

DR ROS KEMBEL
I KEROL SANDERSON STRITER

DECA U OPASNOSTI

KAKO POMOĆI DETETU DA KONTROLIŠE DESTRUKTIVNU SILU GNEVA

OD AUTORA BESTSELERA „KAKO STVARNO VOLETI SVOJE DETE“

Pogrešno kontrolisan dečiji gnev ispoljava se na nekoliko načina: od loših ocena u školi do sukoba između dece i roditelja; od negativnih stavova prema autoritetima do agresivnog ponašanja; od mrzovoljnosti do samoubistva. Sve to vidamo svakodnevno – i izgleda da se situacija pogoršava.

Postoji li nešto što možemo da uradimo u vezi sa ovom „epidemijom gneva“? Doktor Ros Kembel odgovara sa nedvosmislenim DA, i roditeljima nudi praktične savete. U knjizi *Deca u opasnosti* naučićete kako da pomognete svom detetu:

- da uspešno reši svakodnevne sukobe
- da na primeren način ispoljava gnev
- da se zrelo ponaša prema drugima
- da postane čestita osoba

Dr Ros Kembel je upravnik Sautistern centra za savetovanje u Čatanuzi, u Tenesiju, a takođe je i pomoćni profesor pedijatrije i psihijatrije na Univerzitetu medicine u Tenesiju. Autor je bestselera *Kako stvarno voleti svoje dete*, *Kako stvarno voleti svog tinejdžera* i drugih.

SADRŽAJ

UVOD.....	5
1. VAŠE DETE I GNEV.....	6
ZAŠTO SU LJUDI TOLIKO GNEVNI?	7
GNEV I NEMOĆ.....	7
ISPOJAVANJE GNEVA.....	8
ŠESTORO GNEVNE DECE.....	9
ŠESTORO DECE KOJIMA SMO POTREBNI	10
RAZMIŠLJANJE O BUDUĆNOSTI.....	10
2. DRUŠTVO I GNEV.....	12
GDE DECA PRONALAZE LJUBAV?.....	12
POBUNA PROTIV AUTORITETA.....	13
PREUZIMANJE ODGOVORNOSTI.....	14
ZNACI NADE.....	14
DECA I NADA ZA DRUŠTVO.....	15
3. VAŠ DOM I GNEV.....	16
ATMOSFERA U VAŠEM DOMU.....	16
EN.....	17
TOD	18
NAĐITE VREMENA ZA PORODIČNI ŽIVOT.....	19
KVALITETNO VREME ILI VREME?	19
KOMUNIKACIJA U PORODICI	20
ZNAČAJ ŠIRE PORODICE	21
ATMOSFERA LJUBAVI.....	22
4. POTREBA DETETA ZA BEZUSLOVNOM LJUBAVLJU.....	23
DECI JE POTREBNA BEZUSLOVNA LJUBAV	23
RODITELJI KOJI RAZDRAŽUJU SVOJU DECU.....	25
USREDSREĐENO VASPITAVANJE	26
GLEDANJE U OČI.....	26
FIZIČKI DODIR	26
USREDSREĐENA PAŽNJA.....	27
EMOCIONALNO SPREMIŠTE VAŠEG DETETA.....	27
5. ŠTA JE GNEV?	30
DECA SU PRIRODNO NEZRELA	30
RAZLOZI ZA GNEV	31
VREDNOSTI GNEVA.....	32
KULTUROLOŠKI GNEV	33
POZITIVNO	34
POZITIVNO I NEGATIVNO.....	34
UGLAVNOM NEGATIVAN	34
NEGATIVAN.....	35

6. PASIVNO-AGRESIVNO PONAŠANJE	36
ŠTA JE PASIVNA AGRESIJA?	36
KORENI PASIVNO-AGRESIVNOG PONAŠANJA	37
MARDŽ	38
DŽEJN	39
PASIVNA AGRESIJA KOD ODRASLIH	39
„NORMALNA“ PASIVNA AGRESIJA	40
KAKO IZAĆI NA KRAJ SA „NORMALNOM“ PASIVNOM AGRESIJOM.....	41
PENJANJE LESTVICOM GNEVA.....	42
7. NEZRELIJI OBLICI ISPOLJAVANJA GNEVA	45
AGRESIJA	45
RASPRAVLJANJE	46
DŽANGRIZANJE I USKRAĆIVANJE.....	47
ĆUTANJE I POVLAČENJE.....	47
POGREŠNO USMEREN GNEV	47
ŠTA JE BEZBOLNIJE: POTISNUTI GNEV ILI RASPRAVLJANJE?	48
SAMOOKRIVLJAVANJE.....	49
8. RODITELJI, LEČITE SEBE!	51
DVADESET PITANJA.....	51
PREUZIMANJE ODGOVORNOSTI ZA SOPSTVENI GNEV.....	52
SAVLADAVANJE GNEVA.....	53
ŠTA KAD SE NALJUTITE?	54
KAD JE MAJKA META DEČIJEG GNEVA	55
9. VASPITANJE DETETA.....	56
ZAJEDNIČKO ČITANJE.....	56
RAZGOVOR	58
BUDITE NA RASPOLAGANJU SVOJOJ DECI.....	59
POSTUPANJE SA LOŠIM PONAŠANJEM.....	60
KOMUNIKACIJA.....	61
OGRANIČAVANJE	61
„U ČOŠAK“	62
UKIDANJE POVLASTICA I OGRANIČAVANJE	62
NADOKNADA I KUĆNI POSLOVI.....	63
PROMENA PONAŠANJA	63
10. UROĐENE REAKCIJE NA AUTORITETE.....	65
25-PROCENTAŠI.....	65
75-PROCENTAŠI	67
PASIVNA AGRESIJA I „25-PROCENTAŠI“/„75-PROCENTAŠI“	68
DENIZI BIL.....	68
VRATIMO SE NAŠIM „75-PROCENTAŠIMA“	70
11. HRIŠĆANI I GNEV.....	73
REAGOVANJE PREMA AUTORITETU.....	73
ZABUNA U VEZI SA GNEVOM.....	74
PROPOVEDNICI (SVEŠTENICI) U OPASNOSTI.....	74

SOCIOPATE U CRKVI.....	77
KO JE PASTIR A KO NAJAMNIK?.....	78
ŠTA JE NAŠ IZAZOV?	79
ŠTA JE SA BUDUĆNOŠĆU?.....	79
12. DECA SA POSEBNIM PROBLEMIMA.....	81
DŽEJMS	81
DECA SA PERCEPTIVNIM NEDOSTACIMA.....	82
POREMEĆAJI MANJKA PAŽNJE I HIPERAKTIVNI POREMEĆAJI MANJKA PAŽNJE (ADD I ADHD).....	83
MET	84
RIK.....	85
POZNATE LIČNOSTI SA HIPERAKTIVNIM POREMEĆAJEM MANJKA PAŽNJE	86
LINDA – HRONIČNO BOLESNO DETE	87
TRI ZAMKE	88
ZAVRŠNA REČ RODITELJIMA.....	89

UVOD

Dragi roditelji,

Znam da ste duboko zabrinuti za budućnost svoje dece. I ja sam. Takođe znam da se pitate zašto je porodicama u našem društvu postalo toliko teško da sa optimizmom misle o budućnosti. Ova knjiga se bavi odgovorom na ova teška pitanja.

U korenu svih problema našeg društva možemo pronaći gnev sa kojim se ne postupa na ispravan način. Zašto je to tako? Zato što pravilni načini kontrolisanja gneva treba da se nauče. Oni ne dolaze sami po sebi. Zreo odnos prema gnevu mora da se nauči kod kuće. Nažalost, to se danas retko dešava.

Gnev je slabo shvaćeno osećanje – zašto ga osećamo, kako ga ispoljavamo i kako možemo da promenimo način na koji postupamo sa frustracijom. Dok mi roditelji ne budemo znali šta je to gnev i kako da ga kontrolišemo na odgovarajući način, nećemo biti u stanju da naučimo svoju decu šta da rade kad osete gnev. Da, *kada* osete gnev, jer se svi gnevimo svakodnevno.

U ovoj knjizi razmotrićemo neke važne definicije gneva, kao i naš sopstveni način ispoljavanja gneva. Takođe ćemo razgovarati o različitim stadijumima života dece i ispoljavanju gneva koji odgovara svakoj fazi.

Za sve nas je izazov da dođemo do tačke kada nećemo grešiti dok smo gnevni. To je zaista visok cilj, ali Bog će nam u tome pomoći.

Ros Kember, Signal Mauntin, Tenesi, 1995. godine

1. VAŠE DETE I GNEV

Može vas iznenaditi tvrdnja da je glavna životna pretnja za vaše dete njegov ili njen gnev. Ako se pravilno ne kontroliše, gnev može naneti štetu vašem detetu ili ga uništiti. Pogrešno postupanje sa gnevom povezano je sa svim postojećim ili potencijalnim problemima koje vaše dete može imati, od slabih ocena u školi, preko loših međusobnih odnosa, do mogućeg samoubistva. Veoma je važno da uradite sve što je u vašoj moći da zaštitite svoje dete sada i u budućnosti.

Nasilje nagriza porodice i društvo. Mi roditelji smo jedini koji smo osposobljeni da učimo svoju decu kako da postupaju sa gnevom. Pa ipak, u većini domova to se ne dešava i zato većina dece uči kako da se na nezreo način odnosi prema gnevu. Razlog za ovo je taj što je većina roditelja naučila da sa sopstvenim gnevom postupa na pogrešan način i time samo prenose pogrešne savete svojoj deci.

Pošto su deca u suštini nemoćna, ona traže načine na koje mogu da kontrolišu svoj svet. Kako odrastaju, ona žele da se osećaju i izgledaju samostalno. Ova želja za oblastima koje će kontrolisati i nivoima nezavisnosti sama po sebi nije loša, ali je potrebno da se na odgovarajući način primeni za svaki uzrast i položaj u životu.

Vi želite da vaša deca nauče da poštuju druge, kao i osobe od autoriteta. To podrazumeva da treba da znaju kako da se ponašaju u nekom sukobu, ne samo zbog igračke sada, nego i zbog poslova, međusobnih odnosa i osetljivih tema kasnije u životu. Pošto je loše kontrolisanje gneva nacionalna epidemija, jedina nada za vašu decu jeste dobro vaspitanje. Način na koji se postupa sa gnevom u vašem domu je primer koji će deca verovatno da slede. U društvu i na televiziji neće videti mnogo dobrih načina kontrolisanja gneva.

Takođe želite da vaša deca postanu čestiti ljudi. Ova reč je definisana kao „valjanost, nepodmitljivost, potpunost, iskrenost, celovitost“. To znači da je osoba kompletna i da u svakoj situaciji ima iste karakterne osobine.

Cilj ove knjige je da vam pomogne da vaspitate svoju decu kako bi postala čestiti ljudi. Sledeća definicija čestitosti je ona koju treba da pojasnite svojoj deci čim budu dovoljno odrasla da je mogu razumeti, a zatim da ih iznova učite dok odrastaju, kad će im ona mnogo više značiti u njihovim životima.

ČESTITA OSOBA UVEK...

- GOVORI ISTINU
- ODRŽAVA OBEĆANJE
- PREUZIMA ODGOVORNOST ZA SOPSTVENO PONAŠANJE

Loše kontrolisanje gneva i negativan stav prema autoritetima jesu neprijatelji čestitosti. Osoba koja se buni protiv autoriteta doći će u iskušenje da laže, da krši obećanja, a onda da opravdava loše ponašanje.

Dok je ova knjiga bila u pripremi, skandali u kraljevskoj porodici bili su na vrhuncu. U knjizi napisanoj o princu Čarlsu citirani su njegovi bračni zaveti iz kojih se vidi da on nema nameru da ih se pridržava. Povodom objavljivanja te knjige, na televiziji se pojavio anglikanski sveštenik,

postavljajući pitanje da li Čarls uopšte treba da postane kralj Engleske, budući da se neiskreno zavetovao i da će to verovatno učiniti opet.

Iako vaša deca neće davati kraljevske zavete, obećanja i obaveze koje će imati biće od podjednake važnosti, a način na koji će voditi svoj život neće uticati samo na njihove vršnjake, nego i na buduće generacije.

ZAŠTO SU LJUDI TOLIKO GNEVNI?

Zašto su deca toliko gnevna? Zašto odrastaju u gnevne odrasle osobe? Najčešći razlog dečijeg gneva je osećaj koji imaju u srcima da nisu dovoljno voljena. Deca instinktivno znaju da im je potrebna ljubav, a takođe znaju da je obaveza njihovih roditelja da im pruže taj osećaj ljubavi.

Iako većina njih ne može potpuno jasno to da objasni, deca znaju da ne mogu da žive srećno ili da se razvijaju normalno bez sigurnosti bezuslovne ljubavi. Ipak, mali broj njih oseća da ih roditelji iskreno vole i brinu o njima.

Pošto deca instinktivno osećaju da su roditelji obavezni da im pruže ovaj dar ljubavi, njihova prirodna reakcija na nedostatak ljubavi jeste gnev. Naravno, postoje i drugi razlozi za dečiji gnev ili bes, ali to su obično specifični događaji kao što su razočarenje, sukobi, zlostavljanje, strahovi, gubici, itd.

U većini domova, čak i u najboljim domovima, deca se ne *osećaju* voljenima. Mnogim roditeljima je teško da ovo shvate, jer zaista vole svoju decu. Kako objašnjavamo ova protivrečna opažanja?

Razlog za to je što samo mali broj roditelja zna kako da prenese iskrenu ljubav do detetovog srca. Većina roditelja je *orijentisana na reči*. Oni veruju da rečima „volim te“ svom detetu pokazuju ljubav. Iako je verbalno iskazivanje ljubavi važno, daleko je od dovoljnog.

Deca su *orijentisana na ponašanje*, što znači da treba da budu voljena po njihovim uslovima. O ovome ćemo više govoriti u narednim poglavljima, a opširnije izlaganje o tome možete naći u mojim knjigama *Kako zaista voleti svoje dete* i *Kako zaista voleti svog tinejdžera*.

Dopustite mi da zasad kažem da dete ne može najbolje da se razvije kada ne oseća da je voljeno, a kao rezultat toga osećaće neprekidni gnev prema roditeljima. Ovaj gnev remeti osnovni dečiji razvoj i njegovo kasnije ponašanje kao odrasle osobe.

Možda će vam sledeći primer pomoći da vidite razliku između orijentisanja na reči i orijentisanja na ponašanje. Kad je moj mlađi sin Dejl imao pet godina, a ja sam bio van grada, jednostavno sam mogao da nazovem svoju suprugu i kažem joj: „Samo sam želeo da ti kažem da te volim“. To bi je učinilo najsrećnijom ženom u Tenesiju.

Međutim, da se Dejl javio na telefon i da sam rekao: „Samo sam hteo da ti kažem da te volim“, on bi verovatno odgovorio: „Naravno, tata, ali zašto si zvao?“

Verbalno izražavanje ljubavi je bilo značajno za Pet, ali za Dejla nije imalo dublji značaj. Pošto je bio dete, bio je orijentisan na ponašanje. Da bih preneo poruku ljubavi od mog do njegovog srca, trebalo je da uradim nešto kad se vratim kući, kako bih mu pokazao da ga volim.

GNEV I NEMOĆ

U svojoj knjizi *Učinite gnev svojim saveznikom (Make Anger Your Ally)*, Nil Klark Voren (Neil Clark Warren) nudi neke definicije i uzroke gneva koje treba da pogledamo, a zatim da ih primenimo na svojoj deci:

Sposobnost da se naljutimo je upečatljiv dar koji je deo našeg biološkog nasleđstva.

Gnev je fizički oblik spremnosti. Kad smo ljuti, spremni smo da delujemo...

Cela svrha gneva je da nam pruži ono što nam je potrebno da bismo uticali na svoje okolnosti – naročito na one koje prouzrokuju osećaj povređenosti, razočarenja, ili straha. Ako to uradimo loše, sigurno ćemo iskusiti osećaj neadekvatnosti i bespomoćnosti.¹

Dok ste ovo čitali, da li ste se usredsredili na same sebe? Ako jeste, pročitajte ovo ponovo, razmišljajući o svojoj deci, a takođe i o onoj deci koja su imala iskustva zbog kojih se redovno osećaju povređeno, razočarano i uplašeno.

Takođe mislite i o deci iz dobrih domova u kojima su izvesni događaji i osećanja daleko iznad njihovih mogućnosti razumevanja ili pravilnog tumačenja.

Doktor Voren je izneo još jedno zapažanje koje je vredno našeg razmatranja – da je najvažniji faktor u kontrolisanju gneva posedovanje ispravne slike o sebi. „Kada dođe vreme da preuzmete odgovornost za svoj život, onda doslovno ništa nije toliko važno kao čvrsto izgrađena slika o sebi.“ Glavni razlog za to je što „kad imate ispravnu sliku o sebi i dovoljno samopoštovanja, imaćete i dovoljno energije da idete kroz život“.² Takođe, malo toga će moći da vas razbesni.

Kao i većina nas, i deca se razgneve kad osete da je situacija ili osoba uznemirujuća, preteća ili opasna.

Međutim, za razliku od odraslih, deca nemaju moć da radikalno menjaju svoje živote. Ona imaju malo snage, malo samostalnosti, i samo povremenu nezavisnost.

Takođe, za razliku od većine odraslih, deca nemaju razvijenu sliku o sebi. Ona žive sa roditeljima, ili drugim odraslim osobama koje su tu da im pomognu u formiranju njihove slike o sebi. Da, mnoga deca zaista poseduju izvanredno dobro formiranu sliku o sebi za svoj uzrast. Ono što im nedostaje je znanje i iskustvo da bi razumeli odnos između sveta i njih samih.

Razvoj dece spada u zadatak njihovih roditelja. Namerno ugrožavanje, povređivanje ili uznemiravanje dece isto je kao kad biste obuli patike, a zatim izgazili i uništili divnu susedovu baštu sa cvećem cveća, koju je on mesecima obrađivao. Međutim, namerno nanošenje štete deci je mnogo opasnije od toga, jer su u pitanju ljudske duše, sa Bogom danim potencijalom, a posledice su večne.

Razmislite o svom domu i mogućim načinima na koje ste povredili i razočarali svoju decu, čak i nenamerno.

Stavite se na mesto deteta i zapitajte se kako biste reagovali na specifične situacije i stavove.

ISPOLJAVANJE GNEVA

Zašto se gnevimo kad se suočavamo sa pretećom situacijom? Zato „da bismo kontrolisali unutrašnje i spoljašnje izvore bola, uznemirenosti i pretnje“, i da bismo zadržali „unutrašnji bol na apsolutnom minimumu“.³

Deca i odrasli ne ispoljavaju gnev toliko različito. Da, odrasli koriste više reči i imaju više različitih izvora, uključujući i fizičku snagu, ali kad zatvorimo oči za sve te izvore dok posmatramo gnevnu odraslu osobu, moglo bi nam se učiniti da je pred nama osmogodišnjak. Često nema prevelike razlike.

¹ Neil Clark Warren, *Making Anger Your Ally* (Colorado Springs: Focus on the Family Publishing, 1990), str. 77, 55.

² Ibid., str. 121.

³ Ibid., str. 97.

Kad odrasli ispoljavaju gnev, oni to rade sa stanovišta moći. Kada deca ispoljavaju gnev, ona to rade iz zavisnog stanja, kao i iz svojih nezrelih shvatanja. Ona pametno koriste svu moć do koje mogu da dođu, ali to ipak nije dovoljno da sprovedu u delo ono što žele.

Kad ste ljuti, vi obično – iako ne uvek – znate šta nije u redu i šta biste promenili. Kad je dete ljuto, on ili ona ponekad zna šta je u pitanju, ali verovatno ne tako često kao vi. Zbog toga treba da postavite pitanje: „Šta muči ovo dete? Šta ono želi? Da li je to moguće? Da li je to razumno? Da li je neko drugi izazvao stres ili uznemirenost?“

Ono što dete želi često je nerazumno i nemoguće. Ono može jednostavno da želi da je veće, starije, ili da ima više moći, prostora ili novca. Možda je detetova reakcija posledica procesa rasta ili delovanja hormona. Možda su se neki ljudi na koje vi ne možete da utičete ponašali nepravično prema njemu. Možda želi neke povlastice koje imaju njegovi drugari.

Međutim, ako znate šta je uzrokovalo bol ili razočaranje i ako ste – ne daj Bože – vi to prouzrokovali, onda treba da mu pomognete da ono prevaziđe tu situaciju. Odrastanje je samo po sebi dovoljno teško, a bez ljudi koje volimo, ono je još teže.

ŠESTORO GNEVNE DECE

Najteži deo vaspitanja jeste učenje deteta kako da postupa sa gnevom. Pošto nam je ponekad teško da prepoznamo ispoljavanje gneva kod svoje dece, želim da pogledamo šestoro dece, uzrasta od četiri do šesnaest godina, da bismo videli kako ona iskazuju gnev.

- Četvorogodišnja Dženi je naučila da ide na nošu kad je imala osamnaest meseci. Međutim, proteklih šest meseci ona mokri u gaćice. Njeni roditelji su pričali sa lekarom i pokušali sve čega su mogli da se sete. Ne postoji fizički problem, ali Dženi ipak nastavlja da se ponaša ovako.
- Osmogodišnji Džon neprekidno kinji svog mlađeg brata i sestru, često ih i povredi. Njegovi roditelji ne znaju kako da zaustave ovo ponašanje i zabrinuti su za njega.
- Devetogodišnji Džoi nije zadavao svojim roditeljima neobične probleme sve do sredine školske godine, kada je njegova nastavnica poslala poruku u kojoj je pisalo da Džoi nije predao svoj domaći zadatak. Njegove ocene su slabile i to je zabrinulo i nastavnicu i roditelje.
- Trinaestogodišnja Debi je uvek bila živahna i otvorena. Sada se povukla u sebe i roditeljima je veoma teško da razgovaraju sa njom. Zlovoljna je i mnogo vremena provodi sama u svojoj sobi. Njeni roditelji ne znaju da li je to deo njene rane adolescencije, ili treba da se zabrinu.
- Petnaestogodišnja Džesika je uvek bila zadovoljna svojim roditeljima i nastavnicima, kao i prijateljima. Možete misliti koliko su se njeni roditelji iznenadili kada su pronašli marihuanu u njenoj sobi. Kad su je odveli kod lekara takođe su saznali da je trudna.
- Šesnaestogodišnji Ken je bio dobar u školi do prošle godine, a onda su njegove ocene počele da slabije. Sada postoji opasnost da obnovi razred. Ken je bistar dečak, nema smetnji u učenju i sposoban je da postigne bolji uspeh u školi. On i dalje ima dobar stav i želi da radi dobro da bi bio primljen na željeni fakultet.

Šta se dešava u životima ove dece? Kada sam razgovarao sa njima i njihovim roditeljima, otkrio sam da svako od ove dece ispoljava gnev, bilo svesno ili nesvesno. Nijedno od njih nije naučeno kako da pravilno postupa sa gnevom, jer roditelji nisu shvatali koliko je to važno.

Govoreći ovo ne želim da krivim roditelje, jer većina roditelja veruje da je gnev loš i da se treba „disciplinom isterati iz deteta“. Kao rezultat toga, roditelji ne znaju kako da reaguju kad se dete razgnevi.

To što su roditelji zbunjeni zbog gneva nije iznenađujuće, pošto su i mnogi profesionalci isto tako zbunjeni. Gnev je veoma teško razumeti. Posle dvadesetpetogodišnjeg proučavanja, ja još nisam proučio sve aspekte gneva.

Međutim, znam koliko je bitno za roditelje da uče decu kako da pravilno ispoljavaju gnev. Budite oprezni – nikada to ne možete uraditi pomoću priručnika.

ŠESTORO DECE KOJIMA SMO POTREBNI

Vreme je da se vratimo pomenutoj deci i da pokušamo da odredimo šta je svako od njih pokušavalo da kaže ispoljavajući gnev.

- Dženi je zaista ispoljavala gnev mokreći u gaćice. Pošto se ovo uopšteno ne prepoznaje kao znak gneva, obično se posmatra samo sa fizičke strane, a gnev koji izaziva takvo ponašanje ostavlja se da raste i prouzrokuje čak i gore probleme za dete. Ovo je klasičan primer pasivno-agresivnog ponašanja, podsvesnog ispoljavanja gneva. O ovome ćemo govoriti u šestom poglavlju.

- Džonova ratobornost i nasilje prema bratu i sestri predstavljali su problem za celu porodicu. Ovakvu situaciju je veoma teško ispraviti, jer se takvo ponašanje ustalilo kod svih članova porodice i postaje sve gore. Ne može doći do napretka sve dok se Džonova agresivnost ne identifikuje kao ispoljavanje gneva.

Agresija je jedan od najčešćih oblika nezrelog ispoljavanja gneva. Pasivna agresija je takođe bila prisutna u ovoj situaciji pogoršavajući je još više.

- Džoijevo „zaboravljanje“ da preda domaći zadatak klasičan je znak gneva koji obično počinje oko devete ili desete godine. To je još jedan primer podsvesno motivisane pasivne agresivnosti.

- Radikalna promena u Debinom ponašanju je pokazatelj tinejdžerske depresije. Najštetniji faktor Debine depresije, a ujedno i najvećih razmera, bio je gnev. Da roditelji ništa nisu učinili za nju, ona bi se suočila sa mračnom budućnošću.

Tinejdžerska depresija je poseban i često opasan izvor gneva koji roditelji moraju da razumeju. Kao što ćemo videti kasnije, pasivno-agresivno ponašanje je donekle normalno u periodu rane adolescencije. Ali u Debinom slučaju, depresija ga je uvećala do ogromnih razmera.

- Ono što se desilo Džesiki, danas je prilično uobičajeno. Njeno uzimanje droge i trudnoća znaci su očaja. Možemo se samo pitati zašto su se njene duboke potrebe ispoljile na tako drastičan način. Džesikin loš način postupanja sa gnevom počeo je mnogo godina ranije i njeni roditelji su sumnjali da nešto nije u redu. Ipak, njena čvrstina i pobeđnički stav ubedili su ih da je sa njom sve u redu. Njeni roditelji su dali sve od sebe, ali situacija je postala još složenija zbog činjenice da oni nikad nisu naučili kako da pravilno postupaju sa sopstvenim gnevom. I, naravno, nisu znali da je jedna od njihovih najvažnijih obaveza kao roditelja da uče svoje dete kakav stav treba da zauzme prema gnevu.

- Kenove loše ocene javile su se usled tinejdžerske depresije i rezultirale pasivno-agresivnim ponašanjem, koje je obično povezano sa depresijom. Dok budete čitali dalje, bolje ćete razumeti kako različiti nezreli načini ispoljavanja gneva izazivaju tako mnogo problema kod dece i adolescenata. Osobito je važno da shvatite pasivno-agresivno ponašanje, jer ono može uvećati već postojeće poteškoće.

RAZMIŠLJANJE O BUDUĆNOSTI

Dok ste razmišljali o budućnosti svoje dece, možda vam nikada nije palo na pamet šta njihov gnev može da uradi. Uvek je lakše brinuti se o tome šta može da uradi gnev nekog drugog.

Kao što sam rekao na početku ovog poglavlja, osnovna životna pretnja vašem detetu je njegov sopstveni gnev. On može da naudi vašem detetu na mnogo načina i povezan je sa svim problemima koje ono može da ima.

Pored ovako očajne situacije u svetu, veoma je bitno da mi kao roditelji uradimo sve što je u našoj moći kako bismo zaštitili budućnost svoje dece.

Pošto samo mali broj roditelja dobro kontroliše gnev, većinu dece roditelji ne uče kako da postupaju sa svojim gnevom. Kao rezultat toga, naše društvo je žrtva ove sve rasprostranjenije pošasti.

Ako želite da vaša deca budu u stanju da ispoljavaju gnev na zreo način, treba da budete sigurni da i vi to umete. U osmom poglavlju razgovaraćemo o samospoznaji koju roditelji treba da imaju kako bi mogli da uče svoju decu.

Ja sam srećan otac. Kad su moja deca bila mlađa, nisam znao kako da ih učim da izađu na kraj sa gnevom. Ali naučio sam ove važne lekcije dovoljno rano, tako da smo moja supruga i ja mogli da ih učimo tome dok su bila mala. Naš cilj je bio da dostignu značajan nivo zrelosti do sedamnaeste godine, da bismo se i mi i oni osećali sigurno do njihovog ulaska u svet odraslih.

Keri, Dejvid i Dejl sada su odrasle osobe koje dobro kontrolišu svoj gnev, ponekad čak bolje i od mene. Dok ih posmatram, jedna od najvećih radosti u mom životu je kad vidim kako funkcionišu kao moralne i etički jake osobe.

Takođe sam srećan što moja deca nemaju tipične emocionalne ožiljke i boli, koje tako mnogo dece nose sa sobom u svet odraslih. To se odnosi posebno na osećaj lišenosti nečega, koji pokazuje da nešto zaista važno nedostaje u njihovim životima. To je ono što sprečava mnoge odrasle da budu i da rade sve što bi želeli. Ovaj osećaj lišenosti ne dolazi samo zbog nedostatka bezuslovne ljubavi, nego i zbog nepravilnog postupanja sa gnevom.

Dva najveća poklona koje možete dati svojoj deci jesu bezuslovna ljubav i učenje kako da što zrelije postupaju sa svojim gnevom.

2. DRUŠTVO I GNEV

Zapanjen sam koliko se promenilo razmišljanje o deci u proteklih nekoliko decenija. Sve do nedavno, skoro svi su prihvatili decu kao nevinu, dragu i dopadljivu. Međutim, to se sa vremenom promenilo.

Danas sve veći broj ljudi smatra da su deca dosadna, da smetaju, i često su neželjena. Još gore, neki opisuju decu kao stvorenja sa zlim namerama.

Danas se tako mnogo gneva usmerava prema deci, ili u otvorenom nasilju, ili na pasivne načine, tako da je lako zapitati se koliko ljudi zaista voli decu. Imajte u vidu šta se dešava:

- Dečijim potrebama se uopšteno daje mali prioritet. Čak se i prema okorelim kriminalcima ponašaju bolje nego prema nekoj deci. To ne znači da javne službe nisu svesne dečijih potreba. U SAD-u one čak nastoje da državne lutrije finansiraju obrazovanje. Ali i pored miliona skupljenih dolara, školski fondovi se obično ne povećavaju.

- Mnoge škole su postale haotična mesta, umesto da budu mirna utočišta u kojima deca mogu da uče. Centri za kontrolu bolesti u Atlanti, u Džordžiji, objavili su da je nasilje u školama briga od javnog značaja.

- Mediji su započeli otvoreni rat protiv tinejdžera i dece, šaljući izopačenu „zabavu“ u naše domove.

- Reklameri iskorištavaju slabosti i želje mladih.

- Kriminal je veoma rasprostranjen, a žrtve su često deca. Oružje je različito: ruke, pištolji, noževi, ili automobili. Neki ljudi su toliko nesmotreni da više oplakuju ubice nego žrtve.

- Postali smo nacija žrtava, sa milionima ljudi koji krive druge za sopstveno nedruštveno ponašanje.

Deca brzo odrastaju. Jedva da imaju vremena da udahnu vazduh pre nego što se upuste u agresivni svet odraslih u kome je sve dopušteno.

Niko ih više ne vidi kao svrhu našeg života, našu nadu za budućnost, one koji nam greju srca i koji su naša pokretačka snaga. Pošto se društvo sve više koncentriše na potrebe odraslih, deca postaju gubitnici.

Prema nama koji smo duboko zabrinuti za svoju decu društvo se ponaša nečovečno. Mi volimo svoju decu i želimo najbolje za njih. Ipak, bez obzira na naše nastojanje, često se osećamo bespomoćno u svetu koji je toliko stran hrišćanskim vrednostima. Lako je ljutiti se na vlast, na imenovane i neimenovane sile u društvu koje čine ovaj svet tako neprijateljskim i teškim mestom za porodice.

Kao što nedavni članak u *Riders Dajdžestu* kaže: „Varvari nisu na kapiji. Oni su unutra. Ključno pitanje u 21. veku jeste: može li se ovo promeniti?“¹

Ako iko može da unese promenu u društvo koja se tiče dece, to treba da budu roditelji – oni među nama kojima je stalo, koji stoje zajedno i govore: „Što je previše, previše je!“

GDE DECA PRONALAZE LJUBAV?

Deca dobijaju ljubav i lični identitet iz tri izvora. Na tim mestima oni saznaju ko su i kakav stav treba da imaju prema životu.

¹ Thomas Sowell, „Who Says It’s Hopeless?“ *Reader’s Digest*, juni 1994, str. 180.

- Dom i porodica. Ovo obuhvata širu porodicu, one koji takođe vole našu decu i prave mesto za njih u svojim domovima i srcima.

- Okruženje. To se odnosi na školu, komšiluk, posao, klubove, sportove i društvena zanimanja.

- Crkva. Deca tu uče o Božijoj ljubavi prema njima i otkrivaju svoj identitet. U crkvi deca takođe treba da osećaju podršku članstva koja treba da karakteriše telo Hristovo.

Tužna činjenica današnjice je da mnoga deca odrastaju samo uz dva, jedan, ili čak nijedan od ovih izvora ljubavi i identiteta.

Odrasli koji utiču na živote ove dece možda nikada nisu iskusili odgovarajuću ljubav kad su bili mlađi, ili su verovatno prezauzeti, a decu ostavljaju da se sama brinu o sebi. Neki od njih se brinu samo za materijalne potrebe, ali i dalje ne mogu da stvore bezuslovnu ljubav i zadovoljavajući osećaj identiteta.

POBUNA PROTIV AUTORITETA

Pošto toliko mnogo ljudi izgara za ljubavlju, oni su ljuti i pokazuju svoj gnev putem pobune. Odakle dolazi ovaj negativan stav prema autoritetima?

Negativan stav prema autoritetima formira se u detinjstvu. To je izraz podsvesnog gneva koji se javlja kod dece koju nisu učili kako da pravilno ispoljavaju gnev i koja se nisu osećala dovoljno voljenom. Podsvesni gnev doprinosi slabljenju autoriteta u našem javnom životu.

Pod *autoritetom* mislim na zakonske i moralne sile koje nam omogućuju da živimo u uređenom društvu, uz razumnu šansu za sigurnost i bezbednost. Danas mnogi ljudi nemaju ovu šansu i među njima vlada epidemija straha, za njih same i za njihovu decu.

Osnovni razlog ovog straha je pobuna drugih prema važećem autoritetu. Odakle dolazi ova pobuna?

Rizikujući da zvučim preterano prosto, želim da dam jednostavan odgovor.

- Pobuna protiv autoriteta dolazi zbog gneva.
- Gnev se javlja zbog osećanja da nismo dovoljno voljeni.
- Nedostatak ljubavi u dečijim životima dolazi od odraslih koji ne znaju kako da pokažu ljubav – ili im nije stalo do toga.

Pre mnogo godina, Robert Nisbet (Robert Nisbet) je napisao *Slabljenje autoriteta (The Decline of Authority)*, knjigu koja je pokrenula mnoge rasprave. U to vreme problem je bio više apstraktan nego stvaran. Međutim, desilo se mnogo više od onoga što je on ikada mogao da predvidi.

Dr Bendžamin Spok (Benjamin Spock), čuveni pedijatar, opisao je sebe kao „očajnika“ zbog uslova u našem društvu danas. U svojoj knjizi *Bolji svet za našu decu (A Better World for Our Children)* rekao je da je duboko potresen zbog „brutalnosti komšiluka u kom naša deca izbegavaju metke, umesto da izbegavaju loptu“, i gde deca svakodnevno moraju da se suočavaju sa razvodima i nasiljem. Dr Spok veruje da je ovo pogoršanje stanja u SAD-u nastalo usled gubitka osnovnih vrednosti.²

Međutim, ovaj gubitak vrednosti je demonstracija negativnog stava prema autoritetima, koji je danas toliko rasprostranjen. Ako dete ne nauči da pravilno postupa sa gnevom, pogrešno kontrolisanje gneva ispoljavaće se u detinjstvu i kasnije u životu, i biće usmereno protiv roditelja, zakona, svih tipova vrednosti, uključujući i duhovne.

² Benjamin Spock, *A Better World for Our Children* (Bethesda: National Press Books, 1994).

Samo treba da uzmemo novine ili da pogledamo vesti da bismo se uverili koliko su u svetu rasprostranjeni ovi negativni stavovi prema autoritetima. Ili pogledajte MTV, ako možete da podnesete, ili mnoge reklame koje su na ivici pobune.

Moral u SAD-u je na najnižem nivou u poslednjih dvadeset pet godina. U ovom kratkom periodu čuli smo nastavnike kako govore tinejdžerima da su njihova tela samo njihova i da sa njima mogu da rade šta hoće, uključujući bilo kakav oblik seksualne aktivnosti ili abortusa.

Govor i ponašanje koji su danas karakteristični za „porodične zabave“ nekada su bili zabranjivani u pozorištu i na televiziji.

A kriminal? Dobro, pogledajmo samo događaje koji su bili u vestima u Americi dok sam pisao ovu knjigu.

- O. Dž. Simpsonu (O. J. Simpson) je suđeno zbog ubistva
- Braći Menendez (Menendez) je suđeno zbog ubistva
- Deca iz Čikaga su ubila drugu decu
- Decu Smit je udavila njihova majka

Ovo su senzacionalni slučajevi. Lokalne vesti su svakog dana pune istih vrsta pobune od strane ljudi koji nikad nisu naučili kako da kontrolišu svoj gnev.

Pobuna protiv autoriteta takođe utiče na crkvu, jer ljudi žele mnogo individualniji izraz svoje „vere“ koji može i ne mora izražavati istorijsku doktrinu hrišćanske crkve. Ovo je očigledno zbog broja ljudi koji kažu da veruju u Boga i Isusa, ali nemaju živi odnos sa Isusom Hristom kao ličnim Bogom i Spasiteljem. To se takođe vidi u sukobima crkava koji se završavaju neprijateljstvom ili raskolom.

PREUZIMANJE ODGOVORNOSTI

Čestitosti je zaista malo u društvu i ovo nigde nije tako očigledno kao na političkoj sceni, koja je postala slika neodržanih obećanja i nepoštovanja javnosti. Osnovna osobina pouzdanosti, kada nečija reč „vredi kao zlato“ izgleda da je stvar prošlosti među javnim ličnostima.

Međutim, to nije samo krivica političara. Kada ste poslednji put čuli da je neko preuzeo potpunu odgovornost za svoja dela? Prezeti odgovornost znači suočiti se sa činjenicom da ste možda pogrešili u mišljenju ili ponašanju. To znači da stalno moramo da procenjujemo svoje ponašanje i da budemo voljni da ga menjamo ako zatreba. Ako ne uspemo u ovome, završićemo tako što ćemo kriviti druge.

Upravo sam čitao o klasičnom slučaju pripisivanja krivice. Stomatolog koji je uznemiravao pacijentkinje izgubio je dozvolu za rad. On je zauzvrat tužio osiguravajuće društvo tražeći isplatu od milion dolara zbog svoje bolesti. Kako je ovo opravdao? Tvrдио je da je njegovo ponašanje bilo posledica „mentalne bolesti“.

Treba da se vratimo kvalitetima čestitosti koje je pokazao general Ajzenhauer u toku Drugog svetskog rata. Pre bitke izdao bi obaveštenje za štampu, u slučaju poraza. Reкао je: „Ako postoji bilo kakva krivica ili greška u ovom pokušaju, onda je ona samo moja“.

