

POSTAVLJANJE MEJA – PAST ZA STARŠE!?

Povzetek vsebinskega prispevka

Vsi starši imajo v svoji glavi izoblikovana bolj ali manj natančno podoba tega, kakšen naj bi bil njihov otrok. Večina si jih želi, da bi bil, ko odraste, odgovoren, da bi imel do sebe in drugih spoštljiv odnos, da ne bi zašel v slabo družbo, da ga ne bi premamil svet drog in alkohola, da bi bil zdrav in srečen, da bi uspešno končal šolo, prišel do zelenega poklica... Logično vprašanje je, kako ravnati, da se bodo naši upi, želje za otroka uresničili? Kako se lotiti te zahtevne naloge – VZGOJE OTROK, ki je najpomembnejša in hkrati najtežja naloga starševstva.

Poznati moramo razvojne potrebe otrok

V prvem letu življenja, otrok razvija temeljni občutek zaupanja ali nezaupanja do sebe in sveta. Zato je toliko bolj pomembno, da so izkušnje v prvem letu življenja ugodne, prijetne, še posebej izkušnje s tistim, ki zanj skrbi. Otrok naj bo v prvem letu deležen tako telesnega kot tudi duševnega ugodja, pomembno je, da so njegove osnovne potrebe po hrani, negi, toplini, varnosti zadovoljene. Hkrati pa mora otrok že v prvem letu narediti velik korak, saj postopoma spozna, da ni del okolja, da je ločen od njega (razvije pojem samega sebe). Če bo otrok imel negativne izkušnje z najbližjimi, bo zaradi negativnih doživljanja tudi sam doživel, da on ni vreden, da je slab... Slabo samopodobo si lahko otrok torej oblikuje že v prvem letu življenja! Takšna podoba o samem sebi je slaba popotnica za kasnejši razvoj.

V drugem in tretjem življenjskem letu pa pride do nove stopnje, ko otrok gradi svojo samostojnost. Glavna sprememba je otrokova povečana gibljivost, ki otroku odpre številne nove možnosti v okolju in to mu daje občutek samostojnosti, neodvisnosti, samokontrole in lastne vrednosti. Otrok ima potrebo, da bi SAM obvladoval svoje okolje, stvari. Postane trmast in uporen. Hkrati pa možnost, da se oddalji od svojih najbližjih (mame), prinese tudi občutek strahu, da bo tisti, od katerega se oddalji, izginil, saj otrok še nima sposobnosti, da bi dojel, da kadar nekoga ni v vidnem polju, ta še vedno obstaja. V drugem in tretjem življenjskem letu torej otroka postaja vse bolj sposoben ločevati med sabo in drugimi, loči lastno točko gledanja od drugih.

Če starši ne sprejemajo otrokovih poskusov, da bi obvladoval svoje okolje, stvari, potem bo otrok čutil neuspeh in zasmehovanje. Slabo uslugo naredijo tudi starši, ki vse storijo za otroka (ga vedno oni oblečejo, mu vedno oni zavijajo rokave, mu vedno oni poberejo knjigico, kadar mu pade s kavča). Za otrokov razvoj je zlasti neugodno, če starši morda nezavedno želijo, da bi njihov otrok ostal dojenček. To ni potreba otroka, temveč potreba starša, ki je v skrbi za otroka našel svojo izpolnitev in se ji sedaj ne more odpovedati. Otrok bo tako izgubil občutek samokontrole in avtonomnosti, vanj se naselita dvom in sramežljivost, občutek, da ničesar ne zmore dovolj dobro ali sam.

Pomembno je, da starši podprejo otrokovo samostojnost, da mu ob tem stojijo ob strani, ga pohvalijo, kadar mu nekaj uspe samostojno, ne pa da imajo tudi sami občutek, da jih

otrok zapušča. Dobra navezanost med otroki in starši je osnova, iz katere otrok sedaj črpa zaupanje in samozaupanje za prakticiranje samostojnosti.

V drugem oziroma tretje življenjskem letu se otrok srečuje še z eno zahtevno razvojno nalogo – to je navajanje na čistočo. Otrok se uči kontrolirati osnovne fiziološke potrebe (izločanje), kar je precej zahtevno opravilo. Za otroka je lažje, če se polula ali pokaka v hlačke, to zahteva dosti manj napora, kot pa opravljanje potrebe na kahlici. Pomembno je, da starši otroka pohvalijo za vsak najmanjši napredek in mu s pretirano grajo, kadar mu ne uspe, ne povzročijo prevelike stiske ali sramu. Pri majhnih otrocih je namreč v začetku bolj pomemben sam proces (npr. to da sedi na kahlici), kot pa vsebina v kahlici. Odrasli otroka pohvalimo, ker je pridno počakal na kahlici, hkrati pa poskrbimo, da bo imel v tem času "družbo" (bodimo z njim).

