

Sem dobra mama?

■ **Romana Žitko Rožmanc**, mag., specialistka zakonske in družinske terapije. Je katehistinja v župniji Vrhnika in opravlja terapevtsko in svetovalno delo v svetovalnici Župnijske karitas Vrhnika. Je tudi supervizorka in predavateljica različnim skupinam.



Ko imamo otroke, potrebujemo čisto glavo in jasno razmišljanje, da se prebijemo skozi dan. O vzgoji lahko najdemo številna priporočila, in ko se soočamo s problemi, nimamo nobene možnosti, da bi dali odpoved. V službi ta možnost obstaja, v materinstvu je ni.

Odraščala sem v prepričanju, da je v materinstvu glavni ključ do uspeha občutek ali instinkt. Kmalu sem ugotovila, da temu ni tako. Starši se vedno znova znajdemo v položaju, v katerem nimamo nobene ideje, kaj narediti, nobenega vodnika ali navodil. Konec koncev smo starši tisti, ki moramo ugotoviti, kaj je v danem trenutku najbolje storiti. Dan za dnem smo postavljeni pred izziv, kaj storiti, ko pa ima otrok povsem drugačna pričakovanja kot mi. Ali to, da rečemo otroku 'ne', pomeni, da smo odgovorni ali preveč zaščitniški, tesnobni, nevrotični ali obsedeni s kontrolo? Če smo sposobni ostati mirni in osredotočeni na to, kaj je najbolje za nas, so naša občutja in intuicija dobrodošla.

Nekega dne me je poklicala mama, ki je želela nasvet glede svojega najstnika. Njen dober znanec, ki je inštruktor jadralnega padalstva, je povabil njenega sina na spust z njim. Dolgo je premišljevala, kaj naj stori, in njen mož ji je dejal, da mora otroku pustiti svobodo. Med našim pogovorom je razmišljala, kako bi se počutila, če bi sinu dovolila ta podvig. Njen odgovor je bil: »Bilo bi me resnično strah, to bi bila prava groza.« In če bi odpovedala: »Počutim se olajšano, čutim, da bi lahko plesala.« Naslednji dan je poklicala svojega znanca, se mu zahvalila za povabilo in odpovedala.

Mame vedno znova potrebujemo prostor, kjer se umirimo, kjer umirimo svoja čustva in lahko ustvarjalno razmišljamo. Na koncu vendarle hočemo biti dovolj dobre mame, takšne, kot si me same želimo, in ne, kakršne si drugi želijo, da smo.

Pred dnevi sem opazovala družino z majhnim otrokom pri sveti maši. S seboj je prinesel igračo in se večino časa igral

z njo, proti koncu maše pa mu igrača ni bila več zanimiva, zato se je odločil, da bo z rokami udarjal ob klop in vmes še ploskal. Čeprav ga je mati opozorila na nepravilno vedenje, otrok ni prenehal. Svojemu možu sem kasneje doma pripovedovala o dogajanju in razmišljala o napisanem v različnih priročnikih, češ kako je treba otrokom postavljati jasne meje in kaj storiti, ko jih prestopijo. Nekateri bi znali pripomniti, da otrok potrebuje jasne razmejitve, in če jih prestopi, se ga

Otroci nam bodo hvaležni, če jim postavimo jasno strukturo oziroma jasne meje in smo pri tem dosledni.

ustrezno kaznuje. Zakaj starši enostavno ne znamo narediti prave stvari, ko otroci prestopijo meje? Ob koncu sem se spraševala, ali morda nisem prevzetna. Tudi moja otroka se hitro spreta ob mizi in preslišita moja opozorila. Nenadoma sem se počutila izgubljeno v megli, obsedela kot paralizirana, čakajoč na moža, da prevzame stvari v svoje roke. Vsakokrat, ko obstanem v t. i. megli, se zavedam, da je težava v 50 odstotkih tudi moja. V primerjavi z otroki imamo odrasli več odgovornosti in moči, da vplivamo na odnose. Morda vam bo naslednji pripetljaj znan, saj gre za zgodbo, ki se pogosto dogaja v naših domovih, ne glede na starost otrok. Tako se je zgodilo tudi meni.

