

PSIHOLOGIJA DRUŽINE

dr. Gabi Čačinovič-Vogrinčič, Univerza v Ljubljani, Visoka šola za socialno delo, Ljubljana

Psihologija družine je novo področje psihologije, ki se ukvarja predvsem z odnosi med člani v družini in ne z njimi kot posamezniki.

Psiholog M. Petzold (1994) definira "družinskost" v kakršnikoli pojavnih oblikah z dvema elementoma: intimnostjo in odvisnostjo. Sem pa sodi tudi pravica do resničnosti. To pomeni otrokovo, človekovo pravico, da ni prezrt, da ga vidijo, slišijo in ga jemljejo resno. To pravico morajo v zdravi družini imeti prav vsi njeni člani. Občutek lastne vrednosti lahko človek izgradi le na izkušnji, da je vse življenje imel možnost izraziti svoja čustva, misli in želje, jih soočiti z ljudmi, prevzeti odgovornost zanje, se jih naučiti obvladovati in spremeniti.

Družina tudi omogoča človeku hkratno avtonomijo in povezanost. Prvo z odkrivanjem lastne edinstvenosti, svojih potencialov in neodvisnosti, drugo pa kot izkušnjo, da smo drugim pomembni, da nas potrebujejo, da skrbimo, da imamo radi in nas imajo radi.

Po H. Stierlinu (1987) odnosna individuacija pomeni izoblikovanje individualnih lastnosti in postavljanje psiholoških meja osebnosti na način, da se vedno znova ustvarja ravnotežje med avtonomijo in povezanostjo znotraj družine.

Mertens opisuje družino kot konfliktno skupino. Pravica do resničnosti znotraj družine pa vsebuje tudi sposobnost, da člani konflikt prepoznajo na osnovi motenj v interakciji in komunikaciji ter se z njim soočijo.

Eden izmed konfliktov je po Stierlinu tudi konflikt med starši in otroci. Le-ta postane najizrazitejši ob odhodu otrok iz družine, na pragu njihove odraslosti. Pravica do resničnosti je udejanjena s spravo za preteklost, ki je ni mogoče spremeniti.

V družini obstajajo štiri načini komuniciranja z družinskimi člani v konfliktni situaciji, pri katerih ne gre za neposredno, pristno izražanje posameznika. Ti vzorci komunikacije so napad, pomiritev, odvrčanje pozornosti od problema in racionalizacija. Pomembno je, da jih prepoznamo in se jim izognemo, če je mogoče. K temu pripomore vaja, ki je bila osrednja tema naše delavnice: Štiri osebe si razdelijo vloge družinskih članov - očeta, matere in dveh otrok. Izmislijo si problem, ki ga kot družina skušajo razrešiti. Pri tem vsak član privzame enega izmed vzorcev komuniciranja in sodeluje pri diskusiji v skladu z njim. Po določenem času (npr. 5 - 10 min) člani zamenjajo vloge.

Prvi del

Kaj je družina

»Družina je osnovna institucija zasebnega življenja, kjer se oblikuje za ljudi večina pome mbnih razmerij. Je socialna skupina, v katero smo stalno in dolgotrajno vključeni« (Ličen, 1995, str.5)

Družina je sistem in družinsko življenje je proces. Ni nekaj statičnega in nespremenljivega. Stalno se spreminja, tako zaradi razvoja in sprememb, ki jih doživljajo posamezni člani družine, kot tudi zaradi dogodkov in situacij, ki zadevajo celo družino.

Model življenjskega ciklusa družine

(Ličen, 1995)

1. Doba oblikovanja družine
2. Razširjanje družine
3. osnovnošolsko obdobje otrok (prvi otrok od 6. Do 13. Leta)
4. Mladostniško obdobje otrok (prvi otrok od 13. Do 19. Leta)
5. Postadolescentno obdobje otrok (prvi otrok od 20. Leta do odhoda iz družine)
6. Začetek zoževanja družina
7. Zožana družina (»prazno gnezdo«)
8. Ovdovelost

Fleksibilnost in kontinuiteta

Že iz zgornjih točk vidimo, da družina doživi veliko sprememb, čeprav je to le zelo okvirna delitev družinskega življenja, ki ne prikazuje le tega v vsej svoji kompleksnosti.

Vsaka sprememba povzroča stres in zato je pomembno, da je družina fleksibilna, da se zna spoprijeti s spremembami in prilagoditi na novo nastalo situacijo.

