

Max Paradox

PROBLEM? WYLUZUJ. OGARNIESZ TO!

Seria poradników z przymrużeniem oka ;)

Mamy Dzieci i Nagle Zostaliśmy Wspólnikami

Jak nie zgubić związku między logistyką,
obowiązkami i rodzicielstwem oraz przypomnieć sobie,
że kiedyś rozmawialiście także o czymś innym
niż zakupy



Mamy problem. Ale spokojnie.

Da się go rozwiązać i jeszcze będzie z czego się pośmiać.

Mamy Dzieci i Nagle Zostaliśmy Wspólnikami

Jak nie zgubić związku między logistyką,
obowiązkami i rodzicielstwem oraz
przypomnieć sobie, że kiedyś
rozmawialiście także o czymś innym niż
zakupy

Max Paradox

PROBLEM? WYLUZUJ. OGARNIESZ TO!

SPIS TREŚCI

INTRO	5
Rozdział 1 - Kiedy Związek Przechodzi w Tryb Operacyjny	11
Rozdział 2 - To Nie Jest Kłótnia o Jogurty	18
Rozdział 3 - Kiedy Każda Prośba Brzmi Jak Zarzut	25
Rozdział 4 - Kto Jest Bardziej Zmęczony, Dostaje Puchar	33
Rozdział 5 - Nie Rozwiązujcie Związku o 22:47	41
Rozdział 6 - Nie Czekajcie, Aż Romantyzm Sam Zapuka	48
Rozdział 7 - Nie Musicie Być Jednym Rodzicem w Dwóch Ciałach.....	55
Rozdział 8 - Dzieci Nie Potrzebują Was Przez Każdą Minutę.....	63
Rozdział 9 - Zróbcie Zebranie, Żeby Nie Mieć Zebrania Cały Tydzień.....	71
Rozdział 10 - Przypomnijcie Sobie, Kim Jesteście Poza Funkcją Rodzic	78
Rozdział 11 - Małe Rzeczy, Które Mówią „Nadal Jesteśmy My”	85
Rozdział 12 - Po Kłótni Nie Wystarczy Przestać Się Kłócić	92
Rozdział 13 - Bliskość Nie Ma Przycisku „Włącz”	99
Rozdział 14 - Miejcie Wspólne Życie, Nie Tylko Wspólne Obowiązki	106

Rozdział 15 - Nie Da Się Ciągnąć Związku za Dwoje.....	113
Rozdział 16 - Tryb Awaryjny Też Potrzebuje Zasad.....	120
Rozdział 17 - Kiedy Znowu Zostajecie Tylko Logistyką.....	127
Rozdział 18 - Zauważcie Dystans, Zanim Zacznie Mieszkać z Wami.....	134
Rozdział 19 - Związek Nie Potrzebuje Administratora na Pełen Etat.....	141
Rozdział 20 - Nadal Jesteście Parą, Nawet Jeśli Trzeba Kupić Mleko.....	148

INTRO

Jest 21:47. Dzieci wreszcie śpią, co oczywiście nie oznacza, że śpią na pewno, tylko że przez ostatnie cztery minuty nikt nie wołał o wodę, przytulenie, inny koc, misia, którego wcześniej wyrzucił z łóżka, ani pilne wyjaśnienie, dlaczego Księżyc nie spada. Siedzicie w kuchni naprzeciwko siebie. Kiedyś o tej porze moglibyście otworzyć wino, obejrzeć film, rozmawiać o wakacjach albo powiedzieć sobie coś kompletnie niepraktycznego, na przykład: „A gdybyśmy kiedyś zamieszkali nad morzem?”. Teraz jedno z was patrzy na drugie i mówi: „Kupiłeś worki do odkurzacza?”. Drugie odpowiada: „Nie, ale zapisałem dziecko do dentysty”. Na stole leży rachunek, telefon pokazuje trzy wiadomości z grupy rodziców, w lodówce nie ma mleka, jutro ktoś musi odebrać paczkę, a w piątek podobno jest „dzień koloru pomarańczowego”, którego sensu nie rozumiecie, ale najwyraźniej trzeba znaleźć pomarańczową koszulkę do ósmej rano. Romantyzm nie umarł. Po prostu chwilowo zajmuje się logistyką.

