

## Granice

Jesper Juul

Nekada su granice koje roditelji postavljaju svojoj djeci bile nalik na zakone i policijska pravila koja su vrijedila i u obiteljskom domu i izvan njega, a uvelike su se razlikovala od pravila koja su vrijedila za odrasle. Roditeljima nikada nije bilo lako postavljati granice svojoj djeci, ali povremeno bi se pokazalo više nego očitim da se one trebaju povući i bile su zajedničke većem broju obitelji. Ni djeci nikada nije bilo lako pridržavati se roditeljskih granica. Uvijek je postojala nužnost krajnje dosljednosti, beskonačnih ukora, zabrana i naredbi, prije no što bi se djeca počela pridržavati tih granica, ili prije no što bi naučila igrati dvostruku igru – stvarati privid da poštuju granice, a u stvari bi činila što žele. Takav sustav je funkcionirao prije svega zato što su odrasli imali pravo vršiti nasilje nad djecom.

Roditelji se iz brojnih razloga nikada nisu zapitali - nije li možda sustav pogrešan? Nisu li možda same granice i način na koji se postavljaju nesvršishodne? Vladalo je općeprihvaćeno mišljenje da nešto nije u redu s djecom, te su iskusni roditelji i stručnjaci preporučili postavljanje čvrstih granica kao najbolji lijek.

„Usprkos svemu moraju postojati granice!” govorili su odrasli jedni drugima, zabrinuto vrteći glavama, misleći na nedopustivo ponašanje mladeži.

Danas su prošla vremena kolektivnih policijskih pravila, kao i pravo odraslih da vrše nasilje nad djecom. Međutim, to nije olakšalo život ni djeci niti roditeljima. Mnoga djeca se upućuju na tretman – sama ili zajedno sa svojim roditeljima – samo zato što je roditeljima teško postaviti granice. U nekim drugim obiteljima ovaj problem ne dovodi do tretmana ili savjetovanja, iako je itekako prisutan.

### Što su granice?

Vaše granice su izraz onoga što hoćete i onoga što nećete; onoga na što hoćete pristati, kao i onoga na što nećete pristati; što volite, i što ne volite. Granice su isto tako ono što mislite da je dobro ili loše za vas i vaše najbliže. Dakle, granice su norme i pravila za koje ste toliko uvjereni da su ispravne, da smatrate kako trebaju vrijediti i za ostale ljude.

Neke su granice vrsta praktičnih pravila: Trebaju li se djeca izuvati kada ulaze u sobu ili je to svejedno? Je li jako važno da obitelj zajedno objeduje ili to ništa ne znači? Trebaju li se kreveti spremati svakog jutra prije no što obitelj napusti kuću ili to nije važno? Smiju li djeca gledati televiziju kada, koliko i što hoće ili će i roditelji sudjelovati u toj odluci? Smiju li djeca ulaziti i izlaziti iz roditeljske spavaće sobe kada to žele ili trebaju pokucati na vrata?

Druge su granice više osobnog karaktera: Smeta li vas da se djeca penju po vama kako i kada hoće, ili je to u redu? Je li u redu da djeca koriste kupaonicu dok su roditelji na WC-u ili roditelj više voli biti sam? Ljute li se roditelji kada djeca psuju i govore ružne riječi ili im je to svejedno? Vole li roditelji više mirna jutra ili se slažu da djeca oko njih pričaju i igraju se?

I naposljetku, neke granice imaju karakter općih principa:

Za djecu je najbolje da idu spavati uvijek u isto vrijeme.

Djeca ne trebaju čuti sve što odrasli govore.

Djeca trebaju vjerovati u Boga, inače im je život bez sadržaja.

Za djecu je zdravo da što ranije imaju svoje obaveze.

## Gdje su vaše granice?

Prvo što svaki roditelj treba učiniti jest definirati svoje granice i ako može – utvrditi zašto ih ima. Na primjer, kada sam ja prije 30-ak godina postao otac, bio sam potpuno uvjeren da je za našeg sina najbolje da se od samog početka navikava spavati sam u svojoj sobi, a isto je mislila i njegova majka. Mislim da je ovakav moj stav proizašao iz tri razloga:

1. Ja sam kasno dobio svoju vlastitu sobu i želio sam svom sinu omogućiti taj luksuz od samog početka.
2. Želio sam da naša spavaća soba bude teritorij odraslih.
3. Čitao sam knjige o odgoju djece poslije čega sam još čvršće stajao na svom stajalištu. (Kasnije ću se vratiti na to kako je prošlo s postavljanjem ove granice).

