



Dilema postavljanja granica djeci i mladima

Konzumersko društvo i ekonomija sreće suprotstavljeni odnosu ravnopravnog dostojanstva roditelja i djece bio je uvodni kontekst predavanja profesorice Jasenke Pregrad na temu Dilema postavljanja granica djeci i mladima u Mjesecu zdravlja obitelji u Poreču. Predavanje je posjetilo više od 120 roditelja, što je pokazalo da je tema važna te da su granice nešto s čim se suvremeni roditelji u odgoju muče.

Kad je riječ o postavljanju granica djeci i mladima onda je riječ o svakodnevnoj problematici s kojom se roditelji suočavaju. Kao roditelji želimo svojoj djeci najbolje, pružamo i ono što sami nismo imali, a kad zastanemo da vidimo kuda nas to vodi, često je već kasno. Kao što profesorica Pregrad navodi, toliko smo u ulozi roditelja opterećeni dječjom srećom i njihovim trenutačnim zadovoljstvom da smo naprosto zaboravili koliko je važno učiti djecu da se nose s takozvanim "neugodnim" emocijama i životnim poteškoćama ili izazovima. Istraživanja pokazuju da je izbjegavanje teških osjećaja (ljutnje, tuge i straha) najveći krivac za porast učestalosti depresije u populaciji, a k tome značajno više na štetu djece i mladih u odnosu na odrasle. Upravo navedene "neugodne" emocije imaju važnu poruku, zaštitnu funkciju i nose energiju za djelovanje. Drugim riječima, neugodne emocije su prva obrambena crta protiv upada u osobni teritorij, gubitka granica i zaštite od opasnosti. Vježbanje upornosti i samostalno rješavanje zahtjevnih zadataka kod djece podiže optimizam, samopoštovanje i samopouzdanje te ih priprema na kasnije rješavanje problema u životu, istakla je Jasenka Pregrad.

Trebamo imati na umu da se samopoštovanje u djece ne razvija roditeljskim divljenjem nego poštivanjem djeteta (njegove osobnosti i njegovih osjećaja). Isto tako samopouzdanje u djece se ne razvija neprestanim hvaljenjem djeteta niti čuvanjem od frustracija i životnih neuspjeha nego se gradi pomažući djetetu da vlastitim trudom i vještinama savlada teškoće i dođe do uspjeha.

Kad je riječ o odgoju problem leži u razlici između ciljeva tradicionalnog i modernog roditeljstva. Prije otprilike 25 godina redefinirali smo odgojne ciljeve dok su nam odgojni postupci ostali isti. Moderni roditelji imaju nove ciljeve – žele odgojiti sretnu i zadovoljnu djecu, pa umjesto da ih uče kako da postanu i ostanu zadovoljni, oni se prečesto trude vratiti osmijeh na dječje lice.

Rješenje leži u pronalasku novih odgojnih postupaka. Djecu je potrebno odgajati odnosom u kojem se poštuje ravnopravno dostojanstvo roditelja i djeteta, a ne isključivo autoritetom ili podilaženjem (usrećivanjem) djetetu.

Kako bismo takvo što postigli potrebno je naučiti postavljati granice. Dakako tu si postavljamo mnoga pitanja:

- Što nam je tu zanimljivo i teško?
- Jesu li MOJE granice u redu? (strome, razumne, je li to važno?)
- Kako da ih JA izrekнем? (da ne povrijedim, a da me shvate ozbiljno)
- Što da radim (JA) kad ih ne poštuju? (odustati, popustiti, tumačiti, držati prodike, vikati, kazniti, tući)
- Kako postaviti SVOJE OSOBNE (naše obiteljske) granice prema djeci i mladima?

Zbog teškoće da kažu NE, roditelji često pitaju čemu treba govoriti DA, a čemu NE. Međutim, na to pitanje roditelji trebaju sami sebi odgovoriti na način da se pitaju do kojih vrijednosti, pravila i potreba oni i njihova obitelj drži, što je njima važno i vrijedno. Jer ni jednoj obitelji nije cilj (pokušati) napraviti "idealnu" obitelj, nego graditi "našu" obitelj. Dakle, na pitanje čemu reći DA ili NE odgovara svaka obitelj za sebe. Stručnjaci mogu pomoći oko toga kako reći DA ili NE i kako se nositi s reakcijama djece.

