

# Z »eno čez rit« postanemo za otroka vir nevarnosti

Sara Jerebic in Mateja Cvetek, družinski terapevtki *Otrok nedvomno potrebuje meje, a postavljajmo mu jih ljubeče in spoštljivo*

V družinah z odrasčajočimi otroki so napetosti in vzgojne dileme zelo pogoste. To je pač obdobje, ko se starši skupaj z otrokom učijo obvladovati nove situacije. Premagovanje izzivov je veliko lažje, če starši prislunkejo, kaj jim z besedami in tudi drugače sporoča otrok, pravi strokovnjaki.

Odgovornost za dobro komunikacijo v tem obdobju nosijo starši, ne otroci. Najpomembnejše je, da ne poslušajo zgolj otrokovih besed, temveč skušajo razvozlati tudi njegovo nebesedno govorico. »Odrasčajoči otroci veliko sporočajo drugače. To se dogaja posebno takrat, ko se počutijo nerazumljene, starši pa to velikokrat vzamejo kot neprimerno vedenje. Denimo, otrok po prepričavi odvrta v svojo sobo in ježno zaloputne za vrati. Starši nato čakajo, da se jim bo opravičil. Toda v takšni situaciji so oni tisti, ki morajo narediti prvi korak in poskusiti ugotoviti, kaj oziroma katero čutenje se skriva za otrokovim vedenjem. Takšni prepričavi naj ne bodo bitka za premoč, ampak priložnost za skupno rast,« razlaga zakonska in družinska terapevtka Sara Jerebic. Napotke za ravnanje ob »neprimernem« vedenju starši dandanes iščejo na spletnih forumih in v priložnostih, kar je lahko koristno, če pri tem ne pozabijo prislunkejo lastnim občutkom. »Poplava knjig z vzgojno tematiko lahko starše z množico nasvetov preobremeni in zmede. Pri vzgoji moramo manj govoriti ter več poslušati otroka in sebe,« meni terapevtka Mateja Cvetek. To je pomembno upoštevati, čeprav se dandanes vsi spopadamo s



Odgovornost za dobro komunikacijo v obdobju odrasčanja nosijo starši, ne otroci. FOTO VORANC VOGEL

stalnim pomanjkanjem časa. Starši so večino dneva obremenjeni s službenimi obveznostmi, otroci pa vse popoldneve tekajo od ene do druge obšolske dejavnosti. Toda čas in vezi, ki se plečejo, ko je družina skupaj, so prav tako zelo potrebni za otrokov razvoj. To je priložnost za pridobitev spretnosti, ki mu omogočajo osebnostno rast, za raziskovanje komunikacijskih spretnosti in svojega čustvenega sveta.

In kako se v to vključujejo sodobne elektronske naprave? Z mero, pravi strokovnjaki. Mobilni telefoni so koristni, saj so lahko otroci in starši v stalnem stiku, ne morejo pa nadomestiti komunikacije iz oči v oči. »Interakcija, ki vključuje vsa čutila, je drugačna in bistveno bolj bogata kot tipkanje in branje kratkih sporočil na zaslonu,« pravi Cvetkova. Staršem svetuje, naj se med pogovorom z otrokom po-

svetijo samo njemu, sprašujejo naj ga o najrazličnejših rečeh – kako je preživel dan, kaj mu je bilo najbolj in najmanj všeč v šoli, kaj bi rad počel popoldne ... Pri pogovoru v živo bodo hitreje opazili, ali je otrok v stiski in potrebuje pomoč, četudi tega ne bo neposredno povedal. Tudi če komunikacija dobro teče, se sodobni starši velikokrat znajdejo v zagati, ko je otroku treba postaviti meje.

## Spoštljivo postavljanje meja

Po obdobju prevladovanja permissivne vzgoje je zdaj večini že bolj ali manj jasno, da otroci vsekakor potrebujejo meje. Je način, kako jih postavimo, pomemben? Otroci meje nujno potrebujejo, četudi se jim upira in jih preizkuša. Postavljene na dosegljivo, ljubeč in spoštljiv način, ki upošteva dostojanstvo obeh – staršev in otrok, z vnaprejšnjimi določenimi pravili in znanimi posledicami, otroku omogočajo razvijanje notranje discipline in vzgajajo k odgovornosti, dogovarja Sara Jerebic.

