

Jacek Kielin¹

Relacje buduje się słuchając

Najczęstszym powodem zaburzeń zachowania osób z niepełnosprawnościami i w spektrum autyzmu jest doświadczenie bycia ignorowanym, nieusłyszanym i niedostrzeżonym. Oczywiście powodów zaburzeń zachowania może być bardzo wiele. Stają za nimi niezaspokojone ważne potrzeby. Zachowanie nieakceptowane społecznie jest sposobem sygnalizowania bólu i cierpienia, które dotyczą osobę zachowującą się w taki sposób. Zachowania trudne mogą mieć bardzo różne oblicza: niszczenie przedmiotów i pomieszczeń, lizanie butów, kiwanie się, rzucanie się na ziemię, krzyki, uderzanie i gryzienie siebie lub innych, rozbieranie się, wulgarne ataki słowne, nieprzestrzeganie i niedostosowanie się do obowiązujących zasad i norm. Moje doświadczenie mówi mi, że w ponad połowie przypadków jedyną przyczyną wywołującą tego typu zachowania jest totalne ignorowanie takich osób. Ludzkich potrzeb jest bardzo dużo. Jednak najczęściej pomijana w naszej kulturze wychowawczej jest potrzeba bycia zauważonym i usłyszanym. Brak odpowiedzi na te potrzeby, ich ignorowanie jest źródłem poczucia odizolowania i braku akceptacji w przestrzeni ludzkich relacji.

Ta teza może wydawać się zaskakująca. Osoby z niepełnosprawnościami i w spektrum autyzmu wyrastają przecież w większości w otoczeniu życzliwych im rodziców, opiekunów, wychowawców, nauczycieli i specjalistów, którzy zajmują się nimi na bardzo wiele sposobów. Organizują oni osobom z niepełnosprawnościami przestrzeń życiową najlepiej jak mogą i potrafią.

Starają się spełniać i zaspokajać ich różnorodne potrzeby. Wkładają wiele wysiłku w nawiązanie i budowanie relacji z tymi osobami. Niestety, jak się okazuje, często nie potrafią ich słuchać i dostrzegać w taki sposób, który daje poczucie bycia zauważonym i wysłuchanym. Dlaczego tak się dzieje? Ponieważ praktyka pedagogiczna i wychowawcza kieruje uwagę dorosłych na zupełnie inny problem. Generalnie koncentrujemy się na tym, żeby to dziecko, wychowanek czy uczeń, słuchał i obdarzał uwagę dorosłego.

¹ Stowarzyszenie Terapeutów Relacyjno-Rozwojowych, j.kielin@jacekkielin.pl

Dobry rodzic, w opinii większości, to taki, którego dziecko słucha i względem którego jest posłuszne. Dobry nauczyciel to taki, który ma posłuch u uczniów. Na propozycje dobrego specjalisty dzieci reagują we właściwy sposób. W takim sposobie myślenia, to dziecko ma być uważne na dorosłego, szczególnie zaś dziecko, które przeżywa jakieś życiowe lub rozwojowe problemy. Większość wychowawczych działań dorosłych skupiona jest na próbach dostosowania zachowań podopiecznych do oczekiwań wychowawców. Działania te dodatkowo opierają się zazwyczaj na karach i nagrodach. Taki sposób patrzenia na drugiego człowieka jest równoznaczny z przyjęciem postawy dominującej w relacji z nim. Dziecko jest chwalone i nagradzane za posłuszeństwo. Zasada, żeby pochwałać każdy, najmniejszy nawet sukces dziecka, ma wielu zwolenników. Sukces definiuje oczywiście chwalący dziecko dorosły. To on określa, które zachowania będą premiowane pochwałą i akceptacją. Nie ma chyba bardziej wprowadzającego w błąd określenia jak „wzmocnienie pozytywne”. Brzmi ono niezwykle dobrze, sugeruje, że pochwały (które utożsamiane są z owymi wzmocnieniami) działają jak jakieś witaminy, dodając dzieciom życiowego wigoru i poczucia własnej wartości. Tymczasem „wzmocnienia pozytywne” nikogo nie wzmacniają, nie przynoszą też specjalnych korzyści osobie wzmacnianej, bo nie do osoby się odnoszą, lecz do wzmacnianego zachowania.