Jaz: »Ko bo konec risanke, ugasni televizijo, pospravi mizo in svojo sobo.«

Sin: »Ja.«

Jaz: »Si me slišal? Ali me poslušáš?«

Sin: »Ja, ja.«

Jaz: »Pospravi mizo in svojo sobo.«

Sin: »Jaaaa.«

Jaz: »Ne pozabi na mizo in sobo. Resno mislim.«

Sin: »Ja, ja, v redu.«

Sin ob tem ni umaknil pogleda s televizije in ni slišal niti ene same besede. Zakaj se ves čas samo ponavljam, čeprav vem, da nimam njegove pozornosti? Zato sem pogovor začela znova.

Jaz: »Peter, poglej me za minuto.« (Postavim se pred televizijski sprejemnik.)

Sin: »Mami, umakni se, ker gledam.«

Jaz: »Prav, ugasnila bom televizijo, če me ne boš poslušal. Ponovi, kaj sem ti naročila.«

Sin: »Ne vem, kaj si rekla.«

Jaz: »Ne veš. Torej nisi slišal niti besede tega, kar sem ti rekla. Zakaj ne poslušáš?«

Sin: »Rekla si mi, da moram pospravit mizo in sobo, ko neham gledat risanko.«

Jaz: »Torej si me slišal?«

Sin: »Ne čisto, ampak saj vedno rečeš isto. Ti hočeš imeti vedno pospravljenost. Atiju je vseeno.«

Kmalu zatem je odšel na vajo inštrumenta. Miza in njegova soba sta ostali v neredu, v meni pa je divjala jeza. Morda se bo slišalo izjemno čudno, a otroci nam bodo hvaležni, če jim postavimo jasno strukturo oziroma jasne meje in smo pri tem dosledni. Torej, če se otrok ne drži pravil, sledi vnaprej dogovorjena posledica. Pri tem mu pomagamo k notranji disciplini. Takrat začuti, da je nam, staršem, mar zanj. Tudi moj otrok se je moral soočiti s posledicami.

Naj predstavim nekaj namigov, kako reševati težave, ko se kot mame znajdemo v neskončno dolgi bitki moči z otroki.

1. Bodite pozorni na širšo sliko dogajanja.

Zgodi se, da nas preplavijo nerazrešena občutja iz zakonskega odnosa, odnosa,

ki ga imamo s taščo ali tastom, svojo primarno družino ... Nerazrešena občutja ali spori, neizrečene besede, ki jih nosi zakonski sistem, se prenesejo na otroški podsystem.

2. Ostanite osredotočeni in pozorni na sebe: ko stari vzorci ne delujejo več, ko nimajo zelenega učinka, moramo spremeniti svoje vedenje ter biti pri tem domiselni in ustvarjalni. To ne pomeni, da ne čutimo več jeze ob svojih otrocih ali ob možu. Vedno je nekaj stvari, ki jih lahko naredimo drugače in pomenijo veliko spremembo v smeri pomiritve.

3. Bodite potrpežljivi s seboj: ko je napestost zelo velika ali traja že nekaj časa, lahko tudi najbolj 'supermame' pristanejo na tleh. Takrat izgubimo svoj osebni materinski kompas in pričnemo kričati na svoje otroke ali moža. A kaj kmalu zaplešemo v občutjih krivde, sramu in umikanja. Vsega opisanega ne doživljamo zato, ker bi bile slabe mame, ampak ker smo človeška bitja, ustvarjena od Boga.

4. Neutrudno iščite modre nasvete in se povezujte z drugimi: sklepate, da se ostale matere ne soočajo s podobnimi težavami, kot jih imate pri vas (zjutraj je težko ob pravem času pripraviti otroke za odhod v šolo ali jih zvečer pripraviti, da gredo ob uri spat), ali da je postavljanje meja in posledic za druge povsem enostavno? Potem je velika verjetnost, da se boste skrile za masko in v sebi držale občutje nekompetentnosti. Živimo v družbi, ki nagrajuje posameznike, ki se zanašajo nase, zato ne nasedajmo mitom, da je sramotno prositi za pomoč. Pravzaprav to pomeni moč, opolnomočenje. Matere potrebujemo oporo. Včasih potrebujemo prijateljico, ki nam pove, da čuti povsem enako. To nas opomni, da le nismo same s svojimi bolečimi občutki, z nemočjo, jezo, sramom ... Včasih moramo slišati druge starše, ki nam povedo, kaj so oni storili v podobni situaciji. Včasih potrebujemo podporo skupine ali strokovno pomoč, da dobimo uravnotežen in jasen pogled.