Ako je vaš pristup ovakvim pitanjima blizak većini ljudi, onda ćete moći čvrsto stajati kod većeg broja granica jer su one dobro promišljene. Nekih drugih granica postat ćete svjesni tek kada ih vaše dijete ili neka druga osoba naruši. Dobro je razmišljati o obje vrste granica. Porazgovarajte sa svojim partnerom o njima, također i s djecom ako su dovoljno stara pa razmislite možete li stajati iza njih.

Nemoguće je planirati svoje vlastite granice pukim razmišljanjem o njima. Najčešće je za taj proces potreban sukob. Ponekad ćete otkriti kako vi i vaš partner imate različita gledišta o nečemu tek kada dođete u sukob s djetetom ili kada počnete dvojiti što je najbolje učiniti u određenoj situaciji. Stajalište da sve vaše granice nisu primjerene – ni za vas ni za ostale vrijedno je pohvale. Vi naravno, imate svoje jake razloge zašto su te granice takve kakve su, ali ukoliko ih držite jednim ispravnima, stvorit ćeš probleme i sebi i svojoj okolini.

## Postavljanje granica

Prije samo 25-30 godina postavljanje granica je bilo puno jednostavnije nego danas. Tome je doprinijela prvenstveno usuglašenost društva oko postavljanja granica unutar obitelji, institucija, škola, vrtića itd. Može se reći – tada je bilo je jednostavnije biti odrasla osoba. Ako su roditelji bili u nedoumici o nečemu, mogli su se raspitati kod obitelji, prijatelja i susjeda i u najvećem broju slučajeva dobili bi ne samo slične odgovore, nego i njihovu potporu. Većina odraslih je čvrsto vjerovala da se djeca pod svaku cijenu moraju podčiniti i prilagoditi odraslima; ako je neophodno onda i upotrebom prisile i kazne. Postojala je razlika u granicama između pripadnika različitih socijalnih slojeva, ali unutar svoje vlastite skupine, cilj i sredstva su bili gotovo identični.

Od tada do danas su nastupile mnogobrojne promjene u društvenim i obiteljskim normama i vrijednostima, te smo stekli više znanja o djeci i njihovom razvoju.

Primjer: U „Majčinoj knjizi“ napisanoj 1925. roditelje se najodlučnije odgovaralo od zajedničkog obiteljskog objedovanja. Potom su uslijedila desetljeća u kojima se to smatralo ispravnim i vrlo važnim za cijelu obitelj. Sada je pak uvriježeno mišljenje da roditelji trebaju sami odlučiti hoće li odabrati zajedničke obroke u krugu obitelji nekoliko puta tjedno ili će se opredijeliti za slobodu odlučivanja svakog pojedinog člana obitelji kada će, gdje i što jesti.

Na osnovu čega će roditelji donijeti odluku?

Na psihološkoj osnovi?

Na zdravstveno-prehrambenoj?

Na praktičnoj osnovi, ravnajući se prema radnom i slobodnom vremenu?

Na osnovu ishodišta u emocionalnom doživljaju užitka? Jesu li zajednički obroci u njihovim obiteljima bili trenuci uživanja ili mučne šutnje?

Vole li roditelji pripremati bogate ručkove ili je mikrovalna pećnica postala novi kućni oltar?

Bez obzira što roditelji odaberu, žele li time nešto izbjeći ili postići? Upravlja li obiteljskim granicama i vrijednostima snovi ili košmari?

U skandinavskoj kulturi bezgranična i totalitarna vlast roditelja nad djecom je u svom završnom stadiju i to je u svakom slučaju pozitivno. Jedan od rezultata ovoga jest da smo sada mi odrasli prisiljeni učiti nove načine ophođenja s djecom. Nepromijenjenom je ostala činjenica kako je za djecu najzdravije odrastati u obiteljima u kojima postoje određene granice, ali je nedopustivo i dalje ih postavljati u formi zabrana i naredbi: Moraš! Ne smiješ! Trebaš! Nemoj! Sad si baš zločest!

Danas postoje dvije vrste roditelja koje neizbježno zapadnu u nevolje. Tu spadaju roditelji koji grčevito pokušavaju zadržati uvriježene načine postavljanja granica, kao i roditelji koji se srcem odmiču od oštne i autoritarne forme, ali teško pronalaze nove i bolje načine.

