

RODITELJSTVO SE MOŽE I TREBA UČITI

IGOR LONGO*

U radu se pojašnjava potreba i mogućnost promjene roditeljskog odgojnog pristupa djetetu. Roditeljske vještine (ponašanja, kompetencije) mogu se i trebaju unaprjeđivati, jer se na taj način obiteljski sustav usmjerava ka odnosima, u kojima će se svi članovi obitelji osjećati dobro.

Deskriptori: RODITELJSTVO, PROMJENE, UNAPRJEĐENJE, KOMPETENCIJE, SAMOEVALUACIJA

“Teško je, ako ne i nemoguće, voljeti nekog tko vas želi kontrolirati i mijenjati, ili voljeti nekog koga želite kontrolirati i mijenjati”

William Glasser

Stav da se roditeljstvo ne može mijenjati - nego da je ono urođeno značivo bi da se roditelje ne bi trebalo savjetovati, poučavati, ... jer su oni jednom za svagda takvi, kakvi jesu (1). Iz toga proizlazi da smo do sada nepotrebno trošili vrijeme i napor, a ni ubuduće ne bismo trebali ulagati svoje snage, u pokušajima promjena, jer će rezultati unutar obiteljskog okružja i nadalje biti isti. Neće biti promjena nabolje čak i onda, kada je to zaista neophodno.

Takvo uvjerenje (navodno znanstveno utvrđena činjenica) zapravo je pedagoški pesimizam, jer govori o nemogućnosti čovjeka da mijenja svoje ponašanje. A kako je sve što čovjek može - ponašati se (jedan od aksioma teorije izbora), to bi značilo da se ne može mijenjati niti jedan aspekt čovjekova ponašanja: što i kako čovjek razmišlja, što i kako se osjeća, što i kako čini i kako se ponaša njegovo tijelo (aksiom teorije izbora) (2). Ako nema promjene jedne ili više komponenti po-

našanja - onda je, po takvom mišljenju, čovjek petrificiran od rođenja do kraja svojeg života. Roditeljstvo je takvo kakvo je, sutra će biti identično - i točka.

- Pitanje je, dakle, može li se čovjek mijenjati?
- Može li se mijenjati dijete, učitelj, djelatnik...?
- Može li se mijenjati roditelj?

Iskustva ovog, ali i brojnih drugih autora: Head start, S.T.E.P, Gordonov P.E.T - Parent effectiveness training, a kod nas program "Rastimo zajedno" pod pokroviteljstvom UNICEF-a u Republici Hrvatskoj daju kategoričan i čvrst odgovor: DA, roditelj može mijenjati svoj roditeljski pristup, ako zaključi da ga dosadašnji modeli odnosa prema djetetu ili unutar obitelji ne dovode do željenih rezultata (3-6).

Roditelj, dakako, može od okruženja (šire obitelji, vrtića, škole, susjedstva...) dobivati povratne informacije o tome kako ono vidi njegov roditeljski stil i učinke tog stila na dijete, no presudan trenutak nastaje kad roditelj sam dođe do uvjerenja da dosadašnjim načinom razmišljanja i djelovanje neće postići odgojne rezultate kakve priželjkuje. Presudna je roditeljeva samoevaluacija (S-E), njegova procjena u kojoj će sažeti sve ono, što je želio i očekivao ostvariti, s jedne strane i stvarna postignuća, s druge.

Bez istinite i sustavne S-E nema mogućnosti za drugačije i bolje izbore (7). Bez nje ponavljaju se isti mentalni sklopovi i čine iste stvari. Ako razmišljamo i činimo na isti, dosadašnji način, ništa se, u bližoj ili daljnjoj budućnosti, neće promijeniti. Promjena prema boljim unutar-obiteljskim odnosima gradi se na prosudbi da dosadašnji put nije (dovoljno) dobar te da postoji drugi, učinkovitiji put.

Ljudi mijenjaju ponašanje jedino nakon provođenja značajne, unutarnje i tražene procjene sadašnje djelotvornosti njihova sustava biranja ili kontrolnog sustava ili barem jedne komponente toga. S-E uključuje istraživanje sebe, svojih stajališta, procjena, ponašanja, percepcija, želja i vrijednosti. Osoba nenaviknuta i nespriprema na misaoni napor i na procjenu vlastitih ponašanja suočit će se s teškoćama.

