzieci? Żle!

Tyle było walki by nie siedziały przed komputerami, tyle rozmów, że to źle wpływa na organizm, kręgosłup, psychikę...

Niestety trzeba było odpuścić i teraz siedzą przed komputerem, tabletem i zdalnie się uczą. Nie oszukujmy się zdalna nauka nie jest do końca dobra. Weryfikacja tego co dzieci się wyuczyły, zakodowały jest na naprawdę niski poziomie. Myślę, że gdy to wszystko już wróci do normy to całość się zweryfikuje i wtedy będą dopiero problemy. Dzieci nie będą w stanie sobie poradzić z prostymi rzeczami. Teraz jest komputer a co będzie gdy nagle tego komputera nie będzie?

Dzieci siedzące same w domu mają kontakt tylko i wyłącznie online. Rodzice w pracy, dziecko w domu przed komputerem. Co z zajęciami WF? Słabo... Zimą dzieciaki siedziały całe dni w domu, teraz zrobiło się już wiosennie to będą spędzały więcej czasu na zewnątrz. Pod warunkiem, że macie ogród, podwórko etc. A co z dzieciakami, które mieszkają w bloku? Przecież jest zakaz i nie wolno swobodnie się przemieszczać, grupować małych. Jaki jest to paradoks, że moja prawie sześciolatka córka może chodzić do przedszkola, uczestniczyć w zajęciach, nie nosi maseczki, biegają po przedszkolnym ogrodzie a druga jedenastoletnia siedzi sama w czterech ścianach.

Dało się już zauważyć frustrację jaka wybija się w Leny. Frustracja wynikająca z niezaspokojenia potrzeb powoduje napięcie i złość. Nie możemy mierzyć wszystkich dzieci jedną miarą. Każde dziecko jest inne. Może się okazać, że nagle z wesoły dzieciak zmienia się nie do poznania. Zaczyna się od

głupich odzywek a może się skończyć na wyładowaniu agresji na bliskich lub tak zwana autoagresja. Jedno i drugie jest dużym problemem emocjonalnym.

## **Autoagresja u dziecka**

Dzieci dorastają a wraz z nimi zmienia się gospodarka hormonalna. Gdy hormony zaczynają buzować to niektóre zachowania mogą być dla nich samych niezrozumiałe. Niektórzy z nas nie potrafią sobie z tymi zachowaniami poradzić. Rozmowy nie docierają. Dziecko nie rozumie tłumaczeń, nie potrafi wyrazić swoich emocji i nagle wybucha. Agresja rodzi agresje. Rodzic w podświadomości sobie uroił, że nie będzie mu "gówniak" pyskował. I dzieciak dostaje karę. Jedną, drugą, trzecią i zostaje zamykany w pokoju. "Do czasu aż nie zrozumie swojego postępowania" Ale czy jest to dobre rozwiązanie? Ponownie zamykamy i pozostawiamy je same sobie. Dom – dziecko – wirtualni koledzy – odosobnienie. Teraz Dom – dziecko – kara – samotność – odosobnienie.

Dziecko nagle czuje, że nic nie może. Co kobieta robi jak ma zły dzień? Dobrym rozwiązaniem jest spotkanie z psiapisótką na wino, kawę etc. No a nasze dzieciaki nie mogą tego zrobić. Gotuję się w środku jak ktoś pieprzy, że to tylko dzieci. Nie! One są tak samo człowiekiem jak Ty, ja. Źle kierowane będą popełniać takie same błędy jak my.

Dziecko odizolowane od swoich rówieśników, które nie potrafi sobie poradzić ze swoimi emocjami może mieć takie same zaburzenia psychiczne jak dorośli. A co jak tego w odpowiednim momencie nie wychwycisz? Może dojść do tragedii.

Odrzucone dziecko może dopuszczać się autoagresji. Może się samo okaleczać. Samookaleczenie jest atakiem i wyrazem nienawiści do swojego na ciało, które jest winne np. za odrzucenie.

Okaleczanie się, jest więc jest wyrażeniem rozpacz. Ból

duchowy psychiczny, przeżycia traumatyczne są tak silne, że dziecko, nie jest w stanie wyrazić tego, co czuje. Bezsilność, napięcie redukuje atakiem i agresją na innych ludzi, często na swoje własne ciało. Okaleczanie jest spowodowane próbą, zagłuszenia bólem fizycznym, zagnieżdżonego w dziecku bólu psychicznego.

Różnie dzieci potrafią reagować. Autodestrukcja czyli zaniedbywanie higieny osobistej, nie dbanie o wygląd, zachowanie. Najgorzej jak dziecko zaczyna krzywdzić siebie fizycznie. Wyrywanie włosów, nacinaniem skóry, przypalaniem, obgryzaniem paznokci do krwi, bicie się po głowie, kończynach. W pewnym momencie to nie wystarczy i może ono popełnić samobójstwo.

