

Warszawa, 06 września 2023 r.

**„ŻYĆ W RODZINIE I PRZETRWAĆ” CZYLI MOZAIKA RODZINNA W RODZINACH  
RÓŻNOLICZNYCH.**



Moją ulubioną książką, jaką czytałam w dzieciństwie, była książka Astrid Lindgren pt. „Dzieci z Bullerbyn”. Oprócz ciekawych przygód doświadczanych przez głównych bohaterów, tożsamy z moimi dziecięcymi doświadczeniami, takimi jak czekanie na święta Bożego Narodzenia, strach z powodu ruszającego się zęba i wizyta u cioci, czy lekkiego, zabawnego języka, jakim była pisana książka, moją uwagę zwracały opisane przez autorkę relacje pomiędzy szóstką dzieci. Autorka opisała wszystkie ważne aspekty bycia w relacji – przyjaźń, wspieranie się, przywiązanie, rywalizację, zazdrość i miłość. Drugą książką, po jaką sięgnęłam ze względu na tę samą autorkę, była „Pippi Pończoszanka”. Książka ta okazała się być zupełnie inna – nie tylko z powodu przedstawionych treści, ale również z powodu głównej bohaterki, Pippi, która wychowywała się absolutnie sama, bez rodziców i rodzeństwa. Przywołując wyżej wymienione książki, opowiadające o życiu w gromadzie dzieci i o życiu dziecka żyjącego

samotnie, chciałabym przyrzeć się bliżej niektórym aspektom życia w rodzinach wielodzietnych i w rodzinach z jednym dzieckiem.

Wielodzietność w Polsce od lat nie jest już standardem. Zdecydowana większość kobiet, które chcą mieć dzieci, decyduje się na jedno, co najwyżej dwójkę. Według danych GUS, w 2020r. na trójkę dzieci zdecydowało się 12,6% polskich kobiet.

Główną, zasadniczą różnicą pomiędzy rodziną z jednym dzieckiem a rodziną wielodzietną jest wielość. W rodzinie wielodzietnej jest więcej osób, więcej rzeczy, więcej spraw, zadań, potrzeb, relacji, oczekiwań, uczuć, myśli, napięcia, sytuacji konfliktowych i trudnych, wsparcia, śmiechu, hałasu, bałaganu i pomysłów. Rodzice mają więcej obowiązków, muszą dzielić swój czas i uwagę na większą ilość osób. Stają się trochę takimi rachmistrzami – dzielą uwagę, ważą czy jest po równo, czy



może ktoś dostał więcej, mniej (rzeczy, czasu, zainteresowania), sumują co dla tego, a co dla tamtego dziecka, odejmują, bo nie starcza, porównują. Czasami stają się też prawnikami – zawierają z dziećmi umowy, wprowadzają zasady, negocjują, często prowadzą pomiędzy dziećmi mediacje. Towarem deficytowym jest czas – każde dziecko chciałoby spędzać z rodzicem więcej czasu, każdy rodzic chciałby mieć więcej czasu dla każdego z dzieci, dla partnera, wreszcie dla siebie. Im więcej osób, tym więcej różnych potrzeb – trudno jest pogodzić te różne oczekiwania, tak, żeby każdy czuł się zaspokojony, nie czuł się pokrzywdzony. Sytuacja psychologiczna dziecka w rodzinie wielodzietnej także jest złożona. Specjaliści od rodziny uważają, że naturalnym pragnieniem każdego jest wyłączna miłość rodziców. Matka i ojciec są cudownym źródłem wszystkich rzeczy, których dziecko potrzebuje do życia i do prawidłowego rozwoju – jedzenia, schronienia, ciepła, pieśczoł, poczucia własnej wartości i wyjątkowości. To dzięki miłości rodzica dziecko może rosnąć, rozwijać się, poznawać świat i zdobywać coraz to nowe umiejętności. Obecność rodzeństwa może być przeżywana jako zagrożenie spełnienia tego podstawowego pragnienia posiadania rodzica na wyłączność. Posiadanie rodzeństwa najczęściej oznacza mniej – mniej czasu spędzanego sam na sam z rodzicami, mniej uwagi rodziców, mniej pochwał, mniej zajmowania się rozczarowaniami i zranieniami. W rodzinach wielodzietnych, dzieci doświadczają z pewnością takich uczuć jak zazdrość i zawiść, a w konsekwencji zapewne zaczynają ze sobą rywalizować.

Dziecko wychowujące się z rodzeństwem rzadko kiedy jest samo. Często musi się dzielić – pokojem, telewizorem, grą, obowiązkami, zainteresowaniem i uwagą rodzica. Często jest towarzyszem przeżywanych przez brata czy siostrę doświadczeń czy stanów wewnętrznych. Jest towarzyszem relacji brata czy siostry z rodzicami czy rówieśnikami. Zawsze

obok jest ktoś, kto jest w podobnej sytuacji rodzinnej i życiowej, wobec czego, trudno jest się z nim nie porównywać. Rodzeństwo stanowi pewnego rodzaju lustro, w którym zarysowują się moje własne braki, niedoskonałości, ale również zasoby i mocne strony. Brat czy siostra, niezależnie od różnicy wieku, należą do tego samego podsystemu dziecięcego, w związku z czym relacja z nimi jest inna od relacji z dorosłymi. W podsystemie dziecięcym można mieć wspólną płaszczyznę – porozumienie, wsparcie, partnera do zabaw. Można czuć się częścią większej całości, można mieć poczucie przynależności, poczucie, że nie jest się samemu. Dlatego właśnie dzieci z rodzin wielodzietnych nabywają większe umiejętności w zakresie wchodzenia w relacje, współpracy, kooperacji, dzielenia się.

