

Wydział Pedagogiki i Psychologii
Zakład Psychologii Ogólnej

BARBARA GAWDA

Problem konsekwencji według Thomasa Gordona

The Problem of Consistency According to Thomas Gordon

Thomas Gordon jest twórcą szkoły psychoterapeutycznej tzw. „wychowania bez porażek”. Zajmuje się problematyką rozwiązywania konfliktów interpersonalnych, prowadzi psychoterapię rodzinną. Jest autorem wielu książek poświęconych tej tematyce. Związany z uniwersytetem w Chicago, tam też uzyskał tytuł profesora w r. 1954. Jest przewodniczącym stowarzyszenia Effectiveness Training w Solana Beach, w którym propaguje swoją metodę. Filie jego szkoły funkcjonują w wielu stanach USA.

Teoria wychowania „bez porażek” nie odnosi się tylko i wyłącznie do relacji rodzice–dzieci. Jest bardziej ogólna, obejmuje wszelkie relacje międzyludzkie. Zdaniem Th. Gordona relacje rodzice–dzieci nie różnią się od innych, a przynajmniej nie powinny. Niestety większość rodziców uważa inaczej, tak jakby dzieci nie były pełnowartościowymi ludźmi, np. wobec dorosłych nie pozwalają sobie na uwagi krytyczne, które urażają ich godność, natomiast wobec dzieci na to sobie pozwalają.

UMIEJĘTNOŚĆ SŁUCHANIA

Koncepcja Th. Gordona jest owocem wieloletniej pracy terapeutycznej. Generalnie opiera się ona na modelu komunikacji. Jest on zdania, iż rozwikłanie wielu problemów komunikacji interpersonalnej to klucz do skuteczności w wychowaniu. Nie jest to sposób myślenia obcy w psychologii. Tego typu poglądy zostały wypracowane np. przez szkołę analizy transakcyjnej (Berne 1987) czy chociażby V. Satir, twórczynię jednej z koncepcji terapii rodzinnej. W pielęgn-

nowaniu stosunków międzyludzkich ogromną rolę odgrywa akceptacja. To ona pozwala na rozwijanie się, konstruktywne zmienianie, rozwiązywanie problemów, stawanie się psychicznie zdrowym, urzeczywistnianie swoich możliwości. Dlatego też jest szczególnie ważna w kontaktach rodzice–dzieci. Akceptację należy komunikować, przekazywać. Nie zgadza się Th. Gordon z powszechnym sposobem okazywania akceptacji, który polega na powiedzeniu dziecku tego, czego w nim się nie akceptuje. Najlepsze rezultaty wychowawcze uzyskują z reguły ci rodzice, którzy posiadają zdolność komunikowania akceptacji. Istnieje szereg sposobów jej okazywania. Modyfikacja porozumiewania się, prowadząca do rozwiązania wielu problemów, polega po prostu na ich aktywnym słuchaniu. Pogląd, iż ludzie nie potrafią we właściwy sposób słuchać, również jest szeroko analizowany w psychologii. Wielu zgadza się z twierdzeniem Th. Gordona, iż „rodzice muszą się nauczyć przestać przemawiać do dzieci, lecz zacząć słuchać tego, co mówią”. Wynika to z braku umiejętności rozróżniania: mówienia i słuchania. Gordon analizuje szczegółowo techniki słuchania, takie jak: milczenie (słuchanie bierne), zaakcentowanie uwagi, „otwieracze” i zachęty (np: interesuje mnie, co o tym myślisz?) oraz słuchanie aktywne. Niewtrącanie się, pozostawienie dziecka w spokoju, samego sobie, tak aby mogło np. budować to, co chce i jak chce, czasami bywa doskonałym wyrazem akceptacji rodzica. Podobnie słuchanie bierne może być odzwierciedleniem akceptacji rodzica. Bywają sytuacje, gdy dziecko nie oczekuje niczego więcej niż milczenia. Niemniej Gordon uważa, iż „nieskończenie skuteczniejsze” w procesie komunikacji jest czynne słuchanie niż milczenie czy „otwieracze” i zachęty. Ogólnie rzecz biorąc, polega ono na odzwierciedleniu lub obrazowaniu usłyszonej wypowiedzi. Wydaje się więc, iż słuchanie aktywne to nic innego, jak udzielanie informacji zwrotnych i stosowanie we właściwy sposób metakomunikacji. Problematyka ta nie jest obca psychologii. Czynne słuchanie ze względu na szereg swoich zalet jest bardzo ważną umiejętnością interpersonalną.

