

Podrška roditeljima u stvaranju zdravog odnosa s djetetom

Dugotrajni boravak unutar svoja četiri zida predstavlja veliki izazov za sve nas. Sasvim sigurno više nego ikad imamo prilike vježbati svoje socijalne i emocionalne vještine unutar naših svakodnevnih obiteljskih odnosa. Kako bi olakšali ovaj životni period i zahtjeve koje se stavljaju pred nas, evo što nam o odnosima velikih i malih govori međunarodno priznati obiteljski terapeut, Jesper Juul.

Prema njemu, ključ zdravog odnosa između roditelja i djeteta temelji se uvažavanju dječjih kompetencija, međusobnom poštivanju integriteta, dosljednosti i zdravom postavljanju granica, odnosno ravnoteži između riječi "DA" i "NE" u odgoju. Jedna od stvari koju bi roditelji i odgajatelji trebali osvijestiti jest činjenica da se dijete rađa kompetentno, sa svojim znanjima, vrijednostima i kriterijima vrednovanja. Umjesto toga, često se ponašamo prema njemu kao da je on neka vrsta „prazne ploče“ na koju roditelji mora prenijeti svoje znanje, vještine i kompetencije. Takav odgojni model negira djetetovu osobnost i izaziva kod njega nesigurnost koje dugotrajno može biti štetna za razvoj njegovih socio-emocionalnih vještina. Ako pažljivo promatramo dijete, možemo ustanoviti da on nije pasivan subjekt, već naprotiv aktivni, neovisni i samostalni akter u socijalnim odnosima. U drugoj godini života dijete postepeno počinje pokazivati sve veću samostalnost i neovisnost u stvarima koje radi. Počinje samostalno razmišljati, osjećati i djelovati. Tu djetetovu dob pogrešno nazivamo „razdobljem prkosa“. Preispitivanjem naših vjerovanja o djetetovim mogućnostima i sposobnostima shvaćamo da je to ponašanje način pokazivanja vlastite samostalnosti i želje da aktivno sudjeluje u učenju novih vještina i ponašanja.

Sva djeca posjeduju vlastiti integritet, individualnost, karakter, tjelesno i mentalno ja i vlastite osobne granice. No usprkos tome što imaju dobru sposobnost određivanja svojih granica u odnosima s drugim osobama ne mogu zaštititi svoj integritet pred odraslim osobama. Često roditelji ne dopuštaju djetetu da izrazi svoje osjećaje, želje i potrebe. Ako se to događa prečesto, dijete će početi zatomljavati svoje osjećaje, pretvarati se, dok na koncu potpuno ne izgubi vlastiti integritet. Kao rezultat toga dijete gubi samosvijest te se u njemu razvija osjećaj krivnje. Iz dana u dan gubi djelić sebe i sve više i više postaje ono što drugi žele. Da bi osigurali emocionalnu dobrobit djeteta potrebno je poštivati djetetovu osobnost i

integritet, što s jedne i druge strane zahtijeva postavljanje granica i međusobnu suradnju. Osobni integritet čini osjećaji, vrijednosti i misli pojedinca, te poštivanje tih osjećaja i vrijednosti. Do povrede osobnog integriteta najčešće dolazi kada ismijavamo, kritiziramo ili odbacujemo nečije mišljenje, potrebe i osjećaje. Međutim, nećemo narušiti integritet ako ne ispunimo nečiju želju ili očekivanje, npr. ako djetetu ne kupimo sladoled ili skupe tenisice. Svi imamo imaju pravo željeti, što ne znači da sve želje uvijek moraju ispuniti. Unutar obitelji najčešće dolazi do sukoba upravo kod postavljanja granica, i to onih osobnih. Postoje dvije vrste granica, opće i osobne. Opće granice su granice i pravila koja su dio naše kulture i društva i ona su prisutna prije našeg rođenja i obrazovanja. Većina djece se vrlo dobro snalazi i živi unutar općih granica. Osobne granice svakog pojedinca ovise o njegovoj osobnosti, temperamentu, porijeklu, osobnim vrijednostima, promjeni raspoloženja i sl. Poštivanje osobnih granica jednako je važno kao i poštivanje općih granica. Dijete možda neće uvijek shvatiti važnost poštivanja istih, ali je na roditelju/odgajatelju da mu objasni važnost toga, iskreno i s toplinom. Ovdje ne bi trebalo biti prostora za manipulaciju, jer dijete jako dobro razumije kada nismo iskreni prema njemu. Također, u iskazivanju vlastitih osobnih granica se ne bi smjelo kritizirati ili umanjivati djetetovo ponašanje kao reakciju na postavljene granice jer na taj način riskiramo dobiti neželjeni efekt.

