



Wojciech Eichelberger

Alina Gutek

PATCHWORKOWE RODZINY

Jak w nich żyć

zwierciadło

Wojciech Eichelberger
Alina Gutek

PATCHWORKOWE RODZINY

Jak w nich żyć

zwierciadło

Spis treści

Wstęp	7
--------------------	---

Rozdział 1

Rodzina patchworkowa – dopust boży czy szansa?	15
--	----

Rozdział 2

Ja i ty razem – każde ze swoją przeszłością, ale dla wspólnej przyszłości	25
--	----

Rozdział 3

Oni – nasi byli partnerzy z dziećmi, nowymi połówkami lub bez nich	45
---	----

Rozdział 4

Moje, twoje, nasze i ich dzieci	63
---------------------------------------	----

Rozdział 5

Nasi rodzice, byli teściowie, nasze rodzeństwa, nasi krewni	115
--	-----

Rozdział 6

Przyjaciele: wspólni, osobni, byli i obecni	137
---	-----

Rozdział 7

Codziennosc – jak dzielić czas, uwagę, energię między wszystkich i skupić się na tym, co najważniejsze?	159
--	-----

Rozdział 8

Wakacje – jak je zorganizować, żeby wypocząć? 177

Rozdział 9

Święta, rocznice, urodziny, imieniny –
o czym pamiętać, o czym zapomnieć? 197

Rozdział 10

Dobra komunikacja, czyli jak mówić i jak słuchać 215

Rozdział 11

Wspólne i osobne, czyli jak dbać o wspólnotę,
nie tracąc autonomii 233

Wstęp

Jeszcze niedawno patchworkowe rodziny uznawano za dowód porażki małżeństwa, traktowano z rezerwą. Dziś stanowią stały element rodzinnych konstelacji i są powszechnie akceptowane. Faktu ich istnienia nie zmienia żadne antypatchworkowe zaklęcia. Co więcej, takie rodziny mogą być wspaniałą, choć niełatwą, przestrzenią do życia, do współpracy, kochania się, do rozwoju, o czym dużo rozmawiamy w tej książce.

Jednak z tego faktu rodzice nie powinni czynić czegoś w rodzaju alibi – że skoro „patchworki” są w odwodzie, a oni nie mogą się dogadać, to każdy z nich idzie w swoją stronę i tworzy radośnie nową rodzinę.

Choć takie rozwiązanie bywa nieuniknione, to jednak nie powinno być wybierane pod wpływem wzburzonych emocji, wzajemnych pretensji, zranień. Pochopnie i bez wyczerpania wszystkich możliwości ratowania związku. Wielu ludziom łatwiejsze i prostsze wydaje się zamknięcie raz na zawsze poprzedniego rozdziału niż jego uzdrawianie. Czasem rzeczywiście nie ma co uzdrawiać, ale zawsze warto od tego zacząć.

A może zrobić coś więcej i wcześniej? Pomyśleć już na początku relacji o tym, co stanowi o jej solidności, trwałości? Zastanowić się, jak ją chronić, wzmacniać, uodparniać na wstrząsy, burze i inne kataklizmy? Być może to idealistyczny postulat. Ale nie do końca. Bo jednak wielu parom udaje się zbudować mocną relację na wiele lat. Oni zapewne potrafili o to zadbać.

Zanim porozmawiamy więc w tej książce o skomplikowanej patchworkowej rzeczywistości, zacznijmy od tego, co zrobić, żeby zbudować mocne podstawy relacji, nie czekając aż coś zacznie szwankować.

Alina Gutek: Jeśli przyrównalibyśmy nasz związek do domu, który budujemy od podstaw, czasem w szczerym polu, to wiadomo od czego zaczynamy – od wznoszenia fundamentów. Czy w relacji dwojga bliskich ludzi tym fundamentem jest miłość?

