

Max Paradox

PROBLEM? WYLUZUJ. OGARNIESZ TO!

Seria poradników z przymrużeniem oka ;)

Mój Dom Sam Sie Nie Ogarnie, Niestety

**Jak podzielić obowiązki domowe, przestać
pamiętać o wszystkim za wszystkich**



**Mamy problem. Ale spokojnie. Da się go
rozwiązać i jeszcze będzie z czego się pośmiać.**

Mój Dom Sam Się Nie Ogarnie, Niestety

Jak podzielić obowiązki domowe, przestać
pamiętać o wszystkim za wszystkich

Max Paradox

PROBLEM? WYLUZUJ. OGARNIESZ TO!

SPIS TREŚCI

INTRO	4
Rozdział 1 - Kto właściwie ogarnia ten dom?.....	10
Rozdział 2 - Pomoc to nie odpowiedzialność.....	17
Rozdział 3 - Dom nie czyta w myślach.....	25
Rozdział 4 - Sprawiedliwie nie znaczy po równo	32
Rozdział 5 - Skoro ty zrobisz to lepiej	40
Rozdział 6 - „Zaraz” nie jest terminem	49
Rozdział 7 - Lista nie robi tego za was	58
Rozdział 8 - Nie zaczynaj rozmowy przy pełnym zlewie.....	66
Rozdział 9 - Ustalcie domowe minimum	75
Rozdział 10 - Każda rzecz potrzebuje adresu	83
Rozdział 11 - Przestań być domowym przypominaczem	92
Rozdział 12 - Zróbcie mniej decyzji	102
Rozdział 13 - Zamiast gasić pożary, zrób reset.....	112
Rozdział 14 - Obowiązki też mogą mieć zmianę	121
Rozdział 15 - Co jeśli tylko ty chcesz coś zmienić?.....	132
Rozdział 16 - Gorszy tydzień nie kasuje systemu	142
Rozdział 17 - Nie wszystko da się zrobić dziś	153
Rozdział 18 - Poznaj pierwsze objawy nawrotu	163
Rozdział 19 - Przestań być kierownikiem zmiany.....	174
Rozdział 20 - Dom ma działać także bez bohatera	185

INTRO

Jest sobota, 10:17. Teoretycznie masz wolne. W praktyce stoisz w kuchni i patrzysz na zmywarkę z miną człowieka, który właśnie odkrył, że dostał drugi etat, tylko bez umowy, pensji i działu HR. Zmywarka jest pełna. Kosz też. W łazience ręczniki osiągnęły ten szczególny etap ewolucji, w którym przestają być tekstyliami, a zaczynają wyglądać jak wilgotna dokumentacja archeologiczna. W przedpokoju stoi torba, którą ktoś miał wynieść trzy dni temu. Na stole leży paragon, ładowarka, kubek, dwie koperty i przedmiot, którego przeznaczenia nikt nie zna, ale którego absolutnie nie wolno wyrzucić, bo "to się może przydać". Ty natomiast pamiętasz, że kończy się płyn do prania, w poniedziałek trzeba wystawić śmieci, jutro wypada zmienić pościel, ktoś powinien kupić papier toaletowy i chyba właśnie minął termin oddania czegoś, o czym pozostali mieszkańcy domu dowiedzą się dopiero wtedy, kiedy im o tym przypomnisz.

Najbardziej fascynujące jest to, że kiedy pytasz: "Czy możesz coś zrobić w domu?", często słyszysz całkiem szczerą odpowiedź: "Jasne. Co mam zrobić?". I właśnie wtedy w twojej głowie wybucha mały pokaz fajerwerków finansowany przez frustrację. Bo problem nie polega na tym, że nie potrafisz wskazać zadania. Potrafisz. Masz ich siedemnaście, trzy zaległe i jedno, które właśnie zaczęło pachnieć podejrzenie. Problem polega na tym, że oprócz wykonania własnych rzeczy masz jeszcze zauważyć rzeczy cudze, ustalić priorytet, przypomnieć, wyjaśnić, gdzie leży gąbka, odpowiedzieć na pytanie, czy tę koszulkę można prać z ciemnymi, a następnie sprawdzić, czy operacja "wynieść śmieci" rzeczywiście zakończyła się wyniesieniem

śmieci, a nie ustawieniem worka przy drzwiach wejściowych w charakterze instalacji artystycznej pod tytułem "Prawie".