»Otrok se mora dovolj zgodaj naučiti, da je nevarno tekati po cesti, skakati z višine ..., vendar ni vseeno, kako ga na to opozorimo. Starši pričakujejo, da si bo otrok iz ene izkušnje zapomnil, kje preži nevarnost, a to ni res. Spremljati ga moramo, dokler ni dovolj zrel. Ni dovolj, da ga opozorimo enkrat, dvakrat, trikrat. Zapomnil si bo, če to večkrat ponavljamo, in to ljubeče. Temeljna naloga staršev je, da otrokom predstavijo svet kot varen prostor.«

In kaj meni o postavljanju meja s silo in strahom? To otroka oropa dostojanstva in utruje slabo samopodoba. Če starš misli, da bo z »eno čez rit« otroka zaščilil pred nevarnostjo, se moti, saj doseže le to, da sam za otroka postane vir nevarnosti. Komu potem sploh še lahko zaupa, če ga tisti, ki ga ima najraje, poniža in razvrednoti z udarcem? Enako na drugi strani meje, brez osnovnih pravil in omejitev, postavljene s podkupovanjem in nagrajevanjem, otrokom sporočajo, da je vse dovoljeno, in tako starši postanejo sužnji svojega otroka, ki jih ne ceni in ne upošteva, poudarja Sara Jerebic.

Obe sogovornici sta asistentki pri katedri za zakonsko in družinsko terapijo ter psihologijo in sociologijo religije in sodelujeta v študijskem programu zakonske in družinske študije ter programu zakonska in družinska terapija na ljubljanski teološki fakulteti. Sta tudi članici *Druženja zakonskih in družinskih terapevtov Slovenije (ZDT.SI)*, ki deluje od leta 2007 in vključuje več kot sto specializiranih magistrstov in doktorjev znanosti, ki so končali izobraževanje za izvajanje relacijske zakonske in družinske terapije. Relacijska družinska terapija je inovativni model, ki ga je razvil množim dobro znani ddr. Christian Gostecnik, dekan teološke fakultete in direktor Franciškanskega družinskega inštituta. To je biopsihični model, ki posameznika razume v kontekstu celotne družine, v kateri je odrasla, ter skuša odkriti, razumeti in začutiti pomen in moč preteklih izkušenj v sedanjem življenju. V ta namen raziskuje korenine določene problema in rešuje vzroke problemov na treh ravneh: sistemski, medosebni in notranjpsihični. Temelj je odnos, ki se razvija med terapevtom in klientom in je podlaga vsem nadaljnjim odnosom. Omogoča globinsko preoblikovanje medgeneracijskih čustvenih vzorcev odnosov pri posamezniku, paru oziroma družini.

Zanimivo je, da Teološka fakulteta v Ljubljani pri nas za zdaj edina izvaja javno veljavni drugostopenjski, magistrski študij zakonske in družinske študije, doktorski študij s področja zakonske in družinske terapije. Pred samostojnim opravljanjem prakse je predviden še dvehletni program izpopolnjevanja, ki vključuje osebno terapevtsko izkušnjo, pod supervizijo pa morajo bodoči terapevti opraviti najmanj 550 ur neposrednih srečanj z ljudmi, šele nato jim Združenje zakonskih in družinskih terapevtov Slovenije podeli licenco in s tem naziv zakonski in družinski terapevt. Na spletni strani združenja in v brošuri je navedenih 25 centrov, v katerih delajo njihovi terapevti, nekateri tudi brezplačno. To je le en korak do zelo zaželenih večje preglednosti na tem področju, kajti različnih (tudi samooklicanih) terapevtov je v Sloveniji precej. Državne institucije, ki bi poddeleževale licenco za področje psihoterapije, nimamo, ker tudi zakona še ni. Uporabniki so pri izbiri terapevta tako prepuščeni lastni presoji in občutki. **NEVENKA ŽOLNIR**

