

Patrycja: Dzień dobry, witam was wszystkich po raz kolejny w ramach „Spotkań z wychowaniem w szacunku”. Dzisiaj naszym gościem jest Kamil Nowak. Ja ciebie od razu w tytule zapowiedziałam jako „Blog Ojciec”. Przepraszam, ale chyba tak bardziej jesteś rozpoznawalny.

Kamil: Wśród moich czytelników i obserwujących większość ludzi chyba nawet nie ma pojęcia, jak się nazywam, więc nic nie szkodzi.

Patrycja: Dzisiaj naszym gościem jest Kamil Nowak, „Blog Ojciec i „Book Ojciec” również, bo jako bloger i jako wydawca dzisiaj u nas będziesz gościł. Spotykamy się po to, żeby porozmawiać o ojcostwie. Żeby trochę porozmawiać również o naszej koncepcji wychowania w szacunku, która - mam wrażenie - tobie też jest bliska, bo pamiętam cię z naszej pierwszej konferencji. Teraz obchodzimy piątą urodziny, trochę przesunięte, one powinny być wcześniej, ale ten pandemiczny czas tak to zrobił... My mieliśmy okazję poznać się chyba sześć lat temu, o ile dobrze pamiętam tę datę. Prowadzisz bloga dla rodziców, głównie dla ojców chyba, chociaż mam wrażenie, że twoja publiczność, osoby, które cię czytają, są i takiej i takiej płci.

Kamil: Myślę, że jednak w większości to są kobiety, nawet 80 proc. dociera, ale widzę bardzo powoli, że ten procent mężczyzn się zwiększa na szczęście, bo moim celem jest nie tyle docierać do mężczyzn, ale pokazywać wszystkim, że ojcostwo jest czymś normalnym, że branie czynnego udziału w życiu swoich dzieci jest czymś normalnym. Widok ojców na placu zabaw, czy ojciec gdzieś tam bawiący się z dziećmi, czy w ogóle nawet zostający w domu, jeżeli akurat tak woli, bo ma takie możliwości, bo na przykład żona pracuje, powinien mieć do tego prawo i nie powinien być traktowany jak jakiś jednorozec. Powinien po prostu móc się w tym odnaleźć. I nie powinno być pytań, czy dziecko zostało samo z tatą, bo dziecko nie może zostać samo z tatą. Albo dziecko zostaje samo albo z tatą. I nie trzeba 15 pytań tej mamy, która zostawiła, czy na pewno sobie poradzi. Skoro został, skoro tak się dogadują, to to jest coś normalnego. I musimy powoli zacząć traktować jako coś normalnego, a nie reagować zdziwieniem, bo za każdym razem na takie sytuacje.

Patrycja: Poruszyłeś ważny kawałek stereotypów, które ciągle funkcjonują w naszym społeczeństwie. Ja pamiętam taką sytuację, swoją osobistą sprzed dwóch lat, kiedy spędzałam miesięczny urlop gdzieś daleko, a moja starsza córka była ze swoim tatą na

innym urlopie. I zadziała się taka sytuacja, że po powrocie do Wrocławia, gdzie mieszkamy, moja córka musiała pójść do szpitala i do tego szpitala w odwiedziny przychodził do niej tato. Mnie nie było, bo ja byłam gdzieś daleko, tysiące kilometrów stąd i pamiętam ogromne zdziwienie, pytania, które były zadawane i trochę takie wręcz delikatne śledztwo. Oczywiście, w trosce o moją córkę, ale te pytania „gdzie jest mama?” i „co się stało, że mamy nie ma?” w momencie, kiedy ja w tym roku z tą samą córką również byłam w szpitalu, nikt nie zadał, nawet pytania „czy jest tato?”, „gdzie jest tato?”.