Wzmacniane pozytywnie zachowanie samo w sobie może być przecież i często jest, bardzo niszczące i destrukcyjne. Najczęściej wzmacniana jest uległość i posłuszeństwo. Zwłaszcza osoby z niepełnosprawnościami lub w spektrum autyzmu wychowywane są na niewolników osób, które się nimi zajmują. Mają robić to, co chcą inni i za to są pozytywnie wzmacniane. Wśród omawianej grupy najwięcej jest dzieci i osób uzależnionych od aprobaty innych. Przykrym doświadczeniem jest przyglądanie się dzieciom w szkołach specjalnych, które wkładają bardzo dużo energii w spełnianie oczekiwań dorosłych, od których są całkowicie zależne. Dodatkowo większość uwagi i energii opiekunów skupia się na trzymaniu dyscypliny. Odnoszę często wrażenie, że 90% czasu nauczyciele poświęcają na utrzymanie dzieci w takich czy innych ryzach. Podstawową zasadą, której uczniowie już w przedszkolu muszą się podporządkować, jest siedzenie nieruchomo w ławce przez długi czas.

O dziwo nikt nie dostrzega w tym tortury. Dokładnie odwrotnie, umiejętność nieruchomego siedzenia w ławce jest uznawana za oznakę dojrzałości i uspołecznienia. Tymczasem takie zachowanie dziecka jest zazwyczaj oznaką poddania się i rezygnacji. Uległość jest najwyżej punktowana w oczach dorosłych opiekunów. To tylko dość banalny przykład bardzo wielu form podporządkowywania osób w spektrum lub z niepełnosprawnościami przez zajmujących się nimi wychowawców. Zewnętrzność w praktyce powszechnie uznawana jest za najważniejszy cel wychowawczy.

Ten cel motywowany jest, zapewne szczerze, dobrem dzieci i obudowany bogatą narracją mającą uzasadnić sensowność takiego postępowania z drugim człowiekiem.

W tym kontekście przywoływane są także badania naukowe wykazujące skuteczność tego typu działań. Moim zdaniem porównywanie skuteczności oddziaływań wychowawczych analogicznie do procedur medycznych jest wielkim nieporozumieniem. Człowieka, którego wychowujemy, nie można zestawiać z bolącym kolanem, wysypką czy jakąkolwiek inną chorobą. Mierzenie skuteczności w leczeniu różnych chorób jest możliwe ze względu na to, że można jasno określić cel leczenia. W pedagogice takiej możliwości nie ma. Dlatego celem staje się doprowadzenie do takiego zachowania drugiego człowieka, które uznał za dobre jego nauczyciel. Nawet jeżeli znalazłbyśmy skuteczne metody na to, żeby móc kogoś przypadkowego wykształcić wedle naszego uznania na przykład na technika stomatologicznego, księgowego czy kierowcę tira – nie musi wynikać z tego jakiegokolwiek dobro dla zainteresowanej osoby. W pedagogice, inaczej niż w medycynie, skuteczność nie jest wyraźnie i bezpośrednio związana z jakimkolwiek dobrem zainteresowanej osoby, czego staramy się nie dostrzegać. Patrzenie przez pryzmat skuteczności postrzeganej tylko z uwzględnieniem perspektywy nauczyciela sprzyja przedmiotowemu traktowaniu osób w spektrum autyzmu lub z niepełnosprawnościami, bo wprost może być poparte autorytetem naukowym. Moim zdaniem w sposób głęboko nieuprawniony. Nikomu nie wolno robić z osobą zainteresowaną niczego wbrew niej, powołując się na racje wychowawcze lub naukowe. To tak zwana przemoc terapeutyczna, powszechnie, niestety, obecna w placówkach wychowawczych, terapeutycznych i edukacyjnych.

Zapewne ze względu na powyżej opisane postawy osób zajmujących się edukacją czy wychowaniem, większość rodziców i nauczycieli uważa, że dla tego typu postępowania nie ma alternatywy. Wydawanie poleceń, odpytywanie i ocenianie są podstawowymi pomysłami na relacje, kontakt i funkcjonowanie z człowiekiem w spektrum lub niepełnosprawnościami. Często spotykam się z innym pomysłem na bycie z tą grupą osób – z zabawianiem. Zabawianie to zazwyczaj alternatywa dla wydawania poleceń i chwaleń. Osoby zabawiające dzieci zazwyczaj myślą, że właściwie budują z nimi relacje, że postępują z nimi zgodnie z duchem humanistycznym, że są uważne na potrzeby i oczekiwania podopiecznych, że umieją ich słuchać. W ich wyobrażeniu najważniejszym celem pracy z dzieckiem jest radosne, będące w dobrym nastroju, zadowolone dziecko. Kreatywność w zabawianiu nie ma granic. Bardzo wiele form pracy, stymulacji lub edukacji opiera się na zabawianiu. Tymczasem takie postępowanie nie ma nic wspólnego z rzeczywistym dostrzeganiem potrzeb dzieci i uważnym ich słuchaniem. Dążenie do wzbudzenia uśmiechu może przynosić rozbawianemu tyle samo cierpienia, co siedzenie nieruchomo w ławce. Brak dostosowania do obowiązującego radosnego wzorca, ustalanego wedle oczekiwań dorosłego, karane jest okazywanym przez dorosłego zawodem, rozgoryczeniem i złością. Ich wyrazem są słowa: „Ja dla ciebie tyle robię, tak się staram, a ty jesteś taki niewdzięczny!”. Krytyczne spojrzenie na zabawianie nie wynika z przekonania, że dzieci nie wolno w ogóle zabawiać czy chwalić. To zupełnie inny problem, który nie jest przedmiotem rozważań w tym artykule. W tym miejscu chciałem jednak zwrócić uwagę na to, że zabawianie może być drogą-pułapką, która może prowadzić do przedmiotowego postrzegania osoby z niepełnosprawnościami lub w spektrum autyzmu.

