

„Dzieci zyskują wiele, pomagając w domu, ale wtedy, kiedy jest to dobrowolne”. Rozmowa z Agnieszką Stein

Rozmowa z Agnieszką Stein – psycholog, autorką książek o Rodzicielstwie Bliskości, która pomaga rodzicom w rozpoznawaniu wyzwań rozwojowych i podpowiada, jak wspierać dzieci przechodzące trudne dla nich sytuacje. Prowadzi warsztaty dla rodziców oraz współpracuje z przedszkolami i szkołami.

Kiedy na stronie DSW zamieściliśmy zestawienie obowiązków domowych adekwatnych do wieku według Marii Montessori, reakcja rodziców była bardzo mocna. Od zachwytu, przez krytykę, aż do oburzenia.

Myślę, że rodzice nie bardzo wierzą, że każde dziecko jest takie samo.

Rodzice pisali na przykład, że ich dzieci realizują się w inny sposób niż pomaganie w domu. Czy uważasz, że dzieci tracą coś cennego, kiedy są zaangażowane w obowiązki domowe?

Myślę, że dzieci chcą pomagać, ponieważ w ten sposób czują, że mają wkład w życie innych, ważnych dla nich osób. I uważam, że zyskują wiele, pomagając w domu, ale tylko wtedy, kiedy jest to dobrowolne z ich strony. Nie wtedy, kiedy jest to przymus.

 ZADANIA DLA:				
2-LATKÓW	3-4 LATKÓW	5-LATKÓW	6-LATKÓW	7-LATKÓW
<ul style="list-style-type: none"> • odkładanie zabawek i książek na miejsce • zamiatanie podłogi • przynoszenie do stołu sztuczków i serwetek • sprzątanie swojego miejsca przy stole, łącznie z jedzeniem które spadnie z talerza • mycie zębów, rąk, szczotkowanie włosów • rozbieranie się, odkładanie ubrań do kosza na pranie • rozkładanie zakupów na półkach 	<ul style="list-style-type: none"> • nakrywanie do stołu • pomoc przy zakupach spożywczych i tworzeniu listy zakupów • karmienie zwierząt domowych według ustalonego harmonogramu • pomoc w pracach ogrodowych • odkurzanie • ścielenie łóżka • pomoc w zmywaniu i ładowaniu zmywarki • ścieranie kurzu z mebli • smarowanie kanapek masłem • przygotowanie zimnych płatków na śniadanie • przygotowanie prostego deseru: galaretki, lody, jogurt • mieszanie ciasta mikserem ręcznym (np. na naleśniki) • składanie prania • ostrzenie ołówek 	<ul style="list-style-type: none"> • pomoc w planowaniu posiłków i zakupach spożywczych • przygotowanie sobie kanapki i posprzątanie po • przygotowanie stołu do obiadu, nalanie napoju do szklanki • odmierzenie i wymieszanie składników według receptury • ścielenie łóżka i sprzątanie swojego pokoju • wybieranie i zakładanie ubrań • dbanie o czysty zlew, toaletę i wannę, mycie lustek • podział brudnych ubrań i przygotowanie ich do prania • odbieranie telefonu i wybieranie numeru • robienie małych zakupów • prace w ogrodzie, pomoc w myciu samochodu • wynoszenie śmieci • pomoc w wyborze rozrywki dla rodziny • nauka wiązania butów • karmienie zwierząt domowych 	<ul style="list-style-type: none"> • dobieranie odzieży w zależności od pogody. • trzepanie dywanów • podlewanie roślin doniczkowych • obieranie warzyw • gotowanie prostego jedzenia (tosty, jajka na twardo) • przygotowanie własnego jedzenia do szkoły • odkładanie swoich czystych ubrań po praniu do szafy • plewienie chwastów w ogrodku • wyprowadzanie domowego zwierzątka na spacer • samodzielne wiązanie butów 	<ul style="list-style-type: none"> • dbanie o swój rower • robienie zakupów • sprzątanie balkonu/tarasu • podlewanie trwanika • dbanie o zwierzęta domowe • poranna i wieczorna toaleta • porządkowanie łazienki • proste prasowanie • mycie podłóg

Zastanawiam się nad naszym wyobrażeniem czasu dzieciństwa i przypominają mi się określenia dzieci takie jak „pociechy”, „milusińscy”. Tak jakby dzieci należały do systemu rodzinnego, ale na zupełnie innych zasadach niż dorośli.