Ko se z otroki ali možem ujamate v neskončen krog merjenja moči ali pa se

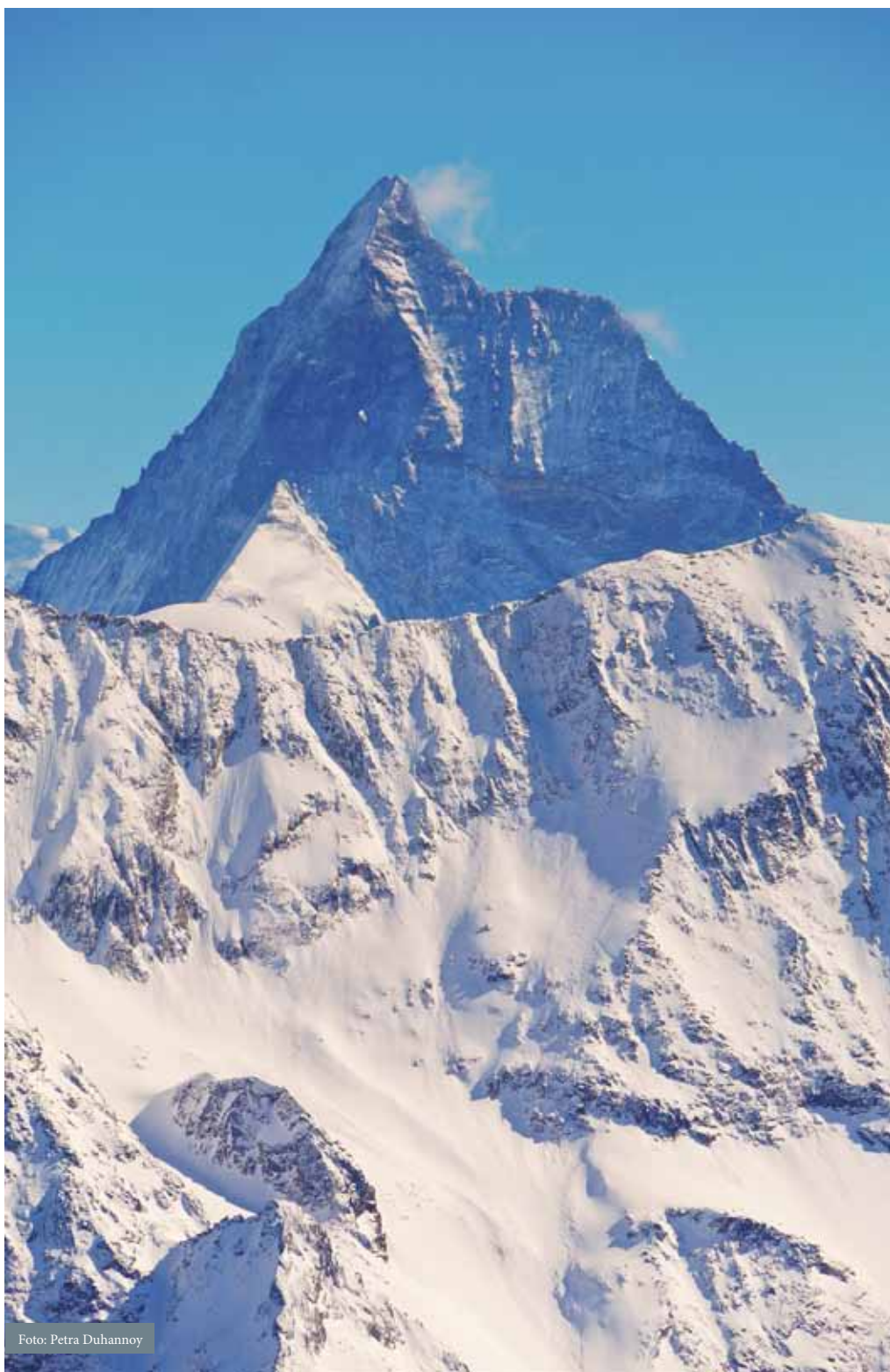


Foto: Petra Duhannoy

samo počutite izgubljene, izčrpane, pozabite na mit o samozadostnosti. Ko z drugim podelite svojo ranljivost, vam, materam, to daje upanje in moč, da ste dobra mama. ◀

Literatura

- Lerner, Harriet (1999): *The Mother dance*. London: HarperCollins Publishers.
- Jerebic, Drago; Jerebic, Sara (2017): *Bližina osrečuje*. Celje: Mohorjeva družba.