

### **Milena**

Co zrobić, kiedy teściowa całuje dziecko, a ja się na to nie zgadzam?

Odp. Zachęcam Cię do tego abyś sprawdziła sama ze sobą, co powoduje, że się nie zgadzasz. Czy chodzi o higienę i zdrowie dziecka? Czy może masz wrażenie, że to całowanie jest jakoś nadmierne i służy zaspokojeniu potrzeb teściowej, a nie dziecka? A może Tobie jest niekomfortowo z takim okazywaniem czułości?

W zależności od tego, co powoduje Twój dyskomfort będziesz mogła obiektywnie sprawdzić o co tak naprawdę chcesz się zatroszczyć i o co chcesz poprosić teściową. O mniejszą intensywność z uwzględnieniem dziecka? Aby w ogóle nie całowała, bo obawiasz się opryszczyki? Aby nie używała tak silnych perfum?

I wtedy możesz to zrobić, albo tak jak pokazywałam mówiąc o swoich odczuciach i potrzebach i dając jakąś propozycję. Albo możesz też powiedzieć tak bardzo wprost, że się nie zgadzasz na to, aby całować dziecko. Wypróbuj.

### **Agnieszka**

Jak reagować na słowa, powinniście, musicie to zrobić (powtarzane bardzo często w jednym zdaniu), choć wiemy, że te rady nie są dla nas dobre.

Odp: Zaczęłabym od odkrycia kart, że to jest zdanie tej osoby. Może taką parafrazą: „Słyszę, że uważasz, że to ważne, aby podawać dziecku skórę od chleba.” „Słyszę, że Twoim zdaniem dziecko jest najedzone, gdy mu się uleje”. „Słyszę, że uważasz, że łóżko ze skrzynią jest praktyczniejsze”. Potem możesz dodać swoją opinię – „Ja wolę/ ja zdecydowałam / ja chcę. Bez tłumaczenia się.

### **Karolina**

Moja teściowa jest bardzo zaborcza i za każdym razem, kiedy ktoś nie robi wszystkiego "po jej myśli" obraża się, nie umie przyjąć krytyki i nie rozumie słowa "nie" "nie chce".

Odp. Przede wszystkim pamiętaj, że nie odpowiadasz za uczucia teściowej. Nauczyła się w ten sposób okazywać swoje niezadowolenie. Możesz to zauważyć: „Po twojej minie wnioskuję, że Ci się to nie spodobało”.

Myślę, że to jest właśnie taka sytuacja, o której mówiłam w przykładzie. Spróbuj stawiając granice mówić o swoich potrzebach, tak aby mogły usłyszeć Twoja perspektywę.

### **Maria**

Jak powiedzieć delikatnie rodzinie, żeby wstrzymali się z odwiedzinami tuż po porodzie i nie całowali dziecka w buzie i po rączkach?

Tak jak mówiłam w przykładzie: „Słyszę, że chcesz przyjść (konkretnie do tej osoby). Równocześnie ja mam dużo niepewności jak się będę czuła / czuję dyskomfort bo nie wiem jak to będzie. Myślę, że będę potrzebowała odpoczynku, intymności. Dlatego mam taką propozycję żebyście mnie odwiedzili w ten i ten dzień.

Co do całowania – odsyłam wyżej, gdzie już odpowiedziałam jak ja to widzę.

### **Monika**

Jak wypracować dystans do tych wszystkich dobrych rad i tego że inni wiedzą lepiej jak wychowywać nasze dziecko?

Odp. Myślę tutaj o dwóch rzeczach

1. Popatrz na taką osobę jako na taką, która chce się podzielić swoim doświadczeniem. Chce czuć się ważna. Ma jakieś swoje przekonania i chce się nimi podzielić. To jest o niej i jej wizji świata, a nie o tym, że Ty coś robisz nie tak.
2. Jak Ty się masz ze sobą i swoim sposobem wychowywania dziecka? Jeśli Ty czujesz się pewnie, to masz więcej siły na to, aby mówić o tym, że to Twoja / Wasza decyzja. Sprawdź co Ci najbardziej przeszkadza – czujesz się podważana? Czy to jest o jakiejś Twojej niepewności?  
Koniecznie poszukaj jakiegoś grona osób, które mają podobnie do Ciebie abyście mogli się wspierać.

### **Marta**

Jak tłumaczyć, że czasu się zmieniły, wiedza naukowa jest teraz inna i postępuje się inaczej niż kiedyś np. przewożenie w foteliku, dieta dziecka. Ciągłe słyszę od Mamy, Teściowej, że one robiły inaczej i było to dla dobra ich dzieci. A ja wydziwiam i się czepiam.

Odp. Tutaj może chodzić o to, że Mamy chcą się czuć kompetentne i potrzebują uznania, że dobrze wychowywały swoje dzieci. Ja bym mówiła o tym, że słyszę, że za ich czasów się robiło tak i tak. Tymczasem dzisiaj ja decyduje tak i tak.

Może tutaj jest taka przestrzeń na humor? Możesz powiedzieć coś w stylu: „A babcia Frania wozila cię furmanką i wtedy też nie było potrzeba fotelików, bo każdy jeździł 20km/h”

### **Justyna**

Jak w delikatny sposób zwrócić uwagę aby teściowa nie dawała dziecku słodyczy?