Najti pravo ravnotežje

Kako vzgojiti otroka, da se bo znal soočiti s številnimi izzivi, ki jih predenj postavlja današnji čas? Po eni strani si želimo, da bi bili otroci samostojni, da bi znali razmišljati s svojo glavo in se postaviti zase, po drugi strani pa si želimo, da bi bili ubogljivi, poslušni, vodljivi.

Kako najti pravo ravnotežje med tema dvema točkama, med razvajanjem in popustljivostjo ter strogostjo in omejevanjem? Ena ali druga skrajnost ima za kasnejše otrokov razvoj lahko zelo negativne posledice. Otrok, ki je bil strogo vzgojen, ki so mu vedno postavljali same prepovedi in omejitve, je lahko zelo podredljiv, pretirano ubogljiv ali pa izredno kljubovalen, agresiven, lahko ima težave v odnosih z vrstniki in odraslimi, saj z njimi nima pozitivnih izkušenj.

Enako pa velja za otroka, ki je razvajen. Razvajanje je način vzgoje, ki NE vodi k temu, da bi se otrok naučil osnovnih pravil, omejitev, ampak vodi k nesprejemanju navodil in omejitev. Ne gre le za razvajanje z materialnimi dobrinami, ampak se lahko razvajanje kaže tudi kot pretirana popustljivost, pretirana nega, zasipavanje z različnimi dobrinami ne glede na to, ali jih otrok sploh potrebuje in zmore ustrezno in smotrno izkoristiti. Če smo razvajajoči, bo naš otrok že pri dveh ali treh letih doživljal bridke izkušnje. Doživljal bo stres za stresom, ko bo ugotavljal, da njegove volje, ki je bila staršem sveta, drugi še zdaleč ne spoštujejo. Če starši otrokom ne postavljajo meja, lahko hitro postanejo njihovi ustrezljivi sužnji, ki jih otroci ne upoštevajo niti ne cenijo kasneje.

Otrok, ki s svojim prihodom na svet, pogosto obrne svet odraslega (mame in očeta), naj ne bo središče družine. Otrok naj bo njen enakovreden član, prav je, da ima v družini svoje mesto, nikakor pa se ne sme življenje staršev vrteti samo okoli njega. Bistven je odnos, ki ga imata oče in mati, saj otrok v dobrem odnosu med mamo in očetom dobi zgled medsebojnega spoštovanja in zaupanja. Ko bodo starši srečni in zadovoljni sami s seboj, ko bodo znali poskrbeti zase, bo srečen in zadovoljen tudi otrok. Zavedati se moramo, da je zgled, ki ga dajemo otroku, njegov največji učitelj.

Torej - če otroku vedno popustimo, ni dobro, če smo pretirano omejujoči, zopet ni v redu. Še hujše je, če smo en dan strogi, drugi dan pa popustljivi. Otrok bo popolnoma zmeden, saj v našem vedenju ne bo našel stabilnosti, ampak bo zbežan, ker njegove reakcije ne bodo zbudile istega ali vsaj podobnega odziva. Otroka bomo tako prikrajšali za tisto osnovno, kar potrebuje – občutek varnosti in občutek, da njegovo vedenje sproža predvidljive reakcije (npr. če udarim, ugriznem drugega, bom vedno na nek način kaznovan).

Kaj so meje in zakaj jih postavljamo?

Iskanje prave mere vedno pomeni postavljanje jasnih, trdnih in pravičnih mej, ki se jih mora otrok zavedati, jih poznati in se jih držati. Kaj sploh so te meje, o katerih vsi govorimo?

Meje so sporočila s strani staršev ali drugih odraslih oseb o tem, katerih pravil se je potrebno držati in kakšna so pričakovanja do otrok.

Družinsko okolje je otrokovo prvo socialno okolje, kjer se »trenira« za življenje v širšem in velikokrat ne tako prijaznem socialnem okolju. In že v družini se mora otrok srečati z mejami, z omejitvami, ki so v življenju tako običajna in del vsakdana. že v prvem življenjskem letu. Prvič morda, ko ga privajamo, da spi v svoji postelji, potem, ko ga privajamo na kahlico, ko mu prvič ponudimo sadno kašico...

