

ROB KEMP

MISJA

TATA



**Jak zmienić pieluchę,
poradzić sobie z humorami nastolatka
i poprowadzić córkę do ślubu**

L A U R U M

ROB KEMP

MISJA
TATA

**Jak zmienić pieluchę,
poradzić sobie z humorami nastolatka
i poprowadzić córkę do ślubu**

Przekład
Magda Witkowska



Tytuł oryginału: *Dadding It!: Landmark Moments in Your Life as a Father... and How to Survive Them*

Menedżer projektu: Justyna Malatyńska

Przekład: Magda Witkowska

Redakcja: Monika Marczyk

Korekta: Anna Żółcińska

Projekt okładki: Paweł Panczakiewicz/Panczakiewicz Art Design

Ilustracja na okładce: © Nuthawut Somsuk | istockphoto.com

Zdjęcie autora na okładce: archiwum własne

Skład: Amadeusz Targoński | targonski.pl

Grafiki w książce: © Anastasiya Zalevskaya, iStock, 2020

Copyright © Rob Kemp, 2020

This translation of *Dadding It!* is published by MT BIZNES Sp. z o.o. by arrangement with Bloomsbury Publishing Plc and Macadamia Literary Agency, Warsaw.

Rob Kemp has asserted his right under the Copyright, Designs and Patents Act, 1988, to be identified as Author of this work

For legal purposes the Acknowledgements on p. 253 constitute an extension of this copyright page

All rights reserved.

Copyright © 2021 for the Polish edition by MT Biznes Ltd.

All rights reserved.

Wydanie w nowej szacie graficznej. Warszawa 2022

Książka, którą nabyłeś, jest dziełem twórcy i wydawcy. Prosimy, abyś przestrzegał praw, jakie im przysługują. Jej zawartość możesz udostępnić nieodpłatnie osobom bliskim lub osobiście znanym. Ale nie publikuj jej w internecie.

Jeśli cytujesz jej fragmenty, nie zmieniaj ich treści i koniecznie zaznacz, czyje to dzieło. A kopiując ją, rób to jedynie na użytek osobisty.

Szanujmy cudzą własność i prawo!

Polska Izba Książki

więcej o prawie autorskim na www.legalnakultura.pl.

Zezwalamy na udostępnianie okładki książki w internecie.

MT Biznes Sp. z o.o.

www.mtbiznes.pl

www.laurum.pl

handlowy@mtbiznes.pl

ISBN 978-83-8231-032-0

Spis treści

Wprowadzenie.....	12
-------------------	----

Pierwsze miesiące



Moment 1.	Miłość od pierwszego wejrzenia.....	16
Moment 2.	Pierwszy raz w ramionach taty.....	18
Moment 3.	Powrót z dzieckiem do domu.....	20
Moment 4.	Gdy dziecko uznaje, że „jesteś jego tatą”.....	22
Moment 5.	Czas karmienia.....	24
Moment 6.	Co zrobić, żeby nie pomylić imienia?.....	26
Moment 7.	Pierwszy środek transportu.....	28
Moment 8.	Pokój dziecięcy.....	31
Moment 9.	Goście dziecka.....	33
Moment 10.	Pierwsza zmiana pieluszki w miejscu publicznym.....	36
Moment 11.	Pierwszy samodzielny spacer z dzieckiem....	38
Moment 12.	Dziecko unosi głowę.....	41
Moment 13.	Jak zbudować więź między ojcem a dzieckiem?.....	43
Moment 14.	Dziecko na ciebie zwymiotowało.....	45
Moment 15.	Pierwsza sensownie przespana noc.....	47
Moment 16.	Udana kąpiel.....	49
Moment 17.	Dziecko dowiaduje się, co przed nim ukrywasz.....	51
Moment 18.	Dziecko zaczyna się porozumiewać na migi..	53
Moment 19.	Dziecko próbuje cię chwycić.....	55

Moment 20.	Zaczynasz odliczać w miesiącach	57
Moment 21.	Pierwsze wspólne wyjście bez dziecka	59
Moment 22.	Rozmowa o czymś innym niż dziecko	61
Moment 23.	Dziecko zaczyna mówić... no prawie	63
Moment 24.	Powrót do sypialni	66
Moment 25.	Mleczaki	68
Moment 26.	Dziecko wpływa na relacje małżeńskie	70
Moment 27.	Dziecko reaguje na swoje imię	72
Moment 28.	Pierwsze zdjęcie twojego dziecka	74
Moment 29.	Wprowadzanie pokarmów stałych do diety dziecka	77
Moment 30.	Pierwsze kroki	79
Moment 31.	Pierwsza wizyta w pubie	81
Moment 32.	Chwile paniki	83

