

Vivijan Ditmar

MALA ŠKOLA OSEĆANJA ZA RODITELJE

**Kako deca razvijaju
emocionalne i društvene sposobnosti**

Prevela s nemačkog
Dušica Milojković

Laguna

Naslov originala

Vivian Dittmar

KLEINE GEFÜHLSKUNDE FÜR ELTERN

Copyright © 2018, 2014 Vivian Dittmar

Translation copyright © za srpsko izdanje 2020, LAGUNA



Kupovinom knjige sa FSC oznakom pomažete razvoj projekta odgovornog korišćenja šumskih resursa širom sveta.

NC-COC-016937, NC-CW-016937, FSC-C007782

© 1996 Forest Stewardship Council A.C.

*Mojim roditeljima,
s ljubavlju i zahvalnošću*

Sadržaj

Predgovor.	9
Uvod.	11
Deo I: Roditelji i osećanja	21
Osećanja su moć veza i odnosa	27
Roditelji i pretenzije na apsolutno važenje	30
Kako nastaju osećanja?	39
Bes kaže: „Stani!“	42
Tuga kaže: „Da, tako je to.“	48
Majčini strahovi, očeve brige – put u neizvesno...	52
„Ja sam loša majka“ – je li to tačno?	58
„Ti si predivan!“	63
Otrovno porodično nasleđe:	
stara emocionalna opterećenja	69
Male drame, velike drame...	78

Deo II: Deca i osećanja	83
Kako se moćna osećanja razvijaju	87
„Život je lep!“	90
„NE!“	95
„Jao, boli me!“	103
„Mama, ostavi vrata otvorena!“	112
„Trebalo bi da se stidiš!“	121
Smetnje u emocionalnom razvoju	132
Deo III: Nov zajednički život	143
Biti u odnosu s osećanjima	145
Kako nastaje društvena kompetentnost?.	155
Odnos prema moći.	182
Šta je deci potrebno od nas	200
Dodatak.	208
Izrazi zahvalnosti.	215

PREDGOVOR

Od objavljivanja knjige *Osećanja – uputstvo za upotrebu*, neprestano su me molili da napišem knjigu o deci i osećanjima. Volela bih da udovoljim toj želji, oslanjajući se na *Uputstvo za upotrebu*. Potrudila sam se, doduše, da ovu knjigu napišem tako da bude razumljiva i ako *Uputstvo za upotrebu* niste prethodno pročitali, ali ipak nisam u njoj htela previše da ponavljam sadržaj prve knjige. Stoga vam preporučujem da – istovremeno ili prethodno – ipak pročitate i prvu knjigu i time steknete solidno razumevanje pojmova koji se ovde koriste. Zamolila bih za uvidavnost i one čitaoce koji su s *Uputstvom za upotrebu* već upoznati. Teško sam mogla da izbegnem da na nekoliko mesta ponešto i ponovim.

Pored toga želela bih da ukažem da sam namerno izbegla da ovu knjigu pišem rodno korektno jer formulacije poput „moj/a životni/a saputnik/ca“ doživljavam kao veliku smetnju pri čitanju. Pisala sam čas muške čas ženske primere, čas s gledišta oca, čas s gledišta majke. U svim slučajevima u kojima nije izričito napomenuto drugačije, ono što je napisano može da važi i za drugi pol.

UVOD

Indijanski poglavica Manitonkvat voli da priča mitove o nastanku svoga plemena Vanpanoag. U jednoj od priča radi se o tome kako je Tvorac po obavljenom poslu hteo da se povuče sa zemlje jer su mu kazali da je u nekoj pećini pronađen veliki vrač. Pričalo se da je taj vrač možda moćniji i od samoga Tvorca, ali da bi ovaj trebalo da ode da ga vidi pre nego što se povuče sa zemlje – da u njegovom odsustvu ne bi došlo do problema!

Tvorac je, dakle, potražio pećinu o kojoj je reč i tamo je, na svoje najveće čuđenje, pronašao novorođenče. Smatrao je da je to neki trik velikog vrača, pa se pomoću svojih magičnih moći redom pretvarao u orla, zmiju i lava. Na bebu to nije ostavilo neki veliki utisak. Smejala se i igrala s ovim prikazama. Kada je naposljetku lav zaurao, beba se ipak uplašila i počela je da plače. Tada se strašno prepao i sam Tvorac. Istog trenutka poprimio je svoj prvobitni oblik i učinio sve ne bi li bebu umirio. U tom trenutku Tvorac je spoznao da je beba pobedila. Priznao je poraz i povukao se sa zemlje.*

* Lično ispričao Manitonkvat u okviru Sirkla vej kampa (*Circle way camp*), na Duhove 2010, kod Minhena.

Bebe poseduju najjaču magiju od svih stvorenja, ili bar pleme Vanpanoag u to veruje. One su čisti život i šalju nam ih da bismo se stalno iznova povezivali sa životom. Kroz njih život neprestano ulazi u svet u novim oblicima i kroz njih se odvija evolucija. Drugim rečima: one su evolucija.

Romantična pobuna i surova stvarnost

Nažalost, jednostavnom tvrdnjom da su deca nešto čudesno još ništa nije učinjeno. To je tek početak. Deca su nešto čudesno i deca mogu da postanu ono najstrašnije na svetu. Svako ko je ikada doživeo koliko deca mogu da nas izbace iz takta zna o čemu pričam. Deca mogu da diraju naše najdublje rane i da pritom nimalo ne popuštaju, čak i ako nam malo nedostaje da ih polomimo, lansiramo na Mesec ili prvo jedno pa drugo. Drugim rečima: deca i te kako mogu da nas dovedu na rub živaca.