ZNACI NADE

Nije svako ispoljavanje gneva nasilno ili nepravilno. Setite se samo udruženja *Majke protiv vožnje u alkoholisanom stanju* (MADD), koje su osnovale majke iz SAD-a čija su deca poginula u saobraćajnim nesrećama, zbog ljudi koji su vozili u pijanom stanju. Naravno, bile su ljute, ali su izabrale da ulože svoj gnev u borbu protiv javnog tolerisanja onih koji voze dok su pijani.

Rezultat MADD-a je udruženje *Studenti protiv vožnje u alkoholisanom stanju* (SADD), koje možete naći u svakoj školi i koje obrazuje i usmerava mladalačku energiju protiv ove nevolje koja pogađa tako mnogo tinejdžera.

Mnogi od nas se sećaju Martina Lutera Kinga i njegovih mirnih marševa protiv diskriminacije. Činjenica da nisu bili nasilni čini ih još moćnijim.

Debora Larbalestrir (Deborah Larbalestrier), starija žena koja je živela u Los Anđelesu, u Kaliforniji, 1982. godine postala je poznata na Zapadnoj obali zbog smelog ispoljavanja gneva. Živeći u delu grada gde je kriminal cvetao, osećala se bespomoćno, jer nije mogla da zaustavi ono što se dešavalo svuda oko nje. Jednog dana je videla dva dečaka kako pokušavaju da ukradu automobil njenog komšije. Znali su da ih ona posmatra i cela stvar ju je potpuno razbesnela. U *Los Anđeles Tajmsu* je pisalo:

Izašla sam sa štapom i rekla im: „Kako se usuđujete da me tako vređate, obijajući automobil preda mnom, kao da ja ne postojim?“

Tinejdžeri su pobjegli, ali gospođa je želela da se uveri da se više neće vraćati. Zbog toga je sazvala sastanak u svojoj ulici i rekla: „Postali smo zatvorenici u sopstvenim domovima... Treba da povratimo svoje susedstvo“.

Zatim je otišla u policiju Los Anđelesa i zatražila organizovanje posebnog kluba koji će posmatrati njen komšiluk.³

U vreme kada je ovaj članak napisan, u njenom susedstvu nije bilo kriminala osamnaest meseci.

DECA I NADA ZA DRUŠTVO

Svako društvo reflektuje ono što njegova deca znaju. Jučerašnja deca su današnji odrasli, a deca u vašim domovima uskoro će odrasti. Postoji nada za naše društvo ako dovoljno ljudi nauči kako da pravilno i konstruktivno koristi svoj gnev. Gnev ne mora da dovede do nasilja. Gnev je dar koji možemo da koristimo na delotvorne načine.

Postoji nada za društvo ako roditelji budu odlučniji u poučavanju svoje dece kako da postupaju sa gnevom. Mnogi roditelji će najpre sami morati da razumeju i kontrolišu svoj gnev na bolji način.

Ovo takođe obuhvata i učenje dece da poštuju autoritete, čak i kada se ne slažu sa onim što se dešava. Deca treba da uče iz primera i iz istorije, da postoje mnogo prihvatljiviji načini neslaganja sa nečim od nasilnog ponašanja.

Ako smatrate da vaša deca ispoljavaju gnev na pravi način, ne možete izbeći činjenicu da mnogi drugi to ne rade. Najmanje jedna trećina mladih podložna je izopačenim međusobnim odnosima. Deca su nečuveno okrutna i nasilna. Tinejdžeri čine sedam posto populacije, a izvršavaju sedamnaest posto zločina.

Pre svega, vi ne želite da vaša deca postanu deo te statistike, ili da postanu žrtve drugih koji nisu naučili da kontrolišu svoj gnev. Vi želite da ona budu odrasle osobe neosporne čestitosti.

Ako je u vašoj porodici sve u redu, možete se okrenuti porodicama i deci kojima je potrebna pomoć, jer nada postoji samo dok radimo zajedno. Problem je prevelik za jednog od nas; ali svi zajedno *možemo* nešto promeniti.

³ Neil Clark Warren, *Making Anger Your Ally* (Colorado Springs: Focus on the Family Publishing, 1990), str. 8.

3. VAŠ DOM I GNEV

Zar ne bi bilo divno kada bi sav gnev ovog društva mogao da ostane ispred vrata vašeg doma i kada bi sve što se dešava u našim domovima bilo suprotno od onoga sa čim se svi članovi porodice svakodnevno susreću na poslu, u školi i u društvu?

Koliko god to divno bilo, neće se desiti, jer mi smo nosioci toga. Kao i nosioci nekog oboljenja, mi prenosimo gnev i frustraciju. Stres, napetost i iscrpljenost unosimo u svoje domove, a zatim se sukobljavamo sa ukućanima koji su isto tako napeti i gnevni.

Ako smo dovoljno osetljivi da shvatimo šta se dešava i ako smo spremni da se promenimo, možemo da izmenimo mnogo toga. Ali ako nismo, nastaće kaos. Deca su žrtve tog haosa – na dva načina. Prvo, treba da žive sa odraslima koji ne umeju da kontrolišu svoj gnev. I drugo, ne znaju kako da kontrolišu sopstveni gnev.

U drugom poglavlju čuli ste za Centar za kontrolu bolesti u Atlanti, u Džordžiji. Možda nam treba i Centar za kontrolu gneva, i to ne samo u jednom gradu. Svaki dom može biti takav centar, u kome će gnev biti otkriven i zatim kontrolisan na najbolji mogući način za sve. Ako je to ono što želite u svom domu, možete to i ostvariti.

ATMOSFERA U VAŠEM DOMU

Jedan od najsnažnijih uticaja na dečije samopoštovanje i samospoznaju jeste atmosfera u kući. Kada uđem u neki dom, mogu brzo da kažem da li će dete u njemu napredovati. Svaki dom ima svoju atmosferu; neki njegovi kvaliteti su potpuno neutralni, kao što su boja i stil, dok su drugi kvaliteti više ili manje pozitivni ili negativni.

Atmosfera u jednom domu može biti topla, opuštena, smirena, prijateljska, blagonaklona ili optimistička. Ljudima je prijatno u takvom domu, a deca koja tu žive mogu da se razvijaju na najbolji način. Ona mogu da se opuste uz podršku i ohrabrivanje koje im pružaju roditelji i mogu da koriste svoju energiju da bi se razvili u svakom aspektu svoga života.

Međutim, malo dece je blagosloveno takvim okruženjem. Umesto toga, ona žive u domovima u kojima postoji napetost, osuđivanje, pesimizam i odbacivanje. Kada deca žive u ovakvom okruženju, većinu svoje energije moraju da koriste pokušavajući da izađu na kraj sa nedostatkom ljubavi i podrške. Pošto im je mnogo teže da se normalno razvijaju, verovatno će biti ljuti na svoje roditelje. Takođe, verovatno neće naučiti da kontrolišu svoj gnev na zreo način.

Kao roditelji, treba da zapamtite da vi kontrolišete atmosferu u kojoj će vaša deca odrastati. Ona su nemoćna i zavise od vas, a vi treba da im obezbedite sve što im je potrebno.

Znam da želite da se osećate dobro u vezi sa poslom koji obavljate kao roditelji. U svoju porodicu ulažete ogromnu količinu ljubavi, brige, novca i vremena, i želite da vam se to ulaganje isplati, ne samo zbog vas samih, nego i zbog dece. Vi se iskreno brinete o njima i želite da imaju srećne i uspešne živote.

Kad su deca mala, lako je polagati mnogo nade u njih. Ona su nevinna, poslušna i zavisna od vas. Međutim, kako odrastaju, mnogi roditelji bivaju obeshrabreni i razočarani onim što se dešava u njihovim porodicama. Jedan od ključnih razloga za ovo je nekontrolisani gnev.

Bez razumevanja dečijeg gneva i njihovog odnosa prema gnevu roditelji će verovatno osećati neuspeh, uprkos svim stvarima za koje znaju da rade dobro. Mnoga deca imaju negativan stav prema roditeljima, jer se ne osećaju zaista voljenim, i ovakav stav mogu da iskažu na užasne načine. Razmotrite priče o En i Todu.

EN

Lepo odeven bračni par ušao je u moju kancelariju. U mojoj svesci za zakazivanje sastanaka video sam da su to Džim i Meri Perkins. Ispod njihovih imena pisalo je da je njihova petnaestogodišnja ćerka En trudna.

Kad su seli, shvatio sam da mi je Meri odnekud poznata. „Znamo se odnekud, zar ne?“ upitao sam je.

Blago se osmehnula. „Pokazala sam vam vaš sto nekoliko puta u restoranu.“

„Vi ste domaćica u vreme ručka. Bio sam tamo prošlog utorka.“

Okrenuo sam se prema Džimu i pitao ga za njegov posao. „Ja sam računovođa“, odgovorio je.

„To se računa“, rekao sam, pokušavajući da malo opustim atmosferu.

Proveli smo nekoliko minuta razgovarajući i zaključili da imamo nekoliko zajedničkih prijatelja u njihovoj crkvi.

Pogledavši u svoju svesku, okrenuo sam se prema Meri i rekao: „Došli ste da razgovaramo o En. Pričajte mi o njoj“.

Iz Merinih očiju su navrle suze. „Doktore Kembel, ona ima samo petnaest godina, tek je pre godinu dana završila osnovnu školu. Najmlađa je od naše četvoro dece. I trudna je! Šta da radimo?“

Reči su same izlazile kao bujica, dok je ona brisala oči. „Uradili smo sve što smo znali da bismo bili dobri roditelji. Oboje smo godinama radili kako bismo njoj i ostaloj deci pružili dobre stvari u životu. Sve smo ih vodili u nedeljnu školu i crkvu. En je uzimala časove klavira i nekoliko godina je išla u muzički kamp. Ona je tako talentovana i divna. Kako ćemo ikada uspeti ovo da sredimo?“ Meri je jecala.

Džim se meškoltio u fotelji, a zatim je počeo: „Jednostavno ne znam gde smo pogrešili. Zašto se upetljala u ove neprijatnosti? Zašto je postala tako neposlušna? Ona je protiv svega što Meri i ja pokušavamo da uradimo za nju.“

Dok sam razgovarao sa Džimom i Meri, shvatio sam da oni iskreno vole En, ali da su prečesto tu ljubav ispoljavali dajući joj stvari i povlastice. Mislili su da će to nadoknaditi vreme koje nisu provodili sa njom.

Kad sam video En, moje sumnje su bile potvrđene. Ona nije osećala da je roditelji vole i da im je važna.

Prkosno je rekla: „Ne znam zašto sam zatrudnela. Jednostavno sam to uradila. Mogla sam to da sprečim – znam i kako. Možda sam želela da takođe budem neko, kao moja majka. Ako postanem majka, onda ću biti važna. *Neko* će me voleti“.

Posle nekoliko nedelja susreo sam se sa porodicom Perkins. En je u početku bila uzdržana i pokazivala je malo osećanja, ali mogao sam da vidim da je ljuta i frustrirana. Posle nekoliko sastanaka, počela je da se otvara.

„Mama, sećaš li se noći u kojoj je bila gozba u čast majki i ćerki? Ti nisi mogla da ideš sa mnom, jer si morala da ideš sa tatom na onaj seminar o računovodstvu. Ja sam bila jedina bez majke!“

„Ali En“, prekinula ju je Meri, „razgovarale smo o tome i kupila sam ti predivnu haljinu za taj banket. Mislila sam da ti nije smetalo što sam otišla sa tatom.“

„Pa, smetalo mi je! Vi izgleda nikad niste tu kad ste mi potrebni. Roditelji mojih prijatelja nas uvek voze na utakmice i slične stvari; vi se nikad ne nudite da nas odvezete. Uvek me vozi neko drugi.“

„Sačekaj malo En“, uskočio je njen otac. „Pričaš kao da mi ništa ne radimo za tebe. Slučajno znam da si dobar pijanista. Ko te je vodio na sve te časove? I ko je platio za njih?“

„Jaka stvar, tata! Kako uopšte možeš da znaš da ja sviram klavir? Poslednji put kad si bio na mom koncertu imala sam deset godina!“

Za vreme ovakvih nastupa, Džim bi često izlazio iz sobe. Međutim, tokom nekoliko nedelja on i Meri su počeli da razumevaju kako se En oseća. Shvatili su da stvari koje su joj poklanjali nisu mogle da zamene njihovu pažnju koja joj je bila potrebna. Oni su ostavili En sa praznim emocionalnim spremištem.

Posle našeg razgovora, Džim i Meri su se svojski potrudili kako bi razumeli Enine probleme i uključili se u njen život. Kad je En čula da njeni roditelji izražavaju osećanja i brigu prema njoj i kad je to svakodnevno osećala kod kuće, počela je da razgovara sa njima na mnogo pozitivniji način.

Bio je to spor i bolan proces, ali En i njeni roditelji su zaista počeli da se upoznaju. Ključ njihovog uspeha bila je njihova želja da imaju divnu porodicu. Kad je En osetila roditeljsku ljubav, njen gnev je počeo da jenjava. Njihova ljubav i osećaj sopstvene vrednosti koje je En doživela pomogli su joj u teškim mesecima koji su usledili.

TOD

Mark Džonson je seo preko puta mene, nestrpljivo tapkajući svojim uredno manikiranim prstima po fotelji. Izgledao je kao dobro situiran čovek. Njegova supruga Brenda, čija je odeća takođe bila savršena, bila je isto tako nestrpljiva.

Džonsonovi su bili aktivni u velikoj crkvi i sve je nagoveštavalo da su bili uspešan par, ne samo finansijski, nego i u drugim oblastima. Njihova ćerka Ejmi imala je šest godina, a sin Tod jedanaest. Nisam bio siguran zašto su došli k meni.

Brenda je počela: „Doktore Kembel, moramo da razgovaramo sa vama o Todu. Izgleda da se pre šest meseci od normalnog dečaka pretvorio u tihog stranca koji je stalno ljut. Neprekidno pronalazi izgovore da ne bude sa nama. Istina je da nemamo mnogo vremena koje provodimo jedno sa drugim. Markova advokatska karijera je u usponu, a moja prodavnica dečijih stvari često me odvlači od kuće“.

„Da, doktore Kembel“, Mark se složio, „i svako bi pomislio da će deca umeti da cene to što radimo za njih, provodeći tolike sate na poslu. Ejmi nam ne predstavlja problem, ali Tod je posebna priča. Pre nekoliko večeri, njegovi stariji drugovi doveli su ga kući pijanog. Šta bi na ovom svetu moglo da natera jedanaestogodišnjaka koji ima sve da učini tako nešto?“

„Mi smo šokirani“, dodala je Brenda. „Da stvar bude još gora, Tod je poremetio celu porodicu ovim svojim glupim podvigom. Mark je morao da zakaže nove sastanke svojim klijentima, a ja sam morala da odsustvujem iz radnje da bih bila na ovom sastanku. Nemojte pogrešno da me shvatite – mi želimo da pomognemo Todu, ali ne razumemo zašto se ovo desilo. Kao što je Mark rekao, pružili smo mu sve, a on nam vraća na ovakav način!“

Kad je Mark ušao u kancelariju, upitao je: „Šta nije u redu sa našim dečakom? Oh, da nismo možda mi u pitanju? Mogu da pomognem u pravnim pitanjima većini vrlo važnih ljudi u ovom gradu, a sopstvenog sina ne mogu da učinim srećnim“.

Šta bi zaista moglo jednog jedanaestogodišnjaka da natera da koristi alkohol? Razgovarajući o tome, ispostavilo se da je Tod i ranije pio, ali je uspevao to da sakrije od svojih roditelja, sve do sada.

Tod nije usamljen u ovakvom ponašanju. Studije pokazuju da sve veći broj mladih tinejdžera, pa čak i mlađih od njega, koriste alkohol i drogu. Mnogi od njih potiču iz hrišćanskih porodica.

U Todovom slučaju, kao i u mnogim drugim, odgovor je bio u gubitku vrednosti porodičnog života. Njegovi roditelji su bili prezauzeti da bi mu posvetili vreme. Kao rezultat toga, on i Ejmi su dobijali malo vaspitanja i negovanja od strane onih koji bi to trebalo da im daju. Zbog manjka

vremena i brige Tod je imao prilično prazno emocionalno spremište. Nije se osećao voljenim. To ga je ljutilo i istovremeno stavljalo u poziciju u kojoj je bio podložan pritisku vršnjaka, da bi dobio pažnju i prihvatanje.

NAĐITE VREMENA ZA PORODIČNI ŽIVOT

Mark i Brenda Džonson su odličan primer roditelja koji izgledaju savršeno, ali koji su na mesto na kome treba da se nalazi porodica stavili nešto drugo. U ovom slučaju, to je bila karijera. Kao rezultat toga, imali su divnu, ali nesrećnu decu. Da, otkrili smo da je i šestogodišnja Ejmi takođe bila ljuta na svoje roditelje.

I Džonsonovi i Perkinsovi su mislili da njihova deca jednostavno treba da znaju da su voljena. Ali deca „jednostavno nisu znala“. Ona to ne mogu. Sve što znaju je to kako se osećaju, a ni En ni Tod se nisu osećali voljenim. Njihova osećanja bila su zasnovana na količini vremena provedenog sa roditeljima i na emocionalnoj energiji koju su njihovi roditelji ulagali u njih.

Mnogi roditelji danas žive vrlo stresno i jednostavno nemaju dovoljno razumevanja da se mirno nose sa normalnim dečijim ponašanjem. Shvatio sam da je roditeljima veoma teško da održavaju porodicu, karijeru i druge obaveze, naročito kad oba roditelja rade. Mnogi roditelji nemaju energije, istrajnosti ili želje da urade sve što je potrebno. Zato, kada se nešto propušta, onda je to skoro uvek kvalitet porodičnog života.

Želim da kažem još nešto o porodicama sa jednim roditeljem, pošto neki veruju da jedan roditelj ne može u potpunosti da odradi svoju dužnost roditelja. Video sam bezbroj takvih roditelja koji svojoj deci pružaju ljubav, brigu i disciplinu.

Ključ uspešne porodice nije u tome da li ona ima dva ili jednog roditelja, nego da li je roditeljska pažnja usmerena na pravo mesto. Samohrani roditelj može dobro podizati dete i voditi ga kroz „grozne tinejdžerske godine“ da postane odgovoran i zreo hrišćanin, podjednako dobro kao i dva roditelja.

KVALITETNO VREME ILI VREME?

Često slušamo o *kvalitetnom vremenu*. Ono što je zaista bitno jeste VREME. Provođenje vremena sa porodicom – upoznavanje sa decom, izražavanje ljubavi i pokazivanje da su vam važna – to su važne stvari.

Privrženost hrišćanskoj porodici zasniva se na međusobnoj ljubavi i brizi o emocionalnim, fizičkim, psihološkim i duhovnim potrebama svih članova porodice.

Ako volimo jedni druge, provodićemo vreme zajedno iz zadovoljstva, a ne iz nužnosti. Uživamo jedni u drugima. Nije uopšte važno šta radimo, sve dok nam je lepo i dok smo srećni što provodimo vreme zajedno. Kao roditelji, mi želimo da naša deca znaju da su mnogo važnija od drugih uticaja koji mogu da razdvoje roditelje od dece.

Vreme koje provodimo sa porodicom daje snagu pojedincima, ali i samoj porodici kao celini. Zajedno gradimo uspomene kada provodimo slobodno vreme igrajući se, odmarajući se, putujući, čitajući ili radeći bilo šta drugo što želimo.

Setite se sopstvenih lepih uspomena iz detinjstva. Da li se one više odnose na poklone i povlastice ili na poklonjenu ljubav i vreme? Šta vam brže ugrije srce – pokloni koje ste dobili ili osećanje bliskosti sa vašim roditeljima?

Kad sam razgovarao sa Džonsonovima i Perkinsovima, shvatili su da mogu pronaći vreme za svoju porodicu. To im je pokazala i sama činjenica da su mogli izdvojiti vreme da bi došli k meni na

savetovanje. Trudeći se da nađu vremena kad će uživati jedni u drugima, krenuli su dugim putem prema sprečavanju budućih problema.

Potrebno je vreme da bi se ispravili već utvrđeni obrasci i formirali novi, ali ove porodice su odlučile da život učine boljim u budućnosti.

KOMUNIKACIJA U PORODICI

U komunikaciji sa decom treba da budete lični. Porodični život ne sme da izgleda niti da zvuči kao komunikacija u bilo kojoj organizaciji čiji ste deo. Naša ljubav kao roditelja treba da seže do samih ličnosti naše dece.

Aron koji je bio jedan od hiljadu pedeset i pet ispitanih tinejdžera rekao je: „Čak i kad su moji roditelji tu, izgleda kao da nisu, jer nemaju nimalo vremena“. Iako Aron večera sa svojim roditeljima, on kaže: „Mi nikad ne pričamo ni o čemu. Možda o školi. Vrlo često su paranoični u pogledu mojih prijatelja. Uvek mi zvocaju kad stignem kući“.¹

Jedna vrsta porodične komunikacije koja je poslednjih godina dobila mnogo pažnje, naročito u pojedinim religioznim krugovima, jeste pristup „lanac komandi“. Ako ste bili u vojsci ili u poslovnim ili porodičnim organizacijama u kojima je sproveden ovakav način komunikacije, znate koliko to može biti obezličeno. Iz nekog razloga, mnoge religiozne vođe su se zauzimale za takav pristup u porodičnom životu. To u stvari znači da je otac jedina stvarno odgovorna osoba u kući. Svako ko se nalazi ispod njega u tom lancu komandi dužan je da uradi samo ono što se od njega zahteva, a to se odnosi na majku i suprugu!

Shvatio sam da svi to ne prihvataju tako drastično, ali takođe znam za poražavajuće rezultate u mnogim porodicama koje su prihvatile ovu filozofiju.

Mislim da je ovakav pristup počeo da jača šezdesetih godina prošlog veka, kad su se ljudi uplašili zbog sve veće tolerancije i buntovnih demonstracija protiv rata u Vijetnamu. Izvesni „stručnjaci“ su se obučavali za modifikaciju ponašanja koja su se bazirala na eksperimentima sa pacovima. Ne uspevajući da razumeju normalno ponašanje adolescenata i suprotstavljanje mladih društvenim promenama, ovi „stručnjaci“ su krivili roditeljsku blagost za većinu nacionalnih problema. Počela je suptilna ali fundamentalna promena u vaspitanju i odnosu između roditelja i dece.

Od međusobne saradnje i podrške došlo je do hijerarhijskog lanca komandovanja zasnovanog na disciplini. U prvom slučaju, i dete i roditelji su snosili odgovornost za dečije ponašanje. U drugom, roditelji su na sebe preuzimali mnogo više odgovornosti za dečije ponašanje.

Mi sada pokušavamo da se izborimo sa generacijom dece koja odbija da preuzme odgovornost za svoje postupke i koja odbija da nauči kako to da uradi.

Ovakva pogrešna komunikacija dovodi do nepoverenja, ozlojeđenosti i nedostatka bliskosti. Ovo postaje začarani krug, jer što više problema naši mladi dožive, to se „disciplina“ sve više naglašava. Što je „disciplina“ bez ljubavi i podrške oštija, omladina je sve gnevija. Pošto imaju sve više problema sa gnevom, počinju da imaju negativan stav prema autoritetima, a zbog toga postaju i negativni prema roditeljima, moralu ili drugim ljudima, crkvi, zakonu, itd. Sada imamo više od jedne generacije takvih ljudi.

Neki vaspitači su predložili odgovor na unutrašnje potrebe ove dece – da pokušamo da učinimo da se „osećaju dobro“ pomoću tehnika samopoštovanja. Na taj način dete može da dobije posebne pohvale za dobro i učtivo ponašanje, koje treba da se očekuje, a ne da se nagrađuje.

¹ „Burdened Teens Feel Estranged from Adults“, *The Chattanooga Times*, 14. juli 1994.

Svi smo nedavno bili zapanjeni zastrašujućim ispoljavanjem mladalačke pobune, kada su braća Menendez bila na suđenju zbog ubistva svojih roditelja. Pišući za *Nacionalni pregled (National Review)*, Stjuart Goldman (Stuart Goldman) ističe da su braća Menendez i suđenje primer izobličene filozofije samopoštovanja:

U kosmologiji pokreta koji naglašava samopoštovanje, neuspeh svih ljudi dolazi iz nedostatka sposobnosti da volimo jedni druge; najgora stvar koju osoba može da ima jeste nisko samopoštovanje... U svetu u kome pravila moralnog ponašanja nameću terapeuti a ne Bog, gde se zlo prihvata kao mit, u kome je dobro osećanje krajnji cilj, ovu decu mogu da uteše misli da ubistvo „izopačenog“ roditelja nije samo dopustivo – nego čak i zdravo.²

U narednim poglavljima razgovaraćemo više o specifičnoj komunikaciji sa gnevnom decom. Zasada, međutim, želim da naglasim značaj ličnog odnosa sa decom, punog ljubavi. Na ovaj način moći ćete da ih učite da poštuju druge i sama sebe, a takođe ćete im pomoći da sve više preuzimaju odgovornost za svoje postupke.

Ovakva odgovornost uključuje odnose među braćom i sestrama u porodici. Ako se prema svakom detetu odnosite sa poštovanjem i postojanom ljubavlju i pravilno ih usmeravate, moći ćete da smanjite sukobe između braće i sestara. U Bibliji je Božijoj deci rečeno da vole jedni druge. Nesumnjivo je da deca u porodici treba isto tako da se vole.

ZNAČAJ ŠIRE PORODICE

Zbog nedostatka vremena i pritiska karijere, mnogi roditelji osećaju da im je potrebna pomoć sa decom. Želim da naglasim da bake i deke i članovi šire porodice treba da razmisle o preuzimanju malo aktivnije uloge u životima njihovih mladih rođaka.

Mnoge bake i deke danas se povlače iz aktivnog učestvovanja u vaspitanju svojih unuka. Dok oni misle da dobijaju nezavisnost i slobodu, na kraju će shvatiti da su izgubili godine uzajamnih odnosa prepunih ljubavi koje se nikada ne mogu nadoknaditi.

Mnoge porodice žive pod stalnim stresom, jer su odvojene od svojih rođaka i imaju veoma malu ili skoro nikakvu podršku bliskih prijatelja. Mislim da se moraju zapitati da li zaista žele da žive tako. Njihova stalna napetost, a sa vremenom i strah, deci prenosi samo pogrešne poruke.

Shvatam da rešenje ovog problema nije nimalo lako. Članovi porodice istih godina kao i roditelji verovatno imaju sopstvenih stresova. Neke bake i deke jednostavno ne žele da budu mnogo uključeni u živote svojih unuka. Izgleda kao da govore: „Ja sam podigao svoju porodicu. Sada ti podiži svoju“.

Međutim, ipak postoje neki odgovori. Ako članovi porodice žele da budu bliskiji, neko će možda morati da napravi krupan korak da bi pomogao svojoj porodici.

Ako je to nemoguće uraditi, sledeća dobra stvar je da se pronađu prijatelji koje možete smatrati porodicom i sa kojima možete izgraditi malu zajednicu od poverenja i uzajamne pomoći. To mogu biti ljudi iz komšiluka ili crkve, ljudi koji su vam dovoljno bliski da mogu dobro da poznavaju vas i vašu decu i da vam mogu dati podršku kakvu biste dobili od članova porodice, kao što su tetke, ujaci, bake i deke, samo da su malo bliže.

Ovakvo uređivanje šire porodice, bilo da su u pitanju rođaci ili bliski prijatelji, zahteva izvesno planiranje i može da uključi neke veoma važne promene. Ali nakon što odlučite šta najviše želite za

² Stuart Goldman, „Murder as Therapy“, *National Review*, novembar 1993, str. 44-46.

svoju porodicu i ko najbolje može da učestvuje u pružanju ljubavi vašoj deci, žrtvovanje može biti vredno truda.

Nastojanjem da pružite više nego što je u vašoj moći neizbežno ćete nametnuti danak sebi i svojoj porodici. Jedan od rezultata verovatno će biti povećano nestrpljenje i gnev prema vašoj deci.

Pošto deca nemaju nikakvu odbranu od roditeljskog gneva, njihov bol i uznemirenost ulaze sve dublje u njih i sve ih više nagrizaju. Dobro je imati jednu ili više odraslih osoba u blizini koje mogu da vole vaše dete i da se brinu o njemu, a takođe i da ga uteše ako je potrebno, naročito ako vi podlegnete pritisku i izrazite gnev zbog čega ćete kasnije žaliti.

ATMOSFERA LJUBAVI

Ranije u ovom poglavlju razgovarali smo o atmosferi u kući i uticaju koji ona ima na dete u razvoju. Ova poznata pesma Doris Lou Nolt (Doris Law Nolt) veoma dobro pokazuje uticaj kućne atmosfere na dete.

Deca uče iz primera (Children Learn What They Live)

Ako dete živi sa kritikom,
ono uči da prekoreva.
Ako dete živi u neprijateljstvu,
ono uči da se bori.
Ako dete živi sa podsmehom,
ono uči da bude stidljivo.
Ako dete živi sa sramotom,
ono uči da se oseća krivim.
Ako dete živi u toleranciji,
ono uči da bude strpljivo.
Ako dete živi uz ohrabrivanje,
ono uči da ima samopouzdanje.
Ako dete živi uz pohvale,
ono uči da ceni.
Ako dete živi u pravednosti,
ono se uči pravdi.
Ako dete živi u sigurnosti,
ono uči da ima vere.
Ako dete živi uz odobravanje,
ono uči da voli sebe.
Ako dete živi uz prihvatanje i prijateljstvo,
ono uči da pronalazi ljubav u svetu.

4. POTREBA DETETA ZA BEZUSLOVNOM LJUBAVLJU

Iako to ne govore često, pitanje koje nam deca stalno postavljaju glasi: „Da li me voliš?“ Ako samo kažemo: „Volim te“, ona neće dobiti odgovor koji traže. Razlog za to je što su deca u razvoju pre *orijentisana na ponašanje*, dok su odrasli pre *orijentisani na reči*. To znači da mi više reagujemo na reči nego deca. Njima je potrebna demonstracija ljubavi da bi stvarno verovala da nam je stalo do njih.

Čak i kad su nemirna i kad ispoljavaju gnev, deca pitaju: „Da li me voliš? Da li me voliš toliko da me nikada nećeš ostaviti?“ Pošto su deca nezrela, ona i gnev ispoljavaju nezrelo, raspravljajući se i napadajući. Zato mi moramo da radimo na tome dok ih vodimo ka zrelijem ispoljavanju gneva. To znači da, ako želimo da ih odvratimo od njihovih detinjarija, moramo da prihvatimo njihov način ispoljavanja gneva, ne kao poželjan, već kao normalan.

Kad su deca vrlo mala, mi nemamo problema da prihvatimo druge vidove ponašanja svojstvene različitom uzrastu. Ipak, mnogi roditelji imaju poteškoće u postupanju sa gnevom. I zbog svoje frustracije, oni često ne uspeju da pruže svojoj deci bezuslovnu ljubav i prihvatanje u vreme kad im je to najpotrebnije. U stvari, roditelji mogu još više da ih razljute zbog svoga grubog ponašanja prema njima.

Kad su moja deca bila mlađa, ja sam često morao sam sebe da podsećam na nekoliko činjenica koje je trebalo da budu očigledne:

- Pošto su deca, ponašaću se kao deca.
- Dečije ponašanje je uglavnom neprijatno.
- Ako ja ispunim svoj deo kao roditelj i volim ih uprkos njihovom dečijem ponašanju, ona će moći da prekinu sa detinjarijama.
- Ako ih volim samo kad sam zadovoljan njima i ako im ljubav pokazujem samo u to vreme (uslovna ljubav), ona se neće osećati iskreno voljenima. Zbog toga će se osećati nesigurno i to će ih sprečiti da se kreću ka sve većoj samokontroli. Zato su njihovo ponašanje i razvoj moja odgovornost isto koliko i njihova.
- Ako ih bezuslovno volim, imaće dobru sliku o sebi i osećaću se dobro. Zatim će naučiti kako da kontrolišu svoju uznemirenost, kao i svoje ponašanje.
- Ako ih volim samo kad ispunjavaju moja očekivanja, osećaću se nesposobnima. Verovaće da je beskorisno da daju sve od sebe, jer to nikada neće biti dovoljno. Mučiće ih nesigurnost, zabrinutost i imaće veoma malo samopoštovanja. Zbog toga je njihov potpun razvoj moja odgovornost koliko i njihova.¹

DECI JE POTREBNA BEZUSLOVNA LJUBAV

Deca su kao ogledala. Ona odražavaju ljubav mnogo više nego što je iniciraju. Ako im je ljubav data, ona je uzvraćaju. Ako im se ljubav ne pruža, nemaju mnogo šta ni da uzvrate.

Dok vaša deca napreduju ka celosti i kompletnosti karaktera i iskustva koje želite da imaju, ona pronalaze sebe gledajući odraze. Počinju da upoznaju sebe gledajući u ogledalo vaše ljubavi. Neka ogledala daju jasan i potpun odraz, dok su druga ispucala ili oštećena.

¹ Preuzeto iz knjige *Kako stvarno voleti svoje dete* (Soteria, Beograd 2005), treće poglavlje.

Kad je roditeljska ljubav bezuslovna i stalna, deca mogu da pogledaju u ogledalo te ljubavi i vide sebe kakva su danas, a takođe i onakve kakva bi želela da budu u budućnosti.

Kad je roditeljska ljubav uslovljena i povremena, deca su zbunjena i nemaju dovoljno samopouzdanja da teže ka kompletnosti. Njihova slika o sebi je narušena i ona se iz dana u dan pitaju ko su.

Apostol Pavle je napisao da mi vidimo nejasno, kao u ogledalu koje nam nudi maglovit odraz. Međutim, jednog dana ćemo videti na pravi način i videćemo Boga licem u lice. Sada znamo delimično, ali tada ćemo u potpunosti spoznati sebe.

Jedna od karakteristika deteta je da ono razume i shvata stvari delimično. Deo odrastanja do zrele ljubavi jeste postignuti potpunije razumevanje sebe. Slike i osećanja o nama uglavnom stvaramo po uzoru na slike i osećanja koje vidimo na članovima porodice – ono što vidimo u njihovom ponašanju, čujemo u tonu njihovih glasova i vidimo iz njihovih dela. Ovi odrazi nam ne govore samo ko smo mi, već i šta ćemo postati. Kako odrazi postepeno postaju deo nas, mi preuzimamo odraz osobe koju vidimo u porodičnom ogledalu.²

U *Izlečenju oštećenih emocija (Healing for Damaged Emotions)* Dejvid Šejmands (David Seamands) piše o ogledalima u zabavnim parkovima koji nas prikazuju kao karikature. Na sličan način, uslovna ljubav u porodicama izvrće dečiju sliku o sebi u nešto što nikada nije trebalo da bude.

Neko je rekao: „Detinjstvo je period života kada Bog želi da napravi odaje u hramu u kom želi da prebiva kad odrastete“. Kakva divna misao! Roditelji imaju veliku privilegiju, i ogromnu odgovornost, da tom hramu daju osnovni dizajn – da omoguće detetu da ima ispravnu sliku o sebi.

Ako je dete ubeđeno da malo vredi, ono će malo vrednovati i ono što kaže ili uradi... Ako ova vrsta niskog samopoštovanja postoji u nekoj osobi, veoma je teško, i u nekim slučajevima nemoguće, da takva osoba oseća da je Bog voli, da je prihvata i da je vredna u njegovom carstvu i službi.³

Iako to ne mogu da objasne u potpunosti, deca znaju za svoju potrebu za prihvatanjem i bezuslovnom ljubavlju. Bez toga ona ne mogu da se razvijaju i odrastaju pravilno.

Kada deca ne mogu da postanu ono što u dubini duše žele, kad ne mogu da budu onakva kakva jesu, kad je život samo niz lažnih ogledala, ona postaju gnevna.

Kao odrasli, znamo koliko je nekima od nas trebalo vremena da osetimo da možemo biti ono što jesmo. Znamo da smo osećali gnev zbog onih čija je dužnost bila da nas prihvataju i vole i ne postavljaju uslove za tu ljubav. Ipak, mnogi roditelji kojima je poznat bol zbog toga što nisu mogli da se razvijaju osećajući samopouzdanje, sada uskraćuju bezuslovnu ljubav svojoj deci. Čineći to, oni izazivaju dečiji gnev.

Kad je vaš odnos sa decom zasnovan na uslovnoj ljubavi, biće vam nemoguće da zaista shvatite decu ili da im pružite pravo usmerenje. Shvatićete takođe da je vaspitanje dece vrlo težak posao.

² David Seamands, *Healing for Damaged Emotions* (Wheaton, Ill.: Victor Books, 1981), str. 61.

³ Ibid., str. 63-64

Kad je vaš odnos sa njima zasnovan na безусловnoj ljubavi, možete biti sigurni da ih dobro vaspitavate. Uz vašu ljubav koja ih usmerava, moći ćete da zadovoljite potrebe svoje dece.

RODITELJI KOJI RAZDRAŽUJU SVOJU DECU

Siguran sam da ste čuli za zapovest koju je Bog dao Mojsiju o poštovanju roditelja. Dve hiljade godina kasnije, apostol Pavle je istakao ovu zapovest pišući hrišćanima u Efesu:

Deco! Slušajte svoje roditelje u Gospodu, jer je to pravo. „Poštuj oca svoga i majku“, to je prva zapovest sa obećanjem, „da ti bude dobro i da dugo živiš na zemlji“ (Poslanica Efescima 6,1-3).

A znate li šta kaže sledeći stih? Iako ga ne čujemo često, on je ipak veoma bitan. Želeo bih da vam ga pročitam iz nekoliko prevoda Biblije.

I vi, očevi, ne razdražujte svoju decu, nego ih odgajajte u Gospodnjoj nauci i opomeni. (Čarnić)

I vi ocevi! Ne razdražujte dece svoje, nego ih gajite u nauci i strahu Gospodnjemu. (Karadžić)

A sada reč vama, roditeljima: nemojte neprestano grditi i gnjaviti svoju decu, da postanu srditi i opori. Radije ih odgajajte u stegi i ljubavi koju odobrava sam Bog; savetujte ih pobožnim savetima. (Knjiga o Hristu)

I vi, očevi, ne ogorčujte dece svoje, već ih odgajajte stegom i opomenom Gospodnjom! (Stvarnost)

Zvuči kao da je Pavle posetio mnogo domova u Efesu, možda čak i kada ga mnogi roditelji nisu očekivali. Znao je šta se dešava u mnogim porodicama – roditelji nisu imali strpljenja u vaspitavanju dece. Zaboravljali su dugoročni cilj odgajanja zrelih mladih hrišćana koji bi za nekoliko godina mogli biti odgovorni ljudi i žene.

Pavle je nudio ravnotežu. Odgovornost za podizanje dobre dece nije bila na deci nego na roditeljima. Da, deca su morala da budu poslušna, ali roditelji su bili odgovorni za njihovo vaspitanje, kao i za atmosferu u domu.

Kad bi Pavle posetio vaš dom, da li bi rekao: „Ne razdražujte! Ne provocirajte! Ne ogorčujte! Ne ljutite ih! Nemojte biti prestrogi prema njima!“ U mnogim porodicama roditelji koji kažu da su hrišćani razdražuju svoju decu.

- Trogodišnja devojčica je ubrala cvetić i donela ga majci. Pošto je cvet bio iz susedove bašte, majka je ošamarila ćerku i odbila ovaj poklon ljubavi.

- Otac je počeo da viče na sina u restoranu kad je video da mu je malo sladoleda iz korneta palo na košulju.

- Majka je pitala ćerku: „Zašto ne možeš bolje da sviraš klavir, kao tvoja sestra?“

- Otac je kroz prozor viknuo na sina: „Vodi svoje prijatelje iz dvorišta. Uništavaju travu!“

- Majka i njen trogodišnji sin bili su u trgovinskom centru. Kad je dečak počeo da skreće sa puta, majka ga je zgrabila i snažno povukla, vičući na njega: „Stoj tu gde sam ti rekla da stojiš!“

- Otac je jednog dana bio nežan prema sinu, ali je sutradan viknuo na njega: „Skloni bicikl sa prilaza za automobil!“ Njegove različite poruke zbunile su dečaka.

