



Jego wysokość, dziecko

Dawniej, rodzice mieli dzieci. Dziś to dzieci są posiadaczami swoich rodziców. Nic dziwnego, że wielu z nich nie potrafi się swoim pociechom sprzeciwić.

Jest pora wieczornej kąpieli. Dzieci mimo nawoływań jednak nie kwapią się, by porzucić zabawki i iść do łazienki. Chcą się bawić, a nie iść spać! Matka przez chwilę jeszcze próbuje nakłonić je do posłuszeństwa, jednak w obliczu gwałtownych protestów rezygnuje. „Niech się jeszcze pobawią, skoro tak bardzo im na tym zależy” myśli. „W końcu się zmęczą, poczekam”.

Albo inna scenka: sześciolatek gra na komputerze. Ma na twarzy wypieki, zapomniał o bożym świecie. „Już wystarczy, wyłącz komputer” mówi mama. Dziecko nie reaguje. Mama powtarza polecenie jeszcze dwa razy – a maluch nic. W końcu matka wzdycha i... wychodzi z pokoju. Jeśli zacznie nalegać, skończy się awantura. I synek się na nią obrazi, a tego by przecież nie chciała.

I kolejna sytuacja: do rodziców wpadli znajomi. Living room, kawa, ciasteczka... Dorośli usiłują rozmawiać. Ale konwersacja nie jest płynna – bo po pokoju cały czas biegają dzieci. Są głośne. Wciąż wpadają dorosłym w słowo, co chwila domagają się uwagi. Znajomi wzdychają znacząco. Rodzice patrzą na pociechy rozkochanym wzrokiem.

Takie lub podobne sytuacje zdarzają się w wielu domach. Psychologowie alarmują: w ciągu dwóch, trzech dekad przeszliśmy od założenia, że „dzieci i ryby głosu nie mają” do sytuacji, w której głos mają wyłącznie dzieci... Coraz więcej rodziców w żaden sposób nie dyscyplinuje swoich dzieci. Nie chcą, boją się, nie potrafią. Czasem stawiania granic po prostu łatwiej jest uniknąć – dla świętego spokoju. Po co zawracać sobie głowę awanturami i zamieszaniem, związanym z egzekwowaniem ustaleń? Ale czasem konieczność formułowania zakazów i nakazów budzi w rodzicach autentyczny lęk. Dlaczego tak się dzieje? I czy naprawdę to jest dobre dla dziecka?

Mali monarchowie

William J. Doherty, amerykański psycholog i terapeuta małżeński, autor książki „Jak trzymać się razem w świecie, który chce nas rozdzielić”, napisał: „Dzieci są naturalnymi i chętnymi konsumentami *każdego* czasu, uwagi, czy też dóbr i usług, zapewnianych im przez rodziców. I to zadaniem rodzica jest rozeznąć, ile wystarczy, kiedy będzie za dużo - i umieć dostrzegać różnicę”. Chyba kiepsko nam wychodzi to rozeznawanie, bo wychowanie dzieci zaczyna przypominać supermarket, otwarty siedem dni w tygodniu, przez całą dobę i z usługami na życzenie. „Oczywiście rodzicielstwo jest

zadaniem ważnym, pełnoetatowym, wymagającym i pierwszoplanowym” mówi Katarzyna Platowska, psycholog i socjoterapeutka. „Tu nie ma dyskusji. Jednak współcześni rodzice są nie tylko wciąż postawieni w stan gotowości w kwestii zaspokajania podstawowych potrzeb dziecka, ale mają wielką gotowość także w zaspokajaniu pragnień czy zachcianek malucha, bez oglądania się na porę, miejsce czy okoliczności”. Ponowoczesna zachodnia kultura hołduje mitowi szczęśliwego i starannie aranżowanego dzieciństwa. Nie podkreśla się w niej potrzeby wyznaczania dzieciom granic, cały nacisk kładziony jest na zapewnienie szczęśliwych przeżyć. „Współczesne dzieci stały się posiadaczami swoich rodziców” ubolewa Doherty. „Na scenie rodzinnej dzieci w każdym wieku mają obecnie nowe, powszechne prawo do przerywania rozmów dorosłym w każdym momencie i z każdego powodu. Co ciekawe, coraz więcej rodziców uważa, że niegrzeczne jest nie wtrącanie się w rozmowę i domaganie się uwagi za wszelką cenę – ale zbywanie dziecka w celu dokończenia rozpoczętej kwestii”. Platowska zgadza się z Dohertym: „Dzieci są doskonale zaprawione w walce o swoje potrzeby. Natura tak je zaprogramowała, by dobrze umiały zwracać na siebie uwagę. I rodzice często przegrywają w takich starciach. Wielu z nich wręcz boi się stawiać granice swoim dzieciom. Unikają formułowania zakazów i nakazów oraz wydawania poleceń czy podejmowanie niepopularnych decyzji. Są zbyt permissywni, pobłażliwi. Efekt: folgują dzieciom, pozwalają im na wszystko. Współczesne dzieci często nadają ton i kierunek rodzinie i podejmują wiele decyzji, za które powinni być odpowiedzialni dorośli”.