Na kraju nam često preostaje samo čudnovato balansiranje: S jedne strane, ozareno romantizovanje detinjstva i deteta, kao gotovo čudnog bića u sopstvenom svetu. A s druge roditelji, nastavnici i vaspitači koji ulažu mnogo vremena, energije i promišljenih strategija u to da svoj kontakt s ovim bićima što više smanje. Upravo zato što su ona naprosto neverovatno intenzivna, spremna na sukobe, a pre svega živa.

U ovoj knjizi imam nameru da povedem računa i o jednom i o drugom – o detetu kao čarobnom biću i o ponekad žestokim osećanjima koja kod nas može da izazove. Ne mislim da su deca samo nešto čudesno. Za mene su deca čak i najčudesnije što postoji na svetu. A time ne opisujem neku ideju o detetu, već stvarnost koju doživljavam. Ona

mi se, međutim, razotkrila tek kada sam bila spremna da odbacim sve koncepte i da se s intenzitetom deteta suočim s poverenjem.

Rasti zajedno

Veoma sam zahvalna poznatom danskom porodičnom terapeutu Jesperu Julu na tome što je ukazao da je odnos deteta i roditelja pre svega odnos ljubavi.* To nama roditeljima otvara vrata da sve mudrovanje iz glave o strahovima oko vaspitanja dece hrabro ostavimo za sobom i da se s poverenjem u sebe pozabavimo svojom decom. To je korak koji može da nas usreći, ispuni i bogato nagradi. Ali to je samo jedna strana. Druga je ta da svaki odnos ljubavi u nama budi osećanja neverovatnog intenziteta – pa i odnos s našom decom. Kao prvo, naravno, opijenost apsolutne zaljubljenosti, za kojom sledi bogata paleta osećanja koja nas preplavljaju s iznenađujućom žestinom. Kako da s time izađemo na kraj? A pre svega, ukoliko nam ne pođe za rukom da naučimo da s tim intenzitetom osećanja konstruktivno izađemo na kraj, tu je i neuporedivo veća opasnost od zloupotrebe moći.

Ova knjiga je pledoaje za proces zajedničkog odrastanja s našom decom. Niko i ništa na ovom svetu ne može bolje da nas suoči s nama samima od naše sopstvene dece. Niko preciznije ne oseća naše senke i slabosti i niko nas ne voli bezuslovnije. Deca neće da budemo savršeni, ona pre svega hoće da budemo u kontaktu s njima i sa samima sobom – hoće da budemo tu. Deca nas pozivaju da prerastemo sebe. Ako taj poziv prihvatimo, započecemo proces koji će dovesti

* [Http://www.zeit.de/2010./09/Jesper-Juul/seite-5](http://www.zeit.de/2010./09/Jesper-Juul/seite-5), pristupljeno 6. juna 2014. u 17.15 h.

ne samo do novog odnosa s našom decom već pre svega i do novog odnosa sa sobom samima i sa životom kao takvim.

Biti roditelj juče i danas

Još pre dve ili tri generacije većina roditelja još nije imala vremena, a ni bilo kakvog povoda, da razmišlja o vaspitanju dece. Deca su podizana i vaspitavana po čvrsto utvrđenoj shemi, dobro i loše, ispravno i pogrešno razdvajano je jasno, a na roditeljima je bilo da to *samo* pretoče u delo, ako treba i silom. Strogost i čvrstina važile su za izraz ljubavi prema deci.

U mnogim kulturama to je i danas tako, što nema samo negativne strane. Propisani moralni korset možda ne ostavlja mnogo mesta da se diše, ali daje i podršku i orijentaciju. Odgovornost za rane koje na taj način nastaju u dečjim dušama leži na kolektivu – jer roditelji se tako ponašaju zato što se to oduvek tako radilo – i to roditelje rasterećuje odgovornosti.

Ovako uzak okvir funkcioniše i vrlo razumno sve dok decu zahvaljujući njemu treba pripremiti na život u društvu u kome se kreću upravo u tom uskom okviru. Drugim rečima: autoritaran pristup vaspitanju, koji kruto sprovodi određeni sklop pravila, dok se volja deteta potčinjava sopstvenoj moći, decu optimalno priprema za život u strukturama koje funkcionišu upravo po takvim pravilima i u kojima najbolje preživljava onaj ko nema sopstvenu volju. Taj pristup je, međutim, apsolutno beskoristan ako se dete priprema za život u kome su bitni sopstvena odgovornost i sloboda – vrednosti koje su se u kulturama industrijski razvijenih zemalja u međuvremenu duboko uvrežile.

Zakazivanje starog pristupa vaspitanju jasno se vidi na mestima gde se dva pristupa međusobno sukobljavaju.

Primer za to u Nemačkoj su trenutno škole s velikim procentom učenika iz zemalja migracije. Idealistički nastrojeni nastavnici tu neprestano imaju prilike da vide kako upravo oni učenici koji kod kuće doživljavaju najjaču autoritarnu disciplinu, u školi ponajmanje uspeavaju da izađu na kraj s uzajamnim ophođenjem punim poštovanja, zasnovanim na sopstvenoj odgovornosti. Odsustvo drastičnih sankcija i drakonskih kazni kod njih očigledno vodi nedostatku oslonca, koji se izražava u čistoj pobuni. To zapažanje bi jednom zasvagda trebalo da obezvredi mišljenje da razlog problematičnog ponašanja dece i omladine leži u tome što kod kuće prema njima nisu dovoljno strogi. Ali o čemu se onda radi? Ako strogost više ne pali, da li to znači da decu naprosto treba da pustimo da rade šta hoće?