Prva grupa roditelja smatra svoju djecu buntovnom i drskom, a u drugoj grupi djeca vrlo brzo preuzmu kormilo obitelji te počinju njome upravljati. I jedno i drugo je destruktivno i nezdravo kako za djecu, tako i za roditelje.

Najvažnija razlika jest da se granice više ne trebaju postavljati kao električna ograda oko djece, nego kao osobne granice odraslih. Umjesto da se zapitate: „Što je najbolje za moje dijete?“ zapitajte se:

„Što je najbolje za mene – i kako će se to odraziti na moje dijete?“

Ne možemo se više ravnati prema „spisku gotovih rješenja“ kako bismo vidjeli što je „uobičajeno“, „točno“, „ispravno“. Umjesto toga trebamo sami sebe zapitati - tko sam ja i tko je moje dijete, a to je za mnoge od nas sasvim drugačiji način razmišljanja i sasvim drugačija zadaća. A i traje duže vremena.

Uvriježeno je mišljenje kako većina današnje djece ispituje granice do kojih mogu ići, tako da nimalo ne čudi zaključak roditelja i pedagoga kako se mora postaviti što više jasnijih granica te da odrasli moraju biti stroži i dosljedniji. Moje iskustvo govori da će se djelotvornije pristupiti problemu ako se umjesto ove „dijagnoze“ opišu dječje potrebe i kaže: „Aha, ovdje imamo dijete koje izgara od želje da spozna tko su njegovi roditelji i koje traga za njihovim stajalištima.“

Djeca počinju ispitivati granice do kojih mogu ići (i tada postaju naporni i razuzdani), kada njihovi roditelji imaju poteškoća pri pronalaženju samih sebe i svojih vlastitih osobnih granica. U svojoj nemoći ulaze u ulogu „roditelja“, pokušavaju kombinirati vlastite ideje i stavove društva o tome kakvi bi trebali biti „pravi“ roditelji. Zbog toga smo često svjedoci kako roditelji imaju problema pri postavljanju granica ne samo u odnosu na svoju djecu, nego i u odnosu na druge osobe: životne suputnike, roditelje, kolege, klijente... Roditelji nisu zbog toga *krivi*. Ne radi se o lošim roditeljima, niti lijenim odgajateljima koji bi se samo trebali sabrati i naučiti pokoju metodu ili tehniku. Njihova djeca ih samo suočavaju s problemom koji je postojao i prije nego što su postali roditelji.

U tome nema ništa sramotno ili neuobičajeno. Mnogi od nas postanu roditelji u životnom razdoblju u kojem još nismo potpuno upoznali sami sebe i gdje nismo završili izgradnju naših granica u odnosu na druge ljude – a pogotovo, ili uopće ne u odnosu na čovjeka ili ženu s kojom smo dobili dijete. U obitelji u kojoj smo odrastali, naučili smo nešto o našim vlastitim granicama, ali ne sve. Neke od onih zdravih granica koje smo tada imali nisu se sviđale našim roditeljima pa smo ih se morali odreći. Neke od nezdravih emocionalnih granica koje su imali naši roditelji smo morali prihvatiti, dok su neke od naših granica bile prijeđene i narušene, a neke ignorirane.

Zbog toga je naša druga (i treća, i četvrta itd.) obitelj mjesto gdje trebamo nastaviti svoj osobni razvoj. Što se tiče razvoja vlastitih granica to u većini slučajeva traje 10-15 godina. Veliki dio ovoga razvoja se odvija uz djecu, s djecom i u velikoj je mjeri inspiriran njima.

Inspiraciju često doživljavamo kroz razdražljivost i frustraciju, pa se mnogi roditelji oslanjaju na stogodišnju tradiciju iskaljivanja tih osjećaja na djeci u obliku kritiziranja, optuživanja, grdnje i ukora. Sve ovo djeluje destruktivno na samosvijest djece i na obiteljski sklad. I što je najvažnije – narušava integritet djeteta, jer na kraju krajeva poručuje djeci da je u redu ne poštivati granice drugih ljudi! A onda djeca upotrebljavaju naučeno tako što prelaze i ne poštuju granice svojih roditelja.

## Biti osoban

Na prvi pogled je teško uočiti razliku između ove dvije rečenice:

"Ne smiješ dirati glačalo!" i

"Ne želim da diraš glačalo!"

