

ŠOLA ZA VZGOJO STARŠEV

Ni težavnih otrok, so samo težavni starši

Trme pri otrocih ne priznavata. Pravita, da je to zgolj opravičevanje (nestrpnih) reakcij staršev ob tem, ko otrok premika meje. Pravzaprav je glavno sporočilo Mojce Stonič in Tjaše Kočevar Dakić, ki sta lani ustanovili šolo za vzgojo staršev, prav v tem, da vse morebitne težave, pred katerimi se starši znajdejo v procesu vzgoje, izhajajo iz (napačnih) vzorcev in prepričanj, ki so jih dobili sami kot otroci. Če želijo vzgojiti zadovoljivega in uspešnega otroka, je zato smiselno najprej »počistiti«
pri sebi.

Jana Zupančič Grašič

Vzgoja se začne z rojstvom in prva leta so najbolj pomembna za oblikovanje značaja in navad, poudarjata Mojca Stonič in Tjaša Kočevar Dakić. Želja vsakega starša, pa

tudi dolžnost, je zagotoviti otroku vse potrebne pogoje, da bo postal zdrava in uspešna oseba. »Vendar so otroci kopije staršev, saj prevzamejo njihove načine odzivanja ozirna vedenja. In ti utegnejo biti zlasti v situacijah, ko začne otrok nesebično in primarno izražati svoja čustva, razmeroma problematični, saj takrat trčimo ob val lastnih čustev, povezanih s škodljivimi vzorci in prepričanj. Kljub prizadevanjem se nikakor ne znamo umiriti in odzvati odraščalo: lahko izgubimo živce, kritiziramo, se počutimo nemočne, ne znamo postaviti meje otroku, hkrati pa ga ne spustiti od sebe, ko bi ga morali ...«
Tjaša, ki veliko dela z dojenčki, zlasti na razvojno-gibalnih uricah, opoža, s kakšnimi vse frustracijami in strahovi se mame srečujejo že takoj, ko dobio novorojenčka. In ko je tako, lahko o vzgoji preberemo vse knjige sveta, pa bomo v trenutku, ko nas bo vrglo iz ravnotežja, naredili tako, kot nam nezavedno narekujejo zakoreninjeni vzorci. Kar nam otežuje vzgojo po naših željah in nikakor ni v korist otrokovega razvoja. Tukaj je treba začeti spreminjati, saj je naše dovolj stabilno psihično stanje pogoj, da bomo vzgojili otroka, ki bo znal samostojno, svobodno in uspešno iti skozi življenje,«
poudarja Stoničeva. S Tjašo sta definirali glavne težave ozirna vprašanja – postavljajte meje, kaznovanje, otrokova in odgovornost staršev, njihove in želje otrok, samozavest, trma in izsiljevanje, žalost in jeza, siljenje ali spodbuda, vtrec in šola ... –, ki jih na delavnicah s konkretnimi primeri in rešitvami predelujeta s starši.

Svojo šolo sta uvedli pred letom dni.

Kdo prihaja na vajine delavnice?

Mojca (M): Predvsem starši, ki si želijo spremembe, da jim vzgoja ne bi bila več breme in ne bi povzročala strahu, ampak da bi se z njo soočili samozavestno in uživali. S prakso sem namreč ugotovila, da šole, ki učijo vzgojo otrok, ne funkcionirajo. Prepričanje, da se bomo naučili vzgoje z nekimi navodili ali če se bomo udeležili kakšnega predavanja, je zato

napačno. Vse, kar povedo tam, sicer držijo, a če želimo spremembe v vzgoji, je treba najprej nekaj spremeniti pri starših.

Tjaša (T): Ker četudi preberesh ali dobiš zelo uporabne informacije, jih, če prideš domov, ne znaš uporabiti. Še vedno imaš problem, ko ti otrok stopi na živce. In k nama prihajajo tisti, ki si želijo, da bi njihovi otroci odraščali drugače, kot so sami, čeprav so lahko živeli povsem povprečno življenje. Vendar to ne pade kar z neba, zato moramo, ker vzgajamo ml, najprej prevzgojiti sebe, drugače bomo šli točno po taki poti, kot so vzgajali nas. To zavvedanje je osnova. In je smiselno vložiti vanj, saj čustvena zrelost starša pomeni tudi čustveno zrelost otroka.

Kako se tega lotevata?

M: Prva delavnica je res udarna. Predelamo ego stanja, v katerih utegnemo biti, prepovedi, ki smo jih dobili kot otroci. Ko gremo pozneje še skozi druge, prav vsak razume, zakaj se v določeni situaciji ne more odzvati mirno. Zelo pomembno je, da prepoznamo zadeve, ki jih pri sebi res ne maramo, in se zavedati, da jih lahko spremenimo. Vedno se pokaže tudi, da so se stvari, ki nam kot odraslim niso več všeč, oblikovale že v našem otroštvu. Prav to poskusava s Tjašo poudariti, in to na način, da starši razumejo, zakaj imajo takšna prepričanja in pogleda na vzgojo, kot jih imajo, in jih spodbujava, da tam, kjer prepoznajo, da jim nekaj ne gre, pri sebi poiščejo vzrok, zakaj ne zmorejo prek tega, od kod izvira njihov strah. Usvrojijo tudi zavedanje, da niso odgovorni za čustva drugih, ampak je za svoja, in to tudi v vlogi staršev: če so ob otrokovi reakciji živčni, je to torej njihov problem, zato morajo ugotoviti, zakaj jih pravzaprav nekaj živca. Ko to spoznajo, se hitro najde tudi rešitev.