Ta ideja u 2014. zaista nije više ništa novo i već je dovoljno isprobana. Autoritarno vaspitanje preokrenulo se sedamdesetih godina u antiautoritarno. Rezultati nisu bili baš ubedljivi, a ni odrasli ni deca nisu imali koristi od tog koncepta. On je zakazao i kada je deci trebalo pružiti okvir u kome mogu da nauče da odgovorno izađu na kraj s izuzetno zahtevnim stanjem slobode. Posle toga klatno je ponovo krenulo unazad, u pravcu autoritarnosti. Tvrdilo se da roditelji moraju da budu jasni i dosledni, da su deci potrebne granice. Umesto kazni, sada se govorilo o posledicama, i čudilo se što deca ne razumeju tu razliku već se i dalje osećaju osuđeno i posramljeno.

Danas se većina roditelja kreće negde između ta dva pola, što sigurno nije loša polazna tačka. Najveći problem danas leži u tome što roditelji, sve dok se stvari odvijaju dobro, vole da se prema svojoj deci odnose partnerski i ravnopravno. Ali ako dođe do sukoba, taj pristup od njih traži previše i nemaju funkcionalne strategije kojima bi sukobe

na zadovoljavajuć način rešili na ravnopravnom nivou. A i odakle im kad to nikad nismo naučili. Tada se događa ono što se zapravo uvek događa u stresnim situacijama: posežemo za onim što znamo. A ono što znamo ipak je i dalje stari autoritarni program, po kome kao roditelji igramo na kartu moći i stavljamo se iznad svoje dece. U tom trenutku naša deca se osećaju zbunjeno, izdano i najdublje povređeno jer se to uopšte ne slaže s načinom na koji inače s njima živimo.

Pored toga, uz sav napredak koji smo u ophođenju sa svojom decom postigli – a nema sumnje da je napredak prisutan – i dalje uočavam jedan presudni nedostatak kada je reč o osećanjima. Rasprostranjeno neznanje o suštini i funkcionisanju ovih sila dovodi do toga da kao roditelji svojoj deci u nasleđe predajemo upravo ono što smo i sami naučili: da nekako već izađu na kraj s osećanjima, ali više u modu preživljavanja nego u modu stvaranja i uobličavanja. Povrh toga čini se i da većina dobrih namera s kojima roditelji žele da pretoče u delo svoje vaspitačke ideale propada zbog naše nesposobnosti da se izborimo sa sopstvenim osećanjima kada postane gusto.

Odnos umesto vaspitanja

Pitanje glasi: ako ni autoritarni ni antiautoritarni pristup ne valja, šta onda? Ako smo ideju da decu treba uobličiti prema određenoj shemi odbacili kao neprimerenu i nezadovoljavajuću jer ne odgovara zahtevima društva koje počiva na slobodi i sopstvenoj odgovornosti, šta treba da zauzme mesto prastarih žalopojki i beskrajnih priča o tome šta da se radi? A ako istovremeno odbacimo i ideju da decu treba naprosto da pustimo na slobodu, šta će poput obale omeđiti njihovu

beskrajnu reku volje, tako da se ona usmeri ka nečemu, a da pritom budu podnošljiva i sebi i svome okruženju? Drugim rečima: ako više ne možemo da se pozovemo na to da se nešto radi (ili možda ne radi) ovako ili onako jer je stvarnost postala tako mnogostruka da „se“ radi (ili ne radi) skoro sve, šta deci može da pruži oslonac i orijentaciju?

Odgovor na to pitanje istovremeno je jednostavan i dosta složen: deci oslonac i orijentaciju pruža odnos u koji s njima ulazimo, ni manje ni više od toga. Ako se prema nekome odnosim, to znači da stalno izražavam svoj lični stav, između ostalog i snagom svojih osećanja. Na tom putu deca uče i da upoznaju naše vrednosti – ali mi im te vrednosti ne namećemo, već samo nudimo.

Nošeni poverenjem i poštovanjem, naša osećanja i potrebe deci daju okvir u kome sama mogu da stiču svoja iskustva. Tu svoje potrebe i osećanja mogu da stave u kontekst koji ima smisla i da nauče šta znači da se zajedno s drugim ljudima traže i nalaze rešenja za različite izazove zajedničkog života i da se naposljetku dođe do saradnje.

O strukturi ove knjige

Da bismo deci danas mogli da ponudimo autentičan oslonac i orijentaciju i da im damo prostor u kome će moći da se razvijaju u emocionalno i društveno kompetentne odrasle ljude, moramo i sami da budemo emocionalno i društveno kompetentni. Struktura ove knjige odražava takva razmišljanja i iskustva.

U prvi mah čini se da ima smisla da prvi deo ove knjige bude posvećen detetovim osećanjima. To bi odgovaralo i našem uobičajenom pristupu deci i njihovom vaspitanju. Budnim, ljubavljivi ispunjenim ili zabrinutim očima gledamo

i posmatramo šta dete radi i kakvo je, u svako doba spremni da mu učinimo nešto dobro, da ga podržimo u razvoju ili da intervenišemo da bismo ga ispravili. Stoga bi bilo primamljivo i da se najpre upoznamo sa svetom dečjih osećanja. Možemo da istražimo kako dete oseća bes, tugu, strah, radost ili stid i kako ih izražava, da bismo zatim odatle možda zaključili kako je najbolje da postupimo.

Stvarnost je, međutim, drugačija. Stvari zapravo stoje tako da smo pre svega izloženi svojim sopstvenim osećanjima. Moramo da se nosimo sa svojim besom, stidom, tugom, strahom i radošću – pa i u odnosu sa svojom decom. Mnogi roditelji moraju redovno da se bore sa cunamijima emocija, koji brišu pred sobom sve dobre namere. Drugi, opet, osećaju zabrinjavajuće malo. A njihova sposobnost, ili nesposobnost, da se s tim osećanjima nose s ljubavlju, pažljivo i snažno jeste ono što dete pre svega oseća i preuzima od njih.