Pomembno je, da družina dovoljuje spremembo, hkrati pa tudi, da ohranja kontinuiteto. Tudi kontinuiteta je pomembno za dobro delovanje družine.

Družina mora biti trdna in vloge članov usklajene. Vendar pa je potrebno vloge vedno znova usklajevati in dopolnjevati, da se lahko družina kot celota fleksibilno prilagaja spremembam.

Vrste družine

Včasih je za družino veljal predvsem zakonski par z otroci, kar *imenujemo jedrna družina*. Poleg tega je bila precej običajna tudi *razširjena družina*, to je družina v katero so vključeni tudi drugi sorodniki, najpogosteje stari starši.

Še posebej v zadnjem času, zaradi večjega števila ločitev narašča tudi število nestandardnih družin: *enoroditeljskih družin*, to je takih, ki imajo le enega od staršev in vsaj enega otroka (Starš in otrok se že pojmujeta kot družina, čeprav jih nekateri označujejo kot nepopolno družino, ker ni obeh staršev) in pa *reorganiziranih družin*, to je družin v katerih starša, oz. vsaj eden od staršev, že bila poročena oz. živela v družini in sta si ustvarila novo družino.

Posebej naj navedemo še *družino z istospolnimi starši*, ki je v nekaterih državah že zakonita.

Poleg zgoraj navedenih družin pa je treba upoštevati tudi družine, kjer partnerja sicer nista poročena, a živita v partnerski zvezi, ki pa jih obravnavamo praktično enako kot družine s poročenima staršema.

Funkcije Družine

Družina ima pomembno vlogo. Je celo "glavna enota za menatalno zdravje v današnji družbi".(Titmus, 1989, str.121) poleg tega pa N.Ličen (1995) navaja še funkcije, ki se nanašajo na:

- biološko reprodukcija,
- zadovoljevanje čustvenih potreb,
- skrb za otroke in vzgoja otrok,
- skrb za dom, kjer potega zadovoljevanje osnovnih potreb (hranjenje, fizična in socialna varnost,...),
- prenašanje kulturnih vzorcev in izročila.

Včasih je bila družinska vzgoja lažja zaradi enostavnejše kulture, ki jo je lahko otrok hitro osvojil, danes pa v vse kompleksnejši družbi postaja čedalje bolj zahtevna.

Zanimiva je tudi misel A.Tofflerja (po Ličen 1995) da bo družina, ki je v današnji družbi predvsem potrošniška enota, postala tudi proizvodna enota, zaradi vse večje vloge računalnikov, kjer bodo lahko tudi otroci produktivni, saj bodo v stiku s starši in njihovim delom že od mladih nog.

Partnerstvo

Partnerstvo je ključnega pomena za družino. Kvaliteta partnerskega odnosa bistveno vpliva na kvaliteto družine. To na nek način velja tudi za enoroditeljske družine, saj mora tam eden od staršev prevzeti vse starševske funkcije, ali pa, kar se tudi neredko zgodi, določene funkcije (še posebno čustvene) drugega partnerja prevzame eden od otrok.

Pomembno je, da partnerja spoznavata drug drugega kot posameznika s svojimi posebnimi lastnostmi. Ne kot svojo lastnino, ali del sebe, ali le kot del celote, ampak tudi kot posameznika z drugačnimi prepričanji, vrednotami, čustvi,...

Tudi partnerstvo je proces, dinamično dogajanje oz. interakcija med dvema. V uspešnih zakonih sta partnerja drug drugemu učitelja, torej se drug od drugega uči in ob drugem raste. Pomembno je tudi da znata reševati razlike v mišljenju in za to je potrebna *sposobnost pogajanja*. Prav tako pa je pomembna sposobnost izražanja pozitivnih čustev, zanimanje za drugega, skrb in interes za dobro drugega, torej *sposobnost ljubiti*. Sposobnost ljubiti in sposobnost pogajati se sta ključni sposobnosti tako za dober partnerski odnos, kot tudi za dobro starševstvo.

Starševstvo

Da sta partnerja tudi učinkovita starša, morata imeti najprej dobre medsebojne odnose. Prav tako pa je tudi za starševstvo pomembno, da partnerja drug drugemu priznavata avtonomnost. Starši morajo biti namreč samostojne osebnosti, da lahko pomagajo otroku postati samostojna osebnost.