Małe dziecko

Moment 33.	Jak zacząć przygodę z nocnikiem?	88
Moment 34.	Czas na dziecko numer dwa?	90
Moment 35.	Czy zdołasz zostać ojcem więcej niż jednego dziecka?	92
Moment 36.	Doktor Tata, czyli krótki przewodnik po chorobach wieku dziecięcego	94
Moment 37.	Testament: kto się zaopiekuje twoimi dziećmi, jeśli umrzesz?	97
Moment 38.	Pierwszy raz z pierwszą pomocą	99
Moment 39.	Impreza!	101
Moment 40.	Pierwszy napad dziecięcej złości	103
Moment 41.	Pierwszy raz w samolocie	105
Moment 42.	Czytanie dziecku	108
Moment 43.	Wybór pierwszego pupila	110
Moment 44.	Gdy już się okaże, że twoje dziecko jest wybredne	112

Moment 45.	Dziecko torturuje domowego pupila.....	114
Moment 46.	Umiera ktoś z rodziny.....	116
Moment 47.	Pierwsze próby z rowerem.....	118
Moment 48.	Poszukiwania opiekunki.....	120
Moment 49.	Panikujesz, bo wydaje ci się, że nie sprawdzasz się jako rodzic.....	122
Moment 50.	Znajdowanie czasu dla dzieci.....	124
Moment 51.	Audyt niezbędnych umiejętności ojcowskich.....	126
Moment 52.	Wnioskowanie o elastyczny czas pracy.....	129

Lata szkolne

Moment 53.	Taty pierwszy dzień pod szkołą.....	134
Moment 54.	Zapoznanie się z kolegami i koleżankami dziecka.....	136
Moment 55.	Wsparcie w walce z nieśmiałością.....	139
Moment 56.	Twoje dziecko przeklina po raz pierwszy.....	141
Moment 57.	Doskonalenie repertuaru żartów taty.....	143
Moment 58.	Pierwszy mecz.....	145
Moment 59.	Czas na pytania.....	148
Moment 60.	Ustalanie wysokości kieszonkowego.....	153
Moment 61.	Dziecko dostaje się do szkolnej drużyny.....	155
Moment 62.	Wojna domowa z rodzeństwem.....	157
Moment 63.	Pierwszy telefon dla dziecka.....	159
Moment 64.	Tata miś.....	161
Moment 65.	Survival letnio-wakacyjny.....	163
Moment 66.	Sposób na szkolnych łobuzów.....	165
Moment 67.	Wywiadówka i udawanie zainteresowania edukacją dziecka.....	167
Moment 68.	Dziecko przynosi słabe oceny.....	169
Moment 69.	Kontakt z nieodpowiednimi treściami w internecie.....	172
	Co ojcowie robią inaczej? Trzynaście faktów.....	174

Wiek nastoletni



Moment 70.	Dziecko ubiera się „niestosownie”	178
Moment 71.	Pora „poważnie porozmawiać”	180
Moment 72.	Dziecko spóźnia się wieczorami	182
Moment 73.	Problemy dziecka z tym, jak wygląda jego ciało	184
Moment 74.	Ech, te hormony!	186
Moment 75.	Ojcowie i niecne postęпки nastolatków	188
Moment 76.	Dziecko ma problemy w szkole	190
Moment 77.	Dziecko wraca do domu pijane	194
Moment 78.	Pierwsza awantura z nastolatkiem	195
Moment 79.	Jak oduczyć dziecko „lenistwa”?	196
Moment 80.	Twój pierwszy raz w roli taksówkarza	198
Moment 81.	Organizacja przyjęcia dla nastolatków	200
Moment 82.	Przyłapałeś dziecko na zażywaniu narkotyków	203
Moment 83.	Porady zawodowe	206
Moment 84.	Gdy musisz ukarać nastolatka	208
Moment 85.	Spory między rodzicami	210
Moment 86.	Poznajesz „drugą połówkę” swojego nastolatka	212
Moment 87.	Różne gusta muzyczne	214
Moment 88.	Przebudzenie polityczne	216
Moment 89.	W świetle prawa	218
Moment 90.	Nauka jazdy z nastolatkiem	220
Moment 91.	Finansowanie studenckiego stylu życia	222
Moment 92.	Kontynuowanie nauki a rola ojca	224
Moment 93.	Roczna przerwa na odkrywanie siebie	226
Moment 94.	Posyłasz dziecko do pracy	228
Moment 95.	Dziecko przejmuje rodzinną firmę	230
Moment 96.	Ciepłe pożegnanie	233
Moment 97.	Syndrom pustego gniazda	235

