

Ekonomiczny Uniwersytet Dziecięcy



Jak budować autorytet rodzica?

Aneta Skowronek

Politechnika Gdańska

Data: 27.11.2025 r.



Kim jestem?



- Psycholożka (specjalność psychologia rodziny) / socjoterapeutka/ coachka w procesie akredytacji
- People & Culture Business Partnerka
- Matka 2 dzieci
- Zorientowanie na rozwój

Czym jest autorytet?

- „Autorytetem jest osoba lub organizacja budząca duży szacunek i posiadająca wyjątkową pozycję pośród określonej grupy ludzi, lub na danym obszarze”. (Mentali.com)
- Autorytet formalny vs. Autorytet naturalny
- Według badań (np. prowadzonych przez Stanleya Milgrama), dla ludzi naturalnym jest podporządkowywanie się autorytetom, co może skutkować całkowicie bezrefleksyjnym wykonywaniem ich nakazów, nawet wtedy, kiedy są one niewłaściwe. W psychologii jest to tzw. Wpływ autorytetu.

Jak było kiedyś?

- Lata 70. XX wieku – początek końca tradycyjnej rodziny zachodnioeuropejskiej
- Postępująca emancypacja kobiet
- Bunt przeciw autorytarnemu stylowi przywództwa – w domu, w szkole, w pracy, w państwie
- Autorytet budowany na strachu i niepewności/ oraz miłości warunkowanej posłuszeństwem
- Nowy paradygmat = nowy punkt widzenia
- Środek pomiędzy autorytaryzmem a wolnością w relacjach rodzinnych
- Nie ma patentów, ani recept = musimy podejmować osobiste wybory i decyzje!

Nasze dzieci

- Dzieci dobrze znają swoje pragnienia i życzenia, ale nie są świadome prawdziwych potrzeb.
- Aby dopasować się do określonej kultury (społeczeństwa, rodziny) potrzebują doświadczonego przewodnika.
- Olbrzymia mądrość vs. Brak praktycznego doświadczenia życiowego i zdolności przewidywania.
- Relacja typu podmiot – podmiot; uznanie jednakowej **godności**, jaka przysługuje wszystkim ludziom.

Idealny typ przywództwa wg. Juula

- **Proaktywny** – znaczy trzymać się swoich wartości i celów w interakcji w dzieckiem, a nie tylko reagować na to, co ono mówi lub robi.
- **Empatyczny** – w znaczeniu zdolności do rzeczywistego zauważenia drugiego człowieka.
- **Elastyczny** – wyrażany w gotowości do brania pod uwagę różnych zmian i procesów u dziecka oraz w samym sobie – jako przeciwieństwo niezłomnej „konsekwencji”.
- **Zorientowany na dialog** – gotowy na feedback ze strony dziecka.
- **Troskliwy** – przejawiający się w dostrzeganiu i traktowaniu poważnie dziecięcych potrzeb, życzeń, myśli, pomysłów i uczuć – nawet wtedy, kiedy stoją w sprzeczności z naszymi.

Autorytet osobisty wg. Juula

- **Autorytet osobisty** buduje się na:
 - Poczuciu własnej wartości
 - Dobrej znajomości samego siebie
 - Szacunku i zaufaniu do siebie
 - Umiejętności poważnego – bez nadęcia – traktowania swoich wartości i granic
 - Zdolności poważnego traktowania innych ludzi
 - Empatii i szacunku dla innych
- **Trudność** budowania autorytetu osobistego wynika z:
 - 1) Braku wzorców
 - 2) Wychowania skupionego na dostosowaniu się
 - 3) Lęku przed łatką skupionego na sobie egocentryka

Jak budować autorytet osobisty?

- Odpowiedzialność osobista – zrozumienie, że sam odpowiadam za swoje decyzje i czyny; umiejętność przyznania się do błędu.
- Uczenie się od dzieci – feedback – nauka granic.
- Integralność osobista rodzica.
- Pamiętanie, że każde dziecko z natury chce z nami współdziałać i że wszystkie dziecięce reakcje mają swój sens.
- Szczere pragnienie aby dowiedzieć się kim nasze dziecko jest + uważna obecność.
- *„W każdej dłuższej relacji między dorosłym a dzieckiem to dorosły w 100% odpowiada za jej jakość” (J. Juul)*