Trudny świat

Bardzo trudno być rodzicem. Tym trudniej, że się w tym zajęciu trochę pogubiliśmy. Kiedyś wszystko było prostsze: nasi dziadowie i pradiadowie wychowywali dzieci według pewnego modelu, który obowiązywał w kolejnych pokoleniach. Współcześni rodzice żyją w świecie, w którym muszą wszystko odkrywać sami. Znany socjolog, Anthony Giddens, w swej książce „Konsekwencje nowoczesności” zauważył, że zmieniła się ludzka refleksyjność – czyli sposób, w jaki rozumiemy samych siebie, swoje postępowanie i otaczający nas świat, a w efekcie podstawa, na której kreujemy nasze uczynki. Dawna refleksyjność opierała się na religii i tradycji, na jasnym przekazie i wyraźnych wymaganiach. Świat współczesny – zwany przez socjologów ponowoczesnym - jest inny. To, co się sprawdzało w statycznym świecie dawnych społeczeństw nie sprawdza się w migotliwym, płynnym świecie społeczeństwa sieciowego. Współczesna refleksyjność korzysta z innych podstaw i wyjaśnień. Tradycję i religię zastąpił świat ekspertów: to inni objaśniają nam rzeczywistość, to na ich opiniach opieramy naszą wiarę i według nich kroimy nasze poczynania. „Wychowanie dzieci też się tu nie obroniło: nie wychowujemy ich, słuchając intuicji, lecz wyczytujemy w książkach i tekstach, pisanych przez psychologów dziecięcych i pedagogów, że dobre jest to czy tamto, a szkodliwe to czy owo” mówi Platowska. Niestety, często się okazuje, że w jednym czasopiśmie gozdzien zaufania ekspert poleca metodę A, podczas gdy w innym równie wiarygodny ekspert optuje za metodą B. Jedni wyjaśniają, że dyscyplina jest koniecznym elementem

wychowania, inni – że miłość ma być bezwarunkowa. Jak grzyby po deszczu powstają nowe podejścia do rodzicielstwa, jak choćby attachment parenting, czyli rodzicielstwo bliskości czy koncepcja kontinuum, zakładająca m.in. natychmiastowe odpowiadanie na sygnały wysyłane przez dziecko. „W świecie, w którym z receptami na wychowanie dziecka jest jak z reklamą pasty do zębów: w ciągu godziny są trzy różne, rodzice utracą grunt pod nogami” ubolewa Platowska. „I zaczynają się obawiać, że dużą ilością nakazów, zakazów czy granic mogą skrzywdzić swoje dziecko. Bo może zakazanie dziecku jednej rzeczy jest w porządku, ale już zakaz trzech je skrzywdzi? Tyle się mówi o budowaniu podstaw poczucia własnej wartości we wczesnym dzieciństwie - więc czy zakazując i nakazując nie podcinamy dziecku skrzydeł?”. Skoro pierwsze lata są kluczowe, strach czegoś zabronić, bo a nuż dziecko straci poczucie sprawczości? A jeśli podniesiemy głos, to zranimy jego dumę i poczucie wartości własnej? Nieumiejętność pokierowania dzieckiem czy niechęć do podejmowania niepopularnych w oczach dziecka decyzji to jeden z efektów ponowoczesnego zamieszania.

To przez ciebie, mamo

Zdarza się jednak i tak, że mamy jakiś pomysł na wychowanie dziecka, ale... bierze on w łeb, kiedy maluch osiąga wiek, w którym jest już w stanie komunikować swoje upodobania. Zdaniem Platowskiej, uparty pięciolatek czy zbuntowany nastolatek to naprawdę twardzi przeciwnicy... Czasem więc dla świętego spokoju odpuszczamy. Wiemy, że i tak nas rozbiją, przeczekają, wymuszą. To nie

jest dobry pomysł, bo jedno nieprawidłowe ustępstwo prowadzi do kolejnych, ale w danej chwili liczy się tylko święty spokój. Dzieci wystawia nam za to kiedyś rachunek – jednak kto by się dziś tym przejmował.

