

SUKOBI RODITELJA I DJECE U PUBERTETU I ADOLESCENCIJI

Mahira Poljak, profesor pedagogije

Odnos roditelj djeteta je specifičan ljudski odnos u kome postoji generacijski disbalans, jer se u njemu dugoročno nalazi jedna zrela, odrasla osoba i jedna još neizgrađena ličnost koja se u tom odnosu gradi i ostvaruje. Generacijski disbalans se odnosi i na poziciju moći koju roditelj zauzima u odnosu, od kojeg neminovno zavisi kvalitet tog odnosa. Svi mi još uvijek stojimo na raskršću starih i novih metoda odgoja i novih ciljeva stalno nam nešto spočitavaju, nude, predlažu i nameću i naravno da smo zbunjeni. Prestat ćemo to biti kada shvatimo da ne postoji idealna odgojna metoda, da se roditeljstvo uči i nadograđuje ali i da postoji metoda sukladna našim željama i razmišljanjima a to je - stvaranje kvalitetnih odnosa sa našom djecom. Sticanje vještina boljeg sporazumijevanja sa djecom i ostvarivanja konstruktivne saradnje uveliko doprinosi razvijanju dobrih odnosa. Činjenica da roditelj posjeduje doživljeno iskustvo roditelja olakšava mu zadatak uspostavljanja dobrih odnosa i pojačava njegovu odgovornost u iznalaženju načina prevazilaženja sukoba u okviru tih odnosa. Bez obzira na to izvoriste univerzalnih sukoba je upravo teškoća roditelja da se stavi u poziciju djeteta i objektivna nemogućnost djeteta a da razumije roditeljsku poziciju. U zavisnosti od kvaliteta odnosa roditelj-dijete sukob se različito doživljava, te su različiti i načini njegovog rješavanja, a samim tim su različiti opći ishodi. Kada počinju i zbog čega nastaju sukobi? Sukobi počinju veoma rano i javljaju se svakodnevno. Nastaju jer roditelji i djeca imaju različite potrebe, različita interesovanja i očekivanja. Budući da često zadovoljavamo potrebe kroz interakciju s drugima, ako želimo biti sretni i zadovoljni važan je kvalitet naših ličnih odnosa. Jedni drugima smo potrebni kako bi zadovoljili svoje potrebe, ali smo zbog različitosti potreba često i u sukobu s drugima, posebno s onima do kojih nam je najviše stalo. Roditeljska zadaća je vrlo zahtjevna. Različite djetetove razvojne faze roditelje stavljaju pred brojne izazove. Kako djeteta prolazi razvojne faze, koje su nekad sjajne a nekad očajne, tako se povećava sukob sa roditeljima. On je obično rezultat promjena i sazrijevanja djece, posebno adolescenata, te načina na koji se ostatak porodice prilagođava tim promjenama. Sukob u tom periodu života jednostavno predstavlja dio normalnog procesa odrastanja i nezaobilazan je.

Kao i svaku fazu u razvoju djeteta, tako i pubertet/adolescenciju sa svim njenim karakteristikama proživi svaka porodica. Međutim, specifično je da mnogi roditelji o ovoj fazi ne govore kao o nečemu u čemu se uživa, nego upravo suprotno – jedva čekaju da prođe!

Količina i jačina sukoba se razlikuje u pojedinim porodicama i ovisi o mnogo faktora (porodičnih pravila, porodičnih odnosa, odgojnih stilova, želje za kontrolom, iskazivanja moći i sl.). Roditelji se susreću sa dječijim neslaganjem, otporom, neposluhom, ljenošću i agresivnošću. Na taj način djeca stalno preispituju roditeljski autoritet i stavove. Kada djeteta kaže „ne“ ili „neću“ ono vježba osjećaj moći i individualnosti, a to može biti vrlo naporno za roditelje. Važno je znati da ona tada ne govore protiv nas, kako mi to najčešće shvatamo, nego nam žele poručiti nešto o sebi.

Ta ponašanja su znak da se djeteta zdravo emocionalno i psihički razvija i da izgrađuje svoj identitet. Prije no što osude svako djetetovo ponašanje roditelji bi trebali imati na umu šta ono u toj fazi proživljava, na kraju, i oni su preživjeli to isto. Šta se ustvari događa i zbog čega je ovo razdoblje u razvoju jedne porodice najopterećenije svađama i neslaganjima između roditelja i djece?

Pubertet je period burnih fizičkih promjena, a adolescencija traje duže i podrazumijeva i emocionalni, mentalni, psihički i socijalni razvoj.

