

Three bright green apples are arranged on a white background. One apple is in the foreground, slightly to the right, and is the most prominent. Two other apples are behind it, one to the left and one to the right, partially obscured. The apples have a smooth, slightly textured skin and a small stem at the top. The text is overlaid on the apples.

**Dr Monika Wasilewska**  
**Instytut Psychologii Stosowanej UJ**

**Przekazy rodzinne a postawy  
prozdrowotne i antyzdrowotne -  
analiza psychologiczna**

# kontekst rodzinny

- to zbiór rytuałów, mitów rodzinnych, a także przekazów werbalnych i niewerbalnych oddziałujących **na sposób doświadczania** przez członka danego systemu rodzinnego, **świata, interpretację zjawisk** w nim zachodzących i **sposób zaangażowania w rzeczywistość.**



# Lojalność rodzinna

- *„ poczucie solidarności i zobowiązania, które upodabnia potrzeby i oczekiwania osób w związku społecznym, np. w rodzinie, a także ich myślenie, uczucia i motywacje”*

(Boszormenyi-Nagy, Spark, 1973, s.19)



# Perspektywa transgeneracyjna

- **każdy członek rodziny wyznacza warunki rozwoju dla jej pozostałych członków, a wszyscy razem, łącznie ze środowiskiem, tworzą złożony, zwarty system sprzężeń zwrotnych.**



# Cechy zdrowej rodziny

Pozytywna tożsamość a w jej zakresie również autonomia.

Otwarte i skuteczne komunikowanie się.

Wzajemność.

Połączenie ze światem zewnętrznym.



# Wspierające przekazy rodzinne

1. Szanuję to, że dorastasz i stajesz się coraz bardziej autonomiczny.
2. Nie jesteś nam nic winien, to co zrobiliśmy dla ciebie zrobiliśmy z miłości.
3. Nie bój się świata i ludzi.
4. Zawsze możesz na nas liczyć.
5. Akceptujemy to że masz własną/różną od naszej drogę.
6. Zależy nam abyś umiał rozpoznawać swoje potrzeby i podążać za nimi.
7. **Nie bój się być szczęśliwy.**



# Postawy rodziców wobec autonomii dziecka

## Model socjalizacji oparty na wzajemności

**Dzieci uczą się być równorzędnym partnerem w interakcjach z dorosłymi. Uczą się dopasowywać do innych**

**Współistnieją z innymi nie na zasadach walki i uległości ale wzajemnego dopasowania się.**

**Dziecko uczy się tu szacunku dla siebie i innych i koordynowania swojej woli z wolą innych**



# Przekazy antyzdrowotne

1. budzące lęk przed światem.
2. nie uczące uważności na własne potrzeby.
3. wywołujące niezdrowe poczucie winy.
4. nie dające zgody na autonomię i separację.





# Wiązanie poprzez id

odbywa się na poziomie afektywnym i związane jest z zaspokojeniem potrzeb zależnościowych o charakterze regresyjnym.



# Wiązanie poprzez id

- *Zawsze będziesz naszym dzieckiem*
- *Jesteś nasz!!*
- *Nikt tak cię nie pokocha jak my (mama).*
- *Nikt nie zna cię tak dobrze jak mama*
- *Nie ma jak u mamy.*



# Wiązanie przez ego

Odbywa się na poziomie poznawczym i związane jest z przekonaniem, że wszyscy członkowie rodziny dzielą system wspólnych myśli, spostrzeżeń i postaw.

Doprowadza to u młodego człowieka do trudności w wykształceniu własnego obrazu świata, systemu wartości, zaburzeń postrzegania, dyskwalifikacji i mistyfikacji.

**Wiązanie na poziomie ego szczególnie skutecznie utrudnia procesy separacji i indywiduacji.**



# Wiązanie na poziomie ego

*„Nie ma jak rodzina”.*

*„Musimy trzymać się razem”.*

*„Wszędzie dobrze, ale w domu najlepiej”.*

*„Jak przyjdzie co do czego, to tylko rodzina ci pomoże”.*

*„Zły to ptak, co własne gniazdo kala”.*



# Wiązanie na poziomie superego

- Odbywa się poprzez wpajanie poczucia winy wynikającego ze złamania rodzinnej lojalności, w przypadku chęci separowania się od systemu rodzinnego.



# Wiązanie na poziomie superego

*„Rodzicom należy się bezwzględny szacunek i posłuszeństwo”.*

*„ Nie bądź egoistą, nie myśl o sobie - myśl o rodzinie”.*

*„Nie ma co się „chcesz” pytać, trzeba robić co rodzic każe”.*

*„Rodzice zawsze mają rację”.*



# Odrzucenie na poziomie id

- Związane jest z niezaspokajaniem potrzeb emocjonalnych dziecka i brakiem gratyfikacji jego potrzeb zależnościowych.