8

Wojciech Eichelberger: Z pewnością tak, ale – jak wiadomo – miłość niejedno ma imię i jest ewoluującym procesem, a nie stanem. Jego punktem startowym jest zakochanie, wzajemna fascynacja i tak silne przyciąganie, że odbiera nam zdolność do krytycznego myślenia. Z tego powodu stan ten jest nazywany żartobliwie „miłosnym szaleństwem” albo „miłosną psychozą”. Jak zwał tak zwał, ale jedno jest pewne – to ponad wszelką wątpliwość niezbędny początek procesu powstawania prawdziwie miłosnej relacji dwojga ludzi. Daje bowiem poczucie mocy i niezachwianej pewności, że osoba, którą nasze serce wybiera jest tą właściwą i jedyną. Bez tej wiary nie byłibyśmy przecież w stanie rzucać się na oślep w odmęty oceanu możliwych zdarzeń. Dobrze więc, że stan zakochania się przydarza. Bo jeżeli wiążemy się w parę wyłącznie na zasadzie transakcji, z wyrachowania, czy pod presją obyczajowego przymusu, to relacja ma słabe szanse na długotrwałe, szczęśliwe trwanie. Trzeba jednak pamiętać, że stan zakochania w którymś momencie się skończy i wtedy okazuje się, że miłość musi długo ewoluować zanim osiągnie swoją w pełni dojrzałą postać, co nie-

rzadko przydarza się nam dopiero w trzeciej części życia.

Alina: Czyli to, co nas na początku połączyło, nawet jeśli jest mega silne, niczego nie gwarantuje? To krucha podstawa tego naszego domu, jakim jest związek?

Wojciech: Tak, ale zarazem to niezbędny początek, impuls do tworzenia silnego fundamentu, jego kamień węgielny. To jakby ziarno albo sadzonka, o którą trzeba się bardzo troszczyć, by się z czasem stała dojrzałym, odpornym na mrozy i wichury drzewem. Ta pierwsza faza może stać się szczególnie trudna, gdy na jej starcie pojawiają się dzieci i nieokrzepłe drzewo musi sprawdzić się w rodzicielstwie.

9

Alina: Mówisz „trzeba dbać”. Jak konkretnie? Na czym to dbanie o relację polega?

Wojciech: Większość związków zawiązuje się na zasadzie: „wiódł ślepy kulawego”...

Alina: ... czyli że obie strony związku mają jakieś braki.

Wojciech: W tym sensie, że osoba, z którą się wiążemy uzupełnia jakiś nasz emocjonalny niedobór, a my w zamian uzupełniamy jej niedobór.

Alina: Stanowimy więc pod tym względem całość.

Wojciech: Na tym etapie tak. Dlatego porównuje się takie związki do dwóch połówek jabłka, które cudem

się spotkały i pasują do siebie jak ulał. W istocie nie spotykają się pasujące do siebie połówki jabłka, lecz nadgryzione, uszkodzone. Tyle, że nadgryzione w taki sposób, że deficyty każdego mogą być kompensowane przez mocne strony tego drugiego. Tak czy owak, to dobrze, że się spotykają. Ale lepiej nie ulegać pokusie uznania tej fazy ewolucji miłości za jej stację końcową. Bo miłość w imię trwałości związku potrzebuje dojrzewać dalej, zmierzać do tego, by każde z nadgryzionych jabłek zaleczyło swoje rany i stało się osobnym, kompletnym jabłkiem. A żeby to się mogło wydarzyć, to oba jabłka muszą wspierać się wzajemnie w przekraczaniu swoich deficytów i ograniczeń.

10

Alina: W powszechnej opinii połówki jabłka powinny dążyć do tego, żeby się scalić i stanowić jedność. A ty mówisz, że każda powinna dążyć do oddzielenia i inwestować w oddzielność drugiej!

Wojciech: Sklejenie z drugą połówką może – na wczesnym etapie ewoluowania miłości – wydawać się niezbędne dla trwania związku. W istocie jednak, na dłuższą metę, jest dla niego wielkim niebezpieczeństwem, ponieważ proces ewolucji miłości zamraża się i wyraża w upokarzające dla obu stron uwikłanie. Dlatego celem związku powinno być dążenie do tego, aby ten, kto ślepy, przejrzał na oczy, a ten, kto kulawy, przestał kuleć. Tylko wtedy spotkają się kiedyś jako ludzie zrealizowani, wolni, autonomiczni, chcący być ze sobą, bo tak wybierają, a nie dlatego, że nie widzą innej możliwości. I dopiero wtedy proces ewolucji ich miłości się zakończy.

