



JESPER JUUL
MONICA ØIEN

PRZESTRZEŃ DLA RODZINY



JESPER JUUL

MONICA ØIEN

PRZESTRZEŃ DLA RODZINY

Przełożyła z języka norweskiego
Anna Marciniakówna

Mi

Tytuł oryginału
ROM FOR FAMILIEN

Projekt graficzny
KAROLINA TOLKA

Korekta
HANNA RYCHLIK

Autorzy zdjęć (w nawiasach numery stron):
Marta Jermaczek-Sitak (67), Małgosia Lipińska (okładka: prawe górne,
263), Jakub Lipiński (195), Marta Podgórska Thomas (39),
Ala Pohrybieniuk (63), Przemek Pohrybieniuk (okładka: lewe górne,
165), Darek Syska (53, 91, 123, 135, 267), Błażej Tolka (31),
Michał Trusz (okładka: lewe dolne), Alicja Wenska (okładka: prawe
dolne, 95), Przemek Wszelaki (221), Joanna Szulc (225).

© CAPPELEN DAMM AS 2010

© Copyright for the Polish edition and translation by
Wydawnictwo MiND Dariusz Syska, 2012

ISBN 978-83-62445-19-6

Wydawnictwo MiND
ul. Sarnia 21
05-807 Podkowa Leśna
tel./fax 22 729 02 82
tel. 505 455 151
www.wydawnictwomind.pl
mind@wydawnictwomind.pl
Wydanie pierwsze
Skład i łamanie: Mateusz Staszek

PRZEDMOWA

Monica Øien

Jest środek czerwca, trzydzieści dwa stopnie w cieniu, mała chorwacka wioska Poreč nad Adriatykiem. Siedzę na tarasie z terapeutą rodzinnym Jesperem Juulem. Wokół słychać cykady, świergot ptaków; po grządkach z kwiatami biegają jaszczurki.

Jestem dziennikarką telewizyjną, adiunktem w szkole wyższej, matką, macochą i towarzyszką życia bliskiego mi mężczyzny. W naszym domu mieszka trzech chłopców: mój syn Max, lat 13, oraz dwaj synowie męża: Carl Frederik, 14 lat, i Johan - 11.

Z Jesperem Juulem przygotowujemy książkę dla rodziców i przybranych rodziców. Zdecydowaliśmy się nadać jej formę rozmowy, bo dzięki temu mogę dać wyraz swojej ciekawości i swoim przemyśleniom matki i osoby żyjącej we wspólnocie z innymi. Mogę znaleźć rozstrzygnięcie problemów, które początkowo

wydawały mi się niemożliwe do rozwiązania. Bo gdzie właściwie mamy szukać odpowiedzi na pytanie, co jest słuszne, a co złe w wychowaniu dzieci? Czy powinniśmy opierać się na zasadach moralnych, religijnych lub społecznych? Dlaczego musimy wyznaczać granice? Kiedy dzieci powinny kłaść się spać? Jak mamy się ustosunkowywać do imprezowania, dojrzewania seksualnego, używek oraz tęsknot i kompleksów naszych dzieci?

Będziemy rozmawiać o domu. Domu, w którym każde pomieszczenie, każdy pokój ma swoją funkcję i może budzić różne uczucia. Spotkamy w nim samych siebie oraz osoby, które z nami żyją. My, dorośli, naśladujemy często to, czego nie lubiliśmy u naszych rodziców. Niekiedy zdajemy sobie z tego sprawę i staramy się zmieniać utrwalone wzory zachowań. Dzięki naszym partnerom i dzieciom dostrzegamy swoje słabe strony. Należy mieć nadzieję, że dostrzegamy także dobre strony i potrafimy docenić to, co robimy właściwie.

Nie trzeba wielu godzin rozmowy z Jesperem, by zrozumieć, że życia rodzinnego nie da się podzielić na części lub fazy uzależnione od wieku dziecka. Jeśli chodzi, na przykład, o bliskość, przywództwo lub autentyczność, ciągle stoimy przed tymi samymi wyzwaniami, kiedy dziecko ma cztery miesiące i kiedy ma kilkanaście lat. Odnosi się to również do najbar-

dziej intensywnych wyrazów naszej miłości. Czy potrafimy cieszyć się rozmową z tymi, których kochamy? Czy poświęcamy im dość uwagi i czy jesteśmy przy nich tak, że to naprawdę odczuwają? A co z naszym sposobem wyrażania się? Czy jesteśmy zadowoleni ze swoich wypowiedzi, czy też może lepiej by było, gdybyśmy czasem zaczerpnęli powietrza i zamilkli? Bo tu sprawy łatwo mogą pójść źle. Jeśli przez cały czas mówimy „ty”, szybko możemy odnieść wrażenie, że to druga strona, partner lub dziecko, są przyczyną problemu. Może rozmowa byłaby łatwiejsza, gdybyśmy skupili się na sobie i na samej sprawie?

