

Droga do samodzielności

Autor: Agnieszka Wolańczyk – psycholożka, psychoterapeutka



Celem wychowania dziecka/nastolatka jest wspomaganie jego rozwoju, w taki sposób, aby w życiu dorosłym stał się autonomiczną jednostką. Podczas konsultacji z rodzicami nastolatków, nieustannie poszukują oni odpowiedzi na pytanie jak wspierać rozwój swoich dzieci, aby w życiu dorosłym miały takie cechy i umiejętności, które pozwolą im bez problemów funkcjonować w społeczeństwie. Jedną z umiejętności, niezbędną do tego jest uczenie samodzielności.

Zgodnie z definicją języka polskiego, termin samodzielność opisuje człowieka, który jest „nieulegający czyjś wpływowi, niepodlegający czyjejś władzy, niezależny, niezawisły, niepodległy”. Rodzicom bardzo zależy, aby ich dzieci miały w życiu dorosłym lepiej niż oni sami. Większość rodziców opisuje swoje dzieciństwo, z jednej strony z radością i wzruszeniem, a z drugiej ze smutkiem. Jest to pokolenie ludzi, które wychowywało się w zdecydowanie innych warunkach niż ich dzieci, czyli dzisiejsza młodzież.

Jak byli wychowywani współcześni rodzice nastolatków?

Spędzali czas wśród kolegów i koleżanek, całe dnie na podwórku, grając w piłkę, wspinając się na drzewa, rozbijając kolana, a czasami też głowy. Często biorąc odpowiedzialność za młodsze rodzeństwo, ponieważ rodzice pracowali całe dnie - właśnie dlatego często pełnili role osób dorosłych, choć w ogóle nie mieli do tego umiejętności z racji wieku w jakim byli. Są to osoby, które z jednej strony mają dużo wdzięczności do swoich rodziców ponieważ robili wszystko aby zapewnić, to co jest niezbędne do przeżycia, a z drugiej strony czują żal za emocjonalny chłód w jakim byli wychowywani. Ze smutkiem mówią, że nie mogli liczyć na emocjonalną obecność rodziców, ich wsparcie czy zrozumienie. Sami, jako rodzice, mają postanowienie, że będą emocjonalnie dostępni dla swoich dzieci, ponieważ nie chcą popełniać błędów swoich rodziców - chcą być obecni, zaangażowani, zainteresowani. Zależy im, aby ich dzieci wiedziały, że mogą na nich liczyć - nie tylko w działaniu ale też w słuchaniu. Pytanie brzmi "czy w dobie internetu i nowych technologii jest to możliwe?".

Skąd rodzice czerpią wiedzę o swoich dzieciach?

Rodzice wiedzę o swoich nastolatkach mają na wyciągnięcie ręki. Mieszkają pod jednym dachem, mijają się w drzwiach, być może jedzą wspólnie posiłki albo mają swoje rytuały charakterystyczne tylko dla danej rodziny - są to idealne momenty, aby budować bliskość ze swoimi nastolatkami. O coś zapytać, o czymś porozmawiać, o czymś opowiedzieć, coś zaplanować. Niestety ci sami rodzice często są zapracowani, zmęczeni, zabiegani i dlatego często, aby dowiedzieć się czegoś o swoim dziecku wybierają szybkie i proste rozwiązania.

Na przykład jeśli rodzice chcą wiedzieć, jakie dziecko ma oceny, uwagi z zachowania, pochwały czy obecności na lekcjach - wchodzi na Librus i to sprawdzają (platforma, która ma ułatwić rodzicom kontakt ze szkołą oraz monitorowanie postępów dziecka). Jeśli nastolatek wychodzi na spotkanie z kolegami/koleżankami (albo wraca ze szkoły później niż zapowiedział), rodzice zamiast rozmawiać o tym, gdzie i z kim wychodzi, gdzie był, często sprawdzają to w lokalizacji włączonej na telefonie. Jeśli nastolatek swój wolny czas spędza w internecie, rodzice zamiast wcześniej ustalić zasady i warunki korzystania z internetu, czasami wolą zainstalować różne oprogramowania, aby sprawdzić, co ich dziecko robi w sieci. Takie przykłady można mnożyć. Nie da się ukryć, że nowe technologie rozwijają się szybko i mają nam służyć, ułatwiać życie i warto to docenić. Jednak okazuje się, że bez przemyślenia efektów ich nadmiernego korzystania, sprawia, że coraz trudniej budować bliskość, zaufanie z dorastającym człowiekiem.

Na przykład Librus - z założenia bardzo pomocny system, jednak jak wynika z relacji rodziców, często zastępuje on rozmowę z nastolatkiem. Zanim dziecko wróci do domu to rodzic już wie, co się wydarzyło w szkole. Zamiast zapytać nastolatka jak było w szkole, jak się ma, to zazwyczaj rodzic ma już swoje opinie na temat tego, co wyczytał w Librusie, a od nastolatka oczekuje wytłumaczenia, a nie zainteresowania tym, co nastolatek ma do powiedzenia. Takie podejście siłą rzeczy sprawia, że w pewnym momencie nastolatek odpowie "a przeczytaj sobie w Librusie" i trzaśnie za sobą drzwiami wchodząc do swojego pokoju. Jednocześnie może budować w sobie przekonanie, że rodzic nie jest nim autentycznie zainteresowany. To natomiast często skutkuje frustracją rodziców, którym zależy na budowaniu bliskości i w takich momentach trudno im często zrozumieć perspektywę dziecka. Często pojawia się wzajemny żal. W podobny sposób można myśleć o innych dostępnych rodzicom możliwościach np. o wspomnianej wyżej lokalizacji w telefonie czy różnych rodzicielskich programach, a także innych dostępnych rozwiązaniach.

Między bezpieczeństwem a kontrolą

Warto pamiętać, że nowe technologie mają być ułatwieniem i warto z nich korzystać. Tym bardziej, że rodzice pytani o cel korzystania z nich, zazwyczaj odpowiadają, że robią to dla bezpieczeństwa dziecka. To co wpływa na trudności w budowaniu bliskości, to nie fakt korzystania z powyższych możliwości, a raczej sposób korzystania - kiedy te nowe technologie zastępują rozmowę, spędzanie wspólnie czasu, są jedyną rozrywką w czasie wolnym nastolatka, a czasami też rodzica. Bo jak można budować wzajemne zaufanie, wspierać w rozwoju samodzielności czy innych umiejętności, jeśli podstawową wiedzę o nastolatku rodzice czerpią z innych źródeł niż sam nastolatek? Korzystając z dostępnych możliwości warto zadać sobie pytanie o granicę między bezpieczeństwem a kontrolą. O bezpieczeństwo jak najbardziej warto dbać, jednak czasami okazuje się, że celem jest bezpieczeństwo, ale sposób realizacji tego bezpieczeństwa to pełna kontrola, która ogranicza poznanie perspektywy nastolatka, jego zdania czy opinii. A tym samym to, co ma wesprzeć rodziców w budowaniu bliskości, wspieraniu rozwoju, w efekcie odcina ich od dzieci.

To co jest warte uwagi, to fakt, że rodzicom naprawdę zależy na wspieraniu swoich dzieci/nastolatków i potrafią szukać sposobów, aby było to możliwe, nawet jeśli czasami zdarza im się popełnić błędy.

Artykuł powstał w ramach programu: Akademia Rodziców Nastolatka – wyzwania i możliwości, finansowanego przez m.st. Warszawa