Stoga u prvom delu knjige u središtu pažnje nije dete, već odrasli. Ovde mislim pre svega na roditelje, ali zapravo i na sve ljude koji se – dobrovoljno ili ne – izlažu dečjem intenzitetu i zainteresovani su za to da dopuste da ih to iskustvo preobrazi. Uprkos najboljim namerama, uprkos solidnom teorijskom razumevanju i uprkos ogromnoj ljubavi, bez dubokog razračunavanja sa sopstvenim osećanjima neće nam, naime, poći za rukom da u ophođenju s detetovim osećanjima krenemo novim putem.

Tek u drugom delu ove knjige radi se pre svega o detetu. Tu se detaljnije udubljujemo u svet detetovih osećanja. Pozabaviću se procesom nastanka i sazrevanja pojedinih osećanja i opisaću funkciju pojedinačnih osećanja iz detetove perspektive. Pored toga, razmotriću i uobičajene, često dobrobramerne puteve kojima se razvoj određenih sila ometa.

U tom kontekstu možemo i bolje, ili na nov način, da shvatimo šta je detetu potrebno da bi odraslo u empatičnu, osećajnu i snažnu odraslu osobu koja se raduje životu. A upravo o tome se i radi u trećem delu: kako da odnos sa svojom decom živimo tako da im pružimo oslonac, a da ih ne gušimo? I kako da se dovoljno dobro pobrinemo za sopstvene potrebe, a da pritom ne zanemarimo detetove – i obrnuto? Kada to shvatimo, nov zajednički život postaje moguć. Vaspitanje se pretvara u zajedničko odrastanje i ravnopravan odnos. A kroz taj odnos možemo zajedno sa svojom decom da steknemo ispunjavajuća iskustva i da u potpunosti iskusimo avanturu ljudske egzistencije. Jer deca su u tome neosporni stručnjaci.

DEO I

RODITELJI I OSEĆANJA



Nije sve što osećaš osećanje

Pre nego što dublje zađemo u tematiku moći osećanja, čini mi se da je važno da još jednom ponovimo nekoliko osnovnih razlika iz moje knjige *Osećanja – uputstvo za upotrebu*. U *Uputstvu* sam govorila o pet moćnih osećanja: besu, strahu, tuzi, stidu i radosti. Možda se neko u sebi već pita: „Čekaj malo, a šta je sa svim ostalim osećanjima? Šta je, recimo, s ljubavlju, ili sa zavišću, mržnjom, ili očajanjem? Zbog čega se oni uopšte ne spominju?“

Telesni osećaji mogu vrlo nedvosmisleno da se nabroje: vrućina, toplota, hladnoća, bol ili pritisak. *Biološki programi* vrlo su tesno povezani s telesnom ravni. Radi se o osećajima koji dolaze s našeg instinktivnog nivoa i imaju svoju funkciju pre svega kada je reč o preživljavanju. Tu, recimo, nedvosmisleno mogu da se ubroje glad i žeđ, seksualni nagon, zaljubljenost, a naravno i materinski instinkt. Ja, međutim, u biološke programe svrstavam i osećanja kao što su zavist ili ljubomora.

Pet glavnih grupa osećaja, pregled

- 1. Telesni osećaji
- 2. Biološki programi
- 3. Osećanja kao društvene snage
- 4. Emocije
- 5. Sposobnosti ili stanja svesti

Osećanja kao društvene snage po mom shvatanju su, naprotiv, upravo onih pet snažnih osećanja koja sam prethodno nabrojala. Ona su se verovatno razvila kasnije nego programi i imaju čisto psihofizičku funkciju.

Kao *emocije* označavam potisnuta osećanja, koja u trenutku njihovog nastanka nismo osetili, pa su se stoga zaglavila u našem sistemu. Takva stara emotivna opterećenja mogu porazno da se odraze na naše zdravlje, da nam zatruju veze i odnose i zapuše kanale kojima naša osećanja teku. Isceljenje tih starih opterećenja neophodno je za nas roditelje ako taj emocionalni balast nećemo naprosto da predamo narednoj generaciji.

Poslednju kategoriju čine *sposobnosti ili stanja svesti*. Tu, na primer, svrstavam ljubav ili poverenje – oboje su veoma važne sposobnosti za roditelje, ali nije ih lako razviti.

Glavno težište ove knjige biće na čistim osećanjima i emocijama jer tu leži najveći izazov u svakodnevnom životu s decom.

Predoziranje životom

Mnogi odrasli imaju doživljaj da ih osećanja dece beznađežno preopterećuju – mada će to, naravno, nerado priznati – prosto zato što su dečja osećanja tako intenzivna i neposredna. Deca još nisu razvila filtere pomoću kojih svoja osećanja svrstavaju u dobra ili loša i u skladu s tim potiskuju ili sublimiraju. Ona još nisu naučila da tu mešaju razum i da o svojim osećanjima promišljaju. Stoga zapravo nije čak ni korektno reći *svojim osećanjima* jer deca osećanja nemaju, ona *jesu* osećanja. Uz to ide i činjenica da su dečja jaka osećanja u prvo vreme nezrela i nerazvijena. To zapravo još

nisu prava moćna osećanja, već pre talasi osećanja koji imaju potencijal da se razviju u moćna osećanja.

Odrasli to često ne mogu da izdrže, i to iz sasvim jednostavnog razloga: tokom dugogodišnjeg procesa, koji se obično naziva vaspitanjem ili socijalizacijom, naučili smo da svoja osećanja držimo pod kontrolom, da ih cenzurišemo, pa i da ih potiskujemo. To smo naučili tako temeljno da često više uopšte nemamo kontakt sa svojim osećanjima, ili je taj kontakt vrlo slab, kao i naš kontakt sa sobom samima i sa životom.

