

Samodzielność dzieci cz.1

Aleksandra Karasowska

Rok: 2001

Czasopismo: Remedium

Samodzielność dziecka budzi w rodzicach sprzeczne uczucia- z jednej strony nadzieję, że będzie sobie radziło samo i dumę z dobrze spełnionego obowiązku rodzicielskiego, z drugiej obawy o jego bezpieczeństwo, a także poczucie pustki i straty: *już mnie nie potrzebuje*. Rola rodziców zmienia się wraz z wiekiem dziecka: w miarę wzrostu jego możliwości, rodzice powierzają mu coraz więcej odpowiedzialności. Zdarza się jednak rodzice zatrzymują się na jakimś etapie, nie pozwalając dziecku dorosnąć. Nie są świadomi, że używając dziecka do zaspokojenia swoich potrzeb- blokują jego rozwój.

Do czego służą nam dzieci?

Kiedy zadałam takie prowokacyjne pytanie podczas zajęć „Szkoły dla rodziców”, uczestnicy byli skonsternowani i oburzeni: *Przecież dzieci to nie przedmioty, jak mogą nam do czegoś służyć?* Jednak zachęteni, wniknęli w głąb siebie i powstała długa lista rodzicielskich potrzeb, które zaspakajają „używając” dzieci:

- potrzeba przytulania się, czułości, kontaktu (*dzięki dzieciom nie jestem samotna*),
- bezpieczeństwa (*śpiąc z dzieckiem czuję się bezpiecznie*),
- miłości, wzajemności,
- bycia potrzebnym, opiekowania się,
- przeżywania dumy i satysfakcji, uznania ze strony innych (*jakie fajne dziecko ☺*)
- a czasami nawet sensu życia (*gdyby nie dzieci, nie miała bym po co żyć*), wsparcia (*starsza córka jest moją podporą*).

Dla rodziców był to ważny moment- odkrycie własnych potrzeb spowodowało ich do refleksji nad tym, czego potrzebuje dziecko. Czy moje potrzeby są zgodne z jego potrzebami? Do jakiego stopnia mam prawo zaspokajać je w relacji z nim? W jakich innych relacjach mogę otrzymać wsparcie, czułość? Co mogę robić, żeby mieć poczucie satysfakcji, sensu w życiu?

Dążenie do samodzielności jest potrzebą rozwojową dziecka. Jednak ono również przeżywa rozterki- z jednej strony pragnie niezależności od rodziców, z drugiej obawia się jej. Stawianie samodzielnych kroków wymaga wysiłku i odwagi. Jeżeli rodzice nie wspierają go w tym- zadanie staje się szczególnie trudne. Nadmiar troski i opieki dziecko odbiera jako brak zaufania: *to dla ciebie za trudne, nie poradzisz sobie z tym*. W takim przypadku może zabraknąć mu siły do wykonania kroku w kierunku samodzielności- i wycofuje się.

Rozwój zostaje zablokowany, dziecko przeżywa frustrację, którą często odreagowuje na rodzicach. Z czasem może dojść do utrwalenia się niekorzystnych, nieadekwatnych do wieku zachowań.

