**Bądź rodzicem, jakiego dziecko potrzebuje!**

Każdy rodzic pragnie dla swojego dziecka wszystkiego ​co najlepsze. A czego pragną dzieci? Jesper Juul twierdzi, że „​kiedy zawsze dajemy dzieciom to, czego chcą, wtedy nie dostają one tego, czego naprawdę potrzebują: swoich rodziców”.

[**Monika Koziatek**](https://dziecisawazne.pl/author/monika-koziatek/)

## Daj dziecku czas, uwagę i miłość

Rodzice, jakich dzieci potrzebują, mają dla nich przede wszystkim czas, a przy tym są zaangażowani i prawdziwie zainteresowani ich aktywnością. Są obecni duchem i ciałem, ponieważ wiedzą, że tylko w taki sposób nawiązuje się kontakt. Lepsze jest bowiem 15 minut prawdziwej uwagi, kiedy dziecko wie i czuje, że ma rodzica na wyłączność, niż godziny spędzone „przy okazji” robienia obiadu czy czytania gazety, kiedy dziecko czuje się jak „dodatek”. Dzieci potrzebują wystarczająco dobrych rodziców, bo rodzic wystarczająco dobry, to najlepszy rodzic!

## Kim jest wystarczająco dobry rodzic?

Wystarczająco dobry rodzic daje sobie prawo do błędu i nie obawia się go popełnić, ponieważ wie, że stanowi on okazję do nauki. Nie martwi się tym samym, że nie jest doskonały i że nie zawsze wychodzi mu wszystko tak, jak to sobie zaplanował. Potrafi za to wybaczyć sobie niedoskonałości i nie dąży do perfekcji, gdyż wie, że „(…) niedoskonałość jest częścią człowieczeństwa​” (1). ​T​aki transparentny przekaz daje również swojemu dziecku, stwarzając mu tym samym bezpieczną przestrzeń do eksplorowania otoczenia i doświadczania rzeczywistości.

### Wystarczająco dobry rodzic jest:

* **kompetentny –**liczy na siebie zamiast ślepo zdawać się na opinie innych, ​ponieważ najlepiej zna swoje dziecko i jest w pełni kompetentny, aby się nim zajmować. Ufa własnej intuicji, co nie oznacza, że zamyka się na zewnętrzne głosy. Daje sobie prawo do decydowania i wyboru najlepszej wersji dla siebie i dziecka. Kieruje się refleksją i dojrzałością w wychowaniu.
* **uważny –**pomaga się dziecku rozwijać przy każdej nadarzającej się okoliczności. ​Stwarza okazję, by dziecko wykorzystywało swoje naturalne predyspozycje, możliwości i zdolności. Bezwarunkowo akceptuje przy tym swoje dziecko, a nie projektuje według własnych upodobań.
* **otwarty na dziecko –**ma adekwatne poczucie własnej wartości, ​które pozwala mu być sobą i z bezwarunkową akceptacją podchodzić do swojego dziecka, ponieważ nie kieruje się w swoim życiu przekonaniem, że musi komuś coś udowodnić.
* **wyrozumiały –**traktuje dziecko poważnie i poznaje jego motywacje, by zrozumieć dziecięce pragnienia i myśli. ​Dzięki temu wie, czego dziecko chce.
* **empatyczny –**z empatią podchodzi do swojego dziecka​, a w szczególności do tego, co nim kieruje. Zastanawia się, co mogłoby go skłonić, by zachowywać się tak jak jego dziecko. Współodczuwanie i odwoływanie się do wspomnień z własnego dzieciństwa pozwala mu odnieść się do dziecięcego zachowania. Wie bowiem, że reagowanie na uciążliwą sytuację z poziomu frustracji czy irytacji tylko zaognia sprawę.
* **świadomy**– dba o równowagę w rodzinie. ​Szanuje potrzeby dziecka na równi z własnymi i zdaje sobie sprawę, że za każdym zachowaniem stoją (zaspokojone bądź nie) potrzeby.
* **kochający bezwarunkowo –**wie, że poczucie własnej wartości jego dziecka zależy m.in. od aprobaty, podziwu i bezwarunkowej miłości ważnych dla niego osób. Jest to szczególnie widoczne u małych dzieci, które np. manipulując przedmiotami czy stawiając pierwsze kroki szukają wzrokiem swoich opiekunów w potrzebie akceptacji dla własnych wysiłków i starań.
* **wspierający –**wspiera wewnętrzną moc dziecka i stwarza mu okazję do doświadczania zamiast je wyręczać. ​Wierzy w kompetencję swojego dziecka i jednocześnie je wspiera, gdy ono tego potrzebuje. Przede wszystkim pozwala mu się naturalnie rozwijać i “nie przeszkadza” nadopiekuńczością.

## Dzieci kochają bezwarunkowo

Każdy rodzic z perspektywy dziecka jest dla niego wyjątkowy. Warto przy tym pamiętać, że dziecięca doskonałość znaczy co innego niż doskonałość w rozumieniu dorosłych. Nie ma w niej miejsca na rywalizację, ocenę czy dążenie do bycia perfekcyjnym. Wystarczy po prostu być sobą! Dorośli bardzo szybko o tym zapominają i starają się dążyć do ideałów nie myśląc o tym, że to, czego dzieci potrzebują najbardziej, to po prostu najlepsza wersja ich samych. Ze wszystkimi wadami i zaletami, czyli po prostu wystarczająco dobra dla ich dziecka.

## 

## Autor/ka: Monika Koziatek

Pedagog, coach, socjoterapeuta i terapeuta I-ego stopnia Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach (TSR). Miłośniczka Porozumienia bez Przemocy i rodzicielstwa opartego na przywiązaniu.