Jesper Juul często powtarza, by kuć żelazo, kiedy jest zimne. W praktyce oznacza to, że powinniśmy zacząć z rozmową, dopóki atmosfera się nie uspokoi. Czy to dobry sposób na uniknięcie największych nieporozumień i najbardziej bolesnych kłótni? Bo nie to, co mówisz do członków swojej rodziny, ale jak i dlaczego to mówisz, jest kluczem do dobrej komunikacji. Jesper nakłania nas, byśmy wszystko, co robimy, robili z zastanowieniem, zachwytem, szczerością i odwagą. W tym zawiera się wielka odpowiedzialność przywódcy w rodzinie: szczęście twojej rodziny zależy od twojego szczęścia, ponieważ otaczający cię ludzie będą szczęśliwi i zadowoleni, kiedy ty taki będziesz.

Od lat czytam książki Jespera Juula. Zawsze mnie fascynował i prowokował. Byłam zdumiona, że wiele z tego, co pisze i mówi w wykładach, naprawdę działa. Możliwa jest zmiana starych schematów postępowania. Można pozbyć się negatywnych, bezrefleksyjnych zachowań. Mam nadzieję, że ta książka zainspiruje także ciebie, byś z miłością spojrzął na ludzi, których kochasz najbardziej szczerze – i byś z nimi współdziałał.

DOM PEŁEN UCZUĆ

Czym jest dzisiaj rodzina podstawowa? Często wiąże się ją z domem, gdzie we wspólnocie żyją duzi i mali. Biorąc pod uwagę wszystkie poszczególne części domu, obejmujące przestrzeń dla miłości, seksu, zabawy, jedzenia i dorastania, zastanawiam się, co właściwie składa się na to ognisko domowe, w którym człowiek oddycha i żyje.

Każdy dom ma swój charakter. Wartości rodzinne odzwierciedlają ludzie, którzy w nim mieszkają, ich nawyki, ranga społeczna i zawody. Co dzieje się w różnych przestrzeniach domu? Co dzieje się z nami, gdy przekraczamy jego próg i przechodzimy z pokoju do pokoju, z jednej przestrzeni do drugiej?

MONICA ØIEN: Czym tak naprawdę jest dom? Często bywa wiązany z rodziną podstawową, gdzie są matka i ojciec i gdzie wszystko powinno układać się dobrze.

JESPER JUUL: Dom to atmosfera, pewien nastrój. Wydaje mi się, że największe nieporozumienia co do uzasadnionego przecież buntu kobiet w latach siedemdziesiątych wynikały z tego, że rola i zadania kobiet w domu – czy szerzej w ognisku domowym – były definiowane wyłącznie z praktycznego punktu widzenia. Pomijano przez to ich najważniejszą rolę: tworzenie atmosfery. Niezależnie od tego, czy prace domowe są wykonywane przez kobiety czy przez mężczyzn, tworzy to atmosferę, która jest najważniejszą sprawą dla domu. Sprzątanie, przygotowanie jedzenia możemy zlecić komuś z zewnątrz, dom może nam urządzić architekt wewnątrz itd. Może to być nawet bardzo dobrze funkcjonujące gospodarstwo domowe, ale atmosfery w nim zabraknie.

Co tworzy nastrój? Dobrze jest mieć czysto i wysprzątane, ale to nie wystarcza. Jeśli coś się robi bez zaangażowania, to rezultaty będą mierne. Wrażliwe osoby potrafią wyczuć atmosferę domu, kiedy tylko przekroczą jego próg. Teraz, gdy często oboje rodzice pracują, rodzina staje się czymś w rodzaju przedsiębiorstwa, gdzie wszystko trzeba zaplanować i wszystkim zarządzać. Tymczasem dla dzieci jest ogromnie ważne, by istniała wyraźna różnica między domem a szkołą czy przedszkolem. Jeśli rodzina jest tylko przedsiębiorstwem, dzieci nie czują się

w niej dobrze, są zestresowane i niezadowolone. Gdy trwa to siedem-osiem lat, relacje między dorosłymi również zamierają. Stają się oni coraz bardziej biernymi obserwatorami swego życia. Pierwszym tego objawem jest fakt, że sypialnia służy im jedynie do spania.