Moment 98. Odkrywanie życia na nowo po wyprowadzce dzieci.....	237
Moment 99. Bumerang wraca.....	239
Moment 100. Wyznaczanie granic w relacjach z dorosłymi dziećmi.....	241
Moment 101. Tata i kryzys wieku średniego.....	243
Moment 102. Dzieci biorą ślub... ..	245
Moment 103. Od ojca do ojca chrzestnego.....	247
Moment 104. Tata zostaje dziadkiem... ..	249
Ojciec dziś i jutro	251
Podziękowania.....	253
Tam zaglądam	254
Źródła	258
O autorze.....	259

Wprowadzenie

Dzieci nie rodzą się z instrukcją obsługi (nawet gdyby było inaczej, pewnie i tak byś jej nie przeczytał). Tożsamość dziecka kształtuje się wraz z upływem czasu pod wpływem kolejnych ważnych momentów i praktycznych życiowych lekcji. Ty – jako nowoczesny i odpowiedzialny ojciec – powinieneś mu pomóc je odrabiać, rozwiązując jego kolejne problemy, a później co najmniej służąc mu cenną radą. Od jego pierwszego krzyku aż do twojego ostatniego tchnienia.

Twoja rola jako mentora, wzoru do naśladowania, doradcy i pocieszyciela, ale też taksówkarza i bezwarunkowo kochającego rodzica, jest nie do przecenienia zarówno wtedy, gdy dziecko stawia pierwsze kroki i wypowiada pierwsze słowa, gdy po raz pierwszy idzie do szkoły i gdy przeżywa nastoletnie przygody, jak i wówczas, gdy wyprowadza się z domu, gdy znajduje prawdziwą miłość i samo zostaje rodzicem. Nie zawsze będziesz podejmować słuszne decyzje, a twoje rady nie zawsze będą trafione. Nieraz zetrzesz się z dzieckiem podczas jego walki o niezależność i nieraz będziesz się musiał sporo namęczyć, żeby nie zboczyło z właściwej drogi. Nieraz też będziesz przeżywać chwile uniesienia, gdy dziecko czymś cię zaskoczy, rozbawi, doprowadzi do łez czy zachwyci swoją postawą. Nieraz będziesz wściekły i nieraz będziesz rwał sobie włosy z głowy – zwłaszcza gdy ucierpi coś, co było dla ciebie bardzo cenne.

12

Ta książka ma cię przygotować przynajmniej na niektóre z tych momentów, które przeżyjesz w nadchodzących latach. Czy bowiem twoje dziecko ma trzy miesiące, trzy lata, trzynaście czy trzydzieści trzy, a nawet gdy wyprowadzi się nie wiadomo dokąd, ty zawsze będziesz tą. To jest rola na całe życie. Załóż się, że w ogóle o tym nie myślałeś, gdy za sprawą szczęśliwego układu gwiazd twoja mała istotka zaistniała po raz pierwszy.

Pamiętaj jednak, że każde dziecko jest inne. Różne dzieci przeżywają te same rzeczy inaczej i na innych etapach swojego życia, można więc śmiało założyć, że nie będzie ci dane odhaczyć wszystkich 104 momentów opisanych w tej książce. Jeśli jednak stanie się inaczej, to dzięki tej lekturze będziesz na każdy z nich dobrze przygotowany.

Oczywiście wiele ważnych chwil przeżyjesz już na etapie oczekiwania na swoje dziecko. Po raz pierwszy zobaczysz je na USG (w dwunastym tygodniu ciąży albo w dwudziestym, jeśli przegapisz to wcześniejsze), zaliczysz zajęcia w szkole rodzenia i pewnego dnia usłyszysz, że „To już!”, że twoje dziecko właśnie się rodzi. Na ten temat napisano wiele książek i poradników (coś o tym wiem, bo i ja mam taką na koncie), jednak tak naprawdę zabawa zaczyna się dopiero wtedy, gdy dziecko w końcu przyjdzie na świat.

Moment 2.

Pierwszy raz w ramionach taty

Wiek: 1 dzień

„Podtrzymuj główkę. Niech się tak nie wierci! Ostrożnie. Podtrzymuj główkę! Nie tak! Do jasnej cholery, daj mi to dziecko”.

Anonim

Choć autora tych słów nie sposób jednoznacznie wskazać, brzmią one bardzo znajomo. Każdy przejęty rolą ojciec obawia się je usłyszeć, tym bardziej że jeden na pięciu świeżo upieczonych tatusiów nie miał okazji trzymać noworodka, dopóki nie urodziło mu się jego własne dziecko. Ten szczególny moment, gdy tuż po porodzie bierze się je na ręce – najlepiej po uprzednim zdjęciu koszulki, żeby możliwy był ten słynny kontakt skóra do skóry – to dla wielu ojców pierwsze w życiu doświadczenie tego typu. Niezależnie jednak od tego, czy rzecz ma miejsce tuż po porodzie, czy też kilka dni po nim, technika jest dość prosta. Pocieszać się można myślą, że noworodki są niesamowicie odporne na wstrząsy i odbijają się od ziemi po upadku, ponieważ ich kości nie są jeszcze w pełni stwardniałe. Stanowczo odradzamy jednak testowanie tej teorii w praktyce!