Ova vještina razvija se u interakciji s vanjskim svijetom, vlastitom metodom pokušaja i pogrešaka i osvježavanjem svih segmenata svoga ponašanja. S-E određenog člana obitelji je svojevrsna inventura stanja međusobnih odnosa članova te obitelji. Svako površno procjenjivanje dovodi do krive/netočne slike statusa quo te je time pogrešno i određivanje daljnjih postupaka kojima bi se ubuduće ostvarilo željene rezultate.

*Adresa za dopisivanje:
Igor Longo, prof. psihologije
Realitetni psihoterapeut, u mirovini
21000 Split, Kneza Mislava 1
E-mail: igor.longo47@gmail.com

Što roditelj željan utvrđivanja točnog polaznog stanja može, primjerice, sebe pitati (8)?

- Omogućuje li način kako se odnosim prema svojem djetetu našu bliskost i blizinu?
- Jesam li na taj način, kako sam izabrao postupati, uspio ostvariti svoje odgojne ciljeve?
- Mogu li ja upravljati ponašanjima koja izabire moje dijete? Kako mogu upravljati njegovim izborima?
- Kršim li kažnjavanjem, zanovijetanjem, prijetnjama (ako to činim)... djetetova prava... i pravim li time sebi neke moguće nove probleme?
- Je li moj pristup prihvatljiv drugom djetetovom roditelju? Što kažu moji roditelji o tomu kako postupam s unukom? Slažu li se oni s tim?
- Kad razmišljam o odnosu prema djetetu, mislim li: "Ne mogu još ništa promijeniti, ali bit će, prije ili kasnije, kako ja kažem ili će biti svašta?" Pomaže li mi način kako razmišljam da izađem iz problemske situacije?
- Moja uvjerenja o roditeljskoj ulozi - koliko pomažu obitelji? Donose li moja uvjerenja radost ostalima, donose li im mir, opuštenost, zadovoljstvo?
- Koliko ljutnja pomaže uspostavljanju bolje ravnoteže u obitelji? Jesmo li bliže ili dalje?
- Je li to što ja pišem domaći rad, umjesto djeteta, dugoročno korisno? Na dulju stazu?
- Je li to što činim djelotvorno ponašanje? Pridonosim li s tim dobrim odnosima u obitelji? Kvalitetniji su odnosi u obitelji?
- Komu s tim, što radim, poboljšavam život? Kako to?
- Je li moje ponašanje sukladno s onim što želim postići u obitelji? Koliko je to u skladu s misijom koju smo u obitelji definirali?

- Je li želja da me dijete uvijek i bespogovorno sluša zaista u mom interesu? Kako vidim da to meni pomaže? Kako vidim da to njemu pomaže?

- Što mi je najvažnije postići kad govorim o djetetovu sutra? Što mi nije nimalo bitno? Što mogu zanemariti?

- Je li način kako gledam na sebe kao oca/majku koristan za mene? Kažem da se vidim kao servis drugima, kao žrtvu u obitelji? Što ja, zapravo, imam od takvog gledanja na svoju "servisnu" ulogu?

- Nad čime i nad kim ja, kao roditelj, zaista imam kontrolu? Nad djetetom? Kako se to očituje? Je li uvjerenje da mogu drugima upravljati donijelo "dobar plod"?

- Govorim kako želim njegovati obiteljske datume, jer mi je to važno. Koliko svojim ponašanjem pridonosim njegovanju tih datuma?

- Jesam li možda popustljiv? Ako bih tako nastavio koliko bi bilo realno očekivati da dijete usvoji to što želim?

- Olakšavam li tim što činim, sebi i ostalima, život u obitelji? Jesu li stvari gore? Je li to najbolje što kao roditelj mogu?

- Ako odustanem od toga što sam planirao, kako će biti: bolje, gore, isto?

