

NA KAUČU

Prof. dr. sci. Marija Lebedina Manzoni

psihologinja redovita profesorica na Edukacijsko rehabilitacijskom fakultetu Sveučilišta u Zagrebu, u kliničkom radu bavi se kognitivno-bihevioralnim tretmanom



RODITELJI ILI VRŠNJACI – RIVALI ILI SURADNICI, AKO NE MOŽEŠ IZBJEĆI «NEPRIJATELJA» BAREM GA UPOZNAJ

VAŠA DJECA TREBAJU MAMU I TATU, A JEDNAKO TAKO I POTPORU
SVOJE GENERACIJE, JER I JEDNI I DRUGI IMAJU VAŽNU ULOGU
KREIRANJA NJIHOVE LIČNOSTI



Često čujemo zabrinute komentare roditelja čija su djeca u osjetljivim godinama adolescencije: - *Samo da ne upadne u loše društvo, kako ga/ju zaštititi od utjecaja drugih, otkad je s njim/a ne prepoznajem svoje dijete, prijatelji su mu važniji od mene...*

Utjecaj vršnjaka "noćna mora" mnogih roditelja, pitanje je roditeljske (ne)moći u srazu s utjecajem vršnjaka u različitim razdobljima života i fazama odrastanja. Često se doživljava kao prijetnja, uz traženje odgovornosti vršnjaka za neefikasnost u ostvarivanju željenih (roditeljskih) ciljeva. Najčešće se dovodi u vezu s rizičnim, odnosno problematičnim ponašanjem. Ono što je neupitno – neraskidiva je veza utjecaja vršnjaka i razvoja vlastitog identiteta.

Utjecaj vršnjaka prisutan je oduvijek u razvoju mladih (da li samo mladih?), a čini se da je u stalnom porastu - započinje ranije i završava kasnije.

Ono što pokazuju sva istraživanja – utjecaj grupe vršnjaka najjači je u ranoj adolescenciji (15 godina). Naglašava se kritično razdoblje prelaska iz osnovne u srednju školu, što se čini razumljivim. U tom je razdoblju mlada osoba podijeljena između ovisnosti o roditeljima i veće samostalnosti, traganja za vlastitim „ja“ i izgrađivanjem samopoštovanja. Želja da se bude prihvaćen u grupi često znači konformiranje, čak i kad to uključuje svjesno odustajanje od vlastitih želja i stavova.

Adolescenti formiraju vlastiti identitet i izgrađuju pojam o sebi kroz odnose s drugim ljudima, posebno važnim drugima pa je u tom razdoblju mlada osoba spremna „odbaciti“ prijašnje utjecaje (roditelje, školu i sl.) zbog prihvaćenosti i osjećaja ravnopravnosti u grupi. Potreba za pripadanjem skupini vršnjaka postaje izraženija, kontakti s vršnjacima se intenziviraju, istaknuta je solidarnost među članovima skupine te je i vršnjački pritisak veći. Odrastanjem, razvojem vlastitog identiteta, snažna potreba za pripadanjem grupi i konformiranje normama grupe vršnjaka prestaje biti nužna za vlastiti osjećaj dobrobiti. Nažalost često i odrasle, uspješne osobe podlegnu utjecaju okoline. Koliko ste puta i sami popustili pod pritiskom nagovora i poslije se ljutili na sebe („gdje mi je pamet bila“). Stoga probajte

razumjeti vašu djecu koja su silno znatiželjna, isprobavaju granice, dokazuju se. Ali u tom odnosu nisu ni bespomoćni ni bez odgovornosti. Ne smijemo zaboraviti kako adolescenti nisu pasivne osobe čije je ponašanje samo odgovor na utjecaj vršnjaka. Svi biramo društvo i grupu s kojom želimo provoditi svoje vrijeme i s kojom želimo ući u različite interakcije, želeći ostvariti određenu poziciju u grupi. Ponašanje u grupi vršnjaka je proces koji objedinjuje osobine samog adolescenta, stavove, vrijednosti i uvjerenja koje nosi iz svojih izvora odrastanja (obitelj, škola, okolina), kriterije koji doprinose odabiru društva vršnjaka. Možemo li im pomoći da to zahtjevno i teško razdoblje života prođu bezbolnije? Kako možemo olakšati da izazove i utjecaje usmjere u vlastitu dobrobit?