Smisao je isti – svrha je u oba slučaja spriječiti dijete od stradavanja.

Dalekosežno gledajući, razlika je velika. Prva rečenica izriče zabranu, a druga osobnu granicu koja u konkretnom slučaju ima i osoban sadržaj: "Ne želim da se opečeš." Ovo možemo nazvati razlikom između „ja-poruke” i „ti-poruke”.

"Ja-poruka" ili osobna izjava izgrađuje kontakt među ljudima, dok ga "ti-poruka" prekida te stvara udaljenost. Ako želimo da djeca uče i razvijaju se, onda je ovakav kontakt između njih i roditelja od životne važnosti. To možete testirati prilikom sljedećeg sukoba sa svojim partnerom. Ako oboje govorite o onom drugom ("ti-poruka"), rezultat će biti neučinkovita svađa. Ako govorite o sebi samima ("ja-poruka"), sukob će se razviti u plodonosan razgovor.

Djeca rado surađuju sa svojim roditeljima i daju im ono što roditelji od njih traže. To im daje osjećaj uspješnosti i zadovoljstva. Zabrana i kritika izazivaju suprotan efekt (isto kao i kod odraslih!)

Prva izjava: "Ne smiješ dirati glačalo!" već sadrži blagu kritiku: "Diraš!", a kada se ovo ponovi po peti ili deseti put, kritika postaje sve izraženija, izravnija:

"Imaš li vatu u ušima?"

"Zašto nikada ne slušaš što ti se govori?"

"Jesi li ti normalan, dječčače?"

"E, sad si baš zločest!"

Ili neizravno:

"Već si dovoljno veliki da bi to mogao razumjeti!"

"Sad više nisi mamin dobri dječak!"

"Sada si rastužio mamu!"

To jednostavno tako ne ide. Nikada ne može izaći na dobro ako prvo zamolimo druge osobe da poštuju naše granice, a već u sljedećoj rečenici kršimo njihove. I djeca i odrasli reaguju na isti način: uzvraćaju istom mjerom! Čak i ako je ova osobna izjava: "Ne želim da diraš glačalo!" obilježena ljutnjom, strahom ili blagim izlaženjem u susret, ona još uvijek ima presudno značenje: To je vruće!

Dijete će se možda uplašiti, rastužiti, frustrirati, ali se neće osjećati kao da je nešto skrivilo. Njegove vlastite granice će ostati netaknute i ono će postupno naučiti poštivati granice svojih roditelja.

U prethodnom primjeru sam namjerno odabrao granicu koju prepoznaju mnogi roditelji i nije potrebno puno truda kako bi se iza nje stajalo. Zbog toga ju je lako izraziti osobno.

Pogledajmo drugi primjer: "Ne želim da se igraš glasovinom!" Umjesto "Ne smiješ se igrati glasovinom!" ili "Glasovir nije za igranje!"

Ovdje roditelj lako može postati nesiguran. Treba li na to gledati sa stručnog stajališta, na primjer u kontekstu dječje kreativnosti i zapitati se "Možda uništavam glazbenu karijeru djeteta prije no što je uopće i započela?" Ili treba krenuti spontano s osobnog stajališta: "E, sad hoću mir!" Ili ekonomskog: "Skupo će me koštati uštimanje glasovira!"

Čak i ako tog časa uspije, na roditeljskim ramenima i dalje je teško breme starih zahtjeva o dosljednosti - pravilo treba biti temeljito promišljeno da bi postalo pravilo. Ili još gore: ako ovo pravilo treba zaživjeti, onda je važno da i drugi roditelj bude s njim suglasan!

**Ja hoću**

To više nije tako. Jedna od mnogih prednosti osobnih granica jest u tome što su one upravo osobne i što se mogu mijenjati iz dana u dan.

Ima dana kada uživam u dječjem sviranju glasovira laktovima, a isto tako i dana kada to neću. I to je u redu. Dijalog s djetetom može biti na primjer ovakav:

"Ne želim da sada sviraš na glasoviru!"

"Zašto ne?"

"Zato što sada ne mogu podnijeti buku."

"Da, ali jučer sam smjela."

"Da, jučer mi je to bilo zanimljivo slušati."

"Smijem li – samo malo. Bit ću tiha?"

"Ne, neću da to danas radiš."

"E, baš si glup!"

