

# Szczęśliwe dzieciństwo?

**Hanna Etemadi:** Przywykło się sądzić, że dzieciństwo jest stanem absolutnej szczęśliwości, a przynajmniej radosnym czasem pozbawionym trosk i niepokojów, w jakie obfitują późniejsze lata życia. I w większości przypadków tak właśnie bywa.

**Zuzanna Celmer:** Pod warunkiem, że los skierował nas do rozsądnej rodziny, w której dorośli darzą się miłością i szacunkiem, że będziemy wzrastali pod czułą opieką rodziców, a nasze potrzeby uczucia i bezpieczeństwa będą zaspakajane. Co więcej – wzrastając w takim domu bezboleśnie nauczymy się zasad społecznej komunikacji, stawiania sobie rozsądnych granic i respektowania potrzeb innych. Takie dzieciństwo stanowi solidny fundament dalszych kolei naszego losu, które na ogół przebiega harmonijnie i pomyślnie.

Taki właśnie prawidłowy proces socjalizacji sprawia, że wchodzimy w dorosłe życie z poczuciem własnej wartości, co pozwala nam podejmować nowe, coraz bardziej ambitne wyzwania, a z drugiej bez paniki przyjmować zdarzające się przecież każdemu porażki.

**HE:** Uważa się słusznie, że nie myli się tylko ten, kto nic nie robi.

**ZC:** No właśnie. Jeśli podejmujemy konkretne działanie, wszystko może się zdarzyć, ale ugruntowana samoocena pozwala zachować o sobie dobre zdanie i mądrzej realizować swoje dalsze cele. Potknięcie, błąd, czy porażkę traktujemy wtedy raczej jako doświadczenie, które należy zanalizować, przemyśleć i wyciągnąć zeń stosowne wnioski.

**HE:** A co wtedy, kiedy dzieje się inaczej?

**ZC:** Tu właśnie dochodzimy do – wydawało by się – paradoksalnego stwierdzenia, że dziecko, podobnie jak dorosły, może czuć się nieszczęśliwe i osamotnione. Nie, nie mam na myśli dzieci z rodzin dysfunkcyjnych, osieroconych, czy tych, które z różnych przyczyn trafiają do Domów Dziecka. Mówimy o dzieciach wychowujących się w pełnych rodzinach, mających troszczących się o nie rodziców, dodając do tego kompletu szanowanych dziadków.

**HE:** Trudno nie zadać w tym miejscu pytania: jak w takich warunkach jest możliwe uczucie osamotnienia?

**ZC:** O tym, że sprawa ma szerszy wymiar świadczy wydana także u nas książka nieżyjącej już, znanej amerykańskiej terapeutki Alice Miller, pod wymownym tytułem: „Dramat udanego dziecka”. Udane, ponieważ teoretycznie nic mu nie brakuje. Dlaczego zatem wyrasta z poczuciem krzywdy? Z przeświadczeniem, że jest w jakiś

sposób gorsze od innych? Dlaczego czasem myśli, że byłoby stokroć lepiej, gdyby w ogóle nie było go na świecie?

**HE:** Chyba nie trudno wyczuć cichy dramat u własnego dziecka?

**ZC:** Jeśli dorośli są uważni – tak. Ale w pośpiechu współczesnego życia bywa i tak, że niczego nie zauważają. No, może jeśli nieoczekiwanie zaczną moczyć się w nocy, co w przypadku cztero, pięcioletka nie powinno mieć już miejsca; izolować się od innych dzieci lub zbyt często zapadać na zdrowiu. Albo zaczyna sprawiać kłopoty wychowawcze. Na przykład w przedszkolu jest idealne, a w domu wszystko neguje, postępuje złośliwie, odmawia współpracy, jest aroganckie, roszczeniowe i w każdy możliwy sposób okazuje, że na nikim z domowników mu nie zależy. Albo przeciwnie – w domu jest ciche i posłuszne, a w przedszkolu dokucza innym dzieciom i wywraca prządek zajęć do góry nogami.