Statystycznie rzecz biorąc, większość dzieci dorasta w rodzinach podstawowych, w każdym razie przez pierwsze osiem-dziewięć lat życia. Choć istnieje także wielu samotnych rodziców i rodziców przybranych. Żyjemy teraz dłużej, więc i małżeństwo „dopóki śmierć nas nie rozłączy” trwa dłużej niż kiedyś. Założeniem związku dwojga ludzi jest to, że będzie on nadawać życiu sens. Taki związek może być burzliwy, ale powinien wzbogacać życie człowieka. Bo jeśli nie, to równie dobrze człowiek może pozostać sam. To, że życie w parze ma wzbogacać, jest całkiem nowym wymaganiem i największą zmianą w rodzinie, jaka się kiedykolwiek dokonała.

M. Ø. : No właśnie, bo w punkcie wyjścia pragniemy znaleźć tę jedyną, właściwą osobę i zostać z nią na dobre i na złe. Ale w takim razie musi to być ktoś dla nas idealny.

J. J. : To prawda, choć dla ludzi, którzy dorastali w latach dziewięćdziesiątych, stało się bardzo popu-

larne wchodzenie w długotrwałe związki, w których nie rodziły się dzieci. Ponadto możemy niekiedy odnieść wrażenie, że obecnie ludzie rozwodzą się ot tak, bez problemu. Możliwe, że niekiedy tak bywa, ale z mojego doświadczenia wynika, że ludzie, którzy mają dzieci, zawsze traktują rozwód niezwykle poważnie.

O tym, że związek trwa, decyduje fakt, iż odbieramy go jako wartościowy. Nie sądzę, by jakąś miarą była tu liczba konfliktów.

M. Ø. : Ale jak bardzo wartościowy powinien być związek? Wiele osób ma duże oczekiwania. Nie możemy się jednak spodziewać, że wszystko będzie znakomite i pełne sensu przez dwadzieścia cztery godziny na dobę. Musimy pracować nad tym, by związek mógł funkcjonować.

J. J. : Całkowicie się z tobą zgadzam. Określenie „wartościowy” nie oznacza nieprzerwanej harmonii i szczęścia. Związek wartościowy to taki, który wzbogaca człowieka, stawiając nowe wyzwania, pomagając się rozwijać indywidualnie i jako członkowi wspólnoty. Owe wyzwania przeważnie nas zaskakują, a kiedy się pojawiają, raczej nieszczęśliwie je lubimy. Tak jest w każdym układzie opartym na miłości, także w stosunku łączącym nas z małymi i większymi dziećmi.

Pragniemy, by związek był wzbogacający dla naszego życia – jest to całkiem nowe zjawisko i nowy miernik. Nasi dziadkowie tak nie myśleli. Istnieje także różnica w tym, co uważamy za wartościowe. Niektórzy sądzą, że są to osobiste wyzwania, inni – zwłaszcza mężczyźni – że lepiej mieć spokój. Wówczas symbolem sukcesu będzie harmonia. Moim zdaniem każdy człowiek ma własne kryteria oceny tego, co mu się udało.

Wiele piszących do mnie osób pyta, jak bardzo trzeba cierpieć i ile bólu znieść, żeby w końcu dać za wygraną. Jak długo należy pracować nad problemami? Nie ulega wątpliwości, że w każdym związku powinno się akceptować pewną dawkę cierpienia, jeśli jednak cierpienie nie niesie ze sobą czegoś pozytywnego – uznania, zrozumienia, rozwoju – a jedynie powtarza się z miesiąca na miesiąc, to staje się bezsensowne. Ale trzeba pracować i starać się, by związek funkcjonował. Mówimy bowiem o intymnym współżyciu z człowiekiem, którego w punkcie wyjścia wcale nie znamy.

M. Ø. : To prawda, chociaż jeśli człowiek nie znajduje zrozumienia u partnera, może nagle poczuć się bardzo samotny, nawet żyjąc w parze.

J. J. : Jakieś trzydzieści lat temu pewna moja znajoma powiedziała: „Jesper, w moim życiu mam dwie możliwości: albo będę żyć z mężczyzną, albo w tęsknocie za mężczyzną”. Należała do pierwszego pokolenia ludzi, dla których małżeństwo przestało być społeczną koniecznością. Stało się wyborem egzystencjalnym i uczuciowym. Ludzie nie chcą żyć z kimś, kto nie wzbogaca ich życia. To całkiem nowy standard.

