

Oto 10 cennych wskazówek od Jaspера Juula, jak wychować szczęśliwego człowieka. Jesper Juul to duński terapeuta rodzinny, autor książek o wychowaniu i socjologii. Założyciel fundacji FamilyLab, która ma na celu inspirowanie rodziców do wychowania dzieci w oparciu o pogłębioną relację rodzinną. Autor wielu książek i poradników, do najsłynniejszych należą: „Nastolatki. Kiedy kończy się wychowanie?”, „Zamiast wychowania”, „Twoja kompetentna rodzina”, „Kryzys szkoły”, „Rodzic jako przywódca stada” czy „Przestrzeń dla rodziny”.



1. „Dzieci nie potrzebują doskonałych rodziców, ale autentycznych ludzi z krwi i kości”. Dajmy sobie prawo do popełniania błędów i pozwólmy na to naszym dzieciom. Nie musimy być omnibusami, ważne jednak byśmy pokazywali, że mimo ograniczeń chcemy się rozwijać.

2. „Dwie rzeczy są potrzebne do stworzenia dobrej atmosfery w rodzinie: miłość i chęć bycia ze sobą”. Kochać to za mało! Musimy swoim zachowaniem pokazywać, że chcemy być z naszym mężem/żoną. W taki sposób zapewniamy dziecku poczucie bezpieczeństwa.

3. „Szanujmy słowa dziecka i wspólnie szukajmy rozwiązania, wtedy one nauczą się szacunku do innych ludzi i ich granic”. Ciągła walka z o posprzątanie pokoju, odrobienie lekcji itp. uczy dzieci

dążenia w dorosłym życiu do konfrontacji. Zbyt wiele zakazów i nieustanne krytykowanie zniechęci dziecko do współpracy z nami.

4. „Dzieci kopiują zachowania dorosłych, którzy są dla nich najważniejsi”. Zamiast mówić, co jest dobre, a co złe, zachowujmy się w taki sposób, jakiego oczekivalibyśmy od naszych dzieci. To cenna lekcja empatii dla wszystkich.

5. „Po wprowadzeniu zasady równorzędności w rodzinie natychmiast maleje liczba konfliktów, rodzice odzyskują utraconą skuteczność, a dzieci uczucie, że znajdują się pod dobrą opieką”. Warto zaznaczyć, że nie jest to tożsame z przejściem władzy przez dzieci i brakiem przewodnictwa dorosłych. Szanujmy, słuchajmy, uwzględniajmy potrzeby dzieci, ale też wytyczajmy ścieżki.

6. „Nadmierny niepokój, tak samo, jak i nadmierne poczucie winy, które są tak rozpowszechnione wśród współczesnych rodziców, dostarczają alibi do bycia pasywnym i pozwalają schodzić z drogi koniecznym rodzicielskim decyzjom”. Nie przenośmy naszych zmartwień na dzieci. Nie pozwólmy, aby ciągły niepokój o los naszych dzieci zawładnął naszym życiem. Bycie dzieckiem rodzica pochłoniętego ciągłymi lękami i obawami nie jest łatwe.

7. „Rodzice, którzy opanowali sztukę poważnego traktowania dzieci, sami są przez nie traktowani poważnie”. Powstrzymajmy się przed krytykowaniem, a już z pewnością nie wolno nam wyśmiewać czy upokarzać najmłodszych.

8. „Musimy nauczyć się wyrażać wobec dziecka to, kim jesteśmy i na czym nam zależy, zamiast tylko stale mówić, jakie ono powinno być”. Zamiast codziennego pytania: „[Jak było w przedszkolu/szkole?](#)” zacznijmy rozmawiać. Dialog to rozmowa dwóch osób, a niewieczne przepytywanie.

9. Pamiętajmy: „Nie ma doskonałych rodziców! Wychowanie dzieci wiąże się z ogromną odpowiedzialnością. Czasy, w jakich żyjemy, wymuszają nas wychowywanie coraz mądrzejszych, coraz bardziej wszechstronnych dzieci. Nie obwiniajmy się, gdy coś nam nie wyjdzie. Presja jest ogromna, ale każdy z nas stara się przecież być najlepszym rodzicem, jakim potrafi by. I z pewnością nim jest!

10. „Dzisiejsi rodzice nie mogą oczekiwać, że państwo albo pracodawca dadzą im dostatecznie dużo czasu na sen, jedzenie, zabawę i miłość. Sami musicie wywalczyć sobie ten czas, bowiem bez tych rzeczy rodzina traci swój sens”. To nie jest łatwe, a może jednak jest? Wystarczy zmienić hierarchię wartości, ustalić odpowiednie priorytety. Pamiętajmy, żeby czas dla rodziny znalazł się na jej szczycie.