

## Jesper Juul: Vaše kompetentno dijete – Osvrt

PETRA POLAK

Biti roditelj nije lagan zadatak. Za to nas nitko ne pripremi osim naših vlastitih iskustva koja smo imali s vlastitim roditeljima. Postoji toliko pitanja koja si postavlja svaki roditelj: *Radim li ispravnu stvar? Zbog čega se moje dijete tako ponaša? Što sam ja skrivio/la?*, te se često roditelji nađu u situacijama u kojima naprosto ne mogu razumjeti svoje dijete što dovodi do frustracija.

Zašto baš ovaj autor i njegove knjige uz razne druge knjige o roditeljstvu?

Jesper Juul obiteljski je terapeut u Danskoj. O njegovoj popularnosti govori činjenica kako su do sada njegove knjige prevedene na 23 jezika, a najviše njih napisao je na njemačkom jeziku – sveukupno 34 knjige! Na hrvatski jezik prevedeno je njegovih devet knjiga od kojih je jedna od najpopularnijih *Vaše kompetentno dijete* (Juul, 2017). U svim svojim knjigama služi se brojnim primjerima iz svog svakodnevnog rada s mnogim obiteljima. To je izvrsno štivo za one koji imaju volju i želju bolje razumjeti sebe kao roditelja i svoje dijete ili izgraditi dobar odnos s djetetom. Osim roditeljima, knjiga *Vaše kompetentno dijete* zasigurno bi bila od koristi i stručnim suradnicima koji dolaze u dodir s djecom i njihovim roditeljima. Zapravo, kad se malo bolje razmisli, ona je namijenjena svakome jer smo svi jednom u životu bili djeca i dobro je razmisliti o svom djetinjstvu i odrastanju, na što bi vas sigurno potaknula ova knjiga.

O čemu Juul piše u ovoj knjizi i čemu nas može naučiti?

Knjiga započinje povijesnim pregledom obiteljskih vrijednosti. Na slikovit način objašnjava kako se u prošlosti na obitelj gledalo kao na strukturu moći kojoj su se djeca trebala prilagoditi. Međutim, takav pogled na obitelj u posljednje vrijeme (srećom) gotovo da je iščezao, a naglasak koji stručnjaci stavljaju u odgoju djece sve je više na zajednici i ravnopravnom dostojanstvu (što znači ravnopravno dostojanstvo i koja je razlika od ravnopravnosti otkrijte u knjizi). Juul ne staje na određenim apstraktnim pojmovima i nejasnim

preporukama. On u idućim poglavljima na konkretnim primjerima objašnjava na koji način ravnopravnosti otkrijte u knjizi). Juul ne staje na određenim apstraktnim pojmovima i nejasnim mogu biti zadovoljene potrebe djece, a istovremeno postignuto zadovoljstvo odnosom s djetetom.

Svaki roditelj zasigurno se susreo s neposlušnošću svog djeteta. Juul objašnjava kako djeca žele surađivati. Ona prestanu surađivati zato što su ili predugo surađivala ili jer im je povrijeđen integritet, ali nikada zato što ne žele surađivati! Kad je povrijeđen njihov integritet, pokušaju to dati do znanja roditeljima, no ako su njihovi signali ignorirani dolazi do posljedica jer djeca surađuju sa svakom vrstom ponašanja odraslih koje vole, pa tako i s onima koji ih povrijede. Time dolazi do toga da zanemaruju svoje granice, izgube djeliće svoje samosvijesti i osjećaju krivnju. Djeca često znaju što žele i to pokazuju signalima, ali ne znaju što im treba da postignu to što žele – tu je odgovornost na roditeljima da im pomognu to otkriti. S druge strane, savršeno znaju kada njihove potrebe nisu zadovoljene i mogu roditeljima dati povratnu informaciju o tome u obliku razdraženog ili povučenog ponašanja. Juul naglašava kako kvaliteta obiteljskog života ovisi o tome na koji se način odrasli bave signalima svih članova obitelji i o njihovoj spremnosti da uključuju svačiju bol u razgovor. Nerijetko se dogodi da se djetetovi signali protumače kao odgojni problem, ali Juul poziva roditelje da pokušaju vidjeti svijet djetetovim očima i pomognu djeci da signale prevedu u izravan i razumljiv jezik.

Svima nam je bitno osjećati se dobro sami sa sobom, slijediti sebe i to zasigurno želimo i svojoj djeci. U knjizi se raspravlja o važnosti razvoja dječje samosvijesti (nema isto značenje kao i samopouzdanje) – znanja kojeg imamo o sebi i doživljaja toga tko smo. Ako netko ima zdravu samosvijest, samopouzdanje za tu osobu nije problem. Postoje tri preduvjeta razvoja samosvijesti: doživljaj da nas nama bitni ljudi u životu vide i priznaju zbog toga tko smo, osjećaj da smo vrijedni drugima zbog toga tko smo i razvoj osobnog jezika. Osobni jezik je jezik kojim možemo izraziti vlastite osjećaje, reakcije i potrebe i istovremeno odrediti vlastite granice. Sastoji se od riječi: (ne) želim, (ne) sviđa mi se, hoću, neću. Roditelji pomažu djeci razviti njihov osobni jezik promatrajući dijete i tumačenjem/iskazivanjem djetetu onoga što

ono izražava ili osjeća. Ni akademski, ni društveni, ni književni jezici ne mogu nam pomoći u međuljudskim odnosima. Osobni jezik može. Bitno je da roditelji koriste svoj osobni jezik kako bi ga djeca mogla naučiti, ali isto tako da osobnim jezikom odgovaraju na djetetove želje i potrebe.