M. Ø. : Czy rodzina idealna to rodzina bez konfliktów?

J. J. : Nie, w żadnym razie. Konflikt to z definicji sytuacja, w której dwoje ludzi ma różne potrzeby i odmienne pragnienia. Traktowanie konfliktów jako czegoś negatywnego pochodzi z czasów, gdy rodzina była silnie zhierarchizowana i totalitarna. System totalitarny nie lubi konfliktów, podczas gdy demokratyczny musi nimi żyć. Moralny konsensus nie istnieje, więc każda rodzina jest dla siebie pionierem.

Wiele osób czerpie poczucie bezpieczeństwa z tego, że robią coś, co zostało uznane za prawdę. Odkąd karmienie piersią okrzyknięto jedynie słusznym postępowaniem, spotykamy młode, inteligentne kobiety, które prześladują matki karmiące z butelki.

Nagle stały się one złe, bo nie karmią piersią. To samo dzieje się w odniesieniu do rozwodów. Dawniej rozwodzenie się było OK, a teraz okazuje się poważnym błędem.

Szkoda, że w przestrzeni publicznej nie ma miejsca dla kompleksowego stawiania problemów. Albo szuka się kozła ofiarnego, albo próbuje znaleźć rozwiązanie zastępcze. Osobiście nie sądzę, by można było stworzyć rozwiązania dobre dla wszystkich.

M. Ø. : Mnie się wydaje, że rozwiązania i odpowiedzi przyjdą, kiedy już będzie za późno, bo dopiero pod koniec życia człowiek zaczyna rozumieć, o co w tym wszystkim chodzi. Rzecz w tym, by być świadomym i dokonywać niejako po drodze niezbędnych rozliczeń, wybaczać tam, gdzie należy wybaczyć, i zachowywać się dorośle tam, gdzie powinno się być dorosłym.

J. J. : Wszystkie nasze normy i rozumienie wartości mają swój początek w społeczeństwie obfitości. Możemy demonizować i krytykować fakt, że dzieci od początku są konsumentami, ale ja przyjmuję to ze spokojem, ponieważ wiem, że za jakiś czas pojawią się nurty przeciwstawne. Po prostu tak się toczą dzieje. Wielkie problemy, na które nie ma odpowiedzi, są pozytywne, jeśli czegoś nas uczą.



Statystyki mówią, że co roku rozwodzi się ponad pięćdziesiąt procent małżeństw. Ja sama nigdy mężatką nie byłam i z pierwszym partnerem postanowiliśmy rozejść się, kiedy nasz synek miał rok. W wyniku separacji syn przywykł do rodzinnego układu, w którym główny dom znajdował się u mnie, a dom na długie weekendy był u taty. Dla nas okazało się to najlepsze. Funkcjonujemy bardzo dobrze jako rodzina w separacji.

Wyzwania pojawiają się wówczas, gdy spotykamy nowego partnera posiadającego dzieci i marzymy, żeby z nim zamieszkać. Wtedy dom nabiera całkiem nowego znaczenia. Dla dziecka może to być wymuszona wspólnota z nowym przybranym rodzeństwem i przybranymi rodzicami – życie w kolektywie, na które nigdy nie wyraziło chęci.

M. Ø.: Jak macocha czy ojczym powinni odnosić się do nowej sytuacji rodzinnej i do dzieci w nowej rodzinie?

J. J.: Dzieci nie pozwolą kierować sobą komuś, kto nie jest częścią rodziny. Odpychają takie osoby. Nieważne, czy mają dwa lata czy trzynaście, nigdy nie dopuszczą do siebie kogoś, przez kogo mogą zostać

zranione, w dodatku nie mając pewności, czy są z nim w rodzinie. Jeśli przybrana rodzina od początku stara się zachowywać tak, jakby rodziną była, to nigdy się nią nie stanie. To paradoks, z którego większość ludzi nie zdaje sobie sprawy. Nie możemy zaczynać od zmuszania się do tego, by przypominać rodzinę.

