

РОДИТЕЉСТВО

Зашто фантастични родитељи подижу депресивну децу?

Као новопечена мама са малим сином, знајући за сва она истраживања која говоре о томе колико лако можете упропастити своје дете, вратила сам се школовању и стекла диплому клиничког психолога, започиње своју исповест **Лори Готлиб** у америчком магазину **Атлантик**.

Свој посао психотерапеута започела је у уверењу да је главни посао психотерапије да се пацијентима надомести недостатак разумевања и емпатије њихових родитеља. А онда је добила прве пацијенте.

После пар “школских” случајева какве је и очекивала, налетела је на пацијенткињу која је била све осим особе са недостатком родитељског разумевања. Заправо, имала је “сјајне” родитеље, изванредно образовање, супер посао, диван стан и сви око ње су је разумели и подржавали. А она једноставно није била срећна.

Док је покушавала да схвати своју пацијенткињу изван устаљених шаблона, пише Лори, нешто чудно се дешавало. Почела је да добија све више и више таквих случајева. На њеном каучу ређали су се 20/30-годишњаци који су патили од депресије и анксиозности, имали тешкоћа да се посвете било каквом циљу или каријери, мучили у везама и уопште патили од осећаја празнине и недостатка сврхе. А њихове маме и тате као да су са свим тим имали врло мало везе.

Штавише, сви они су причали о томе колико “обожавају” своје родитеље. Многи су их називали својим најбољим пријатељима и хвалили се како су они увек ту за њих. Некима су родитељи чак и плаћали психотерапију.

У почетку, Лори је сумњала у њихове хвалоспеве родитељима – сви знају како се испод површине свашта ваља, па зашто то не би био случај и овде? Међутим, све је указивало на то да они заиста имају родитеље пуне љубави, који су им дали слободу да “пронађу себе” и охрабривали их да у животу ураде шта год желе. Родитеље који су им свако вече помагали са домаћим задацима, трчали у школу сваки пут када се у њој појави неки силеџија, плаћали им приватне часове из математике, уписивали их на музику чим испоље интересовање и пуштали их да се испишу чим исто изгубе. Уместо да их кажњавају, њихови родитељи пуштали су децу да се “суоче са логичким последицама” кршења правила. “Укратко, њихови родитељи били су потпуно усклађени са својом децом и постарали су се да их

проведу кроз сва искушења одрастања. Просто сам им завидела како су успевали да буду тако фантастични.” описује она.

“А онда ми је једног дана синуло: Да ли је могуће да су њихови родитељи чинили превише? Била сам ту и гледала резултате управо онаквог родитељства какво смо моји вршњаци и ја покушавали да примењујемо баш зато да наша деца не би једног дана завршила на каучу терапеута.” Током школовања, фокус је увек био на недостатку родитељског разумевања. Нико се није запитао, шта ако су родитељи сувише добро усклађени са својом децом?

Модерно друштво је опседнуто срећом и родитељима је главни циљ да њихова деца буду срећна. Посматрајући овај феномен, моје колеге и ја запитали смо се, да ли брига родитеља да њихова деца никада не буду несрећна током детињства води томе да они када одрасту никада не буду срећни?

Гетлибова наводи пример из свог родитељског искуства, када је размишљала да свом четворогидишњем сину избегне да каже како је њена пријатељица умрла од рака, надајући се да неће ни приметити да је више нема. Ипак, одлучила је да му каже и наравно, сачекало ју је пуно питања на које је стрпљиво одговарала. Сигурна је да је поступила добро јер му је показала да има поверења у њега да ће умети да се избори са тим и на тај начин учинила га емотивно сигурнијом особом. Да му је прећутала, послала би му сасвим другу поруку – да не верује да је он способан да изађе на крај са лошим искуствима. А управо је то порука коју данашњи родитељи редовно шаљу својој деци.

Она цитира дечијег психолога Дена Киндлона који упозорава да деца без болних искустава попут непријатности, неуспеха и напора не могу да развју “психолошки имунитет”, као и Венди Могел, клиничког психолога и ауторку књиге “Благослов одраног колена” која ради као саветник у школама широм Америке. Могел је приметила да последњих година на колеџе пристиже све више студената које жаргонски називају “шољице за чај” јер су толико крхки да доживљавају слом чим било шта није по њиховом.

Наведени психолози сматрају да родитељи не желе да њихова деца буду самостална, јер сами пате од страха од одвајања. Деца им служе да попуне емотивне рупе у животима, и због тога настављају да се уплићу у животе своје деце решавајући њихове проблеме и када су она увелико загазила у зрелост. Неки универзитети сада већ унајмљују и особље задужено да родитеље држи на одстојању од студената, а многи увелико имају и “декана за родитеље” како би се

изборили са новим феноменом родитеља који не желе да оставе своју децу на миру.