Kad bi Pavle posetio vaš dom, on ne bi predložio da ignorišete loše ponašanje ili da budete popustljivi. On bi vas podsticao da istrajno učite decu, ne samo o veri, nego o svim aspektima života.

USREDSREĐENO VASPITAVANJE

Ako ste čitali moju knjigu *Kako stvarno voleti svoje dete*, poznato vam je koliko sam naglasio značaj *usredsređivanja* u voljenju i vaspitavanju dece. Ovo obuhvata gledanje u oči, fizički dodir i usredsređenu pažnju slušanja i reagovanja na potrebe deteta. Usredsređena ljubav im na najbolji način pokazuje koliko ih volite.

Želim da pažljivo razmotrimo svaki od ovih oblika, naročito kad ih primenjujemo u ophođenju sa ljutim detetom. Nije teško usredsrediti se na dete koje se pristojno ponaša. Kad je dete ljuto i neposlušno, usredsređivanje sa ljubavlju je mnogo teže. Ipak, to je izazov sa kojim se svi iznova moramo suočavati dok dete odrasta.

GLEĐANJE U OČI

Gledanje u oči je jedan od najmoćnijih načina pokazivanja ljubavi detetu. Umilno ga gledajte u oči, dok ono gleda u vaše. Iako ovo zvuči jednostavno, to je u stvari vrlo teško i veoma se retko primenjuje. Dok mnogi roditelji veruju da gledaju decu u oči, istraživanja pokazuju da to nije tako.

Gledanje deteta u oči može biti jednostavno kao gledanje u oči ljupke bebe koja se smeje i guče. Ali gledanje u oči takođe može biti neverovatno teško. Kad se vaš trinaestogodišnjak naljuti na vas i vikanjem ispolji svoj gnev, i to u trenutku kad ste napeti i kad osećate da ne možete podneti više ništa, verovatno nećete ni pomisliti da ga nežno pogledate u oči. Ipak, jako je bitno i za vas i za vašeg sina da u takvim trenucima to uradite. U takvim situacijama ga učite kako da zrelo kontroliše svoj gnev.

Pošto je ova vrsta učenja deteta jedan od najtežih delova vaspitanja, treba da razvijete unutrašnji govor za vreme izliva besa vašeg deteta. Ova tehnika će vam pomoći da održite samokontrolu kad ste ljuti. Treba da se podsećate da je normalno da vaše dete *rečima* ispoljava gnev prema vama, čak i kad je to neprijatno, jer ćete samo tako moći da ga naučite da kontroliše svoj gnev. Unutrašnji govor će vas držati usredsređenim na to da sa ljubavlju gledate svoje dete u oči tokom ovog teškog ali važnog perioda. Bez obzira na njegova dela, veoma je važno gledati ga u oči. Ako vas namršteno gleda, bićete u iskušenju da skrenete pogled. Međutim, izbegavanje gledanja u oči samo će još više povećati njegov gnev.

Sa tinejdžerima možete upasti u „fazu mumljanja“, kako ja to nazivam. Reč je o periodu emocionalnog povlačenja, u kome je sve što možete dobiti od tinejdžera jednostavno mumljanje. U tako nekomunikativnim vremenima, dete će obično izbegavati vaš pogled. Naravno, ovo će vam smetati i čak vas sprečavati da nastavite da ga sa ljubavlju gledate u oči.

Veoma je bitno da nastavite da punite emocionalno spremište svoga deteta. Ne smete da skladištite sopstveni gnev u detetu. Pošto želite da održavate komunikaciju sa njim na duže staze, morate strpljivo da učite dete da kontroliše svoj gnev.

FIZIČKI DODIR

Kad vaše dete odbije da vas gleda u oči, imate još nešto na raspolaganju – fizički dodir. Ipak, istraživanja pokazuju da malo dece dobija dovoljno fizičkog dodira koji može da održava punim njihova emocionalna spremišta. Kad se svi osećaju zadovoljno, dodir može biti nagrada i za decu i za roditelje. U teškim vremenima, dodir može izgladiti stvar.

S tinejdžerima koji se nalaze u fazi mumljanja, fizički dodir može biti jedino sredstvo pravog odnosa sa njima. Kad su ljuti, toliko su obuzeti svojim mislima da manje primećuju ono što se dešava oko njih. U takvim situacijama, nežni, blagi, kratki dodiri po ramenu ili ruci mogu držati komunikaciju otvorenom. Međutim, ako su i dalje ljuti na vas, samo gledanje u oči može biti dovoljno, dok se ne smire.

USREDSREĐENA PAŽNJA

Usredsređena pažnja znači provođenje vremena sa detetom na takav način da ono oseća da je za vas najvažnija osoba na svetu. Ovo se najčešće radi kad ste nasamo sa detetom. Usredsređena pažnja zahteva žrtvovanje – žrtvovanje vremena. Kad im posvetite vreme, takođe koristite kontakt očima i fizički dodir.

Poklanjanje usredsređene pažnje može biti pravi izazov, naročito ako je vaš tinejdžer neraspoložen i naporan. Možete da ga odvedete negde da biste poboljšali komunikaciju sa njim. Takođe se uverite da li mu je emocionalno spremište puno. Usredsređena pažnja će vam pomoći da otkrijete zašto je vaš tinejdžer potišten ili ljut.

Ako vaše dete uopšte ne reaguje, budite strpljivi. Njegovo ćutanje ne znači da je neprijateljski raspoloženo ili da vas ne poštuje. Tinejdžerima je često potrebno vreme da se priberu u toku i posle perioda ljutnje. Kad ste sa vašim detetom, nemojte da ga prisiljavate da razgovara ili da vam odgovara. U svoje vreme ono će se otvoriti i možda vam čak dozvoliti da razgovarate sa njim o važnim stvarima, kao i o svom gnevu.

Primer usredsređene pažnje u napetoj situaciji može bolje da objasni ono što mislim. Kad je naš sin Dejvid imao trinaest godina, jedan od njegovih najboljih prijatelja, Džo, pozvao je Dejvida da prespava kod njega. Džoovi roditelji su se razveli neposredno pre toga, a Džo i njegova majka su živeli dovoljno blizu nas i bili su nam uvažene komšije.

Međutim, u ovoj situaciji, otkrili smo da dečko Džoove majke Keti takođe spava kod njih. Iako smo mnogo voleli Keti i Džoa, nismo mogli da dopustimo Dejvidu da prespava kod njih.

Dejvid je bio besan na nas i nikako nije hteo da se smiri. Mislio je da osuđujemo Keti i te večeri je otišao u krevet veoma ljut. Sledećeg dana je takođe bio ljut na nas, ali ja sam odlučio da ga izvedem na doručak u njegov omiljeni restoran. Dok smo čekali hranu, Dejvid mi je konačno rekao koliko je bio povređen zato što mu nismo dozvolili da prespava kod Džoa. Zatim me je pitao šta ja mislim o Ketinom ponašanju.

Tada sam mogao da mu saopštim mišljenje koje je trebalo da čuje, pošto je sam pitao. Rekao sam mu da njegova majka i ja volimo Keti i Džoa kao i on, i da smo i dalje tužni zbog razvoda i zbog toga što se Džoov otac odselio. Takođe sam mu rekao da je to što Keti radi njena stvar. Međutim, kao njegov otac, smatrao sam da ne bih bio dobar roditelj kad bih mu dozvolio da provede noć kod njih pod tim uslovima. Dejvid je na kraju razumeo zašto smo tako odlučili.

EMOCIONALNO SPREMIŠTE VAŠEG DETETA

Pomenuo sam da treba da održavate punim emocionalno spremište vašeg deteta. U kontekstu bezuslovne ljubavi, svrha gledanja u oči, fizičkog dodira i usredsređene pažnje jeste da napuni emocionalno spremište vašeg deteta. Kao što su automobilu potrebni benzin i ulje da bi se kretao, kao što je peći potrebno gorivo, telu zdrava hrana da bi funkcionisalo, tako je i vašem detetu potrebna vaša bezuslovna ljubav, ispoljena na mnogo načina, da bi postalo ono što želi da bude, ono što može da bude i ono što treba da bude.

Ako vaše dete mora da se pita iz dana u dan, ili iz sata u sat, da li je vaša ljubav stalna ili uslovna, i ima li uopšte svrhe u nastojanju da vam udovolji, ono će se obeshrabriti u tom nastojanju i biće nesigurno u sopstvenu vrednost.

Dejvid Šejmands piše o mladiću po imenu Bob koji je rastao u kući u kojoj je glavni moto bio „dostizanje standarda“. Rano u životu je naučio da ga njegovi roditelji vole i prihvataju zbog njegovog dostizanja standarda. I on se trudio. Bobovi roditelji su postupali onako kako mnogi od nas sa vremena na vreme postupaju:

Tako suptilno uskraćujemo svoju punu naklonost i ljubav dok ne vidimo da naša deca daju sve od sebe želeći da nam udovolje. Umesto da ih uverimo da su dobra takva kakva jesu, mi mislimo da im pomažemo „da budu malo bolja“. Šta god da urade – jedu, lepo se ponašaju, dobijaju ocene, ili žive hrišćanskim životom na svom nivou – mi svojoj deci dajemo obećanje da ćemo ih voleti samo ako budu malo bolja. Ljubav postaje nešto što je nadohvat ruke, nedostižna nada. To što sada postižu mi suptilno ponižavamo i potcenjujemo. Mislimo da im time govorimo: „Volimo te i hoćemo da budeš bolji“. To često do dece dolazi kao: „Volećemo te kad budeš dostigao određene standarde“, ili „Volećemo te i bićemo zadovoljni tobom kad budeš bio malo bolji“. ⁴

„Stepen do kog ste bezuslovno voljeni *odrediće* vaš nivo samopoštovanja.“⁵ Isto važi i za vaše dete.

Bezuslovna ljubav ima dva veoma važna kvaliteta: (1) daje se bez obzira na objektivnu vrednost osobe ili stvari koja se voli; (2) daje se bez ikakvih dodatnih uslova... To je vrsta ljubavi koja može da preokrene vaš život i podigne nivo vašeg samopoštovanja. Kad pronađete ovakvu ljubav, slobodni ste da budete ono što jeste, onakvi kakvi jeste. Kad upoznate sebe u takvoj slobodi, stalno ćete se osećati dobro... Svako od nas želi da bude voljen *bez ikakvog posebnog razloga*.⁶

Dr Voren ističe da možete znati da ste pronašli ovakvu ljubav kada ste sigurni da vas ništa što uradite ne može rastaviti od ljubavi koju neka osoba ima za vas. Takva ljubav vas oslobađa od onoga što Karl Rodžers (Carl Rogers) zove „uslov vrednosti“. „Ne morate više da budete nešto posebno da bi vas neko voleo. Možete da započnete putovanje ka samospoznaji bez unapred postavljenog cilja. U svakom trenutku jednostavno možete biti ono što jeste.“⁷

Da bi vaša deca postala ono što jesu, potrebno je da imaju jasnu predstavu o sebi. Taj osećaj o sebi dolazi iz slobode i bezuslovne ljubavi. Osobe sa zdravom slikom o sebi, odgajane u bezuslovnoj ljubavi, imaju najbolju šansu da lako izađu na kraj sa svojim gnevom.

Upravo je dom mesto gde deca uče najvažnije stvari o životu, ne samo iz onoga što kažete, već često iz onoga što ne kažete. Ne samo iz onoga što uradite, nego i iz onoga što ne uradite.

U domu deca uče koliko znače vama, Bogu i sebi samima. Molim vas, pokažite svojoj deci, i rečima i delima, da su vam ona ceo svet.

Obavežite se da ćete njihova emocionalna spremišta održavati punim!

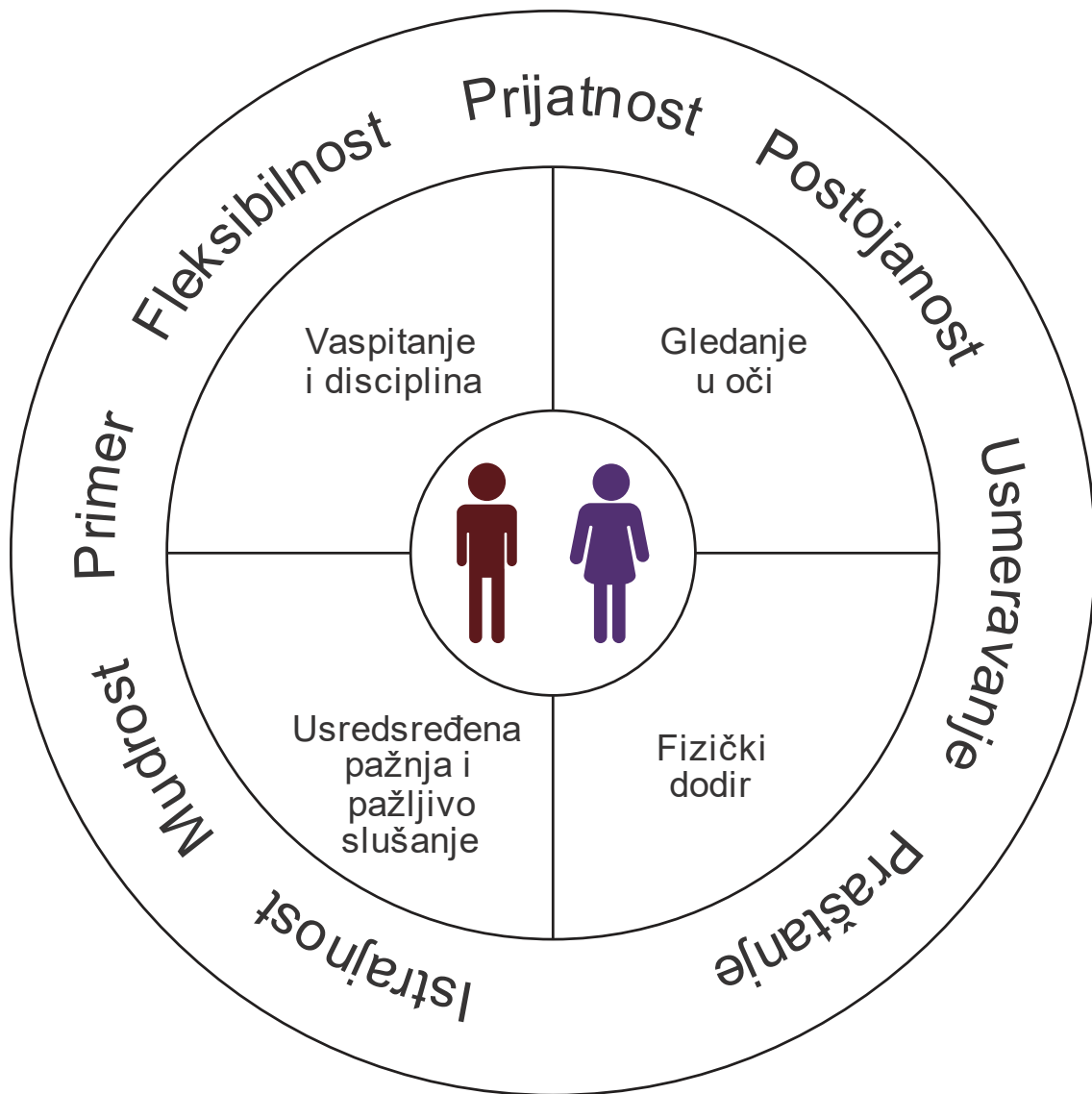
⁴ David Seamands, *Putting Away Childish Things* (Wheaton, Ill.: Victor Books, 1983), str. 33.

⁵ Neil Clark Warren, *Making Anger Your Ally* (Colorado Springs: Focus on the Family Publishing, 1990), str. 123.

⁶ Ibid., str. 123-124.

⁷ Ibid., str. 125.

BEZUSLOVNA LJUBAV



5. ŠTA JE GNEV?

Agresivnost, nesvesno ispoljavanje gneva i raspravljanje jesu tri najčešća oblika ispoljavanja gneva kod dece. Pogledajmo Džimija, Denija i Su i videćemo to na delu.

- Džimi je imao pet godina. Njegovi vaspitači su ga smatrali otvorenim, temperamentnim detetom koje prihvata stvari onakve kakve jesu i koje se dobro slaže sa drugom decom. Ipak, jednog dana neki dečak je slučajno gurnuo Džimija na igralištu dok je trčao. Džimi je reagovao tako što ga je napao i počeo da ga udara pesnicama; dečak je zadobio ranu iznad oka.

Džimijevi vaspitači i drugari bili su iznenađeni njegovom agresivnošću. Vaspitač je kasnije saznao da je Džimi toga dana bio bolestan i da nije mogao da zadrži hranu u stomaku. Džimiju je bilo žao zbog svoga ponašanja i izvinio se.

U ovom primeru vidimo dete koje obično svoj gnev dobro kontroliše. Međutim, pod nepovoljnim uslovima, kad se razboleo, dozvolio je svom gnevu da preraste u agresiju. Veoma je važno imati na umu da je Džimi bio potpuno svestan svoga gneva. Takođe je bio svestan da je pogrešno povrediti drugo dete. Iako nije želeo da ispolji gnev na takav način, toga dana nije mogao da ga kontroliše.

- Denija, koji je takođe petogodišnjak, veoma su cenili i deca i vaspitači. Nije imao poteškoće u učenju ili u odnosima sa drugom decom. Ipak, nedavno, Deni je počeo da mokri u gaćice, i to veoma često. Naravno, bilo ga je stid zbog toga, ali nije mogao da se kontroliše.

To je primer deteta koje nesvesno ispoljava gnev. Nije bio svestan svoga gneva, niti toga da mokri u gaćice, sve dok se to nije dogodilo. U ovom slučaju, bilo bi neumesno da njegov gnev nazovemo osećanjem, pošto Deni nije osećao gnev. Osećanje gneva nije bilo očigledno u njegovom ponašanju niti u njegovoj svesti, ali njegove štetne posledice bile su očigledne.

- Šestogodišnja Su je pričljivo dete koje jasno ispoljava osećanja, a naročito gnev. Njena majka je ponosna na sposobnost izražavanja svoje ćerke. Međutim, dete je koristilo tu sposobnost da manipuliše majkom i da preuzme kontrolu.

Kada Su ispolji gnev zlovoljno, žaleći se i svađajući se, njena majka gubi strpljenje i više na nju. Naravno, Su se zbog toga ponaša još gore, dok njena majka konačno ne uradi jednu od dve stvari.

Ili popusti, ili izgubi kontrolu i preterano reaguje na Suino ponašanje, pokazujući pritom još veći gnev, koji nekad podrazumeva i strogo kažnjavanje.

Posle kratkog predaha, sve kreće iz početka. Su počinje da se raspravlja, a njena majka veruje da se Su zbog toga oseća bolje, pošto gnev „ne treba da se potiskuje unutra“.

Suina majka je u teškoj situaciji. Poverovala je popularnoj teoriji da detetu treba dozvoliti da potpuno slobodno ispolji sebe. Ona strahuje da će razvoj Suine ličnosti biti ometen ako potisne osećanja u sebe. O ovom „mitu“ pisala je Suzan R. Stajnmec (Suzanne R. Steinmetz) u knjizi *Ciklus nasilja (Cycle of Violence)*.

DECA SU PRIRODNO NEZRELA

Pošto su Deni, Džimi i Su mala deca, ona će uglavnom nezrelo ispoljavati svoj gnev. Ovo bi trebalo da bude očigledno, a ipak, zaključio sam da je mnogim roditeljima teško da prihvate dečije oblike ispoljavanja gneva.

Ovo neprihvatanje je veliki problem za mnoge roditelje. Čak i ako razumeju kako da kontrolišu sopstveni gnev – a mali broj odraslih to ume – oni ipak očekuju da deca kontrolišu gnev na zreo

način. To je nemoguće. Mnoga deca ispoljavaju gnev raspravljajući se i pokazujući agresiju. Nesvesno ispoljavanje gneva podrazumeva potiskivanje, a ovo se svakako mora izbegavati.

Kakva dilema! Ako je nerazumno očekivati od dece da budu zreli, takođe je nerazumno očekivati da kontrolišu gnev na zreli način. Naravno, neće nam se dopasti njihovi dečiji nastupi gneva, ali moramo da naučimo da ih prihvatamo onakve kakvi su, a to podrazumeva i njihov način ispoljavanja gneva.

Izazov za nas roditelje jeste da vaspitavamo decu da razumeju i kontrolišu gnev, ne odjednom, ali da do sedamnaeste godine nauče da ispoljavaju gnev na zreli način. To znači da ćemo neprekidno raditi na tom zadatku, imajući razumevanje za njihov uzrast.

Mnogi roditelji nailaze na dva problema u ovom procesu vaspitanja. Prvo, oni ne razumeju kako odrasli treba da kontrolišu gnev, pošto sami to loše čine. I drugo, od svoje dece očekuju da zrelo kontrolišu gnev. Kad se to ne desi, oni reaguju destruktivno, jer se dete ponaša kao dete.

Jasno je da postoji različit standard za decu i odrasle kad je u pitanju kontrolisanje gneva. Trebalo bi da znamo neke stvari koje naša deca još ne znaju.

Dok pristupamo ovoj teškoj temi i nastojimo da pronađemo pomoć za svoje porodice, želim da vam kažem kako ćemo nastaviti sa proučavanjem. U ovom poglavlju ćemo se baviti onim što gnev jeste, vrednostima gneva i nekim obrascima ponašanja u porodicama koji su im zajednički.

U šestom i sedmom poglavlju razmatraćemo nesvesne i svesne oblike ispoljavanja gneva koji razaraju sve veći broj porodica.

Pošto je gnev veoma složen, mnogi ga ne shvataju valjano, čak ni oni koji ga proučavaju godinama. Moja želja je da vam u ovoj knjizi pružim pregled koji će vas motivisati da sami nastavite sa proučavanjem ove teme.

U mojoj knjizi *Kako stvarno voleti svog tinejdžera*, pisao sam o lestvici gneva. Ona se takođe nalazi na kraju ovog poglavlja zato što pokazuje najčešće načine ispoljavanja gneva. Broj stepenika na lestvici nije važan. Ono što je važno jeste napredovanje od manje prihvatljivih oblika ispoljavanja gneva ka onim prihvatljivijima. Bolje ponašanje je štampano velikim slovima. Na vrhu lestvice, većina reči je napisana velikim slovima. Na dnu nije dno. Dok dalje budete čitali, pogledajte ponovo lestvicu gneva.

RAZLOZI ZA GNEV

Zašto se vi ljutite? Kratak odgovor je da ste vi ili neko koga volite ugroženi. Ova pretnja može da ima nekoliko oblika: fizička opasnost, podsmeh, razdraženost zato što neko nije uradio ono što je trebalo.

Pretnja upućena vama ili onima koji su vam dragi izaziva zabrinutost. Ovo je pravi poklon od Boga, jer je kombinacija straha i gneva zbog predstojeće pretnje ta koja vas tera da je dočekate spremno. U zavisnosti od veličine pretnje, u početku ćete možda osećati veći strah, ili veći gnev.

Pretnja može biti usmerena na vaše telo, vaš društveni položaj, vašu porodicu, vaše samopoštovanje, vašu ekonomsku sigurnost, vaše stvari, vaš unutrašnji mir, vaše želje, vaša verovanja, ili vaše odnose. Pošto se ovo odnosi na sve aspekte vašeg života, uvek možete biti pod nekom pretnjom.

U društvu u kom je zabrinutost zbog kriminala i ekonomske moći velika, i u kome mediji sve vreme iznose zastrašujuće stvari, prirodno je da su i naši odbrambeni instinkti uzburkani.

Važno je da naučimo da prepoznamo izvore našeg gneva i zabrinutosti da bismo bolje razumeli šta se dešava u nama i oko nas. U svojoj knjizi *Savladavanje vašeg gneva: hrišćanski vodič (Coping*

with Your Anger: A Christian Guide), Endrju D. Lester (Andrew D. Lester) nam predlaže proces koji nam može pomoći.

Kad ste ugroženi, kod vas se javlja prirodna, Bogom dana reakcija – postajete uznemireni. Jedan od emocionalnih delova ove uznemirenosti jeste gnev koji osećate. Koristan način da se razume posebno iskustvo gneva jeste da pratite sledeći proces procenjivanja. (1) Ljut sam, stoga mora da sam uznemiren. (2) Ako sam uznemiren, nešto ugrožava mene ili nešto što je meni važno. (3) Šta je to što me ugrožava?

...Ovaj proces takođe može da se koristi da bi se razumeo gnev drugih ljudi. Kad su drugi ljuti (porodica, prijatelji), to znači da su ugroženi – zabrinuti – ljuti. Kad se pretnja otkrije, možete da preuzmete odgovornost za kontrolisanje svog gneva (a možda i gneva drugih), mnogo kreativnije i moralnije.¹

VREDNOSTI GNEVA

Kad sam ljut, mogu da pišem, da se molim i dobro da propovedam, jer sam tada temperamentniji, misli su mi jasnije, a sve zemaljske neprijatnosti i iskušenja nestaju.

Martin Luter

Važno je razlikovati ovo Bogom dano osećanje od načina na koji ispoljavamo gnev. U ovoj knjizi razmatramo mnoge načine ispoljavanja gneva koje smatramo neprihvatljivim. Ali zasad želim da razmišljamo o nekim vrednostima ovog dara koji nam je Bog dao.

U prethodnom poglavlju pomenuo sam važnost ispravne slike o sebi. Svima nam je potrebno dovoljno emocionalnog i mentalnog prostora da bismo mogli da kažemo ko smo i šta možemo da uradimo. Svima nam je potreban određeni stepen autonomije, primeren našim godinama i obavezama. Svima nam je potrebno da znamo da nas voli neko ko nam je drag. Kad su ove drage osobe ugrožene, mi možemo da se razgnevimo, i ovo samo po sebi nije loše.

Deca pokušavaju da otkriju ko su, a u isto vreme pokušavaju da nauče sve o svetu u kom žive. Bilo bi iznenađujuće kad jedni drugima ne bismo povremeno stali na žulj.

Obično dajemo imena periodima u kojima se deca najviše trude da izraze svoju individualnost. Zovemo ih „dve strašne godine“, „pubertet“ i „adolescencija“. Ono što se dešava u ovim i drugim teškim periodima u životima naše dece samo je stremljenje ka nezavisnosti i individualizaciji. Ovo stremljenje je obično praćeno gnevom. Ono što deca pokušavaju da nam kažu jeste: „Obrati pažnju na mene. Ne sviđa mi se to što radiš. Vrati mi moj ponos. Stojiš mi na putu. Opasnost. Budi pravedan“.²

Pomoći ćemo i sebi i deci ako zapamtimo da je ovo stremljenje ka većoj samospoznaji potpuno normalno i neophodno. Kada dete zna da razumemo njegovu potrebu za više prostora, slobode i ovlašćenja, tada će biti spremnije da saraduje sa nama nego da bude protiv nas.

Ima mnogo dobrih načina da se gnev iskoristi, ako znamo kako da ga usmerimo. Setite se važnih naučnih pronalazaka do kojih je došlo zato što se neko razgnevio zbog bolesti ili smrti, ili društvenih promena koje su dovele do izglasavanja zakona o dečijem radu, zato što se neko razgnevio zbog zlostavljanja dece.

¹ Andrew D. Lester, *Coping with Anger: A Christian Guide* (Philadelphia: The Westminster Press, 1983), str. 34-35.

² Carol Tavris, *Anger, The Misunderstood Emotion* (New York: Simon and Shuster, 1989), str. 47.

Gnev pokreće naše rezervne snage. Šta ćemo uraditi sa njima zavisi od nas. Možemo ih upotrebiti na pozitivan i negativan način. Ali pre svega treba da znamo ko smo, šta želimo i šta nam je ugroženo. Tada možemo odlučiti kako ćemo drugima preneti šta osećamo, kao individue ili kao članovi grupe.

Ovo me je podsetilo na nešto što se desilo u našem centru. Merilin, jedna od naših divnih socijalnih radnica, prošla je pored mene u holu i prosto nisam mogao da ne primetim zadovoljan osmeh na njenom licu. Pitao sam je šta se dešava.

Ispričala mi je o Dot, mladoj majci troje dece, koju je njen muž nekoliko meseci fizički zlostavljao. Dot je potražila savet od jednog poznatog hrišćanskog savetnika koji joj je neprekidno savetovao da bude „pokorna“ svom mužu, bez obzira na to kako se on ophodi prema njoj. Konačno, Dotine prijateljice nisu više mogle da podnesu tako nemilosrdno zlostavljanje pa su je dovele u naš centar.

Kad je Merilin popričala sa njom, saznala je da je Dot bila izuzetno zavisna osoba koja jednostavno nije mogla da preduzme nijedan korak kako bi se zaštitila. Međutim, kad je Dotin suprug zapretio da će ugroziti jedno od njene dece, ona se konačno razgnevila kao nikad ranije, kad je ona bila zlostavljana. Ovaj gnev je bio motivacija koja je bila potrebna Dot kako bi uradila nešto da zaštiti sebe i svoju decu od zlostavljanja.

Ova priča pokazuje jednu od osnovnih vrednosti gneva – kao zaštitnika života. Kad smo ugroženi, mnogi od nas se opredeljuju da prežive. Pojačana svesnost koju dobijamo iz gneva zapravo je pomoć pri planiranju preživljavanja.

Jedan aspekt tog opstanka je težnja da pronađemo ono za šta smo sposobni. Često najkreativniji među nama imaju najviše poteškoće da pronađu svoje mesto, svoje utočište da bi mogli da pokažu ko su i šta mogu da urade. Kada dobiju nedovoljno pomoći, ili ih otvoreno obeshrabre oni koji su im bliski, takve osobe će se razgneviti. Međutim, njihov gnev može biti podsticaj da traže dalje.

KULTUROLOŠKI GNEV

Gnevna reakcija je uglavnom naučeno ponašanje. Posebna kultura može biti pleme ili zajednica u drugoj zemlji, ili verska ili etnička grupa u našem društvu. Svaka grupa ima sopstveni jezik ili značenja, i ta značenja utiču na ponašanje.

Muškarci i žene se često razvrstavaju prema kulturološkim grupama, jer ispoljavaju osećanja na različite načine. „Čak i među mlađim odraslim osobama, za koje se smatra da su mnogo slobodniji od tradicionalnih uloga vezanih za pol: ‘Žene mnogo češće skrivaju, potiskuju i negiraju gnev’, kaže psiholog Čarls Spilberger (Charles Spielberger) sa Univerziteta Tampa u južnoj Floridi. ‘One žele međuljudsku harmoniju mnogo više nego muškarci, i zbog toga potiskuju svoj gnev da bi održale mir.’“³

Druga kulturološka sredina u kojoj deca uče o ponašanju jeste porodica. Kada je šira porodica na okupu, svi se uglavnom ponašaju na sličan način. Ovo je očigledno u načinu govora i reakcijama na neke događaje. Kad ste sa vašom širom porodicom, verovatno ćete primetiti neke upečatljive sličnosti koje su takođe posmatrala i primetila vaša deca. Ako ti obrasci obuhvataju mnogo negativnih načina ispoljavanja gneva, možete biti sigurni da su vaša deca i to primetila, i da su naučila da „njihovi ljudi“ na takav način ispoljavaju gnev.

Meg Istman (Meg Eastman) ovo naziva „zmajevi koji žive u porodicama“:

³ „The Traits of Wrath in Men and Women“, *USA Today*, 11. avgust 1994.

Obrasci gneva – lični zmajevi svake porodice – poznati su vam verovatno zato što ste ih naučili od vaših roditelja. Ti obrasci su toliko puta ponavljani u vašem domu da ste ih vi, odrastajući, automatski prihvatili. Sad ste možda zabrinuti jer ste postali „neskladna“ porodica, uprkos vašim najboljim namerama. Mnogi roditelji predaju te zmajeve svojoj deci, i čude se: *Zašto su svi stalno ljuti?*⁴

Ako, sa druge strane, vaša deca vide gnev koji se ispoljava na pozitivan i društveno prihvatljiv način, naučiće da tako reaguju.

Ako vas posmatraju kako pokušavate da oprostite onima koji su vam učinili nažao, oni će znati da je oprostaj mogućnost, ne opravdavanje nepravde, već jedno od sredstava u postupanju sa nepravdom. Naučiće da gnev može da se kontroliše i ispoljava pozitivno, pre nego negativno.

Vaša porodica je mala kulturološka grupa. Slušajte njen jezik. Posmatrajte njeno ponašanje. Otkrijte šta vaša deca uče o ljubavi, životu i gnevu dok žive u toj kulturi.

Ono što ćete videti ponekad će biti zabavno. Ali takođe može biti duboko uznemirujuće kad otkrijete da vaše dete zapravo nije uopšte ljuto, nego da se tako ponaša zato što je naučilo da je to način na koji treba reagovati u određenoj situaciji.

Moguće je promeniti takvo ponašanje u vašem domu, ako ste odlučni u tome. Ne mislite da će biti lako, i ne očekujte da će vaša šira porodica ceniti vašu odluku. Kad menjate bilo koji aspekt porodične kulture, možete biti optuženi za narušavanje skladnosti porodice.

Ako ste sigurni da se krećete u pravom smeru, ne dozvolite da vas obeshrabre članovi porodice. Na duže staze, svojoj deci dajete nešto veoma pozitivno, a u krajnjoj liniji i svojoj široj porodici.

POZITIVNO

1. PRIJATAN • TRAŽI REŠENJE • USMERAVA GNEV NA NJEGOV IZVOR • DRŽI SE PRVOBITNE ŽALBE • RAZMIŠLJA LOGIČNO
2. PRIJATAN • USMERAVA GNEV NA NJEGOV IZVOR • DRŽI SE PRVOBITNE ŽALBE • RAZMIŠLJA LOGIČNO

POZITIVNO I NEGATIVNO

3. USMERAVA GNEV NA NJEGOV IZVOR • DRŽI SE PRVOBITNE ŽALBE • RAZMIŠLJA LOGIČNO • neprijatan, bučan
4. DRŽI SE PRVOBITNE ŽALBE • RAZMIŠLJA LOGIČNO • neprijatan, bučan • usmerava gnev na druge izvore
5. USMERAVA GNEV NA IZVOR • DRŽI SE PRVOBITNE ŽALBE • RAZMIŠLJA LOGIČNO • neprijatan, bučan • verbalno vređanje
6. RAZMIŠLJA LOGIČNO • neprijatan, bučan • usmerava gnev na druge izvore • iznosi nepovezane žalbe

UGLAVNOM NEGATIVAN

7. neprijatan, bučan • usmerava gnev na druge izvore • iznosi nepovezane žalbe • emocionalno štetno ponašanje
8. neprijatan, bučan • usmerava gnev na druge izvore • iznosi nepovezane pritužbe • verbalno vređanje • emocionalno štetno ponašanje

⁴ Meg Eastman, *Taming the Dragon in Your Child* (New York: John Wiley and Sons, 1994), str. 4.

9. neprijatan, bučan • psovanje • usmerava gnev na druge izvore • iznosi nepovezane pritužbe • verbalno vređanje • emocionalno štetno ponašanje
10. USMERAVANJE GNEVA NA IZVOR • neprijatan, bučan • psovanje • usmerava gnev na druge izvore • baca predmete • emocionalno štetno ponašanje
11. neprijatan, bučan • psovanje • usmerava gnev na druge izvore • baca predmete • emocionalno štetno ponašanje

NEGATIVAN

12. USMERAVA GNEV NA IZVOR • neprijatan, bučan • psovanje • uništavanje imovine • verbalno vređanje • emocionalno štetno ponašanje
13. neprijatan, bučan • psovanje • usmerava gnev na druge izvore • uništava imovinu • verbalno vređanje • emocionalno štetno ponašanje
14. neprijatan, bučan • psovanje • usmerava gnev na druge izvore • uništava imovinu • verbalno vređanje • fizičko zlostavljanje • emocionalno štetno ponašanje
15. pasivno-agresivno ponašanje

6. PASIVNO-AGRESIVNO PONAŠANJE

U ovom i sledećem poglavlju razgovaraćemo o negativnom ispoljavanju gneva. Želim da počnem sa najgorim oblikom, a to je pasivna agresija.

Pošto je svaka osoba u nekoj meri pasivno-agresivna, niko od nas ne može da tvrdi da je potpuno slobodan od ove pošasti. Međutim, neki ljudi su mnogo ekstremniji u svojoj pasivnoj agresiji, i zbog toga ih je lakše prepoznati kao one koji koriste pasivnu agresiju, ili možda kao žrtve ovog užasnog ponašanja.

ŠTA JE PASIVNA AGRESIJA?

Baš kao što i naziv ovog ponašanja zvuči kontradiktorno, isto tako ga je često vrlo teško shvatiti i prepoznati. Prvo treba da pogledamo neke definicije ova dva elementa, kako bismo znali kako se kombinuju u najstrašnijem obliku ispoljavanja gneva.

U svojoj knjizi *Govoriti istinu u ljubavi: Kako biti otvoren hrišćanin (Speaking the Truth in Love: How to Be an Assertive Christian)*, Rut H. Koh (Ruth H. Koch) i Kenet C. Hog (Kenneth C. Haugk) pomažu nam da definišemo pasivnu agresiju:

Reč *pasivan* znači „ne opirati se“ ili „ne delovati“. Izvorno, reč *pasivan* potiče od latinske reči koja je značila „patiti“, što je tačan opis onoga što su često posledice pasivnog ponašanja.

Pasivno ponašanje je usmereno protiv ličnosti osobe koja se tako ponaša. Pasivno ponašanje govori: „Odustaću od bilo čega samo da bih izbegao neprijatnosti i da bih stekao poštovanje“. Pasivni ljudi često odustaju od važnih delova svoje ličnosti da bi izbegli osuđivanje i kritiku, kako bi ih drugi voleli...

Agresivno ponašanje je ponašanje koje je usmereno protiv drugih. Agresivno ponašanje govori: „Ja imam pravo da ti solim pamet, da te omalovažavam, kinjim, ili ponižavam da bih dobio ono što želim“. Agresivnu osobu malo toga može da sputa, bilo iznutra ili spolja. Agresija može biti ispoljena fizički, neverbalno, verbalno, i na poseban način koji se zove pasivna agresija.¹

Da li ste primetili da pasivni ljudi rade protiv sebe, a da agresivni ljudi rade protiv drugih? Sada treba da vidimo kako su te dve stvari povezane.

Pasivna agresija je suptilna vrsta agresije, podmukao način pomoću koga se manipuliše drugima da bi se na kraju dobilo ono što se hoće. Osobe koje koriste pasivnu agresiju ponekad nazivamo „moćnim pasivcima“, jer koriste tajne načine da bi dobili ono što hoće, da bi se osvetili i da bi pokazali ono što ne žele otvoreno da kažu.²

Pasivno-agresivno ponašanje nije tako teško definisati, teško ga je prepoznati. Kao roditelji, moramo da imamo na umu da nije svako loše ponašanje oblik pasivne agresije. Želim da vam

¹ Ruth N. Koch i Kenet C. Haugk, *Speaking the Truth in Love: How to Be an Assertive Christian* (St. Louis: Stephen Ministries, 1992), str. 16-17, 19.

² Ibid., str. 22.

prikažem tri karakteristike ovog ponašanja da bih vam pomogao da ga identifikujete kod svoga deteta, ili kod vas samih.

- Pasivna agresija je nerazumna i nelogična. U osnovi je podsvesna, a podsvesne misli retko imaju smisla u spoljnom svetu i retko se oslanjaju na logiku. Ponašanje je takvo da je uvek drugačije od onoga što se od dotične osobe očekuje, drugačije od onoga što ona *treba* da uradi.