# Odrzucenie na poziomie id

- *„Dzieci i ryby głosu nie mają”.*
- *„Umiesz liczyć, licz na siebie”.*
- „Dorośnij”.*
- „ Nie bądź dzieckiem”.*
- „Ucz się i pracuj bo w życiu nie ma czasu na zabawę”.*





# Odrzucenie na poziomie ego

Oznacza niedostępność świata rodziców, ich myśli, uczuć i spostrzeżeń. Według Stierlina te dwa skrajne i nie wyważone warianty procesu separacji nastolatków doprowadzają do różnych zaburzeń emocjonalnych okresu dorastania.



# Odrzucenie na poziomie ego

- *„Dzieci powinny się widzieć, a nie słyszeć”.*
- *„Nie powinniśmy mówić o tym przy dziecku”.*
- *„Co wolno wojewodzie to nie tobie mały smrodzie”.*

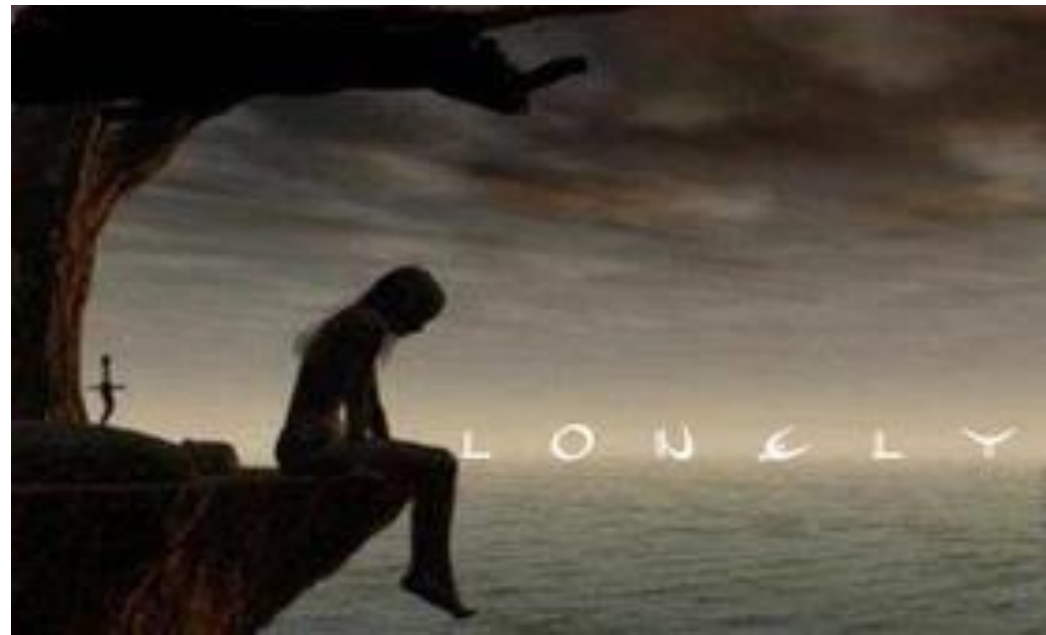


# Odrzucenie na poziomie superego

## Brak więzów lojalnościowych

W efekcie odrzucenie doprowadza do przedwczesnego obdarzenia dziecka autonomią, zaniedbywania psychicznego i fizycznego, porzucenia. Pozbawia ono dziecko poczucia sensu i kierunku w życiu, trwałego systemu wartości,

- nie wytwarzają się więzy lojalności rodzinnej.



# Odrzucenie na poziomie superego

- Zawiodłeś nas.
- Rozczarowujesz nas, wstydz się.
- Nie jesteś już naszym dzieckiem.
- Nie należysz do naszej rodziny.



# Przekazy dysfunkcyjne

*„Nim gruby schudnie to chudego diabli wezmą” - przekarmianie*

*„Śmiej się śmieć, potem będziesz płakać”, „To co dobre szybko się kończy,” - zakaz bycia radosnym, szczęśliwym.*

*„Gdyby nie ta dupa byłaby złota chałupa” -*

*koncentracja na potrzebach materialnych*

*„Ludzie to wilki, zjedzą cię”, „Nie pokazuj nikomu swoich uczuć”, „Nie daj się ludziom wykorzystać, „Ludzie zawsze zawodzą” - brak poczucia bezpieczeństwa i niemożność znalezienia wsparcia poza rodziną.*



# Wnioski

- Przekazy rodzinne – przysłowia , powiedzonka – tworzą obraz rzeczywistości stanowiący podstawę wyobrażeń o otaczającym świecie i panujących w nim relacjach interpersonalnych.
- Istnieją przekazy funkcjonalne- prozdrowotne i dysfunkcjonalne – antyzdrowotne.
- To na ile człowiek potrafi realizować własne potrzeby rozwojowe – co jest warunkiem sine qua non zdrowia psychicznego – zależy m.in. od otrzymanych w rodzinie przekazów.



# Wnioski

- **Przekazy antyzdrowotne** to te, które wiążą bądź odrzucają na 3 poziomach emocjonalnym (id), poznawczym (ego) i moralnym (superego).
- **Przekazy prozdrowotne** to te, które wspierają integrację id, ego i superego, a także pozwalają na indywidualizację i separację.



# Dziękuję za uwagę

*Taką miłością jaką dziecko było kochane, taką będzie kochało w przyszłości*

