

Obiteljski odnosi

Partnerski odnosi

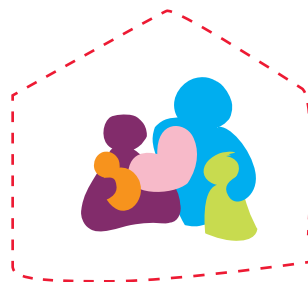
Jedna od najčešće spominjanih zabluda o destruktivnom utjecaju bolesti ili razvojnih teškoća djeteta na funkcioniranje obitelji odnosi se na porast bračnih problema i veću vjerojatnost razvoda roditelja. Međutim, velik je broj istraživanja pokazao da ne postoji razlika u općenitoj mjeri zadovoljstva brakom između obitelji sa zdravim djetetom i djetetom s teškoćama. Pokazalo se da ih treba gledati kao „normalne“ obitelji koje se moraju suočavati sa zahtjevnim, uznemirujućom i dugotrajnom serijom stresora.

Sve obitelji jednom dožive ozbiljan sukob ili krizu, koju uzrokuje obiteljska interakcija ili određeni događaji u životu pojedinca i tada su uvijek potrebne prilagodbe u obiteljskim navikama, rutini i vrijednostima do kojih drže. Interakcija u obitelji djeteta s teškoćama u razvoju stalno je podložna stresu, a posljedica toga može biti da se krize javljaju u kraćim intervalima nego u većini drugih obitelji.

Bračni partneri moraju svakodnevno uspostavljati ravnotežu između uloge roditelja i partnera, između potrebe da se brinu o vlastitim individualnim potrebama i granicama i potrebe da se prilagode i naprave kompromis ili da se odreknu sebe. U tom se procesu prilagodbe često događa da majka preuzme isključivo ulogu roditelja, a otac ulogu onoga koji se brine o materijalnim potrebama obitelji. Majke se često za dijete brinu 24 sata dnevno, poput njegovatelja, i može se dogoditi da zbog toga zaborave ili potisnu svoje potrebe i potrebe bračnog partnera. Može se dogoditi da partneri u takvoj situaciji isključe osjećaje, manje razgovaraju o osobnim stvarima i zaokupe se obvezama. To rezultira nedovoljnom komunikacijom i nejasnoćama oko očekivanja o međusobnoj podjeli odgovornosti u brizi za dijete. Događa se da jedan roditelj, češće majka, uvjeri sebe da je nitko ne može zamijeniti u cjelodnevnoj brizi za dijete te izgubi kontakt sa svojim potrebama. Često preuzme svu odgovornost za dobrobit djeteta i cijele obitelji, a partner je sveden na pomagača. Problem nije zapravo u broju dužnosti i obveza, nego u načinu na koji se prema njima odnose. Važno je da oba roditelja mogu računati jedan na drugog i da oboje znaju što, kada i kako treba napraviti. Da bi mogla podnijeti odgovornost, osoba treba imati mogućnost formulirati i prihvatiti odgovornost i biti sigurna da druga strana priznaje i cijeni to što radi.

Kada roditelji trebaju uspostaviti ravnotežu između roditeljstva i partnerstva i kada je važno da zadrže sposobnost da vide jedno drugo i da se uvažavaju, pomaže dobra međusobna komunikacija.

Razgovori između partnera pomažu, jer jedino kada se izražavaju i govore o sebi mogu postati bliži sami sebi i jedno drugome te mogu izbjeći međusobno udaljavanje. Neke probleme neće moći riješiti, ali se redovitim razgovorom o njima može izbjeći da iscrpe svu energiju iz partnerskog odnosa. Jedino kada znaju što ih usrećuje, a što rastužuje, imaju mogućnost pomoći jedno drugom i pružiti podršku.



Braća i sestre

Odnos između braće i sestara uključuje bliskost, ali i suparništvo. To je tako u svim obiteljima, a istraživanja pokazuju da odrastanje uz braću i sestre pruža brojne prilike za brži socijalni i spoznajni napredak. Tako se i rođenje djeteta s teškoćama može smatrati dodatnom prilikom za osobni razvoj ostale djece. No, to ne će ići samo po sebi, već zahtijeva puno roditeljske posvećenosti ostaloj djeci, osobito osjećajima koji prate njihovo odrastanje. Naime, oni će čuti brojne neobične komentare u odnosu na svojeg brata i sestru s razvojnim teškoćama ili se naći u situacijama koje neće razumjeti i u kojima se mogu osjećati pretjerano odgovornima ili krivima.

Dijete s teškoćama u obitelji zahtijeva puno roditeljske pažnje pa se tako često događa da druga zdrava djeca u obitelji dođu u drugi plan. Prisutnost djeteta s teškoćama u obitelji mijenja mnogo toga u obiteljskoj dinamici. Narušava se dotadašnja obiteljska rutina, mijenjaju se obiteljski prioriteti, a i roditelji se mijenjaju jer su zabrinuti, preopterećeni i pod stresom.

Ne postoji univerzalan način na koji djeca reagiraju na brata ili sestru s teškoćama već je njihova reakcija često posljedica interakcije njihova temperamenta, načina suočavanja s teškoćama i promjena u obitelji.

Neka djeca mogu reagirati zahtjevnim ponašanjem, jer je to jedini način da privuku roditeljsku pažnju koja je sada usmjerena na dijete s teškoćama. Brat ili sestra djeteta s teškoćama bori se za vrijeme i pažnju, ne zato što je ljubomoran nego zato što njegovo iskustvo pokazuje da su roditelji skloni previdjeti njegove potrebe među svima onima koje ima brat ili sestra teškoćama. Druga djeca mogu reagirati tako da se trude postati gotovo nevidljiva jer ne žele roditeljima svaliti još jedan teret na leđa te na taj način postaju usamljena u obitelji.

