

KATARZYNA KOWALIK-PALUCH

Uniwersytet Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie
Wydział Pedagogiki i Psychologii, Polska
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4151-7957>
katarzynakowalik90@tlen.pl

John P. Louis, Karen McDonald Louis, *Potrzeby emocjonalne dziecka. Praktyczny poradnik dla rodziców i specjalistów*, GWP, Sopot 2019, ss. 336

John P. Louis i Karen McDonald Louis to jedni z najbardziej cenionych i rozpoznawanych badaczy mieszkających w Singapurze, zajmujący się emocjami dziecka, relacjami małżeńskimi i teorią schematów. Ponadto jako założyciele Movie Therapy organizują warsztaty dla małżeństw i rodziców „Good Enough Parenting”, oparte na ich bogatych doświadczeniach życiowych i szerokiej wiedzy specjalistycznej. Jako dyplomowani terapeuci ściśle wiążą jedność i dobrostan w relacji małżeńskiej z przepelnionymi pokojem i dobrym kontaktami z dziećmi. Swoje projekty teoretyczne i działania praktyczne realizują w duchu wiary, wrażliwości i pokoju. Są autorami wielu opracowań, w tym poradników i artykułów naukowych. J. Louis swoją wiedzę teoretyczną i działalność praktyczną realizował pod okiem twórcy terapii schematów Jeffreya E. Younga.

Recenzowana monografia z pozoru wydaje się podobna do poradników zawierających złote rady dla przyszłych rodziców lub tych, którzy zmagają się obecnie z najtrudniejszą pracą w życiu. Należy jednak już na początku podkreślić, że jest to mylne założenie. Jak piszą autorzy w *Przedmowie*, „[w]yjątkowość tej książki polega na tym, że jest to pierwsza ze znanych nam publikacji, która traktuje o związku terapii schematów z rodzicielstwem oraz wyjaśnia, jak zapobiegać powstawaniu schematów u dziecka (...) i jak zaspokajać podstawowe potrzeby emocjonalne dzieci” (s. 11).

Publikacja z 2019 r. składa się z dwudziestu rozdziałów. Każdy z nich zawiera obrazowe grafiki dotyczące omawianych kwestii. Poszczególne części pracy zawierają też przykłady dialogów dotyczących analizowanych problemów z życia autorów i ich dwojga dzieci.

Intencją przyświecającą autorom było napisanie poradnika dla rodziców, którzy nie są idealni i chcą wzrastać na drodze ku dobremu, przepełnionemu zrozumieniem i szacunkiem rodzicielstwu.

Autorzy w swej książce prowadzą czytelnika przez istotne etapy, które finalnie mają ugruntować w nim przekonanie o możliwości zarówno popełniania błędów w rodzicielstwie, jak i ich naprawiania. Lektura uwydatnia kilka ważnych kwestii, które można określić hasłami, zgodnie z którymi rodzice powinni: zrozumieć potrzeby swojego dziecka, być wrażliwi na jego frustrację, starać się zaspokajać potrzeby emocjonalne swoich dzieci, ustalać codzienne rytuały w celu efektywnego zaspokajania potrzeb swoich podopiecznych (s. 34–35).

W pierwszej części poradnika kierowanego do rodziców i specjalistów opisano znaczenie rodzicielstwa, rodzaje toksycznych relacji występujących niekiedy pomiędzy rodzicami a dziećmi, a także kategorie i definiowanie podstawowych potrzeb emocjonalnych. Autorzy już w początkowych akapitach rozdziału usiłują ukazać czytelnikowi, że rodzicielstwo nie wygląda tak cukierkowo jak w reklamach, a konsekwencje podejmowanych przez rodzica działań lub ich brak są dalekosiężne.

Cenne jest uzmysłowienie odbiorcom, że wszelkie niezdrowe, nieracjonalne i toksyczne wzorce bycia rodzicem warunkują występowanie zaburzeń psychicznych u dzieci (s. 16). Nie zawsze błędy popełniane przez rodziców są intencjonalne. Często wynikają one z nieuświadomionego powielania niewłaściwych wzorców rodzicielstwa wyniesionych z domu rodzinnego. Autorzy poruszają kwestię temperamentu dziecka, opisując go jako zespół cech wrodzonych i indywidualnych, a jednocześnie chcą przestrzec rodziców przed negatywnym w skutkach przeorganizowaniem temperamentu dziecka. Jest to także niemożliwe. Istotny jest fakt, że opiekunowie mogą działać jedynie poprzez wychowanie, mające istotny wpływ na „formowanie” dziecka. Wychowanie, interpretowane przez badaczy jako „dobre rodzicielstwo”, pomaga dzieciom w zaspokajaniu podstawowych potrzeb emocjonalnych i to właśnie wokół nich autorzy zbudowali całą kompozycję opracowania, podkreślając, że nie jest to publikacja dla „ludzi o słabym charakterze” (s. 19).