Po raziskavi, ki jo omenja Cooper(1986), (po Ličen 1995) so osamosvajanje najlažje prešli otroci, katerih starši so bili zaupljivi in dosledni, so ločevali med svojimi potrebami in potrebami otroka, ter so poskrbeli za priložnosti za razvoj otrokove samostojnosti.

Glede otrok pa družinski terapevti opozarjajo še na sledeče:

- a) otroci so obiskovalci, zato je potrebno skrbeti tudi zase,
- b) ambivalentna čustva do otrok so običajna,
- c) ozračje v družini se spreminja,
- č) za vzgojo otrok ni dovolj le ljubezen, potrebno je tudi znanje,
- d) z otroki naj bi uživali, ne pa trpeli.

Avtonomija in povezanost

Za uspešnost in zdravje družine je ključnega pomena ravnotežje med avtonomijo in povezanostjo, se pravi med ločenostjo od in povezanostjo z družino. Povezanost pomeni organsko in aktivno vključenost v družinski sistem.

Vplivi na družinski sistem

Schneewid (1992) opisuje stresorje in vire, ki vplivajo na razvoj družine. Stresorji so dejavniki, ki otežujejo družinsko življenje, viri pa ga olajšujeta. Vertikalni stresorji ali viri izhajajo iz preteklosti, horizontalne pa družina srečuje v sedanosti. Stresorji in viri vplivajo na več ravneh. Prvo raven predstavlja osebni sistem posameznika, drugo sistem para, tretjo večgeneracijski družinski sistem, ki pa je umeščen v izvendružinski socialni sistem.

Drugi del

Psihologija Družine

Psihologija družine je mlada veda oz. veja psihologije. Napaja se iz psihologije malih skupin in družinske terapije.

Zadovoljevanje potreb

V vsaki družini obstajajo individualne potrebe staršev in otrok, kot tudi potreba, da se družinska skupina ohrani. Pomembno je, da se ohranja ravnotežje zadovoljevanja vseh teh potreb. Ti dve vrsti potreb lahko imenujemo tudi potreba po avtonomiji in potreba po povezanosti.

Berger J. pa ugotavlja tri sklope potreb: Potrebe po pripadnosti, po smislu in po izražanju nezadovoljstva. »Če je oseba zelo izolirana, zelo nezadovoljna in 'nima upanja', je na poti k smrti« Breger, 1980, po Čačinovič Vogrinčič str. 137)

Moč in hierarhija v družini

Moč lahko definiramo kot: "Zmožnost posameznika, da vpliva na vedenje drugih." Pri čemer je vpliv lahko tak, da doseže spremembo vedenja, ali pa da spremembno vedenja prepreči ali zavira. Ločimo lahko šest ravni moči: legitimna moč, referenčna moč, moč experta, informacijska moč, moč nagrad, moč kaznovanja.

Jasna trdna hierarhija je pogoj za uspešno delovanje skupine. V vsaki skupini oz. sistemu obstajajo tudi podsistemi odločanja. Če niso jasno oblikovani nadrejeni in podrejeni podsistemi, sistem razpade. Hierarhija je nujna in mora biti jasna.

Najboljša možnost je močna koalicija enakopravnih staršev, vendar pa je to zelo redko in je značilno le za izjemno zdrave družine. Če starša nista enakopravna pa je bolje, da prevzame vodstvo oče. Skynner pravi, da so v skoraj vseh družinah, ki so mu pripeljale otroka kot problem, prevladoval matere, ali pa so bile družine popolnoma kaotične.

Trditev, da je bolje, če stvari vodi oče, kot če vlada mati, razlaga s procesom otrokovega postopnega vključevanja v svet in spoznavanju svojih meja. Otrok najprej doživlja sebe kot vse, potem ugotovi, da ni tako in doživlja mater kot vsemogočno, kot boga, in kasneje spozna, da tudi mati ni bog, ampak se prilagaja očetu, in tudi oče je vključen v družbo, torej tudi on ni bog. Takolahko otrok postopno odkrije svoje meje in se konstruktivno vključi v družbo. Če mati nadzira tudi očeta, pa je ta proces otežen.

Trdna hierarhija ima še eno razvojno vlogo. Namreč zarisovanje meja in učenje obvladovanja svojih čustev. Samo trdna hierarhija daje otroku dovolj varnosti, da jo lahko preizkuša. Da lahko tudi izraža močna čustva in se jih s tem uči obvladovati. Da lahko "razbija po zidu in se zid ne podre". To daje otroku občutek varnosti, ki ga potrebuje. Otrok potrebuje odvisnost od staršev/njihovo moč, hkrati pa tudi možnost, da se uči enakopravnega sodelovanja, spoznavanja in dogovarjanja.