Jeśli dorosłym wystarczy rozsądku i cierpliwości, żeby zrozumieć, że za takimi zachowaniami kryje się zaburzone poczucie bezpieczeństwa, a samo zachowanie jest spowodowane rozpaczliwą potrzebą zwrócenia na siebie uwagi – dowiadują się ze zdumieniem, że ich dziecko czuje się w rodzinnym domu osamotnione, niekochane lub kochane mniej od rodzeństwa. I nikomu niepotrzebne.

**HE:** Z pewnością w swojej praktyce terapeuty rodzinnego spotkała się Pani z takimi problemami...

**ZC:** Wielokrotnie. Zgłosiła się do mnie na przykład mama z siedmiolatkiem. Trudno jej było zrozumieć, dlaczego syn odmawia wizyt u babci (jej mamy), a doprowadzony tam wbrew swojej woli niechętnie się z nią wita, zaszywa w kącie i co pięć minut domaga się powrotu do domu. Poza tym zauważyła, że od jakiegoś czasu chłopiec jest osowiały, złości się bez powodu, a odżywa w towarzystwie rówieśników. Podczas relacji mamy, chłopiec siedział z nieobecny wyrazem twarzy, wyraźnie demonstrując, że cała ta sytuacja jest dla niego kompletną stratą czasu.

Był naprawdę zdumiony, kiedy został uprzejmie poproszony o wyjaśnienie swojego zachowania. Po stałych wymówkach, a nawet karach, jakie spadały na niego z tego powodu, dopuszczenie go do równoprawnego głosu dało mu wreszcie szansę wyrzucenia z siebie nabrzmiałego żalu. Okazało się, że babcia ma jeszcze jednego wnuka, syna drugiej córki. Ilekroć obaj są u niej z wizytą szczerze obdarza go swoimi względami. Natomiast on czuje się ledwie zauważany. Także wartość prezentów, jakie sprawia wnukom jest

absolutnie niewspółmierna, na jego niekorzyść. Jest mu oczywiście przykro, ale najgorsze, że babcia wszem i wobec wychwala drugiego wnuka, ma dla niego uśmiech, czułe słowo i serdeczny gest, natomiast w jej stosunku do siebie siedmiolatek wyczuwa rezerwę, a nawet obojętność.

**HE:** Ciekawe, jak na te wyznania zareagowała obecna przy tym matka?

**ZC:** Rozplakała się, wyznając, że identyczna sytuacja była w jej rodzinnym domu. Młodsza siostra zawsze była przez matkę faworyzowana, a ona czuła się przy nich, jak piąte koło u wozu. Czego nie robiła, żeby zasłużyć na jej miłość i uznanie! Przynosiła ze szkoły najlepsze stopnie, sprzątała z własnej woli mieszkanie, nauczyła się szycia, żeby robić drobne poprawki w garderobie matki, była karna, posłuszna i grzeczna. Ale im bardziej się starała, im więcej wkładała wysiłku i pracy, by ją zadowolić, tym bardziej uświadamiała sobie, że to na nic. A młodsza po prostu dostawała wszystko bez żadnych starań.

**HE:** Niewątpliwie taki stan rzeczy wywołuje u dziecka głęboki stres. Obniża ocenę własnej wartości, doprowadza do powstania kompleksów...

**ZC:** Tak często bywa. Ta kobieta przez całe swoje dzieciństwo czuła się od siostry gorsza, mniej udana, co zaowocowało przekonaniem, że nie zasługuje na miłość. Uciekała w marzenia, stworzyła sobie własny świat, bała się wychodzić do ludzi. Była w tym wszystkim kompletnie osamotniona. Kiedy raz odważyła się zwierzyć ciotce, spotkała się z niedowierzaniem. „Przecież masz dobry dom, nie chodzisz głodna, nikt cię nie bije. Coś ty sobie dziewczyno uroiła?”.