Konkluzja, która nasuwa się po przeanalizowaniu pierwszej części publikacji, dotyczy skutków niezaspokajania podstawowych potrzeb emocjonalnych dziecka. Konsekwencją takiego nieprzemysłanego postępowania jest rosnąca frustracja dziecka oraz budowanie przez nie schematów i stylów radzenia sobie w sytuacji trudnej, na które także – co akcentują autorzy – wpływ ma wrodzony temperament dziecka (s. 33).

Kolejne części opracowania (od drugiej do piątej) autorzy poświęcili analizie rodzajów podstawowych potrzeb emocjonalnych dziecka. Nazwy tych potrzeb to tytuły poszczególnych części publikacji. Badacze teorii schematów, bazując na wieloletniej aktywności terapeutycznej oraz własnych życiowych doświadczeniach, opisali potrzeby: bezpiecznego przywiązania i akceptacji (cz. 2), zdrowej autonomii i kompetencji (cz. 3), realistycznych granic (cz. 4), realistycznego oczekiwania (cz. 5). Są to rozdziały, które powinny zostać szczegółowo przestudiowane przez rodziców, którzy sami nie mieli

idealnego dzieciństwa, w ich rodzinach panował niekiedy chaos wychowawczy, brak konsekwencji czy też osłabiona autonomia członków wspólnoty rodziny. Czytając poszczególne części poradnika, można dojść do wniosku, że ważnym krokiem na drodze ku dobremu rodzicielstwu – poza wsłuchiowaniem się w potrzeby dziecka i próbą ich realizacji – jest konieczność wyposażenia dziecka w poczucie odpowiedzialności (stosownie do wieku) za powierzone zadanie, a w dorosłości – za swoje życie. Poczucie sprawstwa, w rozumieniu autorów omawianej pozycji, odczuwane przez dziecko nawet w wieku przedszkolnym, jest pewną formą szacunku okazywaną dziecku przez opiekunów.

Opisując teorię schematów w wychowaniu i jej dalekosiężny wpływ na zaspokajanie potrzeb emocjonalnych dziecka, badacze przeanalizowali pojęcie granic jako ram, w których dziecko może się poruszać. W przekonaniu autorów granice pozwalają dziecku na odczuwanie bezpieczeństwa i umiejscowienie siebie, własnego Ja w rzeczywistości rodziny. Można je wiązać z pojęciami odpowiedzialności i szacunku. Rodziców powinien szczególnie zainteresować rozdział 17, w którym została poruszona kwestia konsekwencji i jedności partnerów wychowujących swoje dziecko. Zdaniem autorów „[d]la zapobiegania spirali konfliktów bardzo ważna jest jednomysłność rodziców” (s. 224–225). Mało prawdopodobne jest wychowanie dziecka spójnego wewnątrznie, żyjącego harmonijnie ze światem zewnętrznym przez osoby skłócone, dysfunkcyjne, pesymistyczne, mające problem ze sobą. Taki program wychowawczy nie gwarantuje sukcesu, przeciwnie – może wpłynąć na znalezienie się dziecka w kręgu batalii toczonej przez opiekunów, którzy w ferworze „walki partnerskiej” zapominają o tym, że dziecko widzi, w jaki sposób się do siebie zwracają, słyszy ich krzyki, a także obserwuje, czy odnoszą się do siebie z życzliwością oraz czy w ogóle rozmawiają, a jeśli tak, to na jakie tematy.

Autorzy w recenzowanej publikacji podkreślają istotę zabawy z dzieckiem (nie hamując przy tym jego samodzielnej i nieorganizowanej aktywności), rewizji i uzupełniania zasad panujących w domu, dawania dziecku możliwości wyboru (odpowiednio do wieku rozwojowego) i drugiej szansy, co ściśle wiąże się z zagadnieniami przebaczenia i pojednania, które wydają się tak oczywiste, a mimo to często są pomijane w opracowaniach pedagogiczno-psychologicznych o charakterze poradników.

