

MUSZÁJ MINDENRE
BÓLOGATNUNK?

gettyimages
Credit: ljubaphoto

SEGÍTSÜNK JÓL A GYEREKEINKNEK!

„Nem tanácsra vágyom, csak arra, hogy támogass! Túl nagy kérdés?” – Mindannyian hallottunk már ilyet. Kamasz gyerektől, kollégájába beleszerelmesedő barátnőtől, pékség nyitását tervezgető közgazdásztól. Egyáltalán nem nagy kérdés, mégis nehéz jól csinálni. Szeretteinknek jót akarunk, de közben meg akarjuk őket védeni a kudarcától meg a fájdalomtól, és így már nehéz mindenre bólogatni.

Ami szüleink a helyesnek tartott irányba tereltek, és bár az előző generációkhoz képest sokkal inkább figyelembe vették gyerekeik személyiségét, voltak vitán felül álló kérdések például az életmóddal, megjelenéssel, tanulással, pályaválasztással kapcsolatban. Volt egy alap, és ahhoz próbálták formálni a gyerekeket. Ma gyakran azt látjuk, hogy fordítva működik a mechanizmus; a felnőttek igyekeznek feltérképezni gyerekeik tulajdonságait, vágyait, és ahogy tudják, segítik őket azon az úton, amit a fiatalok kitaláltak maguknak.

ÚJ SZELEK FÚJNAK

– Szülőként egyre inkább az egyént, a személyiséget próbáljuk kibontakoztatni, és ez jó – szögezi le **Falucskai Henriett** klinikai szakpszichológus. – Manapság sokkal fontos-

sabb az, hogy kiaknázzuk a gyerek képességeit, és kevésbé jellemző – bár ugyanúgy jelen van –, hogy a szülők azt szeretnék, hogy az ő hivatásukat kövesse. Nem szabad azonban elfelejteni, hogy ez is teljesen érthető magatartás, hiszen azt az utat tudjuk nagyobb biztonsággal és részletességgel megmutatni, amit mi magunk ismerünk, és azon is tudjuk a legjobban segíteni őt. Ennek ellenére ma már a szülők többsége inkább igyekszik kipuhatolni a gyerek erősségeit, mint hogy rákényszerítsen valamit, ami nagyon nem hozzá illő. Ideális esetben a fiatal látja a családi mintát, és magától értetődően számol azzal a karrierlehetőséggel, mert abba van betekintése, de a prioritás az, hogy megtalálja, ő maga mivel foglalkozna szívesen. Azért is nagyon fontos mindez, mert akit nem hagytak kibontakozni, annál megvan a veszélye, hogy az életközépi válság idején drasztikus lépéseket tesz. Ilyenkor jön az „elegem van, csak az anyámék miatt lettem ügyvéd, mindig azt csináltam, amit a szüleim elvártak, folyton nekik akartam megfelelni”. Lehet, hogy nem is helyeztek ránk akkora nyomást, és egyáltalán nem volt egyértelmű elvárás, de aki mégis így élte meg, az könnyen eljut oda negyvenéves kora körül – akár a magánéletében,

„Nehezebb egy olyan dologban valaki mellé állni, ami kétségeket ébreszt, vagy amit nem ismerünk.”



akár a szakmájában –, hogy szép, szép, de ez nem az én életem. Ő lesz az, aki felmond, vagy elhagyja a családját, mert úgy érzi, nem a saját útját járja. Ha valakire ráerőszakolnak valamit, akkor egy idő után vagy ledobja azt, vagy belebetegszik. Nem vagyunk egyformák; ami bennünket boldoggá tesz, az másnak nem feltétlenül szerez örömet, ez igaz a munkára, a sportra és a magánéletre is. Nem biztos, hogy a másik élvezni fogja a futást, hogy három gyerekkel és két kutyával tud kiteljesedni, és lehet, hogy hiába ambiciózus, mégsem neki való az ügyvédi pálya. Mindenki jót akar, a szülő azt szeretné, hogy biztos állása, szép családja legyen a gyerekének, de ha ez nem az ő saját álma, akkor nem lesz elégedett.

TÁMOGATÁS VAGY ELKÉNYEZTETÉS?

Kevesen vannak, akiknél a tehetség korán megmutatkozik és azonnal céltudatossággal párosul, így a felnőttek igyekeznek türelmesen támogatni a gyerekek különböző ötleteit, bízva abban, hogy utódaik valóban rátalálnak a maguk útjára és azokra a tevékenységekre, amelyek örömet hoznak az életükbe. Ez viszonylag hosszan elhúzódhat, így esik meg, hogy a tizenhét éves koráig versenyszerűen vívó gyerek egyszer csak dobolni akar, mire a szülők – a tágabb környezet fejszoválvása ellenére – megveszik a hangszer és kifizetik a dobtanárt. Eltelik három év, és kiderül, nekik volt igazuk; a fiú hobbidobos lett, és nagyon szereti a diákzenekart, amelyben játszik. A váltás azonban nem mindig ilyen sikeres, néha a kitartás hibádzik, néha a tehetség vagy a megfelelő körülmények. Mivel a végkimenetelt előre nem látni, kérdés, mennyire kell minden alkalommal teljes válszélességgel támogatni szeretteinket.

