

Wyznaczanie granic w relacjach nauczyciel – uczeń

Magdalena Szypulska – Zyga

Ewa Sokołowska

Granice „JA”

Granice psychologiczne nie są rzeczą wrodzoną. Kształtują się w trakcie naszego życia.

Granice psychologiczne znajdują się w miejscu, w którym odróżniamy siebie od innych. Umożliwiają nam życie w zgodzie z poczuciem tego, kim jesteśmy, czego chcemy, co czujemy i co jest dla nas ważne. Granice psychologiczne to rozumienie, że inni są odrębnymi, różniącymi się od nas jednostkami – inaczej czują, myślą, postrzegają, interpretują. Dzięki granicom wiemy, kiedy powstrzymać innych przed wchodzeniem w naszą przestrzeń i nadużywaniem nas i nie pozwalają nam wchodzić w przestrzeń innych ludzi i nadużywać ich.

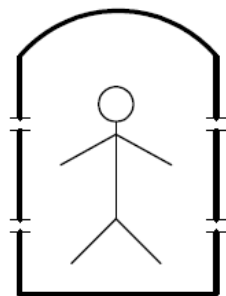
System granic

- **Można umownie przyjąć, że system granic składa się z 2 części:**
 1. zewnętrznej, która pozwala nam decydować o dystansie, jaki chcemy utrzymać wobec innych ludzi
 2. wewnętrznej- chroniącej nasze myśli i uczucia.
- **Inny podział granic proponuje Megan Le Boutillier(1997r):**
 1. granice fizyczne – granice przestrzenne określające możliwą i niemożliwą do przyjęcia bliskość fizyczną. Wyznaczone są one przez indywidualne preferencje, stopnie zażyłości oraz normy kulturowe;

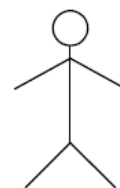
System granic cd.

2. granice intelektualne – zdrowe granice intelektualne pozwalają nam ufać własnym spostrzeżeniom, wiemy czego potrzebujemy i pragniemy; potrafimy przeanalizować informacje z zewnątrz i ustalić czy przyjmujemy je za „swoje”;
3. granice duchowe – zdrowe granice duchowe umożliwiają prowadzenie nieustannej autorefleksji dotyczącej uznawanej hierarchii wartości i systemu przekonań.
4. granice emocjonalne – zdrowe granice emocjonalne pozwalają nam uczciwie określić własne uczucia, które wywołuje dana sytuacja, osoba, rzecz lub miejsce;

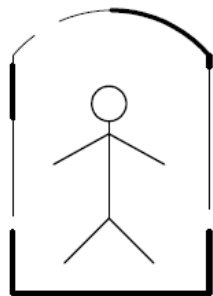
„Jakość” granic u człowieka



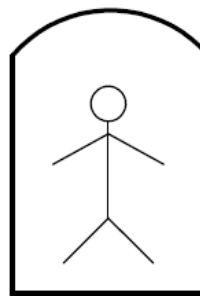
Rys. 1



Rys. 2



Rys. 3



Rys. 4

Wpływ „jakości” granic na relacje z innymi

1. Nienaruszony system granic – elastyczny, pozwalający dostosować zachowanie do różnych sytuacji bez poczucia uległości, podporządkowywania się lub przemocy

- świadome nawiązywanie związków,
- świadome przeżywanie bliskości,
- satysfakcję z bycia z ludźmi,
- poczucie bezpieczeństwa,
- respektowanie cudzych granic,
- umiejętność mówienia „nie”.

Wpływ „jakości” granic na relacje z innymi c.d.

2. Brak granic – ryzyko uwikłania, obezwładnienia i manipulacji ze strony innych

- kłopoty w kontaktach z ludźmi,
- przyjmowanie roli ofiary (pozwolenie na bycie wykorzystywanym przez innych emocjonalnie, fizycznie, seksualnie, intelektualnie),
- przyjmowanie roli agresora (często nieświadomie),
- naruszanie cudzych granic,
- lęk przed ludźmi,
- brak umiejętności mówienia „nie”.

Wpływ „jakości” granic na relacje z innymi c.d.

3. Uszkodzony, dziurawy system granic

- powodowanie konfliktów,
- w niektórych sytuacjach czy w kontaktach z niektórymi osobami- brak umiejętności obrony, stawiania granic i poczucia bezpieczeństwa
- w innych sytuacjach i w kontaktach z innymi osobami - umiejętność zabezpieczania samych siebie
- kłopoty z respektowaniem granic innych ludzi (pojawia się agresja lub manipulacja),
- umiejętność mówienia „nie” czasami.

Wpływ „jakości” granic na relacje z innymi c.d.

