



Pogovor s starši v stiski

■ **Sabina Dogenik**, univ. dipl. soc. ped., dela v Posvetovalnici za učence in starše Novo mesto.



Sodelovanje s strokovnimi službami je namenjeno staršem, otrokom in vzgojnemu osebju, da skupaj soustvarimo dober izid za vse udeležene. Strokovni delavci od staršev pričakujemo odnos, ki bo sodelovalen, in želimo si, da bi prizadevanja vseh, ki delamo z otrokom, vodila v isto smer.

Kadar pridejo na pogovor starši, ki potrebujejo svetovanje in pomoč, je njihova pripravljenost za iskanje skupnih rešitev večja kot v primerih, ko so starši povabljeni v svetovalni odnos zaradi omilitve neželenih oblik vedenja otrok ali staršev. Takrat se v prvi vrsti srečujemo z ranljivostjo staršev in družin.

Osredotočili se bomo na dve skupini staršev, ki najpogosteje zavračajo sodelovalni odnos s strokovnimi službami – na starše, ki so v vzgoji nemočni ali neveščni, in starše, ki želijo zapreti družinski sistem, ker se v njem dogajajo nedopustna dejanja.

Ko starši čutijo nemoč

Dandanes se mnogokrat srečujemo s starši, ki se pri vzgojnih vprašanjih nekako ne znajdejo. S starši, ki otroku težko postavijo meje in omejitve. S starši, ki jim otroci predstavljajo velik vzgojni izziv. Razlogi se včasih skrivajo v starših, včasih pa tudi v specifikah otroka in njegovega duševnega razvoja.

Včasih starši že v sebi nosijo stisko, nepredelana čutenja iz lastne otroške zgodbe, in ko se jim rodi otrok, se ob njem težje znajdejo. Nekateri starši so opremljeni z notranjimi kapacitetami, da se bodo zmogli soočiti z lastno stisko in je ne bodo prenašali na otroka, spet drugi so pri tem malo manj spretni.

S posledicami domače vzgoje pa se pogosto soočimo v šoli ali vrtcu, ko se otroci odzovejo na podlagi čutenj, ki so jih prejeli v družini. Nekateri otroci pridejo v šolo ali vrtec čustveno neopremljeni za soočanje z napori, nepripravljeni na prilagajanje v socialnih stikih, neodporni na izzive življenja. Kadar koli morata vzgojitelj ali učitelj spregovoriti o sliki otroka, ki je v šoli precej drugačna kot doma, se staršem podrejo mnoge predstave – o njih samih, o njihovem otroku, o lastni vzgoji.

Pomembno je, da v tovrsten pogovor vstopamo z veliko rahločutnostjo, predvsem pa brez trohice obsojanja. Učitelji in starši nismo na dveh bregovih, stojimo na mostu, ki povezuje oba bregova, in naša skupna skrb je otrokov zdrav napredek.

Učitelji si ne delajmo vnaprejšnjih predstav, kako bi starši morali vzgajati svojega otroka, ne izhajajmo iz predpostavke, da mi vemo, kaj je za konkretno družino dobro in kaj ne. Ne poznamo vsega ozadja, ne poznamo vseh razlogov, zakaj starši v odnosu do otroka ravnajo na zanje specifičen način. Vsako vedenje ima svoje razloge in dobro je, če si vzamemo čas, da spoznamo in prepoznamo način razmišljanja staršev naših otrok. Ko se povežemo in vzpostavimo zaupen odnos, bomo lažje sodelovalno delovali v otrokovo dobro.

Ko sumimo zlorabo ali nasilje

V družinah, kjer sta prisotna nasilje ali zloraba, je storilca zelo strah, da bo nekdo od zunaj to zlorabo razkril. V šolah, vrtcih in drugih strokovnih institucijah pa smo pozorni na otroke ter njihovo vedenje in se trudimo, da zaznani sumi ne gredo mimo nas. Ko je potrebno soočenje in pogovor o temah, ki so težke za vse, tako za družino kot za strokovne delavce šole, se starši pogosto postavijo v obrambno držo. To je razumljivo. Nikomur ni lahko govoriti o lastnih napakah in vedno, ko nas nekdo opozori nanje, je prvi vzgib, da želimo napako skriti. Zato se zna zgoditi, da ob jasnem soočenju z neustreznim ravnanjem z otrokom šola, vrtec ali druge strokovne ustanove doživijo zanikanje ali obtožbe, morda celo grožnje. To je dinamika ustrahovanja, ki so je običajno deležni že v sami družini, sedaj pa se prenese še na druge ustanove.

