



## **Nie ma sztywnych zasad**

2018-03-15

**O problemach, z jakimi borykają się młodzi rodzice, o zasadzie złotego środka, Rodzicielstwie Bliskości i Slow Parentingu z Kingą Pukowską rozmawia Tadeusz Mordarski.**

### **W krakowskich Klubach Rodziców prowadzi Pani zajęcia m.in. z kompetencji rodzicielskich. Cóż to takiego?**

**Kinga Pukowska:** Brzmi to szumnie, ale tak naprawdę wymieniamy się doświadczeniami na temat rodzicielstwa, wychowania, żywienia. Chodzi o to, aby porozmawiać o rzeczach nurtujących młode mamy, które napotykają na swojej drodze pierwsze kamyczki, kamyki i głązy.

### **Jakie są te pierwsze problemy?**

Bardzo wielu rodziców zaczyna się zastanawiać, co jest właściwe, a co nie jest. Teraz mamy wielkie bum poradnikowe, jest mnóstwo książek o wychowaniu dzieci i czasem są to skrajne porady. Ludzie są więc zagubieni i nie wiedzą, jak swoimi dziećmi się zająć. Wyzwań jest bardzo dużo: nosić czy nie nosić, karmić co trzy godziny czy rzadziej, reagować na każdy płacz dziecka czy nie...

### **Jak w takim razie znaleźć złoty środek?**

Każda mama inaczej wychowuje swoje dziecko, dlatego nie można powiedzieć o jednym właściwym rozwiązaniu dla każdego. Podczas zajęć odwołujemy się do autorytetów pedagogicznych czy położniczych, ale każdy wybiera swoją ścieżkę i nie mnie oceniać, która jest właściwa. My prowadzimy spotkania na zasadzie wymiany doświadczeń, dzięki czemu rodzice odkrywają, że nie tylko oni mają problem z płaczem lub usypianiem dziecka. Promujemy też Rodzicielstwo Bliskości.

### **Co to takiego?**

To rodzicielstwo oparte na intuicji i relacji, w którym nie ma sztywnych zasad. Rodzicielstwo Bliskości ma wiele twarzy, w zależności od rodziny, która stosuje tę metodę. Bardzo ważną rolę odgrywają potrzeby: moje i dziecka. Nie jest tak, że czyjeś są ważniejsze. Dzieci szczególnie potrzebują silnej więzi z dorosłym. Poczucie bezpieczeństwa jest największą potrzebą maluchów, nawet większą niż potrzeby fizjologiczne.

### **W jaki sposób dać maluchowi poczucie bezpieczeństwa?**

Wiąże się to przede wszystkim z obecnością rodzica.

### **Czyli... nosić?**

Nosić, przytulać, być. Czasem spotykamy się np. z pytaniami mam, dlaczego dziecko nie chce spać w swoim łóżeczku. A to przecież jest naturalne, że dziecko chce być blisko rodziców. Rodzicielstwo Bliskości nie polega jednak na podążaniu jedną słuszną drogą. Zachęca się do



spania z dzieckiem, ale nie jest to wymóg. Są rodzice, którym to po prostu nie odpowiada, bo nie mogą się wyspać. W rodzicielstwie bardzo ważne są potrzeby rodziców i jeśli np. nie lubią noszenia dziecka w chuście, to nie muszą tego robić – to nie jest żaden grzech. Przecież relacje można budować także winny sposób. Nie ma sztywnych wytycznych.

### **Skoro rozmawiamy o trudnych pojęciach, to czym w takim razie jest Slow Parenting, którym Pani też się zajmuje?**

Ruch slow zaczął się od żywienia. Można to trochę porównać do fast foodów i modnych ostatnio slow foodów. Ja jestem trochę takim „alienem”, bo moje podejście do rodzicielstwa jest... bardzo moje. Dzielę się nim, ale nie uważam, że jest jedyne i słuszne. Slow Parenting to nie leżenie cały dzień w łóżku i nicnierobienie, ale przebywanie z dzieckiem, wspólne zabawy, spacer. Warto zadbać o to, aby dziecko nie miało wypełnionego po brzegi grafiku zajęć, ale żebyśmy to my, jako rodzice, mogli poświęcić mu czas. Slow Parenting to takie zwolnienie naszego życia. Często jest bowiem tak, że dzieciaki przewożone są ze szkoły, a nawet już z przedszkola, na jedne, a później na drugie zajęcia. Powstało nawet takie pojęcie, jak korpodzieciństwo. Warto się więc zastanowić, czy dzieciństwa nie powinno przeżywać się bardziej na podwórku i na drzewie niż w kolejnej sali z kolejnym nauczycielem.

### **Powiedziała Pani, że jest „alienem”. Pełnomocnik Prezydenta Krakowa ds. Rodziny Marzena Paszkot mówiła z kolei, że sporo młodych rodziców ma problem z tzw. izolacją społeczną. Chodzi o to, że ludzie przyjeżdżają do Krakowa z odległych miast, tam zostawiają bliskich i tutaj czują się trochę wyizolowani. Jak sobie z tym radzić?**

Po to są właśnie tworzone takie grupy dla rodziców, aby mamy czy ojcowie mogli porozmawiać ze osobami w podobnej sytuacji. Dawniej dzieci były wychowywane przez całe społeczeństwa, wspólnoty. Obecnie większość dzieci nie wychowuje się w rodzinach wielopokoleniowych, więc brakuje wzorca matki, a czasem brakuje też wsparcia, bo np. babcie coraz dłużej pracują, są aktywne zawodowo. Opieka nad dzieckiem w pojedynkę to spore wyzwanie i ciągle mało się o tym mówi. A to tak naprawdę praca na trzy etaty. Spotkania z innymi matkami powodują, że kobiety nawzajem się wspierają i dzielą różnego rodzaju pomysłami. Tak też funkcjonują Kluby Rodziców, do których coraz chętniej przychodzą młode mamy i mogą sobie porozmawiać, czegoś się nauczyć, poćwiczyć i miło spędzić czas.

**Kinga Pukowska** – prezes Fundacji Polekont – Istota Przywiązania. Od 2004 r. wspiera młodych rodziców w zakresie Rodzicielstwa Bliskości oraz Slow Parenting. Trener rozwoju osobistego i kompetencji miękkich, coach i mediator. Działa również jako doula Stowarzyszenia Doula w Polsce, doradca chustowy oraz specjalistka w zakresie żywienia dzieci i dorosłych. Prywatnie żona i mama trójki dzieci. Prowadzi edukację domową, swoje doświadczenia opisuje na blogu [Pozytywy Edukacji](http://PozytywyEdukacji.com) ([pozytywy.pl](http://pozytywy.pl))