Kamil: To dobrze, że to było tylko takie humorystyczne, ale zdarzają się sytuacje, że na przykład regulamin szpitala w Polsce ma chyba być napisany w taki sposób, że tata nie może zostać z dzieckiem na noc, a mama może i to jest na przykład sytuacja już zupełnie innego kalibru. I jeszcze parę takich miejsc, gdzie musimy nie tylko jako społeczeństwo zmienić mentalność, ale i prawo musimy zmienić. Jedną z takich zmian, za którą ja bardzo mocno lobbuję, to jest właśnie zmiana tego, żeby na wzór krajów zachodnich zrobić urlop ojcowski, który nie będzie przechodni. Wiem, że są prace nad tym, ale uważam, że jeżeli będą takie dwa miesiące, które tata spędzi z dzieckiem, ten urlop nie będzie przechodził, dzięki czemu większość ojców z niego - według mnie - skorzysta wtedy, bo teraz wszyscy wiemy, jak ten urlop niby może wziąć tata. Ale i tak wiemy, że pracodawcy na to patrzą źle i ojcowie też nie do końca są przekonani do tego. Więc tutaj mam poczucie, że trzeba im dać właśnie takie coś, z czego nie będą mogli łatwo zrezygnować, bo uważam, że te dwa miesiące zmienią wiele, nie tylko w podejściu ojca do dziecka, ale też w takich relacjach partnerskich. Jest też taka sytuacja, że wraca ojciec do domu i pyta matki „co cały dzień robiłaś?”. Gdyby on został na te dwa miesiące, to pytanie by nigdy więcej nie padło. Uważam, że tego trzeba doświadczyć.

No i druga rzecz, bardzo ważna, czyli ta relacja z dzieckiem. No niestety, jako ojcowie czasami jesteśmy pomijani, jeszcze podczas naszego wychowania w tym procesie, w ogóle bycia obok dzieci i trochę się boimy tego, w sensie, jest tak, że jednak te dziewczynki są wychowywane - przynajmniej 10-20 lat temu i to się zmienia - że kiedyś mogą być mamą, a chłopcy totalnie nie. No i potem urodzi się takie dziecko i ten ojciec trochę się boi w ogóle do niego podejść, nie do końca wie, co może, a co nie może, jak przebrać. Brakuje umiejętności i bez jakiejś praktyki, on może potrzebować kilku lat w zasadzie, zanim on nabędzie więź z dzieckiem. A to nie jest takie proste nadrobić te

lata. Myślę, jest wiele zalet tego, żeby ojcowie też na ten miesiąc czy dwa z tymi dziećmi na początku byli.

Patrycja: Poruszyłeś też temat zmiany mentalności i zmiany tego, jak powszechnie podchodzi się do tego, jak są czy jak były wychowywane dziewczynki, a jak byli wychowani chłopcy.

Kamil: Niestety, każda z tych opcji ma wiele wad. To, jak były dziewczynki wychowywane, niesie za sobą później negatywne konsekwencje przez całe ich życie, a jak byli chłopcy wychowani, to niesie negatywne konsekwencje przez całe ich życie. Dziewczynki bardzo często później - często jest podnoszony argument - nie potrafią tak walczyć o swoje, na przykład na stanowiskach pracy, jak panowie, a z kolei panowie, jak sobie nie poradzą z czym i z jakimś wyzwaniem, nie potrafią o tym pogadać. I tutaj na przykład z kolei współczynnik depresji, współczynnik samobójstw jest wyższy niż kobiet. I to wszystko się bierze właśnie z tego, jak byliśmy przez lata, przez tak naprawdę dekadę wychowywani.

Patrycja: A co się zmieniło? Spotkaliśmy się pierwszy raz 6 lat temu, kiedy zaczynałyśmy w ramach wychowania szacunku prowadzić konferencje, żeby docierać do jak największej liczby rodziców. Wtedy pamiętam, dosyć mało tatów było na sali, dosyć mało panów, ale byli i obserwując przez te kolejne lata, jak to się zmieniło, doświadczyliśmy coraz więcej ojców na sali i doświadczyliśmy coraz więcej par, które przychodziły albo takiej wymiany, że na części wykładów była mama, na części wykładów był tata, w momencie kiedy były małe dzieci w domu, oni się na przykład wymieniali opieką nad dzieckiem, albo oboje mogli brać udział w wykładach. Co Ty obserwujesz, jakie podejście do ojcostwa na przestrzeni tych lat nawet tych ostatnich? Bo dawno temu było inaczej, a teraz jest inaczej. OK, ale na przestrzeni ostatnich lat, jak ona się Twoim zdaniem zmienia?