Komunikacija v družini (V. Satir)

S komunikacijo se dogaja individualizacija in integracija. Posameznik spoznava sebe, odkriva svoj notranji svet, hkrati pa spoznava drugega in grdi odnose oz. skupnost s pomočjo komunikacije.

Komunikacija igra torej zelo pomembno vlogo v življenju in razvoju družine. Vendar pa kar je v družini mogoče komunicirati je le fragment, ki ga je mogoče razumeti le kot del celote, znotraj celote.

Komunikacija je namreč zelo kompleksna in mnogoplastna zadeva, ker vključuje tudi sporočanje o notranjem svetu posameznika, ki pa je večinoma neozaveščen, poleg tega pa se stalno spreminja. Na komunikacijo bistveno vpliva tudi zaznavanje situacije in drugih oseb. Del komunikacije je tudi vedenje. Tudi vedenje je precej kompleksna stvar. Je namreč funkcija namena in zaznanega vedenja drugega oz. drugih. Namen pa je pogojen s subjektivno interpretacijo potreb, podoba o sebi, podoba, ki mislimo, da jo ima o nas drugi,... pa tudi na zaznavanje vedenja drugega vpliva selektivno zaznavanje, podoba o sebi, podoba o partnerju, podoba, ki

mislimo, da jo ima partner o nas....Poleg tega ima komunikacija več ravni in oblik, na primer: verbalno in neverbalno raven, vsebinsko in odnosno raven (Vsaka komunikacija je vedno tudi komunikacija o odnosu med osebama v interakciji.), simetrično ali komplementarno obliko, kongruentno in nekongruentno,...

Zelo pomembna za družino pa je tudi meta komunikacija, to je komunikacija o komunikaciji. Metakomunikacija namreč omogoča večjo transparentnost v družini.

V komunikaciji tudi zaradi njene kompleksnosti neredko pride do motenj. Gabi Čačinovič Vogrinčič našteva naslednje:

1. Različen pomen besed oz. formulacij
2. Neupoštevanje neverbalnih komunikacij
3. Dvojna vez – verbalno in neverbalno sporočilo si nasprotujeta
4. Poskus umika iz komunikacije
5. Diskontinuiteta obravnavane teme
6. Pseudokonflikt: razprava na vsebinski ravni, konflikt pa na odnosni
7. Če vsak vidi svoje vedenje zgolj kot odziv na vedenje partnerja
8. Toga simetričnost (eskalacija simetrije)
9. Toga komplementarnost (neenakopravnost)

Gabi Čačinovič Vogrinčič navaja pet značilnih komunikacijskih vzorcev, od katerih so prvi štirje pravzaprav obrambni komunikacijski vzorci, ki ohranjajo stanje oz. status quo, peti pa je način resnične in globoke komunikacije, ki pa je možna le v vzdušju varnosti in sprejetosti. Ti vzorci so naslednji:

1. Pomirjanje
2. Obtoževanje, napad, demonstracija moči
3. Racionalizacija (argumenti stroke, javnosti, zdrava pamet,...namesto osebnih doživetij)
4. Odvrčanje pozornosti
5. kongruentna komunikacija: sporočilo o resničnem doživetju, sporočilo o tem, kdo sem, kaj želim, kaj potrebujem.

Delovna skupina

"Skupina potrebuje delovni projekt za svoj razvoj, prav tako, kot posameznik potrebuje pomembno nalogo v svojem identitetnem razvoju." (Čačinovič Vogrinčič, 1998, str. 222)

Skozi delovni projekt si družina omogoči ustvarjalnost in razmejitev. Delovni projekt je bil jasno definiran, ko je bila družina proizvodna skupina in umeščena v sfero produkcije. Danes pa je potrebno delovni projekt skupine zavestno in načrtno oblikovati, saj družba sama ne postavlja družine v tako vlogo. V današnjem času ima družina prej vlogo skrbi za osnovne potrebe človeka, kot pa možnosti ustvarjalnega udejstvovanja in sodelovanja. Družina predstavlja danes porabniško enoto. A.Toffler (1983, po ličen1995) pa napoveduje, da se bodo družine spet spremenile v proizvodno enoto še posebej zaradi vse večje vloge računalnikov in možnosti njihove uporabe.