Ja myślę, że należą na innych zasadach. To dorośli jest odpowiedzialny za wspólnotę i budowanie relacji. Małe dziecko jest odpowiedzialne tylko za siebie.

Oczywiście. Czy jednak nie zdarza się, że w odpowiedzialności za wspólnotę rodzinną przypadkiem wyznaczamy dzieciom role: pociechy, skarba, milusińskich, rodzinnej dumy? Wydaje mi się, że rodzice czasem chcą dla dzieci tak dobrze, że nie dają im możliwości zaangażowania się w budowanie tej rodzinnej wspólnoty.

Zawsze staram się zrozumieć, o co chodzi, i myślę, że my, dorośli, mamy nieprzepracowane kwestie dbania o swój dom. Póki są to „obowiązki”, czyli coś przykrego, jest nam trudno włączać w to dzieci. Na zasadzie: czuję się zmuszona do zrobienia czegoś w domu, więc trudno mi zobaczyć, że dziecko może mieć z tego frajdę.

A czy dziecko zawsze i ze wszystkiego musi mieć frajdę?

Nie wiem. Nie podejmuje się oceniać, czy dziecko musi, ale rozumiem, że różni rodzice wybiorą inaczej. To raczej pytanie, czy jeśli dziecko zostanie przeze mnie do czegoś zmuszone, to nasza relacja zyska czy ucierpi. Marshall Rosenberg powiedział, że za każdym razem, kiedy kogoś do czegoś zmuszamy, to potem żałujemy, że to zrobiliśmy.

Większość rodziców ma trudne doświadczenia tego, jak oni byli „wdrażani” do obowiązków i, jeśli chodzi o angażowanie swoich dzieci w prace domowe, może być im trudno oddzielić uczucie, że sami prac tych nie lubią i czują się mimo wszystko zmuszeni do ich wykonywania.

Istnieje jeszcze takie przekonanie, że głównym obowiązkiem dziecka jest się uczyć, a nie sprzątać. Wynika ono często z pragnienia dania dziecku czegoś lepszego, niż my sami mieliśmy.

Mam wrażenie, że wśród rodziców dominują dwie skrajnie różne postawy: z jednej strony, że obowiązki muszą być, ponieważ w ten sposób przygotowują dziecko do samodzielności, z drugiej strony, że obowiązki to stawianie dziecku zbyt dużych wymagań.

I w obu przypadkach jest to wybór rodziców.

Jak zatem przygotować dziecko do życia, jeśli zrezygnujemy z włączenia go w obowiązki domowe?

Możemy sami przestać myśleć o dbaniu o dom w kategorii „obowiązków”, a przeformułować to na dbanie o siebie, naszą rodzinę, nasz dom, i że mamy w tym wybór.

Obowiązek to jest trochę sposób, żeby nie być odpowiedzialnym i nie być ze sobą w kontakcie. Obowiązek znaczy, że coś muszę. A skoro muszę, to nie potrzebuje sprawdzać ze sobą, czy tak naprawdę chcę, nie muszę podejmować świadomej decyzji. Mogę narzekać, jak mi źle i trudno, bez odpowiadania sobie na pytanie, dlaczego chcę albo nie chcę czegoś robić. Ten aspekt wiąże się z dbaniem o siebie, co często jest postrzegane jako egoizm. Więc dodatkowo, jeśli wykonuję obowiązki, to mam poczucie, że się poświęcam, że robię coś dla rodziny, nie dla siebie.

Często na warsztatach rozmawiamy z rodzicami o tym, jak dużo daje zmiana myślenia z „*robię coś za dziecko*” na „*robię coś dla dziecka*” albo „*robię coś dla siebie*”.