"Da, razumijem zašto tako misliš, ali eto, danas sam takav."

"Glupi tata!"

Pokušajte usporediti gore navedeno s neosobnom formom:

"Ne smiješ dirati glasovir, koliko puta ti to trebam reći!"

"Zašto ne?"

"Zato što uništavaš glasovir lupajući po njemu. Kad budeš starija i kreneš u glazbenu školu, onda ćeš smjeti."

"Da, ali to je tako zanimljivo."

"To uopće nije zanimljivo, a uostalom, puno košta uštima vanje glasovira nakon toga."

"Ma, smijem li ipak, bar malo?"

"Zašto ne možeš poslušati nešto kada ti se kaže prvi put? Idi u svoju sobu i igray se s nečim drugim! Imaš toliko skupih igračaka s kojima se nikada ne igraš! Hajde sada! Ozbiljno to mislim!"

Ova zadnja verzija je većini roditelja bliža. To smo često slušali kao djeca a sada to često govorimo svojoj djeci, ako smo nepromišljeni. Ne činimo to u nakani kako bi narušavali njihovu samosvijest ili stvorili lošu atmosferu, ali to se neizostavno događa. I to ne kao posljedica djetetovog uzrasta ili nekog drugog tajanstvenog prirodnog zakona, nego isključivo radi izrečenih riječi. One su hladne, kritične, ponižavajuće i uspjeh će nam postaviti granice na ovaj način samo ukoliko se dijete dovoljno uplaši kazne. Taj strah je čisti otrov za blizak i skladan kontakt između djece i roditelja, kao i između odraslih osoba.

Topao, osobni iskaz počinje jednim od sljedećih načina:

Ja hoću...

Ja neću...

Volio bih...

Ne bih volio...

Pristat ću na...

Neću pristati na...

Mnogima od nas je teško komunicirati s drugim osobama - čak i s bliskim članovima obitelji – tako osobnim i izravnim jezikom. Naši roditelji su nas svesrdno učili da nije lijepo tako govoriti, da je to drsko i nepristojno. Šteta, jer je to sprečavalo mnoge od nas da dobijemo ono što nam treba od drugih ljudi – uključujući razumijevanje i poštovanje naših osobnih granica i potreba.

Srećom, sva djeca progovaraju upravo ovim osobnim jezikom, dajući nam prilike da obnovimo svoj osobni jezik razgovarajući s njima. Djeca, recimo, bez okolišanja često za neko jelo kažu „Ja to ne volim!“ ili kada trebaju oprati kosu „Ja to neću!“. Kad bismo mogli naučiti prihvatiti ovakve izjave s poštovanjem i tako tražiti rješenje, onda bi naša djeca naučila poštovati naše granice i granice drugih ljudi. Ako suprotno tome započnemo borbu za prevlast, onda je to ono što djeca uče.

## Izmijenjene granice

Granice podrazumijevaju mnogo različitih stvari. Postoje one osobne, gotovo privatne granice, kao što je npr. naše povjerenje prema drugim ljudima. Možemo biti toliko ranjeni nakon ljubavne veze da još mnogo godina nakon toga nismo u stanju dozvoliti drugoj osobi da nam priđe dovoljno blizu, bez obzira što znamo da nas nikada ne bi povrijedila na način na koji smo bili povrijeđeni u prošloj vezi. Tada tijekom duljeg vremena moramo ponovno izgrađivati povjerenje, a za to nam je neophodno poštovanje naših (drugima često nerazumljivih) granica.

Granice koje postavljamo u odnosu na našu djecu najčešće imaju sasvim drugačija obilježja. One proizlaze iz naših stavova i ideja i zato ih je lakše mijenjati – ukoliko pažljivo čitamo signale koji nam ukazuju da ih je potrebno mijenjati.

Govorio sam o ideji kako je za našeg sina najbolje da se nauči spavati sam u svojoj sobi. Naš stav o tome bio je tako čvrst da smo u sljedeće dvije godine supruga i ja proveli mnoge večernje sate uspavljujući ga. Uvježbali smo se, kao uostalom i mnogi drugi roditelji, sjediti kraj njegovog kreveta i nečujno disati. Naučili smo se nečujno šuljati po sobi, ali on bi se ipak često budio. Skoro dvije godine nam je trebalo dok smo napokon uvidjeli da smo postigli upravo suprotno od onoga što nam je bila namjera. Umjesto privatnog života – dobili smo posao u naizmjeničnim smjenama. Umjesto samostalnog, dobili smo sina ovisnog o našem prisustvu, a umjesto mogućnosti da slobodno i duboko dišemo nakon napornog radnog dana, mi smo sjedili zadržavajući dah. Tek kada smo uvidjeli našu glupost, kupili smo veći krevet i tek tada postigli ono što smo htjeli.