Bycie macochą lub ojczymem oznacza, że trzeba stać się przyjacielem pasierbów. Nie kolegą równolatkiem, ale kimś, kto zamierza stworzyć z nimi wspólnotę. Kiedy zakochujemy się w drugim dorosłym, z pomocą przychodzą nam hormony i chemia. Po czterech-pięciu latach dostrzegamy, że oprócz tego możemy też być dla siebie przyjaciółmi. Z dziećmi jest odwrotnie: najpierw trzeba się z nimi zaprzyjaźnić, a potem myśleć, czy można będzie razem stworzyć rodzinę. Spotkałem wiele dzieci pięcio- lub sześćioletnich, których rodzice rozwiedli się, kiedy miały rok. Mają teraz ojczyma lub macochę, z którymi czują się bardzo związane, i same pytają, czy mogą do nich mówić: mamó i tato. Świadczy to o tym, że ich wspólnota stała się rodziną.

M. Ø. : Kiedy jest się po ślubie lub po prostu mieszka ze swoim drugim lub trzecim partnerem w kolejnej rodzinie, żywi się chyba do partnera nieco inne uczucia. Jest się bardziej dojrzałym, doświadczonym, bardziej

zrównoważonym i to udziela się też dzieciom. Niektóre są ciekawe i pewnie chciałyby wiedzieć, czy mama lub tata uprawiają seks z nowym partnerem. Co wtedy powinno się odpowiadać?

J. J. : Moim zdaniem trzeba mówić tak, jak jest. Dzieciom, z powodów, które nie całkiem rozumiemy, zawsze było trudno wyobrazić sobie, że rodzice uprawiają ze sobą seks. Nastolatki uważają, że to po prostu okropne. Na temat seksu filozofują tak samo jak na temat śmierci, na przykład kiedy pytają mamę, co się stanie, kiedy ona umrze. Ale odpowiedzi niemal natychmiast wylatują im z głowy. Seks jest częścią życia dzieci i jest obecny w przestrzeni publicznej, oczywiste więc, że się tym interesują. Ofiarowujemy im wielki dar, jeśli potrafimy przekazać, że seks jest czymś wspaniałym. W społeczeństwie seks bywa często przedstawiany jako problematyczny aspekt życia.

M. Ø. : *Nowe prawodawstwo w wielu krajach daje parom homoseksualnym takie same prawa jak związkom heteroseksualnym. Mogą zawierać związki małżeńskie i adoptować dzieci oraz mają prawo do sztucznego zapłodnienia. Jesteśmy na najlepszej drodze do tworzenia nowych typów rodziny. Co sądzić*

o takiej rodzinie, w której dzieci dorastają z dwojgiem rodziców tej samej płci i może nigdy nie spotkają biologicznej matki lub ojca? Czy posiadanie dzieci jest prawem człowieka, czy może należałoby powiedzieć, że prawem człowieka jest posiadanie matki i ojca?

J. J. : Z mojego doświadczenia wynika, że w związku homoseksualnym nie żyje się inaczej niż w heteroseksualnym. Prowadziłem terapię od pięćdziesięciu do stu par homoseksualnych, zarówno kobiet, jak i mężczyzn. Podstawowe mechanizmy funkcjonowania związku są dokładnie takie same i osobiście nie mam nic przeciwko temu, by pary te adoptowały dzieci. Nie istnieją też żadne badania, które by dowodziły, że homoseksualiści są gorszymi rodzicami albo że dzieci ponoszą w takich rodzinach jakąś szkodę.

Uważam natomiast, że ludzkość weszła na grząski grunt, uznając, że posiadanie dzieci jest jednym z praw człowieka. Na przykład, w Danii postanowiono, że każda para ma prawo do trzech prób sztucznego zapłodnienia opłacanych przez państwo. Jeśli taka postawa – że posiadanie dziecka jest prawem – utrzymuje się także po jego urodzeniu, a dzieje się to często, to dziecko staje się rzeczą. Rzeczą, którą musimy posiadać, byśmy mogli czuć, że stanowimy dla kogoś wartość. W porządku, niech będzie,

ale powinniśmy pamiętać, że dziecko ma te same potrzeby: też chce wiedzieć, że stanowi wartość dla rodziców. Naprawdę nie jestem przekonany, czy wszyscy powinni być rodzicami.

M. Ø. : Jest to twój generalny pogląd, który obejmuje zarówno pary heteroseksualne, jak i homoseksualne?

J. J. : Tak! Nie jestem człowiekiem szczególnie religijnym, ale uważam, że tutaj wzięliśmy na siebie więcej, niż możemy udźwignąć. Zawsze będą ludzie, którzy nie powinni mieć dzieci. Większość osób w moim pokoleniu ma tyle dzieci, ile mogło mieć, bo nie stosowały żadnej antykoncepcji. Ale co do naukowego sterowania tym procesem też jestem głęboko sceptyczny. Wątpię, czy podejmowanie takich decyzji jest rolą człowieka.

