

## WSPÓLNE ŻYCIE W RODZINIE

Mężczyzna i kobieta mogą żyć razem i tworzyć rodzinę na bardzo wiele sposobów i żaden ekspert nie jest w stanie powiedzieć, który z nich daje gwarancję sukcesu. Zbyt wiele różnych uwarunkowań wchodzi tu w grę. Nie da się zaplanować wspólnego życia z drugą osobą, tak samo jak życia po prostu. Można je tylko przeżyć.

Nie istnieje zatem matematyczna formuła szczęścia. Z drugiej strony, wiemy już niemało o tym, na co powinniśmy zwracać szczególną uwagę.

O atmosferze panującej w rodzinie decyduje jakość wspólnego życia dorosłych. Ono nadaje ton życiu w domu.

Powyższe zdanie może wydać się na pierwszy rzut oka mało przekonujące, zważywszy na to, jak choroba dziecka potrafi zaciążyć na atmosferze domowej, albo jak wyczerpujące bywa nocne wstawanie do płaczącego niemowlęcia czy pełne napięcia oczekiwanie na wieczorny powrót spóźniającej

się nastolatki. Są to jednak w gruncie rzeczy tylko uczucia – co prawda uzasadnione – wywołane przez przemijające zdarzenia. To nie uczucia wyznaczają atmosferę w rodzinie, lecz sposób, w jaki dorośli potrafią wspólnie radzić sobie z uczuciami. Czy rozmawiam szczerze z partnerem o moich troskach? Czy moje emocje są traktowane poważnie przez pozostałych członków rodziny? Od tego wszystko zależy.

### **Jak radzimy sobie z konfliktami?**

We wszystkich rodzinach rodzą się konflikty, których nie da się uniknąć ani rozwiązać na poleceniu, i to niezależnie od tego, jak bardzo ludzie się kochają czy jak często ze sobą rozmawiają. Niektóre z nich są tak mocno zakorzenione w naszej indywidualnej egzystencji, że wybuchają wciąż na nowo i potrzeba dziesięciu czy dwudziestu lat, żeby sobie z nimi poradzić. Atmosfera w domu zależy w głównej mierze od tego, jak radzimy sobie właśnie z takimi konfliktami.

Większość ludzi bardzo boi się utraty partnera i z byle powodu od razu popada w panikę. Inni potrzebują nieco czasu do zastanowienia, zanim podejmą dialog. Jeszcze inni od razu biorą się do omawiania problemu i chcą znaleźć rozwiązanie jeszcze przed zachodem słońca. Niektórzy traktują konflikty jako element walki o władzę w domu i zawsze muszą postawić na swoim, inni zaś są elastyczni i od początku dążą do kompromisu. O szczęściu danej rodziny decyduje to, czy obie strony pojmują konieczność istnienia konfliktów

i czy chcą wspólnie znaleźć metodę radzenia sobie z nimi. Jeśli ów sposób jest akceptowany przez oboje partnerów, to jest on właściwy, dzięki czemu rodzina może stać się dla dzieci miejscem bezpiecznym.

Dwie rzeczy są potrzebne do stworzenia dobrej atmosfery w rodzinie: miłość i chęć bycia ze sobą.

Nie wystarczy, że dwoje dorosłych się kocha – muszą jeszcze chcieć ze sobą być. Wszyscy przeżywamy czasami chwile czy godziny, albo nawet całe dni, kiedy wolelibyśmy żyć sami: jest zbyt wiele kłótni, czujemy się pozostawieni samym sobie, życie wydaje się zbyt skomplikowane... Takie uczucia są całkiem normalne i dzieci nie powinny ponieść z ich powodu większej szkody, jeśli sobie z tymi uczuciami radzimy. Być uczciwym wobec siebie i otwarcie o nich mówić – to wszystko, co możemy i co powinniśmy robić.

Dzieci pragną harmonii. Nienawidzą, kiedy między rodzicami panuje dysharmonia, choć potrafią sobie z tym poradzić, jeśli czują, że rodzice naprawdę chcą ze sobą być. Nie ma zatem powodu, by zatajać przed nimi konflikty – poza tym i tak nie jest to możliwe. Dzieci często wyczuwają zbliżającą się kłótnię jeszcze zanim dorośli zdadzą sobie z tego sprawę. W sytuacjach konfliktowych nie należy szukać winnego, ale brać na siebie odpowiedzialność za swój wkład w nieporozumienia. W każdym konflikcie czy walce o władzę zawsze biorą przecież udział dwie osoby.

Często pochodzimy z zupełnie różnych rodzin i przynosimy zupełnie różne doświadczenia i marzenia. Nikt od razu nie opanowuje sztuki życia akurat z tą osobą, z którą chce założyć rodzinę. Nazywam to sztuką, ponieważ wchodzi tu w grę rzeczy, które są potrzebne również do stworzenia prawdziwego dzieła sztuki: intuicja, uczciwość, radość, krytyczna refleksja, a przede wszystkim praktyka, praktyka, praktyka. W chwilach powołania całe ciało i duszę ogarnia zaś uczucie spełnienia.

Wydaje się, że życie rodzinne byłoby prostsze, gdyby partnerzy byli do siebie bardziej podobni. Albo gdyby można było wysłać kogoś do serwisu i odebrać po jakimś czasie zreperowanego i bez wad. Niestety, to niemożliwe. To samo dotyczy dzieci: przychodzą na świat z indywidualnymi cechami i ich zachowanie zależy w dużej mierze od tego, jak dorośli podchodzą do ich indywidualności.

Życie z dziećmi w rodzinie nie polega na tym, co potocznie nazywamy wychowaniem. Decydująca jest jakość indywidualnego i wspólnego życia dorosłych. Życie dorosłych ma większy wpływ na dzieci niż jakiegokolwiek świadome próby i metody wychowawcze.