Najbardziej podstępne w tej sytuacji jest to, że zazwyczaj nie wydarzyło się nic spektakularnego. Nie było jednego dnia, w którym ktoś uroczyście powiedział: „Od dziś rezygnujemy z bycia parą i przechodzimy na model operacyjny z cotygodniowym raportowaniem stanów magazynowych”. To przyszło po kawałku. Najpierw trzeba było pamiętać o pieluchach, karmieniu i spaniu. Potem doszły przedszkole, ubrania na zmianę, szczepienia, urodziny kolegów, buty kupowane mniej więcej co jedenaście minut, zajęcia, zebrania, zakupy i pytanie, kto ostatnio widział kartę biblioteczną. Rozmowy zaczęły naturalnie dotyczyć spraw pilnych, bo spraw pilnych było

dużo, a doba - z niezrozumiałych przyczyn - nie została po narodzinach dziecka przedłużona do trzydziestu siedmiu godzin. Z czasem można więc świetnie wiedzieć, kto jutro odbiera dzieci, a coraz mniej wiedzieć, co druga osoba ostatnio przeżywa, czego się boi, czym się cieszy albo co ją wkurzyło w pracy. Znać swoje kalendarze lepiej niż swoje aktualne myśli. To imponujące organizacyjnie i trochę niepokojące towarzystwo.

Problem nie polega na tym, że rodzicielstwo „niszczy związki” ani że prawdziwa miłość powinna automatycznie wygrywać z praniem, zmęczeniem i trzydziestą siódmą prośbą o założenie skarpetek. To byłaby bardzo efektowna teoria, szczególnie dla kogoś, kto nigdy nie próbował jednocześnie zrobić kolacji, odpowiedzieć na służbową wiadomość i przekonać małego człowieka, że nie może iść jutro do szkoły przebrany za tyranozaura tylko dlatego, że jest wtorek. Bardziej przyziemny mechanizm jest prostszy: to, co pilne i konkretne, regularnie wypiera to, co ważne, ale niealarmujące. Zakup papieru toaletowego ma termin. Rozmowa o tym, jak się ostatnio ze sobą czujecie, zwykle nie ma. Formularz trzeba wysłać do środy. Wspólny śmiech może poczekać. Bliskość bardzo rzadko wysyła powiadomienie: „Termin mija za 24 godziny. Kliknij tutaj, aby nie zostać wyłącznie współpracownikami działu Rodzina”. Gdy więc życie robi się gęste, związek może trafiać na koniec kolejki właśnie dlatego, że wydaje się czymś trwałym, co jeszcze chwilę wytrzyma.

Do tego dochodzi pułapka skuteczności. Im lepiej radzicie sobie z codziennością, tym łatwiej nie zauważyć, że wasza komunikacja została zredukowana do serii krótkich transmisji operacyjnych. „Odbierzesz?”, „Kupiłeś?”, „Zapłaciłeś?”, „Pamiętasz?”, „Gdzie jest?”, „O której

wrócisz?". W języku zawodowym byłby to całkiem sprawny system zarządzania zadaniami. W języku związku brzmi trochę tak, jakby dwoje ludzi założyło spółkę z ograniczoną odpowiedzialnością i zapomniało, że kiedyś się w sobie zakochali. Co gorsza, takie rozmowy są potrzebne. Ktoś naprawdę musi kupić pieczywo, zarezerwować wizytę i zauważyć, że dziecko od dwóch tygodni chodzi w spodniach, które kończą się podejrzenie wysoko nad kostką. Nie chodzi więc o romantyczny bunt przeciwko obowiązkom. Chodzi o to, żeby obowiązki nie dostały wyłącznej koncesji na waszą uwagę.

Kiedy pojawia się napięcie, wiele par próbuje naprawić sytuację narzędziami, które przypadkiem pogłębia problem: jeszcze większą sprawnością. Tworzycie wspólny kalendarz, listę zakupów, tabelę obowiązków, aplikację do zadań, osobną listę rzeczy „ważnych” oraz drugą listę rzeczy „naprawdę ważnych”, aż pewnego dnia odkrywacie, że macie system zarządzania gospodarstwem domowym godny średniej wielkości firmy logistycznej, tylko nadal nie wiecie, co druga osoba myśli o czymkolwiek poza harmonogramem. Organizacja może bardzo pomóc - i w tej książce będziemy z niej korzystać - ale nie zastąpi relacji. Perfekcyjnie podzielone obowiązki nie gwarantują poczucia bliskości, podobnie jak wspólne konto nie sprawia automatycznie, że macie wspólne życie emocjonalne. Można prowadzić dom jak szwajcarski zegarek i jednocześnie wieczorem patrzeć na siebie z lekkim zdziwieniem: „Hej, ty też tu mieszkasz. Co u ciebie?”. Dobra logistyka ma uwalniać przestrzeń dla związku, a nie stać się jego głównym językiem.

