

familylabovka SVETUJE



Imate težave pri vzgoji oziroma v odnosu z otrokom?

Pišite nam na bodizdrava@media24.si in sodelavka Familylaba Slovenija Helena Primic vam bo pomagala poiskati navdih za vašo konkretno vzgojno težavo.

Večerno uspavanje

Ker imam iz otroštva zelo boleče spomine, ko sem zvečer sama ležala v postelji in me je bilo strah, sem se kot mama odločila, da ne bom otrok silila, da sami zaspijo, če tega še ne zmorejo. Toda hčerka (7) in sin (4) sta vse večja, pa vendar še vedno zahtevata, da grem zvečer z njima v posteljo, da zaspita. Velikokrat potem tudi sama zaspim (pogosto še pred otroki) in težko vstanem, tako da ostanem brez časa zase in za partnerja. To me, pa tudi partnerja, vse bolj jezi, toda ko sem hčerki in sinu predlagala, da bi morda poskusila sama zaspiti, sta to odločno zavrnila. Ne želim, da ju je strah (poskusili smo že s prižgano lučko, pa odprtimi vrati, pa pravljico ...), toda hkrati mi gre to večerno uspavanje vse bolj na živce, tako da bolj ko se bliža večer, bolj sem razdražljiva, otroci pa tudi, saj preprosto ne vem več, kako spremeniti to našo večerno navado.

Časi, ko so starši otrokom dali poljubčka za lahko noč in zapustili otroško sobo, ne glede na to, kaj je otrok čutil, zahteval in potreboval, se na srečo poslavljajo. Sodobni starši smo vse bolj občutljivi za otrokova čustva in jih težko kar prezremo, češ, saj se bo že navadil. Predvsem zato, ker imamo, tako kot vi sami, boleče spomine iz otroštva, ko smo pogrešali nekoga, ki bi nas uzrl. Zato me veseli, da ste uspeli prepoznati tako svoje boleče spomine iz otroštva kot potrebo otrok, da ste zvečer ob njiju, ker vas potrebujeta, da se umirita in varno odplavata v spanec. Toda pri tem ne smete pozabiti tudi nase – na lastne želje in potrebe, ki so lahko velikokrat v nasprotju s tem, kar si želijo otroci. Naloga staršev ni, da uresničimo vse želje otrok, temveč da prepoznamo tako njihove kot lastne potrebe. Če starši preveč žrtvujemo sebe v »dobro otrok«, na koncu trpijo tudi otroci, ne le starši. Ko namreč človek (naj bo to odrasel ali otrok) preveč »požira« samega sebe oziroma deluje proti svoji integriteti, postaja vse bolj nezadovoljen in zamerljiv. Ko se preveč žrtvujemo za druge, namreč skrivoma drugim zamerimo, čeprav smo se v resnici sami odločili, da bomo to storili. Predvsem starši se nekako počutimo »prisiljeni«, kot da otroci takšno našo pretirano požrtvovalno vedenje od nas »zahtevajo«. S takšnimi občutki, ki nam jih niti ni treba izreči na glas, otroci jih namreč v vsakem primeru čutijo, v resnici odgovornost za lastno vedenje prenašamo na otroke. In tako se otroci počutijo vse bolj krive, da je mama zvečer tako zelo nezadovoljna. In posledično tudi otroci postanejo nemirni in »nemogoči«, saj je teža odgovornosti in krivde prevelika za otroška ramena.

Kadar koli se torej zatakne v odnosu, je dobro najprej pri sebi preveriti, kaj si želimo, kaj hočemo, česa niti pod razno ne moremo sprejeti, kje smo se pripravljani prilagoditi ... Zato si vzemite čas zase in razmislite, kaj ste v večerni rutini zares pripravljani sprejeti in česa ne. In potem to otrokom tudi iskreno povejte. Pri tem pazite, da za nastali položaj ne krivite njih oziroma njihove potrebe, da vas imajo zvečer zase. Povejte jim, da ste sami odgovorni za to, da ste počeli več, kot ste bili pripravljani. Da ste bili zato zvečer nejevoljni in da ste se odločili, da boste to spremenili. Kako, boste morali ugotoviti sami pri sebi. Prepričana sem, da boste našli pot, s katero boste lahko živeli. Pa brez skrbi: otroci jo bodo sprejeli, četudi se bodo sprva upirali. Pa ne zato, ker bi se nanjo navadili, ampak ker bodo ob sebi začutili mamo, ki pozna svoje meje in je hkrati pripravljena slišati svoje otroke ter razume, da so kdaj razočarani. ■

Helena Primic

Kakšen družine

V soboto bomo praznovali svetovni dan družine, zato ob tej priložnosti preverite, kakšen tip družine je vaša – katere so njene prednosti in katere slabosti, na katere morate biti posebej pozorni.

HELENA PRIMIC, FOTO: THINKSTOCK