Granice nie stawia także rodzic nieszanowany. Są rodziny, w których np. ojciec nie szanuje matki, nie ceni jej, nie okazuje przywiązania i traktuje z lekceważeniem. Dzieci nie będą dla niej łaskawsze: skopiują zachowanie silniejszego rodzica. A matka, gdy chce coś wyegzekwować, nie prosi dziecka bezpośrednio, tylko woła męża „Albert, powiedz Emilce, żeby ściszyła ten łomot!”. Wie, że w starciu z dzieckiem przegra. Niestety, ani wzywany na pomoc mąż, ani zaczepiane dzieci w ogóle nie reagują. „A że utyskiwanie i robienie awantur nie jest fajnym zadaniem, kobieta decyduje: po co tracić energię?” wyjaśnia Platowska. „Deklaratywnie marzy, by coś się zmieniło, by mąż zaczął ją szanować i liczyć się z jej zdaniem, a dzieci brały jej zdanie pod uwagę. W rzeczywistości nic jednak nie robi, bo tkwi w swej roli. I ma z niej profity: jeśli to partner będzie podejmował decyzje, zwłaszcza mało popularne, pretensje będą kierowane pod jego adresem”.

Są także matki, które nie zabraniają i nie nakazują, bo boją się stracić sympatię i miłość swoich dzieci. Tak może reagować ktoś, kto był wychowany w chłodnym, pozbawionym miłości domu. Nie czuł się przez rodziców kochany i myślał, że to jest norma – a na trochę ciepła w relacji trzeba sobie zasłużyć. „Taka osoba będzie się bała, że jeśli się na coś nie zgodzi lub czegoś zażąda, straci u dzieci czy w ogóle u bliskich jakieś punkty” mówi Platowska.

„Nie umie budować relacji i boi się, że wszystko, co się wiąże ze stawianiem granic oznacza utratę miłości. Co ciekawe, w zewnętrznym świecie może być nawet całkiem asertywna. Boi utraty miłości najbliższych, obcy jej nie przerażają”. Domy, w których uznawaną metodą wychowania był tzw. pruski dryl, także „produkują” osoby, bojące się utraty czyichś uczuć. Pozbawione w dzieciństwie przytulania i kochania, za to karane i represjonowane, nie czują się warte miłości. Czasem wręcz nie mogą uwierzyć w swoje szczęście, w to, że dzieci je kochają. A że nade wszystko pragną być kochane, nie zaryzykują niczym – żaden nakaz ani zakaz nie jest tego wart.

Granice są w porządku!

To prawda: nie można kochać dziecka za bardzo. Ale można je kochać niemądrze. Goethe powiedział, że mamy dać dzieciom zarówno skrzydła, jak i korzenie. Skrzydła rosną dzięki miłości – ale aby rosły korzenie, granice są niezbędne. „To one dają dziecku poczucie bezpieczeństwa, porządkują jego świat, nadają mu strukturę, określają normy” wylicza psycholog. „Gdy dziecko wie, co będzie za chwilę, jest spokojne. Gdy wie, jakiego zachowania oczekują rodzice, nie musi zgadywać, co powinno robić. To także je uspokaja – nawet, jeśli się zdecyduje postąpić niezgodnie z oczekiwaniami. Łatwiejszy emocjonalnie jest bunt, niż zagubienie i niepewność”.

W codzienności dziecka powinny być kamienie milowe: coś, co jest stałe i niezmiennie. Inne rzeczy mogą się zmieniać, kamienie milowe - nie. Przykład? Możemy negocjować, co będzie na śniadanie – ale nie czy śniadanie w ogóle będzie zjedzone. Podobnie z porą

snu: powinna przypadać na określoną godzinę, choć dziecko może wybrać piżamkę, poduszkę czy stronę łóżka, na której zaśnie. Możemy negocjować program, który maluch chce obejrzeć w telewizji lub grę, w którą chce pograć na komputerze – ale ilość godzin przed ekranem powinna pozostać niezmienna. A jeśli przesuwamy kamień milowy (dziś dzieci idą spać później, bo zabieramy je w gości), zawsze podkreślamy, że zachodzi zmiana: dziś masz święto lasu, pójdziesz spać dwie godziny później. Dajemy mu w ten sposób prezent w postaci miłej wyjątkowości. Doherty: „Silny, zdecydowany i konsekwentny rodzic, nawet, gdy podejmuje niepopularne decyzje, przeciwko którym dzieci się buntują i tak wspiera dziecko: taki rodzic daje pociesze poczucie bezpieczeństwa”. Jeśli się dokładnie przyjrzymy nurtom, stawiającym bliskość z dzieckiem i miłość do niego na pierwszym miejscu – jak choćby wspomniana filozofia rodzicielstwa bliskości – nawet w nich znajdziemy elementy dyscypliny. Nośmy dzieci na rękach, śpijmy z nimi, tulmy je, mówmy im, że je kochamy i zaspokajamy ich wszystkie potrzeby – ale także „praktykujmy pozytywną dyscyplinę i dążmy do równowagi w życiu osobistym i rodzinnym” (przykazanie z attachment parenting). Równowaga w życiu rodzinnym zakłada, że liczy się nie tylko dziecko, ale także ja i mój partner – bo dopiero szczęście każdego członka rodziny z osobna przekłada się na szczęście rodziny jako całości.