Vstop v vrtec pa seveda pomeni srečanje z novimi mejami, ki jih zahteva življenje v skupini z vrstniki. Zadovoljivo življenje v širši družbeni skupnosti zahteva od vsakega usklajevanje svojih potreb s potrebami soljudi.

Da bi dosegli, da bo znal otrok odložiti ali se odpovedati svoji želji, je pomembno, da poskrbimo, da razumevanje meja in odpovedovanje ni samo sebi namen. Odpoved je smiselna, kadar je nekaj drugega bolj pomembno. Meje postavljamo tam, kjer so potrebne. Vzgoja, ki postavlja meje, otroku ustreza, kljub temu, da se temu upira. Pomaga mu, da spozna okvirje, v katerih lahko živi in znotraj teh okvirjev se otrok počuti varno. Otroci, ki poznajo pravila, ki jih morajo spoštovati, se manjkrat vedejo neprimerno.

Meje otroku pomagajo, da bo kasneje na sprejemljiv način znal uveljaviti svoje interese, ideje, da se bo znal postaviti zase in se ne pustil podrediti drugim.

Kakšne naj bodo meje, pravila?

Pri pravilih, omejitvah, ki jih postavljamo, je pomembno, da so:

- **realna**, torej **pomembna** (to pokažemo z verbalno in neverbalno komunikacijo: ton glasu, očesni kontakt),
- **nadzorovana** (pohvalimo upoštevanje pravila in ne le graja, kadar je pravilo prekršeno, s tem namreč otroku sporočamo, da dobi našo pozornost samo takrat, kadar se vede neustrezno),
- **razumljiva, jasna, primerna starosti otroka** (postavljanje meje dvoletniku ali petletniku sta dve različni stvari – petletnik

bo od nas zahteval in pričakoval nekoliko več argumentacije, zakaj se nekaj ne sme, zakaj je dobro, da česa ne naredi ali pa naredi, dvoletnik pa naših dolgovernih razlag ne potrebuje in jih tudi ne more sprejeti, ne je včasih pač samo ne)

- lahko jih **uveljavimo brez slabe vesti in posredujemo z zahtevo, a prijazno.**

Meje ne postavimo zato, ker je nam, odraslim, bolj udobno, temveč zato, ker jih potrebuje otrok. Otroku ne rečemo, naj ne sili na sprehod, samo zato, ker se nam ne ljubi iti ven. Ne mu rečemo takrat, kadar nimamo časa ali je v tistem trenutku pomembno kaj drugega.

Meje smo jasno postavili, otrok pa je kljub temu moteč

Zelo resnična je tale misel: "Ni težko postaviti meje, težko se jih je potem držati!" Kljub jasno postavljenim mejam se zgodi, da otrok preizkuša meje. Še posebej malčki in otroci v zgodnjem otroštvu preizkušajo naša pravila, odločnost. Takšno vedenje je do določene mere normalno. Povsem normalno je, da se bodo otroci upirali, jokali, kričali..., kadar jim bomo npr. vzeli želeno igračo ali prekinili njihovo igro, ki jim je zelo všeč. Otrok preizkuša naše meje tudi tako, da izziva starše z vedenje, za katerega vedo, da ga starši ne odobravajo (npr. hodi po robu pločnika, čeprav smo zmenjeni, da se to ne počne, noče v posteljo, čeprav smo dogovorjeni, da je do pol devete v postelji). Čeprav je to moteče vedenje, pa je normalno, saj otrok na ta način izraža svojo potrebo po samostojnosti in avtonomnosti.

Naloga odraslega je, da otroku jasno pokaže, kje je meja in se je dosledno drži, saj bo otrok sicer zmeden. Npr. če bomo otroku prepovedali, da se igra z našimi parfumi in kozmetiko, pa bomo potem to njegovo igranje ignorirali, bo otrok zmeden, saj ne bo vedel, kaj je zdaj dovoljeno in kaj ne.

Otroci potrebujejo svoje starše, ampak zelo naporno bi bilo, če bi bili njihovi starši popolni. Morda se sliši nenavadno, toda popolni starši bi otroka prikrajšali za pomembne življenjske izkušnje, kajti tudi kakšno prikrajšanje ali negativno izkušnja so pomembna popotnica in izkušnja za kasnejše življenje. Otrok ne potrebuje popolnih staršev, temveč le dovolj dobre starše.