Pewnego razu w San Francisco spotkałem starszego mężczyznę, mnicha wykształconego w tradycyjnej medycynie chińskiej. Mój przyjaciel, Ken Dychtwald, i jego żona Maddy chcieli mieć dziecko. Maddy chodziła do tego lekarza. Po kilku miesiącach bezskutecznej terapii zaczęła się już bardzo niecierpliwić. Któregoś dnia towarzyszyłem Maddy podczas kolejnej wizyty. Wtedy ów stary Chińczyk zwrócił się do mnie: „Mr Jesper, potrzebuję Pańskiej pomocy”.

I mówi mi, że Maddy nie może mieć dziecka, bo „za bardzo go chce. Niech pan ją poprosi, żeby przestała się leczyć”. Dwa lata później Maddy urodziła swoje pierwsze dziecko, a potem jeszcze jedno. Tak to bywa.

Zajście w ciążę zależy między innymi od powiązań między ciałem i duszą. Wszyscy przecież znamy opowieści o ludziach, którzy próbowali i próbowali, aż w końcu dali za wygraną i adoptowali dziecko. A wtedy niemal natychmiast kobieta zachodziła w ciążę.

M. Ø. : Czy powinniśmy zatem złożyć sprawy w ręce Boga? A może zdać się na los czy inną siłę wyższą?

J. J. : Uważam, że lepiej byśmy na tym wyszli, pozostawiając te sprawy naturze. Ale zachodnio-europejscy politycy mówią, iż ludzie powinni rodzić więcej dzieci, żeby miał kto zadbać o wzrost ekonomiczny. I tu zaczynamy odczuwać presję.

M. Ø. : Posiadanie dzieci daje także określony status.

J. J. : To są akurat obszary pełne paradoksów. Posiadanie dzieci jest elementem sukcesu. Oczywiście, pod warunkiem, że są to tak zwane „dzieci dobrze funkcjonujące”. Z drugiej strony elementem sukcesu

jest to, że nie widać po rodzicach, zwłaszcza kobietach, że mają dzieci. Najlepiej, by życie toczyło się jakby nigdy nic. Nie chciałbym urazić osób, które pragną dziecka, ale muszę podkreślić, że relacja z dzieckiem nie jest jednostronna. Nie jest tak, że dziecko ma tylko przyjmować to, co moje. Ja też muszę być otwarty na to, co przynosi ze sobą dziecko – pozytywnego i negatywnego. Jeśli rodzice tego nie robią, dla dziecka byłoby lepiej, gdyby się w ogóle nie urodziło.

*

Wychowywałam się w Vestlandet z babcią, która była krawcową – prawdziwą artystką. Mogłam pokazać jej jakąś sukienkę w zagranicznym żurnalu i szyła mi dokładnie taką samą. Wymagało to, co prawda, cierpliwości, bo zanim tę śliczną sukienkę dostałam, musiałam o niej marzyć tygodniami. Potem mogłam z dumą iść w niej na świąteczny bal lub na urodziny. Dzisiaj dzieci przeważnie od razu dostają to, czego chcą, choć na świecie mamy kryzys gospodarczy. A może jest to raczej kryzys wartości, brak wdzięczności i pokory?

M. Ø. : Obecnie dzieci dostają rzeczy chyba trochę zbyt szybko, przez co odbieramy im możliwość cieszenia się

nimi. Co dzieje się z dziećmi, które nigdy nie muszą na nic czekać?

J. J. : No właśnie, tracą możliwość cieszenia się i czekania, to znaczy uczą się, że każda chęć powinna zostać zaspokojona tak szybko, jak tylko się da. Dzieci są dzisiaj chronione przed niespełnionymi pragnieniami, cierpieniem i frustracją. Jeśli człowiek dorasta w takich warunkach, to w dorosłym życiu będzie czuł się bezradny, zagubiony albo szukał ekstremalnych doznań, by poczuć, że żyje. Istnieje też niebezpieczeństwo, że będzie próbował każdą frustrację tłumić alkoholem, narkotykami lub lekami.

M. Ø. : Czy to nasze – rodziców pracujących na dwóch etatach – nieczyste sumienie albo mało realistyczne dążenie do perfekcji sprawia, że zbyt dużo kupujemy dzieciom? I traktujemy to jako rekompensatę za brak czasu dla nich?