18

Jak zatem trzymać dziecko, gdy się je po raz pierwszy bierze na ręce?

Podtrzymywanie główki. . .

Wszyscy o tym w kółko przypominają, a to dlatego, że noworodki mają stosunkowo ciężką głowę, a na dodatek wcześniej spędziły kilka miesięcy zanurzone w płynie, więc nie zdołały wykształcić wystarczająco silnych mięśni. Nie są w stanie samodzielnie podtrzymywać główki i dlatego należy umieścić ją bezpiecznie w zgięciu własnego łokcia.

. . .i całej reszty ciała

Plecki, pupę i nogi dziecka należy natomiast oprzeć na przedramieniu tej samej ręki.

Blisko

Drugą ręką przyciągnij dziecko do swojej klatki piersiowej. Ty będziesz mieć dzięki temu poczucie, że trzymasz malucha mocno i pewnie, on zaś będzie otulony. Trzymaj dziecko w bezpiecznej pozycji, ale postaraj się przy tym rozluźnić mięśnie. Jeśli będziesz spięty, maluchowi trudno się będzie odprężyć i szybko zacznie się wiercić. Dziecko trzyma się łatwiej na siedząco.

Przygotowania

W zależności od okoliczności niezbędne mogą się okazać pewne przygotowania do tego momentu:

- Poród naturalny: dziecko zostaje ci przekazane, żebyście się mogli przywitać. Wycierasz ręce w dzinsy, ręcznik albo strój ochronny i bierzesz noworodka w ramiona.
- Poród w wodzie: firma Sondico ma w ofercie najróżniejsze rękawice bramkarskie, które nadają się do zastosowania w każdych warunkach pogodowych.



Moment 13.

Jak zbudować więź między ojcem a dzieckiem?

Wiek: od pierwszego tygodnia

Ojcowie przytulają dzieci, noszą je, obejmują, huśtają, karmią, kąpią, przewijają, myją, ubierają, znów przewijają, a poza tym śpiewają im, bawią się z nimi i rozmawiają. Naturalnych okazji do budowania więzi nie brakuje. Wystarczy od samego początku podążać za głosem instynktu. Niektórym ojcom przychodzi to łatwiej, innym trudniej. Poza tym eksperci sugerują również podejmowanie działań o większej sile oddziaływania na długoterminową relację z dzieckiem. Te nie są już tak oczywiste i w praktyce wymagają więcej wysiłku.

Masażyki

Masowanie dziecka jest proste i przyjemne zarazem, a do tego zapewnia efekt terapeutyczny. W pierwszej chwili może ci się to wydawać trochę dziwne, ale nieco mocniejsze głaskanie dziecka połączone z nazywaniem poszczególnych części jego anatomii nie tylko pomaga maluchowi zyskać świadomość własnego ciała, ale wspiera też rozwój jego kompetencji językowych.

43

Pluskanie

Zajęcia z oswojenia z wodą to świetna zabawa, a przy tym doskonały sposób na pobudzenie wydzielania hormonów szczęścia zarówno u malucha, jak i u taty. Ciepła woda, kojące światło i wrażenie unoszenia się na wodzie – to wszystko sprawia, że dziecko może się poczuć prawie jak w łonie matki. Chociaż może jest szczęśliwe dlatego, że właśnie zrobiło siku do basenu? (Przed zajęciami z pływania należy zmienić pieluszkę na taką specjalną – basenową). Zajęcia te są zwykle przeznaczone dla dzieci od szóstego miesiąca życia. Prowadzi je instruktor, który podpowiada rodzicom, jak się bawić z dziećmi, żeby czuły się w wodzie

swobodnie. Na takich zajęciach szatnie są zwykle koedukacyjne, a po pływaniu trzeba wysuszyć i ubrać nie tylko siebie, ale także dziecko, a do tego trzeba coś zrobić z wózkiem – ale mimo wszystko warto!

W drogę

Regularne spacerzy z wózkiem w ulubione miejsce to świetny sposób na budowanie więzi i pozytywnych skojarzeń. Dziecko na pewno się ucieszy, jeśli będziesz je często zabierać do koni albo krow, do sklepu zoologicznego albo gdzieś, gdzie można obserwować przejeżdżające pociągi.