Način djetetove reakcije nisu nametnuli roditelji koji ga ne vole, nego je logična posljedica toga kako je obitelj viđena očima djeteta u tom trenutku funkcionirala i koji su bili prioriteti.

Prisutnost djeteta s teškoćama u obitelji i kod braće i sestara može izazvati različite emocije:

- mogu se osjećati zapostavljenima jer roditelji puno vremena i energije posvećuju bolesnom djetetu
- mogu zbog iscrpljenosti, frustracije i izloženosti stresu neprimjereno reagirati – biti nestrpljivi, pokazivati nerazumijevanje
- mogu se osjećati loše pred drugim vršnjacima jer ne znaju kako objasniti da im brat ili sestra imaju teškoće u razvoju
- mogu biti izloženi vršnjačkom izrugivanju i odbacivanju mogu se sramiti zbog svog brata ili sestre
- mogu se osjećati nevoljenim i neprihvaćenim u obitelji
- mogu poželjeti da brata ili sestre nema pa se zbog toga mogu osjećati krivima
- može ih biti sram što njihova obitelj nije kao druge.

Ali, mogu se osjećati i zrelijima, sretnima i ponosnima jer mogu pomoći roditeljima u brizi oko brata/sestre.

Sve navedene misli i osjećaji jesu prirodni, uobičajeni i zdravi i nisu razlog za brigu. Teškoće nastaju kada se o tim emocijama ne razgovara. Djeca će teško jasno verbalizirati svoje emocije, reći što misle i osjećaju pa ih na to treba potaknuti.

Roditelji trebaju biti dobar primjer tako da govore o svojim mislima i osjećajima, da djecu otvoreno potaknu na razgovor (npr. izjavom *Sigurno se nekad osjećaš zapostavljen jer smo uvijek zaposleni oko tvog brata. Jesi li ikad razmišljao kako bi bilo bolje da ga nema ili da je potpuno zdrav?*).



Kada braća i sestre pokazuju odgovornost pomaganjem i nenametljivošću, važno je da im roditelji pokažu kako to cijene, tj. da tu odgovornost ne uzimaju zdravo za gotovo i da ih ohrabre da sudjeluju u druženjima u kojim se mogu slobodnije igrati, biti nerazumni i neodgovorni. Kada djeca reagiraju tako da su teška, zahtjevna ili drska, roditelji moraju razumjeti da su takva zato što im je potrebna pažnja te ne treba osuditi niti kritizirati spontanost kojom se izražavaju.

Šira obitelj i prijatelji

Obiteljima djece s teškoćama u razvoju treba značajno više pomoći i podrške članova šire obitelji, prijatelja i šire socijalne mreže. U ostvarivanju te podrške pojavljuju se brojna pitanja. Roditelji nisu sigurni koliko drugima treba govoriti i informirati ih o djetetovom stanju te kako istodobno izbjeći da ih obitelj i krug prijatelja ne dožive kao posebne, možda i naporene članove. Lijepo je kada osoba naiđe na interes i suosjećajno razumijevanje drugih ljudi, no nije ugodno kada obitelj i prijatelji pri svakom susretu automatski poprime tragičan izraz kojim pokazuju sažaljenje.

Iskustvo pokazuje da je korisno točno informirati obitelj i prijatelje o djetetovom stanju, koliko je ozbiljno i kakve su prognoze. Na taj se način mogu spriječiti mitovi i predrasude, a obitelj i prijatelji dobivaju osnovu da donesu vlastite odluke i stvore svoje mišljenje.

Mnogi se ljudi teško suočavaju s boli i teškoćama, zbog čega se u našoj kulturi često povlače, čak i iz bliskih obiteljskih odnosa i dugih prijateljstava. To se uglavnom ne događa zato što imaju loše namjere, već zato što se osjećaju bespomoćno. Zbog toga je dobro da roditelji djeteta s teškoćama pomognu nekim članovima obitelji i prijateljima da ostanu u vezi s njima tako da im prenose vijesti i da s njima razgovaraju o vlastitim osjećajima, o ljutnji, nesigurnosti i bespomoćnosti.

Drugi razlog za distanciranje od ostatka obitelji može biti taj da su roditelji upali u zamku u kojoj dijete i njegove teškoće postaju glavni projekt, pa tako i jedino o čemu misle i razgovaraju. Nema prijatelja ili rođaka koji mogu podnijeti takvu zaokupljenost vlastitim problemima na duže vrijeme. Postoji također mogućnost da se drugi ljudi povlače zbog načina na koji se roditelji nose sa svojom situacijom. Ako se ponašaju kao žrtva, kao netko koga treba žaliti i komu drugi zato duguju obzir i sućut, onda odnosi s drugima postaju neravnopravni i završavaju u najviše ponižavajućoj od svih situacija, kao primatelji milostinje.

Otvoreni razgovor s članovima obitelji i prijateljima pomaže da se jasno definiraju potrebe roditelja i postave granice u pružanju podrške.

Nekad roditelji ne traže ili ne prihvaćaju pomoć jer osjećaju neugodnu ravnotežu između primanja i davanja. Dobro je znati da se drugi ljudi dobro osjećaju kad im dopustimo da nam daju ono što nam treba.