Alina: Czyli miłość ma swoje kontinuum. Amerykański psycholog, profesor Robert Sternberg podzielił ją na trzy etapy: namiętność, intymność, zaangażowanie. W każdym etapie chodzi o coś innego, w każdym budujemy nową jakość. Ty podkreślasz, że miłość musi być poparta pracą nad sobą. A nad związkiem?

Wojciech: Zauważmy, co komunikujemy w pierwszych miłosnych wyznaniach. Otóż powtarzamy wielokrotnie i z zapalem: „nie mogę bez ciebie żyć”. W ten sposób pokazujemy siłę rodzącej się więzi. Ale nie wolno nam traktować tego oświadczenia dosłownie. Dorosłość i dojrzałość polegają na tym, że możemy żyć samodzielnie. Wyznanie miłości prawdziwej powinno więc brzmieć mniej więcej tak: „Wiem, że naprawdę kocham, bo niczego od ciebie nie potrzebuję. Mogę bez ciebie żyć – ale wybieram życie z tobą, bo cię kocham”.

11

Alina: Takie miłosne oświecenie jest możliwe dopiero na finiszu naszego życia?

Wojciech: Niekoniecznie. Wiele zależy od punktu startu, czyli od tego, jacy ludzie się spotykają, z jaką samoświadomością i jakie mają niedobory, czy emocjonalne zranienia. Tu nie ma powszechnej reguły. Zwykle jednak jakiś czas musi upłynąć, żeby dojrzeć do takiej miłości. Wiele związków nieświadomie i długo tkwi w uwikłaniu i dopiero po jakimś wstrząsie odkrywa, że to nie była miłość. Takim wstrząsem bywa wyjście dzieci z domu, czyli syndrom pustego gniazda.

Alina: Dzisiaj, kiedy wszystko jest płynne, ma krótki termin ważności, wiele osób myśli: Po co się trudzić nad ratowaniem związku, skoro mogą zacząć nowy. Ale ten nowy też może mieć krótki termin ważności, jeśli nie odrobimy lekcji z poprzedniego. Co warto zrobić na pewno zanim zdecydujemy się wyjść z pierwszej rodziny?

Wojciech: Wszystko co możliwe. Ale kluczem jest dbanie o własny rozwój, poszerzanie swojej samoświadomości, przepracowanie swoich deficytów, traum i jednoczesne wspieranie partnera/ki w robieniu tego samego. Tylko wtedy proces ewolucji miłości zakończy się sukcesem. Słowem: zabiegajmy o swoją autonomię i autonomię drugiej osoby w związku. Pamiętając jednak o tym, że nasza prawdziwa wolność przejawia się również w tym, że potrafimy dobrowolnie i pogodnie zrezygnować z jej części na rzecz partnera/ki i samego związku, a nade wszystko na rzecz naszych nieletnich dzieci.

Alina: Załóżmy, że mamy już fundament, czyli dojrzałą, a nie iluzoryczną miłość. Z czego budować dalej ten dom? Z podobnych wartości, przekonań? W jakim stopniu opierać tę konstrukcję na tym, co wspólne i podobne?

Wojciech: W dojrzałym związku nie chodzi o to, żeby patrzeć na siebie we wzajemnym zachwycie i we wszystkim się zgadzać, lecz o to, by obie osoby pracowały nad sobą i patrzyły w tę samą stronę. Czyli żeby łączyły je ważne dla obojga sprawy, cele, na rzecz których wspólnie działają. To powinno ludzi łączyć w każdym związku, także w patchworkowym.