4. Mury zamiast granic

najczęściej powstają w wyniku wcześniejszych zranień, złości lub lęku, czasami przybierają postać słowotoku lub milczenia

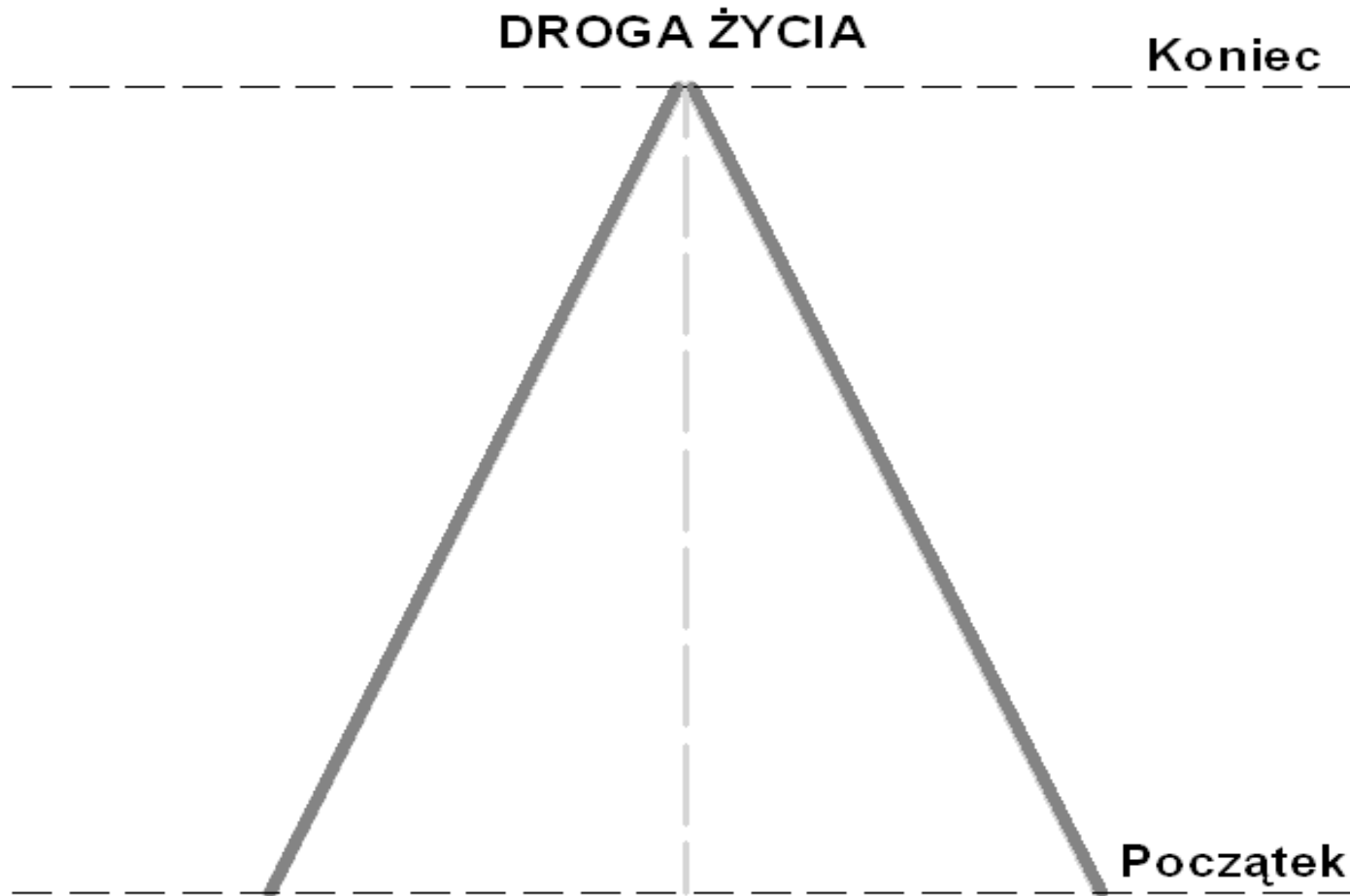
- poczucie izolacji,
- brak intymności,
- samotność,
- poczucie złości lub lęku,
- mówienie „nie” w każdej sytuacji.

Wyznaczanie granic dzieciom i młodzieży

Dzieci i młodzież potrzebują reguł i granic, które nadadzą ich życiu czytelną strukturę. Wychowawca, który jasno, czytelnie określa granice(normy i zasady), zapewnia dziecku poczucie bezpieczeństwa, uczy go odróżniania dobra od zła.

