

Tato, bądź obecny w życiu swojego dziecka!

Obecnie wielu ojców, chcąc zapewnić godziwe życie swojej rodzinie (i słusznie!) jest zabieganych i zapracowanych (co, niestety, często rzutuje na ilość i jakość relacji właśnie z tymi, dla których tak bardzo się starają!). W tym zabieganiu jednak warto usłyszeć, czego od swojego taty potrzebuje każde dziecko:

1. Bierz aktywny udział w wychowaniu dziecka, w ustalaniu granic i zasad w Waszym domu. Nie rezygnuj z tego twierdząc, że wychowanie to sprawa mamy. Stwórzcie wspólnie zasady, które będą obowiązywać w Waszym domu. Wobec Waszego zgodnego postępowania, jednolitego frontu łatwiej będzie dziecku uczyć się zdyscyplinowania i odpowiedzialności za własne decyzje.
2. Okazuj miłość i szacunek matce swojego dziecka – niezależnie, czy jesteście małżeństwem czy – z jakichś powodów – rozstaliście się. Dzięki temu nauczysz dziecko kochać i szanować innych ludzi. To relacja, jaka jest między Wami – rodzicami dziecka – będzie dla niego punktem odniesienia przez całe jego dalsze życie. To Wy przekażecie mu wzorce relacji damsko – męskich. I to dzięki Wam może nauczyć się, że partnerstwo istnieje a małżeństwo to nie pole walki.
3. Bądź opanowany i przewidywalny. Oczywiście jest, że niektóre dziecięce zachowania lub zawirowania w Twojej pracy, mogą wyprowadzać Cię z równowagi. Tym bardziej wówczas postaraj się zachować zimną krew, nie odreagowuj swoich emocji na dziecku lub na jego mamie. Oni potrzebują widzieć Ciebie, jako bezpieczną przystań, stały i przewidywalny punkt w zwariowanym i pędzącym świecie. Potrzebują czuć się przy Tobie bezpiecznie.
4. Spędzaj z dzieckiem czas. Zadbaj, aby był to czas jak najbardziej wartościowy, czas, gdy będziesz autentycznie z dzieckiem i dla dziecka. Nie musi być go wcale bardzo dużo – ważniejsze jest, że jesteście razem.
5. Chwal dziecko, doceniaj jego starania, pomysłowość, dociekliwość, odwagę, poczucie humoru. Wymagaj, lecz nie krytykuj. Masz ogromny wpływ na kształtowanie się samooceny własnego dziecka. Bez Twojego wsparcia i docenienia z Twojej strony inni ludzie będą mieli na Nie zbyt duży wpływ – tak bardzo może pragnąć choćby okrucichów komplementów, że może dać się zwieść. Nie dziw się wtedy, jeśli pójdzie w złym kierunku...
6. Wierz w dziecko i mów Mu o tym. Nie podcinaj Mu skrzydeł, nawet jeśli teraz uważasz, że Jego marzenia są nierealne czy po prostu niemądre. Dziecko potrzebuje słyszeć od Ciebie, że jesteś przy nim i wszystko mu się uda, jeśli będzie tego wystarczająco mocno pragnąć.
7. Zaangażuj się w dziecięce dążenia, interesuj się tym, co jest dla Niego ważne. Ono potrzebuje czuć, że jest człowiekiem, któremu warto poświęcić uwagę, czas i energię. Pytaj o to, co kocha robić, zamiast odganiać Je, jak natrętną muchę, gdy usiłuje opowiedzieć Ci, co wydarzyło się danego dnia w Jego świecie.
8. Okazuj radość w kontaktach z dzieckiem. Twoja radość i duma z Niego, jako Twojego dziecka sprawiają, że ma Ono większą pewność siebie i większą wiarę w siebie.

9. Rozmawiaj z dzieckiem, bądź otwarty na dyskusje, nie obawiaj się negocjować. Czasem możesz nie zgadzać się z tym, co mówi – podobnie, jak Ono może nie zgadzać się z Tobą. Nie bój się rozmów z dzieckiem (także tym nastoletnim), nie lekceważ Jego i Jego poglądów. Dzięki rozmowom zachowacie więź w trudnych momentach. Nauczysz Je też bycia otwartym na innych ludzi, szanowania ich i komunikowania się z nimi nawet, gdy będą mieć odmienne zdanie.
10. Pracuj nad sobą i postępuj nienagannie. Rozwijaj się, inspiruj swoje dziecko. Jesteś dla niego wzorcem, autorytetem i wbrew temu, co nieraz możesz usłyszeć – Ono chce Cię naśladować.

P.S. I na koniec coś jeszcze: **bądź dumny, że jesteś Tata! To naprawdę wielka rzecz!**

Anna Rechulicz

Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Tomaszowie Lubelskim