Oddając do rąk czytelniczek i czytelników tę książkę, nie chcemy – o czym piszemy – w żadnym razie promować patchworku. Zresztą nikt racjonalnie myślący nie dałby się nabrać na taką promocję! Wszak rodziny patchworkowe to niesłychanie trudne zadanie, wymagające wysiłku, zaangażowania, cierpliwości, mądrości. Ta książka nie jest więc zachętą do zawiązywania patchworkowych rodzin, lecz opisem urealnającym ich trudną rzeczywistość, podręcznikiem podpowiadającym, jak poruszać się w tej trudnej krainie, jak po niej nawigować, żeby nie narobić jeszcze większego zamieszania.

Rozdział 1

*Rodzina patchworkowa – dopust boży
czy szansa?*

Alina: Jedno jest pewne – to duże wyzwanie.

15

Wojciech: Oj tak. Wyzwanie dla systemów rodzinnych, które tworzą ten patchwork i dla każdego członka. Wiem coś na ten temat, bo sam byłem częścią takiej rodziny. Mam dwóch dorosłych synów z poprzedniego małżeństwa, a moja była partnerka jest mamą córki i syna. Mogę więc powiedzieć, że jestem doświadczonym patchworkowym ojcem i ojczymem. Ale mam też sporo w tej materii doświadczeń zawodowych, bo wielu ludzi przychodzących do mnie po psychologiczną pomoc to osoby z takich rodzin.

Alina: Mamy więc trochę inne doświadczenia, bo ja jestem w jednym związku od 44 lat. To może dobrze, że wnosimy do wspólnej książki dwie różne optyki.

Wojciech: No nie do końca różne. Ja też byłem w moim drugim związku ponad 30 lat.

Alina: Chcesz powiedzieć, że wszystko przede mną? Powiedzmy jasno: nie zamierzamy w tej książce propagować rodzin patchworkowych, bo takie zarzuty już słyszę.

Wojciech: Absolutnie nie. Za moim udziałem w tworzeniu tej książki nie stoi intencja zachwalania patchworkowej wersji rodziny. Uważam, że trzeba robić wszystko, żeby rodzina klasyczna przetrwała, pracować nad nią, pielęgnować ją, chronić i wzmacniać.

Alina: Fakty są jednak brutalne. Jak podaje GUS, w 2023 roku rozwiódło się 56892 tysiące małżeństw na 146 tysięcy zawartych. W latach 1980-2023 liczba rozwodów w Polsce wzrosła z 39833 do tych prawie 57 tysięcy. W ostatnich latach widoczna jest stabilizacja, zapewne dlatego, że maleje liczba zawartych małżeństw. Bo statystyki nie obejmują ludzi z niesformalizowanych związków, a oni też się przecież rozstają.

Wojciech: To ogromny społeczny problem. Te prawie 57 tysięcy (plus niesformalizowani) wchodzi w kolejne związki na ogół z partnerami z tzw. matrymonialnego rynku wtórnego i tworzy czasem wielopiętrowe patchworkowe systemy. Z moich zawodowych doświadczeń wiem, że ci ludzie czują się zagubieni, winni, nie wiedzą, jak żyć i jak układać relacje w patchworkowym systemie. Jeżeli mamy stawiać sobie na wstępie tej książki jakiś cel, to jest nim pomoc tym

osobom, by mogły lepiej odnaleźć się w nowej trudnej sytuacji.

Alina: To pokażmy się o sformułowanie tych trudności. Pierwsza, jaka sama się nasuwa: patchworkowi partnerzy budują na gruzach, wchodzi w nowe związki z niezagojonymi ranami...

Wojciech: ...dobrze jest je najpierw zaleczyć, zanim wejdziemy w kolejne bliskie relacje. To ważne dla sukcesu kolejnej rodziny.

Alina: Druga trudność: w powstałych systemach pojawia się wielu uczestników, a każdy z nich jest równie ważny.