Profesorica Pregrad nadalje tumači kako problemi u odgoju vrlo često nastaju jer:

- Odrasli dječje NE tumače suviše osobno i ne shvaćaju ga kao nešto što djeca govore u svoju korist (o sebi), a ne protiv odraslih.
- Odrasli ne govore NE protiv svoje djece nego u svoju korist (o sebi) ili u korist djeteta (o životu).
- Roditelj mora voditi i odlučivati inače se pretvori u žrtvu djeteta, a to ne koristi ni jednoj strani.
- Prvih 18 mjeseci = u pravilu govorimo dječjim potrebama DA, a time mnogim našim roditeljskim potrebama NE (po mogućnosti samo za one najvažnije dječje potrebe), no kroz kasnije odrastanje djeteta ima mnogo smisla reći roditeljsko NE na pravome mjestu i u pravo vrijeme (čuvanje osobnih granica).
- Mala djeca (1 – 5 god.) su obuzeta sobom i vlastitim potrebama i željama i upoznavanjem svijeta = zadovoljiti svoje potrebe i upoznati roditelje (što (ne)vole, što (ne)hoće...).
- To učenje zahtijeva jasnoću i ponavljanje. Potrebno je shvatiti da su granice jasne, iskrene i iz ljubavi i brige prema djetetu i/ili

prema sebi. Nerijetko pomutnju stvara nerazlikovanje dječjih potreba od dječjih želja. Djeca često nisu svjesna svojih potreba, ali gotovo uvijek znaju što žele. Zato su im potrebni roditelji koji imaju u vidu njihove potrebe, svoje potrebe, dugoročne ciljeve, prioritete i mogu (na podlozi toga) donositi odluke. Ako roditelji ne odlučuju, nego zadovoljavaju dječje želje, onda djeca odlučuju, a to nije njihova zadaća i dakako da će donijeti krive odluke. U suštini ne bismo smjeli reći NE osnovnim dječjim potrebama: za povezanošću, bliskošću, hranom, brigom, odjećom i spavanjem. Svemu ostalome možemo reći NE!

Kad kažemo NE djeca postaju frustrirana, razočarana, tužna, ljuta i počinju plakati. To treba shvatiti ozbiljno (jednako kao i sebe i svoje NE)!

Pritom treba znati:

- da je to nužno i hranjivo za odrastanje
- ne uvjeravati ih (u to da misle/osjećaju krivo ako su tužni, kako ne bi trebali tako)
- ne kritizirati
- ne ismijavati
- ne okrivljavati (od 2. do 5. godine okrivljavanje izravno ugrožava osjećaj osobne vrijednosti i samopoštovanja)
- ne tješiti i ne zaustavljati nezadovoljstvo
- prihvatiti da je dijete nezadovoljno i suosjećati s njim i ostati dosljedan sebi
- otići se baviti onim što je obitelji/nama važno (ne razmišljati isključivo – kako ćemo sad pustiti dijete u nevolji?)
- pustiti djetetu vremena da se pomiri s našim NE i da iz te pozicije onda pristane uraditi kako tražimo
- izdržati djetetovu tugu i ljutnju (ono ima pravo na svoje osjećaje, ima pravo biti ljuto i tužno – ne možemo djetetu zabraniti da odtuguje neko naše NE, biti dosljedni sebi jer je NE onda kada mi procjenjujemo da ga treba reći za dijete zapravo korisno).

Ukoliko biste voljeli znati nešto više o zadanoj temi profesorica Pregrad preporučuje sljedeću literaturu koja je dostupna u našoj zemlji:

- Jesper Juul: Ovo sam ja! Tko si ti?
- Jesper Juul: Znati reći NE mirne savjesti
- Jesper Juul: Vaše kompetentno dijete Pelago, Zagreb, 01 48 52 505 naklada.pelago@zg.t-com.hr
- Martin Seligman: Optimistično dijete IEP – DZ, Zagreb, 01 383 12 96 iep@iep.hr

Sandra Milotti Ašpan, prof. psihologije
Zdravi grad Poreč
fond-zdravi-grad@pu.t-com.hr