Potrzeby i zachcianki

Istotna jest tu zwłaszcza kwestia zaspokajania potrzeb – to absolutny obowiązek rodzica. Ale potrzeby to jedno,

a zachcianki – to już co innego. „Dziecko nie rozumie, że to, z czym przychodzi do rodziców, jest czasem zachcianką, a nie potrzebą” wyjaśnia Platowska. „Rodzice przerywają bowiem każdą aktywność, jaką się zajmowali, by poświęcić się kontaktowi z dzieckiem. To błąd. Jeśli dziecko nam przerywa, bo ma jakąś zachciankę, mamy prawo je poprosić, by chwilę poczekało. Za chwilę zajmiemy się jego sprawą. W ten sposób pokazujemy maluchowi, że jest coś takiego jak hierarchia zachcianek i potrzeb, a obecne żądanie jest zachcianką. I uczymy je odróżniać jedne od drugich. A kiedy już się tego nauczy, mamy prawo wymagać, by samo dokonywało wstępnej selekcji”. To dobre dla dziecka: nie tylko jako dorosły lepiej będzie rozumieć samego siebie, ale też nie będzie się frustrować niespełnionymi zachciankami. Tylko przebyty w dzieciństwie trening radzenia sobie z frustracją, bezpiecznie przećwiczony na zachciankach, uodporni dziecko na nią na całe życie.

Platowska dodaje jednak, że niebywale istotny jest jednak sposób odroczenia bliskości z dzieckiem – bo coś może obiektywnie być nieistotne, ale dla dziecka będzie najważniejsze na świecie. Dlatego nasza odmowa *zawsze* musi być bardzo empatyczna i dająca informację „jak tylko skończę to, co jest dla mnie w tej chwili bardzo, bardzo ważne, będę dla ciebie; to tylko kwestia czasu”. Warto także popracować nad budową autorytetu. Gdy kilkulatki już szaleją dookoła nas, trochę na to późno - ale nie za późno. Zacznijmy od oczekiwania szacunku – zawsze, kiedy mąż lub dziecko odnosi się do nas lekceważąco, zaprotestujmy. Łagodnie, ale stanowczo: „nie mów do mnie w ten sposób, nie tym tonem”. Nie od czasu do czasu, lecz konsekwentnie; brońmy swoich

granic. Zaczynijmy też dbać o siebie. Jeśli czujemy się zmęczone, ledwo już stoimy na nogach, zamiast robić kolację dla rodziny, która i tak tego nie doceni, poczytajmy babski magazyn, zróbmy sobie kąpiel, obejrzyjmy film w telewizji, idźmy na spacer, zadzwońmy do siostry czy przyjaciółki. Niech rodzina przyjdzie do nas i nas o pomoc poprosi. Doherty: „Warto nauczyć dzieci, że >więcej dla nas< oznacza także >więcej dla nich<. Pokazać im, że cenimy siebie, jako dorosłych i partnerów, nie dewaluując istotności dzieci. Że jesteśmy w pierwszej kolejności osobami, małżonkami – a

dopiero potem rodzicami”. A jaką wybrać metodę wychowawczą? Najlepiej po prostu dopasowaną do dziecka. Jedne potrzebują silniejszej ręki i bardziej zdecydowanego prowadzenia, inne wręcz zaproszenia do wyjścia świata naprzeciw. Te drugie traktujmy łagodniej, te pierwsze – z nieco większą dyscypliną. I nie bójmy się, że stawiając granice złamiemy w dziecku ducha. Nasz pięciolatek doskonale potrafi już walczyć o swoje. Teraz pora nauczyć go współżyć z innymi, a to w jego dorosłym życiu będzie najcenniejsza umiejętność.

Tekst ukazał się w magazynie SENS.