J. J. : Brak czasu to zmartwienie, które sami na siebie ściągamy. Tak naprawdę, dwoje pracujących rodziców nigdy nie miało tyle wolnego czasu, ile teraz. Poza tym nie jest ważne, ile godzin w miesiącu spędzamy razem, ale ile poświęcamy sobie czasu, kiedy już go dla siebie mamy. Jeśli dajemy go sobie dużo, to może

się zdarzyć, że siedzimy sobie dwie lub trzy godziny razem i rozmawiamy o wszystkim, a potem nagle zaczynamy mówić rzeczy, których nigdy przedtem nie mówiliśmy. Dopiero wtedy sytuacja staje się intymna i osobista. Przedtem było to jedynie płytkie i powierzchowne gadanie.

Kiedy jesteście zakochani w partnerze albo w nowo narodzonym dziecku, mówimy dużo, ale większość z tego to głupstwa. Potem przychodzi dzień powszedni z odprowadzaniem dziecka do przedszkola, odbieraniem go, ciągłym bieganiem, dom, sprzątanie, zakupy, pang-pang-pang! Można być szczerze zainteresowanym, jak się dziecko czuje, ale rozmowa z nim ma formę wywiadu, czyli pytań i odpowiedzi. Tylko że nie dowiesz się, kim jestem, jeśli będziesz mi jedynie zadawać pytania. Zawsze też istnieje ryzyko, że zadajesz pytania błędne lub niewłaściwe.

M. Ø. : Potrzebna jest zatem prawdziwa rozmowa?

J. J. : Tak, jest niezbędna. Jeśli wędrujesz z dzieckiem kilka dni po górach, to ono nagle zaczyna mówić spontanicznie różne rzeczy. I wtedy dowiadujesz się czegoś, o czym nawet ono nie wiedziało. W ten właśnie sposób poznajemy siebie nawzajem. Pauzy są równie ważne jak wypowiedziane słowa. To może

paradoksalne, ale łatwiej nam stworzyć nastrój intymności, kiedy siedzimy w restauracji, niż gdy rozmawiamy w domowej kuchni. Dzieci to uwielbiają. Ja dużo bywam w restauracjach i lubię obserwować ludzi. Rodzice nie pilnują dzieci przez cały czas i wtedy one mogą zacząć mówić coś ważnego. Dzieci czują się świetnie, kiedy dorośli zajmują się sobą. Natomiast będąc przez cały czas w centrum zainteresowania, są skrępowane.

*

Dla nikogo ciągle bycie w centrum uwagi nie jest przyjemne. Fakt, że jesteśmy obserwowani, odczuwamy często jako naruszanie naszej prywatności i integralności. Mamy wrażenie, jakby nas z czegoś okradano.

Pracowałam kiedyś w norweskiej telewizji z Dorthe Skappel, która miała dwie córki, teraz już dorosłe. Kiedyś w czasie lunchu powiedziała mi, że u nich w domu jest coś, co nazywa się dziennikiem klozetowym. Jest to gruby zeszyt leżący w toalecie, w którym każdy może wpisywać swoje myśli: zarówno te pozytywne, jak i negatywne. Nikt nie komentuje tego, co napisano w dzienniku, za to każdy może go czytać w ciszy i spokoju.

M. O. : Co myślisz o takim dzienniku klozetowym? O takim swego rodzaju forum, na którym można do woli pyskować, wyrażać rozczarowanie, radość i smutek?

J. J. : To bardzo dobry pomysł. Ja często cytuję pewnego terapeuty rodzinnego z Izraela, który powiedział, że należy kuć żelazo, kiedy jest zimne. Tak właśnie trzeba postępować z konfliktami. Rzadko znajdujemy rozwiązanie, gdy słychać grzmoty i szaleje sztorm. Lepiej poczekać, aż burza ucichnie i emocje się uspokoją.

Jeśli chcesz otrzymać od swoich dzieci szczerą odpowiedź, to zwróć się do nich z następującą prośbą: „Chciałbym jako twój tata lub mama poznać moje trzy cechy, które uważasz za najgorsze”. Jeśli istnieje między wami otwartość i zaufanie, to może dowiesz się o dwóch takich cechach. Następnie możesz zapytać dzieci, co lubią robić. Może mają jakieś pomysły, jak mogłoby wam być w domu lepiej? Zbliża się Wielkanoc, co będziemy robić? Takie rozmowy powinny trwać pół godziny, najwyżej trzy kwadransy, nie mogą być za długie. I pamiętajmy, że zawsze trzeba dzieciom podziękować za pomoc.