Kamil: Wydaje mi się, że to jest takie trochę wchodzenie w zupełnie nowy teren, że to było takie sprawdzanie gruntu na początku te 10 lat temu. I zmieniła się mentalność na tyle szczególnie w dużych miastach, że nie ma już wstydu, a był bardzo długo ten wstyd jednak gdzieś tam, że ojciec się zajmuje dzieckiem, no to jest wstyd i dla niego i w ogóle dla matki. No bo coś musi z tą matką być nie tak, że on się zajmuje tymi dziećmi, z nimi to już w ogóle musi być coś nie tak, że facet siedzi w domu, ale właśnie patrząc

choćby na to, jeśli chodzi o aktywność w sieci, jeśli chodzi o aktywność na konferencjach, jeśli chodzi o to, ile ja na przykład wymieniam teraz już maili czy ile mam rozmów, czy mamy całą grupę „Jestem tatą” na której jest 35 tysięcy ojców tylko i wyłącznie, to widać po prostu tą potrzebę, żeby ci ojcowie mieli swoją przestrzeń, żeby ci ojcowie odnaleźli się w tym, bo wielu z nich gdzieś tam wewnątrz chciała, szczególnie mamy taki - można powiedzieć - oddział tej naszej grupy DIY, czyli "zrób to sam" . I tam się ojcowie chwala różnymi domkami dla dzieci, nawet jakąś bazą zrobioną fajnie, różnymi projektami, które robią właśnie albo wspólnie albo dla dzieci. I widać, że to jest takie starcie tego, na czym ojcowie się znają i co może sprawić przyjemność dzieciom. I widać po prostu ta grupa chyba jest jeszcze większa niż ta podstawowa w tej chwili, ale widać tą potrzebę ojca bycia zaangażowanym i serce się raduje, jak się to ogląda, bo dzieci każde pojedyncze, ale też jako społeczeństwo, bardzo potrzebują, żeby ci ojcowie byli zaangażowani i nie byli tym kimś, kto pojawi się przez chwilę rano i potem wraca wieczorem i w zasadzie żadnej relacji z tym dzieckiem jakiejś większej nie ma, tylko żeby to był ktoś, kto trochę jednak będzie też tym przewodnikiem w życiu. I co ważne, właśnie dla tej mamy też chwila wytchnienia. Dziecko nie tyle weźmie na przechowanie i włączy bajkę tylko sobie z nim coś fajnego zrobi, a ta mama w tym czasie odpocznie, regeneruje się i też to dziecko na tym zyska, no bo będzie miało dwóch wypoczętych rodziców, jak jest więcej dzieci to ciężko o wypoczynek, ale chociaż równie zmęczonych rodziców. No właśnie i z perspektywy tego pojedynczego dziecka ważne, no bo ta relacja z tymi rodzicami będzie lepsza, ale też z punktu widzenia później całego społeczeństwa, że te dziecko urośnie, aż dorośnie i dojrzeje i będzie miało zupełnie inne wzorce, niż my mieliśmy. Nie będą już takie tradycyjne, nie będziemy mieli tych ról takich narzuconych tylko rzeczywiście, jak ten chłopak dorośnie i będzie czuł, że rodzina jest dla niego ważna, chce mieć dużą rodzinę, to jest OK. A z kolei jak dziewczynka dorośnie i będzie chciała zostać inżynierem, też jest OK.

Patrycja: Poruszyłeś znowu ważny kawałek. Z jednej strony poruszamy ważne kawałki, a z drugiej strony robimy to w formie dosyć skrótowej. Niestety, takie warunki czasowe. Przygotowałyśmy książkę w ramach wychowania szacunku, która jest zbiorem artykułów osób, które mieliśmy ogromną przyjemność gościć na naszych konferencjach. I ty jesteś wydawcą tej książki. Jesteś też wydawcą innych książek skierowanych do dzieci i do dorosłych, książek dotyczących rodzicielstwa. Ale w takim mam wrażenie obracających się w konkretnej przestrzeni, w konkretnym nurcie właśnie takiej otwartości na różne rodzicielstwo. Ja wróćę do naszej nazwy „Rodzicielstwo w

szacunku”, ale szacunku zarówno do dziecka, jak i do siebie nawzajem: do partnerów, do dorosłych, bo też o tym powiedziałaś, że bycie zaangażowanym jest ważne, z jednej strony dla dziecka, z drugiej strony ważny jest dla partnera.

Kamil: Ważny jest również ten szacunek do siebie samego, to też gdzieś tam obecna trzecia rzecz, którą zawsze wyciągam i wspominam o tym.