Można mieszkać z bardzo dobrymi, życzliwymi i inteligentnymi ludźmi, a mimo to pewnego dnia odkryć, że zostało się nieformalnym kierownikiem gospodarstwa domowego. Nikt cię nie mianował. Nie było uroczystego wręczenia segregatora. Nie dostałeś nawet kubka z napisem "Household Manager". Po prostu jakoś tak wyszło, że to ty wiesz, co trzeba kupić, umyć, umówić, wyjąć, schować, oddać, zaplanować, naprawić i przypomnieć. Reszta może naprawdę robić sporo, ale robi to często dopiero wtedy, gdy zadanie staje się widoczne albo gdy ktoś je nazwie. A osobą odpowiedzialną za widoczność najwyraźniej jesteś ty, domowy satelita meteorologiczny wykrywający front nadciągających obowiązków.

I tu zaczyna się część mniej zabawna. Samo wykonanie obowiązków może męczyć, ale ciągłe pamiętanie o nich potrafi męczyć w zupełnie inny sposób. To nie jest wyłącznie kwestia odkurzenia, gotowania czy wstawienia pralki. Dochodzi warstwa niewidoczna: zauważenie, że coś trzeba zrobić, zdecydowanie kiedy, dopilnowanie, żeby były potrzebne rzeczy, uwzględnienie terminów innych osób, przewidzenie konsekwencji i pamiętanie o zadaniu do momentu jego zakończenia. Możesz więc siedzieć na kanapie i nadal mentalnie być w pracy domowej, bo twój mózg właśnie przypominał sobie, że za dwa dni trzeba kupić karmę, skończyły się tabletki do zmywarki, a ręczniki nie wyschną, jeśli kolejny raz ktoś zostawi je zwinięte w kulę wielkości młodego żubra.

To właśnie dlatego klasyczne "po prostu podzielcie się obowiązkami" brzmi świetnie głównie w teorii. Można przecież ustalić, że jedna osoba odkurza, a druga robi

zakupy. Problem pojawia się wtedy, gdy ta pierwsza odkurza dopiero po oficjalnym komunikacie z centrali, a druga robi zakupy z listy, którą trzeba jej wcześniej przygotować, zaktualizować i wysłać. Formalnie obowiązki są podzielone. Praktycznie jedna osoba nadal zarządza systemem, a druga realizuje zlecenia. To trochę tak, jakby prezes firmy powiedział dyrektorowi operacyjnemu: "Przecież ci pomagam. Wczoraj osobiście zaniósłem dokument do księgowości". Bardzo miło, Krzysztof. Całe przedsiębiorstwo uratowane.

Czasem problem utrzymuje się także dlatego, że osoba, która pamięta o wszystkim, zaczyna robić wszystko coraz szybciej. Nie dlatego, że marzy o karierze domowego męczennika. Po prostu łatwiej jest samemu włożyć naczynia do zmywarki niż po raz czwarty wyjaśniać, że talerz z resztką makaronu nie powinien w niej rozpoczynać nowego życia biologicznego. Łatwiej kupić proszek niż czekać, aż ktoś zauważy pustą półkę. Łatwiej umówić fachowca, zapisać termin i przypomnieć o nim wszystkim, niż ryzykować, że temat zniknie w tej samej czarnej dziurze, do której od miesięcy trafiają hasła "trzeba kiedyś uszczelnić okno" i "sprawdzę, czemu ta szafka tak dziwnie skrzypi".

Tyle że każda taka szybka akcja ma koszt. Im częściej przejmujesz zadanie, tym mniej pozostali muszą je zauważać. Im częściej przypominasz, tym mniej system wymaga od nich pamiętania. Im dokładniej instruujesz, tym łatwiej przyzwyczaić się do roli wykonawcy czekającego na polecenie. Po pewnym czasie możesz więc mieć obok siebie ludzi, którzy nie są ani leniwi, ani złośliwi, ani tajemniczo pozbawieni zdolności rozpoznawania kurzu. Po prostu funkcjonują w układzie, w którym ktoś inny pilnuje całości. A tym kimś jesteś ty, stojący o 22:43 przy pralce i

zastanawiający się, dlaczego właściwie pamiętasz nawet o tym, że jutro trzeba wyjąć mięso z zamrażarki.