Bańki mydlane

Bańki można robić w wannie albo można kupić w tym celu specjalny płyn. Można też dolać do wody odrobinę płynu do mycia naczyń i powyginać kawałek drucika (to zadanie dla ciebie, nie dla dziecka). To wystarczy, żeby powstała cała masa baniek. Twojemu dziecku powinno się to spodobać.

Czas na sofie

44

Dziecko kładzie się na piersiach nie tylko po to, żeby zrobić ładne zdjęcie. Rytm oddechu i ruch klatki piersiowej działają na malucha odprężająco. Jeśli będziesz tak robić, dziecko nauczy się, że to właśnie do ciebie powinno przyjść, gdy będzie potrzebowało się wyciszyć.



Moment 59.

Czas na pytania

Wiek: od 4 lat

W różnych okresach życia dziecka – między okresem żłobkowym a zakończeniem podstawówki – zdarzać się będą takie dni, w których będzie ono nieustannie pytać:

„Tatusiu, a dlaczego moja kupa ma inny kolor niż to, co jem? Dlaczego ludzie umierają? Jak powstaje pierd? Skąd się wzięłam? Dlaczego ta kobieta krzyczy? Co to jest Bóg? Jak powstałem? Co to znaczy, że »nie możemy sobie na coś pozwolić«? Co to jest seks? Czy Święty Mikołaj istnieje? Dlaczego muszę chodzić do szkoły? Z kim będę mieszkał, kiedy umrzecie? Co było pierwsze, psy czy koty? Co to znaczy »gej«? Dlaczego niebo jest niebieskie? Dlaczego nie mogę chodzić spać tak późno jak ty? Dlaczego tygrysy mają paski, a lamparty są w ciapki? Czy wygrałbyś pojedynek z tygrysem? Kiedy dostanę telefon komórkowy? Dlaczego masz tak mało włosów na głowie? Co to są duchy? Kiedy będę mógł jeździć samochodem? Co to znaczy »adoptowany«? Dlaczego moja skóra nie jest brązowa? Dlaczego pociąg ciągle się zatrzymuje? Dlaczego skłąłeś tego rowerzystę? Dlaczego niektórzy ludzie są grubi? Jak działa internet? Jak wygląda Bóg? Co dzieje się ze słońcem nocą? Dlaczego króliki nie potrafią mówić? Dlaczego woda jest mokra? Skąd się bierze wiatr? Dlaczego mamy lata przestępne? Dlaczego krew jest czerwona? Co to jest nieskończoność? Jak duży jest świat? Dlaczego niebo nie spada na dół? Jak to możliwe, że pokrzywa parzy? Jak latają samoloty? Jak działa telewizja? Dlaczego jestem praworęczny? Dlaczego nie wolno mi rozmawiać z nieznanymi? Dlaczego dziadek dziwnie pachnie? Czym jest elektryczność? Jak latają chmury? Jak działa pralka? Gdzie zniknęły dinozaury? Dlaczego ludzie mają różne kolory oczu? Dlaczego mamusia płacze? Jak powstaje piorun? Dlaczego istnieje tak wiele języków? Dlaczego ten pan nie ma domu? Co to są gluty z nosa? Dlaczego nie możemy być bogaci? Dlaczego nie mam rozpowia-

dać różnych rzeczy? Czego jest więcej, drzew czy budynków? Dlaczego nie możemy przenieść domu? Czym są sny? Dlaczego nie mogę codziennie jeść frytek? Dlaczego nie mam ogona? Czy będę musiał iść do pracy? Jak działają telefony? Czy jesteś tak samo bogaty jak królowa? Który kolor to biały? Czy ludzie umierają na zawsze? Dlaczego pada śnieg? Jak powstaje cień? Co to jest czas? Dlaczego morze jest słone? Czy ja już jadłem lunch? Jak daleko jest na Księżyc? Czy możemy zamieszkać w zamku? Dlaczego dorośli nie chodzą do szkoły? W jaki sposób ludzie zbudowali pierwsze narzędzia, skoro jeszcze nie mieli narzędzi? Jak wysoko umiesz skakać? Z czego składa się światło? Dlaczego Bóg pozwala, żeby działy się złe rzeczy? Kogo kochasz bardziej, mnie czy mamę? Skąd biorą się zęby? Co najbardziej niegrzecznego wywinąłeś? Czy wygrałbyś pojedynek z rekinem? Jakie jest twoje ulubione przekleństwo? Dlaczego Księżyc tak się nazywa? Czy kiedykolwiek brałeś narkotyki? Co jeszcze jedzą mrówkojady? Dlaczego pizza jest okrągła? Jak smakuje niebo? Dlaczego ryby nie mają futra? Dlaczego chrapiesz? Jak działa lustro? Dlaczego musimy mieć pieniądze, żeby coś kupić? Dlaczego ślimaki lubią deszcz? Czy wierzysz w Boga? Dlaczego mam piegi? A pojedynek z tygrysem i rekinem?”