Patrycja: Tak, to jest ta trzecia, właściwie podstawowa, bo chyba od niej przede wszystkim od niej wychodzimy. Powiedz mi, proszę, jak to jest z książkami, które wydajesz: w jaki sposób je dobierać, bo to chyba nie jest tak, że każdy może powiedzieć: „Słuchaj, mam książkę, wydaję ją, tylko mam wrażenie, że jest jakiś przesiew z tego, co wychodzi spod ich skrzydeł.

Kamil: Każdy może powiedzieć: „Mam książkę, przeczytaj ją”, bo my czytamy rzeczywiście dużo tego. W sumie kilkanaście, kilkadziesiąt pozycji. Jeśli chodzi o bajki, to powiedzmy, książek niekoniecznie czytam w całości, po prostu po części już widzę: „Ok, warto przeczytać” i zdecyduję pod koniec, a przy bajkach jest trochę prościej i każdą czytam sam i bardzo skupiam się na tym, żeby trochę znaleźć bajki po pierwsze, których brakuje na rynku, a jest jakaś nisza, która ich potrzebuje bardzo. A po drugie bajki, które coś promują, w sensie dobrych bajek jest sporo, kiepskich bajek jeszcze więcej. Mam wrażenie, jak ktoś mi podsuwa: „popatrz, co kupiłam, tam w jakimś dyskoncie takim, popularnej sieci...” i widzę, jak tam na przykład jedno zwierzątko poluje na drugie, ale na zasadzie, że drapieżnik i jakaś ofiara, tylko poluje na zasadzie jakiegoś takiego naprawdę okrucieństwa, a nie tylko zaspokojenia głodu. Takie bajki po prostu potrafię też dostać raz, dwa razy w miesiącu, że ktoś mi podsyła coś takiego. No więc dla mnie przede wszystkim ważne jest to, żeby nie wydawać czegoś, co już jest. Żeby jednak szukać czegoś, co może przełamać jakieś właśnie tabu, jakieś takie tematy. Dlatego też na przykład ważne jest dla mnie, żeby jeżeli mamy chociażby taki temat tej grzeczności, mamy bajkę, która mówi „nie musisz być grzeczny”. I dzieci patrzą na tą bajkę i od razu im się podoba. Mamy bajkę, która pomaga radzić sobie ze złością. Dzieci jednak odczuwają normalne emocje, ale w większości dla nas - dorosłych - już taka nie jest prosta, łatwa. My jej nie rozumiemy, więc ta bajka tak naprawdę nie tłumaczy emocji dzieciom, ale tak naprawdę tłumaczy ją też dorosłym. I też dorośli z niej korzystają. Mamy bajkę o marzeniach, która patrząc na to, jak wiele mamy współcześnie, to to nie jest bajka, która rozwiązuje palące problemy, jak na