Reševanje konfliktov (W. Mertens)

Ena od pomembnih sposobnosti povezanih z družinskim življenjem je takoimenovana "Sposobnost za konflikt". »Sposobnost za konflikt pomeni pridobljeno, naučeno sposobnost posameznika, da zazna konflikt za motenimi interakcijami in komunikacijami, ga prepozna in s z njim sooči, da bi ga bodisi začel reševati bodisi zmoget živeti z njim...Gre za sposobnost posameznika, da v interakciji in komunikaciji zazna konfliktne vsebine in jih metakomunicira.« (Čačinovič Vogrinčič, 1998 str.228)

Konflikti in nejasnosti so dejstvo, vprašanje je samo, ali oz. kako jih rešujemo. Zelo pogosto je izogibanje konfliktom zaradi strahu pred napetostjo in stresom, ki ju prinašajo in strahu pred posledicami. Velikokrat družinska homeostaza deluje tako, da posamezniki niti ne prepoznajo konflikta zavestno in se torej ne morejo z njim soočiti in ga tako ali drugače razrešiti. Gabi Čačinovič Vogrinčič tudi ugotavlja, da je bilo v družinah s katerimi je delala zelo malo dogovarjanja in skupnega iskanja.

Dejstvo je, da vsi potrebujemo varnost, vendar ne tako varnost, ki bi temeljila na avtoritarnem vodenju ali na izogibanju soočenja s problemi, ampak varnosti za katero so soodgovorni in jo sooblikujemo. Za to pa je potrebno, da se o družinski situaciji pogovarjamo in s tem tudi širimo meje razvidnega.

"V družini je mogoče tvegati konflikte, če so jasno postavljeni pogoji za njihovo reševanje oz. pogoji za to, da ne ogrožajo posameznika ali skupine" (Čačinovič Vogrinčič, 1998 str. 224) Če bi namreč konflikti ogrozili posameznika, se jim bo skušal izogniti, da bi se zavaroval, prav tako, če bi ogrozili obstoj skupine. Če pa so jasno postavljeni pogoji oz. smernice za reševanje, potem se lahko progresivno pristopi k razreševanju konfliktov.

Pomembna vloga vzgoje sposobnosti za konflikte je tudi, da omogoči individuacijo, da posameznik spoznava svoje meje in se tako postopoma in konstruktivno razmeji od staršev. W. Martens pravi: »Vzgoja sposobnosti za konflikte mora usposobiti otroka, da pričakovanj in atribucij staršev ter njihovih etiketiranj ne sprejema brez vprašanj; da pristane na ambivalentnost in dvoumnost

potreb staršev, jo zdrži in se tako uspešno razloči (razmeji) od staršev« (po Čačinovič, 1998, str.228)

Zdrava družina

Zdrava družina je družina, ki uspešno in kvalitetno opravlja svoje funkcije, od najpreprostejših do zelo kompleksnih, kot so krepitev entalnega zdravja svojih članov, individuacija, integracija, razvijanje sposobnosti za konflikt,...Kako pa lahko prepoznamo zdravo družino? Skynner (1982, po Čačinovič Vogrinčič, 1998) za izredno zdrave družine, to je družine z neobičajno visoko stopnjo zdravja, navaja naslednje značilnosti:

1. Afiliativna naravnost do sočloveka, odprta, odzivna, zaupajoča;
2. Visoko spoštovanje ločenosti, individualnosti, avtonomije, zasebnosti;
3. Odprta, jasna, iskrena komunikacija;
4. Trdna starševska koalicija, enakopravnost, delitev moči;
5. Fleksibilna kontrola na osnovi dogovarjanja v temeljni hierarhiji: starši-otrok;
6. Visoko spontana interakcija, humor, duhovitost;
7. Visoka raven iniciativnosti;
8. Podpiranje spoštovanja enkratnosti in razlik.

Tretji del

Izobraževanje za družinsko življenje

Izobraževanje za družinsko življenje je široko področje in vključuje vse, kar prispeva k rasti in dobrobiti družine. . »Vanier Institute of the Family« ga definira kot »katerakoli aktivnost katerekoli skupine ali medija z namenom posredovanja informacij v zvezi z družinskimi odnosi in dati ljudem priložnost, da pristopijo k njihovim sedanjim in prihodnjim družinskim odnosom z večjim razumevanjem.« (Vanier Institute of the Family 1971, po Titmus 1989).