Balans



- Wsparcie vs. Wyzwanie
- Potrzeby wspólnoty vs. Potrzeby każdego z domowników
- Potrzeba władzy rodzica vs. Uszanowanie autonomii, integralności oraz osobistych granic dziecka
- Rola matki vs. Rola ojca
- Rola rodzica vs. Autentyczność i wrażliwość
- Socjalizacja vs. Własna indywidualność

Wartości w rodzinie i w partnerstwie

- Równa godność wszystkich członków rodziny, integralność, autentyczność i odpowiedzialność osobista – core wg. Juul'a
- Życie z wartościami polega na tym, że nie tylko się je wyznaje, ale również na co dzień wciela w życie. – Brene Brown
- Krok 1: Nie da się żyć zgodnie z wartościami, jeśli się tych wartości nie zdefiniowało.
- Krok 2: Przejście od gadania do działania.
- Krok 3: Empatia i wyrozumiałość dla samego siebie.

Wartości w rodzinie i w partnerstwie



List of VALUES

Accountability	Ethics	Kindness	Self-respect
Achievement	Excellence	Knowledge	Serenity
Adaptability	Fairness	Leadership	Service
Adventure	Faith	Learning	Simplicity
Altruism	Family	Legacy	Spirituality
Ambition	Financial stability	Leisure	Sportsmanship
Authenticity	Forgiveness	Love	Stewardship
Balance	Freedom	Loyalty	Success
Beauty	Friendship	Making a difference	Teamwork
Being the best	Fun	Nature	Thrift
Belonging	Future generations	Openness	Time
Career	Generosity	Optimism	Tradition
Caring	Giving back	Order	Travel
Collaboration	Grace	Parenting	Trust
Commitment	Gratitude	Patience	Truth
Community	Growth	Patriotism	Understanding
Compassion	Harmony	Peace	Uniqueness
Competence	Health	Perseverance	Usefulness
Confidence	Home	Personal fulfillment	Vision
Connection	Honesty	Power	Vulnerability
Contentment	Hope	Pride	Wealth
Contribution	Humility	Recognition	Well-being
Cooperation	Humor	Reliability	Wholeheartedness
Courage	Inclusion	Resourcefulness	Wisdom
Creativity	Independence	Respect	
Curiosity	Initiative	Responsibility	
Dignity	Integrity	Risk-taking	
Diversity	Intuition	Safety	
Environment	Job security	Security	
Efficiency	Joy	Self-discipline	
Equality	Justice	Self-expression	

Write your own:

Nastawienie na trwałość vs. na rozwój

- Nastawienie na trwałość – potrzeba udowadniania sobie i innym swojej inteligencji, talentu, zdolności itd.; nadwrażliwość na pomyłki i błędy, które mogą nas definiować; poczucie, że ciężka praca dowodzi braku umiejętności; potrzeba bycia lepszym od innych.
- Nastawienie na rozwój – traktowanie porażek jako okazji do nauki, nie dowodów na swoją niekompetencję; postrzeganie wysiłku jako czegoś wartościowego – uczącego; poszukiwanie innych strategii nauki.
- Współistnienie obu tych nastawień w jednym człowieku. Pojawia się w różnych obszarach: sport, biznes, związki, wychowanie.
- Każdy człowiek rodzi się obdarzony upodobaniem do nauki, ale nastawienie na trwałość może nam je odebrać.

Nastawienie na rozwój w rodzinie

- Każde słowo rodzica i każde jego zachowanie zawierają w sobie przesłanie, które dziecko potrafi odczytać. Jak mówimy do własnych dzieci? Co im przekazujemy?
- Jak dodać dzieciom otuchy?
- Dzieci przyswajają sobie przesłanie i przekazują je dalej.
- Każdy z nas może zmienić swoje nastawienie!
- Bądźcie nastawionymi na rozwój rodzicami!

Na koniec...

- *„Na tym polega owa doskonała wymiana między rodzicami i dziećmi: my dajemy im życie, a w zamian otrzymujemy bodziec, żeby na nowe odzyskać swoje.” (Jasper Juul)*

Dziękuję za uwagę!

Bibliografia

- „Rodzic jako przywódca stada”, Jasper Juul
- „Odwaga w przywództwie”, Brene Brown
- „Nowa psychologia sukcesu”, Carol Dweck

+ Polecanka:

- „Uwięzieni w słowach rodziców”, Agnieszka Kozak