przykład ze złością. Ale to jest bajka, która potrafi nastawić na zupełnie nowe tory życia, bo pokazuje, że te dziecięce marzenia, które gdzieś tam kiedyś mieliśmy jako dorośli przede wszystkim i gdzieś tak robiliśmy po drodze, bo życie po prostu nas dopadło, no to ta bajka przekazuje te wartości dzieciom, ale tak naprawdę przy okazji rodzicom. Bardzo mi się marzy, żeby te dzieci, które będą ją czytały, żeby nie zapomniały o tych marzeniach, żeby one nie musiały przechodzić tej drogi, którą przechodzą ich rodzice. Ale żeby dotrzeć do tych rodziców, to mamy też bajkę właśnie taką z trudniejszej tematyki, czyli bajkę o umieraniu. To nie jest prosty temat, ale to jest temat, który był bardzo ważny i który był pomijany. Ciężko jest po pierwsze mądrze do tego podejść tak, żeby zrobić to prawdziwie, i to się udało, to jest tak, czy ludzie mi piszą, że na drugiej stronie płaczą. No więc to też nie jest książka, którą każdy chciałby po prostu zobaczyć na półce i od razu sobie kupić. Ale to jest ważna i potrzebna książka. No i teraz ostatnia nasza to jest bajka o jodze. I właśnie medytacja uważności, bo ludzie tak mają trochę, że właśnie te palące problemy ich skupiają, czyli jak mam problem no to szukam rozwiązania, a to jest taka bajka, która jak się ją będzie miało i się będzie z niej korzystało, to istnieje szansa, że tego problemu nie będzie, w sensie, to jest takie trochę profilaktyka. Ja się zawsze śmieję, że profilaktyka jest najtańsza. Każdy gdzieś tam w jakimś zakresie - i nie tylko chodzi o koszty finansowe, ale też emocjonalne - bardzo często, jak nauczymy się właśnie tej cierpliwości, to później prawdopodobnie będzie nam łatwiej odnaleźć spokój w jakiejś sytuacji kryzysowej i nie będziemy musieli szukać tych „plastrów”, czyli jakichś technik, szybkich ćwiczeń oddechowych czy różnych innych rzeczy, które można zrobić, bo będziemy po prostu mieli tą praktykę, będziemy mieli ten automatyzm. Automatyzmy są dość ważne, ale to wymaga praktyki. No i teraz właśnie przechodzimy do książki „Wychowania w szacunku”, bo ja nie ukrywam, że jeśli chodzi o rodzicielstwo, to podkreślam to wielokrotnie: nie ma czegoś takiego, jak jedna sprawdzona, gotowa droga dla wszystkich. Dlatego też mnie przekonała do siebie ta książka, bo ona pokazuje wiele różnych podejść, które są z jednego obszaru, ale są inne, czyli wszystkie są wrażliwe, wszystkie są wartościowe, wszystkie wnoszą coś fajnego do naszego życia, ale każdy jest inny i teraz każdy rodzic, który sobie przeczyta taką książkę, to on dostaje nie tylko jakąś tam dawkę wiedzy jednej osoby, ale taki zbiór kilku osób z różnych środowisk, które wychowywały się w różnych miejscach, które przeszły zupełnie inną drogę i on może sobie zobaczyć, co dla niego jest bardziej wartościowe. To jest, moim zdaniem, największa wartość z tej książki, bo czasami niestety, ale jest tak, że mamy książkę, która ma 500 stron. Ja się śmieję, że są książki które powinny być SMS-em, nawet do tego stopnia. I to na przykład nie zawsze wiemy

w trakcie, tylko czasem nie wiemy po. A to jest książka, która zawiera ileś historii. I tutaj właśnie tego nie będziemy mieli, tego wrażenia, że czegoś tam już jest za dużo wręcz. Jeżeli już, to będziemy mieli raczej poczucie niedosytu, bo większość z tych autorów, którzy są w tej książce, publikują swoje własne pozycje, więc to jest trochę tak, jakbyśmy poszli właśnie na konferencję na przykład i zobaczyli wypowiedzi różnych osób, które poruszają jeden konkretny temat, czasami kilka, ale najczęściej właśnie jakiś jeden konkretny i wyciągają z tego najważniejsze rzeczy, taką esencję. I to właśnie sprzedajemy na naszej stronie, dlatego też ona jako jedna z niewielu, bo przyznam, że w zeszłym roku tam w sumie chyba z 200 czy 300 pozycji przeczytaliśmy, więc jedna z niewielu, które wydajemy, bo ona ma tą dodatkową wartość, której mi osobiście brakowało.

Patrycja: Dzięki. My się bardzo staraliśmy, żeby zaprosić te osoby, które uczestniczyły w naszych konferencjach, które prowadziły wykłady, żeby zebrać te podstawowe rzeczy w jednym miejscu. Ale pomyślałam sobie, kiedy opowiadałaś o bajkach, to wyobraziłam sobie taki pakiet, gdzie nasza książka daje taki kawałek podstawy, kawałek fundamentu do tego, co jest przekazywane dzieciom w bajkach, a my dorośli, czytając tę książkę „Wychowanie w szacunku” właściwie nie tyle naszą, ile zawierającą różnych ważnych autorów i różne myśli różnych ważnych ludzi, daje pewien fundament, jak my rodzice możemy patrzeć na te bajki, jak my rodzice możemy je też odczytywać, bo przecież to, o czym powiedziałaś, o tym, że śmierć jest ważnym tematem czy choroba też jest ważnym tematem, który często nie jest poruszany z dziećmi, bo jest nam trudno, że dalej czasami w naszej mentalności bywa, że mamy zakorzenione, że trzeba być grzecznym, czy że dzieci powinny być grzeczne. Chociaż ja nigdy nie wiem, co to znaczy. Nie wiem, co to znaczy „niegrzeczne”. Ale bywa, że tak mamy zakorzenione, że złość można albo nie można wyrażać, albo jeżeli już można, to w jakiś sposób, i że bardziej pewnie mogą wyrażać ją chłopcy niż dziewczynki. Bywają ciągle te stereotypy zakorzenione w naszej świadomości. I tak sobie myślę, że jeżeli rodzic, który jest rodzicem poszukującym i który trafi na taką bajkę bez kawałka fundamentu, takiego u siebie, bez uświadomienia sobie pewnych rzeczy bez zadania sobie pewnych konkretnych pytań: „a jak to u mnie jest?” i „dlaczego mi to zgrzyta” bądź „dlaczego ja mam takie podejście” i „czy mam otwartość na to, żeby popatrzeć na tę złość inaczej, na wyrażanie złości?” to wtedy taka bajka może być dla niego pewnego rodzaju trudnością, może też mieć pewnego rodzaju niezgodę bez tego fundamentu, czyli bez tego "zacząć od siebie", a w tym, co powiedziałaś w którymś momencie, czy ta

