**Četiri temeljne odgojne vrijednosti prema Jesperu Juulu**

Roditelje se često olako okrivljuje za različita dječja ponašanja polazeći od pogrešne pretpostavke da roditelji znaju i mogu kontrolirati ponašanje svog djeteta kao i sve čimbenike koji na njega utječu.

Međutim, biti roditelj nije ni lako ni jednostavno. Iako je roditeljstvo jedna od najvažnijih uloga koju preuzimamo, za to nas nitko posebno ne priprema. Nekad je većina roditelja odgajala svoje dijete uglavnom prema vlastitim iskustvima koja su oni sami imali sa svojim roditeljima. I današnji roditelji često osjećaju nesigurnost i ne znaju kako postupiti u određenoj situaciji, ali je činjenica da se trude i žele u pojedinim situacijama postupati drugačije i bolje od svojih roditelja, no problem je u tome što često ne znaju kako.

Za sve one koji žele bolje razumjeti svoje dijete i sebe kao roditelja te s djetetom izgraditi dobar odnos preporučujem izvrsne knjige svjetski priznatog danskog psihologa i obiteljskog terapeuta Jespera Juula o čijoj popularnosti govori da su mu knjige do sada prevedene na 23 jezika, a na hrvatski jezik prevedeno ih je devet („Vaše kompetentno dijete“, „Od odgoja do odnosa“, „Ovo sam ja! Tko si ti?: O bliskosti, poštovanju i granicama između odraslih i djece“, „Znati reći NE mirne savjesti“, „Hura! Idemo jesti!“ ...).

Knjige su pisane jednostavnim jezikom, te sadrže brojne korisne primjere iz svakodnevnog života u kojima autor slikovito objašnjava što zapravo dijete poručuje roditeljima svojim ponašanjem te objašnjava zašto je neko roditeljsko ponašanje neučinkovito.

Razvio je koncept „autentične roditeljske moći“ te osporio neke od temeljnih pretpostavki dominantnih tradicionalnih metoda odgoja, a njegove originalne i vizionarske ideje potvrdila je i dokazala suvremena neuroznanost i psihologija međuljudskih odnosa.

U knjizi **Četiri vrijednosti koje će djecu pratiti do kraja života** Jesper Juul naglašava četiri temeljne odgojne vrijednosti koje bi roditelji trebali njegovati u odgoju djece. Kao i sve ostale njegove knjige i ova sadrži brojne primijere stvarnih situacija koje su za njegove čitatelje bile izazovne te su od njega tražili savjete kako postupiti, a što daje mogućnost i drugim roditeljima da navedene savjete primijene u vlastitom životu i preispitaju vlastite postupke.

Te vrijednosti su:

1. **Uvažavanje** ili uspješna interakcija između roditelja i djece koja se odvija na istoj razini. Roditelj i dijete su jednako vrijedni i imaju jednaka prava i potrebe**.** Ravnopravnost podrazumijeva da se dijete uvažava kao pojedinac s vlastitim mišljenjem, željama i potrebama te da mu se daje prostor za izražavanje i donošenje odluka.

„Isto vrijedni“ (gleichwuerdigkeit) jedan je od termina koji je on sam osmislio kako bi najbolje objasnio ono što je ključno u međuljudskim odnosima. U hrvatskom jeziku prevodi se riječju Uvažavanje. Za autora uvažavanje nije isto što i jednakost, a niti ravnopravnost. Uvažavanje u odnosima znači spoznati da svi ljudi, neovisno koliko imaju godina, imaju pravo zadržati svoje dostojanstvo i da poštuju drugoga. To je odnos u kojem se misli, osjećaji, slika o sebi, snovi i unutarnji svijet djeteta shvaćaju krajnje ozbiljno, kao što bi s nekom odraslom osobom. Vodeća uloga i dalje pripada roditeljima, ali na način da uvažavaju svoju djecu, poštuju ih kao individue, te njihove želje i potrebe.

