

Dagmara: Witamy serdecznie Kamila Nowaka, naszego gościa z okazji Dnia Ojca. Kamilu, bardzo dziękujemy za przyjęte zaproszenie. W tym wyjątkowym dniu, jakim jest Dzień Ojca. Jesteś autorem najpopularniejszego bloga w Polsce, odnośnie wychowywania dzieci. Skąd ten blog?

Kamil: Blog wziął się z najprostszego powodu - że kiedy moje dzieci były młodsze, to takich blogów nie było wcale. I okazało się, że żeby zdobyć tę wiedzę, to trzeba było wejść do takiego starodawnego pomieszczenia - taki trochę Netflix, tylko dla książek. No i trzeba było tam poszukać tej wiedzy, bo w internecie blogi o dzieciach były, ale głównie o dziecięcej modzie. O tym, jak się stylowo ubrać na urodziny, jakie przekąski przygotować, ale jak sobie poradzić z emocjami i jak sobie poradzić z różnymi wyzwaniem... Wydaje mi się, że tutaj dużo osób tego potrzebowało i ja też, a tego nie było, więc na początku ten mój blog był taki trochę bardziej luźny. W założeniu Blog Ojciec miał być jakby takim skojarzeniem, że jestem ojcem i prowadzę blog i będę pisał o różnych rzeczach, ale kiedy zacząłem pisać na tematy związane z wychowaniem, to te teksty okazały się najbardziej popularne i okazało się, że tej wiedzy rzeczywiście ludzie potrzebują. Ona jest, tylko niestety była też ukryta w książkach, które nie są proste. Większość książek o wychowaniu, które przeczytałem, może poza trzema, myślę że ponad setkę, jak nie nawet dwie setki, jest napisana bardzo ciężkim językiem. Przebicie się przez te książki, mimo tego, że posiadają świetną wiedzę, nie jest przyjemnością jakąś taką szczególną. Czasami trzeba przebić się przez 20 stron, żeby wyciągnąć jedno zdanie, które zmienia wszystko. Więc warto się przebić, ale nie każdy ma na to czas. Więc ja, wyciągając te perełki niektóre, dzieląc się z nimi, okazało się, że właśnie jestem tym pośrednikiem, który skraca ten kontakt pomiędzy rodzicem, a tą wiedzą potrzebną.

Jacek: Czyli jak teraz rozumiem, że to jest jakby jedyny zawód, który wykonujesz, czyli blogowanie, czy coś jest jeszcze oprócz tego?

Kamil: Jak zacząłem pisać bloga, to akurat rozkręcaliśmy z żoną małą gastronomię i w tej chwili ona ją prowadzi. Ja z kolei skupiłem się na blogu, ale ten blog się poszerzył o wydawnictwo na początku związane z książkami. W międzyczasie był sklep z gramami planszowymi i ten sklep dalej istnieje. Ja po prostu wyszedłem z jednej spółki i przeszedłem do spółki, która zajmuje się wydawaniem gier planszowych, więc to jest

kolejna rzecz, którą robię. No i jeszcze działamy z żoną trochę na rynku nieruchomości i w tej chwili stawiamy biurowiec w centrum Bielska, więc trochę różnych rzeczy gdzieś tam jest, które robimy i które sprawiają mam przyjemność. I które paradoksalnie, co jest dziwne, ale ze sobą dobrze współgrają. I jest jakiś taki fajny efekt synergii, więc są jeszcze inne, oprócz tej działalności internetowej, którą widać na pierwszym planie i która dla większości moich odbiorców wydaje się jedynym moim zajęciem.

Dagmara: Wspomniałeś o tym, że wiedza, którą dzielisz się ze swoimi odbiorcami, pochodzi głównie z książek, a z roli doświadczenia już bycia ojcem. Jaki masz natomiast punkt widzenia pod względem tego, jak to się przekłada jedno na drugie, bo mimo wszystko, teoria to jedno, a praktyka to drugie.

Kamil: Ja uwielbiam książki, które właśnie wychodzą z takiego założenia i one pokazują rozwiązania różne, ale nie mówią, że to są jasne, jedyne rozwiązania, tylko pokazują, że np. jeżeli masz problem z tym, to niektórym rodzicom pomogło takie rozwiązanie, innym rodzicom pomogło takie rozwiązanie, jeszcze innym rodzicom takie, a czasami, jeżeli dziecko już jest na tyle duże i to wcale nie mówimy tutaj, że musi mieć 12 lat, tylko np. 4-latek, to czasami ono może nam podpowiedzieć, jak tylko poprowadzimy odpowiednio tą rozmowę. Ono może podpowiedzieć, co np. uważa, że możemy zrobić jako rodzina, żeby np. uniknąć tego, że będziemy wpadać w złość. Tak też się zdarzało. Znam takie historie, więc ta wiedza książkowa to jedno, życie to drugie. I wiem, że jest mocna krytyka tego, żeby osoby np. bezdzietne nie udzielały rad. Ale ja też jestem dużym zwolennikiem tego nurtu, który pokazuje, że to, że ktoś miał jedno, dwójkę czy trójkę dzieci, to niekoniecznie wie wszystko o wychowaniu. I wolę słuchać ludzi, którzy są specjalistami, którzy robili w swoim życiu setki przypadków, tysiące przypadków, dziesiątki tysięcy przypadków. Różni psychologowie, którzy się dzielą tą wiedzą książkową, czasami są doktorami, czasami są to osoby, które np. badają to, jak zachowuje się nasz mózg, kiedy jesteśmy dziećmi i operują na takiej wiedzy, a nie np. na zdaniu jakiejś sąsiadki, która miała dwójkę dzieci, która wszystko wie lepiej, bo tutaj jest niestety, ale bardzo niebezpieczna droga do tego, że jak zaczniemy słuchać wszystkich, którzy są dookoła nas, a powoli jest tak, że każdy uważa że ma prawo komentować sposób wychowania dzieci przez innych, no to na pewno nie dogodzimy wszystkim, bo jedna osoba będzie mówiła jedną rzecz, a druga osoba będzie uważała, że to nie jest najlepsze i będzie mówiła coś całkowicie sprzecznego.

Jacek: Powiedziałeś, że przeczytałeś dużo różnych książek. Rozumiem, że już jako rodzic, a w takim razie, jeżeli ktoś jeszcze nie wie, czy chce być rodzicem, czy nadaje się na rodzica, to co warto przeczytać, zanim się jednak podejmie taką decyzję świadomą?

