



## **SEMINAR - povzetek**

# **DRUŽINE S PREDŠOLSKIMI OTROKI (1-6 LET)**

## **Skupno življenje s kompetentnim otrokom**

**JESPER JUUL**

**Tina Bregant, dr.med., vodja seminarja FamilyLab**

### **VSEBINA:**

- **Umetnost, kako ustvariti medsebojno razmerje: vsebina in proces**
- **Vsi družinski člani doživljajo enak konflikt: kako vzpostaviti ravnotežje med individualnimi željami in prilagajanjem**
- **Samozavest in samospoštovanje**
- **Kako okrepiti osebno in družbeno odgovornost pri otrocih in odraslih?**
- **Različnost staršev je pomembna za otroke**
- **Starševsko vodstvo**

## 1. srečanje

Družine se razlikujejo po svojih oblikah, v svoji sestavi in po dnevni vsebini, vendar pa so eksistencialni procesi v njih vedno enaki. In prav te procese, pri katerih gre za rast, razvoj in dobro počutje vsakega posameznega družinskega člana, smo zdaj postavili v ospredje – za to, da bi skupaj zaživel kot par ali kot družina, danes namreč ni več niti družbene niti moralne potrebe, temveč je to naša svobodna emocionalna in eksistencialna izbira.

Partnerja imata, vsak zase in oba skupaj, nalogo, da ustvarita družino, v kateri se bodo vsi družinski člani počutili dobro in se optimalno razvijali. Preizkušena recepta, kako naj bi to storili – glede na nove razmere in stanje v družbi – ni.

S seminarji, ki jih organiziramo v okviru Familylab Slovenija, ne bi radi ustvarili ne „popolnih“ in ne „pravih“ staršev. Najbolj zadovoljni bomo, če bodo oz. boste „dovolj dobri“. Najboljši starši, ki jih poznam, se približno 15-krat na dan opečejo oz. naredijo kakšno neumnost, so pa tudi takšni, ki to storijo 25-krat, pa se nam zaradi tega še vedno ni treba vznemirjati.

Starševstvo je vzajemni proces učenja, kjer se morajo starši učiti od svojih otrok in drug od drugega in kjer se otroci učijo od odraslih. Daleč najboljši starši, ki jih otrok lahko ima, so takšni, ki med tem procesom učenja delajo napake in jih tudi priznajo – tako sebi kot otroku.

Ujemanje – kongruenca in  
Ne-ujemanje-konflikt.

Otrokom ne preostane nič drugega, kot da sprejmejo način, kako starši kažejo svojo ljubezen. Če čutijo, da niso ljubljene, mislijo, da so krivi oni.

- Ljubezen kot usluga
- Ljubezen kot nasilje
- Ljubezen kot materialna dobrina

## OTROKOVE KOMPETENCE

### 2. Srečanje

#### SAMOSPOŠTOVANJE IN SAMOZAVEST

Pojma „samospoštovanje“ in „samozavest“ pogosto zamenjujemo. Včasih smo rekli „samozavest“, ne da bi zares vedeli, kaj imamo pravzaprav v mislih. Danes je vse bolj priljubljen tudi pojem „samospoštovanje“ – pa prav tako pogosto ne vemo, kaj naj bi to v resnici pomenilo.

Veliko staršev je prepričanih, da premorejo premalo samospoštovanja, zato poskušajo narediti vse, da njihovi otroci ne bi ponovili njihove življenjske izkušnje. Takšno zavedanje je gotovo dobro, saj je prav občutek samospoštovanja eno od tistih področij, kjer je starševski vpliv izredno pomemben. V Familylabu ponujamo seminar, v katerem se ukvarjamo prav s tem, kako (o)krepiti otrokovo samospoštovanje.

Samospoštovanje ima pri človeku dve dimenziji:

- kvalitativno dimenzijo, pri kateri gre za to, kako dobro se poznam, in
- kvantitativno dimenzijo, pri kateri gre za to, kako se v emocionalnem in duhovnem smislu vedem do tistega, kar vem .

Hvala / kritika / priznavanje oz. Priznanje.

Najhujši sovražniki zdravega samospoštovanja so: pretirana zaskrbljenost, nepotrebna skrb in pomoč, pretirani fizični in psihični posegi v otrokovo življenje.

### 3.Srečanje

Pojmi, o katerih smo razpravljali v prejšnjih 2 srečanjih, zadevajo v enaki meri otroke IN starše – in veljajo vse življenje. To pomeni, da ne gre za neke vrline, ki bi jih starši lahko posredovali ali celo morali posredovati svojim otrokom, temveč za dejansko povsem temeljne človeške fenomene, ki se jih otroci naučijo šele v skupnem življenju s starši. Če spregovorimo še nekaj besed o otrocih in njihovem položaju v družini, ne bi smeli NIKOLI pozabiti naslednjega: NAJBOLJŠE, KAR LAHKO STARŠI STORIMO ZA SVOJE OTROKE, JE TO, DA NEGUJEMO SVOJ PARTNERSKI ODNOS. To pomeni tudi to, da mora vsak starš poskrbeti za svojo integriteto in za svojo osebno odgovornost.