Skuteczność oddziaływania granic i reguł nie przejawia się w samym fakcie ich ustalenia. To czy będą one rzeczywiście funkcjonować, zależy od osób odpowiedzialnych za ich pilnowanie i przestrzeganie. Dobro dzieci i młodzieży wymaga silnych dorosłych. Gdy dorośli nie są przekonani o słuszności obowiązującej reguły, nie wyegzekwują jej przestrzegania od dzieci i młodzieży. Koniecznością zdecydowanej zewnętrznej postawy dorosłego jest zdecydowana jego postawa wewnętrzna(przekonania)

Droga życia dziecka



Rodzaje i znaczenie zasad w wychowaniu

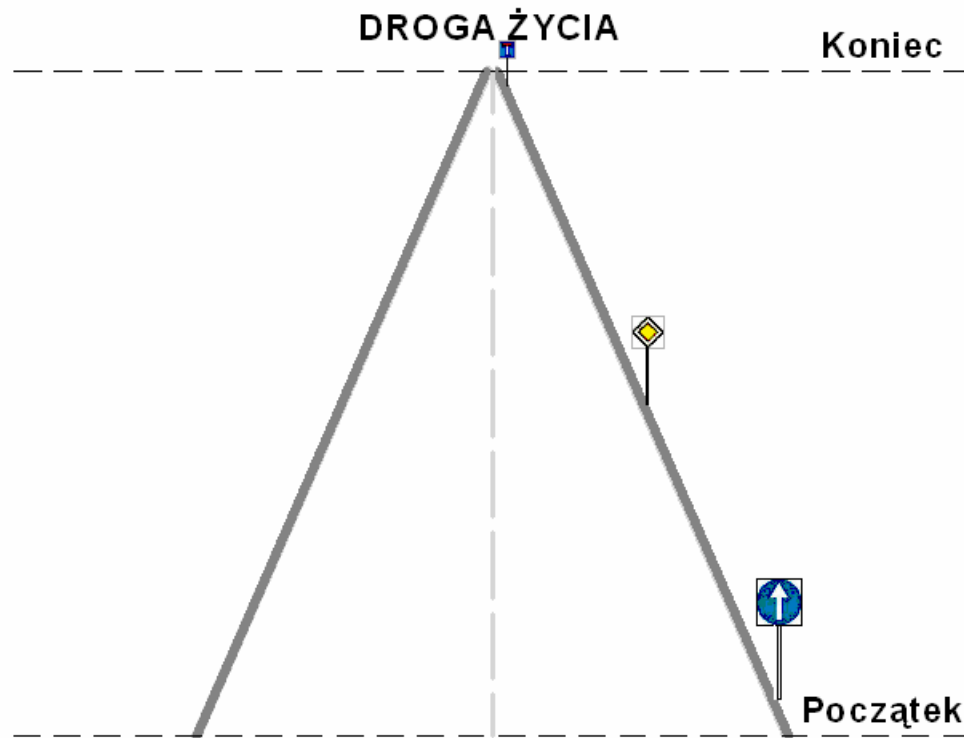
Życie dziecka jest jak droga. Na każdej drodze potrzebne są znaki drogowe aby móc osiągnąć cel. Rodzaje znaków stosowane w wychowaniu: zakazu: "nie wolno"; nakazu: „wykonaj ćwiczenia”; ostrzegające : „jeśli tak zrobisz, to może cię spotkać...!"; informacyjne : „klasówkę będziesz pisać dnia...” Jeśli droga jest dobrze oznakowana to dziecko może bezpiecznie osiągnąć cel. Nie ma wychowania tam gdzie nie ma oznakowanych szlaków, po których można się bezpiecznie poruszać. Wiedza dorosłego o sobie i swoich granicach jest potrzebna do tego aby znaki ustawione na drodze życia dziecka nie spowalniały jego poruszania się a jednocześnie jasno wskazywały kierunek.

Droga życia dziecka- źle oznakowana (nadmiar znaków)

Jeśli na drodze życia dziecka dorośli postawią różnego rodzaju znaki gęsto jeden przy drugim, spowoduje to jego:

- dezorientację,
- spowolnienie w poruszaniu się,
- a w efekcie końcowym dziecko przestanie na znaki reagować.

Droga życia dziecka- źle oznakowana (mało znaków)



Droga życia dziecka- źle oznakowana (mało znaków)

Jeśli na drodze życia dziecka dorośli postawią znaki w dalekiej od siebie odległości, spowoduje to jego:

- dezorientację,
- złość,
- niepewność,
- brak poczucia bezpieczeństwa.