płaszczyzna zadania sobie pytania, jak to nie jest, dlaczego ja tak mam i czy mogę mówić inaczej, że ona jest bardzo ważna, że to jest ten początek, który bardzo wiele zaczyna. I Ty pewnie też spotykasz takich rodziców. Tak sobie myślę, że spotykasz takich ojców, że właśnie ci ojcowie do ciebie trafiają...

Kamil: Nigdy o tym nie myślałem. Ale masz po prostu 100% racji w tym, co mówisz, że rzeczywiście te bajki docierają do pewnego grona rodziców, którzy mają ten fundament, bo przeczytali odpowiednie książki, bo gdzieś tam się kontaktujemy na blogu, bo na tym blogu też pomiędzy - że tak powiem - obrazkami, pojawiają się treści dotyczące tego, jak podchodzić do wychowania, rzeczy na przykład na temat przemocy czy tam klapsów lub innych rzeczy były poruszane. I oni mają ten fundament. Ale kiedy ta bajka na przykład trafi do kogoś w prezencie, to zdarzają się skrajne opinie, co zdarza nam tak, po prostu totalnie ją odrzuca. Bo po pierwsze, to nas dotyka i rzeczywiście trochę tak jest, że w przypadku wielu książek jest tak, żeby mieć przekonanie, żeby je przeczytać, w sensie, mam takie wrażenie, że żeby korzystać całą grubą książkę na temat na przykład rodzicielstwa poprzez zabawę czy właśnie jakiegoś rodzicielstwa bliskości, wychowania w szacunku, na którykolwiek z tych trendów tutaj nie pójdziemy, jakkolwiek to nie nazwiemy, trzeba już wcześniej mieć ten fundament, tylko teraz pytanie: gdzie ten fundament znaleźć? No i właśnie jednym z takich fundamentów - myślę - są takie konferencje, jak wasza. Tylko niestety żyjemy teraz też w takich czasach, widzę te konferencje, to nie do końca się mogą w normalnym trybie odbywać. Więc myślę, że tutaj ta książka to jest trochę tak, jak by poszukiwanie dobrej działki na własny dom: można kupić pierwszą z brzegu i postawić na niej dom. Ale może się okazać, że to nie do końca będzie pasowało. To trochę tak, jakbyśmy właśnie poszli i wybrali jedną książkę w bibliotece na temat rodzicielstwa bliskości, okaże się, że nie do końca mamy po drodze z tym konkretnie nurtem, bo ten autor pochodzi z zupełnie innego doświadczenia życiowego niż my, a tutaj właśnie ta książka może pokazać ileś różnych podejść. Możemy przejrzeć ileś z tych działek i wybrać tą, na której rzeczywiście chcemy się postawić. I to jest ten fundament, na którym później można kombinować, szukać dalej, można poszukać kolejnych książek, kolejnych bajek. Tutaj jest taki właśnie wstęp do czegoś dalej.