Th. Gordon uważa, iż aktywne słuchanie umożliwia ominięcie tzw. barykad rozmowy (np: rozkaz, groźba, ocena, perswazje, rady, wyrzuty, pochwały, ośmieszanie, interpretacje, pocieszanie, wypytywanie, kierowanie uwagi w inną stronę), które wyzwalają frustracje, poczucie niższości, lęk. Dzięki aktywnemu słuchaniu następuje wyrażanie uczuć, a więc rozładowanie napięć. W efekcie dzieci zaczynają także słuchać, wyzwala to zaufanie obustronne, wzrasta poczucie odpowiedzialności, akceptacja. Następuje radość w kontaktach rodzice–dzieci. Pozycja rodzica nie jest już autorytarna, ale przekształca się w egalitarną (Gordon 1994). W praktycznej nauce czynnego słuchania ważne jest, żeby rodzice przyjęli określoną postawę. Przede wszystkim muszą chcieć słuchać we właściwym czasie, kiedy pojawia się problem, być gotowym do zaakceptowania uczuć, mieć zaufanie do zdolności dziecka uporania się ze swoimi uczuciami, być świadomym, że uczucia są przemijające, a także traktować dziecko jako odrębnego człowieka.

KOMUNIKATY „TY” I KOMUNIKATY „JA”

Th. Gordon dość szeroko również analizuje tzw. komunikaty „ja” i komunikaty „ty”. W sytuacji gdy wypowiedź zawiera w sobie zaimek „ja”, odzwierciedla odczucia, przemyślenia, zaś gdy zawiera zaimek „ty”, jest z reguły rozkazem, poleceniem lub oceną. Oczywiście jest, iż lepsze efekty w porozumiewaniu odnoszą te osoby, które częściej posługują się komunikatami „ja”. W literaturze przedmiotu problematyka informacji zwrotnych, ich cech i znaczenia jest szeroko opisana (np.: Grzesiuk, Trzebińska 1978, Grzesiuk 1979). Na uznanie zasługuje fakt, że Th. Gordon udziela szeregu praktycznych wskazówek, jak nauczyć się aktywnego słuchania, jak reagować, gdy dzieci nie chcą słuchać itp. Umiejętność wprowadzania w życie wypowiedzi „ja” jest równie trudna jak umiejętność aktywnego słuchania. Zasadnicze trudności polegają na tym, że:

- bywa, iż wypowiedź „ja” w istocie jest zamaskowaną wypowiedzią „ty”,
- akcentuje się ujemne odczucia w wypowiedziach „ja”,
- minimalizuje się natężenie wyrażanych emocji,
- nadużywa się stosowania tych wypowiedzi bez względu na sytuację.

Generalnie wypowiedzi typu „ja” polepszają komunikację, zmniejszają dystans między osobami, powodują otwieranie się, nawiązanie głębszego kontaktu, wyrażają akceptację.

ZASADA „POSIADANIA PROBLEMU”

Z aktywnym słuchaniem wiąże się ponadto tzw. zasada „posiadania problemu”. Polega ona na precyzowaniu, do kogo należy dany problem. Gdy dziecko jest np. nieszczęśliwe i nie ma się z kim bawić, to problem dziecka wchodzący w zakres jego przeżyć. „Nie ma nic wspólnego z przeżyciami rodziców”. Gordon proponuje pozostawić problem do rozwiązania tym osobom, do których należy. W sytuacji gdy jednak dziecko potrzebuje naprawdę pomocy, sugeruje on stosowanie tzw. technik pomocniczych. Natomiast kiedy problem dotyczy zarówno rodzica, jak i dziecka należy stosować tzw. techniki konfrontacyjne. Rozwiązanie problemów może również być dokonane poprzez zmianę otoczenia. Zachowanie dziecka można zmienić zmieniając otoczenie. Tutaj Gordon proponuje np: wzbogacanie otoczenia, ograniczanie przestrzeni życiowej dziecka, uczynienie otoczenia bardziej bezpiecznym dla dziecka, zastąpienie jednego zajęcia innym, przygotowanie dziecka do zmian w otoczeniu, robienie planów ze starszymi dziećmi.

