

opusdei.org

Jak być dobrym rodzicem

Janusz Wardak, prowadzący kursy Akademii Familijnej, opowiada o jej celach i założeniach.

24-10-2007

Co to jest Akademia Familijna?

Są to kursy prowadzone przez rodziców dla rodziców, które mają nauczyć ich lepszego radzenia sobie w domu. Nie rozwiązują problemów patologicznych, od tego są inne metody. Są dla normalnych dobrych

rodzin, gdzie rodzice chcą jeszcze coś poprawić. Metoda ta dostarcza im praktycznych rozwiązań, i tylko w niewielkim stopniu powiększa zasoby ich wiedzy teoretycznej. Celem Akademii Familijnej jest, by po zakończeniu kursu rodzina się zmieniła na lepsze, a nie więcej wiedziała.

Ile trwa kurs?

Około 7-8 miesięcy. W sumie jest on dość intensywny, tworzy go 19 spotkań w mniejszych czy większych grupach oraz praca własna rodziców. Nie da się nauczyć czegoś bez wysiłku – to jak z nauką języka czy z odchudzaniem. Bez wysiłku się nie da dojść do czegoś ważnego. Wymaga to dość dużej pracy.

Najbliższy kurs rusza w październiku. Gdzie można znaleźć informacje o kursach?

Na www.akademiafamilijna.pl znajdują się terminy, formularz, zgłoszenia.

Czy kurs jest płatny?

Pobieramy opłaty, mimo że przy kursie pracują tylko wolontariusze. Trzeba przecież zapewnić dobrej jakości materiały, zapłacić za wynajem sal, za opiekę nad dziećmi. Dbamy również o to, aby moderatorzy, czyli prowadzący kursy, mieli możliwość ciągłego szkolenia się na spotkaniach organizowanych specjalnie dla nich.

Poza tym rzeczy darmowe rzadko są doceniane przez ludzi. Kursy jak nasze są prowadzone w wielu krajach i nigdzie zmniejszenie ceny nie powoduje zwiększenia zainteresowania. Często skutek jest wręcz odwrotny.

Tu dajemy rodzicom konkretną umiejętność i za to, jak za wszystko, trzeba zapłacić.

Czy można nauczyć się być dobrym rodzicem?

Najpierw trzeba sobie odpowiedzieć na pytanie, dlaczego w ogóle trzeba się uczyć być dobrym rodzicem. Niektórzy myślą przecież: „Ja już skończyłem szkołę, więcej nie potrzebuję”. Po drugie większość z nas jest zasadniczo zadowolona z tego, jak wychowali nas nasi rodzice, choć może jakieś błędy dostrzega. A nasi rodzice żadnych kursów pewnie nie przechodzili. Rodzi się więc pytanie: Czy coś się zmieniło w świecie, że teraz te kursy są potrzebne?

Rzeczywiście, nasze otoczenie i rodziny zmieniły się dość mocno. Odeszliśmy od modelu rodzin osiadłych przez dziesiątki lat w jednym miejscu,

wielopokoleniowych, spędzających ze sobą dużo czasu, jedzących ze sobą wspólne posiłki, pracujących razem. Było wówczas wiele okazji, by przekazywać dobre wzorce rodzinne, dla których panowało niepodlegające dyskusji uznanie.

Dziś przychodzą z zewnątrz różne wzorce kulturowe. To, że trzeba być miłym i uprzejmym, nie jest już oczywiste – niektórzy głoszą, że trzeba być naturalnym, spontanicznym, i mówić każdemu co się myśli w danym momencie. Nawet jeśli rodzice próbują coś dzieciom przekazać, to już sygnały z sąsiedztwa czy od kolegów są inne.

Dzieci są zagubione i rodzice też. Czasem pytamy na kursach naszych uczestników, jak dużo z nich mieszka w okolicy swoich rodziców. Podnosi się jedynie kilka rąk na kilkadziesiąt osób. To znaczy, że nie mamy wieloletnich znajomych w okolicy,

dziadków, rodziny. Wzorce negatywne docierają do nas z łatwością, a pozytywne nie mają skąd docierać. Stąd potrzeba kursów, które spowodują że to, co kiedyś działo się naturalnie, będzie przekazywane dalej.

Bycie dobrym rodzicem nie jest stanem. Jest raczej pewnym procesem, który dokonuje się w czasie. Możemy porównać to do pracy, gdzie niezależnie od wykonywanego zawodu zawsze musimy się kształcić. A wielu rodzicom wydaje się, że już jakimś rodzicem jestem, kiedy przyjąłem jakieś założenia, coś słyszałem. Tymczasem musimy sobie uświadomić, że my dobrymi rodzicami się stajemy poprzez nasz rozwój, który musi być świadomy i przez nas kierowany. Powinniśmy się rozwijać w byciu coraz lepszymi rodzicami.