A onda u naš život ulazi taj paket skoncentrisanih osećanja i sve u nama eksplodira! Tačnije rečeno, ne preopterećuju nas detetova osećanja, već naša sopstvena! Jer se sve ono što smo potiskivali i prikrivali tokom godina, ponekad već i od vrlo ranog detinjstva, sada budi, golica nas i velikom žestinom se gura da izbije na površinu. To može da bude bes, mogu da budu suze, strah, stid ili čista radost življenja. Ukratko: svako osećanje može da drema skriveno u nama i da čeka na taj trenutak u kome će ga poljupcem probuditi jedno predoziranje životom!

Standardna reakcija na ovu pojavu je, nažalost, ta da dete sada učimo ono što smo i sami naučili: da ne plače, da ne viče, da se smiri, da bude dobro. Te standardne reakcije često dolaze sasvim automatski jer ni sami još nismo promislili o svojoj vezi sa sopstvenim osećanjima, niti smo ih iscelili, pa stoga prosto predajemo dalje ono što smo nasledili. Drugačije i ne možemo. Ne samo zato što ne znamo ništa bolje već i zato što inače s detetom uopšte ne bismo mogli da izdržimo.

A možemo i da odigramo naučeni program, mada smo u međuvremenu promislili o sopstvenim osećanjima, a delimično ih možda i iscelili, ali naprosto još nismo ustanovili kako bismo s decom mogli da postupamo drugačije da ne

bi morala da prođu isti proces kao i mi. To može da bude vrlo bolno. Vidimo šta radimo, znamo kuda to vodi, a ipak nam nedostaju alternative, uzori i modeli kako da to uradimo drugačije. Ovde bih želela da ponudim upravo jedan takav motiv, počevši od ideje da osećanja ne moraju da budu dosadni faktori smetnje, već mogu da budu i moć kojom uobličavamo svoje veze i odnose.

OSEĆANJA SU MOĆ VEZA I ODNOSA

Kao što sam u knjizi *Osećanja – uputstvo za upotrebu* opširno objasnila, na osećanja gledam kao na moć, a ne kao na probleme. I to na sva osećanja, pa i na ona koja se obično svrstavaju u „negativna“, kao što su recimo bes ili tuga. Kao roditeljima, ta snaga nam je potrebna da bismo za svoju decu bili jaki, ranjivi, sposobni da oprostimo, u stanju da ih cenimo i donosimo vrednosne sudove i otvoreni za novo. Ako nam pođe za rukom da sa svojom decom stupimo u odnos s tim kvalitetima, nećemo im pokazati samo kako i sama mogu da razviju ovu snagu osećanja već ćemo im otvoriti i mogućnost da imaju istinski dubok, autentičan i radostan kontakt s nama.

Zašto su roditeljima potrebna osećanja?

Ovo pitanje možda zvuči apsurdno, ali da li je zaista apsurdno? Refleksno bismo možda odgovorili: „*Pa naravno da su roditeljima potrebna osećanja! Kako bi bez ljubavi prema*

svojoj deci uopšte bili dobri roditelji?“ Ali šta je zapravo ljubav – je li to samo ono kada se radujemo svome detetu, je li to materinski instinkt, ili čak neko umeće, kao što tvrdi Erih From? I kako se ponašati s ne baš omiljenim osećanjima kao što su bes, strah, tuga ili stid? Tu će spontani odgovor možda ispasti nešto drugačiji.

Ako pogledamo spisak čistih, snažnih osećanja – bes, tuga, radost, strah i stid – brzo ćemo primetiti da se samo jedno od ovih pet osećanja u principu može označiti kao pozitivno. Šta onda, molim vas lepo, da rade roditelji na ovom svetu s toliko mnogo negativnih osećanja? Ne bi li roditeljima ipak trebalo da se pokaže neki put kojim bi se tih osećanja oslobodili, ili ih bar sveli na najmanju meru, da bi svojoj deci mogli da pristupe istinski puni ljubavi i da u svom roditeljstvu uživaju radosno? Da li je u stvarnosti tako?

Ako bolje pogledamo, jasno je da se četiri takozvana negativna osećanja pojavljuju onda ako stvari teku drugačije nego što bismo mi voleli. Radost, nasuprot tome, osećamo ako nešto odgovara našim potrebama. Stoga bes, strah, tuga i stid imaju negativan naboj, jer ih povezujemo s okolnostima za koje bismo voleli da su drugačije nego što jesu. Ta osećanja izjednačavamo sa situacijama u kojima se ne osećamo dobro.

Stoga je razumljivo i prirodno da ona za nas imaju negativan predznak. Ali ako odatle zaključujemo da ova osećanja radije ne bismo da imamo, to je greška. Ta osećanja su se, naime, razvila da bi nas osposobila da se s nepoželjnim situacijama adekvatno nosimo. Potrebna su nam da bismo izašli na kraj upravo s onim situacijama koje nam se ne dopadaju! Ako pokušamo da ih se oslobodimo, i ako nam to možda još i uspe, u isto vreme ćemo se osloboditi i svoje prirodne opreme koja nam omogućava da izađemo na kraj

sa svakom situacijom – bilo tako što ćemo je promeniti, što ćemo je prihvatiti, što ćemo se sami promeniti ili što ćemo se upustiti u neizvesno.

Kao roditelji stalno se susrećemo sa situacijama koje su drugačije nego što bismo mi voleli. Bilo da je kašica za doručak završila u tatinoj bradi, ili rolna toalet papira u mašini za pranje veša – deca u svom porivu da istražuju i otkrivaju, u svojoj bezgraničnoj radoznalosti usmerenoj na život i na ovaj svet, pokazuju neiscrpnu kreativnost. Ona isprobavaju sve – ali stvarno sve. A tu ima i stvari koje su stvarno čudesne, ali i nekih koje nisu baš najbolje, ili koje ne odgovaraju potrebama njihovog okruženja. A upravo za to su nama, kao roditeljima, potrebna naša osećanja!