Kamil: Kiedyś pamiętam, że opowiadaliśmy na grupie ojców, co przeczytać, zanim zostanę ojcem i ktoś polecił „Wiedźmina”, bo potem nie będzie na to czasu. W sensie, uważam, że o ile ktoś nie ma zawodu takiego stricte związanego z wychowaniem dzieci, to najlepiej bardziej nawet w formie niani niż np. nauczyciel, bo nauczyciele mają po trzydzieście dzieci pod sobą, to nie do końca jest w takiej samej relacji, jak rodzic z dzieckiem, to raczej nie ma takiej książki, która nas rzeczywiście przygotuje na to wszystko. I ja też nie ukrywam, że zanim zostałem rodzicem, kończyłem studia pedagogiczne i tam polecano różne książki. Prawda jest taka, że większość z tych książek była przestarzała. Ja nie wiedziałem, co jest właściwe, co jest dobre i trochę tej wiedzy też było tak wiele, że to było też ciężkie do przeczytania. I ta wiedza była niezgodna z tym, co wiemy już dzisiaj o wychowaniu dzieci, bo np. książki z lat 70., przez te 50 lat ostatnie to troszkę się więcej dowiedzieliśmy, więc chyba nie mam takiej książki, którą jakoś specjalnie mógłbym polecić, nawet moją książkę, którą napisałem - uważam, że ona najlepiej działa na tych młodych rodziców. Co prawda, starsi rodzice, którzy mają starsze dzieci, też często w niej się odnajdują. Znajomi, którzy prowadzą takiego bloga „Busem przez świat”, kiedyś skomentowali moją książkę jeszcze zanim mieli dziecko: „gdyby zamienić w tej książce słowo „dziecko” słowem „człowiek” to dalej by była adekwatna”. Ale prawda jest taka, że ona największe wsparcie daje tym rodzicom, którzy się znaleźli w nowej dla nich sytuacji i nie do końca jeszcze wiedzą, co robić. Z każdej strony napływa do nich milion sygnałów i oni, zamiast słuchać trochę własnej intuicji, to słuchają teściowej, mamy, sąsiadki, sąsiada, wujka i wszystkich dookoła. A gdzieś tam naturalnie przynajmniej część z nas ma jakieś takie intuicyjne zachowania, jak sobie poradzić z tym dzieckiem. „Skoro ono płacze, to się go bierze na rękę” i różne inne takie rzeczy, które potem świat nam próbuje wmówić, że one nie są właściwe, bo dziecko się przyzwyczai. Przez dziewięć miesięcy było w brzuchu przytulane i nagle jak ono wyjdzie z tego brzucha, to nie możemy go na rękę, bo się przyzwyczai do czegoś, co było jego całym światem przez 9 miesięcy. To też jeszcze warto podkreślić, że to nie jest 9 miesięcy w życiu 50 latka, tylko 9 miesięcy w ogóle jakichkolwiek, które były.

Dagmara: Ja nawiążę do tych dziewięciu miesięcy, o których powiedziałaś, ponieważ kobieta, jak spodziewa się dziecka, to mimo wszystko ma ten okres czasu na przygotowanie się do tej roli matki. Oprócz tego, że oczywiście działa też instynkt. A kiedy mężczyzna staje się faktycznie ojcem?

Kamil: To jest w ogóle dość ciekawe, bo to jest coś, o czym się nie mówi, ale mamom jest łatwiej, choć to też nie zawsze jest automatyczne. Ale łatwiej nawiązać więź z tą nową istotą, która pojawia się na świecie i ojciec też oczywiście może w trakcie ciąży już się porozumiewać, może coś śpiewać, może się przytulać itd. Może robić te wszystkie rzeczy, ale to nie jest ta skala, która jest w sytuacji matki i kiedy to dziecko się pojawia na świecie, to ten ojciec często to jest trochę obcy człowiek. Czasami oczywiście się pojawia takie nagle ogromne uczucie, miłość i wszystko. Ale to jest też, jak się nie pojawia. A niestety to jest kolejny taki mit, który jest bardzo popularny, że to jest zawsze, że jak się nie czuje tego po prostu przepływu ogromnej miłości, to się jest złym rodzicem. I właśnie mężczyźni często mają ten problem, że przez to, że oni tego nie czują, to jeszcze się odsuwają bardziej, zamiast potraktować dziecko, jak każdą nową istotę w swoim życiu, czyli zacząć budować tą relację. I to jest, myślę, ważne, żeby do tego tak podejść i można poczynić pewne kroki wcześniej, ale to nie będzie aż tak bliskie, jak to, co przeżywa matka, no bo ona jednak jest nieodłączna z tym dzieckiem przez dużo większy czas niż ojciec.

Jacek: Z mojego punktu widzenia, wydaje mi się, że rola ojca zmieniła się na przestrzeni tych ostatnich dwudziestu czy trzydziestu lat. Z takiego nieobecnego w domu, który zarabia pieniążki na pełnoprawnego rodzica, który jest również obecny w tym okresie macierzyństwa. Czy tak rzeczywiście jest? Czy panowie korzystają z tych przywilejów czy to jest jakaś forma reklamy?

Kamil: Wreszcie to się zmienia. Myślę, że najbardziej się zmieni, jak wejdzie w końcu to prawo, co często ostatnio powtarzam, jak wejdzie to prawo, że urlop ojcowski nie będzie przechodni, bo w tej chwili jest tak, że można go wziąć, ale jak się go nie weźmie, to może go mama wykorzystać i dalej jest wykorzystany. I czym to się kończy? Że mężczyźni mają duży problem wziąć ten urlop, bo pracodawcy się na niego nie chcą zgodzić. I to jest taka, że tak powiem, ukryta dyskryminacja, o której się w ogóle nie mówi, nie mówiąc o podejściu społeczeństwa do tego, że „nie poradziłeś sobie w życiu,

zostajesz w domu z dzieckiem?” w sensie to jest takie podejście tego starszego pokolenia, że coś jest nie tak z facetem, który zostaje w domu z dzieckiem, po prostu w głowie się coś przestawia, jak słyszę takie rzeczy. Ale jeżeli ten urlop byłby nie do wybrania przez mamę, takie dwa miesiące, no to uważam, że to bardzo dużo zmieni w takim postrzeganiu ojca, jako pełnoprawnego rodzica, bo w tej chwili się to zmienia. Już jest lepiej, bo już nie jest tak, że jak ojciec weźmie dziecko w wózek albo pójdzie z nim na plac zabaw, to jest super bohaterem, a tak było jeszcze 5 lat temu i to było trochę nawet straszne, że ojciec robiący to samo, co robi mama, na co dzień jest chwalony. Gdzie mama, robiąc to, prawdopodobnie zostałaby skrytykowana, bo dziecko byłoby troszkę gdzieś brudne albo ona by miała, nie wiem, nieuczesane włosy czy cokolwiek innego. Więc ta dysproporcja była gigantyczna. I na szczęście ona się zmniejsza i idzie w tym kierunku normalnym. I teraz tylko czekamy właśnie, żeby to już całkiem było czymś normalnym, że ojciec może zostać w domu, że może być zaangażowanym tatą, że może się z tym dzieckiem bawić. I też widzę teraz, że pandemia dużo w tym temacie zmieniła „na plus”, no bo jednak dużo ludzi, którzy jeździło do pracy, zostało nagle w domu. Mamy taką grupę „jestem tatą” i tam jest taka sekcja "DIY czyli zrób to sam". Ojcowie dzielą się swoimi budowłami i przed pandemią było tam kilka tysięcy członków, w ciągu roku to bijemy teraz do 50.000 członków. Ja się śmieję, że moglibyśmy zostać sponsorowane przez jakiś tartak. Myślę, że jakby ci ojcowie się zrzucili, wszyscy, którzy budowali domki, to kupiliby sobie tartak, bo ilość tych domków, po prostu kilka tygodniowo, wrzucają na grupę i robią to z dziećmi, bardzo często nawet z maluchami, które gdzieś tam trzymają ten młotek, czy po prostu pomagają, jak potrafią. Więc tutaj jest jedna z takich zmian „na plus”, która przyniosła to, że więcej nas zostało w domu i mogliśmy się zaangażować w to takie życie rodzinne.

Dagmara: Kiedyś usłyszałam, że w życiu są dwie takie najtrudniejsze role dla człowieka, to jest bycie w związku oraz bycie rodzicem. Jak to pogodzić? Czyli jak dbać o tą relację partnerską, czyli rodziców, ale też na poziomie relacji rodzice z dziećmi?