W rodzinie z jednym dzieckiem jest więcej spokoju i mniej interakcji w relacjach. Rodzice poświęcają dziecku więcej czasu, koncentrują się na nim, podążają za jego potrzebami, udzielają więcej wsparcia. Towarzyszą mu podczas doświadczania dobrych i złych momentów, mogą próbować domyślać się, jakie uczucia przeżywa, nazywać je, pomagać mu radzić sobie z nimi. Jedyńcy zwykle dostają więcej od rodziców, i to zarówno w sensie



psychologicznym, jak i materialnym. Mogą czuć się bardziej zaspokojeni, dopieszczeni, wyjątkowi. Wchodzą w relacje głównie z dorosłymi, co nie pozostaje bez znaczenia dla ich umiejętności współpracy i kooperacji w grupie rówieśniczej. Jedyńcy jest mniej obciążony obowiązkami domowymi, nie musi się opiekować młodszym rodzeństwem, nie ma też jednak modelu do naśladowania w postaci starszego brata czy siostry. Dla jedynego dziecka w rodzinie głównym punktem odniesienia są rodzice, dlatego spostrzega świat z nieco innej perspektywy w porównaniu z dziećmi z rodzin wielodzietnych. Bywa też tak, że może czuć się samotny, może tęsknić za relacjami rówieśniczymi, może doświadczać braku osoby, z którą można dzielić się pomysłami na zabawę czy np. trudnościami występującymi w rodzinie. Czasem może być mu trudno zaakceptować fakt, że jego przyjaciel ma jeszcze kolegów, chce mieć go na wyłączność, tak, jak ma swoich rodziców. Może czuć się wówczas pominięty, opuszczony, trudno jest mu wytrzymać w sytuacji, gdy ktoś, kogo lubi, lubi jeszcze kogoś innego.

Jedyńcy nie muszą dzielić się z rodzeństwem swoimi rodzicami, ich pozycja w rodzinie nigdy nie jest zagrożona, nie zmienia się. Nie muszą rywalizować, walczyć o uwagę, czy uzyskanie określonych przywilejów. Wszelkie dobra zawsze są dystrybuowane zawsze w jedną stronę. Z drugiej strony jednak mogą czuć się obciążeni z powodu oczekiwań rodziców, którym powinni sprostać. Czasami bywa tak, że rodzice, którzy mają tylko jedno dziecko, skupiają na nim całą swoją uwagę, nadmiernie je ochraniają. Takie dziecko może wówczas czuć się niekompetentne, może przeżywać świat jako zagrażający, może czuć się bezradne w

sytuacjach, gdy brakuje wsparcia ze strony rodziców. Jedynacy mogą czuć się odpowiedzialni za dobrostan rodziców czy opiekę nad nimi, szczególnie w sytuacjach, gdy relacja w parze rodzicielskiej jest trudna. Mogą przeżywać poczucie winy, gdy chcą się usamodzielniać, separować, odchodzić z domu. W rodzinach wielodzietnych tego rodzaju obciążenia rozkładają się na więcej niż jedną osobę. Starszy brat czy siostra „przecierają szlaki” na drodze do dorosłości.



Niemożliwa jest odpowiedź na pytanie, w jakich rodzinach, jedno- czy wielodzietnych, żyje się lepiej. Przywołując ponownie bohaterów ksiązek Astrid Lindgren, zarówno dzieci mieszkające w Bullerbyn, jak i Pippi, były dziećmi dobrze rozwijającymi się i szczęśliwymi. Zarówno rodziny z jednym dzieckiem, jak i z wieloma dziećmi, mogą być dobrze funkcjonujące lub dysfunkcyjne (zależy to od wielu czynników). Obydwa układy mogą być również źródłem zasobów, jak i obciążeń przeżywanych przez członków rodziny. Kiedy stajemy się dorośli i opuszczamy naszą rodzinę pochodzenia, zaczynamy mieć wpływ na to, na ile skupiamy się na brakach i tym, czego nie dostaliśmy, a na ile korzystamy z zasobów wyniesionych z rodziny.

(-) Zuzanna Kędzierska

**Zuzanna Kędzierska** – psychoterapeutka ze Specjalistycznej Poradni Rodzinnej w Wawrze. Certyfikowana psychoterapeutka Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego. Od lat pracuje z rodzinami i parami, zajmuje się również psychoterapią indywidualną.

---

Specjalistyczna Poradnia Rodzinna w Wawrze jest komórką organizacyjną Centrum Wspierania Rodzin „Rodzinna Warszawa” działająca dla mieszkańców Warszawy.

Skontaktuj się z nami:



22 277 11 98  
22 277 11 97



[poradniawawe@spr.waw.pl](mailto:poradniawawe@spr.waw.pl)



[www.centrumwspieraniarodzin.pl/](http://www.centrumwspieraniarodzin.pl/)



@SPRWawer