Wydaje mi się, że sfera bycia rodzicem jest bagatelizowana często w naszym życiu.

Myślę, że tu mowa o dwóch kwestiach. Pierwsza dotyczy postrzegania hierarchii wartości rodziny, tzn. czy rodzina jest faktycznie w naszej hierarchii wartości na pierwszym miejscu. Dużo osób mówi, że rodzina jest najważniejsza, ale to tylko teoria. W praktyce zdarza się, że pod pretekstem pracy i zarabiania na rodzinę, zaniedbujemy ją. Często zdarza się u ojców, że pracują dłużej niż muszą. Natomiast tak naprawdę nie podejmują głębszej refleksji nad tym, co dla rodziny jest najważniejsze: kupienie jakichś dodatkowych rzeczy, czy też spędzenie czasu z dziećmi. Tu powstaje cała masa różnych wybiegów, głównie związanych ze sprawami materialnymi. Tak

naprawdę zamiast dawać dzieciom czas, kupujemy dla nich rzeczy.

Widzimy często, że w domach jest mnóstwo zabawek i to drogich. Jeżeli spojrzymy na to czysto racjonalnie, to często nie są one przeznaczone dla dzieci. Np. zabawka trzykrotnie większa od dziecka - czemu ona służy? Chyba tylko zaspokojeniu rodzica, który ma często wyrzuty sumienia związane z tym, że nie poświęca dziecku czasu.

Czasami używa się pewnych słów-wytrychów, np. „jakość czasu poświęcanego dzieciom”. Niektóre gwiazdy show-businessu mówią: „Wprawdzie nie mam dla dziecka czasu w ciągu tygodnia, ale w weekend się nim zajmuję na 200%”. Ale to tylko oszukiwanie siebie, bo wówczas rodzic nie jest kimś normalnym w życiu dziecka, jest jedynie osobą, która co jakiś czas go odwiedza. Tego nie da się potem

nadrobić. Czytałem wypowiedzi osób bardzo zamożnych, które całe życie zarabiały dla rodziny, a potem usłyszały od dzieci: tato, ja tych pieniędzy nie potrzebowałem. Potrzebowałem twojego czasu, którego niestety mi nie dałeś.

A to obudzenie się przychodzi niestety czasem za późno.

Tak. Nasze kursy są przeznaczone głównie dla rodziców małych dzieci, dlatego że okres do 3-go roku życia jest bardzo ważny. Niektórym wydaje się, że wystarczy by takie dziecko było najedzone, wypoczęte i umyte. Jednak dziecko w tym czasie rozwija się w niesamowitym tempie, również w obszarze cnót, w obszarze dobrych nawyków.

Czy rodzice nie myślą czasem: „Ten okres nie jest tak ważny, bo ono i tak tego później nie będzie pamiętać”?

Tak, ale nie jest to kwestia pamięci. Nawyki są czymś do pewnego stopnia od nas niezależnym. Posiadając nawyki często działamy w sposób półautomatyczny. Np. jeśli teraz nie przeklinamy, to nie dlatego, że musimy co chwilę się od tego powstrzymywać, ale po prostu nie mamy takiego nawyku. A są osoby które taki nawyk mają i muszą z tym walczyć.

Więc jeśli dziecko ma wyrobiony – do czego rodziców bardzo namawiamy – nawyk sprzątanía własnego pokoju, to źle czuje się w pokoju nieuporządkowanym. Ale jeżeli nie ma nawyku sprzątanía, to będzie się źle czuło w pokoju uporządkowanym.

To samo dzieje się z kwestią jedzenia. Posiłek może być rytuałem rodzinnym w określonym czasie i miejscu, ale dla innych służy jedynie zaspokojeniu głodu w danym

momencie. W telewizji oglądamy dziś dużo reklam czekoladek czy jogurtów, które uczą nas odruchu: jesteś głodny, to rzuć się na jogurt i zaspokój swój głód. I jeżeli ktoś w ten sposób działa, wówczas życie rodzinne sprowadza się do tego, że wszyscy siedzą przed swoimi ekranami i coś jedzą. Natomiast jeśli w rodzinie są określone posiłki o określonym czasie, to dzieci po odejściu od stołu nie jedzą.

Jak więc nauczyć się być dobrym rodzicem?

Bycie rodzicem to pewien know-how. Czyli rodzaj wiedzy, ale z praktycznym zastosowaniem. Gdyby bycie dobrym rodzicem sprowadzało się do wiedzy, to najlepszymi z możliwych rodziców byłiby pedagodzy czyli specjaliści od wychowania. Wiemy że tak nie jest. Prawdopodobnie niektórzy z nich są dobrymi rodzicami, ale każdy z nas

intuicyjnie czuje, że to nie to. Co więcej, wszyscy znamy fantastyczne rodziny, w których rodzice mają co najwyżej podstawowe wykształcenie. Więc okazuje się, że jest to kwestia pewnych umiejętności, których nie da się łatwo zasufladkować. Żeby być dobrym rodzicem, trzeba mieć silną osobowość i posiadać te wartości, które chcemy przekazać. Inaczej to nie zadziała. Jeśli chcę, żeby dzieci miały mocny charakter, potrafiły pokonywać trudności, były miłe dla innych, potrafiły kochać naprawdę, a sam tego nie potrafię, to szansa na nauczanie ich tego jest minimalna.