Kamil: Ja myślę, że to bardzo ważne, żeby jeszcze zaznaczyć, że jest tu jeszcze trzecia relacja - z samym sobą, która też jest ważna. Nie można tutaj zaburzyć żadnego z tych obszarów. Trochę jest tak, że zaburzony ten obszar jest wtedy, kiedy rodzice tak „orbitują” dookoła dzieci. Dzieci stają się najważniejsze i taki obraz widzimy czasami we współczesnym świecie, że ci rodzice kupują tym dzieciom wszystko, po prostu czerwony dywan rozkładają, odrabiają zadania domowe, robią 16-latkowi kanapki do

szkoły i różne inne takie rzeczy. A z drugiej strony, w rodzinach takich, z drugiej skrajności, czyli bardziej patologicznych, jest ta sytuacja, że dzieci są obok, a rodzice są w środku i rodzice dbają tylko o siebie, a te dzieci gdzieś tam są przy okazji, raczej takie zaniedbane i gdzieś z boku ignorowane, porzucone trochę. I te obydwie systemy są niebezpieczne, w sensie nie zawsze bardzo, ale mogą działać negatywnie i tak naprawdę dla obydwu stron, w tych dwóch sytuacjach ważne jest, żeby znaleźć ten balans, że to krążenie jest bardziej na zasadzie wokół siebie, czyli pamiętamy o tym, że jesteśmy rodzicami i musimy zadbać o siebie. I tutaj musimy zadbać o siebie i o naszego partnera. I tutaj, jak mamy małe dzieci, to nie ma zbyt wielu opcji. Tu chodzi o znajdowanie takich krótkich chwil czasami w trakcie dnia, żeby zjeść wspólny obiad, czy jakąś wspólną kolację, czy obejrzeć sobie jakiś wspólny serial. Nawet, jeżeli to jest podczas usypiania dziecka, na telefonie gdzieś tam pod kocem. I szukać tych małych momentów spędzania tego czasu razem. Pamiętajmy, że wchodząc w ten związek, wchodziliśmy dla tej drugiej osoby i dla siebie, a te dzieci pojawiły się później. I to nie jest tak, że one przejęły wszystko, tylko my też tam dalej jesteśmy. Też lubię to porównanie, że jako rodzice, jak w samolocie, musimy najpierw zadbać o siebie, a potem dopiero założyć dziecku maskę, tak samo musimy zadbać o siebie w każdej innej sytuacji jako rodzice. Jeżeli nie będziemy zadowoleni, jeżeli my nie będziemy w życiu szczęśliwi, jeżeli nie będziemy spełnieni, jeżeli nie będziemy zadowoleni, jeżeli nasze życie nie będzie czymś, co jest wzorem, to nasze dziecko będzie to wszystko obserwować, ono będzie widziało, że my jesteśmy smutni i że coś nam przeszkadza, że kłócimy się. Jesteśmy jednak silnym wzorem, nie bójmy się, że dzieci nas słuchają. Boimy się, że nas zawsze obserwują. To jest bardzo prawdziwe. I tu musimy o te wszystkie trzy aspekty zadbać, bo też jeszcze jest ten trzeci, że jesteśmy też sobą i mamy jakąś pasję w swoim życiu i to też jest czymś bardzo potrzebnym. Nawet, jeżeli będzie ta pasja nas trochę absorbowała. Ta jakby inwestycja tego czasu w siebie, żeby zadbać o siebie, trochę potem się przełoży na całą rodzinę pozytywnie. Też jest trochę tak, że jak spędzimy jakiś czas poza, to dużo łatwiej i dużo przyjemniej ten czas się spędza, niż kiedy każda minuta pochłania przez jakieś zajęcia.

Jacek: Dużo też w swojej książce piszesz o zmianach, które są nieuniknione po narodzinach dziecka. A co się dzieje, kiedy my, jako rodzice, walczymy z tą zmianą i nie do końca ją akceptujemy. W szczególności właśnie panowie, bo paniom przecież nie jest ciężko nie zaakceptować pewnego stanu, panowie mogą uciec do pracy, gdzieś

wyjechać. No i jednak ta zmiana następuje, ale jeżeli ojciec jednak nie jest gotowy na zaakceptowanie, to co się właśnie dzieje, jak będziemy tak walczyć z tą zmianą?

Kamil: To jest niestety smutna sytuacja, w której to ja staję się ważniejszy niż wszystko dookoła, to jest właśnie, to co mówiłem o orbitowaniu, że te dzieci schodzą na drugi tor i czasami to się dzieje dlatego, że mężczyzna ucieka, a czasami dzieje się to dlatego, że mężczyzna jest spychany, więc tu też musimy mieć to na uwadze, że czasami jest tak, że słyszy od żony i np. jednocześnie teściowej albo własnej mamy, żeby zostawił, bo zepsuje, bo się nie zna, albo jest facetem, bo faceci się do tego nie nadają, bo to kobiecej ręki potrzebuje, i wiele innych tam powodów. A czasami rzeczywiście faceci uciekają z domu. Kobietom też się to zdarza, w drugą stronę w mniejszej skali, ale też. Więc to jest sytuacja, która jest pewnie wygodna. Tak mi się wydaje, że ta ucieczka do pracy czy gdzieś, jest po prostu czymś trochę łatwiejszym. No ale to zaburza później wszystko, bo to wpływa przede wszystkim na relacje między partnerami, gdzie mamy dysonans, że jedna osoba jest cały czas zaangażowana w życie rodzinne, a druga osoba jest gdzieś poza i oni nie rozumieją się wzajemnie. I tu wracamy do tego urlopu dwumiesięcznego, bo w krajach, gdzie wprowadzono relacje partnerskie, one dużo zyskały. Nagle nie było tego podejścia, że „moja żona siedzi w domu z dzieckiem i wypoczywa. Ma urlop macierzyński, więc jest na urlopie, więc w ogóle super. I żałuję, że ja tak nie mogę”. Więc kiedy ten ojciec ma szansę, może nawet na dwa miesiące, czasami na trzy dni, zostać z dziećmi, sam to nagle widzi, jak bardzo to potrafi być absorbujące, kiedy trzeba się obudzić 6 razy w nocy, kiedy nie zawsze możemy zjeść coś ciepłego, kiedy cały czas czujemy odpowiedzialność za drugą osobę, która jest na tyle mała, że za każdym razem, jak będzie płakać, nawet nie możemy spuścić z oka tego dziecka, więc to jest 24 godziny na dobę w zasadzie. I to jest zupełnie inny poziom zmęczenia, niż w sytuacji, kiedy idziemy do pracy na 8 godzin, jak nawet wykonujemy ciężką pracę, bo może nasze ciało będzie bardziej zmęczone, ale w domu przez 24 godziny, dzień w dzień, przez tygodnie, miesiące, czasami lata głowa jest dużo bardziej zmęczona i to jest ważne właśnie tutaj, żeby ściągać tych, że tak powiem, "uciekających partnerów", którzy chcą te swoje obowiązki przerzucić na tą drugą stronę, żeby ich ściągnąć z powrotem na łono tej rodziny i pokazywać im, że w tym też jest wartość i że to nie są tylko obowiązki, to nie jest jakaś męczarnia, tylko jest mnóstwo fajnych rzeczy, z których też można korzystać. Jako społeczeństwo musimy w jakiś sposób zrobić, żeby odwrócić ten trend.