Odp. Tutaj też jest ten kawałek że teściowa chce dbać o dziecko, rozpieszczać. Popytaj z taką ciekawością o co chodzi z tymi słodyczami. Dlaczego to dla niej takie ważne, aby dawać dziecku słodycze.

Potem możesz powiedzieć swoje zdanie, podkreślając to, o co chcesz zadbać.

### **Monika**

Jak wytłumaczyć teściowej że powinna respektować nasze podstawy wychowania a nie podważać je na każdym kroku? i zaburzać system który sobie z dzieckiem wypracowaliśmy

Odp. Zachęcam Cię do takiej rozmowy o tym, co się teściowej nie podoba w Waszym sposobie wychowania, jakie widzi przeszkody. O co chce zadbać? Przygotuj się do takiej rozmowy tak, żebyś mogła w spokoju wysłuchać jej uwag. Potem opowiedz jak Ty to widzisz i dlaczego decydujesz się na inny sposób.

### **Maria**

Z doświadczenia - delikatne zwracanie uwagi teściowej żeby nie dawała słodyczy nie skutkuje 😞

Odp. Jest coś ważnego dla pokolenia naszych rodziców z tymi słodyczami. Bardzo mnie to ciekawi, co w tym jest.

### **Agnieszka**

Czy mąż zawsze powinien stawiać po stronie żony, gdy pojawi się jakiś konflikt między żoną a teściową?

Odp. Moim zdaniem warto porozmawiać z mężem o tym jak on widzi tą sprawę, jakie są jego przekonania. I tak naprawdę to jest konflikt żony i mamy, więc on tutaj niekoniecznie musi stawiać po którejś ze stron.

Słyszę też w tym pytaniu taką potrzebę wsparcia. Więc może potrzebujesz aby Cię po prostu wysłuchał z tym, że Ci źle z tym że teściowa powiedział xyz,?

### **Maria**

A może takie ulanie jest niektórym potrzebne? chociaż pewnie się nie odważę 😊

Odp. Może być tak, że ktoś w swoim systemie ma tak, że respektuje kogoś jedynie wtedy, gdy ten ktoś mocno pokazuje swoje granice. Natomiast mocne pokazywanie swoich granic, swojej mocy, swojej pewności, może znaczyć różne rzeczy. Niekoniecznie to, że kogoś ochrzaniś 😊

### **Agnieszka**

Jak reagować na komentarze teściowej odnośnie sposobu odżywiania w ciąży?

Odp: Posłuchaj teściowej o co ona chce się zatroszczyć. Jak to było za jej czasów? Dlaczego tak? Pogadajcie o tym jak to było za czasów babci, a jak dzisiaj.

Jeśli teściowa nadal będzie komentować, to odkrywaj karty, tak aby ta komunikacja zaczęła być wprost, a nie na około przez komentarze: Powiedziałaś to i to, co chcesz przez to powiedzieć?

### **Kamila**

Teściowa nie akceptuje mnie i moich dzieci ( z wyjątkiem pierworodnego), Co zrobić? Ignorować czy powiedzieć wprost?

Odp: Ciekawi mnie co jest takiego w pierworodnym, że teściowa go akceptuje? Co w nim lubi?

Jakie masz obserwacje, które potwierdzają to, że ona nie akceptuje Ciebie i pozostałych dzieci? Co robi? Co mówi?

Możesz wyłapywać te momenty i je nazywać – najlepiej za pomocą faktów: zrobiłaś to i to, powiedziałaś do A to, a do N to, co chciałaś przez to powiedzieć?

### **Agnieszka**

A może jakaś dobra książka dla Teściowej? 😊 gdzie będą dobre rady!

Odp. Ciekawa jestem co teściowe na nasze dobre rady skoro same ich nie lubimy 😊

Zaproponuj książkę z taką informacją, że np. „Tutaj ta pani wyjaśnia ten sposób wychowania, który stosujemy. Chciałabym żebyś ją przeczytała i powiedziała co o tym sądzisz”.

To co ja polecam to:

„Porozumienie bez przemocy O języku serca” Marshalla Rosenberga

„Matka młodej matki” Justyna Dąbrowska

I wszystko to co sami czytacie, co Was przekonuje do Waszej metody wychowawczej.

**Karolina**

Czy zerwanie kontaktu z teściową w sytuacji, kiedy dochodzi do częstych kłótni jest lepsze niż ciągle kłócenie się i wysłuchiwanie przykrych słów na swój temat?

Odp. Jeśli jest tak, że to jest dla Ciebie w tej chwili jedyny sposób na to, aby siebie chronić, dbać o swoją godność, zadbać o siebie, to moim zdaniem tak.

Nie musisz podejmować tej decyzji na całe życie. Teraz w tym momencie decydujesz, że nie chcesz takiej relacji. Być może w przyszłości zechcesz spróbować zmienić ten układ, będziesz miała na to siłę, uznasz że to jest z jakiegoś powodu dla Ciebie ważne.

Email: [kontakt@alicjadzierzak.pl](mailto:kontakt@alicjadzierzak.pl)

IG: alicjadzierzak\_pl