Počnimo od fizičkih promjena koje su nagle i burne i kao takve neminovno utiču na tinejdžerovu sliku o samom sebi - nerijetko u negativnom smislu. Prije svega, važno je imati na umu da su pojedini tinejdžeri spremni na sve kako bi bili prihvaćeni u društvu, čak i kad određeno ponašanje nije za pohvalu. Za razdoblje adolescencije karakteristične su i velike intelektualne i emocionalne promjene, kao i promjene njihovog odnosa prema svijetu koji ih okružuje, promjene u načinu mišljenja koje sada postaje dosta apstraktnije i logičnije. To je razdoblje individualizacije u kojem mladi počinju formirati vlastite stavove koji se često razlikuju od roditeljskih, razdoblje deidealizacije roditelja.

Uzevši u obzir sve rečeno, realno je očekivati značajno drugačije ponašanje adolescenta prema svemu što ih okružuje, te njihovu duboku ubjeđenost da su u svemu upravu. („Adolescenti misle da sve znaju i čvrsto su u to uvjereni“ – Aristotel)

Gledano iz ugla roditelja, to više nije ono njihovo nježno djetesce koje su njegovali i čuvali, koje je do juče u njima vidjelo neprikosnoveni autoritet i oko svega se s njima konsultovalo. Dijetepostaje svojevolumno, arogantno i drsko. Vršnjaci zauzimaju sve značajnije mjesto u njegovom životu a roditelji postepeno gube kontrolu nad njim. Ali, ohrabruje činjenica da i pored velikog značaja vršnjaka u ovom periodu, roditelji ipak imaju uticaj na djetetove stavove i važan su izvor podrške u donošenju značajnih odluka. U tom smislu važno je da roditelji uvijek imaju na umu da mladi žele njihovo odobravanje, ali ne žele da se tretiraju kao djeca- uvijek su između potrebe da ostanu bliski sa svojim roditeljima i shvatanja da mogu biti nezavisni od njih. U ovoj fazi djeca su konstantno u sukobu i borbi sa samim sobom i osobama u okruženju, posebno autoritetima tako da ovaj period postaje široko područje za javljanje sukoba po mnogim pitanjima na relaciji roditelj-dijete.

Oko čega su obično roditelji i adolescenti u sukobu?

Tokom rane (12.–14. god.) i srednje adolescencije (15.–17. god.) sukob između roditelja i djece se pojačava, a u kasnoj adolescenciji (18.–20. god.) ima tendenciju smirivanja. Sukobi između roditelja i adolescenta se obično javljaju oko, naizgled, jednostavnih stvari: finansije (džeparac), izgled (oblačenje, cjelokupan stil), svakodnevne obaveze (preuzimanje određenih dužnosti u porodici), izlasci, seksualno ponašanje.

Mnogo je, znači, stvari oko kojih može doći do svađe. Međutim, kad ove svađe postanu prečeste, prejake i dugotrajne, kad počnu voditi agresivnosti (s bilo koje strane), onda one počinju bivati ozbiljnom prijetnjom porodičnoj harmoniji. Ako se spram sukoba ne postavi adekvatno i pravovremeno, on se može produbiti pa čak i prenijeti na buduće odnose sa roditeljima, kad adolescenti već postanu odrasli ljudi ali i na odnose u budućim vezama kao i u porodici. Emocija koja dominira sukobom između roditelja i adolescenta je ljutnja, a praćena je tjeskobom, frustriranošću, osjećajem krivice. Kao posljedica toga javlja se i emocionalna udaljenost.

Do sukoba i dolazi jer roditelji najčešće, iz najboljih namjera, sve žele da urade za i umjesto djeteta a sve to najčešće rade zbog brige, straha, osjećaja da više i bolje znaju ali i potrebe za kontrolom. U procesu odrastanja djeca žele sve veću samostalnost i preuzimanje odgovornosti za samog sebe. Nije dobro dati im prevelik teret odlučivanja o stvarima za koje nisu spremni

ni zrela da donose odluke, ali je važno omogućiti im onoliko slobode u odlučivanju koliko odgovornosti i sposobnosti pokazuju. Dakle, ovo je relativno dug i težak period koji zahtijeva dosta vremena, truda i strpljenja od strane roditelja. Rješavanje sukoba nije nimalo lak zadatak, a ovisi o tome kako ćemo se boriti s njim. Mada, sukob nije uvijek borba - možemo reći da on „vodi“ ili ka borbi ili ka dubokom razumijevanju. Djeca komuniciraju promjenama u ponašanju jer još uvijek nemaju razvijene komunikacijske vještine. Kontrolisati njihovo ponašanje ne možemo, ali uticati na njihovo ponašanje i polučiti promjenu možemo, a to je vrlo zahtjevan i dugoročan posao. Ono što možemo kontrolisati i promijeniti je naše ponašanje. Možemo imati kontrolu nad našim odnosom a snaga našeg odnosa sa djecom je jedina naša kontrola nad njima. Karakter svakog odnosa ne zavisi od broja sukoba, nego od načina na koji se sukobi rješavaju.