Ciesz się dociekliwością, nawet gdy stanie się mocno uciążliwa. Gdy dziecko kończy piętnaście lat, możesz liczyć już tylko na chrząknięcia półgębkiem albo jednowyrazową odpowiedź w komunikatorze. Wtedy zaczniesz bardzo miło wspominać ten okres.

Z badań przeprowadzonych na grupie półtora tysiąca rodziców wynika, że dzieci zadają pytania od godziny szóstej rano do ósmej wieczorem. Częściej odpowiadają na nie ojcowie niż mamy. Dziecko zada ci średnio 413 pytań tygodniowo. Przygotuj się również na takie, które dadzą ci w kość. Oczywiście w kwestii odpowiadania na pytania najbardziej niekomfortowe będziesz miał własne zdanie, ale lepiej z wyprzedzeniem zapoznać się z poniższymi sugestiami.

Skąd się biorą dzieci?

W przypadku wszystkich pytań dotyczących seksu postaraj się ocenić, ile twoje dziecko już wie albo ile wydaje mu się, że wie.

Dopiero potem pomyśl o odpowiedzi. Dotychczasowe przemyślenia dziecka na ten temat mogą cię zaskoczyć, a może nawet rozbawić. „A ty jak myślisz? Skąd one się biorą?” – to dość prosta odpowiedź, dzięki której dowiesz się, o co dokładnie dziecko pyta.

Postaraj się, aby twoje odpowiedzi były prawdziwe i nieskomplikowane. Nie opowiadaj o pszczołkach i motylkach czy bocianach przynoszących dzieci, ale też unikaj niepotrzebnych detali, jeśli dziecko nie będzie o nie dopytywać.

Nie zbywaj dziecka, jeśli nie umiesz mu odpowiedzieć od razu, poproś, żeby wróciło z tym pytaniem później. W ramach przygotowywania gruntu możesz powiedzieć, że robienie dzieci to zajęcie dla dorosłych, którego na razie twoje dziecko może jeszcze nie zrozumieć. Innym dobrym rozwiązaniem jest odpowiedź: „Dobre pytanie! Ustalmy to razem”. Wtedy możesz sięgnąć po jedną z licznych książek napisanych przez psychologów dziecięcych, w której zawarte zostały odpowiedzi na najtrudniejsze pytania zadawane przez dzieci. Oto przykłady tego typu porad:

- Powiedz maluchowi, że dzieci rosną w brzuchu mamy.
- We wczesnym wieku szkolnym dzieci mogą zacząć pytać, w jaki sposób dzieci się z tego brzucha wydostają. Tutaj przyda się już kilka podstawowych faktów biologicznych, oczywiście dostosowanych do wieku dziecka, czyli niekoniecznie musisz opowiadać o „kanale rodnym” i „pochwie”.
- Gdy dopytywać zaczniesz dziesięciolatek, to pewnie należy z nim porozmawiać już poważnie. Dowiedz się, ile dziecko wie, postaraj się doprecyzować wszelkie nieścisłości i nieporozumienia dotyczące seksu, a dopiero potem przedstaw mu fakty w sposób na tyle rzeczowy, na ile tylko zdołasz.

Co się ze mną stanie?

Wiadomości telewizyjne, wydarzenia ze świata, rozmowy w szkole, tragedie rodzinne – mogą wywołać lawinę pytań, zwłaszcza jeśli dzieci próbują się uporać w związku z tym z własnymi lękami. Prawdopodobnie nie będziesz umiał wyjaśnić dziecku, dlaczego doszło do ataku terrorystycznego albo dlaczego babci już z nami nie ma, ale prawda jest taka, że zapewne w ogóle nie musisz tego robić. Dziecko dopytuje prawdopodobnie z uwagi

na strach o własne bezpieczeństwo: „Czy ja też padnę ofiarą ataku?”, „Skoro babcia umarła, a potem ty i mama też umrzecie, to co się ze mną stanie?”.

W takim przypadku dziecko potrzebuje podniesienia na duchu. Powiedz mu, że jest bezpieczne, że jesteś u jego boku. Najlepsze, co możesz zrobić, to zachęcać je, żeby opowiedziało ci o swoich obawach.

Co to znaczy, że nie możemy sobie na coś pozwolić?