- Svrha pasivne agresije je da uznemiri roditelje ili druge osobe od autoriteta. Bez obzira na to šta roditelji rade da bi ispravili takvo ponašanje, to im neće uspeti. Što se više roditelji trude da poprave situaciju, to veći pritisak vrše na dete, a ono postaje još rešenije da ih uznemiri. Što se roditelji više uznemire, deca osećaju da postižu svoj cilj. Čak će pokušati još više da ih uznemire. Najčešće teme oko kojih se prepiru deca i roditelji jesu ocene i vrednosti.

Mi želimo da naša deca preuzmu odgovornost za svoje ponašanje. Da bi se to desilo, treba da čekamo dok ne budu spremna da to urade. Ako to zahtevamo od njih pre vremena, suprotstaviće nam se.

- Iako je podsvesni cilj pasivne agresije da uznemiri osobe od autoriteta, deca ovakvim ponašanjem najviše povređuju sebe. Oni koji insistiraju na dobijanju loših ocena moraće da žive sa određenim posledicama do kraja života. Otprilike jedna trećina učenika obnavlja godinu. Ogromna većina ove dece je sposobna da ostvari bolji uspeh. Ona čak ni ne znaju zašto ne dobijaju ocene za koje su sposobna.

Oni koji duboko zaglibe u ozbiljnije vrste pasivno-agresivnog ponašanja mogu sasvim da propadnu zbog droge, alkohola, bolesti, siromaštva, ili čak da izvrše samoubistvo, što je krajnji oblik pasivne agresije.

KORENI PASIVNO-AGRESIVNOG PONAŠANJA

U petom poglavlju spomenuli smo nekoliko načina ispoljavanja gneva kod dece. Iako bi odrasli trebalo da znaju da to nisu dobri načini ispoljavanja gneva, deca to ne znaju. U svojoj nezrelosti deca ispoljavaju gnev putem raspravljanja i agresije. Mnogi roditelji ne tolerišu ovakvo ponašanje i zbog njihove reakcije deca još gore postupaju sa svojim gnevom. Kada deca nisu naučena kako da kontrolišu gnev, ne samo da će nastaviti da svesno ispoljavaju gnev, nego će to činiti i podsvesno.

Sigurno ste videli ovako nešto: Džudi je ljuta i odgovara majci. Otac je čuje i strogo joj se obraća: „Da te nisam više čuo da tako razgovaraš sa majkom! Je l' jasno?“

Pošto je ne uče kako da postupa sa gnevom, ona je naučila ne samo da je ono što je rekla neprimereno nego i da je buduće otvoreno ispoljavanje gneva nepreporučljivo, i tako počinje da ga potiskuje.

Kao i druga mala deca, Džudi nije u stanju da se nosi sa roditeljskim gnevom, jer ne može da se odbrani od njega. Kad njen otac izlije svoj gnev na nju, ona nije u stanju da se zrelo nosi sa njim – što bi zadržalo gnev izvan nje. I tako, očev gnev ide pravo u nju. Ali ne ostaje tamo.

Roditeljski gnev ulazi pravo u dete i kasnije izlazi u vidu negativnog stava prema autoritetima. Ovi stavovi predstavljaju seme pasivne agresije.

Kada potiskivanje traje godinama i negativan stav prema osobama od autoriteta ostane i u odraslom dobu, imamo pasivno-agresivnu osobu u punom jeku, koja je dobro naučila da potiskuje gnev i da ga potom ispoljava na takav način da drugi prosto ne mogu da izađu na kraj sa njim.

Pogledajmo Mardž i Džejn, dve devojke koje roditelji nisu naučili da pravilno ispoljavaju gnev, jasno im stavljajući do znanja da je za njih kao decu bolje da potiskuju gnev.

MARDŽ

Mardž je bila plavooka privlačna devetnaestogodišnja plavuša koju je kod mene dovela njena duboko zabrinuta majka. Kad su ušle u moju kancelariju, Mardž i njena majka su bile prijateljski raspoložene. Obe su bile voljne da mi ispričaju zašto su došle.

Mardž je počela: „Mama i tata su zabrinuti zbog moje veridbe sa Duanom. Treba da znate, doktore Kembel, da je Duan crnac. Upoznali smo se na koledžu i volim ga. On je stvarno divan i želim da ga moji roditelji prihvate“.

Mardžina majka, Elen, odgovorila je braneći se: „Nemamo mi ništa protiv njega, doktore Kembel. Samo smo zabrinuti za našu kćerku, a takođe i zbog toga šta ovaj brak znači Duanu. I vrlo smo zabrinuti za decu koju bi mogli da imaju“.

Bio sam dirnut iskrenošću i majke i ćerke, i srce me je bolelo zbog njih.

„Pričajte mi o Duanu“, zamolio sam.

Mardž je odmah rekla: „On je divan. Pametan je, dobro izgleda, nežan je, pažljiv, i voli me“.

„Umeš mnogo da kažeš sa malo reči“, našalio sam se sa njom, pokušavajući da opustim napetu atmosferu.

„Mardž govori istinu, doktore Kembel. Duan je fin mladić, ali šta će raditi sa svim problemima koji ih čekaju u budućnosti?“

„Šta tvoj otac kaže na ovo, Mardž?“ pitao sam. Primetio sam na njenom licu zbunjenost, tugu i gnev. „On je potpuno protiv braka i čak odbija da razgovara o tome. Ja ću se ipak udati za Duana bez obzira na to što on kaže. Ne zanima me kako se on oseća povodom toga.“ Njeno mlado lice je pocrvenelo od besa.

Nedelju dana kasnije video sam Mardžinog oca Freda. Bio je ozbiljan čovek koji je govorio osorno i to samo kad bih mu postavio direktno pitanje. Tokom vremena koje smo proveli zajedno uglavnom je iznosio negativnosti – žalio se na suprugu, decu i posao. Bilo je jasno da je Fred bio zabrinut i nesrećan čovek. Bio je izuzetno ljut zbog Mardžine veze sa Duanom, i veoma malo lepog je rekao o njima dvoma.

Tri dana kasnije upoznao sam Duana i video da je bio upravo onakav kako su ga Mardž i Elen opisale. Bio je lep mladić, prijatnog karaktera. Takođe je bio pametan, talentovan, kulturno se izražavao i izgledao kao da mu je zaista stalo do Mardž.

Testiranja i kasniji razgovori umnogome su razjasnili razloge za ogroman bes koji je Mardž osećala prema ocu. Takođe, videli smo da ona postupa sa svojim gnevom na pasivno-agresivni način.

U toku nekoliko narednih nedelja Mardž je zbog lošeg uspeha odlučila da napusti fakultet. Njena veza sa Duanom je takođe slabila, uglavnom zbog promene njenog ponašanja. Prema njemu je postala izuzetno pasivno-agresivna, lažući ga i tajno se viđajući sa drugim mladićima. Venčanje je ubrzo bilo otkazano.

Poznajem ljude koji su u divnim brakovima, iako pripadaju različitim rasama i kulturama. Nažalost, mnoge romantične veze ovog tipa rezultat su pasivno-agresivnog ponašanja – podsvesne odluke da se uznemire jedna ili više osoba od autoriteta, obično roditelji. Kada je romansa posledica takve želje, ona će biti štetna za par, kao i za njihovu decu.

Mardž je morala da ide na dalje savetovanje pre nego što je naučila da postupa sa gnevom na pravilan način. Kad je naučila da ispoljava gnev na zdraviji način, mogla je da kontroliše pasivno-agresivno ponašanje.

DŽEJN

Džejn je bila ozbiljna kad je ušla u moju kancelariju. Bilo je očigledno da je depresivna i činilo se da joj se ne priča, pa smo nekoliko minuta sedeli u tišini. Naposljetku mi je rekla da joj je bilo jako teško da dođe k meni. Nije znala da li će moći da otkrije razloge zbog kojih je došla.

Posle kratkog neobaveznog razgovora, Džejn je rekla da je bila strašno zbunjena zbog homoseksualnog iskustva na fakultetu sa još jednom košarkašicom. Nikada ranije nije doživela tako nešto i bila je duboko zabrinuta zbog toga.

Kad sam je pitao za roditelje, Džejn mi je rekla da joj je otac uspešan biznismen, veran svojoj supruzi. Bio je ugledan u svom okruženju i svojoj crkvi. Džejnina majka je takođe bila prijatna osoba i Džejn ju je volela i poštovala. Međutim, njeni roditelji su bili veoma zauzeti i malo su vremena provodili sa Džejn. Ona je ipak izjavila da je to „kvalitetno vreme“. Takođe je rekla da je njenog oca veoma lako uznemiriti; kad bi se naljutio na Džejn, „svalio“ bi svoj gnev na nju.

Testiranja i kasniji razgovori sa Džejn pokazali su da je bila duboko depresivna devojka, prepuna gneva. Dva glavna razloga za njen gnev bili su njeno osećanje da je roditelji ne vole i njena snažna depresija.

Džejn je naučila da pokazuje gnev na pasivno-agresivan način, i to je bio izvor njenog seksualnog reagovanja prema saigračici. Nakon lečenja depresije i nakon što je naučila da kontroliše gnev otvorenije i pravilnije, mogla je bolje da razume sebe.

Džejn nije bila homoseksualac; ona je samo koristila pasivno-agresivno ponašanje da bi izrazila svoj jaki gnev. Video sam nekoliko sličnih slučajeva.

PASIVNA AGRESIJA KOD ODRASLIH

Iako su Mardž i Džejn imale više od sedamnaest godina, što ja smatram završnom fazom razvijanja zrelog karaktera, mogao sam da im pomognem da savladaju svoje pasivno-agresivno ponašanje tokom dužeg perioda savetovanja.

Međutim, kad ovakvo ponašanje nastavi da se razvija i kad je osoba odrasla, često ne može da se prepozna i može biti uzrok neprestane frustracije i bola za druge ljude. Dve oblasti u kojima ovakvo ponašanje ostavlja pustoš jesu posao i brak.

- Zaposleni koji imaju negativan stav prema autoritetima ovo će verovatno kriti prvih godinu ili dve. Razlog za to je što nemaju ništa što bi ih ljutilo kod svog novog poslodavca i još nisu izgradili podsvesni gnev. Pošto rad sa ljudima i za ljude ima svoje otežavajuće okolnosti, sa vremenom će pasivni agresivci skupljati uzroke za gnev, stvarne ili umišljene, ali će ga isto tako potiskivati koliko god budu mogli, mada obično ne više od dve godine.

Kad ne mogu više da ga potiskuju, on počinje da izlazi podsvesno. Ovi ljudi nisu svesni da su odlučili da rade suprotno od onoga što bi trebalo. Proces počinje postepenom promenom stava koji ide od prijatnog i sarađivačkog ka teškom i dosadnom. Na kraju su toliko nepodnošljivi da gube posao.

Naravno, i poslodavci mogu biti pasivno-agresivni, stvarajući tešku situaciju za one koji rade za njih.

- Pasivna agresija ima pogubno dejstvo na odnose koje ta osoba ima, i ovo nigde nije tako očigledno kao u braku. Na početku braka, osoba potiskuje gnev, ali kasnije počinje da ga ispoljava prema supružniku.

Pitate se kako pasivno-agresivna osoba može da se buni protiv autoriteta unutar braka. Međutim, osobe od autoriteta nisu samo one kojima smo odgovorni, nego i one za koje smo mi odgovorni.

Brak sa pasivnim agresivcem može da liči na neprekidnu noćnu moru bez izlaza, jer su mogućnosti da uznemirite supružnika beskrajne i zadiru u sve oblasti života. Najčešći izrazi pasivne agresije u braku jesu laganje, fizičko i emocionalno odbijanje, uopštavanje krivice, loše korišćenje novca i navale besa. To baš i nije ono što ljudi traže u bračnoj zajednici.

„NORMALNA“ PASIVNA AGRESIJA

Postoji samo jedno vreme u životu kada se pasivna agresija može smatrati „normalnom“. To je period rane adolescencije, kada deca imaju između trinaest i petnaest godina. Ponašanje ostaje u granicama normalnog sve dok ne povređuje nikoga i dok nije štetno.

Danas je veoma teško biti tinejdžer, jer postoji mnogo opasnih načina za ispoljavanje pasivne agresije. U nešto ranijim vremenima, naročito na selu, tinejdžeri su možda mogli da naprave po neku glupost sa komšijinom kravom, štalom ili alatom. Kad sam ja bio mlad, moji drugari i ja rasklopili smo automobil našeg prijatelja, Folksvagen „bubu“ dok je on bio na odmoru, i ponovo ga sastavili u njegovoj spavaćoj sobi. Kad su moja deca bila tinejdžeri, bilo mi je drago što su njihove šale bile sasvim bezazlene. Nažalost, danas tinejdžeri imaju pristup drogama, pištoljima, alkoholu i drugim stvarima. Problem je složen, jer je mnogo tinejdžera u dubokoj depresiji.

Normalno ispoljavanje ovog ponašanja obično počinje oko desete ili jedanaeste godine, kada dete počinje da zanemaruje uobičajene zadatke, besposličari, ili uznemirava roditelje. Kad roditelji znaju da je takvo ponašanje normalno, mogu da se nose sa njim na zdrav način, iako je to ponašanje prilično razdražujuće i verovatno će trajati nekoliko godina.

Što se roditelji više posvete rešavanju ovog problematičnog ponašanja, to će se ono manje širiti van kuće. Ako roditelji nisu uspešni u tome, ovakvo ponašanje će postati normalno i van kuće, izazivajući neprijatne i potencijalno opasne probleme. Zbog toga je najbolje takvo ponašanje zadržati unutar porodice.

Koliko god da vam se ne sviđa neuredna soba vašeg deteta, imajte na umu da je to mnogo bolje od drugih načina ispoljavanja pasivne agresije koje smo spomenuli. Nadajte se da će vaše dete svesti svoje pasivno-agresivno ponašanje na neurednost, besposličarenje, galamu i čudan izgled sa vremena na vreme.

Vrlo je bitno da imate na umu da deca obično rade suprotno od onoga što roditelji žele kad se nalaze u najdubljoj fazi adolescencije. U hrišćanskim domovima ova pobuna će obuhvatiti i duhovni deo života, pošto roditelji žele da njihova deca vole Boga i redovno odlaze u crkvu. Kad smo jednog nedeljnog jutra čuli: „Danas ne želim da idem u crkvu“ znali smo da je adolescencija zadesila naš dom. To je reklo dete koje je ranije sa puno entuzijazma odlazilo u crkvu.

Ako roditelji preterano odreaguju ili se naljute, oni mogu praktično zauvek da udalje svoju decu od Boga. Svi smo čuli za hrišćanske domove u kojima odrasla deca ne žele da imaju ništa sa duhovnim vrednostima njihovih roditelja. Ako zapamtite da je ova pobuna normalna i da nije usmerena protiv vas ili Boga ili crkve, sačuvajte svoju pribranost u danima kad je možete veoma lako izgubiti.

Još jedna oblast u kojoj roditelji i mlađi tinejdžeri dolaze u sukob jesu ocene i uspeh u školi. Pošto deca znaju da su roditelji veoma zabrinuti zbog njihovih ocena, takođe znaju da je to osnovna oblast u kojoj mogu da se bune. Šanse da uznemire roditelje su odlične. Ako roditelji mogu da se suzdrže da ne prave previše galame zbog nešto lošijih ocena, oni i njihova deca će se oporaviti brže i bez mnogo neprijatnosti.

Možda se sećate da sam vam dao definiciju čestitosti u prvom poglavlju. Jedan od elemenata bio je preuzimanje odgovornosti za sopstveno ponašanje. Pasivna agresija odbija da preuzme

odgovornost i umesto toga pokušava da je prebaci na nekog drugog, na roditelje ili nastavnike. Oni bi trebalo da je odbiju i da insistiraju da deca preuzmu odgovornost.

Ovo se obično dešava kada deca imaju oko deset godina. Deca koja su dobra u školi počće da „zaboravljaju“ domaće zadatke. Kad ne donesu zadatke, nastavnici obaveste roditelje koji proveravaju da li su zadaci i knjige zaista ostali kod kuće. Oni misle da su rešili problem, ali nisu; čak i ako je domaći zadatak urađen, deca „zaboravljaju“ da ga ponesu u školu. Kad se roditelji potrudu da ih deca ponesu, ona „zaboravljaju“ da ih predaju i ostavljaju ih na svom stolu.

Kad su moja deca imala deset godina, išao sam na roditeljske sastanke i sedeo u različitim klupama da bih video koje je dete tamo sakrilo svoje domaće zadatke.

Kad je moj stariji sin Dejvid imao trinaest godina, njegove ocene su se prilično pogoršale. Na svu sreću, znao sam nešto o normalnom pasivno-agresivnom ponašanju u to vreme i nisam reagovao na loše ocene. Provukao se i kroz sledeći razred. Sledeće godine sam počeo da se zabrinjavam. Tada se sprijateljio sa nekim starijim dečacima koji su planirali da odu na dobre univerzitete i Dejvid je postao svestan da su ocene veoma važne.

Kad je konačno popričao sa mnom o važnosti ocena, mogao sam da izrazim svoju zabrinutost. Znao sam da će me slušati, jer je bio zainteresovan. Kad me je pitao koliko je prosek ocena važan za upis na dobar univerzitet, pokazao sam mu katalog iz škole koju pohađa njegova sestra. Pitao ju je koliko mu je prosek ocena potreban da bi se i on upisao. Kad je uporedio uslove sa sopstvenim prosekom ocena, bio je zapanjen i rekao je: „Izgleda da ću morati da se potrudim“. Od toga dana počeo je da popravljati ocene i bio je primljen na fakultet na koji je hteo da se upiše. Da smo moja supruga i ja pobesnili i da smo vikali na njega zbog loših ocena u toku te tri godine, pretpostavljam da bi bio zadovoljan samo da završi srednju školu.

KAKO IZAĆI NA KRAJ SA „NORMALNOM“ PASIVNOM AGRESIJOM

Izaći na kraj sa „normalnim“ tinejdžerskim pasivno-agresivnim ponašanjem može biti izuzetno neprijatno, pa roditelji vrlo lako mogu da postanu oni koji razdražuju svoju decu. Mi to radimo na način na koji ih gledamo ili pričamo sa njima.

Iako ovo može izgledati beznačajno u već neprijatnoj situaciji, treba da se podsetimo da deca ne mogu da izađu na kraj sa našim gnevom. Oni nemaju mehanizam da onemoguće ovom gnevu da u njima stvori štetne efekte.

Kad su roditelji ljuti, mnogi od njih govore nižim tonom nego obično. Verovatno ovim tonom izgovaraju i naredbe. Kad kažu: „Hoću da *smesta* isprazniš kantu za smeće“, sa promenom tona na kraju, dete može automatski da se razljuti i da počne da se ponaša na pasivno-agresivni način. Često predlažem roditeljima da – kada su ljuti – rečenice završavaju nešto višim tonom. Ovo će deci zvučati veselo i milo, a ne kao zaplašivanje.

Drugi način na koji roditelji razdražuju svoju decu jeste kad im nešto upute kao naredbu, a ne kao molbu. Kad se uzdržavamo od gnevnog ponašanja, naša deca su najzahvalnija, naročito kad znaju da imate potpuno pravo da se ljutite na njih.

Roditelji takođe mogu da razdražuju decu načinom na koji ih gledaju, naročito u napetim situacijama. U takvim situacijama, veoma je važno gledati dete u oči, sa puno ljubavi, a ne gledati u stranu. Ali samo gledanje u oči nije dovoljno, jer neki roditelji to rade, ali ljutito ili namršteno, što predstavlja osuđivanje deteta. Dete može takav pogled da shvati isto kao vikanje ili prekorevanje. Sa druge strane, kad je dete ljuto, veoma je važno ne podsmevati mu se.

Pošto je izgled toliko bitan, predlažem roditeljima da stanu ispred ogledala i vežbaju neutralan izgled. Ovo je naročito važno ako se inače uglavnom smejete ili ste namršteni. Bez znanja o tome, možete izgledati kao da se podsmevate detetu ili ga potcenjujete.

Da li vam ovo zvuči kao da vas pripremam za trenutke kad će vaše dete biti ljuto? Upravo to i radim. Deca imaju veoma zlovoljne, razočaravajuće i potpuno uznemirujuće načine ispoljavanja gneva. Kad se iznenada nađete usred takvog sukoba, vrlo vam je teško da kontrolišete svoj gnev, i mnogo manje razmišljate o tome kakav utisak to ostavlja na dete.

Kad ste u sukobu sa ljutim detetom, imate dve obaveze – da prihvatite dete onakvo kakvo je, uključujući i njegov dečiji način ispoljavanja gneva, i da sopstveni gnev izrazite na zreo način. Znam da je to teško, ali je takođe i veoma važno, kad pomislite na svoj cilj – da će vaše dete neprekidno učiti kako da zrelije postupa sa gnevom. Najbolje će to naučiti na vašem primeru.

Kad vam se dete ljutito obraća, normalna reakcija je da i vi budete ljuti. Nažalost, ovakva reakcija neće rešiti problem sa gnevom. Treba da imate na umu da ste vi odrasla osoba, a da je dete dete. Treba da ga prihvatite kao dete, ali ne treba da se ponašate kao ono.

Ako odbijete da prihvatite dete i njegove dečije načine ispoljavanja gneva, vi primoravate njegov gnev da ode negde drugde, a jedino mesto gde može da ode jeste unutar deteta. Ovo priprema dete za pasivno-agresivno ponašanje sada, ali i u budućnosti.

PENJANJE LESTVICOM GNEVA

Siguran sam da ste videli lestvicu gneva u petom poglavlju. Kad budete radili sa vašom decom u narednim godinama, uvek ćete pokušavati da im pomognete da se popnu sa jednog stepenika na sledeći, krećući se od negativnih ispoljavanja gneva ka pozitivnim. Ovo je dugotrajan proces koji obuhvata i poučavanje i davanje primera.

Primitićete da je pasivna agresija na dnu lestvice. Ako imate trideset ili šezdeset stepenica, pasivna agresija će uvek biti na dnu. Pošto je pasivna agresija česta pojava kod mnogih tinejdžera, svaki roditelj mora da izađe na kraj sa ovim oblikom gneva. Ključ uspeha je da ne dozvolite svom detetu da tu i ostane.

Imajte na umu da vaše dete može da se penje samo stepenik po stepenik. Ova činjenica je razočaravajuća za mnoge roditelje koji žele da se proces završi što pre. Ono što još više razočarava jeste to što roditelji moraju da čekaju da dete bude spremno za sledeći stepenik. Za ovo je potrebno strpljenje i mudrost. Međutim, mogu vam reći da su rezultati vredni čekanja. Pet i ja smo gledali svoje troje dece kako napreduju ka zreom načinu ispoljavanja gneva, jer smo ih puštali da napreduju sopstvenom brzinom.

Kad gledate svoje dete kako ispoljava gnev, otkrijte gde se ono nalazi na lestvici. Tada ćete znati koji je sledeći korak. Vrlo neprijatno iskustvo, kad mi se dete obraćalo nepristojno, doživeo sam kad je Dejvid imao trinaest godina. Hvala Bogu što ta faza nije trajala duže. Njegovo nepristojno verbalizovanje gneva pojavljivalo se samo kad bi ga neki događaj uznemirio. Kad bi verbalizovao svoj gnev i usmerio ga k meni onako kako se meni to nije dopadalo, ja bih razmislio i utvrdio gde se nalazi na lestvici gneva. Govorio bih sam sebi: „Dobro, Dejvide, dobro. Pusti da taj gnev izađe napolje, jer kad sve bude izašlo, bićeš moj“. Naravno, ništa od ovoga nisam rekao Dejvidu.

Želeo sam da gnev izađe napolje zato što je gnev vladao kućom dok god je ostajao u njemu. Ali kad bi ga pustio da izađe napolje, osećao bi se glupo, i tada sam mogao da povratim kontrolu. Kad bi sav svoj gnev ispoljio verbalno, onda bi se upitao: „Šta ja to radim?“ Tada sam bio u odličnoj poziciji da ga poučim.

Još jedan razlog zbog kog mi je bilo drago da vidim kako gnev izlazi iz njega bio je taj što sam znao da će manje gneva biti za laganje, krađu, seks, drogiranje i sve druge oblike pasivno-agresivnog ponašanja koji danas postoje ako više gneva izađe kroz njegova usta.

Dragi roditelji, znam da ovo nije lako razumeti, i možete imati ozbiljna pitanja vezana za ovu temu. Ako dozvolite detetu da ispolji gnev, to ne znači da ste popustljivi. Treba da zapamtimo da deca bilo kog uzrasta prirodno ispoljavaju gnev na nezreo način. Ne možemo da ih učimo da ispoljavaju gnev na zreo način time što ćemo jednostavno da se uznemirimo i primoramo ih da prestanu sa ispoljavanjem svoga gneva. Ako to uradimo, ona će i te kako potiskivati svoj gnev, i na kraju doći do pasivno-agresivnog ponašanja.

Ako želimo da naučimo decu da ispoljavaju gnev na zreo način, moramo da im dopustimo da ga izražavaju rečima, čak i kada to može biti neprijatno. Zašto? Najbolji način ispoljavanja gneva jeste izraziti ga *verbalno i prijatno*, ali deca to ne mogu da nauče ako im uopšte ne dozvoljavamo da ga verbalizuju. Zbog toga će mudri roditelji dopustiti svojoj deci da ispoljavaju gnev rečima, prvo da bi sprečili potiskivanje gneva, i drugo, da bi vodili decu ka višim stepenicima lestvice gneva.

Sav gnev mora da izađe napolje, bilo putem reči ili putem ponašanja. Ako mu ne dozvolimo da izađe putem reči, naša deca će morati da ga potiskuju, a to će rezultirati pasivno-agresivnim ponašanjem.

Kada vaše dete ispoljava gnev rečima na veoma neprijatan način, to ne mora neophodno da znači da vas ne poštuje. Da biste otkrili da li je tako, zapitajte se: „Kakav je stav ovog deteta prema mom autoritetu uopšte uzev?“ Većina dece poštuje roditelje više od devedeset posto vremena.

Ako je takav slučaj i sa vašim detetom, a ono verbalno ispoljava gnev vezan za određenu situaciju, to je upravo ono što želite da se desi. Znae šta vam je činiti – i niste sami: gledanje u oči, neutralan izgled i razgovor sa samim sobom. Kada vaše dete iskaljuje gnev, vi ste tada u izvanrednoj poziciji da ga poučite. U devetom poglavlju više ćemo razgovarati o posebnim načinima poučavanja deteta. Zasada zapamtite da je tokom dečijeg ispoljavanja gneva vaše ponašanje izuzetno važno.

Možda izgleda nepošteno da treba da budete zahvalni zbog toga što dete ispoljava gnev verbalno i što morate da se kontrolišete. Znam da to nije lako, ali ako se budete ponašali ovako, sami sebe terate na sazrevanje. Takođe čuvate sebe i svoje decu od nekih veoma teških životnih problema kasnije.

Možete se zapitati: „Šta je sa detetom koje stalno ispoljava gnev verbalno, čak i kad nije uznemireno zbog nekog posebnog događaja?“ Neka deca koriste nastupe gneva kako bi manipulisali roditeljima i dobili ono što hoće. To se potpuno razlikuje od gneva u pojedinim situacijama. Raspravljajanje čiji je cilj da uznemiri i povredi druge, nije ispravno i dete se mora ukoriti zbog toga. Međutim, čineći to, morate poštovati iste vaspitne mere: morate biti prijatni, ali odlučni.

Sukob koji sam ja imao sa Dejvidom nije bilo raspravljajanje nego normalan tinejdžerski gnev. Međutim, ne želim da ostavim utisak da nisam osećao napetost ili gnev. Morao sam da sačekam da se stiša kako bih mogao da radim sa Dejvidom. Ne postoji jedan pravi način na koji treba da radite sa detetom; vi biste mogli da pronađete bolje metode od mene. Glavno je da vam u mislima stalno bude vaš cilj.

Kad vaše dete ispoljava gnev prema vama, ono dovodi sebe u situaciju da ga poučavate. Bitno je da ne počinjete sa poučavanjem deteta dok se oboje ne smirite. Takođe je bitno da ne čekate mnogo, jer ćete izgubiti priliku da radite na onome što se dogodilo. Čim sredite odnos među vama, sedite i uradite tri stvari.

- Stavite mu do znanja da ga nećete osuđivati. Naročito ako je dete osetljivo na autoritete, osećaće krivicu zbog onoga što je uradilo (jedanaesto poglavlje). Ukoliko mu ne dam do znanja da ga ne osuđujem, ono to možda više nikada neće uraditi. Ali ako to nikada više ne uradi, neću imati priliku da mu pomognem da se popne na sledeći stepenik na lestvici gneva. Deo poučavanja jeste da mu dam do znanja da ga prihvatam kao osobu i da uvek želim da znam kako se oseća, da li je srećan, tužan ili ljut. I tako sam rekao Dejvidu: „Kad si ljut, želim to da znam“.

- Pohvalite svoje dete za stvari koje je dobro uradilo. Tako je bilo i sa Dejvidom; rekao sam mu: „Dao si mi do znanja da si ljut, i to je dobro. Nisi se istresao na malog brata ili na psa. Nisi ništa bacio niti si udario u zid. Jednostavno si mi rekao da si ljut“.

Da li vidite šta želim da postignem? Spomenuo sam sve što je uradio dobro. Kad god dete rečima ispoljava gnev prema vama, ono radi neke ispravne stvari i izbegava greške.

- Pomozite detetu da se popne na sledeći stepenik na lestvici gneva. To podrazumeva molbu pre nego zabranu. Umesto da kažete: „Da me više nikad nisi nazvao tim imenom!“ recite: „Od sada, sine, molim te da me više tako ne nazivaš. U redu?“ To vam ne garantuje da vam nikad neće reći to što ste ga zamolili, ali garantuje da će, kad bude dovoljno zrelo, učiniti taj korak. To može biti sutradan ili posle nekoliko nedelja ili meseci. Ova vrsta poučavanja je dug i težak proces.

Pošto ste prošli ovaj proces nekoliko puta, vaše dete će početi zrelo da razmišlja i bez vašeg podsećanja. Kombinacija vašeg poučavanja i dobrog primera zrelog ispoljavanja gneva pomoći će detetu da posle nekog vremena može samo da kontroliše gnev.

Najvažniji element u svim oblastima ophođenja sa decom jeste da im pružate безусловnu ljubav. Kad znaju da ih tako volite, kad se zaista osećaju voljenim sve vreme, mnogo lakše će prihvatati vaše poučavanje. Vama će biti mnogo lakše da postignete svoj cilj – zrelost do sedamnaeste godine.

7. NEZRELIJI OBLICI ISPOLJAVANJA GNEVA

Iako je pasivna agresija najgori oblik ispoljavanja gneva, postoje i drugi oblici koji mogu da prouzrokuju tragične posledice i za te osobe i za njihove porodice.

Kako osoba sazreva, način ispoljavanja gneva takođe treba da sazreva. Ali činjenica je da vidamo mnogo odraslih koji veoma loše kontrolišu gnev, a onda to ponašanje prenose na svoju decu, svesno ili svojim primerom. U ovom poglavlju ćemo obratiti pažnju na neke štetne oblike ispoljavanja gneva.

AGRESIJA

Svrha agresije je da povredi osobu, ili grupu. Može da se ispoljava verbalno ili fizički. Na primer, dete može nekoga da napadne oružjem, rečima, rukama ili nogama. Upotreba agresije je skoro uvek neprikladna i obično rezultira nepopravljivom štetom u odnosima. Štetne posledice na kraju će baciti u zasenak svako prividno poboljšanje.

Ove posledice su naročito ozbiljne među roditeljima i decom. Agresivno ponašanje roditelja prema deci sigurno će rezultirati pobunom protiv autoriteta. Takođe, roditelji ostavljaju loš primer deci kada ih uče da koriste agresiju.

Ako pogledate lestvicu gneva videćete da se agresivno ponašanje kreće prema dnu lestvice, i obično je kombinovano sa drugim štetnim ponašanjima.

U životu kakav vodimo danas u izuzetno agresivnom društvu, znamo da nasilje proizvodi nasilje. Posmatranje drugih kako postupaju agresivno, uživo ili na televiziji, povećava nečiju šansu da se i sam ponaša agresivno.

Bio sam naročito iznenađen saznanjima doktora Leonarda D. Erona (Leonard D. Eron), profesora psihologije na univerzitetu Jejl, do kojih je došao u svojoj studiji o uzrocima dečije agresije. Pošto ih je posmatrao preko dve decenije, došao je do zaključka da su dve stvari istinite: mnogo su agresivnija ona deca koja gledaju televiziju; i što više je gledaju, veća je verovatnoća da će postati agresivne odrasle osobe koje će počiniti zločin.

Pošto se ovom temom bavio trideset godina, ponovo je posetio tu decu i otkrio da su njegovi raniji zaključci bili tačni.¹

Naravno, problem je složen i ne može se pripisati isključivo količini vremena koje dete provede gledajući televiziju. Verujem da najvažniji element u određivanju načina na koji će neko u budućnosti ispoljiti gnev jeste stepen negativnog stava prema autoritetima u njenom ili njegovom karakteru. To jest, količina pasivne agresije koja je u osnovi ispoljavanja gneva.

U šestom poglavlju naglasili smo razliku između agresije i otvorenosti. Ovo opet treba da istaknemo, jer je otvoreno ponašanje obično zdravo i ispravno. Otvorenost je direktno ispoljavanje osećanja, uključujući i gnev, ali bez namere da se neko povredi. Kad se ispoljava konstruktivno, otvorenost može biti od velike pomoći za postizanje zadatih ciljeva.

Agresija, međutim, ima nameru da nanese štetu, putem nasilja prema osobi, imovini ili prema oboma. U knjizi *Pripitomljavanje zmaja u vašem detetu (Taming the Dragon in Your Child)*, Meg Istman, u poglavlju pod nazivom „Agresivno dete bez kontrole“ („The aggressive, Out-of-Control

¹ Leonard D. Eron, *Reason to Hope: A Psycho-Social Perspective on Violence and Youth* (Washington, D.C.: American Psychological Association), decembar 1994.

Child“), nudi predloge koji mogu biti od pomoći. Posle detaljnog objašnjenja specifičnih ponašanja kao što su tuča, optuživanje i borba za moć, ona kaže:

Problemi agresivne dece bez kontrole mogu da potiču od stresa, impulsivnosti, hiperaktivnosti, zlostavljanja, ili nedostatka samokontrole. Često je lako prevideti agresiju kod dece. Međutim, do školskog doba, njihovi obrasci gneva često dolaze do uznemirujućeg nivoa.

Ova deca mogu da uživaju u moći i kontroli koje su stekli svojim agresivnim ispadima. Mogu da ne pokažu nimalo griže savesti, niti da uopšte brinu o tome kako njihovo ponašanje utiče na druge. Zapravo, ona često traže nekoga da bi ga optužila za problem. Odbijanje prihvatanja odgovornosti je karakteristično...

Tipična situacija koja pokreće gnev iz agresivnog deteta obuhvata:

- Sve što preti da će smanjiti njegov osećaj statusa ili kontrole.
- Ako je predstavljen kao neko ko nije uspeo u odeljenju, ili u sportskom timu, u svojoj porodici ili u grupi vršnjaka.
- Izazove za njegovu bazu moći – ako nije u stanju da učini da sve bude po njegovom, ako mora da se pridržava pravila na času, ili da uradi domaći zadatak koji mu je „dosadan“.²

Meg Istman veruje da su agresivnom detetu potrebne „granice, granice, i još granica!“ Ona nudi dragocen vodič za disciplinu. Ako imate ovaj problem kod kuće, nadam se da ćete pročitati njenu knjigu.

RASPRAVLJANJE

Raspravljanje je verbalni način ispoljavanja gneva. Razlikuje se od verbalne agresije, jer njegova namera nije da naškodi drugoj osobi, već jednostavno da se oslobodi gneva. Ovakav tip ponašanja može da varira od glasnog, gnevnog vrištanja do progundanih psovki, od žaljenja i svađanja do histeričnog izliva bujice reči.

Bez obzira na to kako gnev izlazi, raspravljanje je neprijatno i to je definitivno ponašanje koje želimo da naše dete preraste do svoje sedamnaeste godine.

Međutim, kako god raspravljanje bilo nezrelo i neprijatno, ono ima i korisnu stranu u detinjstvu, jer predstavlja nešto što nam je potrebno da bismo svoju decu poučavali o gnevu. Sve dok *verbalno* ispoljavaju gnev, ona ga verovatno neće ispoljavati putem *ponašanja*, kao što su agresija ili pasivna agresija.

Mi roditelji treba da zapamtimo da gnev može izaći napolje samo na dva načina – verbalno ili putem ponašanja – i mi imamo dobar deo kontrole nad jednim od ta dva načina ispoljavanja gneva koje deca koriste. Mnoga deca koriste verbalno izražavanje besa. Ako roditelji brane deci da se tako izražavaju, govoreći im: „Ćuti!“, ili „Da to više nikad nisi rekao!“, to će gnev više izlaziti iz njih putem ponašanja.

Ako kao roditelji zaista razumemo da imamo izbor u određivanju načina na koji će naša deca da ispolje gnev, biće nam unekoliko draže što svoj gnev ispoljavaju rečima umesto fizičkom ili pasivnom agresijom.

² Meg Eastman, *Taming the Dragon in Your Child* (New York: John Wiley and Sons, 1994), str. 187-188.

DŽANGRIZANJE I USKRAĆIVANJE

Džangrizanje je nezreli oblik ispoljavanja gneva koji je veoma blizak raspravljanju. Ipak, razlikuje se po tome što ima i drugu svrhu osim običnog ispoljavanja gneva. Mi smo džangrizavi kad se osećamo bezuspešno, ili kad smo u nemogućnosti da kontrolišemo ili utičemo na neku osobu ili situaciju. Ovakvo ponašanje je uobičajeno u bliskim odnosima u porodici.

Džangrizanje je potajan način govorenja: „Samo želim da ti pomognem“. Mi roditelji treba da zapamtimo da je džangrizanje vešt način istresanja sopstvenog gneva na dete. Veoma je štetno i sigurno će kod vašeg deteta izazvati prihvatanje negativnog stava prema autoritetima.

Uskraćivanje može biti opravdan način disciplinovanja deteta, ili može biti način ispoljavanja gneva. Kao oblik disciplinovanja, roditelji mogu privremeno da uskrate detetu nešto što ono želi. Sve dok to ne šteti detetu i nije povezano sa stalnim roditeljskim gnevom, ovo može biti dobar način kažnjavanja.

Međutim, gnevan roditelj može uskratiti detetu ljubav i brigu. Ovo je izuzetno opasno, jer dete tada uči kako da koristi ovo podmuklo ponašanje i verovatno će biti pasivno-agresivno, uzdržavajući se od pokazivanja ljubavi, poslušnosti, upornosti, saradnje, prijatnosti i još mnogo toga.

ĆUTANJE I POVLAČENJE

Ćutanje i povlačenje su neprikladni načini kontrolisanja gneva. Mogu biti posebno štetni u bračnim odnosima, kad se koriste da sakriju gnev.

Možemo ćutati i povlačiti se da ne bismo priznali da smo ljuti i da se takođe ne bismo suočili sa situacijom ili drugom osobom na valjan način. To je blisko povezano sa uskraćivanjem; međutim, ćuteći i povlačeći se, mi zatvaramo sebe za odnose sa drugima. Većina ljudi čije je ponašanje ovako štetno nije svesna onoga što se dešava.