PARTNERSTWO

Th. Gordon identyfikuje się z nurtem humanistycznym w psychologii. Kredo szkoły „wychowania bez porażek” brzmi:

Naszą więź opiera się na zdrowym fundamencie. Każdy z nas może się rozwijać zgodnie z własnymi możliwościami bez umniejszania wzajemnych uczuć szacunku i miłości, bez narażania na szwank przyjaźni i pokoju.

Twierdzi on, iż wszelkie konflikty winny być tak rozwiązane, aby nikt nie czuł się pokonany. Autorytet w rozumieniu człowieka sprawującego kontrolę za pomocą systemu wzmocnień nie ma racji bytu w tej koncepcji. Th. Gordon mówi, iż „nikt nie czuje się dobrze, gdy jest poddany przymusowi”. Z taką opinią można byłoby polemizować. Istnieją bowiem osoby, które lepiej się czują w sytuacji poddanego. Są to jednak przypadki ekstremalne.

Rodzice, stosując przymus, nie rozwiązują konstruktywnie problemów. Gordon twierdzi, że „jest paradoksem, że rodzice tracą wpływ przez używanie swej władzy, a przez zrezygnowanie z tej władzy lub wzbranianie się przed jej użyciem zyskują więcej wpływu na swoje dzieci” (Gordon 1991, s. 182). Opowiada się on za autorytetem rodzica, który oddziałuje na dzieci poprzez swoją wiedzę, kompetencje, nie stosuje zaś przymusu. Nie jest to forma ustępliwości, ale forma partnerstwa, która prowadzi do wzajemnej akceptacji. Proponuje zaprzestanie myślenia w kategoriach zwycięstwo–porażka w odniesieniu do wychowania. Wydaje się, iż jest to znana w psychologii krytyka autokratycznego stylu wychowania na rzecz demokratycznego (np.: Przetacznik-Gierkowska, Makiello-Jarża 1992). Ważne jednakże jest to, iż Gordon akcentuje aspekt praktyczny. Dość przekonująco brzmią liczne porady, np.: Jak stać się doradcą? Jak być przykładem?

Metoda „bez porażek” to lansowanie partnerskiego sposobu rozwiązywania problemów i komunikowania się. Z obserwacji Th. Gordona wynika, iż rozwija ona sprawność myślenia u dzieci, w relacjach rodzice–dzieci jest wówczas mniej wrogości, a więcej miłości, nie wymaga ona stosowania siły ani też wielu wzmocnień czy przekonywania, dociera do istoty problemu, powoduje traktowanie dzieci jak dorosłych partnerów, ma wpływ terapeutyczny. Posiada więc ogromne zalety.

ZASADA NIEKONSEKWENCJI

O ile omówione wcześniej elementy koncepcji Th. Gordona były przyjmowane przez opinię publiczną, prasę czy grono naukowców dość spokojnie, o tyle tzw. „zasada niekonsekwencji” wywołała burzę. Wzbudziła najwięcej kontrowersji, ponieważ brzmi, jakby była w opozycji do tradycyjnej myśli psychologicznej. Generalnie nie oznacza ona, iż należy być niekonsekwentnym w stosunku do dzieci, ale że po prostu pewna niekonsekwencja jest dopuszczalna. Nie stanowi ona bardzo ciężkiego przewinienia rodzica, nie jest błędem wychowawczym (Gordon 1991, 1994).

W psychologii panuje przekonanie, że rodzice czy wychowawcy powinni być konsekwentni. Wychowanie niekonsekwentne ma wspólne cechy z wychowaniem okazjonalnym. Kiedy rodzice nie stosują jednolitego systemu wymagań, mamy wówczas do czynienia z takim właśnie wychowaniem – np. kiedy dziecko jest za to samo zachowanie raz chwalone, a innym razem karane. Niekonsekwencja powoduje poczucie krzywdy u dziecka, niechęć w stosunku do niesprawiedliwych rodziców (Przetacznik-Gierowska, Makiello-Jarża 1992). Wywołuje także zachwiane poczucie bezpieczeństwa, a w konsekwencji wzrost reakcji agresywnych w relacjach społecznych, zwłaszcza w stosunku do rówieśników (Czapów 1968).