»Družina je glavna enota za mentalno zdravje (mental-health unit) v današnji družbi.« (Titmus 1989,121) torej je potrebno, če hočemo imeti zdravo družbo oz. družbo z duševno zdravimi posamezniki, družini pri tej vlogi pomagati. In to vlogo tudi nosi izobraževanje za družinsko življenje, ki » naj bi pomagalo družinam, da bi bile bolj uspešne pri vzdrževanju mentalnega zdravja vseh svojih članov.« (Ibidem, 121)

V izobraževanju za družinsko življenje se kažejo sledeči trendi:

1. Povdarek na izboljševanju mentalnega zdravja in razvoju človeških odnosov
2. Usmeritev k bolj osebnemu pristopu (manj kot družbena institucija)
3. Povečanje profesionalizacije in formalizacije področja

Kljub temu, da je to zelo pomembno, lahko rečemo celo ključno področje, pa se Izobraževanje za družinsko življenje še bori za priznanje kot študijsko področje, med drugim tudi zato, ker mnogi smatrajo, da je družina zasebna stvar in da se nima nihče pravice vtikati vanjo.

V splošnem se programi nanašajo bolj na *učenje o družinah*, kot na *učenje v družinah*.

Trenutno ponujajo Izobraževanje za družinsko življenje predvsem: Verske, socialne in profesionalne organizacije, množični mediji ter šole in univerze. Pri tem je razvidnih pet prevladujočih kategorij:

1. Načrtovanje družine, uravnavanje rojstev in prenatalna nega (v razvijajočih se deželah povezano s programi opismenjevanja)
2. Starševske spretnosti
3. Izboljševanje ekonomskega položaja
4. Spremembe v načinu starševstva (večja vloga očetov, vpliv medijev,...)
5. Prehrana in skrb za zdravje, ter vzgojo in razvoj otrok

Zanimivo pa je, da manjka dimenzija medosebnih odnosov v družini, še posebej odnosov med partnerjema.

Zaključek

Družinska andragogika oz. izobraževanje za družinsko življenje je zelo ključno področje za zdravje ljudi in družbe kot celote, saj je v današnji družbi družina glavna enota za mentalno zdravje ljudi. Poznamo tudi škodljive posledice na razvoj osebnosti pri problematičnih družinah, pa vendar se kljub temu relativno zelo malo dela na tem področju. Kje so vzroki?

Gotovo je eden od vzrokov ta, da mnogi smatrajo, da je družina stvar zasebnosti. Družina in odnosi v družini se človeka zelo globoko dotikajo, so povezani z človekovim najglobljim čustvenim doživljanjem. In kolikor bolj globoko se človeka določena stvar dotika, toliko bolj je občutljiv in toliko bolj previdni moramo biti, kadar delujemo na tem področju. Družina je povezana s temeljno človekovo identiteto.

Kljub temu pa je nujno na tem področju delovati. V današnji družbi, v kateri je človek precej izoliran, lahko brez aktivnega dela na tem področju pričakujemo upad sposobnosti za družinsko življenje in s tem tudi upad ravni duševnega zdravja ljudi, kar posledično spet vpliva na sposobnost za družinsko življenje in že smo v začaranem krogu. Ta začarani krog vsaj začasno lahko prekinemo z izobraževanjem za družinsko življenje in še posebej za medosebne odnose v družini

ČLANEK-GABI

Sem šele kandidatka za babico, kot pravijo moji prijatelji. V krogu mojih prijateljev je novica o vnukinji ali vnuku dragocena, posebna. Vsi se veselimo in smo po svoje udeleženi v radostnem pričakovanju. In tisti moji prijatelji, ki so že babice in dedki, govorijo vzhičeno o novem, nepojmljivem veselju, ponosno nosijo fotografije s seboj in vznemirjeno čakajo, kdaj bodo malo dete smeli sami popaziti.

Ker sem imela priložnost povprašati trideset generacij študentk in študentov, trideset generacij vnukinj in vnukov torej, o njihovih izkušnjah z babicami in dedki, vem, kakšno posebno mesto lahko imajo stari starši v njihovih življenjih: spomnijo se njihove ljubezni, da so si vedno vzeli čas zanje, da so jih razumeli, da so jih pogosto ščitili, da jim je bilo mogoče zaupati, da so jih razvajali ☐

Iz osebne in strokovne izkušnje vem, da je otrok, ki ima, ob starših, še ljubezen, zanimanje, skrb in spoštovanje starih staršev, bogat otrok. Dedek in babica širita mrežo dobrih ljudi v otrokovem svetu, od njih se uči nekaj drugega, novega. Povežeta ga s preteklostjo družine z vedenjem in pripovedovanjem o tem, kako je bilo, ko sta bila oče in mama majhna, deček in deklica.