MONIKA I KUBUŚ

Kubusia poznałam, gdy miał około czterech lat. Był to drobny, śliczny i bardzo miły chłopczyk, jednak zachowywał się i wyglądał jak znacznie młodsze dziecko. Miał duży zasób słownictwa, ale mówił w dziecinny, zdrobniały sposób, był bardzo skoncentrowany na sobie, bez przerwy angażował uwagę dorosłych i nie potrafił nawet przez chwilę pobawić się sam. Jego mama, Monika, zwróciła się do mnie o pomoc, gdy zauważyła, że synek jest znacznie mniej samodzielny w porównaniu do innych dzieci. Z jej relacji dowiedziałam się, że Kubuś jest poważnie chory na astmę i uczulony na wiele pokarmów. Z powodu duszności wielokrotnie trafiał do szpitala, także słabo przybierał na wadze i jego zdrowie znalazło się w centrum zainteresowania całej rodziny, włącznie z babciami i dziadkami. Wychowywał się w otoczeniu osób dorosłych, nie miał rodzeństwa i nie chodził do przedszkola. Każdy dzień Kubusia obracał się wokół jedzenia. Opiekujące się nim osoby prześcigały się w pomysłach jak skutecznie nakarmić chłopca: był karmiony zmiksowanym pożywieniem, z butelki lub łyżeczką, podczas zabawy lub oglądania telewizji. Monika czuła się zmęczona zachowaniem synka: *On mi wchodzi na głowę*. Jako cel postawiła sobie nauczenie Kubusia samodzielności. Była świadoma tego, że chłopiec w wielu sytuacjach zachowuje się nieadekwatnie do swojego wieku i potencjału, ale nie wiedziała, jak temu zaradzić. Szczególnie trudna wydawała jej się sprawa jedzenia, ponieważ Kubuś *był niejadkiem i gdyby go nie karmiono, z pewnością umarłby z głodu*. Powiedziałam Monice, że realizacja celu, który sobie postawiła będzie wymagała długofalowej strategii w pracy z Kubusiem. Zaproponowałam jej uczestnictwo w „Szkole dla rodziców” i konsultacje indywidualne.

Mechanizmy działające w rodzinie

Monika dokonała kilka ważnych odkryć. Zrozumiała, że w wychowaniu Kubusia **zostały zachwiane proporcje pomiędzy dawaniem miłości a stawianiem wymagań**. Chłopiec „wchodząc na głowę”, domagał się postawienia granic. Odkryła też, że odbiera synkowi odpowiedzialność za sprawy, które tak naprawdę należą do niego np. ubieranie się, jedzenie. Zaczęła wprowadzać różne zmiany, zachęcać Kubusia do samodzielności i natrafiła na opór- nie tylko ze strony chłopca, ale przede wszystkim męża i dziadków. Dopiero zajęcia na temat uwalniania dzieci od destrukcyjnych ról, które pełnią, pozwoliły jej zrozumieć mechanizmy działające w jej rodzinie. Monika dostrzegła dwie role Kubusia: „dzidzius” i „niejadek”, które były utrwalone nie tylko w jego zachowaniu, ale także myśleniu o sobie np. na propozycję zrobienia czegoś samodzielnie odpowiadał „nie umiem” i reagował płaczem i wybuchem złości. Wyglądało na to, że chłopiec nie wierzy w siebie i boi się spróbować nowych zachowań. Monika zrozumiała, że musi pomóc Kubusiowi spojrzeć na siebie inaczej, jak na chłopca, który potrafi samodzielnie się ubrać, posprzątać po sobie zabawki, jeść posiłek.

W pewnym momencie Monika miała odwagę także przyjrzeć się w jaki sposób ona sama powstrzymała rozwój chłopca, używając go do zaspokojenia własnych potrzeb. Najprzyjemniejszy był dla niej czas niemowlęstwa- bliskiego kontaktu fizycznego, karmienia piersią, pełnej zależności dziecka od niej. Stan symbiozy dawał jej poczucie bezpieczeństwa. Dorastanie chłopca i przejawy jego samodzielności budziły lęk i poczucie utraty „on mnie już nie potrzebuje, dorośnie i w końcu odejdzie”. Związek z mężem-alkoholikiem nie dawał jej oparcia i nieświadomie poszukiwała zaspokojenia swoich potrzeb w relacji z dzieckiem. Zrozumiała, że karmienie synka i cała ta wrzawa wokół jego jedzenia dawała jej poczucie, że utrzymanie dziecka przy życiu wciąż zależy od niej. Śpiąc z synkiem w jednym łóżku czuła się bezpieczniejsza i mniej samotna. To odkrycie było dla niej wstrząsem, ale także dało siłę do pracy nad zmianą. Monika poczuła się odpowiedzialna za zaspokojenie własnych potrzeb i rozwiązanie swoich problemów (zdecydowała się na terapię) a także na uwolnienie Kubusia od narzuconej mu roli. Nie było to łatwe, ponieważ rola utrvaliła się także w świadomości otoczenia. Zarówno ojciec jak i dziadkowie chłopca byli przekonani, że bez ich pomocy Kubuś nie poradzi sobie i umrze z głodu. Wszelkie próby, które podejmowała Monika, żeby zachęcić ich do współpracy, skończyły się fiaskiem.

