

Jesper Juul



Zamiast wychowania

O sile relacji z dzieckiem

Dzieci od najmłodszych lat należy wciągać w proces zastanawiania się nad różnymi decyzjami i zadawania sobie pytań w rodzaju: Czego chcę? Na co mam ochotę? Dlaczego na coś nie mam ochoty? Czy jest jakieś kompromisowe wyjście z sytuacji? Taki sposób myślenia procentuje w dorosłym życiu.

Tymczasem dzisiaj większość dorosłych nie jest w stanie powiedzieć, czego tak naprawdę chce! Dlaczego? Dlatego, że od dzieciństwa nie było nikogo, kto zainteresowałby się ich potrzebami i marzeniami. Nie mają żadnej praktyki w sprawdzaniu swoich potrzeb.

Dać dzieciom wolność nie znaczy wychowywać je w sposób wolny. Czy chciałbym, żeby moje dziecko rozwinęło własną osobowość i niezależne istnienie, czy też wolę wychowywać je tak, aby zawsze wiedziało w danej sytuacji, jak należy się poprawnie zachowywać i czego się od niego oczekuje. Niestety, w tym drugim wypadku nasze dziecko będzie zmagać się z różnymi problemami w dorosłym życiu. Potwierdzają to doświadczenia wielu dorosłych, którzy kiedyś odebrali tego rodzaju wychowanie. To nie przypadek, że obecnie $\frac{1}{4}$ populacji cierpi na różnego rodzaju dolegliwości psychiczne lub zмага się z istotnymi problemami życiowymi (tak przynajmniej jest w Danii).

Jak mógłbym przekazać swojemu dziecku
poczucie, że ma ono istotną wewnętrzną
wartość?

Nazywamy to poczuciem własnej wartości.

Podłoga często bywa lepszym wychowawcom niż rodzic. Podłoga nie prawi morałów: „A nie mówiłam! Gdybyś był grzeczny i mnie słuchał, to byś nie spadł”. Podłoga uczy dziecko, że zawsze kiedy próbuje się nowych rzeczy, może się zdarzyć, że sprawimy sobie ból albo się zranimy. Takie jest życie! Podłoga nie krytykuje, nie poniża, nie ma kpiącego uśmiechu na twarzy, który mówi: „Jesteś winny!”.

Nie tylko fizycznie można skrzywdzić
dziecko. Słowa również sprawiają ból!

Skończ z wypytywaniem swoich dzieci.
Powiedzcie im coś o sobie, jak się macie,
jak minął wam dzień. Po jakimś czasie
twojego mówienia, może po 2-3
tygodniach jest szansa, że Wasze dziecko
samo z siebie zacznie opowiadać o swoim
życiu. I poznasz swoje dziecko tak, jak
nigdy nie poznałbyś go, zadając mu tylko
pytania.

Kiedy zawsze dajemy dzieciom to, czego chcą, wtedy nie dostają one tego, czego naprawdę potrzebują: swoich rodziców. One potrzebują, żeby ich rodzice byli przy nich obecni – i to wszystko!

Poczucie własnej wartości nie zależy od tego, jakie umiejętności posiadasz i jak cenne mogą one być dla innych ludzi, ani od tego, ile w życiu osiągnąłeś, ile masz pieniędzy. Zależy jedynie od twojego stosunku do samego siebie.

Wiara w siebie rozwija się wraz z twoimi umiejętnościami i sukcesami. Jeśli jakieś dziecko ma za mało wiary w siebie (pewności siebie), możesz je wesprzeć, np. pomagając w nauce, przez co stopniowo polepszy swoje wyniki, a tym samym mocniej uwierzy w siebie.

Ludzie z wysokim poczuciem własnej wartości nie cierpią, jeśli w jakiejś dziedzinie brakuje im sukcesów, bo potrafią sobie to wytłumaczyć. Mogą być z tego powodu smutni, ale generalnie nie będzie to dla nich tragedią.

Jeżeli komuś brakuje poczucia własnej wartości, to stwierdzi: „Zawiodłem, nie dałem rady, jestem beznadziejny! Czego się nie dotknę, to porażka. Każdy jest lepszy, mądrzejszy i ładniejszy ode mnie”. W przypadku niepowodzenia ludzie tacy widzą wszystko w czarnych barwach.

Poczucie własnej wartości decyduje
o jakości naszego życia i o charakterze
związków z innymi ludźmi.

Osoby o niskim poczuciu własnej wartości
mają problem z tym, żeby odkryć swoją
prawdziwą wielkość: albo siebie
pomniejszają, albo wyolbrzymiają

Jeśli człowiekowi doskwiera niskie poczucie własnej wartości, będzie mu trudno budować dobre relacje z innymi ludźmi, a także z samym sobą. Trudno jest mu otwarcie powiedzieć, czego mu potrzeba, gdzie jest jego „Tak” i „Nie” albo prowadzić szczerą rozmowę z drugim człowiekiem.

Oceniając swoje dzieci jako złe, sprawiasz,
że stają się złe. Im bardziej rodzice
oceniają, definiują i wartościują dzieci, tym
mniej mają one szanse dowiedzieć się
czegoś prawdziwego o sobie.

Kochanie i rozumienie to zupełnie dwie różne pary butów. Ktoś może nas kochać, nawet jeśli nas nie rozumie.