Wiele wzorców komunikowania się, jakie prezentują rodzice bądź specjaliści, w ogóle nie zawiera elementu słuchania dziecka. Tak czy siak, to dziecko ma spełniać takie, a nie inne oczekiwania dorosłego. Najczęściej jest to miły, życzliwy i uprzejmy rodzic czy specjalista. Mili i uprzejmi specjaliści, niestety, nie potrafią słuchać dzieci, tak samo jak ci mniej mili i nieuprzejmi. Zarówno jedni, jak i drudzy nie potrafią budować relacji w sposób sprzyjający rozwojowi dziecka. Paradoksalnie ci „niemili” są lepiej odczytywani przez osoby w spektrum autyzmu jako bardziej czytelni i tym samym bardziej przez te osoby akceptowani.

Kulturowe wzorce sprawiają, że my, dorośli – rodzice, nauczyciele, wychowawcy mamy niewłaściwie ustawione priorytety. Według mnie punktem wyjścia do wszelkich działań wychowawczych, terapeutycznych i edukacyjnych powinna być umiejętność słuchania dziecka. Nie umiemy tego robić, gdyż sami nie byliśmy słuchani. Słowo „słuchać” rozumiem jednak bardzo szeroko. Dotyczy ono także osób, które nie posługują się mową werbalną. Generalnie chodzi mi o umiejętność przyjmowania inicjatyw komunikacyjnych osób, z którymi przebywamy i pracujemy. Inicjatywą komunikacyjną może być spojrzenie na sufit, pokazanie ręką kubka z wodą czy jakiegokolwiek słowa np.: „Słyszę, jak szczeka pies”. Inicjatywa komunikacyjna to zachowanie drugiej osoby, którego nie przewidzieliśmy, które pojawiło się w sposób niezaplanowany przez nas, którego nie było w naszym scenariuszu. Całkowita ślepota i głuchota na inicjatywy komunikacyjne uczniów i podopiecznych z niepełnosprawnościami bądź w spektrum autyzmu jest według mnie powszechna. Piszę „całkowita”, gdyż standardem są zajęcia, na których specjalista ani razu nie przyjmuje inicjatywy komunikacyjnej żadnego dziecka przez całe zajęcia. O zgrozo, standardem jest także to, że takie zjawisko zachodzi również podczas zajęć, na których specjaliści używają narzędzi do komunikacji w postaci tablic komunikacyjnych czy tabletów z odpowiednimi programami służącymi do komunikowania się.

Nam, dorosłym – rodzicom i specjalistom wydaje się oczywiste to, że słuchamy i dobrze słyszymy osoby, z którymi przebywamy i się komunikujemy. Tymczasem prawda jest taka, że na człowieka w spektrum autyzmu bądź z niepełnosprawnościami patrzymy przez pryzmat naszych oczekiwań. „Nie biegaj”, „Nie wchodź tak wysoko!”, „Oddaj mu tę zabawkę!” – to reakcje dezaprobaty, gdy dziecko nie spełnia naszych oczekiwań. „Świetnie!”, „Pięknie zjadłeś obiadek!”, „Brawo, udało ci się dostać piątkę” – to informacja dla dziecka, że nasze oczekiwania spełnia. Z dziećmi i osobami z niepełnosprawnościami i w spektrum zazwyczaj rozmawiamy z naszej inicjatywy najczęściej poprzez zadawanie im pytań. Zadanie pytania drugiej osobie jest zwyczajnym żądaniem odpowiedzi na zadane pytanie, czyli jest formą wymuszania uwagi dla zadającego pytanie. Dziecko ma usłyszeć pytanie i na nie grzecznie i prawidłowo odpowiedzieć. Gdy dorosły usłyszy coś, czego nie chce słyszeć, np. słowo „spie...laj”, to czuje się dotknięty, a nie zachęcony

do dalszej rozmowy. Umiemy rozmawiać z dziećmi tylko na naszych warunkach, ale już nie bierzemy pod uwagę warunków, które postawi nam na przykład osoba z zespołem Aspergera. Prawidłowa reakcja na ten wulgaryzm mogłaby wyglądać tak: „Widzę, że nie chcesz ze mną rozmawiać” i jako taka byłaby zachętą do dalszych wypowiedzi tej osoby.