Ćutanje i povlačenje je veoma štetno za dete jer je protivno bezuslovnoj ljubavi. Povlačenje iz odnosa roditelja i deteta isto je kao da ste rekli detetu: „Ponekad te volim, ponekad ne“. Ovaj klasični primer uslovne ljubavi jedan je od najvećih izvora gneva i besa koje dete oseća prema roditelju. Dragi roditelji, ne smemo da upadnemo u ovo nezrelo i štetno ponašanje prema svojoj deci ili u brakovima. Rezultati su katastrofalni!

Pišući iz bolnog ličnog iskustva, Endrju D. Lester govori o tome kako su on i njegova supruga naučili da konstruktivno izlaze na kraj sa svojim gnevom, umesto da se povlače u tišinu.

Umesto da se bojimo svoga gneva, preuzeli smo rizik i počeli da razgovaramo o njemu, kao što smo radili sa ostalim mislima i osećanjima. Počeli smo da preuzimamo odgovornost za konstruktivno korišćenje gneva, umesto da mu dozvolimo da nam oduzima sreću. Sada znamo da gnev ima potencijal da poveća intimnost u bliskim odnosima.³

POGREŠNO USMEREN GNEV

Pogrešno usmeren gnev kao metu koristi nevine ljude. Ovo se najčešće dešava kad smo ljuti na nekoga kome ne možemo da se suprotstavimo svojim besom – na poslodavca, profesora, ili pretpostavljenog.

³ Andrew D. Lester, *Coping with Your Anger* (Philadelphia: The Westminister Press, 1983), str. 59.

Pogrešno usmeren gnev veoma lako pronalazi put do dece. Kada dečija nezrelost dosadi roditeljima, umesto da svoj gnev kontrolišu ljubazno i poučno, roditelji mogu da istresu neraspoloženje na svoje dete.

Veoma je važno upamtiti da deca ne mogu da tolerišu roditeljski gnev, zato što nemaju odbranu od njega. Iskaljivanje gneva na njih veoma ih povređuje, a istresanje viška besa koji su uzrokovale neke druge stvari može zaista biti pogubno.

Kada mi roditelji naučimo da kontrolišemo sebe, uslediće pozitivna kontrola razvoja naše dece.

ŠTA JE BEZBOLNIJE: POTISNUTI GNEV ILI RASPRAVLJANJE?

Danas postoji mnogo zabuna u vezi sa potiskivanjem gneva. Jedna škola zastupa mišljenje da osećanja nikada ne treba potiskivati ili obuzdavati. Sledbenici ove škole veruju da treba da ispoljavamo sva osećanja, a naročito gnev. Šezdesetih i sedamdesetih godina prošlog veka svi smo slušali o raspravljanju, i knjiga Teodora Rubina (Theodore Rubin), *Knjiga gneva (The Anger Book)* i dalje je popularni zagovornik ove teorije.

Postoji istina u verovanju da potisnuti gnev u podsvesti može proizvesti različite probleme, kao što su duševne bolesti i pasivno-agresivno ponašanje. Potiskivanje gneva je takođe povezano sa izvesnim tipovima fizičkih oboljenja. U svom istraživanju o potiskivanju gneva, Hauard Fridman (Howard Friedman) i Stefani But-Kersli (Stephanie Booth-Kersley) primetili su da su sledeća osećanja imala veze sa fizičkom bolešću: gnev, depresija, mržnja, briga i zatvaranje u sebe. U statističkim analizama rezultata sto jedne studije, zaključili su da sledećih pet oboljenja imaju emocionalne komponente: oboljenje srca, čir, glavobolja, artritis i astma.⁴

Međutim, jednostavno istresanje gneva ne olakšava i ne sprečava ove probleme. U stvari, raspravljanje kao način oslobađanja gneva ne samo da može prouzrokovati ove probleme koje sam upravo spomenuo, nego može i pojačati osećanje besa. U većini slučajeva to je kao da sipate ulje na vatru.

Pošto raspravljanje ima veliki publicitet u psihološkim krugovima, želim da kažem još nešto o tome. Pristalice ovakvog mišljenja veruju da je „izbacivanje gneva iz sistema“ uvek korisno. Međutim, ovakav stav „ima tendenciju da previdi socijalni kontekst i posledice gneva. Ako vaš ispoljeni gnev izazove drugu osobu da vas upuca, neće biti bitno ako umrete sa veoma zdravim arterijama“.⁵

Kerol Tavis (Carol Tavis) nam nudi tri mita o ispoljavanju gneva u knjizi *Gnev: osećanje koje je pogrešno shvaćeno (Anger: Misunderstood Emotion)*.

Mit 1: „Agresija je instinktivna katarza gneva“.

Mit 2: „Ljutito izražavanje oslobađa od gneva – ili se barem zbog toga osećate manje ljuti“.

Mit 3: „Nastupi gneva i druga dečija ludovanja su zdravi načini ispoljavanja gneva koji predupređuju nervozu“.⁶

⁴ Howard S. Friedman i Stephanie Booth-Kersley, „The Disease-Prone Personality: A Meta-Analytic View of the Construct“, *American Psychologist* 42, 1987, str. 539-555.

⁵ Carol Tavis, *Anger: The Misunderstood Emotion* (New York: Simon and Shuster, 1989), str. 129.

⁶ Ibid., str. 131-142.

Izdvojio sam samo delić njenih odgovora i predlažem vam da pročitate njenu odličnu knjigu. Njeni odgovori na ova tri mita:

1. „Kada dozvolite deci da se agresivno igraju, neće postati manje agresivna, kao što predviđa teorija o katarzi; ona postaju još agresivnija... Verbalna agresija obično ne uspeva jer razlučuje drugu osobu i tera je da uzvрати udarac.“⁷

2. „Razgovor o osećanjima ih ne umanjuje, *samo ih isprobava*... Razgovor može zamrznuti negativno raspoloženje. Ovako je sa decom, tinejdžerima i odraslima... Deca koju su ohrabivali da ispoljavaju gnev prema detetu koje ih je nerviralo kasnije su manje volela to dete od one dece kojoj *nije bilo dozvoljeno* da ispoljavaju gnev!“⁸

3. „‘Ispoljavanje gneva’ nije isto što i ‘agresivno ponašanje’, ali mnogi roditelji, u želji da ne blokiraju prvo, ohrabruju ovo drugo. Kada dozvolite detetu da vrišti, šutira, baca ili razbija predmete, vi time ne smanjujete njegov gnev. Vi uvećavate njegovu agresivnost.“⁹

SAMOOKRIVLJAVANJE

Iako je u današnjem društvu česta pojava svaljivanja krivice za sopstvene probleme na druge, ipak postoji veliki broj ljudi koji, kad stvari krenu naopako, kritikuju sebe.

Neki sami sebi šalju negativne poruke. Što više ovo rade, sve više shvataju život preozbiljno i lično. Neki ljudi su zaista pravi šampioni u ovome.

Mnogi od onih koji svoj gnev potiskuju u sebe uopšte ne osećaju gnev. Oni osećaju „krivicu“. Oni pronalaze načine da okrive sebe za bilo koji problem i veoma su skloni osećanju krivice. Ova navika može izazvati očaj, depresiju i osećanja bespomoćnosti i beznadežnosti.

Ljudi koji teže da kontrolišu gnev usmeravajući ga ka sebi, obično padaju u ovu zamku kad izgube kontrolu nad nečim kao što je blizak odnos, posao ili novac. Oni veruju da je situacija nepopravljiva.

Odgovor na pitanje zašto neki ljudi ovako kontrolišu svoj gnev veoma je složen. Deo se odnosi na genetiku – neki tipovi ličnosti su skloniji potiskivanju gneva. Takođe, često nepažnjom učimo decu da tako kontrolišu gnev. Ako ih kritikujemo i okrivljujemo, mogu da reaguju kritikujući i kriveći sama sebe i takođe mogu da razviju naviku da potiskuju gnev. Ovo se posebno odnosi na „25-procentaše“. „75-procentaši“, u suprotnom, reagovali „identifikovanjem sa napadačem“: oni će imitirati roditelje, kritikujući i osuđujući nekog drugog. Ova deca mogu da se naviknu da odbijaju preuzimanje odgovornosti za sopstveno ponašanje i da osuđuju druge. Oba načina kontrolisanja gneva su veoma štetna.

Pasivno-agresivni stavovi pogoršavaju samookrivljanje. Na primer, kad se depresija produbi i izazove gnev, može da se formira želja za osvetom, koja će potom početi da raste. Na kraju može doći čak i do samoubilačkih misli i pokušaja samoubistva. Samoubistvo je krajnji pasivno-agresivni akt: „Biće ti žao kad me ne bude!“

Važno je zapamtiti da svi ovi nezreli načini ispoljavanja gneva mogu postojati i kod dece i kod odraslih. To znači da mi roditelji treba da prepoznamo načine koje koristimo, a zatim da ih ispravimo kako bismo mogli da učimo decu da na ispravan način kontrolišu svoj gnev.

⁷ Ibid., str. 137.

⁸ Ibid., str. 139-141.

⁹ Ibid., str. 146.

Postoje, naravno, drugi neprikladni i štetni načini ispoljavanja gneva. Ali većina je povezana sa onima koje sam pomenuo. Kada naučite kako da postupate sa najosnovnijim, možete da primenite svoje znanje i na ostale vrste ponašanja.

8. RODITELJI, LEČITE SEBE!

Bez obzira na to da li nam se sviđa ili ne, mi roditelji imamo najveći uticaj na svoju decu – dobar ili loš. Faktor koji ima najviše uticaja na njih jeste način na koji kontrolišemo sopstveni gnev. Način na koji kontrolišemo gnev za njih postaje primer koji će slediti, a takođe utiče na njih na nekoliko ključnih načina.

Nepravilno kontrolisanje gneva povređuje našu decu, njihovo samopoštovanje, osećaj identiteta, sposobnost da stupaju u veze sa drugima, shvatanje sveta, kontrolisanje stresa i opštu sposobnost da funkcionišu u društvu. Takođe, ako mi pogrešno kontrolišemo gnev, naša deca će razviti pasivno-agresivno ponašanje, negativan stav prema osobama od autoriteta, stavove koji njima samima nanose štetu i koji će, ako se ne promene do njihovih kasnijih tinejdžerskih godina, postati duboko ukorenjeni faktori u njihovom karakteru.

Ako na zreo način postupamo sa gnevom, svojoj deci dajemo jedan od najvećih i najboljih darova. Ovaj dar je moćna životna sila koja će im omogućiti da odrastu do svoje zrelosti bez nevolja sa kojima se mnogi odrasli bore danas.

Jedno od najdivnijih iskustava u životu jeste videti svoju decu kako se razvijaju u srdačne, brižne, savesne, preduzimljive, motivisane, poštovane i lepe odrasle osobe.

Razlog zbog koga je roditeljsko postupanje sa gnevom tako važno jeste taj što su deca strašno osetljiva na roditeljski gnev. Za njih je nemoguće da puste taj gnev samo da prođe ili da ga prihvate površno. Čak i samo jedan incident u vezi sa nekontrolisanim gnevom kod njih će izazvati jak bol, baš kao što zreo način kontrolisanja gneva može da pojača ljubav između roditelja i dece.

Mi roditelji se svakoga dana susrećemo sa situacijama u kojima možemo da biramo na koji način ćemo da kontrolišemo sopstveni gnev. Ako se ponašamo na zreo način, ojaćaćemo veze između nas i dece. Možda nećemo odmah osetiti uvećano poštovanje i zahvalnost u srcima svoje dece, ali tokom godina vaspitanje će nam postati zadovoljstvo i ispunjenje. Ako, međutim, istresemo gnev na svoju decu, oslabićemo veze ljubavi među nama.

Da biste uspešno mogli da učite decu kako da kontrolišu svoj gnev, treba prvo da pogledate sebe. Ovo poglavlje govori o tome. U stvari, predlažem vam da čitate ovo i naredno poglavlje nekoliko večeri zaredom pre spavanja. Posle samo nekoliko dana bićete u stanju da ih ponovite za nekoliko minuta. Ako budete čitali svako veče, bilo bi dobro da obećate sebi da ćete pravilno kontrolisati gnev u naredna dvadeset i četiri časa. Ako ovo budete radili svaki dan, to vam je kao da stavljate novac u banku da biste sebi i svojoj deci obezbedili sigurnu budućnost. Međutim, ako svakoga dana loše kontrolišete svoj gnev, to je kao da gubite novac i ugrožavate budućnost svoje porodice.

DVADESET PITANJA

Pre nekoliko godina na televiziji u SAD-u bio je prikazivan šou pod imenom „Dvadeset pitanja“. Ja imam za vas dvadeset pitanja na koja treba da odgovorite. Nisu tako zanimljiva kao ona u televizijskom šou, i biće vam potrebno neko vreme da date promišljene odgovore, ali mogu vam obećati da će nagrada biti veća nego u bilo kojoj igri.

Dok budete čitali pitanja i odgovarali na njih, zastanite na trenutak i razmislite o onim oblastima u kojima možda niste tako dobri kao što biste želeli. Na primer, vi uglavnom preuzimate odgovornost za svoje ponašanje, ali u određenim situacijama to ne činite. Ako je tako, morate da se zapitate zašto se to dešava.

1. Da li preuzimate odgovornost za sopstveno ponašanje?
2. Da li održavate obećanja?
3. Da li imate pozitivno mišljenje o svom karakteru i stepenu zrelosti? Ili se osećate negativno?
4. Da li ste obično optimista? Ili pesimista?
5. Da li se i dalje borite sa stavovima i događajima iz vašeg detinjstva i tinejdžerskih godina?
6. Da li često osećate gnev koji ne možete da obuzdate?
7. Da li vam se sviđa ko ste postali? Da li imate plan za dalji razvoj?
8. Da li vam ideja o boljem upoznavanju sebe zvuči kao dobra avantura ili opasna pretnja?
9. Da li pokazujete poštovanje i ljubaznost prema svim članovima svoje porodice?
10. Da li pokazujete poštovanje i ljubaznost prema onima sa kojima radite? U crkvi ili okruženju?
11. Da li se često žalite na svoje pretpostavljene na poslu? U crkvi ili okruženju?
12. Da li pošteno radite za svoju platu?
13. Da li se često žalite na supružnika?
14. Da li prepoznajete i negujete Božije prisustvo u svom braku i porodičnom životu? U svom ličnom životu?
15. Da li imate plan za vaspitanje svoje dece u svim oblastima njihovih života, uključujući i duhovnu? Da li taj plan obuhvata ljude u vašoj široj porodici, crkvi ili okruženju?
16. Da li želite da vaša deca imaju isti karakter koji vi imate?
17. Kad se suočite sa problemima, da li ih jednostavno ignorišete ili o njima razmišljate i molite se da biste mogli da se suočite sa njima i rešite ih?
18. Da li ste otvoreni za nove ideje? Ili mislite da su promene opasne?
19. Postoje li ljudi od kojih bi trebalo da zatražite oprostaj?
20. Da li morate da nadoknadite štetu ili vratite izgubljeno ili ukradeno?

Ako imate poteškoće sa nekim od ovih pitanja, to je u redu, sve dok to priznajete i voljni ste da radite na tome da postanete zrelija osoba. Ako vam na pamet padne oblast u kojoj možda imate problema, možete da je zapišete i provedete neko vreme razmišljajući o tome šta treba da uradite da biste napredovali ili se promenili. Molite se za ove oblasti, možda sa vašim supružnikom ili prijateljem, i verujte da će Bog biti sa vama u vašoj želji da sve više ličite na osobu kakva on želi da budete.

PREUZIMANJE ODGOVORNOSTI ZA SOPSTVENI GNEV

U šestom i sedmom poglavlju govorili smo o tome kako da ne postupamo sa gnevom. Sada treba da popričamo o tome kako treba da postupamo sa gnevom.

Prvi korak je spremnost da se bude odgovoran za sopstveni gnev. To je teško, jer je veoma lako okriviti nekoga ili nešto zato što mi je „pukao film“, i smatrati ih odgovornim za ono što nas je gnev „naterao“ da uradimo. Nažalost, mnogi ljudi koriste svoj gnev kao izgovor za sve što žele da opravdaju – njihova dela ili stavove. U stvari, mnogi ljudi svesno ili nesvesno traže razloge zbog kojih će se naljutiti, da bi opravdali sopstvene greške!

Tokom godina upoznao sam mnogo zaposlenih čiji su se poslodavci korektno ponašali prema njima, ali koji su im ipak naneli ogromnu štetu. U svakom od tih slučajeva, zaposleni su koristili beznačajne i nepovezane događaje da bi opravdali svoj gnev, a zatim su koristili taj gnev da bi opravdali svoje neodgovorno ponašanje.

Da bismo preuzeli odgovornost za gnev, prvo moramo da ga identifikujemo. Mnogi ljudi čak i ne znaju da su ljuti. Jedan od razloga je taj što mogu da osećaju ljubomoru, uznemirenost, ili povređenost, i nisu svesni da je osnova ovih osećanja zapravo gnev.

Iako ti odrasli nisu svesni svoga gneva, možemo biti sigurni da njihova deca jesu. Kada roditelji odbijaju da izađu na kraj sa gnevom, deca imaju manje poštovanja prema njima. Kada prepoznaju svoj gnev, tada mogu da ga imenuju i priznaju: „Ljut sam“. Tek tada mogu da prihvate odgovornost za njega.

Niko ne može da preuzme odgovornost za vaš gnev osim *vas*. Kad krivite nekog drugog za to, toj osobi dajete moć da vas uznemirava. Vaš gnev je *vaša* odgovornost. A kako ćete kontrolisati gnev i ispoljiti ga, takođe je *vaša* odgovornost.

Okrivljavanje deteta za vaš gnev je neoprostivo. Takođe je opasno, jer ćete kriviti dete za gnev koji su izazvale situacije koje uopšte nisu povezane sa njim. Na primer, možda ste se na poslu naljutili zbog nekih neslaganja koja niste razrešili nego ste ih jednostavno „zaboravili“. Dođete kući i smeta vam ponašanje vašeg deteta. Ako okrivite dete za sopstveni gnev, verovatno ćete ga kriviti i za svoje ranije sukobe na poslu. Zbog toga istresate svoj nagomilani gnev na dete. Bez sumnje, rezultati će biti tragični, naročito ako nastavite da se prema detetu ponašate kao da je ono deponija za istresanje vašeg nagomilanog gneva.

SAVLADAVANJE GNEVA

Pošto se svi ljutimo svakoga dana, potrebna su nam neka sredstva da bismo izašli na kraj sa gnevom, da nas u suprotnom ne bi lišio onog najboljeg u nama.

- Pošto niste ponosni kad ne možete da kontrolišete gnev, lako ćete poželeti da „zaboravite“ ono što se desilo. Međutim, važno je prepoznati i takođe zapamtiti svoj gnev. Treba da zapamtite kako ste se ponašali, ili ćete kasnije usmeriti svoj gnev na nekog drugog, ili ćete ga potiskivati, i tako postati pasivno-agresivni.

Predlažem da u svesku upisujete napredak u savladavanju gneva. Na primer, ako se vaš šef ili neko drugi ponaša prema vama nekorektno, i vi se zbog toga osećate povređeno (ljutito), možda nećete biti u prilici da se suočite ili izađete na kraj sa tim bolom. Ono što možete jeste da zabeležite taj događaj u svesku i kasnije zapišete kako ste taj problem rešili.

Samo, kako da ga rešite? Zapamtite, gnev je najbolje ispoljavati rečima, prijatno i direktno prema osobi na koju ste ljuti. Ako je moguće, pomirite se i postignete bolje međusobno razumevanje.

Ako imate problem sa upravnikom na poslu, i ako smatrate da mu se možete suprotstaviti, učinite to na miran i kontrolisan način. Izrazite svoju zabrinutost a zatim saslušajte odgovor. Ako je odgovor zreo i možete pregovarati o rešenju, onda je to odlično.

Međutim, ako se suprotstavite i dobijete nezreo odgovor, bez ikakvog rešenja, ne očajavate. I ne raspravljajte se. Potražite prijatelja, supružnika ili savetnika sa kojim možete da *podelite* svoja osećanja, a ne da se raspravljate. Zapamtite, raspravljanje povećava gnev. Ipak, ako sve to držite u sebi, počecete da ga potiskujete. Ako podelite osećanja sa osobom od poverenja, to će vam pomoći.

Nekim ljudima je lakše kad zapišu svoja osećanja. Savetovao sam neke ljude da napišu pismo onoj osobi na koju su ljuti. Ali ne žurite da ga pošaljete. Obično je bolje baciti ga kad se smirite.

- Sada bih voleo da predložim neke načine smanjivanja sklonosti ka gnevu. Što je bolje vaše fizičko, duhovno i emocionalno stanje, to ćete efikasnije savladati gnev.

Očigledno je da je telu potrebna zdrava i primerena dijeta. Toliko slušamo o tome da gotovo nemam šta da dodam. Međutim, jedna malo poznata studija pokazala je da unošenje premalo masti

tokom dijete može izazvati uznemirenost i razdražljivost kod nekih ljudi. Vašem telu je potrebna određena količina masti da bi ostalo zdravo. U svojoj praksi viđam sve veći broj dokaza pogrešnih dijeta kod ljudi sa poremećenim ponašanjem. Preporučljivo je da u vašoj dijete mora da bude oko trideset posto masti od ukupnog unosa svih kalorija.

Ovo nas naravno podseća na drugi problem – višak kilograma i izmenjen fizički izgled.

Duhovno zdravlje je podjednako bitno za ravnotežu kao i dobra dijeta i fizičke vežbe. Viđao sam to isuviše često u svojoj karijeri. Svima je potrebno određeno vreme za molitvu, ispovedanje greha, čitanje Biblije, druženje sa drugim vernicima i odlazak u crkvu.

- Čest uzrok gneva je depresija. To je začaran krug, jer depresivni ljudi imaju sve veće probleme pri kontrolisanju svoga gneva. Ako mislite da depresija utiče na vaša osećanja i ponašanje, treba da potražite pomoć.

Deca su veoma osetljiva na depresiju kod roditelja. Takođe, roditeljska depresija može izazvati brojne probleme u odnosima između roditelja i dece, kao i u razvoju deteta. Depresivno ponašanje roditelja može izazvati osećaj krivice kod deteta, a naročito kod „25-procentaša“. Ovo otežava roditeljima da postavе granice.

ŠTA KAD SE NALJUTITE?

Kad ste sa vašim detetom i nešto vas naljuti, kako ćete kontrolisati gnev? Ako možete da budete ODLUČNI, ALI PRIJATNI, dobro ćete učiniti.

Zapamtite, deca su svaki put svesna vašeg gneva ili nervoze, i plaše se da ćete ih istresti na njih. Kad ste ljuti, ona to znaju i osećaju veliko olakšanje i zahvalnost kad ostanete ljubazni.

Vi ste ipak ljudi i ponekad rizikujete da se istresete na svoje dete. Šta treba da učinite tada? Ja u takvim trenucima pričam sam sa sobom. Kažem sebi nešto ovako: „Gubiš se Kembel. Ne pravi budalu od sebe i ne govori nešto zbog čega ćeš kasnije morati da se kaješ. Smiri se!“ To obično upali. Mogu takođe da kažem: „Ako ne želiš da ti deca postanu pasivno-agresivna i razviju se u neodgovorne odrasle osobe, pazi na svoje ponašanje“.

Ako me taj unutrašnji razgovor ne smiri, pokušam odmah da se sklonim. Jedna doskočica me nikad nije izneverila: „Moram u toalet. Vraćam se odmah“. I otišao bih pravo u toalet. Moja deca me nikad nisu pratila tamo, ali neki prijatelji su mi rekli da njihova deca njih jesu.

Kad sam sam, razmišljam o situaciji – kako i zašto sam se toliko naljutio i kako da izađem sa tim na kraj da to bude pozitivno iskustvo za sve, uključujući i mene. Pomaže mi ako razmišljam o smešnim situacijama iz prošlosti koje se odnose na dete sa kojim trenutno imam problema. Ne samo da me to smiri, nego mi donese i prijatna osećanja prema detetu. Ja sebi zapravo dajem pauzu, baš kao što radimo sa malom decom. Kasnije se posavetujem sa svojom suprugom da bih čuo njeno mišljenje. Ovo mi obično pomaže da bolje rešim sledeći sukob.

Kad ste ljuti na dete i zbog napetosti ste rekli ili učinili nešto zbog čega žalite, imate odličnu šansu da iz lošeg izvučete nešto dobro. Jedna divna stvar koju možete učiniti jeste da zatražite oprostaj od svoga deteta. Tako učite dete da prašta – ne samo vama, nego i sebi samom. Vaš primer primanja oprostaja pokazuje vašem detetu kako to da uradi. U našem svetu sa tako puno jadnih ljudi koji ne mogu da oprostite ni drugima ni sebi, to je veoma vredna lekcija koju dajete svom detetu!

Postoji nekoliko pravih bisera mudrosti, ali evo jednog koji sam naučio od mudrog profesora pre mnogo godina: „Prava intimnost dolazi posle razrešenog sukoba“. Ovo je prava istina, kako u odnosima između roditelja i dece, tako i u braku. Ovaj neprocenjivi biser mudrosti je uklonio moj

strah od sukoba i gneva u našim porodičnim odnosima. Skoro da se mogu radovati sukobima, jer prava intimnost sledi posle njih.

Kada dođe do sukoba u našem domu, ja to vidim kao priliku za zbližavanje. Da bismo razrešili sukob, pre svega moram biti u stanju da kontrolišem svoj gnev. Ako mogu da ga izrazim rečima na prijatan način i tako rešim sukob, naš odnos će se razvijati i bujati.

KAD JE MAJKA META DEČIJEG GNEVA

Pretpostavimo da ste učinili sve kako biste obezbedili opuštenu atmosferu punu ljubavi za vašu decu koja rastu. Vi i vaš supružnik razvijate svoj odnos i idete ka višim nivoima prihvatanja, opraštanja i međusobne podrške.

Čak i u takvom domu, možda naročito u takvom domu, detinjasto ponašanje može naneti veliki bol majkama. Dete često pokazuje više gneva prema jednom roditelju i majka je obično njihova meta. Razgovarao sam sa mnogim divnim majkama koje ovo tumače negativno i smatraju sebe „lošim“ majkama. To može dovesti do osećaja krivice i depresije. Ipak, u mnogim domovima, ovakvo dečije ponašanje ne samo da je normalno, nego ukazuje da majke odlično rade svoj posao.

U većini slučajeva, majka je jedina osoba na svetu sa kojom se dete oseća toliko voljeno i sigurno da može ispoljiti negativna osećanja. Ono zna da će ga majka uvek voleti i da ga nikada neće odbaciti, bez obzira na njegovo ponašanje ili ono što kaže. Ovo je predivno uverenje koje majke moraju da imaju. Naravno, to ne znači da majka treba da dozvoli nepravilno ispoljavanje gneva i da ništa ne uradi povodom toga.

To znači da dečije poverenje u majčinu ljubav priprema teren za poučavanje. Sve dok dete ispoljava gnev prema majci *rečima*, ona i otac su u poziciji da uče dete da pravilno kontrolišu svoj gnev.

Ako dete nije u stanju da rečima ispolji gnev prema svojim roditeljima, neće znati kako da ga pouče. Vidite, dečiji gnev mora negde da izađe. Mi želimo da izađe u vidu reči, i on obično tako i izlazi, i to usmeren ka majci. To ne znači da ona radi bilo šta pogrešno, niti da je otac bolji roditelj.

U domovima sa jednim roditeljem, naročito kad je reč o samohranom majci, još više gneva će biti usmereno k njoj. Ne samo da je taj gnev usmeren prema njoj zbog razloga koje smo naveli, već i zato što samohrana majka više vremena provodi sa detetom.

Ovo je primer u kome pasivno-agresivno ponašanje pomalja svoju ružnu glavu, čineći ionako tešku situaciju još težom. Dete je ljuto, na primer zbog razvoda, ali iskaljuje se na majci.

Kad je dete, naročito tinejdžer, više sa jednim roditeljem nego sa drugim, ispoljavaće više gneva prema tom roditelju. Pošto drugi roditelj ne provodi toliko vremena sa detetom i pošto je stoga manje uključen u disciplinovanje i druge problematične situacije, prema njemu će biti usmereno i manje gneva. Zbog ovoga će izgledati kao da se dete bolje ponaša prema tom roditelju, obično ocu. To se onda može pogrešno protumačiti da je roditelj koji se ne stara o detetu „bolji“ roditelj. Ovo majki još više otežava posao. Često sam viđao ovakve primere koji su se koristili na sudovima protiv roditelja koji brinu o detetu.

Veoma je važno za majku koja se stara o detetu da razume ovo o čemu smo govorili, da istraje u nadi i hrabrosti, i da spreči osećanja krivice i obeshrabrenja. Trebalo bi da zapamti sledeće: iako izgleda da je u nepovoljnom položaju – i nekada zaista jeste – ako bude dobro kontrolisala svoj i dečiji gnev, u budućnosti će dobiti duboko poštovanje i ljubav tog deteta. To je obećanje!

9. VASPITANJE DETETA

Pošto naše društvo gubi duhovni i moralni pravac, savesni roditelji ne mogu da ostave moralno vaspitavanje svoje dece drugim ljudima. Ne možemo računati na opštu saglasnost o vrednostima koje smo nekada uzimali zdravo za gotovo, u školi, crkvi i drugim institucijama. Ovim ne želim reći da ne postoje pozitivni uticaji. Ono što želim da kažem jeste da postoji uznemirujuća zbunjenost u vezi sa osnovnim razlikovanjem dobra i zla u svim segmentima društva. Kao što kolumnista Elen Gudman (Ellen Goodman) piše: „Od društva majki za bezbolni porođaj do Udruženja roditelja i nastavnika, jasno je da je jedna od naših glavnih obaveza kao roditelja da se suočimo sa kulturom“.¹ To znači da mi roditelji treba da preuzmemo potpunu odgovornost za vaspitanje svoje dece.

Jedna od naših najvažnijih obaveza kao roditelja jeste da učimo decu da *razmišljaju razborito*. Ona treba da budu u stanju da sama donose procene i sudove do vremena svoje adolescencije, jer su u tom periodu izložena veoma snažnim spoljnim uticajima koji ih vode u pravcu koji često za njih nije dobar.

Video sam veoma mnogo dobrih roditelja kako padaju u agoniju kad otkriju moralno stanje svoje dece. Njihove tinejdžere su lukavo vaspitali oni koji su bili u njihovom okruženju, tako da racionalizuju² svoje ponašanje. Takvi ljudi opravdavaju štetne stvari kao što su upotreba droga, alkohola i seks pre braka.

U osnovi ove racionalizacije nalaze se dva faktora – pasivno-agresivni gnev i nedostatak vaspitanja. Neki roditelji misle da će njihova deca automatski moći jasno da razmišljaju, samo zato što primaju informacije u školi. Međutim, to što neko zna činjenice ne znači da je mudar.

Roditelji moraju da uče svoju decu kako da pravilno i razumno razmišljaju, a u isto vreme i kako da kontrolišu svoj gnev. To nije lako, pošto postoji sve veći broj sociopata u društvu i naša deca te ljude mogu da sretnu bilo gde – čak i u crkvi.

ZAJEDNIČKO ČITANJE

Jedan od najprijetnijih i najdragocenijih načina pomaganja deci da nauče kako jasno da razmišljaju jeste čitanje, sa kojim treba početi još u ranom detinjstvu.

Izaberite prigodne pripovetke i pesme za uzrast vaše dece, jer to treba da budu trenuci topline u kojima učvršćujete vezu sa decom. Mnoge pripovetke, kao što je *Pinokio*, imaju snažnu etičku i moralnu pouku. Naravno, trebaće vam i Biblija koju će vaša deca moći da razumeju.

U knjizi *Slatkiš za dečije srce (Honey for a Child's Heart)* Gledis Hant (Gladys Hunt) je sastavila vodič za dečije klasike. Da bi pomogla roditeljima da naprave razliku između dobre knjige i one kojoj nedostaje značajna vrednost, napisala je: „Dobra knjiga ima duboku moralnu pouku – ne jeftinu, sentimentalnu koja se razvija na plitkim zaverama i površnim herojima, nego vrstu sile koja inspiriše čitaočev unutrašnji život i izvlači sve što je plemenito“.³

¹ Ellen Goodman, „A Mom Fights Media Madness“, Family Circle, 14. mart 1995, str. 134.

² Racionalizacija (*psihologija*) – najlakši mehanizam odbrane gde pojedine osobe za svoj neuspeh ili nedolične postupke traže racionalne i prihvatljive razloge. Tako oni jačaju svoj ego i samo prividno održavaju svoje ugroženo samopouzdanje. U stvari oni žele da koristeći racionalizaciju zaštite sebe od neprijatnih osećanja. Te osobe nisu ni svesne šta rade jer se ovaj proces odvija automatski bez njihove kontrole. Njihov ego je taj koji inicira proces racionalizacije kako bi sprečio neprijatan osećaj koji ugrožava samopoštovanje osobe i sprečava da ona oseti stid, sram ili krivicu.

³ Gladys Hunt, *Honey for a Child's Heart* (Grand Rapids: Zondervan Publishing House, 1989).

Takođe predlažem *Knjige koje grade karakter (Books That Build Character)* Viliijama Kilpatrika (William Kilpatrick) i Gregorija i Suzan M. Volfi (Gregory, Suzanne M. Wolfe), pošto autori nude opširnu listu knjiga i pripovedaka, kao i obrazloženje za upotrebu literature pri poučavanju moralnim vrednostima.⁴

Nešto skorije izdanje je *Knjiga vrlina (The Book of Virtues)*, Viliijama Beneta (William Bennet), koja predstavlja zbirku pripovedaka koje su odabrane za prijatno porodično čitanje, a koja je takođe i osnova za međusobno razgovaranje o vrednostima i moralu.⁵

Kad budete čitali sa vašim detetom, zapažajte njegove reakcije. Kada dete reaguje na pripovetku, pitajte ga šta misli; to će vam pomoći da započnete razgovor na njegovom nivou. Na primer, ako čitate priču o devojčici koja se izgubila i vaše dete izrazi brigu za tu devojčicu, imate divnu priliku da mu kažete koliko je dobro što brine i što je ljubazno.

Ovakav način učenja deteta naročito je važan prilikom pomaganja deci da na pravi način postupaju sa *krivicom i kritikom* – kako prema sebi tako i prema drugima. Neprikladno prebacivanje krivice tipično je za decu: „Nije fer! On je prvi počeo!“ Ovde gnev može da unese zabunu u dečije razmišljanje. Deca i nezrele odrasle osobe često veruju da je okrivljavanje druge osobe opravdano, samo zato što su oni ljuti. Ovo je veoma važna prilika za roditelje da pomognu deci da budu razborita.

Kad se dete smiri da može da vas razume, možete ponovo da razmotrite situaciju, pažljivo objašnjavajući sve strane problema. Roditelji tada uče decu da razumeju gledište nekog drugog. Čitanje pripovedaka može biti dobar način da to uradite. Roditelji treba da zapamte da su potrebne godine da bi se deca mogla naučiti da na pravi način postupaju sa *krivicom i kritikom*. Kada dete sazri u ovoj oblasti, ono će preuzeti veću odgovornost za svoje ponašanje.

Drugi važan tip učenja putem čitanja jeste proširivanje dečijeg sveta, tako da može razumeti svet sa nečije druge tačke gledišta. To znači da imate retku priliku da učite dete razumevanju i saosećanju – dvema odlikama koje su danas vrlo retke.

Razumevanje je viđenje situacije i ulaženje u nju sa tačke gledišta nekog drugog. *Saosećanje* je razumevanje osećanja nekog drugog. To ne mora da podrazumeva saglasnost sa drugom osobom, niti da se moramo osećati kao ona. Učeći ga da razume osećanja i situaciju drugih ljudi, dete može da nauči šta znači ohrabrivati i tešiti druge, biti pravičan i saosećajan.

Ponosan sam na svoju šestogodišnju unuku, Kami. U njenom odeljenju je bilo jedno nesrećno dete koje niko nije voleo i svi su ga odbacivali. Kami je izgleda razumela bol te devojčice i naročito se potrudila da se sprijatelji sa njom.

Vi ste učitelj svoga deteta u oblasti osećanja, i kad čitate zajedno, susrećete se sa pričama o ljubavi, gnevu, ljubaznosti, tuzi, krivici, sažaljenju i mnogim drugim stvarima. Možete razgovarati o njima i ohrabrivati dete da izrazi svoja osećanja i da razgovara o onome što čitate.

Nemojte prevideti važnost i zadovoljstvo izmišljanja sopstvenih priča za svoju decu. Primetio sam da su naša deca nekada više volela moje priče, a nekada priče iz knjiga. Budite osetljivi na njihove potrebe i želje u određenim uzrastima.

⁴ William Kilpatrick i Gregory i Suzanne M. Wolfe, *Books That Build Character: A Guide to Teaching Your Child Moral Values through Stories* (New York: Simon and Shuster, Inc., 1994).

⁵ William Bennet, *The Book of Virtues: A Treasury of Great Moral Stories* (New York: Simon And Shuster, Inc., 1993).

RAZGOVOR

Veoma je važno da provodite vreme razgovarajući sa detetom o problemima koje možda ima. Ova prilika vam se može ukazati kad čitate, ali se dešava i u trenucima kada to najmanje očekujete. Dok razgovarate, nastojte da otkrijete kako vaše dete reaguje na probleme. Kada procenite o čemu se radi, moći ćete da mu pomognete da se suoči sa stvarnim svetom. Naučite ga da reaguje na poteškoće na optimističan način i pomozite mu da postane pozitivna osoba puna nade.

Ljudi koji su skloni pesimizmu reaguju iznutra potpuno suprotno od optimističnih osoba. Morton Seligman (Morton Seligman) i drugi sprovedli su izvrsnu studiju koja je pokazala da postoje tri veoma važne razlike između ova dva tipa ljudi.

Pesimisti su skloni razmišljanju da je neki problem *trajan* – da će njegove posledice trajati večno. Drugo, pesimisti vide problem kao *sveobuhvatan* – da će uništiti ceo njihov život. I treće, skloni su da *krive sebe* za problem, izazivajući osećaj krivice i depresiju.

Optimisti rade suprotno. Oni su skloni da nezgode smatraju *privremenim* i u stanju su da se ne brinu zbog njih. Drugo, oni probleme vide kao *pojedinačne*, koji utiču samo na deo njihovog života. Pošto se ne zadržavaju na problemima, mogu da misle o pozitivnijim stvarima. Treće, optimisti su skloni da *krive druge* za svoje probleme.⁶

Naravno, ni jedna ni druga reakcija nije uvek ispravna, i ovo istraživanje ne možemo da koristimo kao nepogrešivo uputstvo. Ali ovo mi je pomoglo da sam ispravno razmišljam i ispravno reagujem, a pomoglo mi je i u vaspitanju dece.

Recimo da se vaša ćerka bavi nekim sportom, ali ne uđe u prvi tim. Dolazi kući, užasno raspoložena, namrštena i razdražljiva. Vi želite da izrazi gnev rečima, zar ne? Da, i možete očekivati da neće biti prijatno. Ostanite mirni pošto znate šta možete očekivati od nje, dajući joj tako primer valjanog kontrolisanja sopstvenog gneva.

Ako se budete dobro ponašali prema ćerki kad bude ispoljavala gnev, ona će kasnije hteti da nauči od vas kako da se bori sa tim i drugim razočarenjima. Ako je dovoljno mlada da uživa u čitanju pripovedaka sa vama, možete pronaći neku u kojoj je glavni lik doživeo razočarenje. To bi moglo da je uteši i da je nauči kako da reši slične probleme. Zatim možete razgovarati o njenom obeshrabrenju i o tome kako se oseća. Kakva dragocena prilika da pomognete svojoj ćerki da sa više optimizma gleda na život. Naravno, tokom razgovora spomenućete i neke hrišćanske vrednosti.

