

Zaakceptuj i nie porównuj, czyli jak wychowywać rodzeństwo



Każdy rodzic chce, aby jego dziecko miało wysokie poczucie własnej wartości, dobrze o sobie myślało i wierzyło w swoje możliwości. Aby to osiągnąć, część z nas stosuje strategie, które niestety nie zawsze okazują się skuteczne. Jedną z nich jest porównywanie pociechy do rodzeństwa lub rówieśników, co może mieć dramatyczne skutki zarówno dla samych dzieci, jak i relacji z nimi.

Dziecko ma **potrzebę bycia akceptowanym i uznawanym przez rodziców** takim, jakie jest, ze swoimi mocnymi i słabymi stronami. **Nie ma dwóch takich samych osób**, nawet bliźniaki jednojajowe różnią się cechami temperamentu, wrażliwością, strategiami radzenia sobie w różnych życiowych sytuacjach, zainteresowaniami czy zdolnościami. A co dopiero rodzeństwo z większą czy mniejszą różnicą wieku. Pierwsze, drugie i każde kolejne dziecko jest inną, indywidualną jednostką. Dlaczego więc rodzice nieustannie porównują rodzeństwo między sobą?

Powody porównywania

- **Żyjemy w kulturze oceniania i porównywania.** Te dwie strategie przychodzą dość łatwo rodzicom do głowy, ponieważ nasza kultura właściwie jest na nich oparta, są po prostu wpisane w nasze życie. Już w momencie, gdy przychodzimy na świat jesteśmy oceniani, np. otrzymujemy daną liczbę punktów w skali Abgar. Potem jest przedszkole i szkoła, gdzie ocena jest na porządku dziennym.
- **Doświadczenia rodziców związane z rozwojem starszych dzieci** mogą powodować przyjęcie tzw. normy tego, co typowe a co nie. Stąd zdarzają się porównywania kolejnych dzieci, również w obszarze edukacji.

Kiedy starsza siostra jest wzorową uczennicą, to idący do tej samej szkoły młodszy o 3 lata brat siłą rzeczy będzie do niej porównywany. Z pozoru niewinny komunikat typu „Twoja siostra bardzo szybko nauczyła się tabliczki mnożenia, Tobie też na pewno się uda”, nie tylko przekazuje to, czego oczekujemy od młodszego dziecka, ale też akcentuje zachowanie siostry jako dobre, pożądane i godne naśladowania. Być może niektórzy powiedzą i cóż w tym złego? Jako rodzic mam prawo mówić czego oczekuję od dziecka. Warto jednak zastanowić się, co czuje w tej sytuacji młodszy brat i jak to wpływa na jego stosunek do siostry. Być może ten chłopiec bardzo chciałby szybko nauczyć się tabliczki mnożenia, ale z jakiegoś powodu mu to nie wychodzi. Porównywanie przez rodziców na pewno mu w tym nie pomoże. **Raczej spowoduje poczucie bezradności, smutku a może złości do siostry.**

- **Lęk rodzica przed tym, czy dziecko dobrze się rozwija i czy jest z nim wszystko w porządku.** Takie myślenie jest skutkiem przekonania, że w rozwoju dziecka istnieje jeden obowiązujący wzorzec świadczący o prawidłowości. Jeśli dziecko od niego odbiega, np. nie potrafi czytać w pierwszej klasie podstawówki, kiedy jego starszy brat robił to już płynnie na tym etapie edukacji, to rodzic od razu widzi w tym problem. Zamiast porównywania z tzw. „normami rozwojowymi” i umiejętnościami starszego dziecka, warto zaczerpnąć porady specjalisty w rejonowej poradni psychologiczno-pedagogicznej.
- **Motywowanie dziecka, aby bardziej się postarało** coś zrobić czy czegoś się nauczyć. Jeśli nasza pociecha ma z czymś kłopot, gorzej sobie radzi np. z tabliczką mnożenia, to ostatnią rzeczą, jakiej potrzebuje jest dopingowanie przez porównywanie do innych. Najważniejsze jest wtedy **adekwatne wsparcie i akceptacja. Wspierające podejście, troska i pomoc znacznie szybciej doprowadzą do zmiany.**



Skutki porównywania

- **Obniżenie poczucia własnej wartości** - kiedy dziecko jest porównywane, często myśli sobie, że nie jest wystarczająco dobre, że nic nie umie, nic mu się nie udaje, niczego się nie nauczy, a już na pewno nie jest tak mądre i wspaniałe jak brat czy siostra.
- **Niechęć i wrogość do rodzeństwa**, z którym jest porównywane.
- **Zazdrość** - on czy ona ma lepiej ode mnie, rodzice bardziej go lub ją kochają, są dumni, a ze mną mają tylko same kłopoty.
- **Zniechęcenie do pracy do rozwoju, do nauki** - porównywanie zdecydowanie nie motywuje do pracy nad trudnościami.
- **Bunt, złość a nawet agresja w stosunku do rodzeństwa** - „gdyby go nie było, to byłoby lepiej”.