Upravo način prevazilaženja sukoba sa djecom uzrokuje promjenu njihovog ponašanja što će značajno utjecati na buduće odnose.

Generalno gledajući, najvažnije pitanje koje, kao roditelji, u ovom periodu trebamo riješiti je pitanje hijerarhije autoriteta, odnosno moći u porodici. Ako se ono ne riješi na adekvatan način, rješavanje svakodnevnih konflikata će biti mnogo teže i bolnije. Prethodno smo naveli da se u ovom periodu događaju značajne promjene u načinu mišljenja adolescenta, što dovodi do toga da počinju preispitivati sve i svašta, a naročito roditeljski autoritet i stavove. Kad bi se oni pitali sve bi bila stvar ličnog izbora, a u njihove odluke roditelji se ne bi trebali miješati. Važno je u ovakvim situacijama postupati oprezno, ne padati u afekt i ne dramatičizovati („Dok si pod mojim krovom...“, „Kad ja tako kažem...“) jer ćemo na taj način već postojeći sukob samo produbiti. Vi ste oni koji trebaju vladati situacijom, ali ne ucjenjivanjem, nego svojim stvarnim autoritetom koji će svako dijete intuitivno prepoznati i prihvatiti da postoje granice koje se moraju poštovati.

A, imperativ za roditelje u ovom razdoblju razvoja porodice je postaviti standarde i jasna pravila ponašanja – u suprotnom, stvari se mogu oteti kontroli.

Usko vezano za ovo je još jedno značajno pitanje koje najviše zabrinjava roditelje adolescenata, a to je pitanje seksualnog ponašanja. Ako ste već izgradili svoj autoritet i postavili jasne granice i pravila (o čemu smo naprijed govorili), nastojte na ovom polju biti i tolerantni po nekim pitanjima. Važno je imati na umu da u ovom periodu, periodu burnog fizičkog razvoja i divljanja hormona, sitnice koje se tiču fizičkog izgleda mogu biti gotovo presudne za osjećaj samopoštovanja, a direktno vezano s tim, i za pravilan odnos sa suprotnim spolom. Izgraditi pravilan odnos adolescenta prema seksualnosti je dugotrajan proces i započinje još u predškolsko doba (adekvatnim izborom sadržaja na TV-u i u časopisima, razvijanjem rječnika bez ružnih riječi, adekvatnim ponašanjem vas kao bračnog para pred djecom), a kulminira u periodu adolescencije kada se sva naša nastojanja ka izgradnji zdravog odnosa adolescenta spram seksualnosti finaliziraju. Tako, ako smo gradili dobre temelje tokom čitavog djetinjstva, ovaj kritični period bi trebao proći bez bitnijih problema.

Kako razrješavati sukobe?

Budući da svi dugoročni odnosi uključuju sukob, cilj nije njegovo eliminisanje već iznalaženje načina kako ga riješiti djelotvorno.

Najvažnije je razumijevanje problema tj otkrivanje stvarnog i pravog uzroka koji leži iza sukoba.

Prvi i veliki korak je dopustiti djeci da izraze svoje osjećaje kroz razgovor, saslušati ih bez

prosudivanja, zatim im objasniti zašto se tako osjećaju ali i razgovarati o osjećajima iz perspektive roditelja te zajednički doći do rješenja koje je najbolje za obje strane. Sva djeca imaju temeljnu potrebu da budu shvaćena, oni ne žele da im se govori već da se s njima razgovara!

Naravno, ključna je i spremnost kao i vještina roditelja da pokrene svoje dijete na saradnju i da ga podstakne da iskaže svoja osjećanja i mišljenje. Roditelji trebaju preuzeti odgovornost za stvaranje kvalitetnih odnosa sa svojom djecom. To se postiže saradnjom sa svojom djecom, a ključ uspješne saradnje je komunikacija. Jasne granice i otvorena i jasna komunikacija uz međusobno uvažavanje, tj. poštovanje i uvažavanje mišljenja i osjećanja drugog održavaju odnos iskrenim i bliskim. Na taj način se odgaja dijete puno samopoštovanja, samopouzdanja, uči se nenasilnom rješavanju sukoba, poštivanju drugog i drugačijeg mišljenja. Kada se uspostavi takvu komunikaciju s djetetom sukobi će se svesti na najmanju mjeru.