Wojciech: Porównałbym spotkanie tych systemów do kolizji dwóch transatlantyków. Na każdym z nich jest system rodzinny, który już się zorganizował, ukonstytuował, który ma za sobą wiele doświadczeń, zwyczajów, rytuałów i płynie w jakimś kierunku. Transatlantyki się mijają i nagle, na przykład, zameężna matka stojąca na burcie jednego z nich widzi na drugim mężczyznę, o którym zawsze marzyła, ale pech chciał, że jest on żonatym ojcem. Nawiązują kontakt, zakochują się i decydują, żeby być razem. Ale już nigdy nie będą mogli popłynąć na swoim własnym statku, tam gdzie chcą, bo każde z nich ciągnie za sobą wszystkich pasażerów transatlantyku, na którym dotychczas podróżowali. Powstaje ogromne zamieszanie, ludzie nie wiedzą, na którym ze statków mają płynąć dalej, jaki obrać kurs, część chce winnych katastrofy wsadzić do szalupy ratunkowej i zostawić na oceanie, ale wtedy nie wiadomo,

co zrobić z ich dziećmi, z byłymi partnerami, teściami i resztą krewnych. W końcu nie ma innego wyjścia, jak tylko związać oba statki linami, przerzucić między burtami trapy i uzgodnić jakiś kompromisowy kurs.

Alina: Część nie chce płynąć dalej na takich połączonych statkach. Mimo to trzeba jakoś razem funkcjonować. W tak zwanych rodzinach pierwszych (przed rozводом) też są trudności, ale ich skala jest nieporównanie mniejsza.

Wojciech: Dodajmy dla porządku, że rodziny patchworkowe tworzą się tylko wtedy, kiedy przynajmniej w jednym pierwszym związku są dzieci. Bo gdy rozstają się dorosłe osoby bez dzieci, to jeśli zechcą, mogą rozejść się na zawsze. A jeśli jedna z nich zwiąże się z kimś, kto też nie ma dzieci, to spokojnie mogą odpłynąć w dal na swojej łodzi. Nie ma wtedy potrzeby żmudnego zszywania patchworku. Dzieci są elementem, który decyduje o powstaniu patchworkowej rodziny, bo mama i tata zawsze będą ich rodzicami, niezależnie od tego, jak się zachowają po rozstaniu i gdzie los ich poniesie. Dlatego rozstający się rodzice małych, jeszcze niesamodzielných dzieci powinni podejmować wysiłek dalszego ich wychowywania i troski o nie mimo wszystkich trudności i komplikacji, jakie niesie ze sobą patchworkowy system. Na szczęście rodzice na ogół nie zaniedbują swoich pierwotnych dzieci, jakby zdawali sobie sprawę lub przeczuwali, że właśnie im najwięcej się należy.

Alina: Radzenie sobie z uczuciami i emocjami to kolejna trudność. Potrzeba czasu, żeby je okiełznać?

Wojciech: Tak, czas na ogół leczy rany. Ale jak ktoś się uprze, to nawet upływ czasu mu nie pomoże. Każdy z nas ma przestrzeń wyboru – albo otwieramy się na tę zmianę i czerpiemy z niej to, co możliwe, albo żyjemy w wiecznym resentymentcie i czepiamy się przeszłości. Ci ostatni to ludzie, którzy nie chcą, żeby czas zbliżył ich rany i wiecznie je sobie rozdrapują, powodując mnóstwo niepotrzebnego zamieszania i cierpienia w całej rodzinie.

Alina: Ludzie decydujący się na patchwork powinni sobie uświadomić, w co wchodzi, na co się decydują.

Wojciech: I w jakim momencie życia. Bo na podjęcie decyzji o dalszym życiu w patchworku istnieją lepsze i gorsze okresy oraz lepsze i gorsze sposoby rozpoczynania karkołomnej patchworkowej drogi. Bardzo złym sposobem przechodzenia z pierwszej, klasycznej rodziny do patchworkowej jest budowanie w trakcie trwania pierwszego związku drugiego równoległego, zakonspirowanego. Czyli przechodzenie z jednej relacji w następną „na zakładkę”. Z pewnością mniej kłopotów i komplikacji emocjonalnych mają ci kaskaderzy, którzy między jednym związkiem a drugim robią sobie przestrzeń na samotność i refleksję. Wtedy można mieć większą pewność, że ta trudna i odpowiedzialna decyzja została gruntownie przemyślana.

Alina: Trudności w patchworkach jest mnóstwo, ale równie dużo możemy sobie zafundować, zostając w toksycznym związku w imię ratowania rodziny. Lepiej odejść z chorego układu niż w nim tkwić?