Pomembno je, da imamo že vnaprej oblikovane in dogovorjene protokole in ravnanje v tovrstnih primerih; pomembno je, da vemo, kdaj je treba določene primere predati naprej ustreznim strokovnim službam; in pomembno je, da ohranimo pred očmi naš glavni cilj – dobrobit otrok, s katerimi delamo in se srečujemo.

Dobrobit otrok gre vedno z roko v roki z dobrobitjo staršev. Kadar prepoznamo, da starši ne zmorejo ustrezno odigrati svoje starševske vloge, se odzovemo s postopnimi koraki, ustrezno, strokovno in z veliko mero rahločutnosti.

Ko se povežemo in vzpostavimo zaupen odnos, bomo lažje sodelovalno delovali v otrokovo dobro.


Kdaj in koliko se že na šoli pogovarjati s starši in kdaj ukrepati naprej? Zakon o preprečevanju nasilja v družini je jasen. Sporočimo vsak sum čustvenega, fizičnega ali spolnega nasilja. Sum. Dejanj ni treba raziskovati, ne zbiramo dokazov, sum sporočimo ustreznim strokovnim službam.

Družini, ki se srečuje s kakršno koli obliko nasilja ali zlorabo, ne moremo ustrezno pomagati le v okviru šole ali vrtca. Družina potrebuje trdno strokovno oporo in nadaljnje spremljanje in le s prepoznavanjem, pogovorom in soočenjem s tovrstnimi dejanji ji lahko pomagamo, da bodo pričeli družinski člani graditi zdravo in varno okolje za svoje otroke.

Dileme, s katerimi se srečujemo vsi strokovni delavci, so jasne. Smo se morda zmotili? Bomo družini s tem naredili še več škode? Bo otrokom po prijavi v družinskem sistemu še bolj hudo? Ali jih lahko zaščitimo že

sami? Ali lahko sami naredimo dovolj, da bi pomagali staršem? Ali se prijave bojimo? Se bojimo, da bodo starši prišli v šolo, vrtec in nas besedno napadli? O tem moramo jasno premisliti in se pogovoriti, bodisi na šoli ali v vrtcu bodisi z usposobljenimi strokovnimi službami. Če starši ne zmorejo zagotoviti stabilne čustvene in fizične varnosti za svoje

otroke, jim moramo z ustreznimi strokovnimi koraki in razdelitvijo pristojnosti med strokovne službe pri tem pomagati. Želimo si, da bi starši v strokovnih delavcih šole prepoznali dragocene sodelavce na otrokovi poti v življenje. Žal smo prepogosto postavljeni na tnilo obsojanja, ocenjevanja in oporekanja našim

strokovnim odločitvam. Kadar smo pripravljeno iskreno prisluhniti staršem, s katerimi se srečujemo, in kadar starši vsaj malo odprejo vrata zaupanja tudi nam, se odpre prostor za sodelovalni odnos, preko katerega bomo odprli pot učenosti, na katero bo lahko stopal sproščen, varen in miren otrok. 

Starši potrebujejo podporo

■ **Violeta Irgl**, mag., specialistka zakonske in družinske terapije, je ustanoviteljica inštituta za okrevanje po travmi, psihoterapijo in svetovanje *Rahločutnost* in moderatorica foruma za žalujoče na portalu Med.Over.Net. Je predavateljica in voditeljica delavnic ter avtorica nekaterih strokovnih del.