Kada deca budu starija, razgovarajte više o specifičnim osećanjima koja su povezana sa njihovim reakcijama. U upravo spomenutoj situaciji mogli biste da razgovarate o bolu, razočarenju, gnevu, obeshrabrenju, mržnji ili bilo kom drugom osećanju koje vaša ćerka oseća. To radite da biste joj pomogli da svoja osećanja ispolji rečima umesto da ih ispolji u ponašanju. Vaš sledeći zadatak je da je naučite da svoja osećanja ispoljava na prijatan način.

Takođe iskoristite ovakve situacije da naučite svoje dete kako da postupa sa krivicom. Ono će verovatno kritikovati i kriviti sebe, ako je u većoj meri, kako ja to zovem „25-procentaš“. Ako je više „75-procentaš“, biće sklono da krivi nekoga ili nešto drugo. Za njega je veoma bitno da nauči da li treba da oseća krivicu i šta treba da uradi sa njom. Prečesto svaljivanje krivice na sebe može biti vrlo štetno. U našem primeru, vaša ćerka treba da shvati da je niko ne okrivljuje. Konkuranje za ulazak u ekipu je rizik koji zahteva hrabrost i vi ste ponosni na nju zbog toga. Konkuranje je samo po sebi uspeh.

⁶ Martin E. Seligman, *Learned Optimism* (New York: Simon and Shuster, Inc., 1980).

Čak i ako vaša ćerka ne odreaguje pozitivno na vaše ohrabrivanje, uveravam vas da će to ostaviti snažan utisak na nju do kraja njenog života. Nikada to neće zaboraviti i uvek će biti zahvalna što ste toliko brinuli o njoj.

BUDITE NA RASPOLAGANJU SVOJOJ DECI

Kada deca ulaze u odraslo doba, njima je i dalje potrebno vođstvo kao i do tada. Budite im na raspolaganju i u vreme kad su uobičajene adolescentske blokade spuštene. Ovo najbolje možete uraditi kada ste i vi i tinejdžer odmorni i kad niste pod pritiskom. Niste pod pritiskom onda kada ni vi ni dete nemate potrebu da kažete ili uradite bilo šta. To može biti kad čekate negde u redu, jedete u restoranu, vozite se automobilom, ili gledate televiziju. U takvim trenucima, tinejdžeri osećaju slobodu da se opuste, da budu onakvi kakvi jesu i da podele osećanja, nade i misli sa roditeljima.

Potrebno vam je strpljenje da biste iskoristili ovakve trenutke. Takođe treba da upamtite da tinejdžeri nisu minijature odrasle osobe. Oni su deca u prelaznom stanju koja imaju iste osnovne potrebe kao i mlađa deca.

Naravno, osnovna vrednost koja je potrebna svoj deci jeste bezuslovna ljubav. Ali njima je takođe potrebna pomoć prilikom *prepoznavanja i određivanja njihovih osećanja*. Glavni razlog za ovo je taj što deca često pokazuju gnev kad zapravo osećaju odbacivanje, stres, usamljenost, neadekvatnost ili slabost. Kad se već osećaju loše, poslednja stvar koja im je potrebna jeste da roditelj istrese svoj gnev na njih. Ipak, dečije ispoljavanje gneva može da zbuni roditelje i odvede ih u pogrešnom smeru. Znači, što pre dete nauči da razlikuje gnev od drugih emocija, pre će naučiti da se izrazi jasnije i ljubaznije.

Drugi pristup koji se može primeniti u različitim prilikama je onaj koji ja nazivam *predviđanje*. Pošto postoje osnovni problemi koji izazivaju gnev u različitim fazama razvoja, možete pripremiti dete za ovakve situacije. Na primer, školska deca treba da se osećaju kao deo grupe njihovih drugara. Zbog ove potrebe ona su izuzetno osetljiva na odbacivanje ili kritiku, uključujući i zadirkivanje.

Dok ste sa detetom, možete da koristite veštinu predviđanja, naročito ako može da se primeni na međuljudske odnose. Možete unapred ispričati detetu o nekim pozitivnim i negativnim događajima koji će mu se verovatno dogoditi. Postoji nekoliko načina da to uradite.

Moj omiljeni način je da izmislim priču koja govori o tipičnom problemu iz detinjstva, u kome se vršnjaci loše ponašaju prema detetu i koji uči kako da se izbori sa tim. Naravno, ja naglašavam pozitivno, pošto želim da se dete raduje međuljudskim odnosima, a ne da strepi od njih.

Često pomaže ako ispričate svoje lično iskustvo. Iako možda niste imali isti problem, sigurno ste se osećali na sličan način kako se vaše dete sada oseća, i putem vaših osećanja iz ličnog iskustva komuniciraćete sa njim.

Ovakvi spontani razgovori sa decom omogućavaju roditeljima da održavaju pozitivnu atmosferu u kući i daju im sigurnost da će njihova deca naučiti kako da izađu na kraj sa negativnim uticajima u životu. Mudri roditelji obezbeđuju toplinu i bezbednost u domu u kome uče svoju decu da se bore sa surovom stvarnošću.

Bez obzira na to šta se dešava u životima vaše dece, vi želite da se ponašaju kao čestiti ljudi koji govore istinu, održavaju obećanja i preuzimaju odgovornost za svoje ponašanje. Da bi se razvili na ovaj način, treba da se pripreme za život onakav kakav jeste i kakav može da bude.

Svuda oko njih su iskušenja koja ih vuku da se ponašaju manje čestito, i sve je češća pojava opravdavanja nemoralnog i nepoštenog ponašanja. Roditelji, bake i deke, u divnoj su poziciji da oblikuju živote svoje voljene dece. Kad smo sami sa njima, možemo da im kažemo ko smo, koja su

naša nadanja i molitve za njih. Vaspitanje deteta je dugotrajan proces, ali takav da od njega nikako ne smemo odustati.

POSTUPANJE SA LOŠIM PONAŠANJEM

Roditelji od svakog deteta mogu očekivati da se ponekad loše ponaša. Od koristi je ako znaju kako da se postave prema ovom problemu i kako da ga na najdelotvorniji način reše. Pogledajmo najčešće oblike takvog ponašanja.

- Cmizdrenje. Kako vi reagujete na dečije cmizdrenje? Može biti toliko razdražujuće da se morate boriti protiv poriva da istresete svoj gnev na dete: „Prestani da cmizdriš da ne bi dobio batine!“

Ako uradite ovako nešto, izgubili ste bitku. Kad istresete gnev na dete, dajete mu još više municije koju će koristiti protiv vas. Takođe mu dozvoljavate da zna da vas je zaista uznemirilo. Kad kasnije bude htelo da manipuliše vama daljim uznemiravanjem, znaće da cmizdrenje pali. Što se više istresate na dete zbog cmizdrenja, to je verovatnije da će i dalje cmizdreti.

Takođe, što više istresate gnev na svoje dete, to ga više primoravate da potiskuje svoj gnev i razvija negativan stav prema osobama od autoriteta, kao i pasivno-agresivne stavove.

Moguće je istresti gnev na dete ne samo tako što vičete na njega, nego i ako mu uzvratite cmizdrenjem. Roditelj koji se ovako ponaša stvara odbojnost i daje loš primer kontrolisanja gneva. Naravno, roditelj ismeva i oponaša dete.

Imate nekoliko izbora kako da reagujete na cmizdrenje i treba da odaberete jedan koji vama najviše odgovara. Kod većine dece jednostavno ignorisanje cmizdrenja biće dovoljno. Ako to ne urodi plodom, možete smireno, ne podižući ton, razgovarati sa detetom. „Ne mogu da te čujem kad pričaš tako. Molim te lepo pričaj da bih mogao da te razumem.“

Deca će obično reagovati na ovakav pristup, ali ne uvek. Ako nastave da cmizdre, morate i dalje ostati smireni. Ako reagujete emocionalno i jednostavno odustanete, cmizdrenje pobeđuje.

Moj omiljeni pristup je odvratanje pažnje deteta uključivanjem u nešto zabavno. Ako se cmizdrenje i dalje nastavi, tada bih ga ostavio samog na nekom bezbednom mestu i rekao mu da će mi biti drago da razgovaramo dalje kad bude mogao normalno da priča.

Za neku decu se čini da su rođeni cmizdravci. Ako imate ovakvo dete, veoma je važno da naučite pristupe koje sam gore naveo. Njihovo cmizdrenje će se smanjiti, ali proces će biti spor i naporan. U ekstremnim slučajevima možete razmotriti opciju pravljenja pauze ili pozitivno pojačanje o kojima će kasnije biti reči.

- Nastupi gneva i nasilja. Predškolska deca su naročito sklona nastupima gneva da bi na taj način zadobila pažnju roditelja. Različite stvari kao što su umor, žeđ, glad, vrućina, hladnoća, ili bol mogu da uzrokuju ove nastupe gneva. U tom uzrastu deci je teško da budu mirna, i potrebno je da ih roditelji nauče kako da se smire i kontrolišu svoje ponašanje.

Roditeljima je veoma teško da izađu na kraj sa zlovoljnim raspoloženjem, naročito kad se ono odvija na javnom mestu. Ista uputstva koja se primenjuju na cmizdrenje važe i ovde. Bitno je da roditelj ostane smiren i da pokuša da ignoriše takvo ponašanje. Deci je možda potrebno nešto što će zaokupiti njihove misli, na primer, obavljanje kućnih poslova, naročito onih koji prave veliku buku.

Ignorisanje bez očiglednog uznemiravanja uglavnom će biti dovoljno. Ako se nastupi gneva nastave i posle izvesnog vremena, možete detetu postaviti granicu do koje mora ponovo da uspostavi kontrolu. Po isteku tog vremena, treba da razmotrite kazne kao što su „u ćošak“, ukidanje privilegija ili dodatni kućni poslovi.

Smirenost roditelja pokazuje detetu da on može da se kontroliše i da na njega ne utiču nastupi gneva. Nešto što pomaže mnogim roditeljima da ostanu smireni jeste pevušenje, pevanje, ili razmišljanje o lepim stvarima ili srećnim planovima za budućnost. Pevanje ili pevušenje mogu da umire dete.

Kod dece školskog uzrasta drugi faktori koji iniciraju gnev jesu odbacivanje i kritikovanje od strane vršnjaka, nesigurnost u roditeljsku ljubav, ili nepravilne odluke.

Opuštanje mišića je tehnika koja pomaže deci da se smire kad su ljuta. Tome morate da ih učite kad ste i vi i oni opušteni i srećni, tako da mogu da primene tu tehniku kad su napeta ili kad izgube kontrolu nad sobom. Učite dete da zategne i zatim opusti svaki deo tela – levo stopalo, levu nogu, desno stopalo, desnu nogu, itd. Često pomaže ako dete zamišlja omiljenog komičara kako radi tu vežbu u isto vreme.

Kad su moja deca porasla, izabirao sam znak ili reč koje sam povezivao sa opuštanjem. Mogao sam da ih koristim kao signal kad bih video da su uznemireni. To im je u mnogim situacijama pomoglo da se ne bi razgnevila još više. Znak je bio da stavim desni kažiprst na nos i onda odjednom da ga pomerim napred. Signal koji sam koristio značio je: „Smiri se“, rečeno blagim tonom. Ako bih slučajno počeo da se uzbuđujem ili da postajem napet, rekao bih sam sebi: „Mislim da je bolje da se smirim“.

KOMUNIKACIJA

Tomas Gordon (Thomas Gordon) autor knjige *Efikasnost roditeljskog obučavanja (Parent Effectiveness Training)* dugo je zastupao upotrebu tzv. „ja“ poruka umesto „ti“ poruka. Kada roditelji koriste „ja“ poruke, oni uče dete da izrazi svoja osećanja, uključujući i gnev, bez razvijanja štetne navike okrivljavanja sebe.⁷

Na primer, tinejdžer je zaboravio da izuje prljave čizme napolju i ušao je u kuću, prljajući pod i tepihe. Ako roditelj kaže: „Pogledaj šta si uradio!“ te reči izazivaju gnev i napetost. Roditelj bi mogao da kaže: „Ne sviđa mi se kad se blato unosi u kuću“. Ta rečenica može zvučati i previše smireno, ali pošto je izgovorena mirnijim tonom nego prva i pošto ne sadrži direktno prekorevanje, izazvaće manju napetost. Pravo zadovoljstvo nastupa kada tinejdžer počne da koristi „ja“ poruke. „Ja“ rečenice imaju veliki značaj u učenju dece kako da preuzmu odgovornost za svoje ponašanje.

Ćutanje je značajan deo komunikacije i može imati mnogo oblika u porodici. Ćutanje je najvažnije za smirivanje posle neke napetosti ili gneva među članovima porodice. Meg Istman ovo ovako komentariše: „Kad ste vi i/ili vaše dete veoma napeti, ako pokušavate da razgovarate o tome šta nije u redu, možete se još više razljutiti i iznervirati“.

Gospođa Istman takođe ističe vrednost ćutanja u toku perioda kada deca žele da se takmiče sa roditeljima u pravilima o kojima se ne može pregovarati. Takođe nema svrhe razgovarati o stvarima koje su već rešene, a najteži zadatak za mnoge roditelje je da jednostavno ćute.⁸

OGRANIČAVANJE

U svakom domu neki problemi u ponašanju mogu dovesti do postavljanja granica, i u nekim slučajevima do kažnjavanja. Kad je dete van kontrole, prkosno, ili izaziva roditeljski autoritet, moramo koristiti prikladne načine kontrole.

⁷ Thomas Gordon, *Parent Effectiveness Training* (New York: David McKay, Inc., 1970).

⁸ Meg Eastman, *Taming the Dragon in Your Child* (New York: John Wiley and Sons, 1994).

Roditelji imaju pet načina kontrolisanja deteta. Dva su pozitivna, dva su negativna, i jedan je neutralan.

Pozitivni: Molba i nežna fizička manipulacija

Negativni: Naredba i kazna

Neutralni: Promena ponašanja

Delotvornost bilo kog od ovih načina zavisiće od toga koliko dobro održavamo punim emocionalno spremište deteta.

Mi svakako treba da koristimo *molbu* kad god je to moguće, zato što je ona pozitivna i može da ublaži gnev. Molbe su pitanja: „Hoćeš li učiniti to za mene?“ Molbe šalju snažnu, pozitivnu poruku bez reči, kao što je: „Poštujem te kao osobu. Takođe poštujem činjenicu da imaš osećanja i stavove. Očekujem da preuzmeš odgovornost za svoje ponašanje“.

Voleo bih da molbe uvek deluju, ali nije tako. To znači da ponekad moramo koristiti *naredbe*. Pošto je naredba zapovedna rečenica i ima negativnu konotaciju, ona može izazvati gnev. Čini se kao da prenosi ovakvu poruku: „Baš me briga šta ti osećaš i misliš i da li ćeš preuzeti odgovornost za svoje ponašanje. Ja jednostavno očekujem od tebe da uradiš ono što sam ti rekao. U stvari, ja preuzimam odgovornost za tvoje ponašanje“.

Nežna fizička manipulacija je pozitivan način kontrolisanja detetovog ponašanja. Ono deluje naročito dobro kod mlađe dece, kao kad povučete dete od vruće rerne, ili ga dovedete do bolje igračke.

Kazna je drugi negativan način kontrolisanja ponašanja. Nažalost, kada vide loše ponašanje, većina roditelja pretpostavlja da treba primeniti kaznu. Oni se hvataju u „zamku kazne“. Roditelji koji primenjuju kaznu kao osnovni način disciplinovanja deteta ili tinejdžera izazvaće veliku količinu nepotrebnog gneva u detetu. Takođe će prisiliti dete da potiskuje svoj gnev i razvije pasivno-agresivne stavove i ponašanje. Ovo je naročito opasno ako su roditelji ljuti u trenutku primene kazne.

Da, povremeno moramo primenjivati kaznu, ali to treba da radimo mudro i pažljivo. Možemo izbeći mnoge probleme povezane sa kažnjavanjem planirajući unapred. Predlažem da sednete sa supružnikom ili dobrim prijateljem i isplanirate dobru kaznu za uvredu. Svesni ste koliko su deca opsednuta „pravičnošću“. Kazna mora da odgovara prestupu. Dete zna kada je roditelj bio prestrog ili previše blag. Kada dođe vreme za kaznu, vi ćete je imati već pripremljenu. Ovakvo planiranje neće dozvoliti gnevu da vrši uticaj na vaše ponašanje, a detetu će biti drago zbog toga.

„U ČOŠAK“

Svakom roditelju ovo treba da je poznato. Dete jednostavno treba da stoji ili sedi na jednom mestu izvesno vreme. Ova pauza može biti naročito delotvorna kad je dečiji gnev van kontrole. Uobičajeno trajanje ove disciplinske mere je po jedan minut za svaku detetovu godinu.

Ako se dete smiri posle toga, pohvalite ga. Ako je i dalje nemirno, recite mu da će biti slobodno od te kazne ako ponovo povrati samokontrolu. Ako dete baca stvari po kući, odvedite ga u sobu sa nekoliko dečijih knjiga i igračaka u kojoj neće moći ništa da polomi. „U čošak“ je obično prva kazna kojoj se pribegava kad su deca gnevna i ljutito se ponašaju.

UKIDANJE POVLASTICA I OGRANIČAVANJE

Svako dete ima omiljeni TV program ili neku igru. Ako kazna „u čošak“ ne urodi plodom, ukidanje povlastice može biti odgovarajuća kazna. Viđao sam decu koja jednostavno nisu mogla da

dopuste da propuste omiljenu TV emisiju i koja na takvu kaznu reaguju mnogo bolje nego na kaznu „u ćošak“.

Ograničavanje je mnogo prikladnije kod starije dece i tinejdžera. Ako se prečesto koristi, može imati suprotan efekat, naročito ako zaboravite šta ste rekli, ili kasnije shvatite da su ta ograničenja koja ste postavili neprimenljiva. Kad se to desi, vi umnogome narušavate svoj autoritet u porodici i umanjujete poštovanje deteta prema vama.

Retko koristite to ograničenje; koristite ga samo kad ste potpuno sigurni da je situacija dovoljno značajna da opravdava kaznu. Ako se koriste mudro i umereno, ograničenja su izuzetno delotvorna kod vaspitanja dece.

NADOKNADA I KUĆNI POSLOVI

Ako je dete povredilo nekoga ili pričinilo štetu, svakako morate razmotriti neke načine da to nadoknadi. To naravno treba da bude primereno uzrastu deteta i sposobnosti da se iskupi ili žrtvuje. Izvinjenje je takođe u redu. Naravno, ponekad je nadoknadu teško proceniti, i možda ćete se posavetovati sa drugima da biste bili što pravičniji.

Obavljanje dodatnih kućnih poslova takođe može biti delotvorno sredstvo za ispravljanje posledica lošeg ponašanja. Ako koristite ovaj metod, postarajte se da ti dodatni kućni poslovi odgovaraju detetu, kao i nanetoj uvredi.

PROMENA PONAŠANJA

Promena ponašanja ima svoje mesto u vaspitanju deteta. Međutim, pogrešno je primenjivati ga kao osnovni način ophođenja prema detetu.

Promena ponašanja je sistem koji koristi *pozitivno pojačanje* – ubacivanje pozitivnosti u dečije okruženje; *negativno pojačanje* – povlačenje pozitivnosti iz dečijeg okruženja; *kažnjavanje* – ubacivanje negativnosti u dečije okruženje.

Primer pozitivnog pojačanja je nagrađivanje deteta za dobro ponašanje. Negativno pojačanje znači uskraćivanje dragocenih povlastica, kao što su TV programi, zbog lošeg ponašanja. Primer kažnjavanja, ponekad nazivan tehnika averzije, jeste štipanje deteta za trapezni mišić.

Moja zamerka za korišćenje metode promene ponašanja kao osnovnog načina ophođenja sa detetom jeste što mnogi roditelji ovim zamenjuju emocionalnu brigu. Kad preterano koriste ovaj metod, dete ne oseća da je dovoljno voljeno.

Drugi problem kod preterane upotrebe promene ponašanja je taj što će dete razviti poremećen sistem vrednosti, kad nauči da radi ono što se od njega očekuje za nagradu. Sa vremenom će razviti stav: „A šta ja time dobijam?“

Mudri roditelji retko koriste metod modifikacije ponašanja. Neke tehnike disciplinovanja o kojima smo već govorili, kao što je „u ćošak“, spadaju u ovu kategoriju. Modifikacija ponašanja je često formalna i bezlična, i treba da se koristi kod specifičnih problema u ponašanju koji se često ponavljaju i zbog kojih dete niti žali niti prkosi.

Situacija u kojoj bi ovo moglo da deluje jeste kad se braća i sestre tuku međusobno. Kad su naši dečaci imali pet i devet godina, često su se tukli, i naše molbe da prestanu delovale su samo nekoliko sati. Kažnjavanje je takođe imalo kratko dejstvo i nikome nije prijalo. Ono što je delovalo bio je sistem nagrađivanja, tabela sa zvezdicama – po jedna zvezdica za svaki mirni minut, a vremenske intervale smo postepeno produžavali dok tuča ne bi potpuno prestala. Svakom dečaku smo davali određenu nagradu za određeni broj zvezdica.

Postoji upozorenje u vezi sa ovom tehnikom – potrebno je vreme, upornost, trud i strpljenje. Nemojte da je započinjete ako niste spremni da istrajete do kraja. U suprotnom ćete doživeti neuspeh.

U svim aspektima odnosa sa vašom decom, naglasite pozitivno kad god je to moguće. Čineći ovo, bićete delotvorniji u disciplinovanju kad ono bude potrebno, kao i u celokupnom vaspitanju dece, uključujući i poučavanje o kontrolisanju gneva.

Najmoćnije „pozitivno pojačanje“ jesu svakodnevni spontani, neverbalni načini odobravanja, kao što su pažljivo slušanje deteta, osmehivanje, zagrljaji i provođenje vremena sa detetom. Ovi spontani načini motivisanja deteta nisu deo modifikacije ponašanja, i idu mnogo dalje pomažući vam da dobijete onakav porodični život kakav želite.

10. UROĐENE REAKCIJE NA AUTORITETE

U poglavlju koje ste upravo pročitali videli ste da sam pomenuo „75-procentaše“ i „25-procentaše“. Sada želim da objasnim šta to znači.

U mojoj psihijatrijskoj praksi koja traje više od dvadeset pet godina, posmatrao sam mnogo ljudi koji su reagovali na autoritete na jedan od sledeća dva načina. Ili su bili za autoritete ili protiv njih. Čini mi se da je oko dvadeset pet posto populacije naklonjeno autoritetima, a oko sedamdeset pet posto populacije protiv. Naravno, neki ljudi su mnogo ekstremniji od drugih.

Verujem da ćete najbolje razumeti ovu podelu pomoću grafikona koji se nalazi na kraju ovog poglavlja. Kao što vidite, i jedan i drugi stav imaju svoju krivu. „25-procentaš“ može biti blag, umeren ili ekstreman, kao što i „75-procentaš“ može imati blag negativan stav prema autoritetima ali i ekstremno negativan stav. Svako ima osnovni stav prema autoritetima koji se dobija pri rođenju kao lična karakteristika. Ovaj stav prema autoritetima može se malo izmeniti vaspitanjem deteta i njegovim okruženjem, ali osnovna karakteristika ostaje dominantna.

Ovakva klasifikacija se ne povezuje sa mnogim tipovima ličnosti o kojima se danas toliko diskutuje u izvesnim krugovima. Ekstrovertna osoba može biti ili za autoritete ili protiv njih, kao što to može biti i introvertna osoba. U obema grupama postoje različite vrste ljudi. Zato se nemojte truditi da povežete ovo moje grupisanje sa intuitivnim osobama, sangvinicima, kolericima, opsesivno-kompulsivnima, ili bilo kojim etiketama koje koristite.

Kako će osoba reagovati na bilo šta u životu zavisi od stava koji ima prema autoritetima, a taj stav zavisi od ove lične karakteristike.

Svako dete je rođeno sa jedinstvenom ličnošću. Prilikom začeća, roditelji su obezbedili genetske karakteristike iz kojih se razvila ličnost. Pošto je ličnost dobijena, nije pitanje bolje ili lošije ličnosti, već razlika. Što više možemo da razumemo prirodu deteta, to ćemo više moći da poboljšamo i obogatimo ono što je dete sa sobom donelo na svet.

Da bih vam pomogao da bolje razumete ove dve reakcije na autoritete, želim da vam kažem nešto o obema, posmatrajući nekoliko dece koja su deo grupe, a zatim predlažući najbolje načine na koje možete da se ophodite prema deci.

25-PROCENTAŠI

„25-procentaši“ su rođeni sa potrebom da budu pod autoritetom. Oni žele odobravanje i pohvalu. Oni žele da im neko kaže šta da rade i da isplanira njihovo vreme za njih. Mogli biste pomisliti da je veoma lako podizati ovakvo dete – jednostavno mu kažete šta da radi i ono to uradi. Zatim ga pohvalite.

Ako mislite da ovo zvuči suviše jednostavno, u pravu ste. „25-procentaše“ je podjednako teško odgajati kao i „75-procentaše“, jer ih moramo naučiti da sami razmišljaju, da stoje na svojim nogama i da ne zavise toliko od drugih.

„25-procentaše“ je lako kontrolisati pomoću krivice, jer su joj veoma skloni. Većina roditelja dece u ovoj grupi kontrolišu decu upravo na taj način i ne shvatajući to, a onda se uveliko ponose što imaju tako dobro vaspitanu decu.

Džuli je najstarija od petoro dece. Ona je tiha i poslušna devojčica koju roditelji, Evelin i Ričard, kontrolišu krivicom.

Kad su prijatelji pozvali Džuli na plivanje, ona je pitala majku da li može da ide, na šta je majka odgovorila: „Žao mi je Džuli. Dogovorila sam se sa tvojim ocem da izađemo na večeru. Nadala sam se da ćeš moći da pripaziš braću i sestre umesto mene. Ali nema veze, ići ću u grad drugi put“.

Iako je Džuli znala da njena majka retko izlazi iz kuće, stvarno je želela da ide na tu zabavu. Međutim, osećala bi se grozno ako mama ne bi izašla zbog nje. „Idi mama. Moj kupaći kostim je ionako otrcan. Radije ću da sačekam da kupim novi, pa ću onda ići na zabavu na bazenu. Idi i večeraj sa tatom.“

Evelin je bivalo sve lakše da zamoli Džuli da ostane sa decom, jer se Džuli nikad nije žalila. U stvari, ona je bila toliko ubedljiva da je njena majka mislila da ona stvarno uživa u tome. I jeste uživala, ponekad, ali mnogo puta bi više volela da je sa svojim prijateljima. Bila je to krivica zbog koje je ostajala kod kuće.

Kad su „25-procentaši“ veoma mladi, njima je vrlo lako upravljati. Njihovi roditelji često govore drugim roditeljima: „Da ste samo malo odlučniji sa svojom decom, i ona bi bila kao Džuli“. Ali ova dva tipa ličnosti ne mogu da se porede, i mnogi roditelji nanose štetu svojoj deci misleći da se svako dete može vaspitavati na isti način.

Kad roditelji kontrolišu svoju decu krivicom, oni ih kontrolišu na najgori mogući način. „25-procentaši“ toliko žele da udovolje drugima da ih je lako slomiti. Oni sve shvataju previše lično i ozbiljno. Takođe se boje da će povrediti nekoga ili uraditi nešto pogrešno. Pošto mogu biti perfekcionista, oni žele da urade sve kako treba. Veoma mala kritika može uništiti njihov ego i učiniti da se osećaju toliko krivim da ne mogu biti ono što jesu.

Većina roditelja ovakve dece to ne vidi. Oni jednostavno uživaju što imaju takvo dete koje uvek uradi ono što se od njega traži i nikome ne pravi probleme. Ovi roditelji ne shvataju da njihova deca sva svoja osećanja čuvaju za sebe. Kao perfekcionista, oni su veoma samokritični. Ne očekuju da sve bude savršeno, ali očekuju da sve može biti bolje od onoga što urade.

„25-procentaši“ imaju tako velika očekivanja da za njih svaki dan može biti razočarenje. Ako su i svi događaji u tom danu prijatni, osim jednog, oni će videti samo taj jedan. Zbog toga su sklони depresiji.

Jednoga dana, Bret, koji ima petnaest godina, uradio je test iz matematike stoprocentno tačno, iz engleskog takođe, i dobio izveštaj o sastavu koji je takođe bio stoprocentno tačan. Kakav divan dan! Tog popodneva je dao gol koji je doneo pobjedu njegovoj ekipi.

Kad je došao kući iz škole, pronašao je poruku u kojoj je mama napisala da će malo kasniti. To mu nije smetalo jer se spremao da ide na kuglanje. Otišao je do ormara i potražio svoju crvenu košulju za kuglanje, ali nje nije bilo. Pronašao ju je u korpi za veš, sa crnim flekama.

Dan mu je propao. Njegov tim je učestvovao u takmičenju u kuglanju, a on nije imao košulju! Zaboravio je sve dobro što se desilo toga dana.

Bretova priča pokazuje kako razmišljaju „25-procentaši“. On lako može da postane depresivan zbog beznačajnog događaja, a depresija izaziva gnev. Pošto pre svega želi da udovolji drugima, on taj gnev drži u sebi, što izaziva još dublju depresiju. Ovo opet izaziva još više gneva koji dete usmerava prema sebi.

Ovakvo dete može da pati od dugogodišnje manipulacije krivicom, kad njegovi roditelji nisu svesni onoga što se dešava u njemu. Ono nije naučeno da samostalno razmišlja ili da rečima izražava svoja osećanja. Posledica toga je da se ono nalazi na putu da postane depresivna i gnevna odrasla osoba.

Prirodna potreba svih ljudi da budu voljeni i da se osećaju vrednim kod „25-procentaša“ je uvećana. Kad njegovi roditelji ne shvate koliko malo samopoštovanja ima i nenamerno ga ostave sa

praznim emocionalnim spremištem, ono izlazi iz kuće i traži zadovoljenje negde drugde. Do tinejdžerskog doba već može da ispoljava destruktivno ponašanje.

75-PROCENTAŠI

Pet i ja imamo dva sina. Dejl je naš „25-procentaš“ koji je rođen sa pitanjem: „Tata, ima li nešto što biste ti i mama želeli da uradim?“

Dejvid je stigao na svet sa naredbom: „Ljudi, molim vas, sklanjajte mi se sa puta? Imam jedan život i ne želim da mi se bilo ko previše meša u njega!“

Dejvid je bio jedno od one dece koja kažu: „Radije bih to uradio sam!“ i nikad nije bilo sumnje oko toga kako se oseća. Ovakva deca žele da imaju sopstveno mišljenje i da sama donose odluke. Mogu da se razbesne kad im neko kaže šta treba da urade. Žele da uče stvari na svoj način.

Na prvi pogled „75-procentaši“ mogu da izgledaju kao teži za odgajanje, ali to zapravo nije tako. Iako su rođeni sa negativnim stavom prema autoritetima, zahtevaju isto onoliko strpljenja, ljubavi i razumevanja kao njihova nešto popustljivija braća i sestre.

Težnja da samostalno razmišljaju daje im prirodan talenat za vođstvo. Shvatio sam da je lakše kontrolisati ovakvo dete, nego učiti „25-procentaša“ kako da samostalno razmišlja. Međutim, vrlo je verovatno da će se ovakvo dete razljutiti kad počnete da ga učite i disciplinujete.

Kad je naš Dejvid imao skoro četrnaest godina, jednog nedeljnog jutra je objavio: „Ja danas ne idem u crkvu“.

„Ma hajde Dejvide“, odgovorio sam, „znaš da ti je uvek lepo kad odeš tamo.“

Odustao je od svoje namere i pošao sa nama, i o tome nije mnogo pričao narednih nekoliko nedelja. Zatim je odjednom rekao: „Danas ne idem u crkvu. Rekao sam vam ranije da ne želim da idem, i neću da idem.“

Tada sam video da je beskorisno pričati sa njim o tome – bio je toliko odlučan da bi ga dalje prisiljavanje da ide u crkvu navelo da razvije negativan stav prema njoj, koji bi se teško mogao ispraviti. Hteo sam to da rešim a da ga ne otuđim od nas, da bismo ga zadržali na putu sazrevanja.

„Da li voliš nedeljnu školu?“ pitao sam ga.

„Da, ne smeta mi nedeljna škola.“

„U redu, reći ću ti šta ćemo da uradimo. Idi u nedeljnu školu, a posle nje ćemo te tvoja majka ili ja odvesti kući i ostati sa tobom.“

Dejvid se složio sa ovim. Znajući da je on „75-procentaš“, Pet i ja smo želeli da sprečimo gnev prema duhovnim stvarima koji je mogao da se razvije da smo ga prisiljavali da ide u crkvu. Dejvid je po prirodi imao negativan stav prema autoritetima i mi smo odlučili da ga privremeno ne prisiljavamo. Nismo osećali da smo bili popustljivi; pre bih rekao da smo imali plan. Dejvid je znao šta verujemo i samo nas je testirao.

Posle četiri, pet nedelja ovakvog stanja, činilo se da je Dejvidu to dojadilo. Znao je da Pet i ja patimo zbog toga. Želeli smo da budemo zajedno u crkvi. Konačno je rekao: „U redu, ići ću u crkvu zbog vas“. I to je bilo to.

Ne mogu obećati da će ova strategija pomoći kod svih „75-procentaša“. U velikoj meri zavisi od vrste opšteg odnosa koji imate sa detetom. Ključ ophođenja prema ovoj deci je da budete pozitivni i da ne postanete previše autoritativni, naročito u duhovnim stvarima. Statistika o broju dece koja su odrasla u crkvi a potom su je kao odrasli napustili nije sasvim precizna. Međutim, kakvi god da su pravi podaci, nisu dobri, kao što se svi možemo uveriti iz slučajeva koje smo videli u svojim crkvama i zajednicama.

PASIVNA AGRESIJA I „25-PROCENTAŠI“/„75-PROCENTAŠI“

U šestom poglavlju govorili smo o „normalnom“ periodu pasivne agresije sa kojim ćemo se suočiti kod naše dece, u ranom tinejdžerskom dobu. Zapamtite da pasivno-agresivno ponašanje napada najvitalnije delove. U većini domova, jedan od osnovnih prioriteta je da deca budu dobra u školi. Zato je to oblast u kojoj se ispoljava pasivna agresija. Ona će se pojaviti u svemu što je roditeljima važno.

Kada „75-procentaš“ počne da dobija slabije ocene u školi, bilo bi dobro da roditelji ne dižu mnogo buke oko toga. Što se više važnosti pridaje tom spornom pitanju, dete će nastaviti sa takvim ponašanjem. Uostalom, sve dok roditelji i nastavnici preuzimaju odgovornost za ocene, zašto bi to radio tinejdžer? Naš stariji sin Dejvid bio je ekstreman „75-procentaš“ čije su ocene dramatično slabile između trinaeste i četrnaeste godine. Međutim, kao što sam spomenuo u prethodnom poglavlju, sam je ispravio situaciju kad je shvatio da neće moći da se upiše na željeni koledž ukoliko ne popravi ocene.

Dejl, naš „25-procentaš“, nikada nije popuštao u školi. On je želeo da nam udovolji i imao je odlične ocene tokom celokupnog školovanja.

Deca između trinaeste i petnaeste godine su nesvesno ili svesno skoro protiv svega. Ovo se naročito odnosi na „75-procentaše“ koji su uglavnom ljuti. Ono što treba da uradimo je da dozvolimo da gnev izlazi iz njihovih usta umesto da mu dopuštamo da ostaje unutra.

Ovo je roditeljima veoma teško, pošto imaju prirodnu sklonost da smiruju tinejdžere, da potiskuju njihov gnev i održavaju mir u kući. Ponekad sam pitao roditelje koji su dolazili k meni na savetovanje: „Da li biste više voleli da vaš sin više na vas ili da počne da se drogira? Da li biste više voleli da vaša ćerka vrišti i viče, ili da zatrudni?“

Naravno, odgovor je bio: „Ni jedno ni drugo“, ali ovo je retko moguće. Koliko sam samo puta video divne roditelje u agoniji kad otkriju da je njihova mirna i učtiva tinejdžerka trudna, da se drogira ili da ima druge užasne probleme. Molim vas, upamtite da je neprijatno ispoljavanje gneva rečima samo privremena pojava ako dobro vaspitavamo decu kako da kontrolišu svoj gnev. Neka od najdivnijih iskustava doživeo sam posmatrajući svoju decu kako napreduju u ispoljavanju gneva rečima, ali na prijatan način.

Uvek govorim roditeljima da otklone pritisak sa svojih mlađih tinejdžera dopuštajući im da ispolje svoj gnev rečima, a zatim da zrelo reaguju na njega. To *ne znači* da smo preterano popustljivi sve dok se ispravno ophodimo prema gnevu svoje dece i vodimo ih ka vrhu lestvice gneva. Potiskivanje gneva je nešto kao pritiskanje balona koji u sebi ima izbočinu. Ako gurate izbočinu unutra, pojavice se negde drugde. Ako nastojite da sprečite svoju decu da ispoljavaju gnev, budete sigurni da će se pojaviti u nekoj drugoj oblasti njihovih života.

Kod pasivno-agresivnog ponašanja tinejdžeri se oslobađaju gneva uznemiravajući roditelje. Dakle, sve ono što najviše uznemiruje roditelje upravo je ono što će deca činiti. Šta bi najviše moglo da uznemiri hrišćanske roditelje? Pobuna protiv duhovnosti, naravno. Znači, protiv čega će biti usmereno ponašanje dece? Protiv crkve i molitve. To naravno nije jemstvo da i drugi porodični prioriteti neće doživeti istu sudbinu. Roditelji će se verovatno nositi sa pobunom protiv dve ili tri njima veoma važne vrednosti.

DENIZ I BIL

Mnoge porodice uglavnom imaju i „25-procentaša“ i „75-procentaša“, i to može predstavljati izazov. Braći i sestrama može biti vrlo teško da se slažu, a roditelji mogu biti naklonjeniji jednom detetu nego drugom, zbog nedostatka razumevanja onoga šta motiviše njihovu decu.

Visoka i mršava Deniz išla je u školu za medicinske sestre; došla je da razgovara sa mnom. Neko vreme se vrpeljila i imala depresivan izraz lica, dok je pokušavala da odluči šta da kaže. Zatim je izbrbljala: „Ja sam anoreksična, doktore Kembel. Imali smo predavanje o anoreksiji i zaključila sam da imam anoreksiju i bulimiju“.

Počela je da plače. „Ne želim to da kažem svojim roditeljima, jer oni ionako misle da nisam mnogo učinila u svom životu, što je tačno. Sad će me sigurno mrzeti.“

Pogledao sam njene uplakane braon oči. „Zbog čega misliš da si anoreksična, Deniz?“

„Pa, izglednjam se sve dok mogu da izdržim. Zatim pojedem sve što vidim, popijem laksativ i očistim creva.“

„Koliko dugo to radiš?“

„Oko četiri meseca.“

Bilo mi je drago što je Deniz dovoljno rano prepoznala svoj problem i što nije došlo do fizičkog oštećenja. Osećao sam da postoji dobra šansa da joj pomognem. Ono što je trebalo da otkrijemo jeste zašto ima tako negativno mišljenje o sebi.

Kad sam počeo da savetujem Deniz, problem je počeo da izlazi na videlo. Njen stariji brat Bil bio je agresivan i komunikativan. Deniz je bila tiha. „75-procentaš“ i „25-procentaš“.

