

### Dlaczego dzieci się boją?

Dlaczego moje dziecko się boi?

A może lepiej byłoby zapytać: Dla kogo moje dziecko się boi?

Dziecko jest zależne od swoich opiekunów: mentalnie, emocjonalnie, fizycznie.

Współpracuje z rodzicem, bo żyją w jednej rodzinie, w której pożądane jest wspólne działanie.

Oznacza to, że dziecko naśladuje, odzwierciedla zachowanie osób dorosłych – szczególnie tych, z którymi jest silnie emocjonalnie związane.

Przykład 1:

Matce skończył się urlop macierzyński i postanowiła posłać swoje roczne dziecko do żłobka. Przy rozstaniu z matką dziecko protestuje płacząc i krzycząc. Gdy tata odprowadza dziecko, dziecko jest spokojne. Podczas rozmowy z rodzicami okazuje się, że matka dziecka nie jest gotowa na rozłąkę z dzieckiem i przeżywa to samo co ono, z tą różnicą, że tego nie okazuje. Dlaczego tak się dzieje?

Dziecko wyczuwa „co jest grane“, wpisuje się w pejzaż życia rodzinnego i w kompetentny sposób współdziała, nieświadomie wyrażając to, co przeżywa jego matka. Dziecko chce się poczuć lepiej w nowej sytuacji, jaką niewątpliwie jest dla niego zmiana otoczenia, ale liczy na to, że odpowiedzialność za to weźmie osoba, od której dziecko jest zależne – czyli rodzic.

Dla matki współdziałanie oznacza rozstanie bez płaczu i krzyku. Nie chce ani słyszeć ani widzieć, że jest niegotowa na rozstanie z dzieckiem. Łatwiej jej przyjąć pochlebstwa w stylu „on jest dokładnie jak Ty“, albo „Gdy twoja córka bawi się lalką, tłumaczy jej wszystko dokładnie tak samo, jak ty jej“. A kiedy dziecko zdradza światu to, co wolelibyśmy zachować dla siebie pojawia się kłopot zarówno dla dziecka, jak i dla rodzica...

Praca rodzica nad własnymi lękami i powstrzymywanie się od „wylewania“ ich na dziecko, jest wysiłkiem na całe rodzicielskie życie. Wiara w to, że dziecko sobie poradzi poza domem rodzinnym – począwszy od etapu żłobka, na życiu dorosłym skończywszy – dodaje mu sił. Niepewność rodzica osłabia dziecko lub je zatrzymuje. Moment, w którym „coś się zatyka“ i albo rodzic, albo dziecko nie mogą ze sobą współpracować jest dobrym momentem na rozmowę z psychologiem.

Przykład 2:

Matka skarży się na 12 letniego syna, który poza wyjściem do szkoły prawie wcale z własnej inicjatywy nie wychodzi z domu. Za to zamyka drzwi do swojego pokoju i przez wiele godzin dziennie ogląda telewizję.

Dlaczego tak się dzieje?

Matka pozornie widzi w tym problem, ale czuje też ulgę, że kontroluje zachowanie syna. Tak bardzo boi się dorastania dziecka, jego ryzykownych zachowań, eksperymentowania, wpływu rówieśników, że syn dla świętego spokoju „współdziała“ z matką. To są jej lęki, których on woli się nie bać, bo bać się realnych zagrożeń i jeszcze tych z wyobrażeń mamy to już zbyt wiele jak na możliwości 12 latka.

Jak sprostać wyzwaniu, którym jest dorastanie dziecka?

Okres dorastania dziecka jest dla każdego rodzica wyzwaniem. Trzeba doskonalić się w sztuce

wytrzymywania ekstremalnych emocji, wybuchów złości, agresji, ale też smutku i lęku. Rozumiejące, spokojne bycie obok daje nastolatkowi oparcie. Korzystnie dla rozwoju naszego dziecka jest nie dawać się wciągać w wir przeżywanych rozterek, ale refleksyjnie „ogarniać” emocjonalności dziecka.

Każdy popełnia błędy, ale w wychowaniu chodzi o to, aby ich nie powtarzać. Błąd rozpoznajemy po tym, że w relacji „coś jest nie tak”. Jako rodzice powinniśmy być wyczuleni na sygnały jakie wysyła do nas dziecko i na pojawiające się u niego objawy. Musimy brać na siebie odpowiedzialność za błędy popełnianie świadomie i nieświadomie i starać się nad nimi pracować, aby relacja dawała przyjemność obu stronom. Gdy jednak sobie nie radzimy w tym zakresie, warto sięgnąć po odpowiednie lektury, a czasami – skonsultować się z doświadczonym psychologiem.

Opracowała Kinga Bujak-Brodowicz