Jest niewiele konfliktów, którym opłaca się poświęcać dużo czasu – czy to między rodzicami

i dziećmi, czy w związku partnerskim. W ciągu pierwszych piętnastu minut zwykle można powiedzieć już wszystko. Reszta to czysta kłótnia, w której wszystkie zdania zaczynają się od: „Bo ty...”. Znaczna część naszych konfliktów trwa długo dlatego, że jesteśmy przesadnie skupieni na sobie. Zamiast tego powinniśmy dać sobie czas na refleksję. Warto zamilknąć i spytać samego siebie: „O co w tym sporze właściwie chodzi? Czego tak naprawdę chcę?”.

W rodzinie sama miłość nie wystarczy, potrzeba czegoś więcej. Nie wszystko toczy się samo z siebie tylko dlatego, że się kochamy. Nie muszę szukać daleko, przykładem jest moje pierwsze małżeństwo. Sama tylko miłość nie zapewni spójności rodziny, potrzebny jest wkład wszystkich jej członków. A jeśli mowa o rodzinie przybranej, to uważam, że rozsądne jest odbywanie od samego początku regularnych zebrań rodzinnych, żeby sobie powiedzieć, co działa, a co nie. Dorośli powinni być bardzo otwarci i udzielać głosu wszystkim członkom rodziny.

M. O. : Istotne jest chyba, żeby zdawać sobie sprawę, że dzieci chcą być zauważane, choć na rodzinnych zebraniach może nie mówią nic szczególnie ważnego. Jak to robić?

J. J. : Dzieci powinny wiedzieć, że mówienie o tym, co leży im na sercu, jest w porządku. Może będą musiały uczestniczyć w rodzinnych spotkaniach przez kilka lat, zanim zaczną mówić, ale zarówno małe dzieci, jak i nastolatki czerpią z nich satysfakcję.

To dobry pomysł także dla dorosłych par, by trzy-cztery razy do roku wyłączyć telewizję i telefony komórkowe albo wyjechać w góry i porozmawiać o swoim związku. Spróbować określić to, co ewentualnie należałoby w nim poprawić. Najbardziej pociągający jest dla nas człowiek, który odsłania przed nami swoją duszę. To, jak się wygląda, ma drugorzędne znaczenie. Wzajemna otwartość budzi pożądanie. Po prostu. Kiedy jedno z partnerów pyta: „Czy jeszcze mnie kochasz?” – to tak naprawdę chodzi mu o coś innego: „Bardzo chcę, byś postrzegał mnie jako wartościową część swego życia. Czy tak właśnie jest? Jeśli tak, to pod jakim względem jestem dla Ciebie wartościową, bo sam tego nie widzę?”. Wielką potrzebą nas wszystkich jest stanowić wartość przynajmniej dla jednego człowieka.

Znakomitą okazją, by mówić takie rzeczy dzieciom, są święta oraz różne uroczyste dni. Na przykład w dniu bierzmowania można dziecku powiedzieć: „Jestem z Tobą już od czternastu lat i zapewniam Cię, że to bardzo wzbogaciło moje życie”.



Dwa lata temu za namową Jespera zrobiłam pewien eksperyment. Mój jedenastoletni wówczas syn bardzo chciał dostać grę komputerową, na którą był o wiele za mały. Zamiast kategorycznie odmówić, dałam mu dwa dni na zebranie argumentów za i przeciw. Kiedy potem do mnie przyszedł, sam postanowił, że gry nie kupimy. Zdziwiłam się, bo oczekiwałam czegoś przeciwnego.

*M. Ø. : Jakie decyzje w domu mogą podejmować dzieci?
Jak rozbudowana powinna być rodzinna demokracja?*

J.J. : Najpierw chciałbym powiedzieć, że życie rodzinne ma z demokracją niewiele wspólnego, bo w demokracji nikt nie jest całkiem zadowolony. Demokratyczne wartości są wspaniałe, ale odnoszą się głównie do podziału władzy i pieniędzy. Wielokrotnie mówiłem, że dzieci nie powinny decydować o wszystkich sprawach, muszą jednak być traktowane poważnie. Należy brać pod uwagę ich indywidualny charakter, marzenia i potrzeby. Jeśli chcę, by mój dorosły związek funkcjonował dobrze, też muszę ukochaną osobę traktować poważnie, a nie siedzieć, oceniać ją i decydować, co powinna robić, a czego nie.