Odgovori na ovakva pitanja mogu se sažeti:

- da, to kako pristupam djetetu i članovima obitelji dovodi do onoga što je meni važno i što želim postići; dobivam ono što želim, ili;

- ne, nikako ne postizem svoje ciljeve; sve što poduzimam ne pomaže u ostvarenju mojih vrijednosti, želja, ciljeva.

Osoba koja je nezadovoljna rezultatom svoje samoprocjene (subjektivna kompetentnost roditelja) može donijeti odluku da će ubuduće, samostalno ili uz nečiju potporu, smišljati i poduzimati drukčije aktivnosti (9).

Koji su (pred)uvjeti za promjene u pristupu roditelja?

Neophodno je vjerovanje u mogućnost promjene unutar obiteljskog sustava, da je promjenu moguće započeti sada i da sam za željenu promjenu odgovoran ja, roditelj. Različiti autori, nezadovoljni sadašnjim stanjem temeljitosti S-E, naglašavaju i slijedeće: postojanje znanja i vještina potrebnih za promjenu, postojanje motiva, poticaja, ciljeva, "nagrada", kao i vremena, spremnosti i obvezivanja na djelovanje te vođenje, praćenje ili mentorstvo od strane kompetentne (stručne) osobe. Pred kakvom se vrstom promjene roditelj može nalaziti (10)?

- Promjena može biti jednostavna, brzo provediva - ako se ne zahtjeva "dublje" restrukturiranje temelja obiteljskog sustava.

- Promjena može biti sustavna, sporiya, teža - ako je riječ o promjenama osobne (ili obiteljske) misije, ili osobne (ili obiteljske) vizije, odnosno, ako je riječ o ozbiljnom preispitivanju temeljnih životnih vrijednosti (11).

Dakako, o roditeljevoj percepciji složenosti mogućih promjena i snazi potreba koje roditelj ima ovisi hoće li i kako tim promjenama i pristupiti. Prema iskustvu ovog autora, jedna od najvećih prepreka promjenama u roditeljskom pristupu djetetu je svjetonazor koji se temelji na vjerovanju u tzv. "izvanjsku motivaciju" (12). Riječ je, ukratko, o pogledu na ljudsku motivaciju, gdje vlada uvjerenje kako osoba A (primjerice roditelj) može, bez bitnih vlastitih promjena, smisliti načine kako upravljati osobom B (djetetom) na način, kako to osoba A želi i zamišlja. Na takvoj paradigmi temelje se odgojni postupci, ne samo u obitelji, nego, dominantno i u odgojno-obrazovnim ustanovama. Osobe koje usvajaju ovakav pogled na sebe i druge, vrijeme i energiju troše na smišljanje načina kako upravljati drugima, umjesto da svoje vrijeme ulaže u traganje za načinima, kako graditi povezanost i kvalitetan odnos. Vjerujemo, tada, da možemo postići željeno ponašanje kod drugog, da je naša zadaća upravljati drugom osobom i da se to može dogoditi, a da kod sebe ne mijenjamo ništa.

Traže se brzopotezni i laki načini, koji ne zahtijevaju mentalni napor. Promjena nije uvijek dobrodošla. Uz termin "promjena" često se asocira krivnja, neuspjeh, nezadovoljstvo svojom roditeljskom kompetencijom. Lako se poseže za tzv. "sedam smrtnih navika za međusobni odnos" (kritiziranje, okrivljavanje, gundanje, prigovaranje, prijetnje, kažnjavanje, potkupljivanje), a teže se biraju načini kojima se ostvaruje povezivanje roditelja i djeteta (slušanje, podržavanje, ohrabrivanje, poštivanje, povjerenje, prihvaćanje, pregovaranje/dogovaranje) (12). Rezimirajmo: roditelj može mijenjati svoje pristupe ako on, iz bilo kojeg razloga, zaključi kako je to potrebno (13).