## VRTIMO GLOBUS

### Vsako leto pet tisoč otrok žrtev nasilja

Nasilje nad otroki je pri nas še vedno velik problem, saj večina staršev meni, da je, denimo, udarec po zadnjici povsem primeren vzgojni ukrep, je ob večeršnjem mednarodnem dnevu otrok žrtev nasilja izjavila Natalija Gregorič iz Zavoda Emma, kjer nudijo strokovno in brezplačno pomoč otrokom, mladostnikom in ženskam žrtvam nasilja. V Zavodu Emma vsako leto prejmejo približno pet tisoč klicev, od tega je desetina otrok. Poročajo predvsem o psihičnem nasilju, da nanje kričijo, jim grozijo in jih žalijo, veliko njihovih težav je povezanih s šolanjem.

Na svetovalnem telefonu za otroke TOM, ki deluje pri Zvezi prijateljev mladine Slovenije, prejmejo več kot 30.000 klicev na leto in nato opravijo več kot šest tisoč svetovalnih pogovorov. Iz policijskih poročil je razvidno, da je vsako leto skoraj pet tisoč otrok, starih do 18 let, žrtev različnih kaznivih dejanj. Prejšnji mesec je državni zbor sprejel priporočilo parlamentarne komisije za petičije ter človekove pravice in enake možnosti, da je treba pripraviti poseben zakon, ki bo zagovornišvo otrok institucionaliziral v samostojni in neodvisni pravni osebi. Poslanci so priporočilo sprejeli s 83 glasovi za, nobeden ni bil proti, eden pa se je vzdržal. **STA**

## KRIŽANKA

**Vodoravno:** 1. ob vodah živeča severnoameriška kuna z dragocenim krznom, 5. delavec, ki kaj žge, 11. mejo več kot 30.000 klicev na leto in nato opravijo več kot šest tisoč svetovalnih pogovorov, 13. povratek, 15. slovanski bog, oče Svarožiča in Dažboga, 17. naslov, 18. ameriška manekenka in igralka, nekdanja soproga Micka Jaggerja (Jerry), 19. sivkast izloček črevesja kitov glavačev, surovina za parfume, 21. začetnici ameriškega alpskega smučarja Ligetija, 22. domovina čarovnic Medeje in Kirke v grški mitologiji, 23. ameriški naturalistični pisatelj (Stephen, Rdeči znak hlabrosti), 24. bleščede črna kukavica v tropski Ameriki, 25. knjižna pritrilnica, 26. ledeni kristali, ki se naredijo ponoči na rastlinah zaradi ohladitve zraka, 27. zelo droben, na-

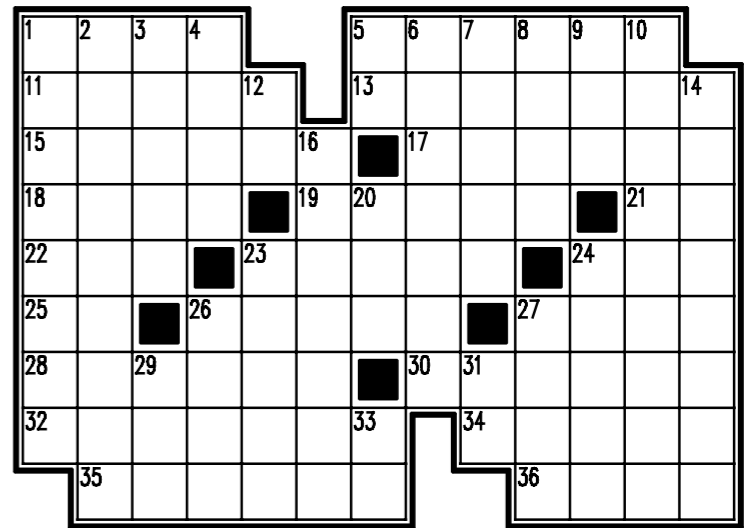
plavljen ali z vetrom nanesen pesek, 28. nenasičen ogljikovodik, alken, 30. ime pevke Krajčan, 32. obnašanje, 34. azijska država na vzvodu Himalaje, 35. središče, 36. stara enota za jakost radioaktivnega sevanja, ki jo je nadomestil bekerel, curie.