“Данас родитељи не могу своју усамљеност да решавају у оквиру заједнице, јер је она ослабљена, све више је разведених, па се у бегу од изолације они окрећу својој деци” објашњава Ден Киндлон. У недостатку пријатеља, желе да им деца буду најбољи другари. Такође, они имају мање деце него претходне генерације родитеља, па свако дете сматрају драгоценцијим. Самим тим, од деце очекују да им посвећују више времена, да више постигну, да их више усреће.

Гетлибова је разговара и са Џин Твенц, ауторком књиге “Епидемија нарцизма” која се интензивно бавила феноменом “инфлације” самопоуздања “Оно што почиње као здраво самопоуздање врло брзо прераста у нереалну слику о себи и нарцизам” објашњава Твеџ. А са нарцисоидним самопоуздањем расте и депресивност и анксиозност . “Нарциси су срећни кад су млађи, јер се осећају као центар универзума. Родитељи изигравају њихове слуге које их воде са активности на активност и испуњавају им сваку жељу. Непрестано им говоре како су специјални и талентовани док ови не поверују да су бољи од свих осталих.” објашњава она.

Међутим, кад одрасту, то постаје проблем. Нису у стању да сарађују са другима или да се суочавају са ограничењима. На послу очекују да им све време буде занимљиво, јер су тако навикли. Не свиђа им се да их шеф критикује нити да не добијају сталне похвале.

Гетлибова наводи као пример разговор са једном учитељицом која је тражила да остане анонимна јер родитељи очекују да она подржава њихову васпитну филозофију. Учитељица сваког дана мора да се избори са родитељима који желе да се уплићу у сваку размирицу између деце, не дозвољавајући да она било шта реше сама, па чак ни то ко ће следећи да се игра са аутићем. Иако би најрадије деци која крше правила – свађају се, гађају итд . једноставно рекла “Престаните одмах!” она то не сме јер би добила отказ. Уместо тога, она мора да разговара са њима, истражи како се осећају, објасни им шта друго могу да учине са тим осећањима и помогне да заједнички изнађу решење.

“Док завршимо са разговором, више им није до играња, али зато за пет минута настане исти проблем, јер је и прошли пут прошао некажњено. “Прекините одмах” увек делује, али да бих задржала посао, морам уместо тога да истражујем њихова осећања, објашњава она.

Друга васпитачица са којом је разговарала сматра да родитељи све више ометају дечији развој. Чак и кад мисле да “постављају границе” они се заправо понашају као слабићи. Деца не пристају на постављена правила, а родитељи под изговором “уважавања дететовог мишљења” одустају од постављених граница. “Сваке године, родитељи ми долазе да се жале: “Зашто моје дете неће да ме слуша? Зашто не прихвата не као одговор? А ја им кажем: “Ваше дете не прихвата не као одговор, зато што не никад није ваш одговор”

Бери Шварц, аутор књиге “Парадокс избора” сматра да родитељи деци сваког дана дају толико могућности избора, да деца не само да постају размажена, већ и паралисана.

У студији коју је спровео са својим тимом, децу је поделио на две групе и тражио од њих да нацртају слику. Једној групи је понудио да изабере између 3 фоламстера, а другој између 24. Цртежи које су цртала деца из друге групе по оцењени су као лошији, што Шварц објашњава тиме да су уместо на цртање, деца са више избора била фокусирана на бирање међу мноштвом боја.

Поента је да се деца осећају сигурније када је пред њима мање избора, каже Шварц, јер онда лакше могу да се посвете одређеним стварима и не мисле на остало, што је вештина која ће им бити потребна у животу. “Не кажем да деца не треба да испробају разне ствари, већ да им понудите разуман избор. Већина родитеља каже “Можеш се бавити са чим год желиш, можеш одустати кад год хоћеш, можеш пробати нешто друго ако ниси сасвим задовољан овим” Није ни чудо што касније тако живе своје животе, стално тражећи савршенство, не схватајући да је “довољно добро” најближе савршенству што се може добити.” Психолог Ден Киндлтон мисли слично: “Порука коју шаљемо деци са свим тим изборима које им пружамо јесте да имају пуно право на савршен живот”.

Гетлибова пореди своје детињство у коме није могла баш много да бира шта је за вечеру или шта ће се радити преко викенда са оним свог сина, пред кога увек ставља више могућности. “Ми нисмо ни очекивали да можемо много да бирамо, па смо били задовољни оним што бисмо добили. Кад бисмо мало поодрасли, имали бисмо више могућности избора и били бисмо им дорасли” Сада, како примећује Џин Твенц, “децу третирамо као одрасле када су мали, а када напуне 18 понашамо се као да су деца”.

Свој осврт на савремено васпитање и његове последице, Гетлибова завршава једном анегдотом из своје ординације. Наиме, пошто је приметила дозу нелагодности код једног од пацијената и питала га у чему је проблем, испоставило

се да он има конфликтна осећања поводом доласка на терапију. “Моји родитељи би се осећали промашено када би знали да сам овде” објаснио је. “С друге стране, можда би им било и драго, зато што толико желе да будем срећан. Зато нисам сигуран да ли би били задовољни што сам дошао овде да би био срећнији или разочарани што већ нисам срећан”.