Porównywanie nie pomaga relacjom w rodzeństwie. Wręcz przeciwnie rodzi napięcie, niechęć i dystans. Nie pomaga ani dziecku, które jest porównywane ani temu, do którego porównujemy, ponieważ żadne z nich nie może poczuć się dobrze z samym sobą.

Co zamiast porównywania?

Bezwarunkowa miłość, czyli obdarzanie dziecka uwagą i miłością za to, że jest, a nie za to, że spełnia rodzicielskie oczekiwania. Nie należy stawiać warunków bez uwzględnienia myśli, uczuć, intencji i potrzeb każdego dziecka z osobna. Dzieci są kochane przez rodziców bez względu na to, jak się zachowują, jak się uczą i jakie mają trudności w tym zakresie. Miłość bezwarunkowa jest ważna, ponieważ to ona pozwala na budowanie poczucia własnej wartości i akceptowania siebie i to nie tylko wtedy, kiedy dziecku dobrze się wiedzie, ale i w momencie, gdy doświadcza trudności i niepowodzeń, w tym edukacyjnych. Tylko kiedy dziecko doświadcza akceptacji od rodziców może budować poczucie samoakceptacji.

Dostrzeganie dziecka tu i teraz, postrzeganie różnorodności jako zasobu - warto patrzeć na każde dziecko jako na niepowtarzalną jednostkę, niejako oddzielnie. Ważne jest dostrzeganie różnic między dziećmi i podchodzenie do każdego z ciekawością i intencją poznania, bez opierania tego na wartościowaniu czy porównywaniu. Bycie widzianym i przyjętym takim, jakim się jest to fundament budowania poczucia własnej wartości.

Akceptacja i docenienie - każde dziecko jest inne i ma prawo do swoich wznoszeń i upadków. One też kształtują osobowość dziecka, a to, co pomaga, kiedy przeżywa trudności to życzliwa reakcja dorosłego, wsparcie i akceptacja. To pytania w stylu: *jak mogę Ci pomóc, co możemy zrobić razem, jaki masz pomysł, co teraz zrobimy?*

Co to znaczy akceptować dziecko?

- Patrzeć na dziecko z życzliwością i pozwalać mu na to, aby było tym kim jest, czyli kimś odrębnym od nas, ale i od swojego rodzeństwa.
- Przyjmować je takim, jakie jest, bez naprawiania czy „ulepiania” według własnych oczekiwań czy marzeń.
- Mieć przekonanie, że dziecko jest kompetentne i potrafi zadbać o swoje potrzeby, choć potrzebuje w tym względzie naszego wsparcia.

Warto pamiętać, że kiedy jest nam trudno zaakceptować dziecko, to być może jest tak, że **my sami potrzebujemy akceptacji dla siebie**, czyli przyjęcia i zaopiekowania się własnymi emocjami i potrzebami.

Porównywanie boli, oddala, rodzi napięcie, dystans między dziećmi. Jako rodzice pamiętajmy, że każde dziecko jest inne i każde rozwija się w swoim tempie. Każde ma też swoje talenty i mocne strony. Odkrywajmy je z ciekawością i **pozwólmy każdemu dziecku na to, by było po prostu sobą.**

Literatura

- Małgorzata Stańczyk. Rodzeństwo. Jak wspierać relacje między dziećmi. Wydawnictwo Mamania. Warszawa 2019.
- <https://dziecisawazne.pl/jakie-skutki-przynosi-porownywanie/> dostęp 05.08.2020.

Marzena Jasińska

Trener, dyplomowany coach, doradca rodzinny. Od lat wspiera rodziców w konsultacjach indywidualnych oraz warsztatach psychoedukacyjnych. Swoją pracę opiera na filozofii Jespera Juula, założeniach Rodzicielstwa Bliskości oraz Porozumienia Bez Przemocy. Specjalizuje się w zakresie neurodydaktyki oraz uczenia się uczniów. Ekspert rozwoju osobistego, komunikacji, negocjacji. W swojej pracy zajmuje się także tematyką mediacji szkolnych, procesów grupowych, zarządzania zmianą w organizacji i zarządzania zespołem. Prywatnie mama dwóch dorosłych synów.