Tak, wtedy zaczynamy być świadomi, że te czynności są elementem zadbania o codzienność, a nie koniecznością czy przymusem. Jak zaprosić dziecko do uczestnictwa w tej sferze życia?

Ja myślę, że dzieci bardzo chcą uczestniczyć w tej sferze, tylko nie zawsze tak, jak byśmy sobie to wyobrażali. Malutkie dzieci bardzo lubią pomagać. Powiedziałabym, że to raczej my je wtedy odganiamy.

Dzieci chcą też zazwyczaj w pewnym momencie samodzielnie wykonywać różne czynności związane z samoobsługą. Chcą sobie same zrobić kanapki, chcą decydować, jak trzymają swoje rzeczy. W pewnym wieku atrakcyjne staje się na przykład chodzenie do sklepu.

Warto pamiętać, że głównym celem dziecka jest rozwój, więc często wybierze ono raczej te zajęcia, które są dla niego trudne i przy których może się czegoś nauczyć.

Ważne jest również modelowanie – dziecko widzi, że w ten sposób dbamy o siebie, a nie zmuszamy się do obowiązków. Myślę, że ma znaczenie, czy oboje rodzice dbają o dom i o siebie nawzajem, czy robi to tylko jedno z nich. I jak o tym rozmawiają.

O tak, podział obowiązków bywa źródłem frustracji. Czy istotne jest, by dbanie o domowe życie było podzielone między rodziców? Jaki to komunikat dla dziecka?

Przede wszystkim ważne jest, żeby to były wspólne ustalenia, a nie pole konfliktu. Jeśli istnieje różnica zdań, istotne, by ustalenia dokonywały się w atmosferze szacunku dla drugiej strony.

Wspomniałaś o atrakcyjności samodzielnego chodzenia do sklepu, co często wiąże się z obawą rodziców o bezpieczeństwo dziecka. Jak radzić sobie w sytuacji, kiedy dziecko chce... używać noża do warzyw, elektrycznego miksera, pójść samo do sklepu, a rodzic nie jest na to gotowy, ma obawy, jest mu trudno na to się zgodzić?

Myślę, że warto zaopiekować się sobą i zastanowić się, czego dokładnie się obawiamy. A potem nauczyć dziecko, jak posługiwać się nożem, używać miksera i chodzić do sklepu, wybierając taki nóż, mikser czy sklep, z którym dziecko da sobie radę.

Istnieją również możliwości pośrednie, na przykład kiedy rodzic zostaje pod sklepem, a dziecko wchodzi do środka na zakupy. Dzieci są bardzo chętne na takie propozycje.

A co, kiedy dziecko odmawia włączenia się w sferę dbania o dom? Rodzice czują, że dla nich to bardzo istotne, by dziecko było zaangażowane; póki jest małe – odpuszczają, ale z wiekiem dziecka ich frustracja rośnie.

Szukałabym, co takiego dzieje się w relacji. Dbanie o dom nie jest oderwane od innych rzeczy, które dzieją się w rodzinie. Jak dziecko reaguje na moje prośby i dlaczego? Czy ono czuje się domownikiem? Czy mnie interesuje jego zdanie? Czy dziecko czuje się brane pod uwagę, czy może odreagowuje szkołę, w której o niczym samo nie decyduje? Generalnie jest tak, że jeśli dziecko

tylko odmawia, to znaczy, że coś się dzieje, a ja nie dostrzegam lub nie rozumiem jego perspektywy. A w tej relacji to na mnie ciąży ta odpowiedzialność.

Dzieci zawsze współpracują z dorosłymi, czasem jest to współpraca odwrotna. Kiedy ze strony rodziców dochodzą ciągłe żądania, dziecko czuje, że oni tak naprawdę nie wierzą, że ono może chcieć. Kiedy uważają, że dziecko nie potrafi robić różnych rzeczy lub zrobi je niewystarczająco dobrze – ono po prostu się do tego dostosowuje.

Autorka: NATULI dzieci są ważne
Redakcja NATULI Dzieci są ważne

Opracował a mgr Alicja Czajkowska-Gut