Dagmara: W takim razie, co byś zalecił takiemu mężczyźnie, który właśnie został tatą i mimo wszystko jest w jakiś sposób troszeczkę odstawiony na bok, bo mimo wszystko kobiety mają taką tendencję, że „ja zrobię lepiej, ty nie rób” właśnie tak, jak wspomniałeś, czy tam teściowa. Co według Ciebie powinien zrobić albo jaką radę byś mu dał?

Kamil: Chyba rzeczywiście przestał bym całkowicie pomagać, żeby ta kobieta też zobaczyła, że może nie do końca jest w stanie wszystko zrobić albo zobaczy, że to jest ciężkie i wtedy zaoferować swoją pomoc. Wiem, że to jest jeden ze sposobów w drugą stronę. Gdyby to działało, że mężczyzna ucieka, to po prostu tak spróbowałbym zrobić, żeby tego ojca na te dwa, trzy dni zostawić po prostu z tym dzieckiem, bo jak on tego nie doświadczy na własnej skórze, to nie będzie wiedział, a z kolei jeżeli kobieta odrzuca i odsuwa i odpycha, to ja też jestem bardzo dużym zwolennikiem komunikacji. I dla mnie to jest trochę niezrozumiałe, ja tego nie potrafiłem zrozumieć, że potrafi istnieć dwóch dorosłych ludzi, którzy żyją w związku np. 5, 10, 20 lat i pojawia się taki problem i oni nie wiedzą, co zrobić. Czasami dostaję np. wiadomości tej treści, jak pytanie, które zadałaś i pierwsze, co mi pojawia się w głowie, to to, dlaczego on nie zapytał jej o to, albo czemu ona nie zapytała jego, no i wtedy się pojawia odpowiedź "bo mnie zbędzie". No to ok, rozumiem, jesteś zajęta, jesteś zajęty, to kiedy możemy porozmawiać o tym, bo to jest dla mnie ważne. To nie jest tak, że żyjemy w związku, to dostanę termin za 3 tygodnie. Bo to tak nie działa. Nie można się umówić na wizytę, tylko po prostu chce o tym porozmawiać. To jest dla mnie ważne, chcę brać czynny udział w życiu swojego dziecka, więc dzisiaj wieczorem, jak położymy spać, chce o tym porozmawiać. Jeżeli jesteś zmęczona, to może np. pomogę ci przy dziecku. Przycisnął bym trochę tę komunikację.

Uwielbiam opowieść o tym psie leżącym na werandzie, leżał i skuczał, a obok siedział właściciel i przechodził turysta. I on pyta „czemu ten pies skuczy?”, „bo położył się na gwoździach”. „A czemu nie wstanie?”, „aż tak go nie boli”. I mam wrażenie, że wielu z nas tak tkwi w takich związkach, które tak działają, że coś mi przeszkadza, ale nie na tyle, żeby coś z tym zrobić, i to się tak później paradoksalnie zbiera i po pięciu latach ktoś wyrzuca, że nie ma relacji z dzieckiem. A co przez 5 lat zrobiłeś? Ja tu nie jestem za tym, żeby kogoś obwiniać, bo to nie chodzi o to, żeby zwalać na kogoś winę, tylko pokazać, gdzie leży odpowiedzialność. I w nas leży odpowiedzialność za to, co zrobimy, jakie decyzje podejmujemy i czasami rzeczywiście jesteśmy pozbawieni jakiejś możliwości, bo może być taka sytuacja, że ojciec czy matka będzie musiała wyjechać

za granicę np. do pracy, bo będzie jakaś taka sytuacja nagła i po prostu będzie taka konieczność. Ale jeśli ktoś jest obok, no to myślę, że możliwości są większe.

Jacek: Ja już tak trochę o tym samym rodzicielstwie. Często jesteśmy karmieni w mediach społecznościowych różnymi ładnymi obrazkami jako małe dzieciaczki ładnie się uśmiechają, machają, a rzeczywistość jest zupełnie inna, że nie wiem panie nie mają czasami głosu, panowie się spóźniają do pracy, nie ma czasu na nic tak naprawdę. I właśnie takim przyszłym rodzicom, czy nie lepiej jednak taki pokazać złoty środek, bo wiadomo, że jest ładnie i sympatycznie, jak dziecko śpi, ale też są takie momenty, kiedy rodzic niejedną mówi: „no mam dosyć”, chce wyjść po prostu. I dlaczego tego w mediach społecznościowych tak się nie pokazuje?

Kamil: Ja nie mam pojęcia, bo jestem bardzo dużym zwolennikiem takiej brutalnej prawdy. Czasami są takie momenty, że człowieka prostu miłość, serce rozpiera i wszystko jest cudowne piękne. Rzeczywiście, człowiek jest padnięty po całym dniu, a zamiast się położyć, to siedzi przy tym łóżeczku i obserwuje tą piękną, cudowną istotę, która leży obok niego przez taki czas, że dawno już by się mógł rzeczywiście pójść przespać. A potem przychodzi taki moment z drugiej skrajności, więc ja bardzo lubię pokazywać te obie opcje. Że życie się z tego składa. Lubię to porównanie, że jak zanim byłem rodzicem, to moje życie było takim lekkim rollercoasterem składającym się z takich piątek, ósemek, jakbym miał oceniać, jakim jestem rodzicem, to są tak jedyńka, dziesiątka, jedyńka, dziesiątka, i tak po prostu lecimy cały czas. I to jest zmiana za zmianą i ja uważam, że to jest bardzo ważne, żeby to odczarować. Żeby nie było tej sytuacji, że zmęczeni, padnięci rodzice, którzy mają dom w totalnej rozsypce, nagle udaje im się zrobić jedno zdjęcie dziecku, które jest takie rzeczywiście piękne i oddaje całe to rodzicielstwo. I dla nich liczy się tylko jedno zdjęcie, bo to jest jednak ten obraz gdzieś tam zaburzony. To nie do końca tak wygląda. I oczywiście, nie można przegiąć w drugą stronę, bo wszyscy się przestaniemy rozmnażać. Więc tutaj trzeba zachować ten złoty środek, pokazać, że czasami jest ciężko. To jest jedna z form tortur, a to jest coś, co większość rodziców doświadcza na początku w mniejszej lub większej skali, bo też dzieci są różne. A z drugiej strony, są momenty, które jako rodzic teraz wiem, że nie będąc rodzicem, czegoś takiego nie potrafiłem znaleźć czy przeżyć. Już nie mówiąc o tym, jak np. samo posiadanie dzieci wpłynęło na to, jak ja się czuję względem odpowiedzialności też za swoje życie i co z nim robię. Ja uważam, że gdybym nie miał dzieci, to w życiu bym nie zrobił i nie robił tego, co robię w życiu obecnie. Bo gdzieś tam

ta motywacja się pojawiła, bo czułem, że nie chcę marnować czasu, bo nie mam aż tak wiele, jak mi się wydawało. Przed dziećmi to było tak, że przychodziła ta niedziela i weekend, tak mrugnąłem i był poniedziałek rano, a jak się pojawiły dzieci, to człowiek jak miał tą godzinę wolną, to już nie potrafił jej zmarnować na czymś, bo jak się trafia godzina wolna w życiu młodego rodzica, który ma później dwójkę czy trójkę dzieci, no to zupełnie inaczej się do tego podchodzi, niż kiedy rodzicem się nie jest.

Dagmara: Zdecydowanie ten czas jest celebrowany. Mówię to z doświadczenia jako mama. A czy idealny rodzic w ogóle istnieje?