Często zagonieni rodzice nie są w stanie zauważyć, że coś się z dzieckiem dzieje. Brak rozmowy, brak przytulenia, nie zauważają, że dziecko samo się unicestwia. Potem nagle szok i pytania typu dlaczego? Przecież to takie dobre dziecko. Dobre ale samotne...

*Dzieci czują się porzucone, wściekłe i sfrustrowane. Takie dzieci nie są zdolne do uzewnętrznienia miłości i troski. Bo dzieci te pozbawione były sposobności do uczenia się, jak dodawać sobie otuchy, i łagodzić stany napięcia. Jako dorosłe osoby doświadczając mogą przytłaczających uczuć pustki, rozpacz i beznadziejności, nie będą umiały nazwać i zaspokoić potrzeb emocjonalnych własnych i cudzych. Glori Babikier i Lois Arnold, "Autoagresja mowa zranionego ciała"*

## **Socialmedia**

Wracając do zdalnej nauki, nie każdy rodzic jest alfą i omegą i nie potrafi pewnych szkolnych zagadnień dziecku wytłumaczyć. W takim momencie próbuje jakoś pomóc lub wykłada na to lachę i pozostawia dziecko same z tymi problemami. Próbuje zamaskować swoją niewiedzę i nie chce stracić w oczach dzieciaka lub ma

to po prostu "gdzieś". Muszę pisać ładnie po potem Wujek Google mi wysyła komunikaty, że moje treści zawierają wulgaryzmy. Lecz Wujek nie potrafi zrozumieć, że niektóre sprawy powinno się bez apelatywnie nazwać po imieniu i, że brakuje słów, które potrafią opisać daną sytuacją. Prawda?

Technologia zabija emocje, relacje międzyludzkie. Da się to zauważyć na każdym kroku. Media społecznościowe, przed którymi bronię moje dzieci prędzej czy później będą dla nich dostępne. I niestety nic na to nie poradzę ale na dzień dzisiejszy nie pozwalałam Lenie zakładać kont na FB czy IG. Obserwuję moich znajomych i niektóre dzieciaki w wieku 7-8 lat już buszowały po ryjbóku. Pytanie po co? Mam pytanie do takich rodziców w jaki sposób kontrolują treści jakie są wyświetlane właśnie na tym portalu społecznościowym? Jeżeli twierdzicie, że ich dzieci nie widzą agresji, przemocy etc to gratuluję takiej świadomości ☐

Ja jestem zdecydowanie na NIE! Mimo, że sam korzystam z FB prowadzę 9 stron biznesowych to widzę na profilu prywatnym co tu się odpi... Znowu słowo klucz! Zasada jest prosta, to co widzisz ty to to samo widzi Twoje dziecko. Ile razy bot zapraszał Cię do znajomych? Ile razy zaprosił Cię ktoś kogo nie znasz? Ile razy się udzielaliście na forum jakieś grupy? Pamiętajcie, że słowa budzą reakcje a jakie? Nikt Wam nigdy nie pocisnął? Nikt Wam nie ubliżył? Naprawdę SOCIALRODZICE nie widzą tego typu zagrożeń? Tyle pytań, a ile odpowiedzi...

Prawda jest taka, że to my sami wychowujemy małe roboty, które szukają wrażeń w sieci. Niekontrolowane same wyszukują dla siebie rozwiązań, które w skutkach mogą być tragiczne. Sporo by pisać. Sami wiecie po sobie, że na pytanie, którego nie znacie odpowiedzi szukacie w sieci. Takie mamy czasy i nie da się tego cofnąć.

Edukujcie swoje pociechy, kierujcie się dobrą drogą i uświadamiajcie, że nie wszystko w sieci jest dobrym rozwiązaniem. Rozmawiajcie twarzą w twarz jak by budować więzi

rodzinne, by tworzyć coś czego nie da się zerwać. Chyba nie chcecie by ktoś relacjonował w sieci Wasz pogrzeb co? Teraz może pojechałem ale taka myśl mi wpadła do głowy.

Dzisiaj jest piękna pogoda, pisząc ten tekst piję kawę i obserwuję jak moje pociechy rysują kredami po chodniku. Cieszę się, że mogę z nimi porozmawiać i nie wyobrażam sobie by to się kiedyś zmieniło. Bo boję się, że sam mogę wpaść w jakąś depresję, czuć się samotny, odrzucony, jak więzień odizolowany.

Weźcie dzieciaki na spacer, korzystajcie z pogody, rozmawiajcie i nie zapominajcie zawsze mówić najważniejszych słów w waszym życiu – Kocham Cię.

BP.