„Koliko se ja sećam, Bil je uvek imao maminu i tatinu pažnju. Kad je imao sedam godina, dobio je bolest koja je pretila da će mu ugroziti život. Ja sam ostala sa bakom i dedom dok je on bio u bolnici. Bila sam veoma usamljena, ali nisam htela da uznemiravam mamu i tatu, jer su već bili zabrinuti zbog Bila.“

Kad je došao kući iz bolnice, morao je mesec dana da ostane u krevetu. Uradila sam sve što sam mogla da ga usrećim. Bila sam srećna što smo svi kod kuće zajedno, ali mama me je jedva primećivala. Ne sećam se osećanja da bi trebalo da me primeti, ali sada shvatam koliko mi je nedostajala njena pažnja.

Kad smo Bil i ja imali deset i osam godina, mama i tata su sagradili novu kuću i narednih nekoliko meseci smo živeli veoma uzbuđljivo. Bil i ja smo se stalno tukli, a tata nas je posle toga kažnjavao. U jednoj od takvih situacija, Bil je otišao, a ja sam se vratila u kuću da završim posao koji me je mama zamolila da uradim.“

Deniz mi je rekla da je skoro uvek ona popuštala – ne samo bratu i roditeljima, nego i svima sa kojima bi došla u sukob. Međutim, kad je napunila petnaest godina počela je da se menja.

„I dalje sam pokušavala da sačuvam mir u kući, ali u školi sam se prilično neobično ponašala. Kad sam imala šesnaest godina, izlazila sam sa dečkom koji je bio običan primitivac. Bio je prava nevolja. Kad su moji roditelji saznali da izlazim sa njim, dve nedelje su mi držali lekcije. Nikad više nisam izašla sa njim.“

Uvek sam se osećala krivom ako bih uradila nešto što ne bi prijalo mojim roditeljima, i mislila sam da sam verovatno najgora osoba na svetu.“

Na drugoj godini fakulteta, Denizine ocene su počele da slabe, jer je propuštala mnoga predavanja. Neko vreme je krila svoje ocene od roditelja, dok je njena majka nije iznenadila i posetila je u studentskom gradu, pa je Deniz morala da joj kaže istinu. Roditelji su je vratili kući i rekli joj da će morati da se zaposli i vrati im novac koji su uložili u njeno obrazovanje.

„Radila sam dva ili tri različita posla i naposljetku sam uspela da vratim novac, ali osećala sam se sve gore. Nisam imala određeni cilj i nikada nisam završila ništa što sam započela.“

Sve ovo vreme mama je usmeravala moj život. Pošto ni ona nije nešto naročito uredila svoj život, bunila sam se protiv njenog uplitanja u moj. Nisam mogla da priuštim sebi da se odselim i morala sam da je trpim. Kad sam joj rekla da hoću da završim školovanje, izgledala je zadovoljno i

ponudila se da mi pozajmi novac, ali odbila sam. Ubrzo sam morala sama nešto da preduzmem. Pozajmila sam novac, odselila sam se od roditelja i ponovo krenula na fakultet.

Upala sam u istu zamku pokušavajući da rešim svačije nesporazume. Osećala sam da sam uvek bila tu za druge ljude, ali oni nikada nisu bili tu za mene. Kad se primaklo vreme diplomiranja, uspaničila sam se. Nikada nisam završila ništa važno u svom životu i plašila sam se da neću završiti ni ovo.

Uvek sam imala malo više kilograma nego što je trebalo, ili sam ja tako mislila, i počela sam da držim dijetu otprilike u isto vreme kad sam se uspaničila zbog diplomiranja. Kad sam shvatila da mogu polako da gubim kilograme, osećala sam da konačno radim nešto dobro. Ali gubitak kilograma je postao opsesija.“

Posle nekoliko nedelja intenzivnog savetovanja, Deniz je počela da shvata da je ona „25-procentaš“. Takođe je shvatila da se njeni roditelji nisu ponašali prema njoj tako da bi zadovoljili njene potrebe. Oni su je uvek voleli i nisu znali da je njena mirnoća bila obmana. Pošto nije zahtevala dodatnu pažnju, nije je uopšte ni dobijala. Njeni roditelji su samo pretpostavljali da je njeno emocionalno spremište puno i zbog toga su se okrenuli očiglednim Bilovim zahtevima, koji je bio klasičan „75-procentaš“.

Na svu sreću, Denizina priča ima srećan kraj. Diplomirala je treća u svojoj klasi i sada radi u velikoj bolnici. Ona i njeni roditelji konačno imaju pravi odnos, zasnovan na ljubavi i razumevanju. Oni sad shvataju da je njoj potrebna njihova pažnja, i pored toga što je tiha.

Vidite li kako je Denizinim roditeljima bilo lako da njome manipulišu? Ona je želela odobravanje i pohvalu, i pokušavala je da bude savršena devojčica. Ali to je na kraju postalo više od onoga što je mogla da podnese. Njeno prazno emocionalno spremište rezultiralo je gnevom i razočaranošću, koji su se okrenuli prema unutra, a zatim se ispoljavali u vidu anoreksije i bulimije.

A šta je sa Denizinom duhovnošću? Kao adolescent, pohađala je crkvu i javno je ispovedila svoju veru. Postala je primeran tinejdžer – dok nije napunila šesnaest godina i odbila dalje duhovno vaspitanje, jer je to smatrala „dečijim stvarima“. Međutim, nastavila je da pohađa crkvu jer je želela naklonost svojih roditelja.

Deniz je međutim nastavila da oseća duboku potrebu za Bogom. Postepeno je sama počela da čita Bibliju i moli se, ali je izbegavala crkvene aktivnosti. Kao i mnogi „25-procentaši“ ni ona nije verovala da su njene misli i odluke toliko važne kao odluke upornijih ljudi. Kad je počela da shvata da su njena inteligencija, misli i donošenje odluka podjednako delotvorni kao i kod drugih ljudi, postepeno je naučila da samopouzdanost donosi odluke i da ima svoj stav. Tada je postala mnogo sigurnija u odnosima sa drugim ljudima, uključujući i crkvu.

Moramo biti vrlo pažljivi u ispunjavanju potreba naših „25-procentaša“, kako duhovnih i emocionalnih, tako telesnih i umnih. Pošto oni nisu, kao ni Deniz, naročito zahtevni i pošto njihova braća i sestre mogu biti kao Bil, i uvek tražiti pažnju roditelja, lako je dobiti veoma neuravnotežen porodični život. Mi želimo da sva naša deca odrastu u snažne, zdrave i odgovorne odrasle osobe.

VRATIMO SE NAŠIM „75-PROCENTAŠIMA“

Naši „75-procentaši“ razlikuju se od svoje obazrivije braće i sestara na još jedan važan način. Skloni su da budu mnogo uopšteniji u svom razmišljanju, dok se „25-procentaši“ više usmeravaju na detalje. To znači da ta dva tipa dolaze do zaključaka na različite načine.

Ja sam „25-procentaš“, a moj stariji sin Dejvid je „75-procentaš“. On i ja primećujemo situacije svako na svoj način i ja sam morao da naučim da cenim tuđe mišljenje. Često bih dolazio do zaključka da je njegov način bolji od mog za rešavanje određenog problema.

Kad je Dejvid imao dvadeset godina, nas dvojica smo odlučili da idemo na ronjenje u drugu državu. Kad smo stigli, saznali smo da nema našeg prtljaga. Nisam mnogo razmišljao o tome dok nismo shvatili da je u aerodromskoj kancelariji. Kad smo o tome obavestili nadležne organe, oni su u početku negirali da je to naš prtljag. Kad smo ih ubedili da je zaista naš, rekli su da nemaju ključ od te kancelarije. Dejvid i ja smo čekali nekoliko sati dok su oni „tražili“ ključ. Pošto su nastavili da ignorišu naše molbe, gnev je uzavreo u meni.

Komplikovanje cele ove stvari podsetilo me je na neke nemile događaje koji su mi se desili kad sam bio dete.

Dejvid me poznaje prilično dobro i mogao je primetiti da se spremam da verbalno napadnem službenika i verovatno dovedem sebe u nepriliku – ili barem da im dam još jedan razlog za zadržavanje našeg prtljaga. Sve ono čemu sam učio Dejvida o kontrolisanju gneva urodilo je plodom. Preuzeo je stvar u svoje ruke i kazao: „Tata, previše si uzbuđen. Sedi, ja ću ovo da sredim“. Rado sam seo i ćutao dok je Dejvid bio smiren, lepo se ponašao i na kraju dobio naš prtljag.

Kao „25-procentaš“ previše sam se usredsredio na jedan detalj – kako su postupali prema nama – i zbog toga sam se preterano uzбудio. Sa druge strane, Dejvid je video celu sliku i mogao je da zadrži svoj mir. Bili smo u stranoj zemlji u kojoj se carina razlikovala od naše. On je sve to video kao jednu nezgodu i nije bilo potrebe da nam to kvari predivno putovanje koje smo planirali.

U ovom slučaju, prevladao je pristup „75-procentaša“. Međutim, u drugim situacijama, karakteristike „25-procentaša“ su bolje. Srećan je onaj ko je naučio kako i kada da koristi svoju snagu, a kada da dopusti drugima da preuzmu stvar.

„75-procentaši“ nemaju uvek visoko poštovanje prema „25-procentašima“. Pošto su ovi drugi osetljiviji, dublje osećaju i lakše ih je povrediti, „75-procentaši“ ih smatraju slabima, krhkima i plašljivima. Međutim, nisu previše osetljivi i ne pokazuju razumevanje za tuđe mišljenje. „75-procentaš“ lako može postati neosetljiv, nemaran, sebičan – čak i sociopata.

Kao roditelji ovog tipa dece, moramo, ne samo da održavamo njihova emocionalna spremišta punim, da bi mogla da shvate da ih volimo i brinemo za njih, nego i da ih učimo razumevanju i saosećajnosti. Naravno, takođe treba da ih učimo kako da na zreo način kontrolišu svoj gnev. Jak „75-procentaš“ koji nije dovoljno voljen, koji nikada nije naučio da razume i poštuje druge i koji je razvio još negativniji stav prema autoritetima uz pasivno-agresivno ponašanje, verovatno će se razviti u sociopatu.

Pošto su ova deca manje osetljiva i sklona su okrivljavanju drugih ljudi, mogu da imaju poteškoće u doživljavanju krivice. Za razvoj normalne savesti neophodna je izvesna količina krivice.

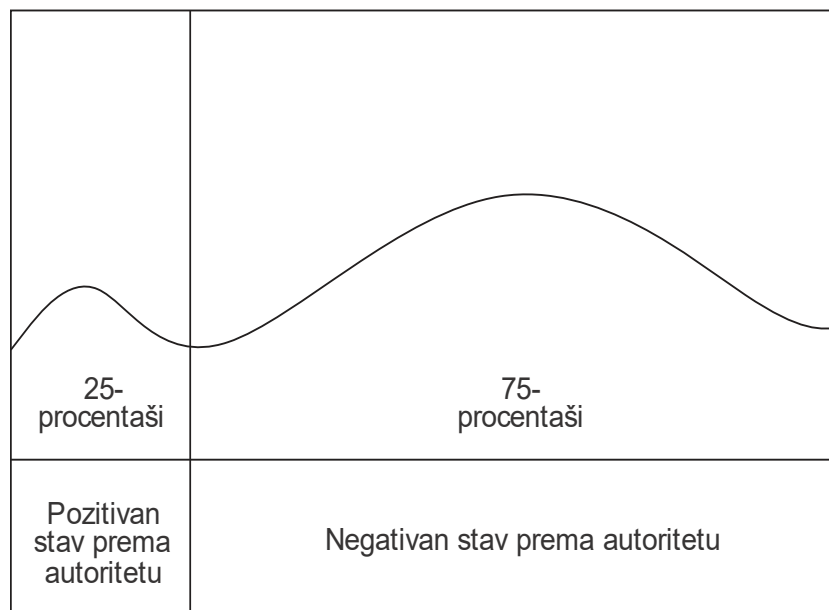
Kao roditelji, moramo da pazimo da ne slabimo krivicu koju deca osećaju. Najdelotvorniji način brisanja osećaja krivice jeste putem kazne. Kada dete istinski oseća krivicu zbog lošeg ponašanja, fizičko kažnjavanje će izbrisati osećaj krivice. To je jedan od razloga zašto se kazna mora primenjivati mudro i umereno. Kaznu *nikada* ne treba primenjivati kada dete istinski žali zbog lošeg ponašanja. Ako se tada primeni, sprečiće dete da razvije normalnu savest, a danas ništa nije tako rasprostranjeno kao nedostatak savesti. Jedan od glavnih razloga je preterana upotreba kazne, i to uz veoma malo bezuslovne ljubavi. Rezultat preteranog fizičkog kažnjavanja je sve veći broj sociopata.

Međutim, naši „75-procentaši“ su prirodne vođe. Potrebni su nam da brinu o svojim dragim sugrađanima sa razumevanjem i dobrom savešću.

Mi roditelji smo zaista u divnoj poziciji da ovaj svet učinimo boljim nego što smo ga zatekli. Dobro vaspitan „75-procentaš“ je redak užitak. To jest, brižan, nesebičan „75-procentaš“ sa dobrom

savešću koji se razvio u vođu, motivisan opštim dobrom, a ne samo svojom slavom. To je cilj vredan utrošenog vremena za nas roditelje, jer treba da pomognemo ovoj deci da se razviju u prave vođe.

STAV PREMA AUTORITETU



11. HRIŠĆANI I GNEV

Kao hrišćani, mi doživljavamo iste stresove i bolove kao i ljudi koji nisu hrišćani. Delimo sa njima slične gubitke, kao i lične strahove ili sećanja za koje bismo voleli da su drugačiji.

Kao ljudi koji veruju u Isusa Hrista mi znamo da bi trebalo da budemo drugačiji u nekom pogledu, i nadamo se da smo drugačiji u našim reakcijama i namerama. Ponekad smo čak u iskušenju da poverujemo da je „sve postalo novo“ i da je taj proces završen, u nama i van nas. Ali često moramo priznati da smo još uveliko u procesu i da se obećanje o savršenosti neće ispuniti do „dana Isusa Hrista“.

Oni među nama koji su već dugi niz godina hrišćani trebalo bi da su u stanju da izbegnu ponašanje koje izaziva gnev. Imamo reči Biblije i podršku crkve, i znamo kako Bog želi da se ponašamo u većini situacija.

Međutim, unutar hrišćanske zajednice vidimo izvesne aspekte života i vere koji zapravo povećavaju gnev, a zatim navode ljude da ga suzbijaju i potiskuju, umesto da preduzmu neke korake da to reše.

U ovom poglavlju obratićemo pažnju na mesto gde se hrišćani okupljaju – crkvu – i na dva zla koja direktno prete blagostanju i službi kako propovednika (sveštenika) tako i običnih ljudi koji žele da služe Bogu – pasivno-agresivni gnev i sociopatski stavovi i ponašanja.

REAGOVANJE PREMA AUTORITETU

Setićete se da smo u desetom poglavlju govorili o „25-procentašima“ i „75-procentašima“ i o tome koliko se razlikuju u svojim stavovima prema autoritetu. Na osnovu svoga opažanja došao sam do uverenja da je oko tri četvrtine populacije prirodno orijentisano protiv autoriteta, iako ne moraju neophodno tako i da se ponašaju. Međutim, ne pronalazimo takvu mešavinu svugde. Izuzetan primer neuravnoteženosti jeste zatvor, gde nalazimo veći procenat ljudi sa negativnim stavom prema autoritetu.

Pošto su „25-procentaši“ već u manjini, izgleda neverovatno da bi mogli biti u većini na nekim mestima. Međutim, ovu situaciju pronalazimo prečesto na mestu gde ne bi trebalo da je nađemo – u crkvi.

„25-procentaši“ su, kao što se sećate, divni ljudi. Ali oni žele i imaju potrebu da budu pod autoritetom, a mnogi od njih nisu naučili da dovoljno razmišljaju svojom glavom. Iako se na prvi pogled može činiti da je ova potreba da se bude pod autoritetom poželjna, ona ne ide u prilog lokalnoj crkvi ili carstvu Božijem. Čak ni ne odražava biblijsko učenje. Hristove reči o pokornosti autoritetu nisu samo za one koji imaju tu potrebu, nego za sve ljude, uključujući i one koji su putem teškog iskustva naučili da moraju biti pod autoritetom.

„75-procentaši“ koji su dostigli značajan nivo hrišćanske zrelosti očajnički su potrebni crkvi. Potrebni su nam u crkvenim klupama, jer donose zdrav – i biblijski – skepticizam. Ako su naučili kako da reše sopstveni negativan stav prema autoritetima i kako da kontrolišu gnev, i ako su dostigli hrišćansku zrelost, oni mogu da održe stabilnu ravnotežu u crkvi u vreme napetosti ili u vreme razmirica. Oni mogu da spreče ljude željne uticaja i vlasti da preuzmu kontrolu nad zajednicom i iskoriste je u svoje svrhe. Zreli „75-procentaši“ mogu biti mudre vođe koje su veoma potrebne u našim crkvama.

Viđamo ove ljude kako koriste svoje talente u poslovnom i profesionalnom svetu, kao i u vladi. Pa zašto su tako upadljivo odsutni iz crkve? Zašto neki hrišćani koji redovno dolaze u crkvu ne koriste svoje darove u crkvenoj službi?

Ne postoji jedan odgovor na ova pitanja. Međutim, znamo da neke ljude ograničavaju stavovi koje su čuli od izvesnih crkvenih vođa, a takođe znamo da su izvesne grupe hrišćana obeshrabrene ili sprečene u korišćenju svojih pravih sposobnosti. Jedna takva grupa koja je isključena iz značajnih službi u mnogim crkvama jesu žene. Ne želim da govorim o rukopoloženju za propovedničku/sveštenu službu, ali znam da postoje na stotine kreativnih načina da žene služe Bogu u crkvi, a koji ne zahtevaju rukopoloženje. Ipak, u previše mesta, žene su proterane u kuhinju ili dečiju sobu. Naravno, verujem da je vaspitanje dece jedna od najvažnijih odgovornosti crkve i treba biti data najkvalifikovanijim članovima i onima koji su najbliži Hristu. Međutim, moje mišljenje ne deli većina crkvenih vođa.

Kad crkva nema prirodan balans ljudi i kad joj nedostaju talentovane vođe, sklona je većem gnevu, jer se zaglibljuje u situacije i osećanja koje niko ne može da reši. Takođe, kad ljudima nije dozvoljeno da koriste Bogom date talente, skloni su da budu ogorčeni na organizaciju koja priča o darovima a onda sprečava njihovo korišćenje.

ZABUNA U VEZI SA GNEVOM

Iako viđamo mnogobrojne primere gneva u Bibliji i iako ne postoji nagoveštaj da se ljudi neće gneviti, izgleda da mnogi hrišćani tumače Bibliju na taj način. Kao razlog za to oni navode psalam 37,8, koji kaže: „Utišaj gnjev, i ostavi jarost“.

Mnogi hrišćani koje znam veruju da je gneviti se greh. Kad osete normalan gnev, dešavaju se dve stvari. Prvo, misle da ne udovoljavaju Bogu i zato osećaju krivicu. Ovaj osećaj krivice umanjuje njihovo samopoštovanje, utičući na to da se osećaju bezvredno. Mnogi hrišćani su skloni depresiji, zbog specifičnih ličnih karakteristika. Ova depresija sa vremenom može postati dublja i može izazvati još gneva.

Povećanje gneva prouzrokuje još jednu posledicu – potiskivanje gneva. Dok ovi ljudi sve više potiskuju gnev, njihova podsvest mora pronaći način da se sa njim izbori i pronađe izlaz. Najčešći izlaz je pasivno-agresivni stav i ponašanje. Kao što smo već videli, pasivno-agresivno ponašanje se usmerava na ljude od autoriteta, koji često nemaju ništa sa pravim uzrokom gneva.

Dakle, evo nas u crkvi sa ljudima koji su negirali svoj gnev, a zatim ga potiskivali dok se nije pojavio u vidu pasivno-agresivnih stavova usmerenih protiv autoriteta. Ko je najverovatnija meta kad ovaj podsvesni gnev počne da se ispoljava? U pravu ste – propovednik (sveštenik u tradicionalnim crkvama, a u protestanskim propovednik).

PROPOVEDNICI (SVEŠTENICI) U OPASNOSTI

Propovednička služba je postala jedno od najstresnijih zanimanja. Pošto živimo u društvu u kome ima tako mnogo negativnih stavova prema autoritetima, hrišćani su takođe prihvatili ove stavove. Ispoljavanje ovih stavova je vidljivo u načinu ophođenja prema propovednicima. Oni su izuzetno upečatljive osobe od autoriteta i kao takvi prirodne su mete za pasivno-agresivno ispoljavanje gneva.

Ovaj problem se ne smanjuje tokom godina, jer što duže poznaju propovednika, pasivno-agresivni ljudi će imati lošije stavove i ponašanje. U takvoj situaciji nije važno šta propovednik uradi ili ne uradi, on ne može da izbegne sve veće negodovanje, otpor i napade od strane onih kojima pokušava da pomogne.

Razgovarao sam sa mnogim propovednicima koje je ovaj fenomen slomio. Parohijani koji možda nisu učestvovali u ovakvom gnevnom ponašanju skloni su da ne preuzimaju odgovornost za ovu tragediju, već opravdavaju ponašanje gnevnik članova.

Džon Kiton je bio propovednik u crkvi u koju smo godinama odlazili moja porodica i ja. Bio je stvarno dobar čovek, i u toj crkvi je proveo sedamnaest godina. Sa njim i sa njegovom porodicom bili smo bliski poznanici. Bio je potpuno nesebičan čovek, jedan od najvećih nematerijalista koje poznajem. Brinuo je o svom stadi u usponima i padovima, u sreći i tuzi svih tih godina.

Ipak je teško poverovati da je istaknuti član crkve, Čarls, kinjio Džona svih tih godina. Čarls je bio dobro poznat u zajednici jer je bio ljubazan i dopadljiv. Njegovo mišljenje je takođe imalo određenu težinu u hrišćanskim krugovima.

Mislio sam da je Čarls zadovoljan svojim područjem uticaja. Ipak, skoro svakodnevno je kritikovao Džona, nazivajući ga „liberalcem“, tvrdeći da „ne propoveda ispravnu biblijsku nauku“ i da treba da ga se „otarasimo“. Tokom svih tih godina, Džon mu nikada nije uzvratio uvredom.

Nažalost, porodica sličnog mišljenja pridružila se crkvi. Suprug, Majk, bio je glasan kao i Čarls u izricanju optužbi, ali on je otišao korak dalje. Kad je izabran u crkveni odbor, iskoristio je svoj položaj i sa drugim članovima odbora razgovarao o njegovom neslaganju sa Džonom.

Konačno, Majk je predložio crkvenim članovima na koje je mogao da utiče da na sledećem sastanku otpuste Džona. Naravno, Majk nije o tome obavestio porodice koje su možda bile odane propovedniku Džonu, kao što smo bili mi. Na svu sreću, dovoljno nas koji smo razumeli situaciju bili smo u stanju da razjasnimo tu temu na sastanku i ubedimo razumne ljude u crkvi da bi takav potez uništio crkvu kao i upečatljivu službu.

Džon je na učtiv način prebrodio krizu i ostao u crkvi još tri godine pre nego što je prihvatio poziv crkve u drugom gradu. Zahvaljujem Bogu što je mogao da izdrži iskušenja pasivno-agresivnih stavova i preživi. On je i danas u propovedničkoj službi.

Na hiljade propovednika nije izdržalo kao Džon. U svojoj knjizi *Pastori u opasnosti (Pastors at Risk)*, H. B. London Mlađi (H. B. London, Jr) i Nil B. Vajzman (Neil B. Wiseman) izneli su rezultate istraživanja o propovednicima iz 1991. koje je sproveo Fulerov institut za crkveni rast. Statistika je veoma ozbiljna:

- 90 % propovednika radi više od četrdeset šest sati nedeljno
- 80 % veruje da propovednička služba negativno utiče na njihove porodice
- 33 % kaže da je njihova propovednička služba potpun rizik za njihove porodice
- 75 % je prijavilo značajnu krizu povezanu sa stresom, barem jednom u njihovoj službi
- 50 % se oseća nespremim da zadovolji potrebe toga posla
- 90 % smatra da nisu na odgovarajući način obučavani da se bore sa zahtevima službe
- 70 % kaže da imaju manje samopoštovanja sada nego kad su započeli službu
- 40 % je prijavilo ozbiljne sukobe sa ljudima iz crkve barem jednom mesečno
- 37 % je priznalo da su imali nedozvoljene seksualne odnose sa nekim osobama iz crkve
- 70 % nema nekoga koga smatraju bliskim prijateljem.¹

Ispitivanja su pokazala da je 40 % propovednika nameravalo da napusti službu u poslednja tri meseca. Osećaju kao da su se uhvatili u vrtlog sve složenijeg zanimanja koje veći naglasak stavlja na brojeve i administraciju nego na prave duhovne vrednosti.

¹ N. B. London, Jr. i Neil B. Wiseman, *Pastors at Risk* (Wheaton, Ill.: Victor, 1993), str. 22.

Savremene duhovne vođe su dvostruko napadnute – spolja i iznutra.

U crkvi su mnogi vernici upali u zamku svetovnosti. Propovednici se svakodnevno suočavaju sa slabom duhovnošću, raspadnutim porodicama, površnim obavljanjem dužnosti i opšteprihvaćenim crkvenim konzumerizmom koji više nije zainteresovan za požrtvovanost, patnju ili služenje. I dalje se koriste stare, otrcane fraze, ali se Isusu pripisuju nove ideje, prema kojima on obezbeđuje udobnost i sreću, ali ne postavlja nikakve uslove po pitanju ponašanja i novca. Iako mi toga nismo ni svesni, neprijatelj je sekularizovao crkvu a da mu se niko nije ni usprotivio.

Van crkve, propovednici se suočavaju sa novom mračnom erom u kojoj široke narodne mase nemaju hrišćanske poglede na svet, gde je najvažniji uspeh, a pitanja o veri su daleko ispod prioriteta prosečnog čoveka, ispod interesa za situaciju u školi, za najnoviji film, lokalnu fudbalsku utakmicu ili vikend zabavu. Svetovni ljudi jednostavno ne vide svrhu u duhovnim stvarima. Iako su ponekad velikodušni prema propovednicima (sveštenicima), oni misle da propovednici traće svoje živote zbog nekog apsurdnog razloga.²

Jedinstven razlog zbog koga gnev vernika utiče na sveštenike jeste taj što su neki članovi izuzetno „savesni“. Da li vam ovo zvuči čudno? Treba da zapamtimo da lične karakteristike mogu biti pozitivne u nekim situacijama, a negativne u drugim. Savesnost je obično pozitivna. Ali ako se izmanipuliše, može biti destruktivna.

Savesnost je u zabludi kad je zaprljana slavloljubivošću ili negativnim stavom prema autoritetima. Kad se ovo desi, član crkve može pogrešno da upotrebi svoju želju da služi Bogu stavljajući sebe iznad osobe od autoriteta, propovednika, i potkopavajući propovedničku službu i crkvu. Pošto je ovo danas sve uobičajenije, potrebni su nam zreli, oštroumni hrišćani koji će moći da štite osnovne službe u crkvi od uplitanja „preterano savesnih“ (pasivno-agresivnih) hrišćana.

Sećate li se kada su učenici Jakov i Jovan prišli Isusu da ga zamole za uslugu? Kad je pitao šta žele, odgovorili su:

„Oni mu pak rekoše: daj nam da sednemo jedan tebi sa desne strane i drugi sa leve u slavi tvojoj. No Isus im reče: ne znate šta tražite. Možete li ispiti čašu koju ja pijem, ili krstiti se krštenjem kojim se ja krštavam? Oni mu odgovoriše: možemo. Tada im Isus reče: čašu koju ja pijem picete, i bićete kršteni krštenjem kojim se ja krštavam; ali sesti meni sa desne ili leve strane, to ne dajem ja, nego pripada onima kojima je pripremljeno. I čuvši desetorica počеше negodovati zbog Jakova i Jovana. No Isus ih dozva i reče im: znate da oni koji važe kao vladari naroda gospodare nad njima i njihovi velikaši ih tlače. A među vama da ne bude tako. Nego ko hoće da bude prvi među vama, neka bude svima sluga; jer i Sin čovečiji ne dođe da mu služe, nego da posluži i da dade svoj život kao otkup za mnoge“ (Jevandjelje po Marku 10,37-45).

Zar to nije klasičan primer? Jakov i Jovan, sinovi groma, ili gneva, bili su tako „savesni“ da su želeli da budu „duhovniji“ od drugih učenika. To je upravo ono što se desilo kod Čarlsa i Majka.

² Ibid., str. 29.

Pokušavajući da budu „savesni hrišćani“, želeli su da budu „duhovniji“ stavljajući sebe iznad propovednika.

Tragično, propovednici koji istinski pokušavaju da *služe* najpodložniji su lošem ponašanju njihovih parohijana prema njima. Zašto? Zato što je lako kritikovati propovednike koji su osetljivi, brižni i skromni.

Ovo nije tip propovednika koje viđamo na televiziji ili čujemo na radiju, i nije potrebno mnogo talenta da bismo uporedili svoje propovednike sa propovednicima koji imaju „magnetske“ ličnosti.

Takođe, isuviše dobro poznajemo svoje propovednike i njihove porodice – uključujući i njihove mane. Kao što je Isus rekao: „I govoraše im Isus da prorok nigde nije bez časti – sem u postojbini svojoj, i u rodbini svojoj i u kući svojoj“ (Jevanđelje po Marku 6,4).

SOCIOPATE U CRKVI

Neizbežno poređenje naših propovednika i popularnih propovednika koji su javne ličnosti ne znači da oni popularniji svi teže ka slavoljublju. Ali, neki su upravo takvi.

Mas-medijski religijski fenomen omalovažio je crkvu i obezbedio pozornicu ljudima koje ja nazivam sociopatama zbog njihovog ponašanja. Sociopata ima urođenu sposobnost da zadobije poštovanje, ljubav i poslušnost izvesnih ljudi, naročito „25-procentaša“ koji izbegavaju da razmišljaju svojom glavom. Oni podsvesno traže snažnu i dinamičnu osobu koju će slediti, koja će misliti umesto njih, donositi odluke umesto njih i biti njihov vođa. Tada mogu da udovoljavaju vođi i da dobiju pohvalu i odobravanje za kojim žude.

Sociopate je teško precizno opisati. Lakše je uputiti na ekstremne primere koje svi možemo da prepoznamo. Ovo bi moglo biti zbunjajuće, osobito stoga što ja nisam toliko zabrinut za ekstremne sociopate. Mnogi koji prate sadašnja zbivanja u crkvi iskreno su zabrinuti zbog daleko podmuklijih sociopata. Kada kažem podmuklih, mislim da je njihove sociopatske karakteristike teško prepoznati.

Sociopate znaju šta je ispravno, ali im nije mnogo stalo do toga. Oni nemaju razvijenu savest i retko kada se kaju, brinu ili osećaju krivim. Što su sociopate ekstremnije, sve više veruju da je ono pogrešno što čine zapravo ispravno. To je naročito podmuklo kada je osnovni cilj njihovog ponašanja pogrešan, ali njihovo ponašanje izgleda dobro *neko vreme*, dok se konačno ne sazna istina.

Najopasniji sociopata je u stanju ne samo da se ponaša lepo, nego i da svoje slušaoce izoluje od izvora informacija koje se ne slažu sa onim što on javno govori. On se stara da hrišćani slušaju samo njegova „učenja“. Sam sebe postavlja za „autoritet“ i ne ohrabruje svoje sledbenike da misle svojom glavom ili da provere da li je istina ono što govori. On smatra da greši svako ko se sa njim ne slaže – da je čak i bezbožnik.

Izvrtnje istine je veoma rasprostranjeno među hrišćanima danas. Kontrolisanje informacija kojima su hrišćani izloženi omogućuje sociopati da meša istinu i neistinu kako njemu odgovara. Tada može da manipuliše vernicima zarad svojih ciljeva.

Sociopate žude za novcem, vlašću, ponekad za seksom, obično tim redosledom. Najbriljantniji se tako ponašaju da ih nikada ne uhvate da rade bilo šta pogrešno. Manje briljantni mogu da završe u zatvoru ili da budu posramljeni.

Dok mas-mediji nisu načinili religiju tako unosnom za preduzimače, malo pravih sociopata je bilo uključeno u crkvene ili paracrkvene organizacije. Ali pošto te ljubazne, prijatne i manipulativne osobe sada koriste crkvu za moć i blagostanje, dominacija sociopata raste.

Sociopate mogu da izgledaju dobro spolja, ali njihov primarni cilj je da koriste ljude za ličnu korist. Među profesijama koje se bave mentalnim zdravljem, sarkastična definicija za sociopate je

neko koga svi vole, koji može da vas nagovori da mu pozajmite sto dolara i da učini da vam bude drago zbog te privilegije. Da li vas to podseća na nekoga? Isus je pitao neke od onih koji su ga sledili:

„A što me zovete: Gospode, Gospode, a ne činite što govorim? Pokazaću vam na koga liči svako ko dolazi k meni, te sluša moje reči i izvršuje ih. Sličan je čoveku koji gradi kuću, iskopa duboko i postavi temelj na steni. A kad dođe bujica, navali reka na tu kuću, ali ne može da je pokrene, zato što je dobro sagrađena. A ko je čuo, pa nije izvršio, sličan je čoveku koji je sagrađio kuću na zemlji bez temelja, na koju navali reka, i odmah se sruši. I bi veliko rušenje te kuće“ (Jevanđelje po Luki 6,46-49).

Pitam se da li je Isus govorio o sociopatama. Ono što najviše uznemiruje kad su sociopate u pitanju jeste to što oni ne vide ništa loše u onome što čine. Oni su potpuno ubeđeni da su u pravu. Zatim su u stanju da ubede mnoge druge da oni govore istinu. Svakako da nema ničeg lošeg u povećavanju znanja i razlučivanju šta je biblijska istina a šta nije. Međutim, kada ovi ljudi proglašavaju da su oni glavni nosioci istine, tada predstavljaju opasnost za one koji ih slede, ali i za crkvu. Propovednička služba koja se gradi na sociopatskim motivima, kao što je sticanje moći, zaista je kuća bez temelja. Zašto Hrista nazivaju „Gospode“ kad je temelj na kome oni grade u stvari njihovo lično uzvisivanje? Ipak, neki su toliko lukavi i vešti, a neki hrišćani toliko naivni, da ovakve vođe kontrolišu narod čak i pošto njihova dela izađu na videlo.

KO JE PASTIR A KO NAJAMNIK?

Kako možemo znati da li je propovednik ili vođa neke organizacije sociopata ili istinski sluga? Mnogo puta je nemoguće precizno reći i treba da budemo veoma obazrivi koga sledimo i koga osuđujemo. Obično je nemoguće razumeti nečiji karakter dok ne poznajemo tu osobu dobro bar dve godine. Takođe je jasno da ne možemo nekoga poznavati samo sa televizije ili radija, ili nakon jedne ili dve propovedi sa propovedaonice.

Nekoliko biblijskih izveštaja i odlomaka nude nam pomoć u procenjivanju onih koji traže mesto vođe. Razmotrite izveštaj o Avesalomu iz Starog zaveta, kao i pitanja Jakova i Jovana, ili Pavlovu odbranu svoje apostolske službe od nekih o kojima je rekao: „Jer takvi ljudi su lažni apostoli, prevarljivi radnici, koji se pretvaraju u Hristove apostole. I nije čudo; jer i sam satana uzima vid svetlog anđela. Nije onda ništa veliko kad se i njegove sluge pretvaraju u sluge pravednosti; njihov svršetak biće po njihovim delima“ (2. Korinćanima 11,13-15).

U Pričama Solomonovim čitamo: „Ne veličaj se pred carem i ne staj na mesto gde stoji vlastela.

Jer je bolje da ti se kaže: hodi gore, nego da te ponize pred knezom... Jesti mnogo meda nije dobro, i istraživati slavu nije slavno“ (Priče Solomonove 25,6-7.27).

I u Jevanđelju po Mateju nalazimo Hristove reči: „Ko uzdiže samoga sebe – biće ponižen, a ko unizi samoga sebe biće uzdignut“ (Jevanđelje po Mateju 23,12).

Jedno je sigurno: svi mi moramo dobro da se čuvamo sociopata. Zbog lošeg vaspitanja, kao i zbog sve većeg uticaja medija, njihov broj se povećava. U početku mogu izgledati kao dobri ljudi, ali kad se ustoliče, tada koriste ljude za svoj uspeh.

Pošto je sklonost prema ovom zlu stara koliko i ljudski rod i pošto je možemo sresti u bilo kojoj oblasti života, ona je stekla prevelik uticaj u religijskom svetu, kad su duhovni autoriteti prešli iz lokalnih verskih zajednica u organizacije koje šire svoja učenja preko mas-medija. Mnogi od ovih „popularnih“ portparola šire informacije koje su neistinite, ali donekle uvijene velom istine. Veoma

je teško razlikovati koji je deo istinit a koji lažan, još je teže postaviti pitanje ili se suprotstaviti osobi koja govori.

ŠTA JE NAŠ IZAZOV?

U knjizi o deci i gnevu ovo poglavlje može izgledati kao odstupanje od glavne teme. Ali ja ne mislim tako, pošto vi i vaša porodica verovatno idete u crkvu u kojoj ima problema sličnih onima koje smo pomenuli, a takođe i zato što vam je poznato kako se religija zloupotrebljava. Najveća Božija briga odnosi se na naš karakter i to takođe treba da bude i naša briga, naš karakter kao i karakter naše dece, ali i karakter onih koji imaju uticaja na našu porodicu, naročito u crkvi. Važan deo karaktera je čestitost, a setićete se da čestitost obuhvata govorenje istine, držanje obećanja i preuzimanje odgovornosti za sopstveno ponašanje. Ovaj standard važi za sve, čak i za „slavne ličnosti“ i „stručnjake“.

Razgovarali smo o dvema štetnim silama koje su na delu danas, pasivno-agresivnom gnevu koji potkopava propovedništvo (sveštenstvo u tradicionalnim crkvama) u tako mnogo pomesnih crkava i sociopatskim stavovima i ponašanju koji sve više dominiraju crkvenom scenom. Oba ova zla rezultat su lošeg vaspitanja: pasivna agresija nastaje zbog toga što roditelji ne uče decu da kontrolišu gnev na zreo način, a sociopatija nastaje zbog toga što roditelji ne pružaju deci dovoljno brige i usmerenja.

Ovim rečima ja ne osuđujem roditelje; oni ne mogu sami da vaspitavaju decu. Roditelji treba da razumeju kako da podižu svoju decu da bi bili čestiti ljudi koji mogu postati zrele odrasle osobe. Većina roditelja nema dovoljno informacija ni znanja o tome šta je njihovoj deci potrebno.

Jedan od razloga zbog kog sam uključio ovo teško i rizično poglavlje u knjigu jeste da pomognem roditeljima da prepoznaju dinamiku međusobnih odnosa do kojih može doći na mestu koje je njima i njihovoj deci veoma važno – a to je crkva. Kao roditelji mi treba da obezbedimo pozitivno i pobožno crkveno iskustvo svojoj deci, ono koje će ih približiti Bogu i načinu života koji Bog želi za njih. Želimo da postanemo brižne osobe, koje će više hteti da služe, nego da drugi služe njima.

ŠTA JE SA BUDUĆNOŠĆU?

Nekoliko stranica ranije ostavili smo svoje „75-procentaše“ i sada treba da im se vratimo, jer su nam potrebni. Zapamtite, oni su indirektno protiv autoriteta, što znači da im nije potrebno da imaju neki autoritet iznad sebe da bi imali dobro mišljenje o sebi. Nisu im potrebni odobravanje i pohvale od osoba od autoriteta.

