

## **Wady Bycia Jedynakiem**

**nadopiekuńczość** - cecha wielu rodziców jedynaków, którzy nie mając innych dzieci, o które musieliby się troszczyć, na ogół poświęcają dziecku zbyt dużo uwagi. Z lęku o jego bezpieczeństwo przesadnie ograniczają mu swobodę, wyręczając je we wszystkim. Może ograniczać to aktywność dziecka. Jeżeli jednak rodzice są emocjonalnie dojrzały, to dziecko może mieć większe poczucie bezpieczeństwa i być bardziej zadowolone z życia niż dzieci o innych pozycjach w rodzinie;

**wygórowane wymagania** - którym dziecko za wszelką cenę usiłuje sprostać, a nie zawsze mu się to udaje. Taka presja może wywołać u niego silny stres oraz zaburzyć jego poczucie wartości. Możliwe, że dziecko przyjmie za własne marzenia innych, np. rodziców, dźwigając ciężkie brzemie odpowiedzialności, oczekiwań, poczucia winy, bowiem wie, że jest dla rodziców wszystkim. Presja oczekiwań, którym sam jedynak stara się sprostać, wykształca u niego silne poczucie obowiązku, które niezmiennie łatwo przeradza się w poczucie winy, które jest nieodłączną częścią charakteru jedynaka. W samych oczekiwaniach nie ma jeszcze nic złego. Dopiero zbyt szeroka skala i wysoki pułap wymagań stawianych jedynakowi jest dla niego wyrokiem na całe życie. Taka postawa może się utrwalić i często może spotkać dorosłych jedynaków, którzy wciąż czują się odpowiedzialnymi za cały świat;

**trudność w nawiązywaniu kontaktów z ludźmi** – jedynak bowiem nie bardzo wie, na czym polega dzielenie się, skoro „wszystkie zabawki były zawsze jego”;

**egocentryzm** – jedynak potrafi dużo i bez opamiętania mówić o sobie i swoich sprawach niezależnie od tego, czy słuchacz jest tym zainteresowany czy też nie. W końcu w domu zawsze dużo i chętnie jego słuchano;

**samotność** – z rodzeństwem można się pokłócić, ale i można się również pobawić czy nauczyć się rozwiązywać konflikty. W ten sposób dziecko naturalnie nabywa umiejętności społeczne. Niektórzy z jedynaków stają się w życiu dorosłym wyjątkowymi samotnikami czy ekscentrykami, jednak większość z nich uczy się dobrego współżycia z innymi ludźmi i jest dobrze przystosowana społecznie. Dla wielu z nich dzieciństwo było naprawdę szczęśliwe, gdyż „zawsze sam” nie musiało wcale oznaczać „zawsze samotny”; dzieci, które nie mają rodzeństwa, mają jednocześnie najlepszą i najgorszą sytuację: stale są nastawionymi na osiągnięcia najstarszymi i rozpieszczanymi najmłodszymi. W efekcie mogą przejawiać wiele cech najstarszego dziecka, ale i również pod wieloma względami mogą pozostawać dziećmi; Omija go cenne doświadczenie wejścia do rodziny brata czy siostry. Cięża mamy jest wydarzeniem tak istotnym, iż jedynak traci coś ogromnie ważnego. Przez przybycie nowego członka rodziny dziecko otrzymuje cenne zapewnienie o więzi istniejącej między rodzicami; u dorosłego jedynaka, może pojawić się problem opieki nad rodzicami. Musi wziąć na swoje barki cały ten ciężar. Jedynak ma trudności z rozstaniem się z domem rodzinnym. Nie potrafi bez poczucia winy opuścić rodziców, zwłaszcza jeśli pozostało tylko jedno z nich. Może czuć się szczególnie obciążony w późniejszym życiu, kiedy starsi rodzice będą potrzebowali opieki. Zdarza się, zwłaszcza w wypadku jedynaków mężczyzn, że ignorują oni ten problem lub też pomagają rodzicom tylko sporadycznie; rodzice mogą stosować wobec dziecka surową dyscyplinę, starając się, aby ono było dobrze wychowane. Mają tylko jedną szansę na wywiązanie się z umiejętności rodzicielskich, więc oczekują od dziecka, że będzie „idealne”. W rezultacie jedynak często wcześniej dojrzewa i traci okazję do „bycia dzieckiem”;

popelniając wiele błędów czy głupstw; zazwyczaj z trudem przyjmują krytykę i unikają robienia czegoś po raz drugi, jeśli usłyszały słowo krytyki już przy pierwszej próbie. Wydaje im się, że rodzice robią wszystko perfekcyjnie, a rzadko widzą, jak inne dzieci wielokrotnie próbują nowych rzeczy, zanim wykonają je właściwie - brak właściwego obrazu siebie, swych możliwości i ograniczeń przy jednoczesnej przesadnej obawie przed krytyką i oceną z zewnątrz; rodzice jedynaka mogą nie akceptować u dziecka potrzeby zabawy i robienia bałaganu. Często nie odstępują swej pociechy ani na chwilę, zbierając za nią zabawki i mówią o zadaniach, jakie muszą jeszcze wykonać. To może doprowadzić do trudności w dorosłym życiu w oddzieleniu pracy od zabawy. Zdarza się, że nie potrafią naprawdę cieszyć się zabawą ani w pełni realizować się w pracy zawodowej; jedynak pragnie sam decydować o kontaktach, ich częstotliwości i charakterze oraz pilnować, by nie stać się ofiarą. W dzieciństwie doświadczał bliskich kontaktów tylko z osobami, od których był w pełni zależny. W dorosłym życiu nie jest pewny, czy odpowiadałby mu związek, w którym byłby stroną niezależną, czy też pozwalający im „udowodnić” swą niezależność. Najczęściej nie uświadamiają sobie, że najlepsze układy partnerskie to te, w których zależność jest zmienna, i gdzie stosownie do sytuacji strony zamieniają się rolami.

**Polecana literatura:**

1. Kümpel M., Jedynak.
2. Pitkeathley J., Emerson D., Jedynacy.
3. Richardson R.W., Richardson L.A., Najstarsze, średnie, najmłodsze. Jak kolejność narodzin wpływa na twój charakter.
4. Śledzianowski J., Jedynak w życiu małżeńskim i w rodzinie.
5. Rembowski J., Jedynactwo dzieci w domu i szkole.
6. Winnicott D. W., Dziecko, jego rodzina i świat.
7. Zborowski J., Uczeń – jedynak.

*mgr Anita Łukowiak*

*doradca życia rodzinnego*