Utjecaj grupe na pojedinca ogleda se kroz „benefite“ onima koji se konformiraju grupnim normama i/ili sankcije onima koji se opiru konformiranju. Vršnjaci mogu raditi pritisak na direktan način, pri čemu zahtijevaju od pojedinca da nešto učini ili ne učini, no postoje i suptilniji pritisci kao što su izbjegavanje ili izopćenje člana koji se ne konformira grupnim normama. Vršnjaci mogu imati određena očekivanja od pojedinca koja nisu jasno i direktno izrečena, no ako adolescent iz reakcija svojih vršnjaka ili prošlog iskustva naslućuje kako će ga prijatelji ismijavati, izbjegavati i/ili ogovarati u slučaju njegova ne konformiranja, nastaje veliki unutarnji konflikt i razdor u samoj osobi. Uobičajeno je da ulogu vršnjačkih odnosa sagledavamo na negativan način - ono što mlade može potaknuti na rizično ponašanje, slabe radne navike, zanemarivanje školskih obveza i ponašanje koje ni roditelji ni javnost ne smatraju prihvatljivim.

Zaboravljamo kako utjecaj vršnjaka

VRŠNJAČKI ODNOSI, A DIJELOM I VRŠNJAČKI PRITISAK SLUŽE UČENJU PREGOVARANJA, KOMPROMISA, KOOPERACIJE, RJEŠAVANJA KONFLIKATA, DIJELJENJA I ZAUZIMANJA ZA SEBE KAO RAVNOPRAVNIH OSOBA

UPOZNAJTE PRIJATELJE VAŠE DJECE, POKAŽITE ZANIMANJE ZA NJIHOVE NAVIKE, INTERESE, STAVOVE, RAZMIŠLJANJA O SVAKODNEVNIM STVARIMA. LASKAT ĆE IM VAŠE UVAŽAVANJE

iako neizbježan, nije nužno loš! On najčešće predstavlja adaptaciju na neke nove uvjete, situacije, izazove, procjenu vlastitih mogućnosti.

➤GDJE SE KRIJE ONO POZITIVNO ŠTO NAJČEŠĆE PREVIDIMO

Vršnjaci pomažu mladima u njihovoj tranziciji od gotovo potpune ovisnosti o roditeljima prema neovisnosti mišljenja i djelovanja. Pomažu mladoj osobi u prilagođavanju bilo pojedinca ili drugim grupama, dijeljenju uspjeha i poraza, učenju komunikacije i empatije, procjenjivanju sebe i drugih. Kritikom i procjena-

ma vršnjaci suočavaju pojedinca i s njegovim ponašanjem. Podržavaju jedni druge u razdoblju kada se suočavaju s mnoštvom novih iskustava i bore za samostalnost. Kako su svi izloženi istim zahtjevima i stresovima, osjećaju kako ih vršnjaci najbolje razumiju. Kritiku roditelja u tom razdoblju drugačije prihvaćaju od kritike onih kojima i sami po svim karakteristikama pripadaju. Podržavajuća prijateljstva u tom razvojnem razdoblju jačaju samopouzdanje mladih i olakšavaju nošenje sa stresom. Suprotno uobičajenom mišljenju po kojem vršnjačka skupina onemogućava adolescenta u dosezanju njegovih potencijala, ona može biti, i često jest, podrška i ohrabrenje adolescentima u razvoju njihovih mogućnosti i snaga.

➤VRŠNJI SU POŽELJNI

Vršnjački odnosi, a dijelom i vršnjački pritisak služe učenju pregovaranja, kompromisa, kooperacije, rješavanja konflikata, dijeljenja i zauzimanja za sebe kao ravnopravnih osoba, ali podrazumijevaju i učenje niza drugih sposobnosti i vještina koje ne možemo naučiti niti jednim drugim odnosima tijekom života i razvoja. Tu se krije njihova najveća vrijednost. Upravo adolescencija služi istraživanju vlastite osobnosti, rastu i razvoju osobe, te definiranju sebe i drugih, dovodi do spoznaja koja će im kao samostalnim izgrađenim osobama pomoći u svakodnevnom životu. Uloga roditelja nije u tom kontekstu pasivna i promatračka. Kao roditelji moramo djetetu osigurati nužne uvjete kako bi kroz taj proces uspješno brodilo.