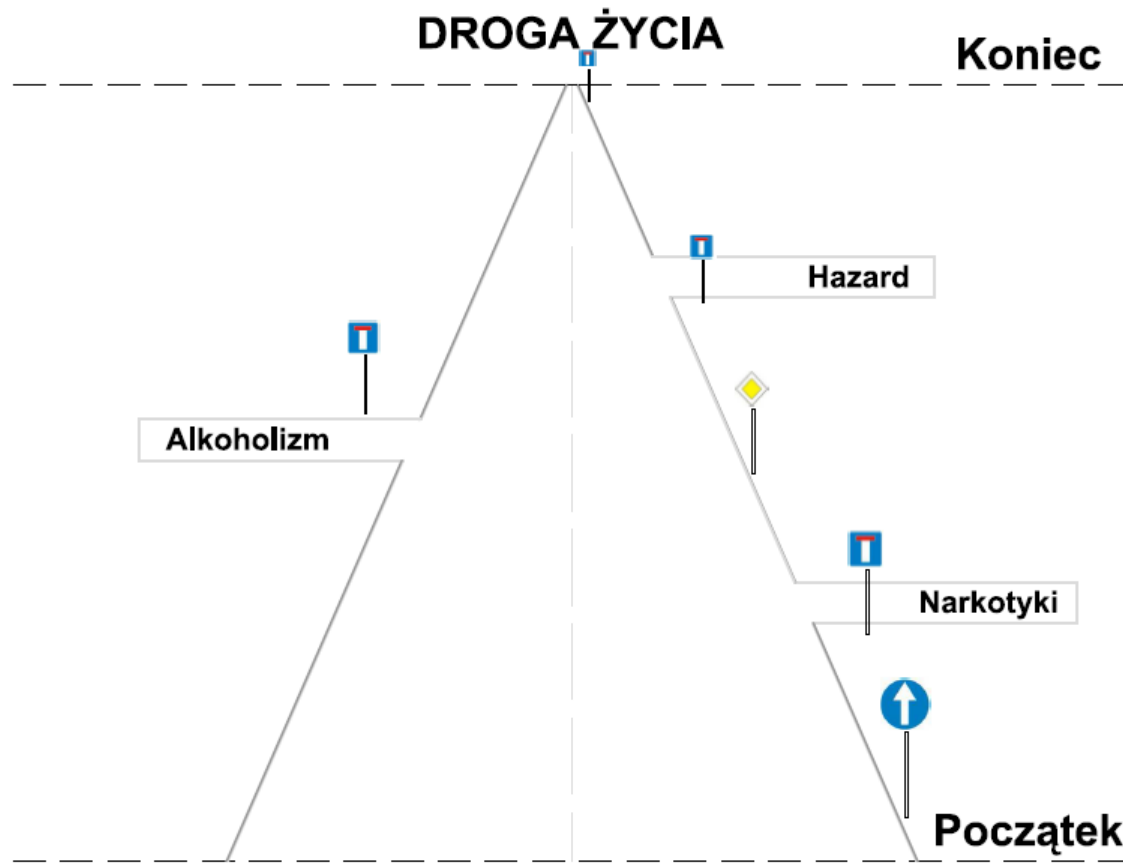
„Boczne ulice”

Ul. Alkoholowa, ul. Narkotykowa, ul. Przestępstw, ul. Uzależnień od komputera i gier – kuszą kolorami, zachęcają dziecko do wejścia, są bardziej atrakcyjne od tej szarej drogi życia. Pokusa zjechania w te boczne ulice jest dla dziecka bardzo duża. Dziecko ma wolną wolę i pomimo wysiłków ze strony dorosłych o dobre oznakowanie drogi, może niestety z niej zjechać. Ważne jest aby dziecko wiedziało, że:

- „boczna droga” jest na końcu zamknięta i można się boleśnie rozbić, a im głębiej się w nią wchodzi jest coraz bardziej pozbawiona kolorów i ciemniejsza,
- jego droga życia jest niezwykła i fascynująca, jedyna w swoim rodzaju, nikt nigdy nią wcześniej nie szedł,
- jest odpowiedzialne za wybory, których dokonuje oraz za stawianie poszczególnych celów, które mają doprowadzić do odkrycia swojego powołania (celu, sensu).

Rodzice/wychowawcy nie mogą iść razem z dzieckiem jego drogą życia, bo każdy ma swoją drogę, mogą być tylko kibicami.

Boczne ulice



A jeśli dziecko mimo wszystko wjedzie w taką ulicę?

- „nie zamurować wylotu”
- czekać na powrót dziecka
- szukać pomocy u specjalistów

Za co odpowiadają dorośli?

- **Za postawienie znaków i drogowskazów**
- **Za uczenie dziecka reguł, zasad i norm**
- **Za postawienie granic i ich strzeżenie**
- **Za szanowanie granic dziecka**

Warto pamiętać, że:

1. Niewyraźnie zakreślona granica zaprasza do jej przekroczenia.
Wyznaczanie granic musi być jasne i jednoznaczne
2. Uzasadnienie wyznaczenia granic sygnalizuje szacunek wobec dziecka
3. Uzasadnienie wyznaczonych granic daje ogromną szansę na to, że granica będzie respektowana ze zrozumienia a nie z lęku przed konsekwencjami

Dziękujemy za uwagę

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Rykach