Staršem otroka in vnuka pripade naloga, da prevzamejo svoj delež odgovornosti za to, da se ta kompleksna mreža razširjene družine vzpostavi in vzdržuje tako, da bo otrok lahko z dobrim občutkom šel od mame k babici, od babice k dedku, od dedka k očetu - in k mami nazaj. Da bo smel dobiti in vračati vso ljubezen, ki jo v družini premorejo.

Vem, da je za zgodbe s srečnim koncem treba opraviti delo: razumeti, sporazumeti se, biti hvaležen, videti konflikte, iskati sprejemljive rešitve. Starši in stari starši potrebujemo dobre nove izkušnje v tem, da povemo, kdo smo in kaj si želimo, da mladi poslušamo stare in stari poslušamo mlade. Da postavimo meje, razmejimo in razločimo mlado družino od stare - in vstavimo vrata, ki se odpirajo, da povežejo in razmejijo.

Stari starši in starši

Dobro se spominjam, kako je bilo, ko sta se rodila najina dva otroka, vnuk in vnukinja, dvema babicama in enemu dedku. (In ne morem verjeti, da je od takrat minilo že trideset let.) Spomnim se ljubeče topline mojih staršev in moževe mame, na podporo, na ponos. Dobro mi je delo, varovalno me je obdalo.

Vsa moja pozornost pa je bila usmerjena na nas tri, pozneje na nas štiri, in na to, kako bomo živeli. Morala sem se znajti in obvladati vso to ljubečo ranljivo nežnost, razumeti in sporazumeti se z otrokom - in s samo seboj. In osvojiti milijon nujnih praktičnih znanj o dojenju, previjanju, oblačenju, spanju, da bi organizirala novo življenje in ga obvladala. Tudi očete čaka ista naloga - sprejeti očetovstvo in prepoznati svoj delež v življenju z otrokom. O tem govorimo malo, premalo. Mladi starši potrebujejo posebno, novo zavezništvo za otroka. To je zavezništvo, ki nastane iz življenja z otrokom in za otroka, ko se starši učijo upoštevati drug drugega v ravnanju z otrokom, da se vloge zakoncev, partnerjev in staršev hkrati ne bi nasprotovale.

Mladi starši potrebujejo izjemno veliko časa, da na svoj način prepoznajo svojo moč, svojo odgovornost in svojo kompetentnost.

In stari starši? Najbolje je, če so podporniki in varovalci iskanj in učenja mlade družine. Odločajo starši. Babica in dedek vprašata, predlagata, se dogovarjata, posvetujeta - in se pogajata. Temeljna naloga ni, da učijo mlade, kako ravnati. Temeljna naloga je, da stari starši mlade podprejo tam, kjer to znajo, zmorejo in si želijo - in na način, kot mladi prosijo in stari starši želijo in zmorejo.

Dobro se spominjam, kako sva v prvih mesecih po rojstvu sina morala o vsem odločati sama. Predvsem meni je bilo pomembno, da zgradim notranjo gotovost in izkušnjo polne odgovornosti. Šele ko sem to opravila, sem bila sposobna slišati predloge babic, drugačna mnenja, nasvete.

Ni druge poti - starši in stari starši potrebujemo vedno znova "delovne" pogovore, da si povemo, raziščemo, preverimo, na novo dogovorimo. Pri tem nam pridejo zelo prav tri sposobnosti, ki se jih človek nauči v družini: **sposobnost za ljubezen, sposobnost za pogajanje in sposobnost za konflikt.**

Večno bom hvaležna naši omiki, moji tašči, ki je razumela in sprejela najino odločitev. In jo spoštovala, čeprav je mislila drugače, čeprav se z mojo odločitvijo sploh ni strinjala. Tisoč drobnih konfliktov sva morali razreševati sproti. Od tega, ali k sinu pritečem takoj, ko zajoka ponoči (kar sem delala), ali ga pustim, ker je sit in suh. O oblekah, o sladkarijah - Še pred kratkim, ko je najina hči bila stara več kot dvajset let, mi je poočitela, da ji nisem dovolila klicati naše Ane drugače kot Ana, ker sem zelo strogo hotela preprečiti, da se lepo ime popači. Danes pa ji včasih rečem Ančica, Ančuha, Ancla. Zdaj sva se temu obe smejala, ampak takrat sem potrebovala to strogost in jasnost. In šele ko sem se okrepila v izkušnji biti mati, sem bila sposobna poslušati nasvete, razmisliti, pretehtati, sprejeti ali ne.