Większość psychologów wychowania stwierdza, iż jednorodność oddziaływań obojga rodziców, konsekwencja w postępowaniu i nieforsowanie swoich zasad za cenę obniżenia autorytetu małżonka są kluczem do sukcesu wychowawczego. Tymczasem Th. Gordon (1991, 1994) twierdzi, iż poziom tolerancji u rodzica na zachowanie dziecka jest bardzo różny i zależy właściwie od trzech czynników samopoczucia rodzica, cech dziecka i otoczenia. W konsekwencji poziom akceptacji podlega stałym wahaniom, jako że wymienione czynniki są zmienne. Z tego też względu konsekwencja jest mało realna – próba osiągnięcia jej rodzi napięcia, konflikty, poczucie winy. Wskutek sprzężenia zwrotnego odbija się na jakości relacji rodzice–dzieci. Zasada tzw. „wspólnego frontu” rodziców w stosunku do dziecka jest przyczyną wielu sporów i nieporozumień między rodzicami, a także wywołuje u nich poczucie winy i gniew. Konflikty takie bywają groźne dla więzi małżeńskiej, dlatego też Gordon uważa, że w celu ich uniknięcia należy pozwolić „każdemu z rodziców na własny sposób reagowania na zachowanie dziecka”. Niekonsekwencja wydaje się więc czymś naturalnym. W sytuacji tzw. autorytarnego stylu wychowania konsekwencja jest niezbędna. Wydaje się, iż użycie władzy jest bardziej szkodliwe, jeżeli jest jednocześnie niekonsekwentne. Daje to dziecku lepszą orientację, które zachowanie jest karane, a które nagradzane. Wiele eksperymentów naukowych wskazuje na negatywne działanie niekonsekwencji przy stosowaniu nagród i kar, czego konsekwencją często bywa znerwicowanie.

Z faktu, iż konsekwencja totalna w wychowaniu jest mało realna, nie należy wyprowadzać wniosku, iż nie jest potrzebna. Generalnie pewien stopień niekonsekwencji nie jest błędem wychowawczym, o ile dziecko jest szanowane, kochane i uważane za partnera. Wówczas owa doza niekonsekwencji jest jak gdyby kompensowana w inny sposób. W istocie więc Gordon uważa, że prawidłowe jest wychowanie konsekwentne, i nie są to poglądy w żadnej mierze opozycyjne w stosunku do tradycyjnych. Natomiast poszukuje jakby usprawiedliwienia dla tego, co jest nieuniknione, tj. dla pewnej dozy niekonsekwencji.

Według koncepcji Th. Gordona umiejętność aktywnego słuchania, partnerski sposób komunikowania, respektowanie dziecka, stosowanie zasady „posiadania problemu” oraz szacunek i wzajemna akceptacja kompensują doskonałe

pewną dozę niekonsekwencji w wychowaniu. Koncepcja owa akcentuje szereg zagadnień z zakresu komunikacji interpersonalnej, znanych doskonale w psychologii, np: problematykę informacji zwrotnych, metakomunikacji, partnerskiego czy autorytarnego stylu. Posiada ona ogromne walory – przede wszystkim z punktu widzenia praktyki. Drobiazgowe analizy, przykłady, wskazówki, wytyczają drogę postępowania w różnych sytuacjach. Zasada niekonsekwencji, brzmiąca najbardziej rewolucyjnie w całej koncepcji Th. Gordona, w istocie nie jest aż tak bardzo kontrowersyjna. Wynika ona z bardzo złożonych uwarunkowań zachowania człowieka, z potrzeby jego zrozumienia i akceptacji. Zwrócenie na te aspekty uwagi czyni koncepcję Gordona ogromnie wartościową.

BIBLIOGRAFIA

- Berne E., *W co grają ludzie? Psychologia stosunków międzyludzkich*, Warszawa 1987.
Czapów Cz., *Rodzina a wychowanie*, Warszawa 1968.
Gordon Th., *Wychowanie bez porażek*, Warszawa 1991.
Gordon Th., *Wychowanie bez porażek w praktyce*, Warszawa 1994.
Grzesiuk L., *Style komunikacji interpersonalnej*, Warszawa 1979.
Grzesiuk L., Trzebińska E., *Jak ludzie porozumiewają się?* Warszawa 1978.
Przetacznik-Gierowska, M. Makiello-Jarża G., *Psychologia rozwojowa i wychowawcza wieku dziecięcego*, Warszawa 1992.

SUMMARY

Th. Gordon's concept is based on the model of communication. Modification of the manner of communicating will bring about better educational effects. It consists in respecting the child and his needs, using active listening and applying the principle of "problem possession" as well as solving the problems in partnership. A revolutionary principle of inconsistency does not actually mean inconsistent bringing up but it means that a certain amount of inconsistency in parents' behaviour is not dangerous.