– Nem mindegy, hogy támogatásról vagy elkényeztetésről van-e szó – mondja a szakértő. – Amit akarunk, ahhoz a saját erőfeszítésünk szükséges, amihez szívességet kérünk, azt szeretnénk. Erre egészen kicsi kortól érdemes a gyerekeket megtanítani, de már azt megelőzően is fontos a saját fejünkben a helyére tenni. Természetes, hogy segíteni akarunk a gyerekünknek, mert arra vágyunk, hogy boldog legyen, de ne dolgozzunk helyette. Ahhoz, hogy ő eredményeket érjen el, és haladjon az úton, neki kell erőfeszítéseket tennie, vagy kérjen segítséget, de azt mi elutasíthatjuk. Az, hogy támogatunk valakit, nem jelenti azt, hogy mindenre igent kell mondanunk. Ha akar valamit, akkor győzze le az akadályokat, mert ha mi győzzük le, abból nem tanul, és nem lesz számára olyan értékes az eredmény. Könnyebb támogatni azt, amivel egyetértünk, aminek örülünk, és sokkal nehezebb egy olyan dologban valaki mellé állni, ami kétségeket ébreszt, vagy amit nem is-

merünk, de a legfontosabb, hogy a szerettünket ismerjük. A vívásról dobolásra váltó tinédzser szülei például minden bizonnyal pontosan tudták, hogy nem fellángolásról van szó.

SAJÁT DÖNTÉS

A pályaválasztáson és a hobbin túl ütközési felület lehet a táplálkozás. Mi a teendő, ha az ember párja, gyereke, menyé például vegán lesz? Elvárhatja-e, hogy akár a hétköznapiakban, akár ünnepekkor külön készítsünk ételeket csak neki? Mindkét oldal számára békésebb és fenntarthatóbb megoldás, ha az érintett vagy kiválogatja azt, amit el tud fogyasztani, vagy magának gondoskodik ennivalóról. Ha senki nem akar megsértődni, ez a rendszer remekül működik.

A külső megjelenést érintő karakteres változtatások mögött gyakran az önkifejezés és az útkeresés szándéka áll, de nem mindig tudunk helyeselni egy új hajszín, egy tetoválás vagy ruha-összeállítás láttán. Könnyebb azt támogatni, ami egybevág az elveinkkel, az értékeinkkel és az ízlésünkkel. Akinek sok a tetoválása, az gyorsabban belemegy, hogy a nagykasznak is legyen, de igaz ez a piercingre, a hajfestésre, műköröme, sminkelésre is.

A szívnek parancsolni nem lehet, és a szerelmeseket minden érző szívű ember támogatja, de más a helyzet, ha külső szemlélőként olyan dolgok is feltűnnek, amiket a rózsaszín szemüvegen át nem látni.

– Az elzárkózással, vagy ha a saját gyerekünkről van szó, eltitkással nem megyünk semmire, mert csak annál inkább a másik karjába lökjük a szerelme – magyarázza Falucskai Henriett. – De nem kell a fenntartásainkat eltitkolni, nyugodtan bogarat ültethetünk a fülébe, egy őszinte kapcsolatba belefér, hogy megosztjuk vele az észrevételeinket, hozzátéve, hogy a párja az ő választása, mi kedvesek leszünk vele, és próbáljuk megismerni, elfogadni. Viselkedni kell, de nyugodtan lehet duruzsolni, nem szabad azonban azt várni, hogy a sok duruzsolás miatt szakítanak. Ha bennünket kérdez meg, legyen szó barátról vagy családtagról, akkor elmondhatjuk a véleményünket, ő pedig azt tesz, amit akar, de az legyen az ő döntése. A szeretet arról szól, hogy ha nem sikerül valami – párkapcsolat, munka, új frizura, vállalkozás –, mi akkor is ott vagyunk, vigasztaljuk, és nem vetjük a szemére, hogy előre megmondtuk. Olyan gyakran halljuk, hogy „nem fogadta meg a tanácsom, úgyhogy levettem róla a kezem”. Úgy is lehet támogatni valakit, hogy közben őszinték maradjunk, és nem várjuk azt, hogy a mi kedvünkért más-képp cselekedjen.

JÓNAP RITA