Prawidłowe responsywne przyjęcie spojrzenia w okno mogłoby być zdaniem: „Patrzysz w okno” (nazwanie) lub skierowaniem wzroku w okno za dzieckiem i wspólnym patrzeniem na to, co na nim widać (odzwierciedlenie) lub jakąkolwiek inną wyraźną reakcją werbalną lub niewerbalną. Komunikacja pomiędzy ludźmi związana jest z nieoceniającym reagowaniem na siebie nawzajem. Wówczas możemy dać drugiemu człowiekowi to, co w życiu jest najważniejsze: swój czas i uwagę. Ten nasz czas i uwaga budują w nim poczucie własnej wartości. Tak słuchana lub zauważana osoba nie musi być w niczym „super!” w naszych oczach. Nie musi się wyróżnić ani wykazać, żeby zostać zauważonym.

Osoby posługujące się mową werbalną potrzebują naszej reakcji w postaci słownego potwierdzenia przyjęcia, czyli krótkiej klaryfikacji swojej wypowiedzi, np.:

- *„Byłem wczoraj u dziadka.” – „Byłeś wczoraj u dziadka.”;*
„Dziadek ma traktor. Pojechaliśmy z nim razem do skupu.” –
„Pojechałeś z dziadkiem traktorem do skupu.”;
„Czekaliśmy w kolejce przed skupem. Mi się nudziło. Dziadek kupił mi lizaka.” – „Dostałeś od dziadka lizaka, gdy czekaliście”.

Najczęściej jednak dorosły odwraca konwersacje w taki sposób, żeby to dziecko musiało go słuchać”.

- *„Proszę pani, byłem wczoraj u dziadka.”*
„Byłeś u dziadka?”
„Tak, u dziadka Rysia”. - „Daleko masz do dziadka?”
„Jechaliśmy dwie godziny.”
„Lubisz jeździć do dziadka?”
„Lubię, bo dziadek ma traktor i mnie wozi.”
„A gdzie cię zawiózł?”
„Do skupu.”

W pierwszej rozmowie to dorosły słuchał dziecka, a w drugiej dziecko dorosłego. Dorośli, odpytując dzieci, są błędnie przekonani, że ich słuchają. W pierwszej rozmowie to dorosły dawał uwagę dziecku, a w drugiej dziecko dorosłemu. Nawet jeżeli dziecko przejawia jakąś inicjatywę komunikacyjną, to i tak dorosły szybko wychodzi ze swoją, nie przyjmując tego, co dziecko powiedziało. W pracy wychowawczej nie jest ważne to, czy wychowawca słyszy dziecko, ale to czy dziecko ma poczucie, że zostało usłyszane. To ogromna różnica.

Szczególnie rażą mnie sytuacje komunikacyjne z użyciem tzw. narzędzi AAC, w których tzw. przygotowany partner komunikacyjny przez cały czas „rozmowy” na różne sposoby sygnalizuje dziecku konieczność użycia narzędzia do komunikacji (czyli *de facto* wydaje polecenie użycia tego narzędzia) i wzmacnia jego użycie wyrażeniem zadowolenia z faktu, że dziecko z narzędzia do komunikacji skorzystało. W takich sytuacjach nie tyle z dziećmi rozmawiamy, co udajemy rozmowę tak samo, jak aktorzy na scenie udają, że ze sobą rozmawiają, choć tak naprawdę scenariusz tej rozmowy został napisany dużo wcześniej.

Aktywne, życzliwe i nieoceniające słuchanie buduje relację, która daje osobie słuchanej siły do mierzenia się z trudnościami życia. Ktoś, kto jest z uwagą od czasu do czasu słuchany, nie musi szukać uwagi negatywnej poprzez nieaprobowane społecznie zachowania. Nie musi także podnosić poczucia własnej wartości przez używanie przemocy i poniżanie innych. Słuchanie daje rodzicom i wychowawcom narzędzia do kształtowania dzieci inaczej niż w sposób oparty na karach i nagrodach. Dzieci słuchają tych, którzy je słuchają. Słuchanym dzieciom wystarczy jasno komunikować to, czego się od nich autentycznie oczekuje. Wszyscy chcemy słuchać i respektować oczekiwania i granice tych, którzy nas słuchają i respektują nasze oczekiwania i nasze granice.