Patrycja: Fajnie, nigdy nie pomyślałam o tym jako o szukaniu własnej działki, ta metafora mi się spodobała. Dzięki za nią. Z kolei powiedziałeś o tym, że ta konferencja i w tej chwili nie bardzo mamy warunki, żeby się odbywała, ale z drugiej strony to, co się

działo w związku z pandemią i w związku z tym zostaliśmy trochę przymuszeni zmianą naszej rzeczywistości, trochę się otworzyły też nowe drogi, bo my nigdy nie wpadliśmy na pomysł, żeby robić konferencję on-line. Nigdy. Natomiast to już będzie nasza kolejna konferencja, która będzie odbywała w online'owej formie i z drugiej strony ma też tę zaletę podobnie, jak prowadzenie bloga, że można dotrzeć do zdecydowanie większej ilości czy liczby osób, niż docierało się stacjonarne i koszty są niższe i te osoby, które są z innych miast, niż te, w których się odbywa konferencja czy nawet czasem z innych państw, bo też tak do nas trafiają na konferencje w tej chwili osoby i pewnie do ciebie na twoją stronę, na twój fanpage pewnie podobnie. Więc ten świat internetowy też stwarza trochę większą przestrzeń do tego, żebyśmy się łączyli, żebyśmy się wymieniali informacjami i żebyśmy szukali, byśmy poszukiwali tego, co jest, co będzie służyło dzieciakom, tak, jak powiedziałaś, a z drugiej strony, będzie służyło też nam, dorosłym.

Kamil: No właśnie, jednym z takich, oprócz tego, żeby pokazywać samo ojcostwo, to jest właśnie pokazywać też takie rzeczy, że chcemy w sieci robić coś, pokazywać, wychodzić poza tymi książkami, bajkami, pokazywać, że to może być przyjemne. Z jednej strony pokazywać to bez lukru i pokazywać, że jak ma się trzy nieprzespane noce, to już naprawdę nie mam ochoty słuchać o tym, że ktoś mi zwrócił uwagę, że moje dziecko ogląda trzecią bajkę tego dnia, bo naprawdę takie rady... „Chcesz pomoc? To przynieś mi zupę” albo „weź na przykład dziecko na półgodzinny spacer”. Szczególnie, że najczęściej to rodzina komentuje to w taki sposób. Więc z jednej strony pokazywanie bez lukru, ale z drugiej strony pokazywać to, że to może być coś przyjemnego - i tutaj też odnoszę się do tych fundamentów - jak się robi te odpowiednie fundamenty, mając te dzieci, które później mają tych lat naście, to ta relacja jest po prostu świetna. Wiem, jak podchodzą ludzie, kiedy określa się relacje z dziećmi jako przyjaźń. Ja wiem, że ja nie powinienem być przyjacielem swoich dzieci, ja powinienem być wsparciem swoich dzieci. Jest różnica między tym a tym. Ale naprawdę jest coś świetnego w tym, że można spędzić fajnie czas z dziećmi i one też fajnie spędzają czas, jak są starsze i jak są młodsze też musimy się tego nauczyć, bo też jest wiele rzeczy, które czasami nie wiem, czy się przymuszamy do czegoś, bo wierzymy właśnie w jakieś tam tradycyjne podejście i że coś musi być tak zrobione, coś musi być zrobione inaczej i ważne jest to, żeby nieść nadzieję rodzicom i pokazywać im, że rodzicielstwo może być czymś świetnym. Rodzicielstwo może być przyjemne, niekoniecznie powinno być głównym celem w życiu, ale jako „jeden z” może dać nam naprawdę sporo. Tylko musimy do tego podejść w odpowiedni sposób, a nie na

zasadzie, jak robiono to przez wiele lat, czyli tylko nakarm, połóż spać i w zasadzie tyle przez 18 lat, a potem wielkie zdziwienie, że nie do końca mamy relacje z tym dzieckiem.

Patrycja: Nie do końca mamy relacje z tym dzieckiem, a mało tego - bo moje dziecko wymaga jakiejś fachowej pomocy, albo jeśli z nim jest coś, co jeżeli nie zagraża życiu to może zagrażać zdrowiu. Bo wpadło w nieodpowiednie towarzystwo, sięga po substancje psychoaktywne albo na przykład doświadcza depresji albo innych zaburzeń.

