

Pakankamai geri tėvai (II dalis)

- ***Pakankamai geri tėvai savo vaikams teikia pagalbą tiek, kiek jiems jos reikia ar kiek jie nori, tačiau ne daugiau nei vaikai nori ar reikia.***

Vaikai ateina į šį pasaulį natūraliai sukurti taip, kad norėtų padaryti dėl savęs tiek, kiek gali. Būtent taip jie ir eina į suaugusiųjų pasaulį. Pakankamai geri tėvai tai jaučia, todėl suteikia jiems laisvės rizikuoti ir daryti dėl savęs tiek, kiek jie gali. Pakankamai geri tėvai leidžia vaikams daryti klaidas ir „susimauti“, nes supranta, jog tai yra svarbiausi mokymosi elementai. Kai jie teikia pagalbą vaikui, tai daro papildydami ir paremdami jo paties pastangas, o ne perimdami viso darbo atlikimą. Tikslas yra įgalinti vaiką, kad jis ar ji pats padarytų daugiau, skatinti vaiko nepriklausomybės siekimą, o ne mažinti jį.

- ***Svarbiausi pakankamai geros tėvystės įrankiai yra sąmoninga refleksija, branda ir empatija.***

Pakankamai geri tėvai niekada akylai neseka „ekspertų“ patarimų ar senesnės kartos atstovų mados. Jie mieliau prašo patarimų iš savo draugų ar giminaičių, kurie gerai pažįsta juos ir jų vaikus. Jų tikslas yra padėti vaikui pasiekti tai, ko jis nori ir tai, ko jam reikia, o ne įrodyti pasauliui, kad jie yra patys nuostabiausi tėvai ir apsaugoti save nuo kritikos. Norėdami sužinoti, kaip jie gali padėti savo vaikui, pakankamai geri tėvai stengiasi suprasti juos, o geriausiai tai padaryti padeda sąmoninga refleksija, branda (kuri apima ir kantrybę) ir empatija.

Kaip minėjau pirmoje dalyje, tėvų-vaikų santykis kai kuriais atvejais yra lygiavertis, kitais atvejais ne. Tėvai yra labiau nusimanantys, labiau suprantantys daugelį dalykų, brandesni negu vaikai. Vaikai, kurie šiuo metu jaučiasi nesaugiai, ir toliau jausis vis nesaugiau, jei jie pajaus, jog jų tėvai yra mažiau kompetentingi susitvarkyti su gyvenimiškais problemomis negu jie patys.

Pakankamai geri tėvai žino, jog turi nueiti daugiau negu pusę kelio, kad tėvų - vaikų santykis veiktų. Tėvų darbas yra suprasti vaikus; tai ne vaikų darbas suprasti savo tėvus. Visi tėvai buvo vaikai, todėl prisiminimai apie savo pačių vaikystę labai padeda suprasti savo vaikus; vaikai dar nebuvo tėvais.

Bettelheim rašė: *“Mūsų prisiminimai apie mūsų pačių vaikystę suteikia mums kantrybės ir supratimo; ir kai mes, nepaisydami savo vaikų užsispyrimo, suvoksime jog jis kenčia dabar taip kaip mes kentėjome tada, mūsų meilė vaikui, kuriame mes dabar atpažįstame tiek daug ankstesniojo savęs, sugrįš.”*

Empatija yra raktas į bet kokius sėkmingus santykius, o pakankamai geri tėvai žino, jog jie turi vesti į empatiją. Jiems lengviau suprasti vaikų mąstymą, negu vaikams tėvų mąstymą. Bettelheim rašė: *“Empatija leidžia suprasti jog vienas asmuo kitą asmenį laiko lygiu – ne dėl žinių, intelekto, patirties ar brandos, o atsižvelgiant į jausmus, kurie veikia mus visus.”* Pirmas žingsnis, teikiantis pagalbą vaikui - suprasti jo jausmus ir gerbti juos.

- ***Pakankamai geri tėvai tiki, jog jų pakankamai gera tėvystė yra pakankamai gera.***

Tėvai, kurie jaučia pasitikėjimą dėl savo tėvystės, yra ramesni ir kantresni, mažiau nervingi dėl savo tėvystės ir teikiantys daugiau saugumo jausmo savo vaikams, negu tie, kurie nuolat abejoja ir

nepasitiki savimi. Pagal Bettelheim: *“Vaiko saugumas priklauso ne nuo to, kaip labai jis pasitiki savo gebėjimu apsaugoti save, tačiau nuo kitų geros valios. O tai yra skolinamasi iš tėvų saugumo.”*

Pabaigai norisi paminėti ir nuolankumo vertę. Pakankamai geri tėvai supranta, jog vaikų pasaulis nesisuka aplink tėvus. Mūsų vaikų veiksmai nėra motyvuoti tuo, kad patenkintų mus ar nuskriaustų mus, juos motyvuoja siekis įvairiais bandymais ir mėginimais atrasti savo pačių vietą šiame pasaulyje. Jeigu mes esame pakankamai geri tėvai, mes neprisiskiriame garbės ar kaltės dėl savo vaikų veiksmų; mes susitelkiame ties supratimu ir pagalba ten, kur ji yra reikalinga.

Parengė: Kretingos rajono švietimo centro Pedagoginės Psichologinės Pagalbos skyriaus psichologė Renata Kupšytė
Pagal: <https://www.psychologytoday.com/>