U tom smislu, sa stručnog aspekta a u skladu sa dosadašnjim radom sa ovom populacijom, donosimo nekoliko uopćenih preporuka, uzimajući u obzir činjenicu da je svaka porodica univerzum za sebe i da će za sebe dalje tražiti specifične postupke i načine reagovanja:

- konstruktivnom ishodu doprinosi i sama želja da se sukob riješi pozitivno;
- obzirom da su adolescentu važne kategorije ravnopravnost i jednakost potrebno je odnositi se prema njemu s poštovanjem;
- ako biste imali više uticaja kod njega, kad god možete ispunite potrebe adolescenta;
- educirajte se o adolescenciji kako biste na pravi način zajedno s djetetom prevazišli tu fazu;
- ne ucjenjujte djecu i ne popuštajte pred njihovim ucjenama;
- redovno posjećujte školu, uključite se u njihove probleme;
- odolite potrebi da neprestano dijelite savjete-čuvajte ih za ciljane razgovore budite im primjer u svemu;
- naoružajte se strpljenjem i argumentima te budite spremni na bujicu protivargumenata;
- prepoznajte pravi trenutak za razgovor i na ispravan način ga započnite;
- aktivno slušajte (sa uvažavanjem sagovornika i razumijevanjem onog što vam želi reći);
- svom odnosu sa djetom dopustite mogućnost da niste uvijek u pravu i da je moguće da dijete nešto zna bolje ma koliko to nevjerojatno zvučalo;
- ponekad ih pitajte šta bi oni uradili da su na vašem mjestu -osim toga nije najbitnije ko je u pravu, već šta je dobro za obje strane(svako može biti u pravu samo su različite perspektive);
- truditi se razumjeti njihove brze i kratke emocije, pokrete, mimiku;

- dozvolite mladom biću donošenje odluke i prihvatanje posljedica te odluke;
- dajte mu priliku za razgovor onda kada izrazi želju za razgovorom;
- prihvatite njegovo mišljenje različito od našega;
- razvijajte prilike za opušteno, ugodno i radosno razgovore;
- objasnite im kako su neke emocije normalne u određenim razvojnim razdobljima;
- prihvatite ga onakvog kakvo jeste, a ne onakvog kakvo biste željeli da bude;
- pitajte ih nekad da li vam nešto zamjeraju; ponekad im se obratite „njihovim jezikom“ ...

Svi roditelji prave greške. Međutim, najveće greške nisu one slučajne, već one iza kojih stoje najbolje namjere. Zato je jako važno da roditelji posjeduju poželjne roditeljske vještine (razvijene komunikacijske vještine, strpljivost, dosljednost, sposobnost prepoznavanje potreba).

Važno je dosljedno reagirati na određena ponašanja, razmišljati unaprijed (obično znamo kako će se naše dijete ponašati u određenoj situaciji), te živjeti u realnosti (svjesnost da će vrlo mali brojdjece sa srećom i entuzijazmom svaki dan učiti, pospremiti sobu, pomagati u čišćenju kuće, prihvatiti kaznu...). Ne treba izbjegavati sukob sa djetetom. Ulazeći u sukobe i svađe djeca razvijaju socijalne vještine, uče kako da se postave u konfliktnim situacijama, oni su korisna lekcija za njega, pa možemo reći i da su nužni.

Važno je znati da nema savršenih roditelja, i da takvi uostalom djeci i ne trebaju. Djeci su potrebni, recimo to tako: "dovoljno dobri roditelji", a prije svega roditelji koji su živi ljudi, stvarne osobe, koje uvažavaju njihove potrebe i osjećaje, koji izražavaju svoje osjećaje i potrebe i koji ih neće štiti od života niti biti njihove žrtve.

LITERATURA

1. Juul, J., (2006.), "Ovo sam ja! Tko si ti?: O bliskosti, poštovanju i granicama između odraslih i djece", Pelago ISBN 953-7151-05-0;

2. Bastašić, Z., (1995.), "Pubertet i adolescencija - Obiteljska terapija", Školska knjiga, Zagreb

3. <http://adinasi.net/sretnodijete/sukobi-izmedu-roditelja-i-adolescencata/>

4.

http://us.yhs4.search.yahoo.com/yhs/search;_ylt=A0LEVvSKtoFUDTMA2GkPxQt.?p=Sukobi+između+roditelja+i+djece+adolescencata