S člankom želim prispevati k prenosu znanstvenih in strokovnih spoznanj in izkušenj iz klinične psihoterapevtske prakse k drugim strokovnjakom, ki se pri svojem delu srečujejo z zapleti v starševstvu in s težavami, ki se pojavljajo pri otrocih in mladostnikih.¹

Uvod

V psihoterapevtski praksi se vsak dan soočam z bolečimi stiskami, ki jih starši opisujejo predvsem kot občutke nesposobnosti v vlogi staršev, občutke strahu, nemoči, krivde, obupa, kot impulzivno odzivanje na otrokovo vedenje, kot občutek izgube kontrole nad situacijo, ter z mnogovrstnimi *simptomi*, stiskami in težavami otrok in mladostnikov, ki se najpogosteje kažejo kot učne težave, agresivnost, depresija, tesnoba, samopoškodovanje, težave v odnosih, zasvojenosti, različne zdravstvene težave itd. Raziskava *Duševno zdravje otrok in mladostnikov v Sloveniji* (Jeriček Klanšček idr., 2018) je potrdila opažanja iz klinične psihoterapevtske prakse, da imajo mladi vse več duševnih in vedenjskih težav. Naj na tem mestu izpostavim samo dva statistična podatka, ki govorita sama po sebi: v obdobju od leta 2008 do leta 2015 se je število obravnav otrok in mladostnikov s končno diagnozo duševne in vedenjske motnje povečalo kar za 71 %, število receptov, izdanih za zdravila za zdravljenje duševnih motenj

otrok in mladostnikov, pa se je povečalo skoraj za 50 %. Duševno zdravje v otroštvu in mladostništvu je pomemben napovednik duševnega zdravja odraslih, saj se polovica vseh duševnih motenj začne do 14. leta starosti, tri četrtine pa do 24. leta. Zagotovo so to podatki, ki kličejo po razumevanju vzroka težav.

Tudi starši so bili otroci

K zavedanju o vzrokih težav v starševstvu in duševnih ter vedenjskih težav otrok in mladostnikov je pomembno prispevala študija obremenjujočih izkušenj v otroštvu,² ki je bila prvič izvedena v Ameriki v letih 1995–1997 na vzorcu več kot 17 tisoč ljudi. Glavna raziskovalca, zdravnika Robert Anda in Vincent Felitti, sta pokazala, da imajo obremenjujoče izkušnje iz izvorne družine izjemen vpliv na fizično in duševno zdravje, na za zdravje tvegano vedenje, pa tudi na šolski uspeh, zaposlitev oziroma širše na socialno-ekonomski položaj posameznika. Raziskovalca sta torej analizirala učinkovanje desetih izrazito stresnih dogajanj iz izvorni

družini: fizične, čustvene in spolne zlorabe s strani staršev ali skrbnikov, fizično in čustveno zanemarjanje, zasvojenost, duševne bolezni, kriminal v družini, nasilje med staršema ali skrbniki, izguba enega od staršev (ločitev, zapustitev, smrt). Rezultati o pogostosti dogodkov so bili zaskrbljujoči in presenetljivi: okrog dve tretjini anketiranih je poročalo o vsaj eni obremenjujoči izkušnji, desetina do šestina pa ima za sabo štiri ali več takšnih izkušenj. Več kot je bilo takih izkušenj, slabše je bilo duševno in fizično zdravje nekoga. Pri ljudeh s štirimi obremenjujočimi izkušnjami obstaja v primerjavi s tistimi, ki nimajo nobene takšne izkušnje, izrazito večja verjetnost, da bodo redni kadilci, da bodo debeli, zasvojeni z alkoholom ali drogami, da bodo imeli srčne, ledvične bolezni, pljučnega raka, kronični bronhitis, da bodo nagnjeni k samomorilnosti, imeli učne in vedenjske težave v šoli itd. Rezultati številnih poznejših izvedb študije so si zelo podobni – tako v ZDA kot v mnogih drugih državah in na različnih vzorcih. Slovenija več kot dvajset let od prve izvedbe študije še nima tovrstnih primerljivih rezultatov.

Pomen zgodnjih izkušenj

S sodobnimi nevroznanstvenimi spoznanji (npr. teorija navezanosti (Bowlby, 1997), polivagalna teorija,³ medosebna nevrobiologija (Siegel, 1999)) se nam vedno bolj raz-