1. **Integrite**t znači reći DA sebi i NE tuđim željama. To bi značilo jasno biti svjestan što želimo, a što ne želimo te to jasno i izraziti. Autor navodi kako to nema veze s egoizmom i da izraziti svoje potrebe ne znači pod svaku cijenu ih i provesti u djelo, već na to gleda više kao na način da se zbližimo s drugima i raspravimo s njima o njihovim potrebama.

Svaki je pojedinac, bio on velik ili malen, individua sa svojim potrebama za koje želi da budu prepoznate. Svoje dijete trebali bismo poticati na izražavanje svojih potreba i želja te ih kao takve uvažavati. Ali isto tako dijete treba roditelja koji će mu znati reći „da“, ali i znati reći „ne“ , jer upravo u tim situacijama kada mu je rečeno „ne“ dijete uči važnu lekciju kako se nositi s porazima, udarcima sudbine i neostvarenim željama.

1. **Autentičnost** ili sposobnost biti ono što jesmo kako bismo i druge mogli prihvatiti onakvima kakvi jesu. Biti autentičan znači biti stvaran i istinit. Najdjelotvornija zamjena za pohvalu i pokudu u obitelji je iskren i stvaran odgovor „To mi se sviđa ili to mi se ne sviđa“. „To volim ili to ne volim“. Ako smo autentični i djelujemo iz istinskog djela sebe to ima potpuno drugačiji učinak na nas same i na našu djecu nego kad igramo uloge npr. razumnog oca ili dosljedne majke. Ako djelujemo iz autentičnog dijela sebe, to ne samo da je zdravije za nas same nego na taj način pružamo i primjer svojoj djeci. Poruka koju šaljemo jest: „Meni je u redu biti to što jesi“. Na taj način ostajemo vjerni sebi, ali i svjesni toga da svatko stvarnost doživljava na svoj način. Ako u određenoj situaciji dijete stvori subjektivan doživljaj koji je potpuno suprotan našem, umjesto da ga osudimo trebali bismo njegovo poimanje stvarnosti promatrati jednako vrijednim.

Djeca se mogu pravilno razvijati samo onda ako im svojim ponašanjem ne poručujemo da je pogrešno ako nešto doživljavaju na određeni način i da zato nešto s njima nije u redu. Često su i sami roditelji odrastali u obiteljima u kojima nije bilo autentičnog ponašanja, te u vlastitoj prošlosti nemaju ništa iz čega bi mogli o tome učiti. U njihovom je djetinjstvu vladalo pravilo da djeca ne smiju reći što žele ako ih se ne pita i da su roditelji ti koji znaju što je najbolje za njihovu djecu.

1. **Odgovornos**t za kvalitetan odnos između roditelja i djece uvijek počiva na roditeljima.

Biti odgovoran znači preuzeti odgovornost za vlastiti život, postupke i stavove. Uz ovu osobnu odgovornost naglašava važnost i društvene odgovornosti, prema drugim ljudima. Smatra da prema drugima možemo biti odgovorni tek kad preuzmemo odgovornost za sebe. Za kvalitetan odnos između roditelja i djece uvijek su odgovorni roditelji. Za lošu atmosferu u obitelji nije odgovorno dijete koje se ne ponaša kako smo zamislili, već isključivo roditelji. Djetetovo ponašanje je možda okidač, ali je odgovornost isključivo na roditeljima. Nekad se smatralo da su za dobar odnos zaslužni roditelji i njihove odgojne metode, a za loš odnos su kriva djeca. Odgovornost je vještina koja se uči te je važno djeci od najranije dobi davati priliku da je uče kroz njima primjerene situacije. Npr. Ako roditelj djetetu koje više ne želi jesti, dozvoli da kaže da više nije gladno i prestane jesti, dijete će se osjećati uvaženo, poštovati će se njegove granice te će ono samo preuzeti odgovornost za svoju odluku, za to

da npr. za 10 minuta ne može ponovo jesti.

Literatura:

Juul, J. (2018) Četiri vrijednosti koje će djecu pratiti do kraja života. Split. Harfa d. o. o.

Pripremila: Školska psihologinja Jeannette Glivarec