Poskušata torej spremeniti odziv starša na otrokovo vedenje?

T: Ko človek razume, da vse izhaja iz njegovega lastnega temelja, zna prehajati na raven otroka, ga razumeti. Kot avtoritete jih znamo naučiti tisto, kar je nujno za preživetje. Tam, kjer trčijo čustva otroka in staršev, pa se utegnemo zaplesti. Takrat se moramo znati umakniti od čustvene ga izbruhla, se prepričati, da smo mi tisti, ki smo odrasli in imamo več izkušeni, zato bomo otroka mirno prepeljali skozi



Tjaša Kočevar Dakić (parents life coach, CIMI), levo, in Mojca Stonič (specialistka za osebnostne čustvene razvoj, psihoterapevtka)
FOTO
TOMI LOMBAR

trenutno stisko: če se moraš jokati, se jokaj, če si jezen, bodi jezen. Najbolj srečni so namreč tisti otroci, ki lahko izražajo svoja čustva. Vsa, ne samo veselej. Življenje namreč sestoji iz vseh čustev, tudi tistih, ki veljajo za negativna, to pa je problem, saj ne prenašamo joka, drame, jeze, ker tega sami kot otroci nismo smeli izražati. Zato se mnogo že od prvega dne, ko dobijo dojenčka, trudijo, da mu vsak dan naredijo nadpovprečno srečen. To počnemo zato, ker je nam tako čustveno lažje, a težava nastopi, ko dojenček postane otrok in začne širiti meje. Takrat starši začnejo deliti kazni, ker ne znajo drugače, s tem pa otrokom dajajo vedeti, da niso dobri, če so taki. In to nesejo naprej v življenje. Kar nikoli ne more biti dobro, saj vse – neodgovornost, nezdravje čustev, nesamozavest ... – izhaja iz tega.

M: Velika napaka staršev je predvsem to, da otrok ne naučijo prevzemanja odgovornosti. Vse delajo namesto njih, jih vozijo vsepovsod še potem, ko so že najstnik ali še starejši ... Ker je vse tako nevarno. In ta svoj strah prenesemo nanje, iz istega razloga tudi vse delamo namesto njih, zato otroci mislijo, da samo so, da jim vse pripada in da so starši tukaj zato, da poskrbijo za njihove potrebe. Razvijamo otrok je zato zgolj rezultat zgrešene vzgoje.

Ni problematičnih otrok, ampak so problematični starši, pravita. Nezaželeno vedenje pri otroku sprožimo torej sami?
T: To so posledice naše avtoritativne vzgoje – zmorem več kot ti, če nečesa ne zmoreš, boš kaznovan ... – in to v našem naprej. Pri nas se je pač tako vzgajalo ... Je pa res, da si(m)o imeli otroci takrat več svobode, a smo bili čustveno bolj spregledani. Vse se je vedno in se še da-

nes pogosto konča s strankom, da smo še vsi gor zrasli. Smo, ja. Ampak, poglejte samo, koliko se danes govori o anksioznosti, napadnih panikah, tesnobi ... pri generaciji, ki ima zdaj otroke. Zakaj? Ker smo imeli tako dobro vzgojo?

No, ampak pogosto slišimo, da so vsi silih otroci točno vedeli, kaj so njihove naloge, in so odrasli v odgovorne ljudi.
T: Kako je bilo včasih, je odveč govoriti. Danes tudi perila ne peremo več v reki, smo malo napredovali. In tukaj tudi. In mislimo, da če nismo bili lačni in če nismo pravi velikoplavci, da smo imeli zelo srečno otroštvo, kar niti približno ne držijo. Danes pa govorimo, da imajo otroci polno vsega. Česa pa? Imajo razumevanje? Čutenje? Je pa res, da se danes otroke čustveno preveč ščiti in zato živijo v nekem kokonu, nimajo svobode, poleg tega so svoje naredile elektronske igrice ... No, to so dobri izgovori za današnje starše, saj si z nakupi te opreme kupujejo prosti čas zase.

M: Nenehno poudarjate, da vzgoja ni nekaj, s čimer se ukvarjajo pol ure na dan. To je proces, ki se pravzaprav nikoli ne konča. Bistvo vzgoje ni v tem, da si rečemo, saj bo otrok kmalu zrasel. Ko se odločimo zanj, moramo, skratka, vedeti, da to zahteva svoj čas in energijo.

T: In nikakor ne prelagati odgovornosti na vzgojno-izobraževalne institucije. Otroke vzgajajo starši, ne vtrec, šola ... Starš je otrokovo stoudstotno ogledalo in njegov mentor; kako bo otrok deloval, se navadil, se uči doma, ne od učitelja ...

Ampak da spremenijo način vzgoje, morajo starši najprej razčistiti pri sebi?

M: To je odločitev posameznika. Je pa res, da se ljudje čedalje pogosteje odločijo za psihoterapijo, ko želijo nekaj spremeniti v svojem življenju. V glavnem gre za način obnašanja, neke značajske lastnosti, ki osebi povzročajo težave, in to je dejansko mogoče popraviti.
T: Psihoterapija je zelo dobra stvar, da sebe spet pretoridiš v stanje otroka, ki nima vzorcev. Zbrišeš vse, kar ni v redu, preprosto povedano.

Starši, sodč po odzivih v vajinih delavnic, najbolj cenijo konkretne primere in rešitve, ki jih podajata.