Dolazimo do pitanja: A što to roditelji, kod sebe, manje ili više, trebaju mijenjati? Ukratko, koji su to činitelji (osobine, znanja, vještine, kompetencije), koje različiti autori znaju naglašavati kao značajne za uspješnost obiteljskog sustava? Evo nekih:

- Uvjerenja na kojima roditelj temelji svoje odgojne postupke (vjerovanje u "izvanjsku" ili "unutarnju" motivaciju) (12).
 - Roditeljski stil (permisivan-autoritaran-autoritativan).
 - Obilježja djeteta tijekom odrastanja; djetetove (razvojne) poteškoće.
 - Potrebe djeteta; potrebe članova obitelji.
 - Načini komunikacije (ponašanja) unutar obitelji, povratne informacije koje članovi obitelji razmjenjuju.
 - Odnos roditelja prema sebi; kako se roditelj nosi sa životnim poteškoćama.
 - Održavanje i zadržavanje dobrog odnosa s drugim roditeljem (14).
 - Kvaliteta odnosa s djetetom; povezanost, međusobno povjerenje, osjećaj sigurnosti u obitelji (15, 16).
 - Procjenjivati sebe, procjenjivati druge.
 - Poučavanje djeteta životnim vještinama; modeliranje ponašanja (odgajanje vlastitim primjerom).
- Kvalitetno vrijeme s djetetom i u obitelji.
 - Izgradnja i ostvarenje osobne i obiteljske misije i vizije (kakvu obitelj roditelji žele).

Kako se i gdje s roditeljima mogu raspravljati ove i slične teme, da bi se inicirala manja ili veća promjena, najprije na misaonoj razini, a kasnije i na planu djelovanja? Rad s roditeljima može se odvijati u uobičajenim edukacijskim programima (poticanje znanja i razvoj vještina), u fokus skupinama, u grupama podrške; mogu se instruirati putem kraćih pisanih informacija i biltena ili detaljnijih priručnika (samopomoći) (17). Uz Obiteljska savjetovišta, savjetovišta vjerskih i drugih udruga, rad s roditeljima odvija se i u predškolskim ustanovama, osnovnim i srednjim školama (18, 19). Roditeljima se jačanje roditeljskih kompetencija omogućava i u penalnim institucijama (20).

Brojni pojedinci, stručnjaci humanističkih i suradnih struka (psiholozi, defektolozi, pedagozi, socijalni radnici, liječnici školske medicine, pedijatri, psihijatri, vjeroučitelji...) stoje na raspolaganju roditeljima i pružaju informacije koje smatraju važnim za bolje funkcioniranje obitelji.

Jedan od oblika prijenosa i razmjene informacija o temama značajnim za uspješno roditeljstvo je i radionički pristup (workshop). Riječ je o manjim skupinama zainteresiranih roditelja (najviše do 16-18 osoba) kojima se, bilo jednokratno bilo višekratno, u interaktivnom i sigurnom ozračju osvješčuje sve ono što roditeljstvo čini uspješnijim. Program se pokazuje učinkovitijim ako je višekratan, ako se informacije razmjenjuju postupno, ako između susreta ima dostatno vremena i mogućnosti za primjenu i provjeru dobivenih informacija i ako roditelj ima višu razinu spremnosti za aktivno sudjelovanje.

Pokazalo se, da takvi programi koriste zapravo svim roditeljima, a ne samo i jedino onima, čija se djeca neprihvatljivo ponašaju (što je počesto glavni razlog za uključivanje u radionicu). Posebno se to odnosi na roditelje djece s posebnim potrebama i na roditelje tinejdžera, samo-

hrane roditelje (očeve ili majke), rastavljene roditelje, roditelje djece s razvojnim teškoćama, roditelje darovite djece i s ADHD indikatorima, roditelje s PTSP sindromom.

Da bi se sva značajna pitanja kvalitetno obradila, potrebno je poprilično vremena. Trajanje širih programa varira od nekoliko tjedana do nekoliko mjeseci. Ritam susreta, koje ovaj autor provodi, najčešće je jednom u dva tjedna, u trajanju od 3-4 školska sata. Drugdje seanse traju od 90-120 minuta. Potrebno je kazati da svako skraćivanje trajanja ukupnog programa ili pojedinog susreta neminovno vodi izmjeni strukture načina edukacije: radionički tip poučavanja postupno se gubi i neminovno nastupa predavanje ex cathedra. Što sudionici takvih radionica kažu tijekom i nakon ciklusa radioničkih susreta (21):