Kamil: Nie. To jest dla mnie też forma obrony. Tak, jak ktoś mi kiedyś zarzuci, że jak moje dziecko coś zrobi, ja mówię „tu mam napisane przecież, że nie ma idealnego rodzica”. Ja też jestem starszy i tym bardziej się uczę wrzucać na luz i wiem, że są rzeczy, na które mamy wpływ. I zauważam, że jest sporo rzeczy na które nie mamy wpływu i że są rzeczy, o które się naprawdę kiedyś denerwowałem i zajmowałem, a one same się rozwiązały w taki, czy inny sposób, czyli np. denerwowałem się, że moje dziecko czegoś jeszcze nie potrafi, a po roku potrafiło. I mamy takie coś, że patrzymy, że dziecko np. nie umie zawiązać sznurówek i patrzymy na tego 4-lątka i myślimy: „Matko Jedyna Święta, będzie miał potem 20 lat i też nie będzie umiał”. No to tak nie działa. Ale często pojawiają się takie myśli, więc myślę, że wrzucanie na luz jest bardzo potrzebne i staranie się o bycie lepszym jest potrzebne. Ale jak narzucimy sobie, że musimy robić wszystko idealnie, to tutaj są dwa niebezpieczeństwa. Pierwsze jest takie, że będziemy popełniać błędy, więc będziemy się czuli z tym gorzej i później dość szybko nakręca się pętla. A druga rzecz, jak nie popełniamy błędów, to nasze dziecko patrzy na nas takich „idealnych”, bo może tych błędów nie popełniamy widocznie i ono, jako dziecko, popełnia tych błędów w cholere. W sensie, ono się na początku przewraca, zanim zacznie chodzić, a ono później uczy się mówić. Uczy się wielu innych rzeczy i popełnia przy tym mnóstwo błędów, więc jak ma obok kogoś, kto tych błędów nie popełnia, to się samo ze sobą też czuje źle, bo ono się czuje gorsze. Jak z kolei widzi, że my popełniamy błędy i np. popełnimy błąd i potrafimy przyjść, przeprosić, no to jest dla dziecka lekcja: „mój rodzic też popełnia błędy, to jest coś normalnego, to jest ludzkie” i w tym jest też bardzo ważna nauka, że uczymy dziecko przeproszać, przychodzimy, przepraszamy, mówimy, za co, próbujemy trochę to rozbudować, nie mówimy tego suchego „przepraszam”, bo ja ogólnie do tych trzech słów: „dziękuję”, „proszę”, „przepraszam” mam duży dystans i nie przepadam za nimi. Paradoksalnie, za

żadnym z trzech, w pewnych kontekstach oczywiście poza taką właśnie życzliwością. I uważam, że „przepraszam” przez wiele lat było tak narzucane, przez co ludzie się nauczyli, że wystarczy powiedzieć „przepraszam” i wszystko jest załatwione. I przestali to mówić z intencją. I dzieci się automatycznie tak, jak roboty, nauczyły mówić to „przepraszam”, potem zrobiły komuś krzywdę, powiedział to „przepraszam” i wszystko jest załatwione. Tak świat nie do końca działa. Więc ważne jest, żebyśmy pokazywali, jak powinno się przeproszać, na czym to polega. Jakie emocje są z tym związane. I rzeczywiście, wtedy poświęcamy tą chwilę temu drugiemu człowiekowi, żeby go przeprosić i nawet zapytać, czy nam wybaczy, nawet jeżeli mówimy o małym dziecku, bo w ogóle rozgraniczenie na dzieci i ludzi jest takie sztuczne, w sensie dzieci są ludźmi. I zawsze uważam, że to jest takie „odczłowieczanie” dzieci. Kiedy ktoś uważa, że wobec dzieci powinny np. istnieć inne zasady szacunku, bo nie mówię, że dzieciom powinno się na wszystko pozwalać, na co się pozwala dorosłym - oczywiście, są młodsze, mniej rozwinięte, nie mają takich zdolności do podejmowania decyzji, nie mają takiego doświadczenia i tak dalej. Ale jeśli chodzi o sam szacunek, o to, jak traktujemy drugiego człowieka, to tutaj te zasady w zasadzie nie mają jakichś wielkich różnic między sobą.

Jacek: W takim razie teraz już kontynuując tą wypowiedź, czy my możemy dzieci traktować jako swoich takich partnerów?. Może nie tak, że to będzie taka pozycja równowagi między nami, a dziećmi, ale mimo wszystko powinniśmy ich traktować jako mniejsze osoby ale jako mniejszych partnerów?

Kamil: No właśnie to jest to trochę niebezpieczeństwo, że mówimy o takim partnerstwie równorzędnym. Ktoś żyje w związku z partnerem, to on mu np. granic raczej nie będzie stawiał, a z dziećmi to jest inna sytuacja. Czasami trzeba postawić granicę, czasami trzeba być tym rodzicem, który nie dopuści do czegoś, bo dziecko nie ma czasami możliwości podjąć racjonalnych decyzji, ile słodyczy może zjeść albo ile telewizji może oglądać. Dla niego „jak najwięcej” to jest najlepsza odpowiedź. Więc tutaj tak samo, jak nie wiem, zamykamy środki czystości, nie dopuszczamy do ognia przez jakiś tam czas, póki dziecko jest małe - to są takie rzeczy, o które my musimy zadbać jako rodzice. Dlatego ta relacja nie może być w pełni partnerska. Jak ja np. siadam z moimi dziećmi do planszówki, no to to jest relacja partnerska. Ja wtedy nie mówię, że jestem ojcem, to sobie stawiam tutaj kostkę na 6 i idę o 6. To tak nie działa. Ale w

sytuacji takiej właśnie wychowawczej, czy jakiejś dotyczącej bezpieczeństwa, relacji partnerskiej, już być taki w pełni nie może.

Dagmara: W takim razie, gdzie jest granica pomiędzy rodzicem wspierającym, a rodzicem wymagającym.

Kamil: Ja nie wiem, czy jest jakaś. Ja wymagam od swoich dzieci różnych rzeczy, uważam, że żyjemy w jednym domostwa i skoro ja np. zajmuję się jakimś aspektem w naszym domu, to dzieci mogą się zająć innym. Oczywiście na swój poziom. I też uważam, że mogę od nich wymagać tego, żeby się same sobą zajmowały, oczywiście dopasowane do swojego wieku, ale żeby potrafiły sobie zrobić śniadanie, żeby potrafiły po sobie posprzątać i różne inne rzeczy. Więc tutaj to jest rodzic, który jest wymagający i można powiedzieć, że to jest zły rodzic, ale uważam, że to jest potrzebne, bo uczy odpowiedzialności. Ale też uważam, że ten wymagający jest właśnie idealny i to idealne połączenie jest wtedy, kiedy jestem rodzicem też wspierającym, czyli ja daję dziecku odpowiedzialność za jakiś aspekt, czyli np. za to, żeby trzymał porządek w pokoju. Ale jak widzę, że tego porządku nie ma albo nie potrafi go utrzymać, to wtedy się pojawia i zastanawiam się razem z tym dzieckiem, co możemy zrobić, żeby go wesprzeć w tym, nie, żeby przyjąć i posprzątać za niego, tylko zastanowić się, czy może chodzi o to, że ma za dużo zabawek. Może chodzi o to, że wieczorem, jak się przebiera, to zastawia skarpetki, bo nie chce wychodzić z pokoju, bo się np. boi. Wtedy wystarczy kosz na pranie u niego w pokoju. Są jakieś tam takie rzeczy, które my możemy znaleźć i które możemy wspólnie z dzieckiem rozwiązać, by tę odpowiedzialność przekazać. I w dalszym ciągu być tym właśnie wymagającym rodzicem, który nie bierze wszystkiego na siebie, bo to jest właśnie u nas, nie wiem, czy tylko w Polsce, ale na pewno jest to poprawne podejście do wychowania, że robimy z siebie takich cierpiętników, że ja spędziłem, spędziłam na twoim wychowaniu, a ty jesteś teraz niewdzięczny. Bo rzeczywiście, rodzice robili wszystko za dziecko i niewiele wymagali. Dziecko za takie rzeczy nigdy nie podziękuje, w sensie, ono się przyzwyczaja do tego, że to jest stan normalny i później idzie w świat i ono ma oczekiwania wobec świata, a żadnych wobec siebie.