**Navpično:** 1. leta 2005 ubiti vodja čečenskih upornikov (Aslan), 2. umetniški poustvarjalec glasbenega dela, 3. volovska antilopa v gozdovih južne Afrike, 4. ime nemškega pisatelja Maya, 5. zadnja in predpredzadnja črka naše abecede, 6. dramatik, komikolog, publicist in prevajalec (Boris, 1921 do 2003), 7. ime francoskega književnika Bretona, 8. turška denarna enota, 9. figura pri četvorki, 10. pobiralec pristojbine za uporabo ceste, 12. začetnici plavalke Oder, 14.

prebivalci Walesa, Waleščani, 16. trdo, naporno fizično delo, 20. britanski otok v Irskem morju, 23. ime ameriškega filmskega igralca in režiserja Eastwooda, 24. italijanski filmski režiser (Pupi), 26. titanova ruda, titanit, 27. najhitrejša disciplina alpskega smučanja, 29. mesto v osrednjem delu Nizozemske, 31. sibirski veletok, 33. kemijski znak za erbij. **S. B.**

## Rešitev prejšnje križanke

**Vodoravno:** 1. Slomšek, 8. klapa, 13. ravioli, 14. Neron, 15. smer, 16. sklepček, 18. tar, 19. Issa, 20. Rem, 21. Dokl, 23. Kral, 25. urh, 26. Este, 28. črč, 31. skicirka, 33. Nair, 34. Rover, 35. izriček, 37. Brett, 38. pastila. **Navpično:** 5. Ščevčik O(takar), 19. l(vana) K(obilca).



## SUDOKU

1							8		6
9	7						5		
		6					9		
				2			1		
2			1		4				8
		4			9				
			4					3	
				7				2	5
8		3							4

1	7	2	9	6	5	8
5	2	9	8	4	1	6
6	8	1	5	7	2	9
4	2	9	6	5	7	8
8	9	6	7	1	5	2
7	5	1	2	8	6	9
2	1	5	6	8	2	9
2	4	7	5	1	9	8
9	6	8	1	7	4	5

## Garfield



## :polet

JUTRI NE SPREGLEJTE:

- **Bedene, Kavčič, Žemtja**  
Slovenski teniški mušketirji
- **Berlin**  
Prestolnica električne mobilnosti
- **Veslanje stoje**  
SUP – Globalna vodna uspešnica
- **Maraton Franja**  
Kako varno do cilja
- **Pohodništvo**  
Predstavitve obutve



DELO

## PODLISTEK

Evald Flisar

# Dekle, ki bi raje bilo drugje

»Drugače rečeno,« se je David zadovoljno vzravnal, »če ne umrem, je zmagala moja, pa naj se obrne tako ali drugače.«  
»Bom kar prvi,« je spregovoril gospod Benjamin in si pritisnil cev revolverja k sencu.  
»Neeeeeeee!« smo še enkrat zavpili vsi naenkrat.  
»Prav,« je prijazno rekel gospod Benjamin in položil revolver na mizo. »Igrali bomo v smeri urinega kazalca. Kdo bo začel?«  
»Če dovolite,« je rekel McAllister, »bi predlagal, da začne duh Hamletovega očeta. Rekli smo, da sedi tam, kjer je kovček.«  
»A res?« se je posmešnila Maja.  
»Kako pa naj pritisne na petelina?«  
»To stori zanj njegov sin, ki mora maščevati umor,« je rekel gospod

Benjamin. Pobral je revolver, stopil za stol, na katerem je ležal kovček, in si pritisnil cev ob srce.  
»Benjamin Eye, nastopajoč v vlogi Hamleta, danskega kraljeviča, ki nastopa v vlogi duha svojega očeta, ki nastopa v vlogi igralca ruske rulete, ki ne more umreti, ker je duh, lahko pa umre igralec, ki ga igra, kajti igra ni več fingirana, tako kot večina stvari dosej in na svetu nasploh, zdaj gre zares.«  
Pritisnil je na sprožilec. Zasišali smo klik. Gospod Benjamin je, popolnoma miren, zavrtel bobenček in položil revolver na mizo.