Drugi važan signal koji upućuje na nužnost promjene je "destruktivni sukob". To je učestali sukob o istoj temi, pri kojem i dijete i odrasla osoba postaju sve više frustrirani i negativno raspoloženi. Kada se to događa, a sasvim je sigurno da se često događa, krajnje je vrijeme da odrasli ponovno razmisle o svojem stavu ili granici.

Ovo možemo potkrijepiti primjerom odlaska na spavanje. Mnogi roditelji imaju stav da, osobito manja djeca, moraju imati stalno vrijeme odlaska u krevet. Ukoliko zbog toga svakog dana dolazi do destruktivnih sukoba, onda odrasli moraju razmotriti sljedeće: Zašto mislimo da naše dijete mora imati stalno vrijeme odlaska na spavanje? Je li to samo zato što smo čuli od drugih da je tako najbolje? Ili zato što nama tako više odgovara? Ako je riječ o prvom razlogu, onda ta granica nije osobna a takve granice je uvijek teško mijenjati. Ako je to zato što to najbolje odgovara našim vlastitim potrebama, onda sebi moramo postaviti sljedeća pitanja: Ima li naše dijete manju potrebu za snom nego što mi mislimo? Je li 19 ili 20 sati ipak prerano za odlazak u krevet? Možemo eksperimentirati i vidjeti što pomaže.

Ako niti to ne pomaže, onda sebi možemo postaviti sljedeće pitanje: Kako dijete stavljamo na spavanje? Jesmo li proveli dovoljno vremena s djetetom otkada smo stigli kući? Jesmo li se smirili od stresnog dana? Dajemo li mu dovoljno vremena da se pripremi ili mu iznenada kažemo kako je, eto, sada vrijeme za spavanje? Uživamo li u zajednički provedenom vremenu dok ga kupamo i stavljamo u krevet, ili je to nešto što se treba obaviti? Trebamo li sasvim promijeniti svoj stav i razmotriti kakav bi bio razvoj situacije ako bi dijete samo odlučivalo o tome, ili ćemo početi mijenjati naš način donošenja odluka? Nijedan roditelj na svijetu nije poput nas, baš kao što je svako dijete na svijetu jedinstveno. Znači, moramo eksperimentirati, sve dok ne pronađemo rješenje koji svima u obitelji odgovara.

Naše granice se mogu mijenjati i bez nekog racionalnog razloga. Jednog tjedna se možemo uživajući prepustiti glazbi koja odjekuje kroz zidove dječje sobe, dok nam je drugog tjedna ta ista glazba mučenje. To je u redu! Čovjek nije logično ili racionalno stvorenje. Možda će mladež zaključiti kako njihovi roditelji imaju jednu ili više slabosti – i što onda? S tim moraju naučiti živjeti, isto kao što se i mi moramo naučiti nositi s našim osobitostima. Jedini zahtjev pri mijenjanju granica jest da odrasla osoba može stajati iza njih. Nije dostatna "logika" ili "razumnost" koja se samo naslućuje ili preporuka kakvog pedagoškog stručnjaka. Osobne granice trebaju biti dio vas i kao takve ih nećete morati braniti teorijskim objašnjenjima. Ovim želim reći kako promjena granica ne smije imati karakter jeftinih rješenja kojima ćemo sklapati "primirje" jednog stresnog dana, nego se time treba jačati zajedništvo s djetetom.

Međutim, ovaj zahtjev je teško dosegnuti. Nekim roditeljima je tako teško pronaći samog sebe i svoje vlastite granice da to naposljetku ide i na njihovu štetu i na štetu njihove djece. Tada je naravno potrebna pomoć – prijatelja ili stručnjaka. Mnogi od nas su odrastali u obiteljima u kojima je dominiralo očekivanje roditelja da postanemo onakvima kakvi su oni htjeli. Bolna je spoznaja da ono što nam je osiguravalo ljubav naših roditelja sada nas onemogućava da i sami postanemo dobri roditelji. No premda bolan, to je često i jedini put za dobivanje poštovanja djece i samopoštovanja.