Jacek: Tak, jak właśnie teraz powiedziałaś: albo idziemy w jedną stronę, albo w drugą - albo że nie ma takiego „złotego środka” albo się kogoś wspiera i czegoś wymaga. I ja mam taki też kierunek, jeżeli chodzi o wychowanie nas. Przynajmniej pokolenie moich

rodziców, jak ich wychowywano, to raczej była tutaj taka metoda dawania klapsa dzieciom. Pewnie gdzieś tam dalej jest w Polsce to kontynuowane, no ale teraz z drugiej strony słyszymy o tzw. bezstresowym wychowaniu, więc znowu mamy dwa różne rodzaje wychowania. Pewnie żadne z nich nie jest dobre. I teraz, jeżeli jestem rodzicem albo takim albo takim, jak mogą wrócić na właściwe tory, żeby jeżeli daje klapsy, to żeby nie dawać? A jak jestem takim bezstresowym, bo mi się wydaje, że jak tak stosowali moi rodzice, to teraz ja będę bezstresowy dla swojego dziecka. Teraz jak mogą wrócić na takie tory, żeby jednak być takim właśnie bardziej wspierającym czy wymagającym rodzicem, ale bez takich skrajności?

Kamil: No w ogóle to jest kilka aspektów, bo właśnie dużym problemem jest to, że mówi się o tym, żeby nie dawać kar cielesnych. Mówi się o tym, żeby nie dawać klapsa lub nie mówi się, co robić zamiast. I nagle wytrąca się z ręki rodzicom wszystkie narzędzia kontroli i oni zaczynają być kreatywni, nie zastępują kar cielesnych karami psychicznymi, zaczynają dalej kontrolować te dzieci w zasadzie na tym samym poziomie, tylko pozbawiają je dostępu do czegoś innego - zamiast je uderzyć to pozbawia dostępu do kolegów, do komputera itd. Paradoksalnie, te kary są często bardziej odczuwalne. Pamiętam, ja ze swojego dzieciństwa i z wieloma osobami rozmawiałem, czasami wolelibyśmy, żeby rodzic nam przyłał, niż żeby nas wziął na pogadanki. Naprawdę, w sensie, to było po prostu prostsze. I było wtedy oczekiwane załatwione. I dlatego też się pojawiła taka teoria, że skoro nie daje się klapsa, to od razu się pojawia to wychowanie bezstresowe, bo skoro odbiera się tą możliwość, jeżeli nie daje się w ogóle kar żadnych, no to się pojawia to wychowanie bezstresowe, bo rodzic nie ma żadnej możliwości kontroli wymagania itd. I to są te dwie skrajności. Obydwie są niebezpieczne, bo z jednej strony skupiamy się w wychowaniu przez kary cielesne i w ogóle przez kary. Tworzymy taki model, w którym dziecko czuje, że nie zasługuje na naszą miłość i musi cały czas się o nią starać. To jest tak, że jak tylko zrobi coś złe, to traci naszą miłość i my ją możemy skrzywdzić. To jest model, który mówi wprost dokładnie to. Z kolei to wychowanie bezstresowe to jest model, w którym to rodzic cały czas stara się zaskarbić miłość dziecka. On robi wszystko, żeby to dziecko kochało, więc wszystko mu kupi, wszystko mu zrobi, za niego itd. Te dwa modele są właśnie niebezpieczne. I teraz pośrodku istnieje model, który pozwala postawić granicę, czyli np. nie możesz żonglować pochodniami, bo to jest niebezpieczne. Ja mam prawo ci to uniemożliwić. Nie możesz wybiec na ulicę pod samochód, bo ja jestem rodzicem i ja dbam o Twoje bezpieczeństwo i mam prawo cię trzymać za rękę. Ale to, że dziecko

zobaczy motyla i gdzieś pobiegnie i ja go nie pilnuje, bo mam małe dziecko i jego nie upilnowałem i ono rzeczywiście biegnie w stronę drogi i ja go teraz złapie, to to jest moment, w którym powinniśmy skończyć. To jest ten moment, w którym jest wszystko: zapewniliśmy temu dziecku bezpieczeństwo, użyliśmy siły, ale w celach ochronnych i nie skrzywdziliśmy tego dziecka. A teraz słyszę często teorię, że temu dziecku teraz trzeba przylać, no bo jak ono inaczej się nauczy. Tylko, że dziecko się tego uczy z wiekiem. I nie zdarzyło się w historii świata, żeby ktoś przylał dziecku w takiej sytuacji i ono by to zrozumiało i nigdy więcej nie wybiegło na drogę. To się nie zdarzyło, w sensie, dziecko jest za małe, żeby zrozumieć, jeżeli jest za małe, żeby zrozumieć to, co mówimy, to jest za mało, żeby zrozumieć, dlaczego je bijemy w takiej sytuacji. Więc jeżeli mamy małe dziecko, to my musimy nauczyć się je chronić i jasne, czasami będzie to wymagało użycia siły, bo czasami będziemy musieli je ochronić, np. wyciągając z bójki w piaskownicy. Będziemy musieli podnieść to dziecko, postawić obok i odsunąć, żeby nie walczyło o tą łopatkę tak strasznie mocno z kimś innym. Ale to nie znaczy, że musimy je przy tym krzywdzić. Więc to jest ta trzecia strona, nawet nie do końca taki środek, to po prostu jest inne podejście, gdzie stawiamy granicę, pilnujemy tego, żeby dziecko było bezpieczne i otoczenie dziecka było bezpieczne, bo to jest też istotne i żebyśmy byli bezpieczni w tym wszystkim, ale nie krzywdzimy przy tym dziecka, czyli dbamy o nie, traktujemy z szacunkiem, no i też dbamy o jego bezpieczeństwo, stawiając tę granicę, bo dzieci bardzo tej granicy potrzebują właśnie, jak tych granic nie ma, no to przechodzimy do tej niebezpiecznej skrajności, czyli „nie kop pana, bo się spocisz” i dzieci, które mogą robić wszystko, którym rodzice na wszystko pozwalali i te dzieci później wychodzą do świata i przeżywają brutalne zderzenie z rzeczywistością, kiedy nagle okazuje się, że nie każdy jest na ich usługi, że można nim pomiatać, że nie z wszystkimi można wszystko zrobić, że nie wszystko do nich należy, a z kolei dzieci, które były bite albo powielają te wzorce i właśnie siłą zdobywają szacunek albo popadają w drugą skrajność, czyli są zahukane i zaczynają tworzyć związki oparte na tych samych zasadach, jakie panowały w domu, czyli w domu zostały jakby złamane i nauczyły się, że muszą szukać kogoś, komu muszą być posłuszne. I potem to samo w towarzystwie kolegów, którym takie dziecko jest łatwiej namówić np. na to, żeby spróbował jakiejś używki. Potem na przykład idzie do pracy, w której jest jakiś mobbing i sobie na to pozwala. Później wchodzi w związek, w którym jest wykorzystywany, wykorzystywana itd. To są wszystko te skrajności. To są możliwe następstwa tych podejść. Oczywiście, nie jest tak, że każdy, kto był tak wychowywany, tak skończy, bo są ludzie, którzy są bardziej odporni, są ludzie, którzy są bardziej podatni. Są też ludzie,