Kamil: To bardzo ważne, co poruszyła teraz, bo prawda jest taka, że to było zawsze, w sensie, te zaburzenia były zawsze, te różne problemy były zawsze, tylko kiedyś się je ignorowało i później właśnie dzieci odbierały sobie życie, tak samo 20-30 lat temu, tak samo, jak teraz, tylko wtedy się o tym nie mówiło. Te dzieciaki, które wymagały specjalnej pomocy psychologa czy psychoterapeuty, były, tylko się o tym nie mówiło. I teraz mamy rodziców, którzy stwierdzają, że w sumie to działało przez tyle lat, więc oni też do tego tak podejdują. I później mamy 12, 13, 15, 16 latka, który ma te wszystkie problemy i teraz już ich nie ignoruje, nie jest w ogóle tak łatwo je zignorować, bo z dostępem do mediów społecznościowych niektóre problemy są znacznie trudniejsze w przeżywaniu, to samo na przykład nękanie w szkole, które kiedyś było zamknięte w murach szkolnych, wychodziło się po sześciu godzinach ze szkoły i miało się spokój. Teraz tego spokoju się nie ma, więc te problemy z automatu są dużo większe i ci rodzice dopiero z czasem je po latach odkrywają „i co teraz? Robiliśmy to, co robili kiedyś rodzice”. Teraz widzimy, jak jest z tym problem, ale teraz może być już, może nie tyle za późno, co te problemy niektóre już są i one już z nami zostaną. Możemy nad nimi pracować, ale ta praca będzie tytaniczna. I dopiero teraz my tak naprawdę odkrywamy, jakie niesie to konsekwencje, bo teraz dopiero o tych konsekwencjach mówiono, że one były zawsze, ale po prostu wcześniej nikt się tym nie interesował. „Dzieci i ryby głosu nie mają” - tak było przez wiele lat. Jak dziecko miało problem to jeszcze obrywało za to, że ma problem. I w zasadzie do tego się sprowadzało, że później odreagowanie miało jakiś bardzo skrajny sposób. No to się zwała na to, że po prostu nie wiem - albo taki był zakodowany gdzieś wcześniej albo on miał gorszy dzień, ale nikt nie patrzy na to, że to mogło wynikać z jakichś takich naprawdę skrajnie niezaspokojonych potrzeb przez lata. I dopiero teraz zaczynamy, jako społeczeństwo, na to zwracać uwagę. Bardzo ważne, żeby właśnie pokazywać tą inną drogę. Dlaczego warto ją wybrać, bo to nie jest tak, że my się skupiamy na tym zachowaniu szacunku, żeby stworzyć jakieś nie wiadomo jak - że tak powiem - niezniszczalnych, cudownych

jednostek, które będą po prostu zmieniały cały świat. Chodzi o to, żeby tak naprawdę pomóc im stać się samodzielnymi jednostkami. Nic więcej. Tak naprawdę bez jakichś gigantycznych braków, bez jakichś zaburzeń takich, które mogłyby się gdzieś tam w trakcie tych lat, gdzie dzieci bywają zaniedbane wytworzyć i po prostu dać im takie normalne podstawy. Tu nie chodzi o jakąś techniczną czy super bohaterską pracę tych rodziców, ale o coś, żeby z takich, które wyrosną następane pokolenie, żeby one już nie musiały zastanawiać, czy te 150 złotych wydać na psychoterapeutę czy może jednak poczekać 2 lata na NFZ, bo w tej chwili do takich skrajności dochodzi. A jak rozmawiam z ludźmi i na przykład tak samo na tej grupie „Jestem tatą” ten temat był kiedyś podnoszony, to skala osób, które wiedzą, że potrzebują pomocy w tym zakresie jest przerażająca. Szczególnie, jeżeli spojrzymy, ile mamy specjalistów w Polsce, bo to można policzyć na palcach jednej ręki.

Patrycja: I jak długo trzeba czekać nawet na wizytę prywatną do psychiatrii dziecięcego, ile ta wizyta kosztuje - tak, jak powiedziałaś - czynnik właściwie zbudowanej uważności, relacja zbudowana z miłością i z szacunkiem relacja rodzic-dziecko może być czynnikiem chroniącym. I na tym chciałabym zakończyć, chociaż mam poczucie, za każdym razem, kiedy rozmawiam z osobami, z którymi się tutaj spotykam, że mogłabym tak długo, długo, długo... Ale na tym dzisiaj zakończymy. Zostawimy taki kawałek niedosytu, po to, żeby osoby, które zainspirowaliśmy, które zaintrygowaliśmy, żeby zajrzały do Ciebie, na Twój fanpage „Blog Ojciec”. Bardzo Ci Kamil dziękuję. Za mega cenną rozmowę, mega cenne podzielenie się doświadczeniem z wielu płaszczyzn i zostawiam apetyt na więcej.

Kamil: Ja również bardzo dziękuję. Do zobaczenia!