Praca nad zmianą

W tej sytuacji bardzo zdeterminowana, zdecydowała się działać sama. Korzystając z pomocy grupy, opracowała „strategię dla Kubusia”. Celem było pomóc dziecku spojrzeć na siebie inaczej- jak na chłopca, który potrafi samodzielnie się ubrać, posprzątać po sobie zabawki, zjeść posiłek. Zaczęła od prostych zadań związanych z samoobsługą. Zachęcała chłopca do wykonania czynności, jednocześnie okazując zrozumienie gdy przeżywał trudności i frustrację i odzwierciedlając najdrobniejsze sukcesy:

„Nie jest łatwo samemu się ubrać, ale ty to potrafisz. Zobacz, już zapiąłeś dwa guziczki”.

Po pewnym czasie Kubuś zaczął się ubierać samodzielnie i wyraźnie sprawiało mu to satysfakcję. Ten sukces dodał Monice siły do zmierzania się z trudniejszym problemem- dotyczącym jedzenia. W wyniku nadmiernej ingerencji otoczenia w odżywianie Kubusia, została zakłócona naturalna regulacja- chłopiec nie miał szansy odczuć głodu i samemu sięgnąć po pokarm. Jedzenie stało się dla niego nieprzyjemną, przymusową czynnością, której unikał. Odmowa jedzenia była jedynym sposobem obrony przed natarczywością opiekunów. Monika zrozumiała, że Kubuś musi poczuć głód, żeby zaczął sam jeść. Opracowałyśmy plan- Monika miała cztery razy dziennie, o określonych porach stawiać na stół posiłek i po pewnym czasie zabierać go, bez względu na to czy chłopiec zjadł. Było to trudne zadanie- Monika musiała się uporać z własnymi obawami, że zagłodzi dziecko na śmierć. Zdecydowała, że akcję przeprowadzi, gdy będzie z synkiem sama, tak żeby inne osoby go nie dokarmiły. Ustaliłyśmy, że w chwilach krytycznych będzie korzystać ze wsparcia mojego lub innej zaprzyjaźnionej osoby.

Kubuś wytrzymał tydzień. Przez ten czas nie jadł prawie nic, aż w końcu rzucił się na jedzenie i zaczął jeść samodzielnie. Monika przeżywała katusze, jednak postanowiła zaufać synkowi, że sobie poradzi i wytrwała w tym. Od tego czasu w ich wzajemnej relacji zaczęły zachodzić zmiany. Kubuś stawał się coraz bardziej samodzielny i dojrzały, a Monika widząc jego siłę, stawiała przed nim kolejne wyzwania. Poprawiła się też jego wymowa- przestał po dziecinnemu zdrabniać wyrazy. Jeszcze przez pewien czas, w kontaktach z dziadkami zachowywał się jak „dzidziuś”- pozwalał się ubierać, karmić, kaprysił, aż w końcu kiedyś postawił babci granice, twierdząc, że jest już duży i potrafi jeść samodzielnie. Zaczął też chodzić do przedszkola i dobrze sobie radził w kontaktach z rówieśnikami. W wieku siedmiu lat Kubuś był dojrzałym emocjonalnie, dobrze rozwiniętym chłopcem, gotowym do podjęcia szkolnych zadań. Jego stan zdrowia znacznie się poprawił.