kórzy potrafią te swoje traumy trzymać głębiej i schować się za takim murem. To nie jest tak, że każdy tak skończy, ale jest na to szansa, więc jeżeli mamy drogę, która daje nam szansę, że tak nie będzie, a wiemy to z wielu badań przeprowadzonych przez dekady na dziesiątkach, setkach tysięcy dzieci, to warto z niej skorzystać.

Dagmara: Jaką miałbyś radę dla rodziców dzieci rywalizujących ze sobą non stop?

Kamil: To możemy się zapytać, jakiego rodzaju to jest rywalizacja, bo jeżeli to jest walka, która jest jakąś formą zagrożenia dla kogoś, no to tutaj trzeba postawić pewne granice i pracować z dziećmi nad tym, żeby nauczyły się inaczej wyrażać emocje. Ale jeżeli to jest rywalizacja na zasadzie czegoś w rodzaju sportowej rywalizacji, to tutaj uważam, że nie koniecznie musimy jakoś wchodzić w to, bo sportowa rywalizacja pomaga nam stać się lepszymi. Jeżeli wiem, że ktoś jest obok, kto też trenuje, teraz nie ma znaczenia, czy chodzi tutaj o rysunek, czy chodzi o granie na komputerze, czy chodzi o piłkę nożną, czy chodzi o jeszcze jeden z innych milionów rzeczy, w których można rywalizować w formie pozytywnej, takiej wspierającej się, no to tutaj myślę, że cieszyłbym się, że mają jakąś taką pasję, w której chcą się wspólnie rozwijać, nawet jeżeli jest gdzieś tam ten element rywalizacji.

Jacek: Co się dzieje, jeżeli ta rywalizacja przechodzi nie tylko między dziećmi, ale też na jakąś taką miłość do rodziców albo taką absencję rodziców?

Kamil: To jest w ogóle niebezpieczne. To się pojawia od rodziców czasami, to się pojawia od dzieci i to się najczęściej bierze z tego, że któremuś z tych dzieci brakuje tego czasu czy dlatego, że właśnie mamy to tradycyjne podejście do wychowania, w której ta miłość jest bardzo skąpo wyrażana. I nawet, jeżeli spędzamy czas z dzieckiem, czy to jest czas spędzany jadąc autem, czy to jest czas spędzony przed telewizorem, czyli nie jest to jakiś taki wartościowy czas, spędzamy na tym, żeby poznać dziecko lepiej, tylko to jest po prostu przebywanie razem w tym samym pomieszczeniu - to nie buduje relacji. I temu dziecku później brakuje tej relacji. Więc jeżeli dzieci zaczynają ze sobą rywalizować, no to to jest dla nas jasny sygnał jako rodziców, że musimy się zastanowić, jak spędzić z tymi dziećmi więcej czasu. I paradoksalnie, nawet 10-15 minut takiego „jeden na jeden” potrafi rozwiązać dość dobrze problem rywalizacji. Jest fajna książka, zawiera fajne rady - „Rodzicielstwo przez zabawę”. Nie powiem, że jest łatwo napisana właśnie, bo jest chyba najtrudniejszą książką, jaką przeczytałem. I ona

pokazuje, jak zamienić wiele z takich sytuacji konfliktowych i międzyrodzeństwem i między rodzicem a dzieckiem w zabawę, czy jak to przećwiczyć, na przykład, jeżeli dzieci się biją, to często bierze się to z tego, że nie znają jeszcze swojej siły i np. w tej książce autor opisuje, że bardzo fajnie pomagają zapasy, kiedy rodzic tam jakieś takie zapasy z dziećmi ćwiczy, bo to uczy dzieci, ile mają siły, jak ją kontrolować, jak nad tym panować i wtedy jest im łatwiej wchodzić w te konflikty, nie powodując krzywdy komuś, czyli na przykład podchodzę i odbieram swoją zabawkę, którą ktoś mi zabrał, a niekoniecznie od razu rzucam się na kogoś, czy rozwiązuje to w jakiś inny, bardziej pokojowy sposób. Znam swoją siłę i wiem, że jak zrobię to inaczej, to mogę komuś zrobić krzywdę.

Dagmara: Przychodzi mi jeszcze takie pytanie, odnośnie tego, że teraz aktualnie, według statystyk, bardzo mocno wzrasta statystyka mówiąca o tym, że rodziny się po prostu rozpadają i jest bardzo duży odsetek rozwodów. Ostatnio widziałam, że cały czas rośnie. A co byś powiedział dla takiego ojca, który boryka się z taką sytuacją, że dzieci zostają z mamą (bo taki jest klasyczny schemat, nie jest to oczywiście wyznacznikiem, ale mam takie wrażenie, że to jest standardem i mimo wszystko, ta matka więcej czasu spędza z tymi dziećmi), co byś mu powiedział, co mógłbyś mu doradzić, żeby się nie obawiał tego, że ta relacja z dzieckiem się jakoś radykalnie zmieni i żeby nie została ona zaprzepaszczona?

Kamil: Myślę, że statystyki sprzed paru lat podają nawet, że 93 proc. sytuacji jest właśnie takich, że mama zostaje z dzieckiem. Więc to jest z automatu duże zaburzenie tych jakby sił, jak to mogę nazwać. Czyli ten rodzic tak naprawdę drugi, który jest poza, on dziecko widzi czasami raz na dwa tygodnie i on nie ma zbyt wiele możliwości wpłynięcia na tę swoją relację z tym dzieckiem, on może zadbać, żeby była poprawna, ale on musi chodzić bardzo na palcach, żeby tego nie zepsuć, bo jak będzie za bardzo rozpieszczał, to to wpłynie negatywnie na relacje z tym drugim partnerem i też na to dziecko, które będzie miało taki zaburzony obraz tego jednego i drugiego rodzica tak naprawdę. A wprowadzenie dokładnie takich samych zasad wymaga komunikacji, gdzie przy sytuacji, gdzie jest z jednym rodzicem, dziecko spędza dwa tygodnie, z drugim dwa dni, to raczej nie ma zbyt dobrej komunikacji. Więc co ja bym mógł doradzić? Najlepszym rozwiązaniem jest opieka na przemian. Ale wiem, że niestety tutaj jest o to ciężko. Więc prosiłbym o pomoc jakichś mediatorów, jakichś psychologów, żeby jeszcze w trakcie rozprawy postarać się przekonać, nawet się ugiąć w innych aspektach tego