Primjer:

*Dijete: Želim se igrati na tvom računalu.*

*Otac (koji poštuje): Ne želim da se igraš na mom računalu.*

*Otac (koji ne poštuje): Zašto moraš biti tako dosadan?*

Od roditeljskih reakcija koje utječu na razvoj dječje samosvijesti, čini mi se da je važno istaknuti situacije koje uključuju tjelesno kažnjavanje djece. Svako nasilje nad djecom uvijek ima iste posljedice kao i nasilje nad odraslima: kratkoročno stvara tjeskobu, nepovjerenje i osjećaj krivnje, a dugoročno nisku samosvijest! Faktor koji se čini da utječe na to kolike će biti posljedice nasilnog čina jest taj preuzimaju li roditelji odgovornost za to nasilje i ispričaju li se djetetu za to ili za nasilje krive dijete. Bitno je osvijestiti kako djeca svaki nasilan čin doživljavaju kao osobnu poruku koja im govori da ne valjaju.

Ako roditelji žele zaštititi svoj i djetetov integritet i pomoći djeci u razvoju odgovornosti, trebaju sebe i svoju djecu početi shvaćati ozbiljno. Vjerojatno bi svatko na ovom dijelu pomislio kako je to jednostavno reći – ali što to zapravo znači? Da bismo nekog shvatili ozbiljno potrebno je priznati prava te druge osobe na osobne potrebe, vidjeti tuđe potrebe s njihovog stajališta, usredotočiti se na drugu osobu i s razumijevanjem reagirati na tuđe djelovanje, a u isto vrijeme, ozbiljno shvaćati i svoj položaj. Tako roditelji koji imaju potrebu nešto važno raspraviti sa svojom djecom moraju odabrati mjesto i vrijeme kako bi i oni, ali i dijete, imali priliku reći sve što o tome misle. Na taj način pokazuju da sebe i dijete shvaćaju ozbiljno.

Zasigurno se jedna od najčešćih tema o kojoj roditelji traže savjete tiče postavljanja granica. Juul ovdje savjetuje korištenje roditeljskog osobnog jezika umjesto izricanja naredbi. Zašto? Ako roditelj granicu izrazi kao osobnu želju, dijete će je više poštovati i više će mu značiti nego neka „općevažeća istina“. Nadalje, iskazivanjem osobnog jezika roditelj ne pristupa djetetu sa stavom da ga se stalno treba ispravljati pa su samim time djeca prije spremna na suradnju. Na taj način osjećaju da ih se poštuje. Pri tome se roditelju može činiti da izgovaranje rečenice slične ovoj: „Ne želim da

sada sviraš klavir. Trebam mir“, može zvučati sebično i dovesti do toga da se dijete osjeća odbačenim. Međutim, bitno je da djeca nauče kako ne mogu dobiti uvijek sve što žele i da u obitelji postoje drugi ljudi koji imaju svoje potrebe. To uče kad roditelji spontano izražavaju svoje osjećaje i želje.

Juul knjigu završava osvrćući se na obitelji s tinejdžerima. U društvu je ustaljeno mišljenje kako je razdoblje djetetove adolescencije nužno puno sukoba i drama samo zato što su djeca ušla u pubertet. Međutim, to je mit! Sukobi u adolescenciji nastaju jer roditelji nisu dovoljno spremni prepoznati i prihvatiti kako njihovo dijete postaje jedinstvena i neovisna osoba. Ono što dodatno otežava stvari je činjenica da su djeca, kad navršše 13 ili 14 godina, sposobna roditeljima dati povratnu informaciju o tome kako su dosad postupali prema njima i kako se osjećaju zbog toga (zar nismo svi to radili?). Za roditelje adolescenata bitno je shvatiti kako njihova djeca ne djeluju protiv njih, nego samo djeluju za sebe. Adolescenti jasno daju do znanja kako ih ne treba dalje odgajati izjavama poput: „Sam ću doći do toga“. Što roditeljima treba duže da ih poslušaju, to adolescenti govore sve glasnije. Ono što je djeci potrebno od sad pa do kraja njihovog života jesu roditelji koji podupiru njihove pokušaje da otkriju tko su. Juul predlaže da roditelji, kad ne znaju kako efikasno razgovarati sa svojim tinejdžerom, pitaju sebe: „Kako bih razgovarao/la da sam u ovakvom sukobu s prijateljem?“

Odabrala sam osvrnuti se na *Vaše kompetentno dijete* jer je odličan izvor pomoći i podrške u izazovima roditeljstva i jasno pokazuje koji put vodi do zadovoljavajućeg odnosa s djetetom. Osobno knjigu mi je bilo zadovoljstvo čitati zato što je pisana jednostavnim jezikom, duhovita je, sadrži mnogo primjera iz svakodnevnog života i slikovito objašnjava što dijete zapravo govori roditelju svojim reakcijama. Ono zbog čega mi se također Juul svidio kao autor je to što se kao stručnjak ne postavlja superiorno i ne optužuje roditelje, već ima istinsku želju pomoći roditeljima objašnjavanjem zbog čega je neko roditeljsko ponašanje neučinkovito. Na temelju svega pročitano zaključila bih kako je u odnosu s djetetom najbolje biti svoj – autentičan (naravno, ako to izražavanje svojeg ne vrijeđa djetetov integritet) i pokušati se prisjetiti sebe kad smo bili djeca.

## Literatura

Juul, J. (2017). *Vaše kompetentno dijete*. Zagreb: Naklada Pelago.