



GOTOVOST STARŠEVSTVA V NEGOTOVIH ČASIH



5. VEČER ZA STARŠE

- ? Kakšna je vloga staršev ter vpliv njihovega odnosa na zdrav razvoj otrok ?
- ? Zakaj so starši velikokrat razpeti med vlogo žrtve oz. iskanjem »krivca« in prevzemanjem odgovornosti ?
- ? Kako se kaže gotovost oz. negotovost starševstva in zakaj je to pomembno ?
- ? Je izguba službe res pravi razlog, da se družina oz. starševstvo znajde v krizi ali so vzroki kje drugje ?
- ? Kje naj starši najdejo moč, da vztrajajo tudi, kadar je najbolj težko... ?

model relacijske družinske terapije dr. Christiana Gostečnika

Barbara Kutnar, zakonska in družinska terapevtka

Edin Duraković, zakonski in družinski terapevt



Knjižnica Domžale

četrtek, 14. maj 2009, ob 19.00



GOTOVOST STARŠEVSTVA V NEGOTOVIH ČASIH¹

Na topli majski četrtek 14. je kamniški Center za družinsko terapijo (CDTK) v sodelovanju s Knjižnico Domžale organiziral peti večer za starše na temo, ki je prišla kot nalašč v času družbene krize, ko se država »od zgoraj« loteva številnih ukrepov, ki rešujejo zlasti njo in njene institucije, pozablja pa na posameznika in družino, na to, kako je kriza povezana z družinskimi odnosi - in obratno. Nenazadnje pozablja tudi na to, da je posameznik najprej otrok družine in šele nato starš in državljan oz. »otrok družbe«.

Tema nagovarja in spodbuja ravno družinski pogled, zmožnosti in ukrepe »od spodaj«, iz družine. Osmisli napor in moč starševstva, da takrat, ko je družina v stiski, misli, čustvuje in deluje širše, odzivnejše in odgovornejše. Zato, da bi lahko vsak otrok imel možnost živeti v modelu odzivne, ustvarjalne in odgovorne vzgoje. Nenazadnje zato, da bo družina (in končno tudi družba) razvojno v negotove čase vstopala veliko bolj gotova. Zakonska in družinska terapevta, Barbara Kutnar in Edin Duraković, sta temu primerno uvod namenila kar igri vlog, ki je uprizorila klasičen primer odnosa med negotovima partnerjema (in staršema) v krizi, ki za svojo stisko oz. težavo iščeta vzroke vsepovsod drugje, le pri sebi ne. Igra, ki sicer simbolno ponazarja (ne)smisel neiskrenih odnosov tudi sicer v družbi, je seveda prišla nepričakovano, in je zato tudi v občinstvu pustila različne vtise ter izvalila različne odzive. Podobno je v negotovih časih, ko na vrata družine izzivi potrka nepričakovano in se sprašujemo kako naprej. Bilo bi idealno, ko bi lahko krizo ali stisko pustili kar pred vrati...

STARŠEVSKA NEGOTOVOST IN KAKO SE TA IZRAŽA

Okrog igre – kot referenčne točke predavanj – se razgrnejo ključna vprašanja, na katera starši nenehno iščemo odgovore: kakšna je vloga staršev ter vpliv njihovega odnosa na zdrav razvoj otrok? Zakaj smo starši velikokrat razpeti med vlogo žrtve oz. iskanjem »krivca« in prevzemanjem odgovornosti? Kako se kaže gotovost oz. negotovost starševstva in zakaj je to pomembno? Je izguba službe res glavni razlog, da se družina oz. starševstvo znajde v krizi ali so vzroki kje drugje? Kje naj starši najdejo moč, da vztrajajo tudi, kadar je najbolj težko? Itn. Predavatelja tako najprej izpostavita, da negotovost označujejo predvsem občutki strahu, nemoči, obupa, krivde, nezaupanja, ki so sicer značilni za vsakega starša. Vendar, če le-ti prevladajo in vztrajajo v odnosih, se to kaže tako, da se znova in znova zapletamo v konfliktne situacije, da vzroke za svoje probleme pogosto vidimo v drugem ali drugih (v otrocih, partnerju, družbi, medijih) in ne pri sebi, da otroke pogosto naredimo za čustvene »partnerje« ali celo »čustvene sužnje«, da pretežno ostajamo v vlogi "žrtve", da smo odvisni od drugih, itn.

KJE SO VZROKI?

Osnovna spoznanja relacijske družinske psihoterapije pravijo: da to, kar smo doživljali v naši izvorni družini, nas čustveno, miselno in vedenjsko za vedno zaznamuje (npr. pretekle bolečine, ki jih še nismo predelali, se nam v odnosih nevede ponavljajo); da otrok ponotranji temeljno vzdušje družine (način razmišljanja, čustvovanja in vedenja v družini), ki je hkrati vzdušje odnosa med staršema ter odnosa staršev do otroka; da se stiske, o katerih starša ne zmoreta spregovoriti (in zanje prevzeti odgovornost), nezavedno prenesejo na otroka, ki stisko potem »odigrava«, npr. nezaupanje vase, umik v pasivnost, neuspešnost v vrtcu/šoli, hiperaktivnost, agresivnost... ter da so vzroki za ponavljajoče se negotove in konfliktne odnose pogosto tudi izkušnje nasilja, zlorab in travm.

¹ Duraković, E. (2009). Gotovost starševstva v negotovih časih. DOMŽALSKE Novice, 17(9):

KAJ LAHKO STARŠ OZ. DRUŽINA NAREDI?

Vsak razvojni korak je negotov in stresen, vendar brez tveganja ne gre. Dokazano je, da kljub človeški majhnosti, lahko ljudje delamo velike korake. Eden takih je ta, da si najprej priznamo, da smo (ne zgolj) v starševstvu vselej do določene mere negotovi, da si pri tem lahko poiščemo sogovornika, ki nas čuti in jemlje spoštljivo tako, kot si zaslužimo z vsem, kar smo. Brez krivde oz. obtoževanja. Da si najprej sami zgradimo zaupanje do sebe. Starš, ki verjame vase, se zaveda lastne negotovosti in si prizna lastno nemoč, jemlje doživljanja drugih ob njem zares ter predvsem vztraja, kadar je najtežje. Pri tem se opira na lastno moč in moč v odnosu ter poišče varno oporo v sogovorniku (zakonec/partner, prijatelj, terapevt...). Tak starš verjame, da bo na koncu vse v redu, pa čeprav trenutno še ne pozna poti do izhoda. Tako se spontano in bolj ustvarjalno odziva na otrokove potrebe in razvojne izzive ter najde stik z otrokom - in obenem ohranja stik s seboj.

Končno, tako se naučimo sprejeti lastno resnico, resnico sočloveka, okolice, sveta. S tem najdemo mir, v katerem šele lahko zaživi naša notranja moč. Moč, ki ne temelji na strahu, krivdi ali nasilju, marveč na svobodnih (odgovornih) in vzajemnih varnih odnosih. Moč, ki jo vzpostavlja izkušnja sprejetosti z in v vsem, kar smo. Torej moč, ki je ljubezen. Mar ni to tisto, po čemer vsi hrepenimo in kar nas dela ljudi – bitja odnosov?

Edin Duraković

[besed: 803]