Na decu nikakav utisak ne ostavljaju ni pravila ni moralni koncepti, ali osećanja dopiru do njih. Deca hoće da nas osećte, baš kao što hoće da osećte i sebe same, a u tom osećanju nastaju veza i odnos. Nama kao roditeljima, dakle, naša osećanja nisu potrebna prvenstveno za nas. Mnogo pre bi se moglo reći da su naša deca ta kojima su potrebni roditelji koji imaju osećanja kako bi mogla da nas osećte. Kako to funkcioniše i na koji način se veza i odnos razlikuju od vaspitanja, postaće jasno kada se budemo pozabavili temom pretenzije na apsolutno važenje.

RODITELJI I PRETENZIJE NA APSOLUTNO VAŽENJE

Vaspitanje kao proces normiranja

Kao što smo već spomenuli, roditeljstvo se dugo izjednačavalo sa zadatkom da se deci obezbedi određeno obrazovanje u skladu sa shemom X. To je značilo da se deca uobliče prema propisima i pravilima koji su za to doba bili važeći. Roditelji tu nisu stajali u prvom planu kao ljudi, već kao funkcija, kao izvršni organ jednog društvenog procesa normiranja.

Već sam spomenula one čuvene rečenice sa „se“: „*Ne pokazuju se prstom ljudi.*“ – „*Na ulici se ne čačka nos*“ – „*Ne ide se nikuda s nepoznatima.*“ Kad bolje pogledamo, pokazuje se da se kod na početku spomenutih „*rečenica sa se*“ radi o pretenziji na apsolutno važenje. I to o pretenziji na apsolutno važenje koju deli veliki broj ljudi, zbog čega je često utoliko teže da je se oslobodimo ili da je demaskiramo. Deluje nam tako jednostavno, tako tačno i tako istinito!

Pretenzija na apsolutno važenje je mišljenje za koje niko ne preuzima odgovornost, već se pre predstavlja kao nešto opštevažeće. Ako, recimo, kažem, da se na ulici (ili u

javnosti, ili pred drugima) ne čačka nos, to činim kao da se radi o nekom opštevažećem prirodnom ili u najmanju ruku ljudskom zakonu – u svakom slučaju neopozivom. Onaj ko to ipak radi, nije kako treba. I to ne zato što se to meni ne dopada, ili što se mnogim ljudima ne dopada, već prema nekoj imaginarnoj, naizgled nadmoćnoj, navodno neutralnoj instanci. Drugim rečima: ko se ogreši o pretenziju na apsolutno važenje nije kako treba, i to ne za mene ili nekog drugog, već *apsolutno* nije kako treba.

Takav sud je veoma bolan i upravo je zastrašujući za decu. On čini da nastane iluzija da postoji neki način postojanja i ponašanja koji je apsolutno ispravan i kako treba, i mnogi drugi koji su apsolutno pogrešni i nisu kako treba. Odatle nastaje utisak da pravo deteta na postojanje zavisi od toga hoće li mu poći za rukom da bude „kako treba“. Koliko je to za dete zastrašujuće, u punoj meri postajemo svesni ako sebi predočimo da je deci često veoma teško da taj apsolutno važeći način pronađu, ustanove ili pak da ga oponašaju.

Izgleda da je ranije zapanjujuće dobro funkcionisao upravo taj oblik vaspitanja, ali to se u međuvremenu veoma promenilo. Danas većina dece na ovaj način paušalnog suda više ne reaguje potčinjavanjem, već pobunom. Rečenice sa „se“ kao čarobno sredstvo očigledno su izgubile svoje dejstvo. Zbog čega?

Kad vaspitanje više nema smisla

Sve veća uzajamna materijalna nezavisnost i nezavisnost od zajednice u kojoj živimo dovela je, doduše, do velikog gubitka veza i odnosa, ali sa druge strane i do jedne nikad ranije viđene slobode u uobličavanju načina života i uspostavljanju

veza i odnosa. Još nikad nismo bili tako slobodni da biramo kako želimo da živimo i kakvi želimo da budemo. Još nikad nismo bili tako slobodni da biramo s kime želimo da budemo u vezi i odnosu i na koji način. Između ostalog, to za posledicu ima i činjenicu da se celo naše društvo izdiferenciralo i individualizovalo u dosad neviđenoj meri. To znači i da ono što je za mene potpuno u redu i normalno, za bližnje može biti nezamislivo. Jedan je vegan i oseća da je to sasvim normalno, dok drugi ne može da zamisli život bez salame za doručak. A tu pojavu uočavamo u svim oblastima društva.

Drugim rečima: Ono „se“ više ne postoji. Ko bi, molim vas lepo, trebalo da bude taj „se“? Možda ja? Moj bližnji? Rečenice poput „to se ne radi“, ili „to nije lepo“, izgubile su svoju preteću moć. Vrlo je verovatno da će nam danas dete ili mlada osoba na to odgovoriti: „I te kako se radi! Pokazaću ti!“ A za razliku od ranijih vremena on ili ona nisu okruženi nekom jedinstvenom društvenom mrežom koja će ga zbog takvog ponašanja osuđivati ili uvažavati. Zato svojim mladim ljudima ne možemo više verodostojno da prenesemo da moraju da se podrede shemi X. A ne bi čak ni imalo smisla navoditi ih da se potčine shemi X jer nikakva opštevažeća shema X više i ne postoji. Klasični pojam vaspitanja u tom kontekstu više nema smisla.