**HE:** Jaki był finał tej historii?

**ZC:** Mimo, że od tamtego czasu minęło wiele lat, że spotkała serdecznego partnera i ma już własny dom, ciągle tkwi w niej dziecięce pragnienie bycia przez matkę zauważoną. Ale młodsza siostra nadal jest dla starszej pani najważniejsza. Miała nadzieję, że jej syn przełamie tę barierę, że przez niego trafi wreszcie do uczuć matki. Tym bardziej, że był pierwszym wnukiem. Dlatego z takim uporem zmusza go do wizyt u babci. Ale babcia wciąż faworyzuje młodszego!

**HE:** Czyli niestety historia rodzinna powtarza się w następnym pokoleniu.

**ZC:** Także osamotnionym czuje się niekiedy dziecko, które pojawia się na świecie jakiś czas po starszym, a przed jeszcze młodszym. Inaczej mówiąc: jeśli jest dzieckiem środkowym. Uwagę dorosłych absorbuje nowo narodzony maluch, ściągający ich czułość i zachwyty, natomiast niewiele starszy syn lub córka stają się automatycznie „starsi”. Wymaga się od nich zachowań bardziej dojrzałych, niż wskazuje na to faza rozwojowa, w jakiej się znajdują i muszą radzić sobie sami z większością spraw.

**HE:** A co z pierworodnym?

**ZC:** Najstarsze potrafi już na ogół wyegzekwować swoje prawa, znajduje przyjaciół w grupie koleżeńskej, często – właśnie z racji pierworództwa – ma zapewnione przywileje przynajmniej u jedne-

go z rodziców, a tym bardziej u dziadków. Z kolei beniaminek zdobywa serca wszystkich swoją bezbronnością i dziecięcym wdziękiem. Natomiast średnie dziecko może odczuwać swoją pozycję w rodzinie jako niepewną. Za małe, żeby zostać dopuszczone do konfidencji z imponującym mu starszym (do czego może dojść w przyszłości) i za duże, żeby doznawać łask spływających na młodszego.

Oczywiście, jeśli rodzice są rozsądni, a dziadkowie rekompensują swoim zaangażowaniem ich mniejszą – często z nadmiaru obowiązków – ilość czasu i zainteresowania poświęconego średniemu dziecku, będzie ono potrafiło odnaleźć się w tej sytuacji, a nawet zdobyć doświadczenie, które pomoże mu w dalszym życiu. Jeśli jednak nie uzyskuje w tym czasie mądrego wsparcia, czuje się w rodzinie niechciane i niepotrzebne. Z zazdrością obserwuje to wszystko, co jest udziałem najmłodszego i tym bardziej czuje się osamotnione.

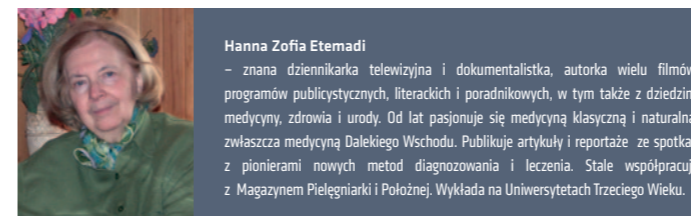
Jeszcze inna sytuacja prowadząca do poczucia osamotnienia, a przynajmniej poczucia niesprawiedliwości w traktowaniu przez rodziców występuje wówczas, gdy jedno z dzieci wymaga stałej opieki lekarskiej, co sprawia, że koncentruje na sobie większość uwagi dorosłych. I chociaż to drugie szczerze współczuje chorej siostrze czy bratu, wyrasta w cieniu jej lub jego potrzeb, co wywołuje falę żalu, smutku, a czasem złości. Rozumie, że rodzice są zaabsorbowani poważną chorobą kogoś z rodzeństwa, ale wynikająca stąd konieczność ograniczania własnych potrzeb może prowadzić do przekonania, że samo jest dla nich mniej ważne, a nawet mniej kochane. Co nie jest przecież prawdą.