Ako ne možeš izbjeći neprijatelja barem ga upoznaj!

Prvi uvjet je pozitivno roditeljstvo - prihvaćanje djeteta, s puno podrške i doživljaja sigurnosti. Visoka kvaliteta roditeljskog nadzora (u svakom trenutku znamo gdje je dijete, ali poštujemo granicu njihovog svijeta i razmišljanja), kao i razmjena vrijednosti i normi u osnovi su postojanja visokokvalitetnog odnosa između roditelja i adolescenata. Kontrola ponašanja uključuje postavljanje

**VISOKA KVALITETA
RODITELJSKOG
NADZORA
PODRAZUMIJEVA
DA U SVAKOM
TRENUTKU ZNAMO
GDJE JE DIJETE, ALI
POŠTUJMO GRANICU
NJIHOVOG SVIJETA I
RAZMIŠLJANJA**

**AKO MLADA OSOBA
NEMA ZADOVOLJENU
POTREBU ZA
PRIPADANJEM I
SIGURNOST UNUTAR
VLASTITE OBITELJI,
POTRAŽIT ĆE JE
NEGDJE DRUGDJE
BEZ OBZIRA NA
CIJENU TAKVOG
PRIPADANJA**



pravila i dopuštenih granica da bi se izbjeglo nepoželjno ponašanje djece, ali i zadržavanje granica njihove privatnosti. Budite prvenstveno roditelj, model, za ono što želite kod djece razviti.

Važnost potrebe za pripadanjem kao osnovnog ljudskog motiva nalazi se u pozadini čitavog niza ponašanja svih ljudi. Ova potreba očituje kroz želju osobe za čestim kontaktom ili interakcijom s drugim ljudima pri čemu je pojedincu važno izbjeći sukobe i negativne emocije. Ako mlada osoba nema zadovoljenu potrebu za pripadanjem i sigurnost unutar vlastite obitelji, potražiti će je negdje drugdje bez obzira na cijenu takvog pripadanja. Kod adolescenata dolazi do promjene u hijerarhiji objekata pripadanja pa se mladi ljudi više usmjeravaju prema vršnjacima, dok roditelji postaju 'objekti pripadanja u pričuvi'. U tom razdoblju 75 posto adolescenata navodi prijatelje kao temeljni izvor emocionalne podrške, dok 50 posto pri tom navodi i roditelje. To je normalan proces koji svaki roditelj treba prihvatiti u odrastanju djeteta, a ne ga definirati svojim gubitkom. Upoznajte prijatelje vaše djece, ali ne tako da im pametujete i iskazujete želju za dominacijom. Pokažite zanimanje za njihove navike, interese, stavove, razmišljanja o svakodnevnim stvarima. Laskat će im vaše uvažavanje.

➤PREPOZNAJTE SVOJE DIJETE NA VRIJEME

Novija istraživanja pokazuju kako je podložnost vršnjačkom pritisku viša kod mladih koji su nesigurni u svoj pojam o sebi i svoj identitet što se manifestira kroz višu socijalnu nesigurnost ili niže samopoštovanje. Zapičajmo se koliko svojim procjenama, kritikama, nerealnim očekivanjima utječemo na snižavanje djetetovog samopoštovanja. Upravo spoznaja o vlastitim vrijednostima smanjuje mogućnost podložnosti vršnjačkom pritisku, smanjuje socijalnu nesigurnost i strah od odbacivanja vršnjaka. A kako će dijete znati svoje vrijednosti ako ih vi kao roditelj ne prepoznajete i nikad ih ne verbalizirate. Pohvalite svoje dijete ali ne općenito (ti si dobar, pametan), već u odnosu na konkretnu situaciju ili aktivnost. Nemoguće je i nepoželjno zaustavljanje procesa utjecaja vršnjaka u adolescenciji. Jačanje pozitivnih veza adolescenata s vršnjacima s jedne strane ali i odraslim osobama može biti od pomoći u njihovom pozitivnom usmjerenju.

Zaključimo kako potencijalna „opasnost“ od utjecaja vršnjaka nije izvan kontrole odraslih i često nam služi kao izgovor za vlastito ne snalaženje u ulozi roditelja. ●