In ko smo mladi starši tako daleč, se začne nova etapa v učenju. Doslej smo meje postavljali mladi starši, in dobro je, če so bile jasne, čeprav so bile preveč toge. Temu mora slediti dogovarjanje, skupno iskanje, pogajanje - in preizkušanje naše sposobnosti za konflikt.

Sposobnost za konflikt in sposobnost za pogajanje (W. Mertens)

Starši in stari starši potrebujemo dogovarjanje, ki bo vsem dovoljevalo, da dajo otroku, kar lahko in zmorejo dati, na način, ki nikogar ne bo ogrožal. Ni treba, da starši in stari starši ravna po vsod povsem enako. Samo dogovoriti se morajo ter sebi in otroku dovoliti, da razloči, razume.

Kot kandidatka za babico znova poslušam zgodbe, ki jih poznam še iz časov, ko smo si jih pripovedovale matere med seboj. O babici, ki vnuka prav zasleduje s hrano; o babicah in dedkih, ki pretirano strogo vzgajajo vnukinjo k čistoči; o babicah in dedkih, ki v eni sami sobotni noči podrejo težko dosežen dogovor, da bo dete samo zaspalo v posteljici. In z druge strani: zgodbe babic, ki so vedno bolj negotove in nesrečne, ker hčeri ali snahi ničesar ne znajo narediti prav; zgodbe starih staršev, ki sicer srčno radi popazijo vnuke, ampak ne brez najave ob vseh dnevnih in nočnih urah, in se jezijo, trpijo, ne da bi se pogovorili ali celo uprli. Pa zgodbe o darilih - o napačnih, nevzgojnih, vsiljenih, zavrnjenih -

Vsaka družina je konfliktna skupina, ne more biti drugače. Zato je tako pomembno, da razvije sposobnost, da konflikte prepozna, sprejme in rešuje. Tudi s pogajanjem. Sposobnost za pogajanje je sposobnost, da vsakdo pove, kdo je in kaj si želi, da posluša drugega, da bi skupaj iskali rešitve, ki vsakemu prinesejo kaj dobrega. Sposobnost za pogajanje je sposobnost, da se v družini konflikti rešujejo tako, da so vsi zmagovalci.

Mislim, da je sposobnost za pogajanje tista, ki jo moramo starši in stari starši bolje trenirati. Da ne bo pomote - ne moremo se pogajati o čustvih, lahko pa se o delu, vedenju, o pravilih, rešitvah. Nihče ne

more namesto otrok, vnukov, staršev in starih staršev najti dobre rešitve. Vsakokrat to morajo napraviti sami.

Mogoče je in vredno je začeti pogovor o bonbonih in o spanju in o vzgoji in o čuvanju otrok, zato da najdemo dober razplet. Kot kandidatka za babico upam, da bom smela, ko bom enkrat babica, razvajati svoje vnuke. Seveda po dogovoru s starši, toliko kot bodo tudi oni lahko sprejeli. Ampak razvajanje starim staršem pripada. Zoper nikogar, za vse.

R. Skynner, zdrava družina

Robin Skynner pravi: to so družine, ki imajo pozitivno in prijazno naravnost do ljudi; družinski člani znajo hkrati biti avtonomni in neodvisni, pa odvisni in povezani; starši so zavezniki, ki premorejo dovolj moči, da se odločijo, vendar se prej temeljito posvetujejo z vsemi; to so družine, ki si upajo imeti zelo jasno podobo o svetu, saj smejo sprejeti svoja lastna čustva in jih ni treba projicirati navzven, na druge ljudi; in končno - to so družine, ki zmorejo izjemno veliko sprememb, saj lahko računajo na izredno čustveno podporo, ki temelji na transcendentnem vrednostnem sistemu.

R. Skynner pravi: »Otrok mora narisati svoj lastni obris. Ugotoviti mora, kaj je znotraj njega in kaj zunaj. Če otrok dobi dovolj čustvene podpore, lahko sprejema podatke o svetu in začne risati svoje meje« (Skynner in Cleese, 1994: 79, 94).