**HE:** Jaką radę dałaby Pani rodzicom i dziadkom dzieci, które czują się osamotnione, poza tym, że ich stan trzeba po prostu zauważyć?

**ZC:** Najważniejsza jest zawsze uważność. Wiemy, że rodzina przechodzi różne fazy swojego bytowania i niektóre z nich bywają trudne dla dwojga ludzi, którzy w dobrej wierze, powodowani żywymi uczuciami połączyli kiedyś swoje losy. Są wtedy tak zaabsorbowani swoimi przeżyciami, że nie zawsze zauważają emocjonalne potrzeby swoich dzieci. Lub też zauważają, ale nie starcza im już energii, aby głębiej w nie wniknąć.

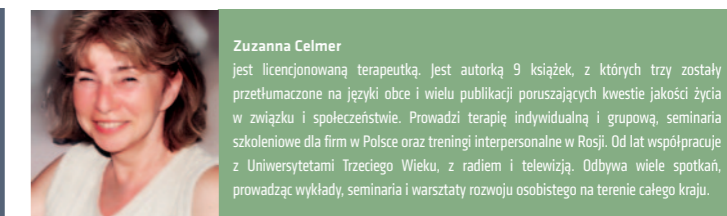
I tu widzę ogromną rolę dziadków. Wnuki – jak mądrze pisał badacz tych relacji, Naum Chmielnicki – są ostatnią, wielką miłością naszego życia. Miłość charakteryzuje się skupieniem i uwagą. Starsza generacja, rozumiejąc zabiegany tryb życia swoich dorosłych dzieci, może zrobić bardzo wiele dla zapewnienia im dzieciom, a swoim wnukom, właściwego wsparcia emocjonalnego. To przy nich najmłodszy powinien czuć się bezwarunkowo kochany (co nie oznacza oczywiście bezmyślnego rozpieszczania), ważni i bezpieczni. To dziadkowie powinni w spokojnej i perswazyjnej formie zwracać uwagę rodzicom swoich wnuków na ich potrzeby, rekompensować niedobory ich rodzinnego domu, wspierać w trudnych chwilach.

Trzeba też pamiętać, że osąd dziecka nie zawsze jest sprawiedliwy, a wytworzone pod wpływem emocji fałszywe przekonanie o swojej pozycji wśród bliskich buduje nieprawdziwy obraz samego siebie i swojej pozycji w rodzinie. Oparte na serdecznej więzi, mądre wyważenie proporcji jest wtedy bardzo potrzebne. I tu upatruję również ważnej roli babć i dziadków.



Hanna Zofia Etemadi

– znana dziennikarka telewizyjna i dokumentalistka, autorka wielu filmów, programów publicystycznych, literackich i poradnikowych, w tym także z dziedziny medycyny, zdrowia i urody. Od lat pasjonuje się medycyną klasyczną i naturalną, zwłaszcza medycyną Dalekiego Wschodu. Publikuje artykuły i reportaże – ze spotkań z pionierami nowych metod diagnozowania i leczenia. Stale współpracuje z Magazynem Pielęgniarki i Położnej. Wykłada na Uniwersytetach Trzeciego Wieku.



Zuzanna Celmer

jest licencjonowaną terapeutką. Jest autorką 9 książek, z których trzy zostały przetłumaczone na języki obce i wielu publikacji poruszających kwestie jakości życia w związku i społeczeństwie. Prowadzi terapię indywidualną i grupową, seminaria szkoleniowe dla firm w Polsce oraz treningi interpersonalne w Rosji. Od lat współpracuje z Uniwersytetami Trzeciego Wieku, z radiem i telewizją. Odbywa wiele spotkań, prowadząc wykłady, seminaria i warsztaty rozwoju osobistego na terenie całego kraju.