W omwianej pracy autorzy podjęli próbę ukazania skutków niezaspokojenia podstawowych potrzeb odczuwanych przez dziecko. W życiu dorosłym mogą one przybierać różnorodne formy: od tłumienia emocji, przejawiania cech zależności od drugiej osoby, nadopiekuńczości, pesymizmu, aż po nadmierną pobłażliwość. Do kolejnej grupy tematów poruszonych w opracowaniu należą więc jako podstawowy czynnik umacniania relacji w rodzinie oraz fazy rozwojowe człowieka wraz z próbą określenia sposobu nawiązywania relacji i umacniania więzi na każdym etapie rozwoju (s. 110).

Ostatni rozdział pracy pokrzepia rodziców zmagających się z trudami rodzicielstwa i wychowania. Nie jest to jednak „słodkie pocieszenie”, lecz transparentny i krytyczny obraz wizji rodzica, który może mieć pozytywny wpływ na rozwój dziecka pomimo indywidualnego, nieidealnego startu w dorosłość. Kluczem do sukcesu jest w przekonaniu autorów wybaczenie i pojednanie się ze sobą i z otoczeniem. Uzdrawienie relacji

jest możliwe wówczas, gdy otworzymy się na drugiego człowieka, czyli zmierzmy się ze swoimi słabościami, uczuciami, potrzebami. Louisowie skonstatowali też dość smutny fakt: „Niestety żyjemy w czasach, gdy odpowiedzialność za więzi spoczywa na psychologach, terapeutach, edukatorach (...). Tracimy zdolność nawiązywania więzi i poczucia bliskości, czujemy potrzebę oddania naszych spraw prywatnych w ręce specjalistów i nie szukamy już wsparcia u przyjaciół i rodziny” (s. 297). Być może boimy się uzewnętrznienia swoich słabości, które tak naprawdę stanowią o nas samych wraz z tym, co w nas mocne i dobre. Może jest tak, że boimy się odrzucenia, pokazania siebie nieidealnego na tle innych nieidealnych, a w naszych oczach tak perfekcyjnych.

Czytając tę lekturę, zdałam sobie sprawę, gdzie popełniam błędy w moim rodzicielstwie. Analizując dialogi włączone do opracowania, stanowiące wycinek prawdziwych rozmów między członkami rodziny Louisów, a następnie opis tych sytuacji, zauważyłam, jak my, rodzice, jesteśmy do siebie podobni – tak nieidealni, tak idealnie kochamy nasze nieidealne dzieci. Jednocześnie doszłam do wniosku, że nie są to błędy, których nie można naprawić, gdyż takie nie istnieją. Połową sukcesu jest uświadomienie sobie swojej nieidealności, braków, niespójności i podjęcie próby wzięcia odpowiedzialności za swoje czyny, które wpływają na rozwój i stan psychofizyczny naszego dziecka.

W recenzowanej publikacji została poruszona istotna i wciąż aktualna kwestia potrzeb dziecka, których niedostrzeżenie, a w konsekwencji brak realizacji, stanowi istotę problemów rodzicielskich. Rodzic niepotrafiący „dać sobie rady” z własnym dzieckiem często obwinia siebie, oczernia się i żyje w stałym poczuciu winy. Rodzicielstwo, zarówno macierzyństwo, jak i ojcostwo, to złożony proces, który ewoluuje każdego dnia pod wpływem wielu różnych czynników, na które mamy wpływ lub nie. Nie jest to asumpt, który stawia rodzica na wygranej pozycji. Lektura, która powoduje ruch myśli rodzica w kierunku dziecka i jego potrzeb, stanowi więc dobre rozwiązanie. Na swoim przykładzie mogę stwierdzić, że rodzic, który czyta o tym, że nawet w rodzinie terapeutów z wieloletnim doświadczeniem rodzice popełniają błędy wychowawcze, odczuwa pewien rodzaj duchowego i wychowawczego *katharsis*. To książka, którą polecam każdemu rodzicowi, pedagogowi, nauczycielowi i terapeutce. Rodzic, który myśli, że perfekcyjnie wychowuje idealne dziecko, jest w błędzie. Rodzic, który uważa, że nieperfekcyjnie wychowuje nieidealne dziecko, jest z kolei na właściwej drodze ku dobremu rodzicielstwu.

Uważam, że recenzowana monografia to cenna lekcja bycia rodzicem jak najlepszym dla swojego i tylko swojego dziecka. Nie ma złotego kanonu rad dla rodzica, nikt nie może przypisać sobie roli autora recepty na idealną mamę czy perfekcyjnego tatę. Dodam, że omawiana publikacja to rodzaj rodzicielskiego rachunku sumienia, po którym należy uderzyć się w piersi i złożyć obietnicę poprawy.