Ali šta onda? Šta bi moglo da zauzme mesto tog sistema? Kako da danas mlade ljude izvedemo na put ako više nemaju spremnosti da se potčine shemi X? Potrebna im je jedna sposobnost koja se možda još nikad nije toliko tražila. Moraju da nauče da postupaju na sasvim nov način i da opšte s vrlo različitim ljudima. A zato su im potrebni odrasli spremni da s njima stupe u odnos i vezu na autentičan način.

Moj poziv roditeljima stoga glasi da se oslone na osećanja jer autentičan odnos nastaje samo kroz njih. I samo ta veza

koja se oseća može da ispuni vakuum koji je za sobom ostavila litanija *se-rečenica*. Sa svojim potomstvom moramo da stupimo u odnos i vezu kao celoviti ljudi, da deca i omladina ne bi izgubili oslonac. A to su veze i odnosi koje drže i nose moćna osećanja, koja se osećaju iznutra i koja daju okvir u kome može da se oseća i promišlja.

Veze i odnosi su ogledalo. Ako imam blizak odnos s nekim čovekom, kroz taj odnos mogu direktno da doznam i iskusim kako na njega deluju moje ponašanje i moje postojanje. Šta ga raduje? Šta ga boli? Šta dobro funkcioniše, a šta ne? Kako postupamo ako su nam potrebe različite? Sve to neposredno doznajemo preko osećanja.

Vratimo se na naš primer. Ako kažem da ne volim kad neko, ili čak moje dete, čačka nos u javnosti, ja preuzimam odgovornost za svoju potrebu. Jasno stavljam na znanje da ja to ne volim i da osećam da mi to smeta. Na isti način postaje jasno da to možda nekome drugome uopšte ne bi smetalo. U tom slučaju, to nije pretenzija na apsolutno važenje, već izražavanje jednog ličnog mišljenja ili potrebe, usled kojih niko neće zbog svog ponašanja osećati da apsolutno nije ispravan i kako treba.

Možda stvari stoje čak i tako da meni lično to uopšte ne smeta, ali znam da bi mnogima drugima smetalo. To mogu i da kažem. I tada ne iznosim nikakvu pretenziju na apsolutno važenje, već svome detetu pričam nešto što sam naučila o potrebama drugih ljudi da bi se ono bolje snašlo u svetu.

„Da, pa šta onda?“ upitaće možda neko, „Otkud ja znam da će moje dete to i da poslušati?“ Dakle, kao prvo, naravno da ne znam, pošto moje dete, baš kao i ja, ima slobodnu volju i može da bira koje će tuđe potrebe uvažiti, a koje neće. Kao drugo, ne znam da li će poslušati ni ako detetu pretim osudama, pretenzijama na opšte važenje ili čak kaznama.

Stvarni višak vrednosti ne leži u poslušnom detetu. On leži u tome da se uzajamno upoznajemo, da dete dobija mogućnost da pronađe svoje mesto u okruženju i da u tom kontekstu sâmo odabere ko hoće da bude. Za razliku od antiautoritarnog vaspitanja, ono, međutim, ovde ima jasan okvir za orijentaciju: ima informacije o potrebama i osećanjima ljudi koji ga okružuju. Nije prinuđeno da ih poštuje, ali to se od njega stalno traži. A upravo zahvaljujući tom slobodnom prostoru može da nastane istinsko poštovanje, koje predstavlja osnovu svake zdrave veze i odnosa. Time što sebe neprestano doživljava u tom okviru i odražava osećanja i potrebe ljudi koji ga okružuju, dete uči da izađe na kraj sa složenošću i mnogostranošću naše današnje društvene strukture.

Preispitivanje i napuštanje pretenzija na apsolutno važenje

Da bi ovaj proces mogao nesmetano da se odvija, od nas, roditelja traži se da svoje pretenzije na apsolutno važenje polako napuštamo. Napuštanje pretenzija na apsolutnu moć za roditelje nije jednostavan proces, ali može da bude veoma oslobađajuće. Pretenzije na apsolutno važenje mogu da predstavljaju veliko opterećenje. Ako ih svesno odbacimo i upitamo se šta nam je zapravo stvarno važno, činimo važan korak u svom odrastanju.

Oslobađanje od pretenzija na apsolutno važenje znači i duboko preispitivanje šta smo sami preuzeli od svojih roditelja i društva, recimo koncepte o tome kakvi deca i odrasli treba da budu, a kakvi ne. Ovaj proces odbacivanja liči na neko unutrašnje pospremanje stana: šta sam jednostavno

preuzeo kao nešto opštevažeće, a šta je stvarno moje mišljenje, ili moja potreba?

Mi preuzimamo odgovornost za to kakvi smo kao ljudi i koje kulturne vrednosti i društvene norme želimo da prenesemo svojoj deci – uz svest da trenutno uvek samo relativno mali deo društva deli te vrednosti i norme. A svojoj deci ostavljamo slobodan prostor da sama odluče koje društvene norme i kulturne vrednosti žele da preuzmu. Pored toga, deci pružamo priliku da odmalena istražuju kako mogu i žele da postupaju s tuđim potrebama – pre svega ako one protivureče njihovim sopstvenim. U trećem delu, *Nov zajednički život*, podrobnije ću se pozabaviti ovom temom.

Vežba: Sortiranje i napuštanje pretenzija na apsolutno važenje

1. Napravi pregled preuzetih pretenzija na apsolutno važenje: Uzmi list hartije i napravi spisak najboljih pretenzija na apsolutno važenje svojih roditelja, ili društva u kome si odrastao. Ako želiš, možeš pritom da zatvoriš oči i da se prebaciš u svoje detinjstvo, koliko god si u stanju. Možda će ti poći za rukom da čuješ glas svoje majke, svoga oca ili nastavnika kako neprestano ponavljaju određene pretenzije na apsolutno važenje da bi bili sigurni da ćeš se toga zauvek pridržavati. Ili možda već čuješ sopstveni glas kako određene pretenzije na apsolutno važenje predaje tvojoj deci.
2. Okreni se sopstvenim pretenzijama na apsolutno važenje: Koja apsolutna ubeđenja otkrivaš u sebi, a možda ne možeš da ih pripišeš svojim roditeljima ili nastavnicima, ali ipak ih zastupaš s jednakom žestinom? Zapiši i njih.