Uroczy ludzie z marketingu wykazują szczególne zamiłowanie do wciskania osobom dysponującym siłą nabywczą (dorosłym) zabawek, trampek, telefonów komórkowych, telewizorów i wielu innych produktów konsumenckich, w tym również drogich towarów luksusowych, za pośrednictwem osób dysponujących siłą marudzenia (dzieci). Dzieciakami już od najmłodszych lat można manipulować w taki sposób, żeby pragnęły najmodniejszych gadżetów. Zazdroszczą swoim kolegom, a rodzice odczuwają presję, ponieważ nie chcą być gorsi. Rozumiem, że możesz bardzo chcieć dać swojemu dziecku najnowocześniejszy sprzęt, ale czy warto się w tym celu zadłużać? Lepiej naucz dziecko twardo stąpać po ziemi i powiedz mu czasem „nie”. Oczywiście może mu być trudno pojąć, dlaczego jego kolega coś ma, a on nie, a odpowiedź typu „nie możemy sobie na to pozwolić” wzbudzi tylko kolejne pytania. Niektórzy ojcowie formułują w tych sytuacjach rozbudowane wyjaśnienia i tłumaczą, że zarabiane przez nich pieniądze służą do sfinansowania rodzinnego domu (w tym pokoju pełnego zabawek), jedzenia, zwierzaka i tak dalej. To prosta lekcja na temat wartości pieniądza, dzięki której dziecku łatwiej jest zrozumieć, że każda nowa rzecz to konkretny koszt. Jeżeli ono naprawdę czegoś chce, może już czas spróbować wprowadzić model oszczędzania z kieszonkowego. Będzie to dla niego pierwsze starcie z planowaniem budżetu. Zanim ueziera pieniądze na wymarzoną zabawkę, prawdopodobnie będzie już chciało czegoś innego.

Dlaczego muszę chodzić do szkoły?

W Wielkiej Brytanii rodzic może być ścigany przez władze, jeśli nie zapewni dziecku wykształcenia lub jeśli jego pociecha nie będzie chodzić do szkoły, do której jest zapisana*. No dobra, rozumie, że kiedy pięciolatek uprze się, że jest chory i nigdzie nie idzie, to trochę zbyt mocny argument. Lepiej powiedz mu, że wszystkie dzieci muszą chodzić do szkoły, bo tam uczą się przydatnych rzeczy, a potem rzuć mu wyzwanie: kto pierwszy będzie gotowy do wyjścia – to powinno wystarczyć, żeby malec wyszedł z trybu „nie chcę iść”. Ta metoda działa na początku przygody ze szkołą, gdy dzieci tęsknią za byciem w domu (z tobą lub z mamą) albo po prostu wolą bawić się swoimi zabawkami niż harować przy nauce.

Spróbuj położyć nacisk także na pozytyw, na przykład: „No dalej, szykuj się do szkoły, koledzy czekają” (na tym etapie też przydaje się znajomość imion tych kolegów). Jeżeli się okaże, że poranne dramaty zdarzają się regularnie, być może w szkole dzieje się coś, co wymaga większej uwagi. Zapytaj dziecko, co się takiego stało, że ono nie chce chodzić do szkoły. Często problem dotyczy przyjaźni, a wtedy przyda się szybka lekcja w zakresie nawiązywania nowych relacji. Śmiało porozmawiaj o tym również z nauczycielem. Zapytaj, jak dziecko zachowuje się na zajęciach, z kim się bawi i czy jest cokolwiek, przez co może nie być szczęśliwe.



* W Polsce taki rodzic jest karany wysoką grzywną – przyp. red.

Moment 69.

Kontakt z nieodpowiednimi treściami w internecie

Wiek: od 11 lat

Z badania ankietowego przeprowadzonego na próbie 1500 matek i ojców wynika, że do największych obaw brytyjskich rodziców zalicza się kontakt nieletniego dziecka z pornografią. Aż 75 procent ankietowanych najbardziej obawiało się sytuacji, w której ich dzieci zyskają dostęp do pornografii internetowej albo przypadkiem się na nią natkną. Cóż, to niestety całkiem prawdopodobne. Około 60 procent dzieci zaczyna korzystać z mediów społecznościowych przed ukończeniem dziesiątego roku życia, mimo że wiele z tych serwisów jest oficjalnie dostępnych dla użytkowników co najmniej czternastoletnich. Z niektórych raportów wynika, że średni wiek dziecka mającego styczność z pornografią internetową to jedenaście lat, choć można znaleźć i takie doniesienia, w których ten średni wiek wskazuje się jako dziewięć lat.

