

Duże dzieci, duży kłopot...?

29.05.2020

Rodzice dorastających dzieci martwią się ich odsuwaniem się, znikaniem we własnym świecie. Nastolatki zamykają się w świecie własnych tajemnic, w skrajnych przypadkach uciekają z domu. Jak postępować, by dorastające dziecko chciało mieć z nami bliski kontakt?

Część naszych – rodziców – wpływów opiera się na kontroli rodzicielskiej. Od urodzenia trzeba bowiem kontrolować zachowania dziecka – czy nie wkłada palca do kontaktu, czy nie przebiega przez jezdnię, co je, czy ciepło się ubiera, czy chodzi do szkoły, czy ma dobre relacje z innymi osobami w rodzinie. Jasne, że to wymaga kontroli. Jednak stopniowo, wraz z rozwojem dziecka, powinniśmy się z kontroli wycofywać. Różnie to przebiega w indywidualnych przypadkach. Na przykład wobec dziecka z poważną niepełnosprawnością ruchową kontrola będzie trwała prawdopodobnie do końca życia. Nigdy jednak nie jest ona stuprocentowa, nie możemy przecież kontrolować myśli dziecka ani jego problemów.

Każde dziecko chce kochać swojego rodzica. Czasem jednak nie może znieść jego kontroli czy nadmiernej zależności. Bardzo ważna jest umiejętność utrzymywania dystansu między rodzicem a dzieckiem, a chyba każdy rodzic zmaga się z pragnieniem pełnej kontroli.

Trzeba starać się być kimś takim, żeby dorastające czy dorosłe dziecko chciało mieć z nami bliskie relacje. I nie chodzi tu o nadskakiwanie własnym dzieciom. Chodzi o to, by postępować z nimi po prostu tak, jak z innymi ludźmi, na których sympatii, miłości i przyjaźni nam zależy. Trzeba bezustannie dbać o to, by dzieci nam ufały, by się nas nie bały.

Jeśli mamy z dzieckiem wspólne zainteresowania, dzieci będą chciały przyjść, porozmawiać, utrzymywać bliskie kontakty. Jeśli jednak w kółko będziemy mówić to samo, krytykować, to się oddalą. Dbajmy o to, by mieć z naszymi dziećmi wspólne tematy do rozmów.

A jeśli dzieci popełniają błędy? Mamy tendencję, by postrzegać je jako rezultat popełnionych przez nas błędów wychowawczych. To nieprawda, dziecko nie podlega wyłącznemu wpływowi rodziców, nawet najbardziej dominujących. Na jego zachowanie i wybory wpływa mnóstwo innych czynników: inni ludzie – rodzina, rówieśnicy, nauczyciele, odziedziczone cechy i skłonności, okoliczności życiowe. Jednak prawdą jest, że rodzice popełniają błędy i mogą nimi dziecku zaszkodzić. Nikt nie jest nieomylny, nie należy jednak pielęgnować w sobie poczucia winy – taki rodzic stanie się uległy, ustępliwy, a chodzi przecież o relacje z dzieckiem oparte na wzajemności. By dobrze radzić sobie z poczuciem winy wobec popełnionych błędów wychowawczych, pamiętajmy o szczerości w rodzinie, która dobrze funkcjonuje, jeśli o problemie jej wszyscy członkowie wiedzą, rozmawiają ze sobą. Bądźmy też jako rodzina otwarci, prośmy o pomoc – psychologów, psychiatrów, specjalistów od uzależnień, a nawet sąd rodzinny czy kuratorów.

Nigdy, niezależnie od wieku, nie wolno przymykać oka na zachowania dziecka, które zagrażają jego zdrowiu, życiu, bezpieczeństwu. Reagować należy już na pierwsze sygnały – zwołaniem narady rodzinnej, próbując wspólnie coś postanowić. Między innymi trzeba dziecko nauczyć brania odpowiedzialności za swoje zachowanie. Dorosłemu dziecku mieszkającemu wspólnie z rodzicami trzeba stawiać wymagania współdziałania, również materialnego, w życiu rodziny.

Pamiętajmy zawsze, że dzieci nie robią tego, co my do nich mówimy, ale to, co robimy. I najczęściej są do nas podobne – jeśli rodzic jest ostrożny, prawdopodobnie jego dzieci będą ostrożne, dzieci bierne zachowują się przy podejmowaniu decyzji podobnie jak ich rodzice, a dzieci aktywnych rodziców nie chcą przyjmować kontroli czy rad.

Od najmłodszych lat dawajmy dziecku wybór, pytajmy, co wybiera do zjedzenia, co woli do ubrania. Jeśli będzie czuło, że o czymś decyduje, to stopniowo nauczy się decydować. Nauczy się nie tylko, że ma możliwość wyboru, ale też, że gdy nie potrafi zdecydować, to może zapytać mamę czy tatę. Jeśli rodzic często pyta dziecko, to ono będzie często pytać jego.

Jeśli nasze dziecko podejmie złą decyzję, szukajmy razem z nim rozwiązania. Im bardziej jesteśmy niezadowolony z postępów dziecka, tym bardziej dbajmy o to, by nasze stosunki były życzliwe i bezpieczne. Przyjaźnimy się przecież również z ludźmi o odmiennych poglądach, szanując różnice między nami. Niech będzie tak również wobec własnych dzieci. Jeśli na przykład córka pali papierosy, powinna wiedzieć, że rodzic jest z tego niezadowolony, jednak stosunki między nimi nie powinny z tego powodu ulec pogorszeniu. Jeżeli nasze dziecko przebywa w towarzystwie, którego nie aprobujemy, nie wyśmiewajmy się z tych ludzi, zaproponujmy może, by zaprosiło ich do domu.

Powinniśmy jako rodzice wyrazić swój żal, dezaprobatę dla wyborów dziecka, ale nie w formie oskarżenia, tylko troski : „Synku, boję się o Ciebie, ale pamiętaj, że jestem zawsze z Tobą”, „Córeczko, myślę, że to fatalnie, że przeszłaś na islam”.

Pamiętajmy, że w wychowaniu dzieci chodzi o to, by nauczyły się samodzielnie zarządzać swoim życiem, zgodnie z własnym systemem wartości, w zgodzie z prawem. Najgorsze to zafundować dziecku ciągły konflikt wewnętrzny – ja czegoś pragnę, a rodzice nie wyrażają zgody. W efekcie dziecko będzie przed rodzicami udawać i żyć w ciągłym napięciu, nieszczęśliwe.

Agnieszka Ostrowska-Knot, psycholog