

„Akceptuj mnie takim, jakim jestem”, Jolanta Saoudi

Bardzo wiele uwagi poświęcamy analizując różnorodne metody, formy pracy z naszymi dziećmi, chcąc zapewnić im optymalne warunki rozwoju. Często jednak zapominamy o najważniejszym, o tym, że dziecko, aby mogło się rozwijać, potrzebuje czuć się bezpiecznie, potrzebuje naszej akceptacji, wsparcia i opieki. Niestety, my, rodzice popełniamy najwięcej błędów realizując właśnie te podstawowe potrzeby dziecka, z niewiedzy, zaniedbania, zmęczenia...

Dziecko nie umie wyrazić i nazwać tego, co przeżywa, nie jest w stanie jasno opowiedzieć o swych potrzebach i oczekiwaniach. Gdyby jednak potrafiło, co by nam powiedziało?

- 1. Nie porównuj mnie z innymi...**
Nie wymagaj, żebym był taki jak inni. Pozwól mi zdobywać moje szczyty w moim własnym tempie. Może się kiedyś zmienię, a może nie... Pewnie chciałabyś, żebym był inny, bardziej przebojowy. Czasem Cię to złości. Nie chcę Cię złościć.. Uczę się w swoim, może odmiennym tempie. Nie lubię nowych sytuacji, mam inny temperament. To nie znaczy, że jestem gorszy. Umiem dobrze robić wiele rzeczy. Nie zmuszaj mnie do niczego tylko dlatego, że syn sąsiadów..., córka znajomych... Nie krytykuj, nie oceniasz, tylko bądź przy mnie, potrzebuje Ciebie i Twojej akceptacji mnie takim, jakim jestem... Pozwól mi być sobą.
- 2. Mów mi często, że mnie kochasz i przytulaj mnie!**
Bardzo lubię słuchać, kiedy mówisz, jak bardzo mnie kochasz. Wszystko wokół staje się wtedy proste i bezpieczne. Pokazujesz mi, że można, a nawet trzeba mówić o tym, co najważniejsze. Uwielbiam też, jak mnie przytulasz. Nawet wtedy, kiedy jestem już duży. Pokazujesz mi wtedy, że ciągle jestem dla Ciebie ważny...
- 3. Szanuj mnie!** Może nie podobać Ci się moje zachowanie, możesz je skrytykować, ale nie krytykuj mnie jako człowieka. Nie przezywaj mnie. Jeśli czegoś nie umiem, nie mów „Jesteś głupi”. Uczę się nowych dla mnie rzeczy i mam prawo do popełniania błędów.
- 4. Chcę być wysłuchany...** Czasem rozmawiasz o mnie z kimś w mojej obecności w taki sposób, jakby mnie w ogóle nie było. Odpowiadasz na pytania, które są kierowane do mnie. Pewnie lepiej znasz odpowiedź na większość z nich, bo jesteś dorosły, ale pozwól mi poczuć się podmiotem rozmowy, a nie jej przedmiotem. W ten sposób uczysz mnie szacunku do drugiego człowieka.
- 5. Nie mów o mnie źle...** Nie rozmawiaj z kimś źle o mnie - w mojej obecności. Nie opowiadaj o rzeczach, których nie umiem zrobić, które sprawiają mi trudność, o moich niepowodzeniach. Rozumiem to, co słyszę, a wtedy świat wokół mnie staje się szary. Zaczynam myśleć, że dla Ciebie ważne jest tylko to, czego nie potrafisz. Pochwały nie zrównoważą żalu wynikającego z faktu, że opowiadałaś komuś, o tym czego nie umiem.
- 6. Pomóż mi się złościć!** Pozwól mi przeżywać to, co w danej chwili czuję. Pozwól mi się złościć. Mam prawo do mojej złości. W tobie mieszkają emocje, we mnie też. Ty masz prawo je wyrażać, dlaczego mi nie pozwalasz? Ty próbujesz być spokojna – nie oczekuj tego ode mnie. Ja, małe dziecko tego nie potrafię. Moje uczucia są duże i gwałtowne. Nie umiem czekać cierpliwie, nie potrafię mówić spokojnie i nie rozumiem, że muszę. Więc mówię Ci tak, jak umiem, więc się złościę, tupię, krzyczę, gryzę, szarpnię. Wtedy Ty dajesz mi klapsa i każesz mi się uspokoić. To tak, jakbyś za pomocą podniesionych rąk próbowała zatrzymać rozpędzony pociąg. To niemożliwe. Zamiast więc zabraniać mi się złościć, naucz mnie mądrze ją wyrażać. Zaproponuj, żebym narysował moją złość, wyznacz miejsce, w którym będę mógł bezpiecznie rzucać pluszakami, naucz mnie wyrzucać moją złość do kosza, pomóż mi ją wytupać, pokaż w lusterku... A potem otul kocykiem i przytul mnie mocno, wtedy będę wiedział, że mnie rozumiesz...
- 7. Pozwól sobie na błędy!** Pozwól sobie na popełnianie błędów. Starasz się w domu stworzyć mi bezpieczny świat, w którym mieszka głównie miłość i radość. Ale czasem zdarzają się dni, w których nie masz siły, chcesz odpocząć. Być sama. Wtedy czasem na mnie krzykniesz, nie przeczytasz mi bajki wieczorem... Masz prawo do tego, żeby ode mnie odpocząć. Na chwilkę. Nawet jeśli ja się z tym nie zgadzam, tego nie rozumiem, protestuję. Taki odpoczynek przypomni Ci może, że poza mną istnieje jeszcze świat, inni ludzie. Dla mnie stanie się to okazją – do rozwoju, bo dopiero bez Ciebie zauważyłam, że nie jestem Tobą... Nie ma idealnych rodziców, opiekunów, nie chcę, aby moi rodzice byli idealni, doskonali. Oni właśnie tacy są, zawsze najważniejsi...