### **Kada se ne posreći**

Kada djeca ne poštuju naše granice, prema tradiciji raspoložemo samo jednom metodom – slijede posljedice ili kazna. Kao što je to već navedeno, ova metoda funkcionira samo ako izazove dovoljno velik strah u djetetu, a ima velike posljedice za obje strane. Dječje granice bivaju narušene, a to neizostavno razvija destruktivno ili samodestruktivno ponašanje. Osim toga, roditelji gube onu jedinstvenu bliskost koja može postojati između roditelja i njihove djece.

Tražiti od drugih osoba (kako djece tako i odraslih) da poštuju naše granice znači isto što i moliti ih da nas uzimaju za ozbiljno, onakvima kakvi jesmo. To je temeljna želja svih nas i osnovni preduvjet za naš razvoj s drugim ljudima. Djeca hoće i mogu uzimati svoje roditelje ozbiljno, ali uz uvjet da i oni doživljavaju to isto od strane svojih roditelja, kao i da se roditelji međusobno poštuju. Upravo zato što je ova potreba tako duboka, možemo se razljutiti radi nečega što je za druge potpuno beznačajno. Do ovakvog nesuglasja ne dolazi samo zbog prirode stvari, nego zato što sami sebi pridajemo značaj, pa želimo da i drugi to čine.

Zato se često čuju prepirke roditelja i nešto starije djece:

“Živcira me što uvijek ostavljaš svoju jaknu bačenu na pod u predsoblju!”

“Oh, ma svejedno...”

“Ne, nije svejedno. Skupo je kupovati...”

Odrasla osoba bi u ovom slučaju bila više u skladu sama sa sobom ako bi odgovorila:

„Možeš misliti o svojoj jakni što želiš, ali mi je krivo ako ono što ja kažem smatraš nevažnim!”

Važno je da odrasla osoba inzistira na tome da ju njezini najbliži uzimaju ozbiljno, a ukoliko iz nekog razloga to ne čine, onda postoji jasna potreba za razgovorom koji će utvrditi što ih u tome sprječava. U odnosima između djece i roditelja ovo je čest slučaj. Što manje stojimo pri granicama koje smo sami postavili, što više „glumimo” roditelje, to je djeci teže shvatiti nas ozbiljno. Djeca ne mogu shvaćati odrasle ozbiljno ako oni cijelo vrijeme igraju uloge – bez obzira da li su to uloge mame, tate ili učitelja.

Kada kao roditelji osjetimo da se naše granice krše, iznova i iznova, onda je dobra ideja posavjetovati se o tome s djetetom ili mladom osobom. Odaberite period u kojem nema nikakvog sukoba i recite na primjer: “Kada sam te zamolio da poštuješ moje granice, onda sam računao s tim da ćeš me shvatiti ozbiljno. Međutim, sada uviđam da ti je to teško i htio bih znati zašto je to tako?”

Djeca često jako dobro znaju odgovoriti na ovo pitanje. Ponekad je to granica koja je nerealna, ali često je to i sam način na koji je granica postavljena (kao naredba, diktat ili je prožeta kritikom). U ovakvim razgovorima nije važno doći do nekog konačnog zaključka ili postići dogovor. U stvari je korisnije ako se dogovor podrazumijeva. Najvažnije je da se odrasla osoba u razgovoru s djetetom postavi prema njegovim stajalištima i mišljenju isto toliko ozbiljno kao što to očekuje od djeteta. Ako odrasla osoba ne daje dobar primjer u tome, razgovor neće uspjeti. Ostat će samo ljutnja, sukob i osjećaj krivice.

### **Razvijati se zajedno**

Živimo u doba u kojem smo napokon uočili kako nema razlike između djece i odraslih ljudi. Mjerilo kako se trebamo ophoditi prema djeci je isto koje koristimo i u odnosu prema našim prijateljima. Niti možemo niti trebamo djecu učiti svemu, nego se trebamo razvijati zajedno u ravnopravnoj zajednici, ali pod vodstvom odraslih. Kada djeca prekorače naše granice, upoznat ćemo sami sebe. Kada mi narušimo njihove granice, bol i razočarenje u njihovim očima će nam reći kako ih još nismo upoznali. Možda još nismo dovoljno dobri roditelji kada tek dobijemo djecu, a to ćemo zasigurno postati kada naučimo od djece – za četrdeset-pedeset godina!