Druga częsta próba brzmi: „Musimy znaleźć więcej czasu dla siebie”. Zdanie jest słuszne, tylko czasem działa mniej

więcej jak rada „musisz mniej się stresować”. Wspaniale. Dziękujemy. Proszę jeszcze zdradzić, w której szufladzie trzymamy te dodatkowe trzy godziny w tygodniu. Jeśli codzienność jest już wypełniona pracą, dziećmi, domem, dojazdami i wszystkim, co niespodziewanie zaczyna przeciekać, psuć się albo wymagać podpisu opiekuna prawnego, czekanie na idealny wolny wieczór może trwać miesiącami. A gdy wreszcie się pojawi, człowiek często chce po prostu siedzieć nieruchomo i przez czterdzieści minut nie być nikomu potrzebny. To nie znaczy, że randki, wyjazdy czy długie rozmowy są nieważne. Są świetne. Tyle że związek nie może być podtrzymywany wyłącznie przez wydarzenia specjalne, podobnie jak zdrowie nie polega na zjedzeniu jednej marchewki kwartalnie i uznaniu sprawy za zamkniętą. Potrzebne są też mniejsze rzeczy, które mieszczą się w zwykłym wtorku.

Jest jeszcze kwestia nierównego obciążenia, która potrafi zmienić niewinne pytanie „Co trzeba kupić?” w początek rozmowy o całej historii cywilizacji. W wielu domach obowiązki nie sprowadzają się przecież tylko do wykonania widocznego zadania. Ktoś musi najpierw zauważyć, że zadanie istnieje, pamiętać o terminie, zaplanować je, przypomnieć, sprawdzić wynik i ewentualnie naprawić sytuację, gdy okazuje się, że „kupiłem rzeczy na wycieczkę” oznacza zakup batonika oraz baterii, choć lista obejmowała jeszcze siedem pozycji. Tego rodzaju niewidoczna praca organizacyjna łatwo rodzi frustrację, szczególnie gdy jedna osoba ma poczucie, że nie tylko robi więcej, ale również pełni funkcję dyspozytora drugiego dorosłego człowieka. Z drugiej strony osoba, która słyszy głównie przypomnienia i korekty, może mieć wrażenie, że cokolwiek zrobi, i tak robi źle. Wtedy para nie rozmawia już o konkretnej rzeczy, tylko

o poczuciu sprawiedliwości, szacunku i bycia zauważonym – tyle że formalnie nadal dyskutuje o tym, kto miał kupić płyn do naczyń. Płyn do naczyń nie spodziewał się takiej odpowiedzialności.

Ta książka nie będzie próbowała zrobić z was pary, która co wieczór przy świecach przez dziewięćdziesiąt minut omawia swoje uczucia, podczas gdy dzieci grzecznie śpią, pranie składa się samo, a lodówka uzupełnia zapasy na podstawie telepatii. Chodzi o coś bardziej użytecznego: nauczyć się rozdzielać sprawy organizacyjne od relacyjnych, zauważać moment, w którym rozmowa o zadaniu zaczyna być rozmową o wzajemnym żalu, dzielić odpowiedzialność tak, żeby jedna osoba nie musiała stale zarządzać drugą, oraz tworzyć małe przestrzenie, w których znowu jesteście partnerami, a nie wyłącznie rodzicami na wspólnej zmianie. Będziemy szukać sposobów działających również wtedy, gdy jesteście zmęczeni, nie macie dwóch wolnych wieczorów tygodniowo i nie możecie spontanicznie wyjechać na romantyczny weekend, bo samo znalezienie kogoś do opieki nad dziećmi wymaga dziś projektu z harmonogramem, trzema telefonami i wstępną analizą ryzyka. Ważne będzie nie tylko „rozmawiajcie więcej”, ale o czym rozmawiać, kiedy to robić, jak zacząć i jak nie zamienić każdej próby bliskości w posiedzenie komisji do spraw zaległych pretensji.