Ovi mladi ljudi su buduće vođe, a ipak se suočavaju sa zamkama dok odrastaju. Oni na koje snažno utiče naše društvo i koji ne uspeju da razviju zreo način kontrolisanja sopstvenog gneva postaće pasivno-agresivni. Ako nastave da se opiru autoritetima, verovatno će napustiti crkvu.

Ipak, oni *mogu* da razviju snažne leaderske sposobnosti, a takođe i da ostanu pri svome u sukobima. Oštromni „75-procentaš“ zdravog hrišćanskog karaktera koji dobro kontroliše gnev i koji je u stanju da razlikuje iskreno propovedništvo od socioptaskog zaista je redak. Danas su nam u crkvi očajnički potrebni ovakvi ljudi.

Mi se nadamo i molimo da će sva naša deca postati oštromni ljudi koji mogu da donose zdrave odluke i da na zreo način kontrolišu svoj gnev. Mi želimo da naša deca budu u stanju da prave razliku između pravog, odgovornog, duhovnog autoriteta od lažnog autoriteta koji traži sopstvenu slavu i koji nikome nije odgovoran. Tek tada će crkva biti utočište nade, odmora, preporoda i obožavanja, i imaće duhovni uticaj koji Hristos i želi da crkva ima na društvo.

Molim se Bogu da svako dete ima crkveno okruženje koje je toplo i pozitivno i u kome će moći da raste u poznavanju Boga.

12. DECA SA POSEBNIM PROBLEMIMA

Kod malog procenta dece izgleda da ništa ne deluje. Roditelji i nastavnici mogu da urade sve kako treba, a da ipak imaju „problematičnu decu“. Tokom poslednjih decenija otkrili smo mnogo više o nekim nedostacima koji mogu biti velika smetnja deci i koji mogu izazvati haos u kući i učionici. Kad budete upoznali Džejsa, Meta i Rika možda ćete se prisetiti neke dece koju poznajete.

DŽEJMS

Džejs je bio srećan dečak. Od rođenja pa do sedme godine nije imao nikakvih neobičnih problema. Prohodao je kad je trebalo i progovorio na vreme. Bilo je lako naučiti ga da ide na nošu. Po svemu sudeći, bio je prosečno dete.

Ono što niko nije shvatao jeste da je on učio sve napamet, samo da bi prošao taj dan u školi. Džejsova majka, Emili, vrlo promućurna žena, uvidela je da nešto nije u redu, ali nije mogla da pronađe nikoga ko bi joj mogao reći šta nije u redu. Svi su joj govorili: „Dečaci će uvek biti dečaci“.

Kad mu je bilo sedam godina, bilo je vrlo teško izaći sa njim na kraj. Često je optuživao Emili da ga ne voli i stalno se svađao sa njom. Nikad nije imala utisak da razgovara sa njim na prijatan, materinski način.

Kad mu je bilo osam godina, Džejs je počeo da ima probleme u školi, jer su predmeti postajali sve apstraktniji. I dalje je pokušavao da zapamti sve, ali jednostavno nije mogao i ocene su počele da slabe. U očajanju, sve više energije ulagao je u učenje lekcija, jer je zaista želeo da bude dobar. Mesec dana je izdržao tim tempom, a onda se toliko iscrpeo zbog potrošene energije da više nije mogao da nastavi. Tada su mu ocene ponovo oslabile, zbog čega se uspaničio i postao depresivan.

Kako je Džejsova koncentracija slabila, imao je probleme i prilikom pamćenja jednostavnih zadataka. Takođe je počeo da se ponaša problematično kod kuće i u školi. Počeo je da pravi čudne pokrete telom, ali ih je toliko vešto krio da ih niko nije ni primećivao. Reкао je Emili da želi da pusti kosu. Razlog za ovo je bio što će tada moći da uvija kosu oko prsta i sklanja je sa očiju, pa će prikriti svoje nervozne pokrete. Takođe je počeo da vuče nogu, lupkajući đonovima. Kao što možete pretpostaviti, Džejs se jedva provukao te godine u školi.

Kad je počela sledeća godina, imao je još više problema i njegovo ponašanje se pogoršalo – bio je još neposlušniji i bilo ga je teže obuzdati. Kad je počeo sa nastupima gneva, njegovi roditelji su ga doveli k meni.

Posle moje procene, shvatili smo da je bio depresivno dete sa veoma niskim stepenom samopoštovanja. Podsvesno je osećao da nikom nije stalo do njega. Takođe, bio je prepun skrivenog gneva, naročito prema osobama od autoriteta. Pasivna agresija počela je da se ispoljava u vidu lošeg ponašanja prema osnovnom autoritetu u njegovom život – njegovim roditeljima, kao i nastavnicima.

Otkrili smo tri razloga zbog kojih je Džejs imao toliko problema u školi. Prvo, imao je *problema sa opažanjem (percepcijom)*. Informacija koja je dolazila u njegov mozak obrađivana je na izvrnut način i zbog toga je gradivo za njega bilo zbunjujuće. Drugo, bio je *depresivan*, a depresija može da poveća ili stvori problem sa učenjem, jer je tada mnogo teže skoncentrisati se. Treće, ponašao se *pasivno-agresivno*, protivio se autoritetima namerno, ali nesvesno, dobijajući loše ocene. Međutim, on nije bio svestan da je to bio njegov cilj.

Kad je došao da razgovara sa mnom, Džejsmu je loše išlo u svim aspektima života. Njegove poteškoće sa učenjem pretvorile su se u pravi životni problem. Njegovi negativni stavovi prema autoritetima takođe su izmakli kontroli. Iako tako mlad, bio je protiv svega što su zastupali njegovi roditelji, uključujući i duhovnost. Mrzeo je crkvu i nedeljnu školu, i neprestano je remetio časove u školi.

Počeli smo da lečimo Džejsma od depresije i posavetovali njegove roditelje da ga podstiču da oslobađa gnev iz sebe koji ga je uništavao. Posle ovih koraka, potražili smo neophodnu pomoć i od školskog pedagoga.

Posle nekoliko meseci terapije, Džejs se znatno popravio i bio je u stanju da bude nežno dete prema svojim roditeljima, i da prima ljubav koju su oni toliko želeli da mu daju. Ispoljavanje nežnosti i ljubavi sad mu je bilo prijatno i mogao je zaista da veruje da njegovi roditelji misle ono što kažu, jer je počeo da razvija pozitivnu sliku o sebi.

U Džejsmovo lečenje uključili smo i jednog školskog pedagoga, jednu ženu koja mu je pomogla da izađe na kraj sa pasivnom agresijom i negativnim stavovima o učenju koji su se u njemu razvili. Najpre je radila na stvaranju ličnog odnosa sa Džejsom. Zatim je na toj vezi razvila mnogo pozitivniji stav prema školi. Takođe ga je upisala u programe za specijalno obrazovanje koje mu je bilo potrebno i pomogla njegovim nastavnicima da shvate kako da učine da se Džejs oseća dobro i da bolje uči.

Kad se njegov gnev slegao i depresija nestala, Džejs je postao manje pasivno-agresivan i negativan prema autoritetima. Po prvi put je bio prijemčiv i za duhovno učenje.

Džejs je imao sreće da ima majku koja tako dobro opaža stvari i koja nije htela da prihvati izjavu „dečaci će uvek biti dečaci“ kao odgovor na svoj problem. I Emili i njen suprug su zaista uložili iskren napor da bi radili sa mnom i školskim pedagogom kako bi Džejsu pružili bolju šansu u životu. Uz strpljenje i vreme, dajući mu primer u svom domu, moći će da mu pomognu da postane odrastao čovek koji će slediti njihove duhovne vrednosti.

DECA SA PERCEPTIVNIM NEDOSTACIMA

Osim što moraju da se bore sa istim problemima koje imaju druga deca, deca sa nedostacima u opažanju takođe moraju da se bore sa svojim posebnim poteškoćama.

Pošto je život sve teži za njih, skloni su da na svaki mogući način ispoljavaju negativan stav prema autoritetima. Dok odrastaju, skloni su nestašlucima, čak i kriminalnim radnjama. Nedavna studija pokazuje da će dečaci adolescenti sa dijagnostikovanim problemima u opažanju verovatno učestvovati u maloletničkoj delikvenciji. Zapravo, izgledi da će im se suditi za delikvenciju 220 % su veći za njih nego za njihove nehendikepirane¹ vršnjake!

Deca sa perceptivnim problemima obično su depresivna, a depresija je stvar koju očajnički želimo da izbegnu sva deca i tinejdžeri. Što je dete depresivnije, to je sve gnevnije. Depresija izaziva gnev, a verovatnije je da će gnevna deca postati pasivno-agresivna.

Kada uzmemo već depresivno, pasivno-agresivno, hendikepirano dete i dodamo mu „normalnu“ depresiju i pasivno-agresivno ponašanje koje donosi adolescencija, imaćemo dete koje je duboko depresivno i duboko pasivno-agresivno.

Mnogo pre nego što ovakvo dete možemo da učimo vrednostima, treba da mu pomognemo da izađe na kraj sa svojim gnevom i depresijom. Treba da mu pokažemo da ga bezuslovno volimo i da

¹ Hendikep (*med.*) označava stanje umanjениh telesnih ili psihičkih sposobnosti koje pojedince dovode u neravnopravni, a često i podređeni položaj u odnosu na druge.

pokušavamo da razumemo njegov problem. Tek tada se nalazimo na putu da mu pomognemo da izgradi iskrene odnose, uključujući i odnos sa Isusom Hristom.

POREMEĆAJI MANJKA PAŽNJE I HIPERAKTIVNI POREMEĆAJI MANJKA PAŽNJE (ADD I ADHD)

Poslednjih godina naš sistem obrazovanja je postao mnogo stručniji u prepoznavanju dece sa problemima u opažanju. Termini poremećaji manjka pažnje i hiperaktivni poremećaji manjka pažnje danas su vrlo dobro poznati. Ova stanja su veoma složena, ali mnogi obični ljudi su dostigli značajno razumevanje u vezi sa tim kako pomoći ovakvoj deci. Dok ovo čitate, pogledajte grafikon koji se nalazi na kraju ovog poglavlja.

Želim da posmatramo ova dva poremećaja zajedno, pošto imaju mnoge sličnosti. Deca u obema kategorijama kontrolišu svoj gnev na nepravilan i štetan način. Oba tipa dece takođe imaju dva neurološka problema –poteškoće sa opažanjem i kratkotrajnu pažnju. Hiperaktivni poremećaj manjka pažnje dodaje elemente hiperaktivnosti, mada ja pretpostavljam da su hiperaktivnost i kratkotrajna pažnja toliko blisko povezani da ih možemo razmatrati zajedno.

Dete sa *kratkotrajnom pažnjom* ne može da se usredsredi ili koncentriše dovoljno dugo da bi moglo nešto dobro da nauči. Njegova pažnja ide sa jedne stvari na drugu i ono izgleda nemirno, nepažljivo i nespretno – hiperaktivno.

Dete sa hiperaktivnim poremećajem manjka pažnje ima ozbiljan problem u vezi sa usredsređivanjem na roditelje. Zbog toga je roditeljima još teže da održe njegovu pažnju dovoljno dugo da bi mu preneli pozitivno osećanje ljubavi. Roditelji su takođe primorani da se usredsređuju samo na probleme deteta i uzastopno upadaju u zamku ispoljavanja negativnih osećanja prema detetu.

Ovaj začarani krug se nastavlja: dete skriva gnev prema roditeljima, jer se oseća nevoljenim i neprihvaćenim, a roditelji, iznervirani, istresaju gnev na dete. Dete je takođe ljuto na sebe zbog „neuspeha“. Rastuća depresija povećava gnev u njemu.

Ja ne volim da deci dajem lekove, ali ponekad je mudro i humano učiniti tako nešto. Lek Ritalin (Methylphenidate) često je dobar za decu sa hiperaktivnim poremećajem manjka pažnje, tako da detetova pažnja može da se dovede u normalu i da bi moglo da se usredsredi na roditeljsku ljubav. Video sam mnoštvo dece koja su posle uzimanja Ritalina prvi put u životu mogla da prihvate roditeljsku ljubav. Naravno, najvažniji faktor za održavanje detetovog emocionalnog spremišta punim jeste roditeljska безусловna ljubav pokazana putem gledanja u oči, fizičkog dodira i usredsređene pažnje. Ali ako dete ima probleme sa primanjem te ljubavi zbog svoje kratkotrajne pažnje, mogu mu pomoći Ritalin ili neki drugi lekovi.

Drugi neurološki faktor kod hiperaktivnog poremećaja manjka pažnje jeste *perceptivni*. U jednom ili više od pet čula, naročito kad se tiče čula vida i sluha, dete pogrešno opaža i pogrešno razume ono što vidi ili čuje. Najčešći problem opažanja jeste *izvrtnje*, ili gledanje odraza nekog slova ili reči u ogledalu. Dete može videti *zov* umesto *voz*, ili *b* umesto *d*. Ovo stanje može izazvati poteškoće pri čitanju, tj. *disleksiju*.

Detetu sa problemima u opažanju takođe će biti teško da na pravi način prima osećanja od drugih, i zato će biti sklono da osećanja prima na negativan način. To je razlog zbog kog perceptivno hendikepirano dete oseća da njegovi roditelji i druge osobe od autoriteta ne brinu o njemu. Naravno, u većini slučajeva, oni zaista brinu, ali dete to ne oseća i zato je ljuto i depresivno.

Deca sa hiperaktivnim poremećajem manjka pažnje izuzetno su sklona dečijoj i adolescentskoj *depresiji*. Nju je teško prepoznati jer nije tako očigledna kao kod odraslih. Obično počinje kada dete

ima sedam ili osam godina i produbljuje se do tačke u kojoj predstavlja značajan problem do detetove devete godine.

Dečija depresija izaziva smanjenje pažnje i naravno pogoršava već postojeću kratkotrajnu pažnju. Zbog toga dečija depresija smanjuje dečiju sposobnost koncentrisanja, pamćenja i jasnog razmišljanja. Takođe izaziva velike količine gneva koji vodi do pasivno-agresivnih stavova i ponašanja.

Adolescentska depresija je obično jača i ispoljava se u vidu raznih poteškoća. Na svu sreću, lekari su mnogo napredovali u prepoznavanju i lečenju depresije i kod dece i kod tinejdžera. Kao i mnogi drugi doktori, ja bih prepisao dve vrste lekova za takvu decu – jedan da im produži pažnju, kao što sam ranije pomenuo, i drugi koji kontroliše depresiju. Ja cenim antidepresive pošto su bezbedni, od njih deca ne postaju zavisna pošto deluju na „prirodan“ način. Pod ovim podrazumevam da oni ne samo da čine da se dete oseća dobro, nego i ispravljaju biohemijsku neravnotežu izazvanu depresijom – koncentraciju tri hormona: norepinefrina, dopamina i serotonina. Viđao sam decu u depresiji kojoj ništa osim antidepresiva nije moglo da pomogne.

Na nesreću, mnogi ljudi misle da su perceptivno hendikepirana deca lenja ili tvrdoglava ili jednostavno „glupa“. Oni ne shvataju da takvo dete ne prima informacije iz svoje sredine kao prosečno dete. Njegovo shvatanje sveta je izvrnuto.

Zamislite dečiju dilemu. Ono je ljuto zato što ne može da razume školski zadatak i zato što mu roditelji prigovaraju zbog toga. Zbog toga ne oseća da ga roditelji razumeju. Takođe, ne slaže se dobro ni sa vršnjacima i oseća se izolovano. Do vremena adolescencije ono će patiti od nekoliko poremećaja ponašanja, kao i emocionalnih poremećaja.

MET

Jednog popodneva pre nekoliko godina otišao sam na bejzbol utakmicu moga sina Dejla. Prepoznao sam Meta, člana protivničke ekipe, pošto je zajedno sa svojim roditeljima bio kod mene ranije te godine. Sa trinaest godina bio je perceptivno hendikepiran i predstavljao je neprijatnost za komšije.

Pronašao sam mesto odmah pored Larija, Metovog starijeg komšije, baš kad je Met prilazio palici.

„Hej Lari“, pozvao ga je Met, „koja strana baze je desna? Mislim da sam dešnjak. Dečko koji je upravo udario je levoruk. Treba li da stanem na njegovo mesto?“

„Ne, Met“, nestrpljivo je odgovorio Lari. „Treba da stojiš na drugoj strani.“

Lari se okrenuo ka meni. „Zar nije glup? Ne zna koja je desna a koja leva strana.“

„Možda ima nekih problema sa učenjem“, rekao sam.

„Naravno da ima! Da nije toliko nespretan mogao bi nešto da nauči.“

„Ne, stvarno Lari“, nastavio sam, „postoje ljudi koji ne razlikuju desnu stranu od leve.“

„To je nemoguće. Ne postoji nikakav problem u vezi sa njim koji dobro povlačenje za uvo ne bi izlečilo!“

Jadni Met! Pored uobičajene zabrinutosti zbog takmičenja, on je bio dodatno uznemiren zbog poteškoća u opažanju i ne naročito razumnih komšija. Na svu sreću, njegovi roditelji i nastavnici u školi prepoznali su ovaj problem i pomogli mu.

Veoma je važno da roditelji dece kao što je Met svakodnevno pune emocionalna spremišta svoje dece. Deci sa umanjenim sposobnostima opažanja je veoma teško da razumeju pozitivna osećanja prema njima. Zbog toga im je od strane njima dragih ljudi potrebna dodatna ljubav, fizički dodir i usredsređena pažnja.

Da bismo iskazali ljubav, služimo se gledanjem u oči koje obuhvata vizuelno opažanje; fizičkim dodiranjem koji je izuzetno složen osećaj; i usredsređenom pažnjom koja zahteva gledanje, slušanje i posedovanje izvesnog stepena logike. Ako u bilo kojoj od ovih oblasti postoji problem sa opažanjem, dečije shvatanje je izvrnuto, tako stvarajući ogromnu frustraciju i kod deteta i kod odraslih koji pokušavaju da komuniciraju sa njim.

Ne oseća samo dete veliki bol, jer i njegovi roditelji prolaze kroz mnoge emocionalne krize pre nego što se uhvate u koštac sa činjenicom da njihovo dete ima problema sa opažanjem. Oni mogu da poriču da problem postoji. Zatim vode dete kod drugih lekara da bi čuli još neka mišljenja. Takođe se osamljuju, misleći da ih niko ne razume.

Dalje, počinju da osećaju krivicu, jer misle da su oni izazvali problem. Oni preispituju način vaspitanja: „Da li smo bili previše strogi? Da li smo bili previše popustljivi?“ Tada nastupa gnev: „Mi sigurno nismo krivi. Uradili smo sve što smo mogli. Verovatno je kriv lekar koji ne zna o čemu priča. I škola — oni ne znaju kako da obrazuju decu na pravi način!“

Na kraju, roditelji počinju da okrivljuju jedno drugo. Kada dete to vidi, oseća se uplašeno i postaje još depresivnije. Roditelji koji zaista vole svoje dete, u tom trenutku treba da odu na savetovanje. Tamo će pronaći nadu kao i posebne informacije o tome kako da reše problem svoga deteta.

Kada dobiju nadu, ublažiće gnev i depresiju deteta.

RIK

Rik, lepuškasti desetogodišnjak tamnih očiju, ušao je u svoju kancelariju, idući ispred svoje majke Džojse.

„Siguran sam da ćete otkriti šta nije u redu, doktore Kembel“ rekao je. „Moja majka mnogo brine za mene. Ponekad čak i plače. Mrzim kad je vidim takvu. Možda ćete joj reći nešto zbog čega će se osećati bolje.“ Kakvo divno dete!

Džojse je bila samohrana majka. Njen suprug ih je napustio pre godinu dana, baš kad je Rikov problem u školi počinjao da izlazi na videlo. Ona je bila iskrena majka koja je pokušavala da uradi sve za Rika.

Njegov nastavnik joj je rekao da je sa Rikom sve u redu, osim što ima višak majčinske pažnje! „Toliko pokušavate da mu nadoknadite očevo odsustvo, da ste ga razmazili. On može da čita. Samo je tvrdoglav da bi dobio što veću pažnju“, rekao je nastavnik odlučno.

I tako, naoružana ovim mišljenjem, Džojse je Riku poklanjala manje pažnje. Ništa nije vredelo. Problemi sa njegovim ponašanjem su se povećavali, a ocene su mu bile sve slabije. Tada ga je Džojse dovela k meni.

Posle moje procene, pozvao sam Rika i njegovu majku u kancelariju. Rekao sam: „Dobro, Rik, videćemo šta možemo učiniti da se i ti i tvoja majka osećate bolje“.

Zajedno su radili neke testove koji su pokazali da Rik ima problem sa opažanjem i blagi nedostatak pažnje. „Ne brini, ti si bistar dečak, Rik. Sumnjam da si toliko tvrdoglav da ne bi pokušao da čitaš. Mislim da je sve u redu sa tobom i zato ću pokušati da ti pomognem.“

Rikove oči su zablistale. „Slušaj ovo mama. Ipak nisam glup. Ne moraš više da se brineš za mene.“

Rik se osećao veoma odgovornim zbog toga što je njegova majka nesrećna. Kad smo započeli lečenje, Rik se oslobodio osećaja krivice zbog kojih se osećao veoma depresivno.

POZNATE LIČNOSTI SA HIPERAKTIVNIM POREMEĆAJEM MANJKA PAŽNJE

Kad radim sa decom koja imaju hiperaktivni poremećaj manjka pažnje, volim da njima i njihovim roditeljima kažem o poznatim osobama koje su imale isti problem. Naglašavam svoje verovanje da hiperaktivni poremećaj manjka pažnje i poremećaj manjka pažnje imaju pogrešna imena, i da ova deca nemaju „poremećaj“. To su normalna deca koja su rođena sto pedeset godina kasnije i zbog toga imaju škole koje im nude vrstu učenja koje predstavlja poteškoću za perceptivno hendikepiranu decu.

Kad pohađanje škole ne bi bilo obavezno za sve, ljudi sa problemima u opažanju mogli bi da uče na neki svoj način. Ja sam ljubitelj istorije i pre nekoliko godina primetio sam da su mnogi naši istaknuti preci imali problem sa opažanjem. Moj omiljeni je Kit Karson (Kit Carson). Pošto je odrastao u Novom Meksiku u SAD-u, bio sam fasciniran koliko je napredovao u svim aspektima života na državnoj granici tih hiljadu osamstotih godina. Ne samo da je bio umešan u najznačajnije događaje na jugozapadu, već je imao dobro srce i iskreno se brinuo o starosedecima. Španski Amerikanci su ga veoma voleli, a tadašnji politički lideri su ga veoma poštovali.

Nekoliko ljudi je napisalo biografiju o Kitu Karsonu, a na kraju je on napisao autobiografiju. Imao sam poteškoće da pronađem njegov poslednji rad, jer nije bio visoko cenjen. Kad sam konačno nabavio primerak, počeo sam da shvatam da je imao hiperaktivni poremećaj manjka pažnje. Posetivši njegov muzej u Taosu, bio sam zapanjen kad sam pročitao njegove beleške i pisma, i tada sam shvatio zašto je njegova autobiografija predstavljala jedan od nekoliko njegovih neuspeha. Njegov rukopis i stil pisanja bili su veoma slični mnogim osobama sa tim poremećajem koje poznajem.

Jedan od mojih omiljenih savremenika je O. D. Mek Ki (O. D. McKee) koji je osnivač čuvenih pekara u Tenesiju i proizvođač nadaleko čuvenih konditorskih proizvoda. Kakva inspirativna priča!

Volim da kažem deci sa hiperaktivnim poremećajem manjka pažnje da skoro svaka osoba sa tim poremećajem ima neki dar ili talenat. Nažalost, ovim talentima nije uvek dopušteno da cvetaju zbog problema o kojima smo već govorili. Ove porodice treba da znaju da u njihovoj deci postoji posebna snaga. Njihov jedinstveni dar biće otkriven ako roditelji razumeju kako da uče decu da pravilno kontrolišu svoj gnev. Samo tako se može sprečiti prkosno pasivno-agresivno ponašanje i negativan stav prema autoritetima. Skoro uvek ovaj tip gneva sprečava dete da otkrije i koristi svoj talenat – koji je po prirodi obično karakterističan za oblast tehnike, ali može da se razvije i u svakoj drugoj oblasti.

Konačno, volim da kažem ovoj divnoj deci i njihovim roditeljima da *svako* ima problema sa opažanjem. Niko nije perceptivno savršen. Znae kakvi su rezultati ako vam deset ljudi priča svoju verziju nekog događaja. Možda se sećate dečije igre pokvarenog telefona, kada jedna osoba kaže sledećoj neku poruku, koja se zatim prenosi dok poslednja osoba ne kaže ono što je čula.

Problemi većine dece sa umanjnim sposobnostima opažanja mogu da se smanje ako se otkriju dovoljno rano. Džejs i Rik imaju sreće jer su njihovi roditelji otkrili problem na vreme. Primetiti problem „na vreme“ znači pre nego što dete uđe u adolescenciju.

Ako se ne leči do adolescencije, dete obično ima mnogo poteškoća. Često eksperimentiše sa drogama, seksom, krađom, bežanjem od kuće, a može čak i da pokuša da izvrši samoubistvo.

Ispričao sam priče o Džejsu, Metu i Riku da biste bolje razumeli dilemu perceptivno hendikepirane dece. Pomaganje ovoj deci da se razviju u celosti zahteva vreme, strpljenje i razumevanje, ali je vredno truda.

LINDA – HRONIČNO BOLESNO DETE

Nedostatak opažanja nije jedini poseban problem koji utiče na ponašanje naše dece. Hronična fizička bolest takođe može izazvati emocionalni spor, kao i spor o ponašanju. Toliko smo zaokupljeni svakodnevnim potrebama hronično bolesne dece, da često previdimo njihove emocionalne potrebe.

Kako fizički oštećena deca odrastaju, postaju sve ogorčenija zbog svoje bolesti ili nedostatka. Takođe su gnevna na svoje brižne roditelje, jer su oni nenamerno zamenili pružanje ljubavi svakodnevnom medicinskom pažnjom. Ova deca mogu biti prkosna ne samo prema roditeljima nego prema svim osobama od autoriteta.

Lindina majka ju je opisala kao „bebu koja je od samog početka bila nervozna. Pokušali smo sve čega smo se setili, ali jednostavno nismo mogli da je usrećimo. Kad je imala tri godine, pedijatar je ustanovio da ima hronično oštećenje srca. Od tada naš život izgleda kao putovanje od jednog do drugog specijaliste“.

„Kakvo je njeno fizičko zdravlje sada?“ pitao sam.

„Stabilno“, odgovorio je njen otac, „ali trudnoća joj svakako neće pomoći.“

„Vidim da imate još jedno dete, sina“, primetio sam dok sam gledao njihov dosije. „Kakvo je njegovo zdravlje?“

„Savršeno“, odgovorila je Lindina majka. „Tako smo ponosni na Džefa. On je dobar sportista i uspešan pijanista.“

„Da li je Linda nekada imala neki hobi?“

„Ne“, odgovorio je njen otac. „Bili smo toliko zaokupljeni njenim zdravstvenim problemima da nikada nismo imali vremena da radimo nešto drugo sa njom. Nemojte me shvatiti pogrešno. Nije da nismo želeli. Uvek je imala lošu narav i nikad nismo mogli da je nagovorimo da radi nešto drugo osim što odlazi u školu. I eto, ona je sada trudna. Pretpostavljam da je prekasno.“

„Barem će se udati za oca bebe sledeće nedelje“, dodala je majka. „Možda će je to usrećiti. Uradili smo sve što smo znali, doktore Kembel, ali smo sigurno negde pogrešili. U poslednje vreme je bila veoma depresivna. Lakše mi je otkako smo je nagovorili da dođe k vama. Sigurna sam da ćete dopreti do nje. Njeno duševno raspoloženje nije baš ono u kome se započinje brak.“

„Da li bih sada mogao da zamolim vas dvoje da malo izađete i ostavite nas da popričam sa Lindom“, predložio sam.

U uglu čekaonice, sklopčana u fotelji, sedela je Linda – sedamnaestogodišnja trudnica.

„Hoćeš li da uđeš, Linda?“ pitao sam je dok sam prilazio k njoj u čekaonici.

„Zašto da ne? Zato su me i doveli ovamo.“ Namrštila se kad je sela na stolicu u mojoj kancelariji. „Ne znam zašto sam uopšte ovde. Ne možete da promenite situaciju.“

Kad je Linda počela da se otvara, moje sumnje su bile potvrđene. Ona je bila klasičan primer hronično bolesnog deteta čiji su roditelji toliko vremena provodili brinući se o njenim fizičkim potrebama, da su zaboravili njene emocionalne potrebe.

„Džef može ovo, Džef može ono! To je sve što sam ikada čula. Hajdemo na Džefovu utakmicu Linda, prijaće ti da izađeš iz kuće. Hajdemo na Džefov koncert, Linda. Možda i ti odlučiš da uzimaš časove klavira. Treba da vidiš Džefove ocene, devedeset od mogućih sto posto. Ja sam imala sedamdeset posto i mislim da je to prilično dobro.“

Tek sam počeo da razgovaram sa njom, ali osećao sam da joj mogu pomoći da se izbori sa svojom depresijom. Znao sam da je roditelji vole i ne shvataju da su emocionalnu pažnju zamenjivali medicinskom pažnjom. Lindine slabe ocene i trudnoća bili su podsvesna dela neposlušnosti nasuprot njenoj tobožnjoj ravnodušnosti.

TRI ZAMKE

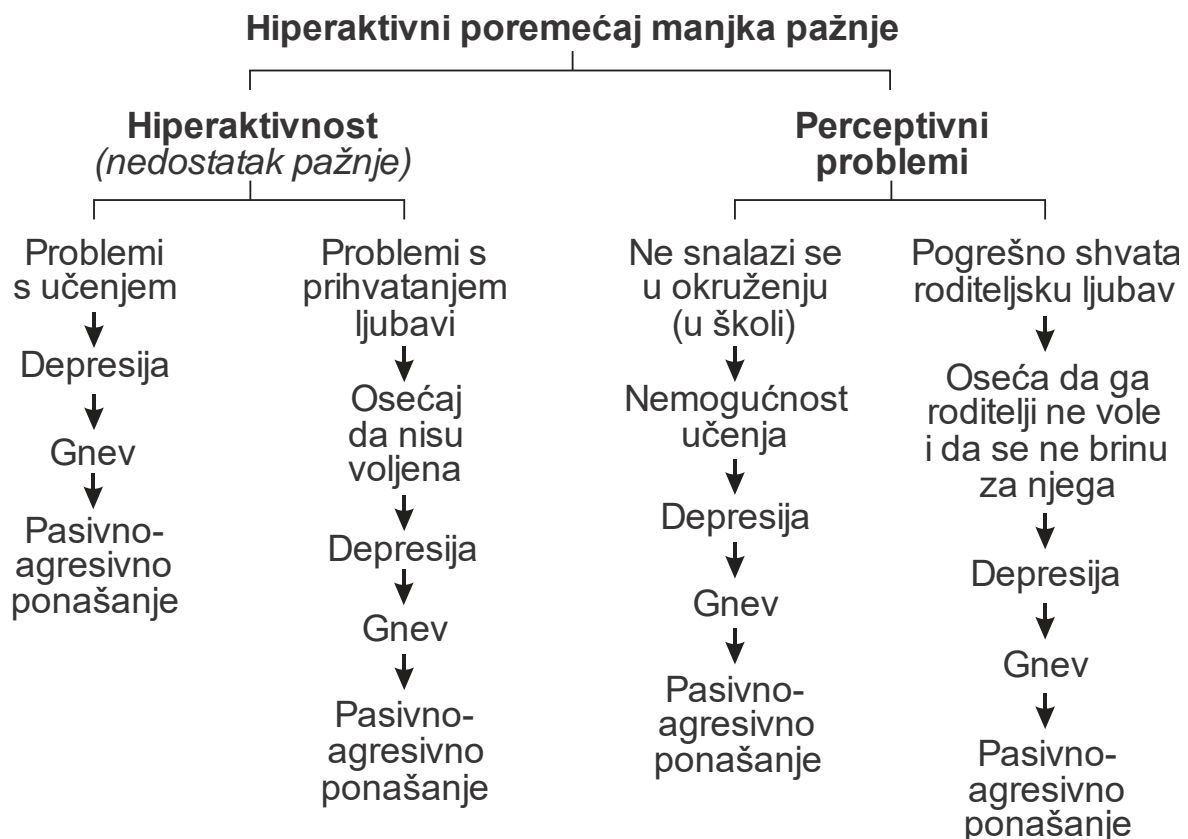
Lečeći godinama hronično bolesnu i perceptivno hendikepiranu decu shvatio sam da postoje tri glavne zamke za roditelje. Prva je ona iz Lindinog slučaja – pružanje medicinske pažnje umesto emocionalnog ispunjenja.

Druga zamka je nedostatak kontrole ponašanja i odlučnosti. Ovi roditelji često osećaju sažaljenje, čak i krivicu, zato što nisu pokušali da obezbede normalno kontrolisanje dečijeg ponašanja. Zbog ovoga dete postaje manipulativno i koristi bolest da bi kontrolisalo roditelje.

Treća zamka je propust roditelja da ovu decu uče kako da kontrolišu gnev. Hendikepiranu decu je mnogo teže učiti, jer su sklona da imaju negativan stav prema autoritetu. Njihovi roditelji se tada nalaze između sažaljenja i krivice sa jedne strane i sopstvenog gneva sa druge.

Sve što smo rekli u ovoj knjizi svakako se odnosi i na ovu divnu decu. Ali njihovi roditelji malo mesta imaju za greške. Lako mogu da upadnu u začarani krug besa i krivice. Za ove roditelje je veoma važno da što pre razumeju eventualne zamke. Što duže traje teška situacija, to će teže biti ispraviti je, posebno ako obuhvata i negativan stav prema autoritetu.

Ipak, kao što smo videli, hendikepirano dete može biti uspešno ako se problem otkrije na vreme i ako mu se pomogne. Ako imate dete sa posebnim problemom u svojoj porodici, nadam se da ćete pronaći odgovarajuću profesionalnu pomoć, ali treba da mu pružite безусловnu ljubav koja će održavati njegovo emocionalno spremište punim.



Viđao sam mnogo dece sa posebnim problemima koja su bila odlična. Za većinu ove drage dece, njihovi hendikepi su postali izazovi koji su im pomogli da oblikuju svoje karaktere na divan način.

ZAVRŠNA REČ RODITELJIMA

Svet za koji pripremate svoje dete veoma je težak. Sada imate neke ključne informacije koje su potrebne i vama i njima. Kad učite decu kako da kontrolišu gnev, dajete im ogromnu prednost za budućnost. Kao da im dajete kompas pomoću kog mogu da izbegnu najstrašnije životne probleme, da ostanu na pozitivnoj strani i da što veštije dođu do ispunjenja.

Kao poslednje ohrabrenje, želeo bih da iznesem nešto što će vam pomoći da razmotrite umeće vašeg roditeljskog vaspitavanja.

Neki roditelji su *preterano savesni*, briga ih neprestano izjeda. Skloni su da misle da postoji „savršen roditelj“. Plaše se da će, ako naprave samo jednu grešku, njihova deca biti užasna. Ovaj strah ih parališe, otežavajući njihovo vaspitanje i čineći ga još nedelotvornijim.

Drugi roditelji su skloni da budu *autoritativni*, „kapetani broda“. Oni izdaju komande i ponašaju se prema deci kao da su vojnici. Možda ovakvo vaspitanje pokazuje dobre rezultate kod neke dece, ali sa vremenom ona postaju sve ogorčenija i stiču sve negativniji stav prema autoritetima.

Neki od nas se kolebaju između ova dva tipa vaspitanja. Ipak, bez obzira na tip kome pripadate, ono što je najvažnije jeste da se možemo opustiti i uživati u svojoj deci. Mali broj roditelja radi ovo prirodno. Nešto najdivnije što sam doživeo kao roditelj desilo mi se kad sam naučio da se istinski opustim sa svojom decom i uživam sa njima – u svakom njihovom uzrastu.

Iako je vaspitanje teška i često složena odgovornost, ono može da se shvati kao sredstvo zadovoljenja potreba naše dece. Svi savesni roditelji mogu naučiti kako to da urade, bez obzira na njihov karakter. Najvažnije su dobra volja i želja.

Pošto čitate ovu knjigu, vi ste se sigurno kvalifikovali. Mnogi roditelji se veoma plaše da neće biti dovoljno dobri, uglavnom zato što ne znaju šta je to što je potrebno da bi se bio zaista dobar roditelj. Dakle, ako su stalno nesigurni, vaspitanje će im izgledati kao ogromna odgovornost. Možda vam ovo mogu bolje prikazati ako vam ispričam sledeću priču.

Džun, četrdesetpetogodišnja majka troje dece, potražila je moj savet u vezi sa njenom vremešnom majkom. Džun je savesna i dobrog srca. Imala je blizak odnos sa majkom do pre dve godine, kad je njena majka postala teško podnošljiva. Kritikovala je Džun za sve i postajala sve zahtevnija, žaleći se da je Džun ne posećuje i ne zove dovoljno često. Konačno, Džun je provodila toliko vremena sa njom pokušavajući da zadovolji njene potrebe, da je zanemarivala svoju porodicu. Pokušala je sa svakom taktikom koju je znala, uključujući i otvoreni razgovor sa majkom, ali ništa nije delovalo na nerazumne majčine zahteve.

Rekao sam Džun: „Ti si veoma dobra ćerka“.

Odgovorila je: „Kako mogu da budem dobra kad je moja majka stalno razočarana mnome?“

Tada sam je upitao: „Da li si razmišljala o tome šta je u tvojoj situaciji potrebno da bi bila dobra ćerka?“

Džun je odgovorila: „Ne, nikada nisam razmišljala o tome.“

Zamolio sam je da napravi spisak stvari za koje misli da bi je učinile dobrom ćerkom. Prirodno je što je pretpostavila da će taj spisak biti dugačak.

Kad smo Džun i ja razgovarali ponovo, rekla je da se iznenadila kad je napravila spisak od samo šest stvari – kao što je posećivanje majke jednom nedeljno, telefoniranje dva puta nedeljno, slanje poklona i čestitki za rođendan i Božić, itd. Kad je Džun videla, ne samo da zadovoljava zahteve,

nego u mnogim slučajevima i preteruje, počela je da se oseća bolje, umesto zbunjeno i potišteno kao ranije.

Džunin sledeći izazov bio je da nauči da se opusti, da bude optimistična, prijatna, kao i odlučna prema majci, bez obzira na majčino raspoloženje ili stav. Džun je to mogla da uradi jer je *znala* da je dobra ćerka.

Tada sam zamolio Džun da napravi još jedan spisak, ali ovoga puta o njenom vaspitanju. Naravno, ova uloga je mnogo složenija, ali se primenjuju ista pravila. Džun je odredila osnovne uslove potrebne da bi neko bio dobar roditelj, a zatim je napravila spisak. Pregledala je spisak otprilike jednom nedeljno da bi bio aktuelan za svako dete.

Tako je doživela oslobođenje sa decom kao i sa majkom. Kad se uverila da je dobra majka, mogla je da se opusti, da bude pozitivna, prijatna, ali ipak odlučna sa svojom decom. Najbolje od svega, Džun je uživala u svojoj deci i cenila njihove jedinstvene osobine.

Predlažem vam da sledite Džunin primer. Možete da koristite ovu knjigu kao vodič i napravite sopstvene spiskove. To će vas ohrabriti da ponovo pročitate knjigu kad vaša deca odrastu. I vi dopunjavajte svoj spisak kao i Džun, da biste održali korak sa svojom decom koja rastu.

Bog neka vas blagoslovi!