Nasza złość na dzieci jest wyrazem naszej bezradności, bo czujemy się mniej skuteczni w swoich wysiłkach wychowawczych, niż byśmy chcieli.

Rodzice muszą akceptować swoje dzieci takimi, jakie one są i pokazywać im tę akceptację.

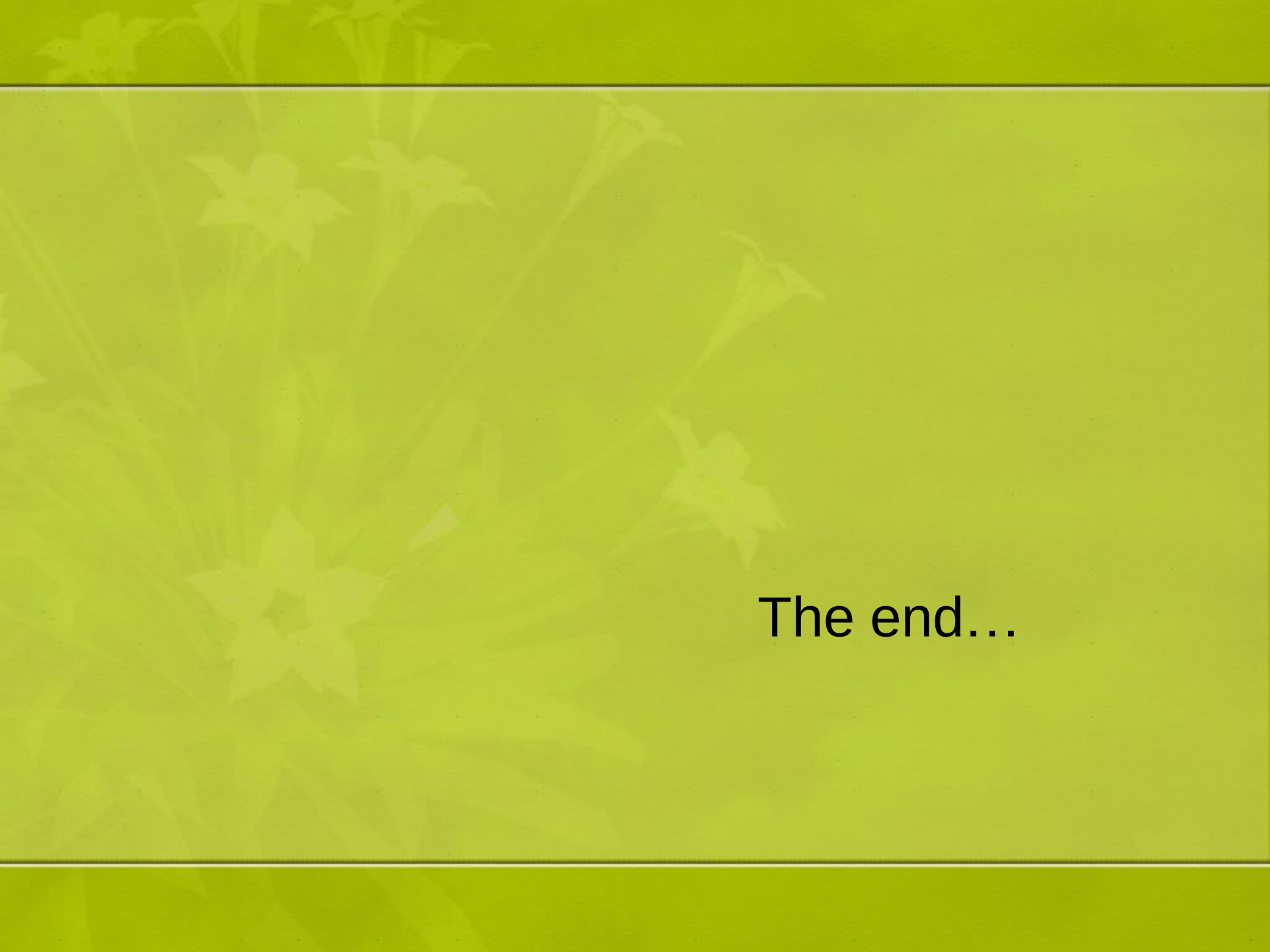
Tak naprawdę dzieci nie uczą się z tego, co im się mówi. Możemy pouczać je, ile chcemy, a to i tak nie robi na nich większego wrażenia. Może nie kiedy spełnią któreś nasze życzenie, ale wewnętrznie nie będą przekonane. Przekonać można je tylko przez własne działaniem własny przykład. Dzieci uczą się poprzez obserwację.

Dzieci nie trzeba chronić przed
(kulturalnymi) kłótniami dorosłych. W
końcu uczą się w ten sposób, jak wygląda
życie w związku, do którego z pewnością
należą także konflikty.

Rodzic nie zawsze musi mieć gotową odpowiedź na wszystko, dobrze jest, gdy dziecko o tym wie. Niech usłyszy od rodzica, że musi się on chwilę zastanowić nad pytaniem dziecka i potem da dziecku odpowiedź.

Dzieci wyrażają się wprost – dlatego lepiej samemu też wyrażać się jasno i wprost.

Jeżeli nie pomożemy dziecku wyrażać
swojego sprzeciwu w słowach, to zacznie
wyrażać go całym swoim zachowaniem.



The end...