Nie chodzi również o powrót do czasu „przed dziećmi”, bo taki pomysł jest kuszący głównie dlatego, że pamięć ma znakomity dział marketingu. Tamto życie też miało rachunki, zmęczenie, sprzeczki i wieczory spędzone osobno, tylko nikt o trzeciej nad ranem nie stał obok łóżka z informacją, że skarpetka „dziwnie dotyka palca”. Wasz związek po dzieciach nie musi udawać wcześniejszej wersji siebie.

Potrzebuje raczej nowej wersji, w której rodzicielstwo jest ważną częścią życia, ale nie jedyną treścią relacji. Nadal możecie wiedzieć, kto kupuje jogurty i kto jedzie jutro na zajęcia, a jednocześnie wiedzieć, co ostatnio rozśmieszyło drugą osobę, czego jej brakuje, na co czeka i dlaczego od trzech dni chodzi trochę bardziej cicho. To nie wymaga codziennych wielkich gestów. Wymaga odzyskania uwagi, która przez lata została bardzo skutecznie rozdzielona pomiędzy wszystko inne.

Jeżeli więc macie czasem wrażenie, że jesteście świetnym zespołem operacyjnym, całkiem niezłymi rodzicami i ludźmi, którzy od dawna planują kiedyś spokojnie porozmawiać, ta książka jest właśnie o tym „kiedyś”. Nie będziemy próbować usunąć obowiązków, bo dzieci nadal trzeba odebrać, rachunki zapłacić, a mleko - niestety - nie materializuje się w lodówce pod wpływem silnej więzi emocjonalnej. Będziemy natomiast odbierać logistycę prawo do zajmowania całej sceny. Krok po kroku można sprawić, żeby organizacja znowu była narzędziem wspólnego życia, a nie jego główną fabułą. I może któregoś wieczoru, kiedy dzieci zasną, usiądziecie w kuchni, jedno spojrzy na drugie i zamiast „Kupiłeś worki do odkurzacza?” padnie coś zupełnie innego. Choć worki też warto kupić. Miłość miłością, ale odkurzacz ma swoje wymagania.

Rozdział 1 - Kiedy Związek Przechodzi w Tryb Operacyjny

W niedzielę o 18:12 stoicie w kuchni i prowadzicie rozmowę, którą z zewnątrz można by pomylić z odprawą przed dużą akcją logistyczną. Ty mówisz, że jutro młodsze trzeba zawieźć wcześniej, bo ma występ, druga osoba odpowiada, że starsze musi przynieść karton po butach, ale nie byle jaki, tylko "raczej średni", jakby istniała międzynarodowa skala kartonów po butach. Ktoś przypomina o opłacie za wycieczkę, ktoś o kończącej się paście do zębów, ktoś o tym, że w lodówce zostały światło, ketchup i bardzo ambitne pesto, którego nikt nie chce. W tym samym czasie jedno dziecko krzyczy z łazienki, że ręcznik "jest mokry z natury", a drugie pyta, czy można zabrać do szkoły kamień, bo jest "emocjonalnie ważny". Wszystko toczy się wartko, sprawnie, niemal profesjonalnie. Tylko gdzieś między "kup drożdże" a "czy podpisałaś zgodę?" orientujesz się, że od dwunastu minut rozmawiacie i nie padło ani jedno zdanie, które nie byłoby zadaniem, przypomnieniem albo korektą. To właśnie jest tryb operacyjny - niby wszystko działa, a jednak człowiek ma dziwne wrażenie, że mieszka z ulubionym współpracownikiem, nie z partnerem.

To ważny moment, bo wiele par myśli wtedy: "No tak, życie jest intensywne, taki etap". I owszem, to bywa etap. Problem zaczyna się wtedy, gdy etap zamienia się w domyślne ustawienie relacji. Nie chodzi o to, że od dziś każde spotkanie w kuchni ma zamieniać się w rozmowę o najgłębszych pragnieniach duszy, bo czasem człowiek naprawdę chce tylko wiedzieć, czy kupiliście chleb. Chodzi