rozvodu, żeby na tę opiekę naprzemienną postawić, bo jest to najlepsze rozwiązanie również dla dziecka. I teraz to jest dla mnie strasznym paradoksem, że wszystkie praktycznie współczesne badania pokazują, że to jest najlepsze rozwiązanie dla dziecka, że jeżeli chcemy zadbać o dziecko, to jest właśnie rozwiązanie, którym się powinniśmy kierować i mimo wszystko jest gigantyczny sprzeciw ze strony kobiet wobec takiego systemu, bo np. słyszę teksty: „bo dziecko powinno mieć jeden dom” i argumentem, który po prostu w 3 sekundy rozbija ten argument jest to, że dziecko po rozwodzie zawsze ma dwa domy. To, że w jednym mieszka przez tydzień, przy drugim dwa dni, to nie zmienia faktu, że ma dwa domy i wie, że rodzice są jakby w takiej, a nie innej sytuacji i na świecie na Zachodzie widzimy już postęp w tą stronę, że rodzice są w stanie się dogadać, że kiedy jest opieka na przemian, to wręcz muszą się dogadać. Już nie ma tak, że ten jeden będzie rozpieszczał, a drugi będzie tym surowym rodzicem, bo każdy ma ten sam układ. To dziecko też jest w stanie, jeżeli te domy są niedaleko, czy mieszkania, chodzić do tej samej szkoły, mieć te same grupy kolegów i te relacje z każdym z tych rodziców są dużo, dużo lepsze. To dziecko się dużo lepiej rozwija i społecznie i intelektualnie i z każdej strony ten system jest najlepszy, więc to, co mógłbym doradzić, to pracować jeszcze zanim dojdzie do postanowienia o tym, jaki będzie rozkład tego spędzania czasu później z dziećmi.

Jacek: Myślę, że tutaj duży jednak wpływ ma partnerstwo między rodzicami, którzy wcześniej po prostu muszą się dogadać, bo tak, jak mam teraz właśnie wśród znajomych, którzy właśnie wybrali tą opiekę naprzemienną. To jest najlepsze rozwiązanie, bo ja na przykład nie miałem i nie mam pewności, ale myślę, że wszystko jednak tyczy się tego, że nawet, jak będzie ten ojciec gdzieś tam widywał się raz na dwa tygodnie to to też może być jakościowe. Oczywiście, będzie to partnerska relacja między rodzicami. Ale często u nas w Polsce jednak jest tak, że jednak jak się ta para rozchodzi, to idzie na noże dosyć mocno. Co teraz dzieje się z takim dzieckiem, które właśnie jest rozdarte między rodzicami?

Kamil: No właśnie, tak, jak mówiłem, gdzieś tam rozwój społeczny dla niego jest zaburzony, bo ono widzi tę walkę, nie do końca wie, jak się postawić, wtedy może być tak, że będzie namawiany albo będą jakieś pomówienia wobec jednego lub drugiego rodzica ze strony partnera. No i ta sytuacja jest bardzo niebezpieczna. My też w ogóle wydaliśmy właśnie coś, co się nazywa „Książka i plan, czyli topografia rozstania” i „Plan rodzicielski”, który jest do tego dołączony. Ta książka jest oparta na pracy wielu, wielu

sędziów, mediatorów, adwokatów i wszystkich zaangażowanych w ten system zadbania o dzieci w Szkocji. Ta książka pokazuje, dlaczego to jest ważne. Ten plan pokazuje, jak to zrobić, żeby zadbać o to dziecko, jak zrobić, żeby gdzieś troszkę siebie zepchnąć na drugi tor. Akurat w tej sytuacji, wcześniej mówiłem, żeby traktować równo, ale w sytuacji rozwodu, zaraz po tym, jak ten rozwód nastąpi, to moim zdaniem to dziecko powinno być trochę na chwilę ważniejsze niż ja. To na pewno powinno być ono ważniejsze, niż to, że nie lubię mojego partnera teraz chwilowo, bo on mnie skrzywdził, albo on mnie nie lubi, bo ja go skrzywdziłem. I to pozwala sobie bardzo dobrze to poukładać, jest to właśnie opracowane na podstawie lat doświadczenia w kraju w którym opieka naprzemienna działa i działa z sukcesami. Mam już parę takich wiadomości od mam, które pisały, że ta książka im trochę pomogła spojrzeć oczami tego partnera. I widzi poprawę w tym, jak to wpływa na ich dziecko. Ja na początku mówiłem, że dużo otworzyłem treści wychowawczych, a jak się przyjrzeć mojej działalności, teraz to tych treści wychowawczych jest dużo mniej i pojawia się pytanie: „dlaczego?”. Głównie dlatego, że zauważyłem, że takie pojedyncze wpisy na blogu czy odpowiedź komuś na wiadomość na mailu rzadko kiedy rozwiążą ten problem, który ktoś ma większość tych problemów wychowawczych czy właśnie związanych z rozwodem, są trochę głębiej zakorzenione i przez to jakby na co dzień rzuciłem się na to, żeby dawać rodzicom właśnie to wytchnienie czy przypominać im o tych pięknych momentach rodzicielstwa. A ta działalność wydawnicza, którą prowadzę, skupiła się na tym, żeby dostarczać konkretne produkty, które rozwiązują problemy. Przynajmniej dla tych rodziców, którzy tego potrzebują. Czyli jeżeli ktoś jest na początku drogi rodzicielskiej i czuje się przytłoczony, no to ja mu w jednym mailu nie pomogę, ale jak dostarczę książkę, która ma 200 stron, to mogę mu pomóc i to jest moja książka. A "Topografia rozstania" jest po to, żeby rodzice, którzy się rozeszli i gdzieś tam z tyłu głowy wiedzą, że to dziecko jest istotne, żeby pomogła im poukładać, jak to zrobić, jak to przeprowadzić, jak o to dziecko zadbać, czy jak ktoś np. ma problem z panowaniem nad swoimi emocjami, to mamy fiszki, które są małe, kompaktowe i pozwalają czasami na szybko sobie spojrzeć, jak się uspokoić czy przypominają, jakie metody można zastosować na co dzień, żeby tą agresję wewnętrzną schować. Tutaj stąd jest trochę ta różnica pomiędzy tym, co robiłem kiedyś na początku, a tym, co robię teraz.

Dagmara: Super, cudownie, że już teraz mamy możliwość inspirowania się i zasób tych materiałów edukujących rodziców jest tak szeroki i może tak naprawdę pomóc już w wielu sytuacjach, w których tak naprawdę nasi rodzice nie mieli takich możliwości. Więc

to jest bardzo wspierające. Dziękujemy bardzo za ten wywiad z okazji Dnia Ojca. Mam pytanie do Ciebie - jeżeli trafią się jakieś pytania i będą ojcowie czy też rodzice, którzy będą mieli jakieś pytania skierowane bezpośrednio do Ciebie, czy istnieje jakaś możliwość, żebyś na nie odpowiedział?

Kamil: Jasne. Nie wiem, czy przyjdą w komentarzach pod wpisem, czy ktoś będzie pisał na maila, ale ja jak najbardziej w dalszym ciągu odpowiadam na praktycznie wszystkie wiadomości, które dostaję. Zdarza się, że jeden na tysiąc wpadnie do spamu, ale odpowiadam dalej osobiście. Więc ten kontakt też mam zachowany i mimo tego, że oficjalnie już gdzieś tam tych treści jest mniej, to jeżeli ktoś do mnie napisze, że ma jakiś problem, to albo jeżeli jestem w stanie pomóc, to pomagam, jeżeli nie, to przekierowuję go gdzieś, gdzie będzie mógł znaleźć pomoc, której szuka.

Dagmara: Dziękujemy bardzo.

Kamil: Dziękuję.