3. Postavi prioritete:

Ako si zapisao ovu svoju lepu zbirku pretenzija na apsolutno važenje, potraži pet najvažnijih i obeleži ih. To da su važne može da znači da su te u najvećoj meri uobličile, ili da ih naročito često govoriš sopstvenoj deci. A može da znači i da u tebi pokreću najveći emocionalni naboj.

4. Preispitaj:

Sada ih prođi pojedinačno i najpre dovedi u pitanje njihovo opšte važenje. Razmisli ima li ljudi koji na to gledaju sasvim drugačije. Možda ovde, u ovoj kući, a možda i na drugom kraju sveta.

5. Prepoznavaj potrebu:

Kao drugi korak, pitam te koja potreba bi mogla da se krije iza te pretenzije na apsolutno važenje i čija bi to potreba mogla da bude. Ako se, recimo, kaže da deca uveče treba rano da idu u krevet, da li je to tvoja potreba da provedeš mirno veče? Je li to potreba tvoga deteta da se dovoljno naspava, za koju ono još ne može samo da se pobrine? Je li to potreba tvog partnera da uveče provede još malo vremena s tobom nasamo? Ili se iza toga uopšte i ne krije ama baš nikakva potreba, i to je samo prazan koncept koji si preuzeo?

6. Odluči za koje potrebe hoćeš da preuzmeš odgovornost:

Ako si otkrio da je to tvoja potreba, možeš da razmisliš da li i u budućnosti hoćeš da je izraziš kao takvu. Na primer: „Hoću da sada odeš u krevet jer ćeš sutra biti toliko umoran da ćeš jedva ustati.“ Ili: „Hoću da sada odeš u krevet jer sam imao mnogo naporan dan i večeras mi treba još malo vremena za sebe.“ Ako si otkrio da je to nečija tuđa potreba, možeš da razmisliš hoćeš li da budeš posrednik koji prenosi tu potrebu ili ne.

7. Napuštanje:

One pretenzije na apsolutno važenje koje su naprosto prevaziđene možeš da odbaciš i da se oprostiš od njih. Više ti ne trebaju. Ako te to zabavlja, možeš čak da izvedeš i mali ritual – recimo tako što ćeš ih ispisati na listu hartije pa ga onda spaliti. Pritom možeš da okupiš celu porodicu, ili svoju decu.

Gde počinju veza i odnos

Ako se upustimo u eksperiment napuštanja pretenzija na apsolutno važenje, brzo ćemo primetiti da se i bez njih predivno snalazimo. Ova spoznaja zapanjujuća je stoga što uglavnom pretpostavljamo da je suprotno. Mislimo da pretenzije na apsolutno važenje, zbog svoje anonimnosti i apsolutnog važenja, imaju apsolutnu moć. Osećamo se dobro jer sa svojim potrebama možemo da se sakrijemo iza njihove anonimnosti. Zanimljivo je, međutim, da deca – pa i odrasli – bolje reaguju na čoveka koji pred njima stoji s nekom konkretnom, pravom potrebom, nego na sivu, apstraktnu i bezličnu pretenziju na apsolutno važenje.

Ta činjenica mnoge zapanjuje jer je suprotna našoj slici čoveka. Polazimo od toga da je strah jača motivacija: strah da ćemo biti odbijeni, strah da ćemo biti isterani iz neke grupe, strah da nećemo odgovarati zahtevima. To su poluge kojima pretenzije na apsolutno važenje rukuju i kojima kontrolišu ljude, ili bar pokušavaju to da rade. Činjenica da većina ljudi bolje reaguje na izražavanje pravih potreba, bez pretenzija na moć, u prvi plan izvlači mogućnost da možda ipak postoji i

neki drugi faktor motivacije: ljubav, ili empatija. Presudna razlika leži u tome što tu u igri nije nikakva pretenzija na moć. Ne možemo da izbegnemo odricanje od svoje navodne pretenzije na kontrolu.

Upravo zato potrebna je hrabrost da izađemo iz skrovišta svojih pretenzija na apsolutno važenje i da se pokažemo kao ljudi sa svojim potrebama. Pritom se najpre osećamo golo i ranjivo. Ali rizik se ipak isplati jer se zatim otvara put za susret čoveka s čovekom. Možemo da prestanemo da se prema svojoj deci odnosimo kao roboti za vaspitanje koji im silom nameću pravila i propise, ili kao propovednici morala, i da najzad počnemo da budemo u pravoj vezi i odnosu s njima. Konačno možemo da počnemo da uživamo u roditeljstvu, onakvi kakvi smo!

Da bismo mogli da se upustimo u tu avanturu, kao oprema su nam potrebna naša moćna osećanja. Bilo bi, naravno, previše naivno ako bismo tvrdili da će naša deca odsad pa nadalje bez otpora prihvatati sve za čime mi imamo potrebu. Ponekad će to uraditi, nekad neće, nekad će nas poslušati rado, a nekad nevoljno.

A upravo zbog toga potrebna nam je moć naših osećanja. Potreban nam je naš bes da bismo mogli da nametnemo svoje potrebe ako je to zaista važno. Naša tuga nam je potrebna da bismo ako ne dobijemo ono što hoćemo to prihvatili. Radost nam daje sposobnost da ako su nam želje ispunjene to cenimo. Strah nam je, naprotiv, potreban da bismo izašli na kraj s neizvesnošću nepoznatog, a stid da bismo promislili o sebi samima.