Do tego dochodzi jeszcze problem standardów. Dla jednej osoby "posprzątać kuchnię" oznacza pusty zlew, czysty blat, wyniesione śmieci i rzeczy odłożone na miejsce. Dla drugiej oznacza zabranie własnego kubka. Czasem nawet do pokoju. W takiej sytuacji obie osoby mogą być przekonane, że robią swoje, a jedna z nich regularnie obserwuje drugą jak przyrodnik badający niezwykle gatunek, który potrafi przejść obok pełnego kosza siedem razy i ani razu go nie zauważyć. Kłótnia wybucha wtedy nie tylko o kosz. Wybucha o znaczenie słów, oczekiwania, poczucie sprawiedliwości i kilka miesięcy drobnych rzeczy, które najwyraźniej czekały na swoją wielką premierę podczas dyskusji o kartonie po mleku.

Ta książka nie będzie próbowała zrobić z twojego domu idealnie zarządzanej korporacji z tablicą KPI nad pralką i kwartalnym audytem szuflady ze sztuczkami. Nie chodzi o to, żeby każde pięć minut życia wpisać do aplikacji, przydzielić właściciela i oznaczyć statusem "w toku". Dom ma być miejscem do życia, a nie centrum logistycznym, w którym ktoś o 7:30 prowadzi odprawę pod hasłem "priorytety strategiczne łazienki". Chodzi o coś prostszego: żeby odpowiedzialność nie mieszkala stale w jednej głowie. Żeby wykonywanie zadania obejmowało również jego zauważenie i doprowadzenie do końca. Żeby prośba o pomoc nie była jedynym sposobem uruchomienia drugiej osoby.

Nie będziemy też udawać, że dobry system sprawi, iż wszyscy nagle zaczną mieć identyczne standardy, energię i entuzjazm wobec czyszczenia odpływu. Nie zaczną. Człowiek, który od dwudziestu lat uważa składanie skarpetek za działalność niezgodną z jego konstytucją,

prawdopodobnie nie obudzi się jutro o szóstej rano z okrzykiem: "Gdzie są kosze na pranie? Czuję potrzebę kategoryzacji!". Można jednak zbudować podział, który uwzględnia różnice zamiast zamieniać je w stały konflikt. Można ustalić, co naprawdę wymaga wspólnego standardu, a co może być zrobione inaczej niż zrobiłbyś to ty. To drugie bywa trudniejsze, szczególnie gdy obserwujesz człowieka składającego ręcznik metodą, którą geometrycy uznaliby za osobistą obrazę. Ale właśnie tam często zaczyna się prawdziwe oddawanie odpowiedzialności.

Będziemy więc pracować nie tylko nad listą obowiązków, ale nad sposobem, w jaki dom w ogóle zauważa pracę do wykonania. Nad tym, jak przestać być jedynym systemem przypomnień. Jak rozmawiać o podziale bez rozpoczynania od aktu oskarżenia pod tytułem "Ja tu robię wszystko". Jak odróżnić pomoc od odpowiedzialności. Jak nie odbierać komuś zadania po pierwszym wykonaniu, które nie spełnia norm jakości NASA. Jak reagować, kiedy ustalenia działają przez cztery dni, a piątego wszyscy zachowują się tak, jakby nigdy wcześniej nie słyszeli słowa "zmywarka". I co zrobić, gdy naprawdę nie masz już siły na budowanie systemu, rozmowy i kolejne rodzinne obrady nad losem brudnych kubków.

Nie chodzi o idealne pięćdziesiąt na pięćdziesiąt. Życie rzadko ma ochotę współpracować z taką matematyką. Jednego tygodnia ktoś pracuje dłużej, drugiego choruje, trzeciego ma więcej energii, a czwartego wszyscy marzą tylko o tym, żeby zamówić jedzenie i udawać, że kosz z praniem jest nowoczesnym meblem. Sprawiedliwy dom nie musi oznaczać równej liczby ruchów gąbką. Powinien jednak oznaczać, że odpowiedzialność jest widoczna, uzgodniona i możliwa do przekazania bez codziennego

kierowania dorosłym człowiekiem za pomocą komunikatów przypominających instrukcję bezpieczeństwa w samolocie.

Jeśli dziś jesteś osobą, która pamięta o wszystkim za wszystkich, pierwszym celem nie jest nauczanie pozostałych mieszkańców perfekcyjnego składania prześcieradła z gumką. Tego prawdopodobnie nie potrafi nawet część ludzkości oficjalnie odpowiedzialna za produkcję pościeli. Pierwszym celem jest odzyskanie kawałka miejsca we własnej głowie. Tak, żeby siedząc wieczorem na kanapie, można było naprawdę siedzieć wieczorem na kanapie, zamiast prowadzić w myślach niewidzialną odprawę: pralka, zakupy, lekarz, żarówka, rachunek, ręczniki, śmieci, karma, filtr, mleko.

