

JAK WYCHOWAĆ, ŻEBY NIE ZWARIOWAĆ...

Czyli kilka myśli o wychowaniu według Jespera Juula

„Nie ma doskonałych rodziców. Nie ma nawet w przybliżeniu doskonałych rodziców.”

Jesper Juul

Rodzicielstwo to nie jest prosta sprawa... Chyba każdy rodzic doświadczył w swoim życiu uczucia bezsilności wobec własnego dziecka, braku kontroli nad sytuacją i wściekłości niemal nie do opanowania. Nierzadko także zdarza się, że rodzicielstwu towarzyszy uczucie zagubienia. W momencie kryzysu spowodowanego ciągłymi kłótniami z dziećmi i brakiem przyjacielskiego porozumienia warto sięgnąć po książkę duńskiego pedagoga Jespera Juula: „Nie z miłości. Mądrzy rodzice silne dzieci.” Autor odpowiada na wiele rodzicielskich potrzeb, pytań i wątpliwości.

Rodzicielstwo to Wyzwanie...

Nigdy nie jest łatwo. Nieprawdą jest, że w życiu nie ma czasu, żeby się zastanowić nad swoim postępowaniem w relacji z dziećmi. Nieprawdą jest, że nie ma skąd czerpać wiedzy i pozytywnych rozwiązań konkretnych sytuacji. Nieprawdą jest również, że musimy powielać wzorce wyniesione z własnego domu rodzinnego. Natomiast prawdą jest, że wszyscy możemy być dobrymi rodzicami. Naprawdę możemy, ale wymaga to pracy nad sobą samym, a nie nad dzieckiem. Bo dzieci, jak pisze Juul – „nie robią tego, co im my mówimy, one robią to, co my robimy.” Wychować możemy więc tylko siebie, bo jedyne zachowanie, na które realnie mamy wpływ to nasze własne.

Jak to zrobić?

Według Juula po pierwsze musimy zaufać własnym dzieciom. To niby oczywiste, ale tak naprawdę to jeden z najtrudniejszych i przelomowych momentów całego procesu przemiany rodzica. Nagle – z policjanta - stajemy się partnerami. Wierzmy, że nasze dzieci chcą naszego dobra, chcą współdziałać z członkami rodziny, nie mają też w zamyśle celowego krzywdzenia. Nie zależy im na łamaniu przepisów – wręcz przeciwnie. Nasze dzieci chcą być dla nas kimś bliskim. I najważniejsze – nasze dzieci są dobre.

Po drugie - wytyczyć własne granice.

W świecie swobodnego przepływu informacji i wielokulturowości nie uda się stworzyć jednego systemu dopuszczalnych zasad „dobrego wychowania”, czy „bycia grzecznym”, bo dziecko śpiewające głośno w poczekalni u lekarza jednemu będzie przeszkadzać, a innego rozczulać. Juul podpowiada łatwe rozwiązanie tego problemu. Otóż, granic nie wyznacza się dzieciom – należy wyznaczyć WŁASNE granice. Oznacza to wnikliwe przemyślenie tego, jakie wartości są dla mnie ważne oraz jakich zachowań mojego dziecka absolutnie nie mogę tolerować. A potem, wystarczy już tylko bronić swoich granic, gdy są naruszane, używając nieprzypadkowych słów.

Po trzecie – Język osobisty

Język osobisty odnosi się do nas - rodziców. Nie do dziecka i jego intencji. Opiera się na tym, co dla nas ważne oraz, czego tak naprawdę chcemy i potrzebujemy. Brzmi to na przykład tak: „Nie. Nie chcę, żebyś kopał brata. Nie zgadzam się na to. To go boli.” Albo „Chcę, żebyś założył kaptcie, bo martwię się, że się przeziębisz.”

Po czwarte - Odpowiedzialność

Użycie języka osobistego wymusza jednak na rodzicu wzięcie na siebie odpowiedzialności. Skoro to rodzic czegoś nie chce dać dziecku, jasne jest, że to właśnie w niego dziecko wymierzy swój gniew. Pamiętać trzeba, że dziecko i tak zawsze będzie kochało rodzica. Nawet wtedy, gdy nieustannie powtarza, że go nie lubi. To rodzice są odpowiedzialni, za emocjonalne życie rodziny, nie dziecko. Dlatego trzeba zawsze świadomie i odpowiedzialnie podejmować decyzje w relacji z dzieckiem. Gdy prosi ono o nową zabawkę – jeśli chcemy, to kupmy ją, jednak, jeśli nie chcemy, to mu odmówmy. Decyzję należy zawsze podejmować w oparciu o własne granice, biorąc na siebie odpowiedzialność i godząc się na to, jakie emocje wywoła ona u dziecka. Nie należy ustępować zachciankom dziecka tylko dlatego, że chwilowo będzie nam łatwiej, ponieważ realnie dziecko nie dostanie wtedy tego, czego najbardziej potrzebuje – czyli odpowiedzialnego rodzica, któremu na nim naprawdę zależy.

Po piąte - Szacunek dla integralności

Z pewnością każdemu zdarzyło się naruszyć czyjąś integralność. Sami mamy różne doświadczenia z dzieciństwa i nie zawsze jest dla nas oczywiste, że przemoc względem dziecka jest niedopuszczalna. Otóż jest. Nie można dziecka poniżać, straszyć, ignorować, bić. Tak samo, jak nie można tego robić żadnemu człowiekowi.

Po szóste – Autentyczność

Na koniec taka pozytywna bardzo myśl.... Otóż, Jesper Juul pozwala nam być sobą! Przy zachowaniu wszystkich zasad, rozwiniętych wyżej, możemy dać upust wszystkim emocjom i pokazać siebie dziecku bez obaw o utratę „autorytetu”. W oczach naszych dzieci pozostajemy ludźmi, a wszystkie emocje są przez nas akceptowane. Jak jesteś wściekły, bo Twoje dziecko rozlało właśnie mleko na podłogę, mimo, że prosiłeś, żeby zostawiło karton na blacie kuchennym. Juul nie widzi nic złego w tym że wykrzyczysz swoją złość na przykład tak: „Chcę żeby mleko było na blacie!!! Jestem wściekły, bo teraz muszę to posprzątać!” Mimo wszystko nie naruszamy tym niczyjej integralności, nie poniżamy, mówimy o sobie, bronimy własnego terytorium, pokazujemy dziecku, że jego zachowanie naprawdę nas dotyka. Prawdopodobnie samo zaproponuje pomoc przy sprzątnięciu. Albo i nie. Ale na pewno w żaden sposób nie naruszy to naszej relacji, która przecież jest w tym wszystkim najważniejsza.

„Wychowanie dzieci i życie z partnerem są po prostu wielkim eksperymentem, który trwa całe życie i w którym nie da się uniknąć różnych głupstw i błędów. Jednak w życiu nie chodzi o to, aby postępować „właściwie” czy też „doskonale”, ale aby całemu temu chaosowi nadać sens.”

Artykuł opracowała Monika Głuśniewska na podstawie:

Jesper Juul „Życie w rodzinie. Wartości w rodzicielstwie i partnerstwie”

Jesper Juul „Nie z miłości. Mądrzy rodzice silne dzieci.”