Ne zaboravimo da naša ponašanja prema djetetu utječu na razvoj njegovog povjerenja u nas. Većina roditelja i odgajatelja bi voljela uvijek moći reći DA. Riječ DA je svakako simbol ljubavi, naklonosti, prihvaćanja od strane onog koji ju izgovara. U jezičnom smislu, riječi DA bi se čak mogla pripisati uloga koda za dobar i zdrav odnos. Nema zapravo ništa loše u tome ako uvijek i svemu govorimo DA, ali samo ako je taj DA rezultat iskrenosti i oslobođen skrivenih motiva ili očekivanja roditelja prema djetetu. Vrlo često se iza "DA" koje izgovaraju roditelji ili odgajatelji zapravo skriva toliko željeno, ali neizrečeno "NE".

Reći "NE" posebno je teško kad je roditelj svjestan da može udovoljiti djetetovim zahtjevima. Tada dolazi na vidjelo važnost vrijednosti, kulture i alata koje roditelj ili odgajatelj želi prenijeti djetetu. Ukoliko je zaista želja roditelja prenijeti određene vrijednosti, u odgoju nema previše mjesta isključivo za odgovorima koje završavaju sa "DA". Ako roditelju nedostaju sigurnost i jasnoća u odgovorima koje daje djeci, oni će to lako prepoznati i shodno tome se ponašati. Na primjer, ako o sebi govorimo u trećem licu, ne možemo očekivati da ćemo

ostaviti snažan dojam i uspjeti jasno izraziti svoje potrebe i granice. Roditelji bi u svojim porukama i ponašanju trebali biti što jasniji i dosljedniji. Što je jasnija poruka koja se želi prenijeti biti će i uspješnija komunikacija između jednih i drugih. Riječ "NE" ne mora nužno biti izrečena kritički ili uvredljivo. Na taj način izbjeći će se ostavljanje gorkog okusa u ustima i traga negativnosti na djetetu. On ima svakako pravo osjećati se tužnim ako njegova potreba nije u tom trenutku zadovoljena, ali se neće osjećati loše kao u slučaju kritički izgovorenog "NE" prema njemu. Ako bi uspoređivali riječ DA i NE, riječ NE trebala bi biti izrečena u najmanju ruku s istim tonom kao i riječ DA, jer je jednako važna u odgoju djeteta. Ako je NE suviše blag i mekan gubi na istinitosti i vrijednosti. Osobno NE je ujedno i najbolje NE. Na taj način djeca uče poštivati potrebe i granice drugih osoba. Svijest o tome da roditelji misle to što kažu i kažu to što misle, najbolji je i najtrajniji dar koji se djeci može dati. Zaista, sukobi između roditelja i djece često u sebi skrivaju jednostavnu činjenicu što odrasli ne znaju, ili se ne sjete, izraziti svoje potrebe, želje i granice jasnom osobnom porukom.

"Razmaženost, na koncu, ne znači da djeca dobivaju previše onoga što žele, već da dobivaju premalo onoga što im je potrebno". (Jesper Juul)

A za one koji žele znati više, u nastavku možete vidjeti korištenu literaturu:

Literatura:

1. Juul, J. (2008). Kako reći "ne" mirne savjesti
2. Juul, J. (2006). Ovo sam ja! Tko si ti?
3. Juul, J. (2008). Vaše kompetentno dijete

Pripremila: Unita Precetti, odgajatelj