Dom sam się nie ogarnie. Niestety.

Ale ty też nie musisz ogarniać go za wszystkich.

Rozdział 1 - Kto właściwie ogarnia ten dom?

Jest 18:42. Jedna osoba wraca do domu i zdejmuje buty. Druga właśnie kończy pracę przy komputerze. Ktoś pyta z przedpokoju: „Co dziś jemy?”. Pada odpowiedź: „Nie wiem”. Teoretycznie jest to proste zdanie opisujące brak wiedzy. W praktyce bywa detonatorem, bo osoba pytana wie bardzo dużo. Wie, że w lodówce są trzy jajka, pół papryki i jogurt, którego data ważności zaczyna budzić pytania etyczne. Wie, że pieczywo skończyło się rano. Wie, że makaron jest, ale sosu nie ma. Wie też, że wczoraj miały być zakupy, tylko nikt ich nie zrobił. I nagle zwykłe „co dziś jemy?” brzmi trochę jak pytanie prezesa skierowane do człowieka, który od dwóch lat prowadzi całą firmę, ale oficjalnie nadal jest „osobą wspierającą”.

Najdziwniejsze w domowych obowiązkach jest to, że duża część pracy nie wygląda jak praca. Odkurzenie widać. Mycie łazienki też. Zakupy da się przynieść w torbach i nawet teatralnie postawić na blacie, żeby wszyscy zauważyli, że oto wydarzył się wysiłek. Natomiast zauważenie, że za dwa dni skończy się karma, porównanie kalendarzy, przypomnienie o przeglądzie auta, sprawdzenie, czy zostały worki na śmieci, zapamiętanie, że ciocia przyjeżdża w sobotę i trzeba zmienić pościel w pokoju gościnnym, nie ma widowiskowej oprawy. Nie słychać muzyki. Nikt nie bije brawo. Najczęściej jedynym dowodem wykonania tej pracy jest to, że katastrofa nie nastąpiła.

I właśnie od tego warto zacząć: domowe obowiązki to nie tylko czynności. To także odpowiedzialność za to, żeby w ogóle wiedzieć, że dana czynność powinna się wydarzyć.

Możesz wynieść śmieci, kiedy ktoś cię poprosi, ale to jeszcze nie znaczy, że odpowiadasz za śmieci. Możesz kupić mleko z wystanej listy, ale to nie znaczy, że zarządzasz zakupami. Możesz umyć wannę w sobotę o 11:00 po trzech przypomnieniach, pytaniu „teraz?” i negocjacji przypominającej rozmowy pokojowe, a mimo to cała niewidzialna część zadania nadal może pozostawać w głowie drugiej osoby.

To rozróżnienie jest ważne, bo wiele domowych konfliktów zaczyna się od dwóch zdań, które jednocześnie mogą być prawdziwe.

„Ja robię bardzo dużo.”

„Ja muszę o wszystkim pamiętać.”

I wtedy obie strony patrzą na siebie z autentycznym niedowierzaniem. Jedna myśli: „Przecież wczoraj odkurzałem, zrobiłem obiad i odebrałem paczkę”. Druga myśli: „Tak, po tym, jak powiedziałam, co ugotować, przypominałam o odkurzaniu i wysłałam kod do paczkomatu”. W dodatku żadna z tych osób nie musi kłamać. Po prostu liczą inną pracę.

Pierwszym krokiem nie jest więc dzielenie obowiązków. Pierwszym krokiem jest zobaczenie, co naprawdę istnieje. To brzmi banalnie, dopóki nie spróbujesz. Gdy ktoś mówi „u nas właściwie niewiele jest do roboty”, wystarczy przeprowadzić mały eksperyment. Przez dwa albo trzy dni zapisujcie wszystkie rzeczy związane z utrzymaniem domu, które ktoś musi zauważyć, zdecydować, zaplanować albo wykonać. Nie tylko „umyć podłogę”. Także „sprawdzić, czy jest płyn do podłogi”. Nie tylko „ugotować obiad”, ale również „wymyślić obiad, sprawdzić produkty, dokupić brakujące rzeczy i pamiętać, że jedna osoba wraca później”.