

RODZINA - NAJLEPSZE MIEJSCE NA ŚWIECIE

Niewiele słów ma większą wymowę niż „dom” i „rodzina”. Wywołują one osobiste silne uczucia, które żyjemy wobec najważniejszych miejsc i osób w naszym życiu. To w rodzinie człowiek tworzy swoją tożsamość, swoje wartości i cele oraz uczy się - albo nie uczy - żyć w społeczeństwie. Jan Paweł II, przemawiając w 1997 roku w Zakopanem, powiedział: „Nie dajcie się zwieść pokusie zapewniania potomstwu jak najlepszych warunków materialnych za cenę waszego czasu i uwagi, które są mu potrzebne do wzrastania w mądrości. Rodzina jest tą drogą, od której człowiek nie może się odłączyć. Wszak normalnie każdy z nas w rodzinie przychodzi na świat, można więc powiedzieć, że rodzinie zawdzięcza sam fakt bycia człowiekiem. A jeśli w tym przyjsciu na świat człowiekowi brakuje rodziny, to jest to zawsze wyłom i brak nad wyraz niepokojący i bolesny, który potem ciąży na całym życiu.”

Każdą rodzinę cechują silne więzi uczuciowe. Każde społeczeństwo ma własny obraz rodziny, który jest wypadkową historii i kultury danego kraju. Rodzina jest również nośnikiem wyobrażeń i oczekiwań. Oczekiwania te uwidaczniają się zwykle w kluczowych momentach życia rodzinnego, na przykład przyjscia na świat dziecka, rozvodu czy choćby podjęcia pracy. W każdym społeczeństwie ludzie wiedzą, jaka powinna być rodzina, jakie przyświecają jej cele, dążenia i jak powinna funkcjonować. Długo panował pogląd, że życie „normalnej” rodziny jest harmonijne i wolne od problemów. Jeszcze niedawno uważano, że kryzysy i niepowodzenia spadają przede wszystkim na te „nienormalne” rodziny. To nie prawda. Rodziny „normalne”, zdrowe odróżnia nie brak problemów, ale sposób ich rozwiązywania. Rodzina funkcjonująca prawidłowo ma zdolność przystosowywania się do zmieniających się warunków i wciąż się rozwija. **Przetrwanie i prawidłowy rozwój rodziny zależy głównie od elastyczności i zdolności do reorganizacji.** Rodzina to nie tylko system, który „funkcjonuje”. Nie jest ona zakładem pracy czy przedsiębiorstwem ekonomicznym. Rodzina jest czymś więcej. Rodzina czuje, przeżywa, doświadcza radości i lęków, oddaje się marzeniom. Oprócz uwarunkowań biologicznych, materialnych i społecznych, rodzina ma także wymiar duchowy. Rodzina to sieć nie zawsze uświadomionych, wzajemnych zależności pomiędzy jej członkami.

Najważniejsze cegiełki, z których dzieci zbudują swoje przyszłe, szczęśliwe życie pochodzą z fundamentu bezpiecznej, zdrowej rodziny, jaką warto tworzyć. Należy o to zadbać w czasach, kiedy rozwoy stają się codziennością, a wiadomości różnego typu bombardują nas wiele razy w ciągu dnia sensacyjnymi i przerażającymi doniesieniami. To rodzice są pierwszymi i najważniejszymi wychowawcami swoich dzieci. Rodziny muszą się starać zachować otwartość w komunikacji ze

swoimi dziećmi w każdym wieku i w każdej sytuacji. **Rozmowa często okazuje się najlepszym lekarstwem** na różne problemy. Większość rodziców rozumie potrzebę komunikowania się na linii rodzic-dziecko, która nakazuje przekazywać dzieciom wiedzę, miłość, wartości i dziedzictwo, ale jednocześnie niezbędne jest zrozumienie konieczności komunikacji na linii dziecko-rodzic. **Dzieci potrzebują wysłuchania i zrozumienia. Rodzinne rytuały**, takie jak wspólne posiłki, są nieodzowne dla stworzenia silnej, szczęśliwej rodziny. Wspólne śniadania pozwalają członkom rodziny rozpocząć dzień „z wysokiego pułapu”. Wspólne kolacje dają okazję do uważnej rozmowy, dzielenia się uczuciami i przeżyciami. Inne rytuały, takie jak rodzinne wycieczki, pikniki, gry czy uczęszczanie do kościoła są równie ważne dla umocnienia i zjednoczenia rodziny. Wspólnie bawmy się, ale i angażujmy w prace domowe wszystkich członków rodziny. Postawienie rodziny na pierwszym miejscu to prosty pomysł, ale możemy go łatwo zagubić w zalewie różnorodnych opcji i atrakcji, które nam co dnia oferuje życie. **Czas dla rodziny jest jednak tak ważny i wartościowy, że warto zrezygnować z czegoś po to, żeby spędzić chwile razem.** Zadajmy sobie pytanie: co my jako rodzina robimy razem? Warto wprowadzić w życie choćby rytuał wspólnego posiłku czy niedzielnego spaceru, podczas którego każdy ma szansę zabrać głos. Obecnie, bardziej niż kiedykolwiek, przyszłość i los naszych dzieci zależą od siły i jakości rodziny.

„Wracamy do domu rodzinnego, nie tylko po to, by poczuć się bezpiecznie, lecz również po to, by znaleźć w przeszłości odpowiedzi na różne problemy dnia dzisiejszego. Byłoby pomyłką z naszej strony gdybyśmy myśleli o dzieciństwie jako o okresie słodkim i jasnym. Przeszłość nie była usłana różami dla nikogo z nas i taka już być powinna, bowiem w niej narodziła się nasza natura. W niej nasze życie nabrało kształtu, nasze prawdziwe ja zaczęło swą walkę o uznanie i po raz pierwszy stanęliśmy przed tajemnicą różnorodności istot ludzkich. Musimy się cieszyć dniem wczorajszym, lecz nigdy nie zabierać go ze sobą jako ciężaru w przyszłość. Nawet jeśli przeszłość nie traktowała cię dobrze, wykorzystaj ją i postaraj się zrozumieć. Znajdź czas na to, by pamiętać. Stwórz swym dzieciom trwałe dom wspomnień. Pozwól im potem zbudować na jego fundamentach własny dom przyszłości”.

(Ardis Whitman)

mgr Monika Kofel-Dudziak
Centrum Pomocy Psychologicznej i Terapii
tel. 783 133 336