Wojciech: To ważny problem moralny i etyczny. Niełatwo w takiej sytuacji rozstrzygnąć, które rozwiązanie jest mniejszym złem albo większą cnotą: podtrzymywanie toksycznego związku czy odejście? Tym bardziej, że nasza tradycja i przekaz religijny za wartość uznają niesienie krzyża do końca w każdej sytuacji.

Alina: O czym przypomina przysięga małżeńska: że cię nie opuszczę aż do śmierci.

Wojciech: Ale jak się przyjrzymy bliżej ludziom, którzy trwają w takich związkach, to widać, że wielu pozostaje w nich nie dlatego, że przejęli się religijnym postulatem, lecz z bezsilności, uzależnienia, uwikłania lub z lęku przed konfrontacją z nieznanym. Konserwowanie swoich lęków i ograniczeń trudno nazwać cnotą. W tej sytuacji jest nią raczej odwaga. Tylko ludzie, którzy wybierają walkę o stary związek świadomie i z poczuciem, że stać ich na odejście, mają szansę przejść przez kryzys i przekształcić go w jakąś lepszą wersję.

Alina: Tymczasem przed patchworkami otwierają się też szanse. Bo ci ludzie na ogół robią wszystko, żeby nie powielać błędów, które popełnili w poprzednich małżeństwach.

Wojciech: Czasami są mądrzy po szkodzie i bardziej się starają. Ale urządzenie sobie życia od nowa to skrajnie trudne wyzwanie i szybka ścieżka dojrzewania. Bo trzeba obudzić w sobie mediatora, ogromną cierpliwość, takt, superinteligencję emocjonalną, empatię, umiejętność komunikowania się – by wymienić tylko te najważniejsze cechy. Budowanie związków w rodzinach pa-

tchworkowych można porównać do zaocznych studiów psychologicznych na poziomie uniwersyteckim.

Alina: Pytamy w tytule rozdziału, czy patchwork to dopust boży, czy szansa. Według mnie szansą może być na przykład to, że bezdzietny partner wzbogaca się o dzieci drugiego, które czasami są jego jedynymi dziećmi.

Wojciech: To prawda, ale wiele zależy od tego, czy drugi rodzic tych dzieci żyje, czy jest w związku, czy nie, czy ma nowe dzieci itd. Rodzinny patchwork to niezwykle skomplikowane uniwersum o niezliczonej liczbie uwarunkowań i wariantów. Ale jeśli zdobędziemy się na wszystko, na co nas stać, to mamy ogromną szansę na szybkie dojrzewanie. Ta szansa otwiera się zresztą przed wszystkimi członkami patchworku.

Alina: Przyszywani rodzice są na ogół bardziej obiektywni, wyluzowani. Nie napinają się tak jak biologiczni.

Wojciech: To prawda. Bo być patchworkowym rodzicem to trochę tak, jak być na miejscu dziadka, który kocha te dzieci, ale nie bierze pełnej odpowiedzialności za ich wychowanie, nie potrzebuje, by realizowały jego ambicje czy zaspokajały potrzeby. Dzięki temu relacja z ojczymem bywa dla przyszywanych dzieci, dla ich dalszego rozwoju, bardzo pożyteczna.

Alina: W takim tygłu, jak rodziny patchworkowe, zawsze coś się dzieje – ktoś ma problem, ktoś sukces. Intensywne życie mamy jak w banku.

Wojciech: Oj tak, otwiera się ogromna scena, czasem dramatyczna, czasem komediowa. Jeśli uda nam się ułożyć relacje między wszystkimi podmiotami: byłymi partnerami, rodzinami, dziećmi, to wszyscy możemy wzajemnie wносить do wspólnego życia wiele wspaniałych przeżyć, emocji, możemy z tego czerpać pełnymi garściami.

Alina: Takie rodziny nazywa się zrekonstruowanymi, posklejanymi, nowymi, po przejściach, wielopiętrowymi. Mnie najbardziej podoba się ta nazwa: rodzina patchworkowa.