172

Chcąc chronić najmłodszych, prawodawcy podejmują najróżniejsze działania, które nakładają na dostawców rozrywki dla dorosłych obowiązki weryfikacji wieku odbiorców treści oferowanych przez nich w internecie, ale nie każde dziecko udaje się w ten sposób zabezpieczyć. Niektóre szkoły i organizacje, między innymi National Society for the Prevention of Cruelty to Children (NSPCC), oferują kursy szkoleniowe i zajęcia dla rodziców, którzy chcą lepiej dbać o bezpieczeństwo swoich dzieci i monitorować treści, do których mają one dostęp w sieci. Poniżej podpowiadam, co możesz zrobić, jeśli chcesz zapobiec kontaktowi syna lub córki z nieodpowiednimi dla nich treściami i niepożądanym kontaktem ze strony innych internautów w mediach społecznościowych.

Pogrzeb w ustawieniach wi-fi

Określ w ustawieniach domowej sieci bezprzewodowej, do jakich treści można uzyskiwać dostęp z tabletów, telefonów i kompute-

rów. Wskazówki znajdziesz na stronach internetowych poświęconych bezpieczeństwu w sieci. Oprócz tego możesz skorzystać z aplikacji Screen Time od Apple, która pomaga rodzicom sprawować pieczę nad wszystkimi aplikacjami, z których korzystają dzieci w środowisku iOS. Google oferuje narzędzie Digital Wellbeing, które zapewnia możliwość nadzoru nad wykorzystaniem telefonu, a także aplikację Family Link, dzięki której rodzice mogą kontrolować korzystanie przez ich dzieci z systemu Android.

Blokuj

W serwisach społecznościowych możesz zablokować w ustawieniach dostęp do lokalizacji oraz ograniczyć grono innych użytkowników „tylko do znajomych”, chroniąc tym samym informacje publikowane przez twoje dzieci. (Aż 71 procent rodziców deklaruje, że nie wie, co ich dziecko robi w mediach społecznościowych).

Rozmawiaj o zagrożeniach w sieci

Gdy uznasz, że dziecko jest na to gotowe, lub gdy taki temat pojawi się w szkole, spróbuj i ty z nim o tym porozmawiać. Wyjaśnij potomkowi, co to jest „ślad cyfrowy” i w jaki sposób treści zamieszczane w mediach społecznościowych mogą być wykorzystywane przez inne osoby, również do nieodpowiednich celów. Wyłumacz, co się może stać, gdyby zamieszczane przez niego zdjęcia trafiły w niewłaściwe ręce.

173

Zachowaj dystans

Wszystkie powyższe porady są bardzo praktyczne i zostały sformułowane w szczytnym celu, ale zapewne wdrożysz je tylko częściowo. Twoje dziecko natknie się w internecie na różne okropieństwa, z jakimi dzieci wcześniej nie miały styczności (przynajmniej od czasów dżumy). Nie będziesz w stanie kontrolować wszystkich wyświetlających im się treści – pod tym względem internet po prostu nie różni się od życia codziennego. Możesz natomiast nauczyć potomka, na co powinien zwracać uwagę i co jest w porządku, a co nie. Chodzi o to, żeby korzystając z sieci, dzieci umiały stwierdzić, że trafiły na coś podejrzanego – i albo trzymały się od tego z dala, albo przyszły z tym do ciebie.

Idealny tata nie istnieje...? Bzdura! To Ty możesz nim być!

To nie jest jedna z tych książek, które kupuje się mężczyznom, gdy ich partnerka jest w ciąży, aby choć trochę ogarnęli temat (a potem nikt do niej nawet nie zagląda). Zmiana pieluchy, pierwsza kąpiel, nieprzespane noce – to wszystko jest oczywiście bardzo ważne, ale bycie świetnym tatą to przecież coś więcej. To misja na całe życie!

Negocjowanie wysokości kieszonkowego z pięcioletkiem. Uświadomienie nastolatce, skąd się biorą dzieci. Zachęcenie wiecznego studenta, aby wreszcie wyprowadził się z domu. Każde takie starcie z dzieckiem to mała bitwa. Aby zwyciężyć, trzeba mieć plan...

Rob Kemp, najbardziej znany brytyjski ekspert od rodzicielstwa, wybrał i opisał ponad sto kluczowych wyzwań ojcostwa – od pierwszych dni Twojego dziecka, aż do chwili gdy samo zostanie rodzicem. Na jego życiowe rady dotyczące tych ważkich momentów składają się najnowsza wiedza psychologiczna, olbrzymie doświadczenie płynące z rozmów z setkami ojców, a także niesamowite poczucie humoru – element absolutnie niezbędny do tego, aby zostać supertatą i... nie dać się zwariować.

Wydawnictwo Laurum, Warszawa, 2019, 160 stron, 16 zł

Książka dostępna także jako **e-book**.

www.laurum.pl

ISBN 978-83-8231-032-0



9 788382 310320 >

Cena 44,90 zł

L22009