- Shvatila sam da samo sebe mogu mijenjati i ne gubiti vrijeme mijenjajući druge. Trebam biti proaktivna, trebam djelovati ovdje i sada te da sam sama odgovorna za sebe i svoje ponašanje. Pasivno ponašanje i očekivanje da će se drugi mijenjati je gubitak vremena. Odlučujem sama koliko i kako ću se promijeniti i da li ću prihvatiti ponašanja drugih. Shvatila sam, da sam model svojoj djeci.
- Da, zaista je bilo korisno i kako sam zaključila, došla sam tražiti recept, "čarobnu formulu", kako da moje dijete učini klik, kako pritisnuti dugme i uključiti nešto drugo, neki "drugi film"; naučila sam sasvim nešto drugo, a to je da postoji i drugi način kako odgojiti dijete, imati bolje odnose u obitelji, bolju suradnju, kvalitetnije razgovore, a pritom sačuvati samopoštovanje.
- Nova stranica života je otvorena u mom životu počevši od ove radionice. Mnogo toga se promijenilo u odnosu, u mom pogledu na druge. Ja moju obitelj ne mogu promijeniti, zato sam promijenila sebe pa se osjećam mnogo bolje. Prije radionice mislila sam da sam najnesretnija, no ja to nisam. Bilo je korisno i više nego što sam očekivala. Mislila sam, na početku, da djeca imaju problem,

a shvatila sam da problem imam ja. U radionici sam puno toga razumjela, da problem može riješiti samo onaj, koji ga ima i da na njega mogu gledati drugačije.

- Shvatila sam, da sam pokušavala (vjerojatno to radim još, no ipak manje nego prije ovih sastanaka, a bit će sve manje i manje) kontrolirati obitelj što je davalo i daje kratkoročne rezultate s negativnim posljedicama. Čeka me i predstoji mi težak rad (da "obuzdam" i korigiram sebe) s djecom prvenstveno...
- U početku sam se bojala da će me nove spoznaje udaljiti od nekih članova obitelji (supruga) jer sam u rubrici "tko me ometa u ostvarivanju mojih potreba" stalno pisala njegovo ime. No, iznenadila sam se, kad sam odlučno počela ostvarivati svoje potrebe (bez grintanja) da je on skroz prihvatio moje ponašanje. A ja se riješih grizodušja!
- Meni je ovo druženje pomoglo da ponajprije prihvatim svoje drage osobe ovakve, kakve zaista jesu i da ih ne "modeliram" po svom nekom uzoru, već da im pomognem da svoje želje, htijenja, težnje izbace na površinu i da im se u tome "nađem pri ruci". Naučila sam oslušivati sebe, da bih mogla druge.
- Sadržaji radionice, koje sam usvojila i primijenila u obitelji, već su mi puno pomogli i poboljšali odnose sa djecom. Atmosfera u kući je puno opuštenija, jer sam ja opuštenija. Shvatila sam, nisam jedino ja odgovorna zbog svih problema i da je za rješavanje nekih problema potrebno vrijeme, i da je važno da ja budem sretna i neopterećena da bi mogla pomoći svojoj djeci.

Kakav je zaključak moguć?

Sve teče (πάντα ῥεῖ) - Heraklit
(535. pr. Kr. - 475. pr. Kr.)

Različita razdoblja u životu djeteta od roditelja zahtijevaju dobro snalaženje i primjenu različitih znanja i vještina. Roditeljske kompetencije nedvojbeno se, uz sustavni i odgovoran profesional-

ni pristup, mogu unaprjeđivati (22). Ponekad je to kratka instrukcija, ponekad višekratno savjetovanje ili radionica za manju skupinu zainteresiranih. Osviješteni roditelj tako će, u skladu s točno utvrđenom slikom stanja djeteta i obiteljskih odnosa, moći odabrati onaj oblik suradnje s profesionalcem, kojeg procjeni adekvatnim za kvalitetan pomak u obiteljskom životu.