12.

Na vrsti je bila Lila. Prijela je revolver, si ga previdno dvignila pred obraz, ga dvakrat obrnila.

70

»Lila ...« je rekel njen oče.  
»Tih bodi,« ga je ošvrknila. Nastopila je kratka tišina. »Lahko nekaj povem, preden umrem?«  
»Lahko,« je blagohotno zamahnil gospod Benjamin. »Ampak nobenih sentimentalnosti. Nobene filozofije. Metafizika je že zdavnaj obtičala na barikadah razuma. Vprašanje smisla je ozbljavljeno. Osebnosti sodijo v spovednico, ki je ni. Sploh pa smo vsi le igralci, ne moremo več govoriti v lastnem jeziku. Vse, od najnižjega do sublimnega, je bilo že povedano. Smo le še koši, v katere civilizacija pometa svoje smeti.«  
»Potem je vseeno, če zdaj umrem, a ne,« je rekla Lila. »Kdo med nami si najbolj zasluži, da preživi?«  
»Nobeden in vsi enako,« je odmahnil gospod Benjamin. »Smrti smo zavezani vsi; kdo, navsezadnje, pa smo?«  
»Blagor vam, ki imate večino življenja za sabo.«  
»Kaj pa zarodki, ki umirajo v maternicah? Bodo kdaj shodili, se poročili, spoznali ljubezen, veselje, imeli otroke?«  
»To sem jaz!« je na robu joka izjavila Lila. »Ne razumete? Jaz sem zarodek, ki umira v maternici! Skoraj

raje umrem ta trenutek, kot da se to vleče še dvajset let!«  
V napadu obupa si je pritisnila cev ob sencu in pritisnila na sprožilec. Klik. Odvrгла je revolver, se zrušila na kolena in zahlipala. Oče je naredil korak proti njej in iztegnil roko, da bi se je dotaknil. Grobo ga je odrinila in zavpila: »Proč!«  
McAllister se je ozrl k drugim in brezmočno zamahnil. »Žal ni šlo brez sentimentalnosti, opravičujem se.«  
Lila se je dvignila na noge in iztegnila obtožujoči prst proti njemu.  
»Nikar se ti ne opravičuj za to, kako se jaz počutim, ker so moji občutki moji, vsaj moji občutki so moji, če je vse drugo vse doslej bilo tvoje.«  
Obrnila se je k nam, nas pogledala vse po vrsti. »A lahko imam svoje občutke? Sem dovolj stara, da jih smem imeti?«  
Njen oče je pograbil revolver in si pritisnil cev k sencu: »Ne zdržim več, to me je zblaznilo.«  
Toda preden je lahko pritisnil na petelina, mu je gospod Benjamin sunkovito iztrgal revolver iz roke in ga položil pred Davida.  
»V smeri urinega kazalca, smo rekli.«

David je vzel revolver in si ga pritisnil k sencu.  
»Boš kaj povedal?« ga je vprašala Maja.  
»Bom raje počakal, da slišim, kaj boš povedala ti,« je rekel David in pritisnil na sprožilec. Klik. Odložil je revolver na sredino mize.  
Gospod Benjamin ga je pobral, zavrtel bobenček in ga porinil proti njej.  
»No?« ji je vrnil David. »Tokrat ti ne bo treba hliniti orgazma.« Toda Maja ga sploh ni slišala. Zamaknjeno je zrla skozi okno. »Skoraj ne morem verjeti, da je tisto tam zunaj London.«  
»Kot sem rekel,« je prijazno pripomnil gospod Benjamin. »Lahko se pretvarjamo, da je, ampak dokazov ni.«  
»Kako se je spremenil!«  
Še vedno je obračala revolver v roki, kot da ne ve, kaj bi z njim.  
»Res nisem igralka, tako kot vi trije ...«  
»Oh, midva z Lilo sva samo amaterja,« je gospod McAllister skušal najti izhod iz zadrege, »edini pravi igralec je gospod Benjamin.«