Jeśli więc nie wyniosę naturalnej miłości z mojego domu, to już nie będę nigdy dobrą matką?

Zgodnie z chrześcijańską wizją człowieka, człowiek zawsze może się poprawić, zmienić. To jest nadzieja, którą mamy: nie ma sytuacji bez

wyjścia. Istnieją przecież przykłady rodzin po tragicznych przejściach, które potrafiły się poprawić.

Czyli da się stworzyć dobry dom, mimo trudnego dzieciństwa?

Tak, to tak zwane przerwanie złej tradycji, np. związanej z alkoholizmem. Ale pewne jest też, że kto nie otrzymał dobrych wzorców, będzie musiał wykonać jako rodzic większą pracę. Z drugiej strony wcale nie ma gwarancji że ktoś, kto otrzymał dobre wzorce, nie zejdzie na złą drogę. Ale pierwsza zasada brzmi: zawsze rodzice mogą się poprawić. Ale muszą sami walczyć w tym, czego chcą dla swoich dzieci, inaczej będą niewiarygodni.

Nawet dorośli którzy twierdzą, że nienawidzą swoich rodziców, przyznają, że rodzice zawsze w ich głowach pozostają jako pewien punkt odniesienia. Rodzicem swoich dzieci jest się na zawsze. Nie przekonamy

dzieci słowem, mówiąc: Bądź uporządkowany. Nie nauczy niczego ojciec, jeżeli prosi by syn jadł wszystko, a sam ma trzy ulubione potrawy, które żona gotuje dla niego osobno. Ani matka mówiąca, że trzeba rezygnować ze swojego zdania, ale wyrzucająca innych sprzed telewizora, kiedy jest ulubiony serial.

Poza tym rodzice muszą działać razem, mieć wspólny front. Bez tego szanse powodzenia wychowawczego spadają dramatycznie. Dziecko dostrzega niespójność i boleśnie ją odczuwa. Jeżeli pewne rzeczy dziecko może załatwić u mamy, a nie u taty, to będzie zawsze chodziło do mamy. To uczy cwaniactwa, ukrywania.

Ważna też jest kwestia autorytetu rodziców. W domu muszą obowiązywać pewne zasady, które obowiązują wszystkich oraz są

przestrzegane przez rodziców zawsze i w ten sam sposób. W takiej sytuacji dziecko czuje się bardzo dobrze, bo jest ona jasno określona. Dziecko wcale nie czuje się lepiej, gdy da mu się całkowitą swobodę. Oczywiście, ma ono naturalny odruch, który jest ukierunkowany na to, żeby badać granice, ale nie znaczy to, że jak je przekroczy, będzie bardziej szczęśliwe. Dzieci, którym wolno wszystko, są głęboko nieszczęśliwe, bo nie rozumieją tego świata, nie czują się bezpiecznie.

Kolejna rzecz: proces stawania się lepszymi rodzicami powinien być możliwie świadomy. Nie wystarczy, że w momencie ślubu postanowiliśmy sobie, że będziemy dobrymi rodzicami i że naprawdę tego chcemy. Trzeba podejmować konkretne świadomie planowane działania.

Wyobraźmy sobie, że jest to proces tworzenia domu. Nie da się budować domu bez projektu. Piękny dom sam nie powstanie. Tak samo jest z wychowaniem. Rodzice muszą rozmawiać na temat dzieci, np. „Uważam, że Krzysiek niegrzecznie się do nas odzywa i coś musimy z tym zrobić”, „Uważam że Julka powinna lepiej sprzątać swój pokój i trzeba dać jej karę za bałagan...” Jeśli dzieci nie mają obowiązków w domu, a rodzice mają tylko ogólnie dobre nastawienie, nie pokonamy negatywnych wpływów społeczeństwa. Należy włożyć duży wysiłek w kierowanie procesem wychowania. Choćby ucząc posłuszeństwa, samodzielności, żeby mama nie musiała zajmować się wszystkim.

Rozmowę przeprowadziła: *Anna Jakubczyk-Mucha* w ramach audycji „*Dom rodzinny*” w Radiu Józef.
Wywiad pochodzi z 2007 r.

.....

pdf | dokument generowany
automatycznie z [https://
dev.opusdei.org/pl-pl/article/jak-byc-
dobrym-rodzicem/](https://dev.opusdei.org/pl-pl/article/jak-byc-dobrym-rodzicem/) (10-08-2025)