NOVČANA POTPORA/FUNDING

Nema/None

ETIČKO ODOBRENJE/ETHICAL APPROVAL

Nije potrebno/None

SUKOB INTERESA/CONFLICT OF INTEREST

Autori su popunili *the Unified Competing Interest form* na www.icmje.org/coi_disclosure.pdf (dostupno na zahtjev) obrazac i izjavljuju: nemaju potporu niti jedne organizacije za objavljeni rad; nemaju financijsku potporu niti jedne organizacije koja bi mogla imati interes za objavu ovog rada u posljednje 3 godine; nemaju drugih veza ili aktivnosti koje bi mogle utjecati na objavljeni rad./ *All authors have completed the Unified Competing Interest form at www.icmje.org/coi_disclosure.pdf (available on request from the corresponding author) and declare: no support from any organization for the submitted work; no financial relationships with any organizations that might have an interest in the submitted work in the previous 3 years; no other relationships or activities that could appear to have influenced the submitted work.*

LITERATURA

1. Sandra Bjelan-Guska. Roditeljstvo kao prirodni instinkt ili izgrađena kompetencija: Obrazovne potrebe budućih roditelja u koncepciji općeljudskih potreba, u *Obrazovanje odraslih*, Sarajevo, 2/2912 (89-127).
2. www.glasser.com
3. <https://www.acf.hhs.gov/ohs>
4. Dinkmeyer D, McKay G. STEP/Teen, Systematic Training for Effective Parenting of Teens, Mn, American Guidance Service, 1983.
5. Gordon T. PET, Parent Effectiveness Training: NY, A Plume book, 1975.
6. http://www.unicef.hr/programska_aktivnost/rastimo-zajedno-i-rastimo-zajedno-plus/
7. Wubbolding RE, Brickel J, Loi I, Al-Rashidi B. The why and how of self-evaluation, *International Journal of Reality Therapy*, vol. XXI, No. 1, Fall 2001.
8. Iz radnih materijala: Igor Longo: Radionice djelatnog roditeljstva (1991.-2016.).
9. Ina Reić Ercegović. Neki prediktori doživljaja roditeljstva majki i očeva djece dojenačke dobi, *Napredak*, 2011; 152 (2): 267-88.

10. Boffey B. *Nanovo se stvoriti*, Zagreb, Alinea, 2009.
11. Kavelin Popov L, Popov D, Kavelin J. *The Family Virtues Guide*, A Plume Book, 1997.
12. Glasser W. *Teorija izbora*, Zagreb, Alineja, 1998.
13. Longo I. *Roditeljstvo se može učiti*, Zagreb, Alinea, 2001.
14. Longo I. *Crte iz bilježnice psihologa*, Split, Harfa, 2016.
15. Longo I. *Roditelj - graditelj odnosa*, Zagreb, Alinea, 2016.
16. Longo I. *Povezani s djetetom*, Zagreb, Alinea, 2010.
17. https://www.unicef.org/bih/ba/kurikulum_za_roditelje.pdf.
18. http://www.academia.edu/9623316/Ustanove_ranog_i_predškolskog_odgoja_-_polja_primarne_prevenicije_poremećaja_u_ponašanju.
19. http://www.igor-longo.com/clanci/skola-kaomjesto-edukacije-roditelja-za_kvalitetnoroditeljstvo/.
20. Vukota Lj. Program promicanja roditeljske kompetencije i smanjenja negativnih učinaka separacije očeva i djece za vrijeme izdržavanja kazne zatvora; u *Prava djece čiji su roditelji u zatvoru*, Pravobranitelj za djecu, Zagreb, 2009; 70-82.
21. Iz izvješća autora o održanim Radionicama djelatnog roditeljstva za potrebe Lige za borbu protiv narkomanije, u Splitu, 2010.
22. Ljubetić M. Nosi li dobre roditelje rođa? Zagreb, Profil. 2012.

Summary

PARENTING CAN AND OUGHT TO BE LEARNED

I. Longo

The article explains the need and the ability of parents to change their approach to bringing up their children. The parenting skills (behaviors, competencies) can and should be improved, because in that way the family system is directed towards such relationships, where all family members can feel good.

Descriptors: PARENTING, CHANGING, IMPROVEMENT, COMPETENTION, SELFEVALUATION

Primljeno/Received: 01. 3. 2017.

Prihvaćeno/Accepted: 20. 3. 2017.