Wojciech: Mnie też. Metafora patchworku trafnie oddaje zasadnicze cechy tego systemu. No bo patchwork to najczęściej narzuta albo poszewka uszyta z bardzo wielu fragmentów pochodzących z różnych części niepotrzebnej już odzieży, zasłon, kołder itp. Każdy z tych fragmentów ma swoją silną indywidualność, autonomię i historię, ale w procesie powstawania patchworku stają się częścią pięknej, harmonijnej całości.

Alina: Bardzo często nie szyje się go w pojedynkę, to koronkowa robota wymagająca współpracy i fantazji. Był taki film „Jak uszyć amerykańską kołdrę” z Winoną Ryder. Panna młoda przygotowuje się do ślubu, a kobiety z jej rodziny siadają przy wielkim stole, by szyć dla niej kołdrę z kawałków materiału. Wspominają przy tym, dowcipkują, dzielą się swoim doświadczeniem, a wszystko to robią z humorem, skupieniem i oddaniem.

Wojciech: Podobnie szyje się rodzinny patchwork, on też wymaga czasu, uwagi, staranności, a gdy już wszystko się zszyje, to wychodzi piękna całość. Potem oczywiście wymaga konserwowania, bo taka rodzina to niejednolita „tkanina”, można ją łatwo uszkodzić, łatwo może się popruć, więc potrzebuje troski. Nasza książka jest o tym, jakie trudności towarzyszą temu procesowi, na co uważać, czego się wystrzegać, jak ustawiać priorytety.

Alina: Czyli o tym, jak szyć i pielęgnować patchwork. Nie podamy jednak gotowego, dobrego dla wszystkich przepisu, bo taki po prostu nie istnieje.



Jak żyć w patchworkowej rodzinie i się nie pogubić? Jak ją zbudować, by nikt nie został bez swojego miejsca?

W ostatnich latach liczba zawieranych związków małżeńskich spada, za to rośnie liczba rozwodów. Według danych GUS w 2024 roku na rozstanie zdecydowało się 57 tysięcy małżeństw – a statystyki te nie obejmują niesformalizowanych związków, które również się rozpadają. Tysiące osób wchodzi w kolejne relacje – często z tzw. rynku matrymonialnego wtórnego – tworząc wielopoziomowe, skomplikowane patchworkowe systemy rodzinne.

Współczesne rodziny złożone z dzieci „moich, twoich i naszych”, a także z ich mam i ojców, czyli byłych partnerów, i ich nowych potomków – nie są już unikatowym zjawiskiem. Jeśli żyjesz w takiej rodzinie, to według danych GUS jesteś w grupie około miliona polskich patchworkowych rodzin. Przez niektórych ich członków traktowane są one jako dopust boży, przez innych – jako życiowa szansa. Niewątpliwie jednak życie w nich może być nie lada wyzwaniem.

Z praktyki terapeutycznej Wojciecha Eichelbergera wynika, że osoby w takich układach często czują się zagubione, winne, przytłoczone. Nie wiedzą, jak układać relacje w nowej rodzinie: z byłymi partnerami, dziećmi, z nowymi miłościami i ich dziećmi. A przecież w rodzinnych konstelacjach są jeszcze inne osoby – obecni partnerzy byłych partnerów, krewni, przyrodnie rodzeństwo... Czasem można się naprawdę pogubić.

Wojciech Eichelberger i Alina Gutek nie lukrują rzeczywistości, ale też nie straszą – dzielą się doświadczeniem, wiedzą i pomagają zrozumieć mechanizmy, które rządzą patchworkowym życiem.

To świetny przewodnik, w którym znajdziesz m.in.: wskazówki, jak budować i dbać o relacje w rodzinie patchworkowej, oraz narzędzia do radzenia sobie z emocjami, konfliktami i oczekiwaniami.

Sugerowana
cena detaliczna: 44,90 zł

ISBN 978-83-8132-688-9



9 788381 326889 >

Patroni medialni:

zwierciadło.pl

psychologia dla Ciebie
sens

Książka dostępna na sklep.zwierciadlo.pl
Książka ukazała się jako ebook.