Osebno odgovornost poudarjamo zato, ker večina staršev brez težav prevzema družbeno – se pravi starševsko – odgovornost – in s tem pogosto celo pretiravajo.

Osebna integriteta: v devetih od desetih primerov se otroci v primeru konflikta odločajo za sodelovanje, in se s tem pogosto odrečejo celo lastni integriteti. Enak fenomen lahko pogosto opazimo tudi pri odraslih, še posebej v ljubezenskih odnosih.

Če otroci nenadoma nočejo več sodelovati, je razlog skoraj vedno v tem, da so že vse predolgo (znotraj družine) sodelovali pri neki stvari, ki je ne marajo.

Kot starši ne moremo zavestno odločati o tem, pri kateri stvari bodo otroci sodelovali in pri kateri ne. Deloma se to dogaja na povsem nezavedni ravni, deloma se otroci odločajo za stvari, ki jih mi nikoli ne bi sprejeli, če bi nas vprašali za nasvet. Vedno pa moramo imeti v mislih, da otroci načeloma VEDNO sodelujejo.

Osebne odgovornosti nikoli ne moremo zanikati, in to ne glede na to, ali jo jemljemo resno, ali pa bi jo najraje ignorirali. S psihološkega vidika je smiselno, da to odgovornost prevzamemo nase, saj bi drugače nedvoumno pristali na vlogo žrtve.

Vendar pa gre tudi za vprašanje vrednot in ciljev – tako svojih kot vzgojnih – in nenazadnje gre za izbiro med poslušnostjo in odgovornostjo. Staršem nihče ne more reči, kaj je zanje tisto pravo. Toda vsaka odločitev prinaša določene posledice, za katere morajo odgovornost

prevzeti starši. Nejasne in nasprotujoče si vrednote vodijo v družinski kaos in proizvajajo zmedene otroke in utrujene odrasle.

Dejansko se prvič v zgodovini dogaja, da se lahko starši sami odločimo, katere od vrednot bomo posvojili, in sprejmemo njihove praktične posledice. Lahko si izberemo na videz lažjo pot in ravnamo podobno, kot ravna večina staršev v našem vrtcu ali šoli oziroma v krogu prijateljev in znancev. Dejansko pa se s tem odrečemo svoji osebni odgovornosti. Posledica take odločitve je med drugim to, da bodo naši otroci, ko odrastejo, ravnali enako – posnemali prijatelje in pozabili na samostojno mišljenje. Odločitev je vedno v naših rokah – in povsem legitimno je, če precenimo, da je takšna „praktična“ pot povsem v redu. Lahko pa se odločimo tudi za svojo.

Izkušnje in stroka so pokazale, da pomeni večja osebna odgovornost na daljši rok tudi večjo kakovost življenja.

Otroci lahko – odvisno tudi od starosti in značajskih potez – na številnih področjih prevzamejo osebno odgovornost. Vsaj prvih osem ali devet let je samo od staršev odvisno, ali bodo te otrokove sposobnosti oz. kompetence, spodbujali in razvijali – ali pa bodo raje čim dlje uveljavljali svojo moč in nadzor.

Spodbujati razvoj otrokove osebne odgovornosti pa predstavlja za starše in njihovo vodstveno vlogo nenehen izziv. Kako veseli smo, ko slišimo otroka: „Poglej, mami, uspelo mi je! *Sam* sem to naredil!“ In kako pomembno je, da otrok ob tem ni *osamljen*.

Prav tako pomembna pa je tudi družbena odgovornost otrok. Tudi to moramo spodbujati in nanjo opozarjati – najbolje z lastnim zgledom.

Za vse seminarje, tečaje in predavanja, ki jih organizira Familylab, velja: Familylab ne ponuja psihoterapije; cilj Familylaba je informirati, navdihovati in spremljati. Vsak udeleženec/udeleženka se s prijavo zaveže, da bo prevzel/prevzela odgovornost za svoje ravnanje. Seminarji in predavanja Familylaba ne morejo biti nadomestilo za terapijo ali nadaljnje svetovanje. Vse udeležence obveščamo, da usposabljanje samo na sebi ne zagotavlja uspeha pri zdravljenju telesnih, duševnih ali mentalnih težav, prav tako ne zagotavlja dviga kakovosti življenja. Nihče, niti vodja seminarja, niti organizatorji ali vodstvo Familylaba, ne morejo prevzeti odgovornosti za morebitne težave ali nevšečnosti, do katerih bi utegnili priti.

Ta povzetek je avtorska lastnina Familylaba.