

ПИШЕ

Светлана Живковић Симић
Дипл. Психолог – психотерапеут, 066 234 777, cecazivkovic@sezampro.rs, www.novihorizonti.rs

УТИЦАЈ ПОРОДИЦЕ НА РАЗВОЈ АСЕРТИВНОСТИ

У претходним бројевима сам писала о самом појму асертивности, и које су користи од таквог понашања. Па да се подсетимо.

Асертивност је понашање које представља вештину и омогућава нам да се у свакој или скоро свакој од ситуација понашамо у складу са својим жељама, и да при томе избегнемо свађе. Таква особа ће се заузимати за своја права, интереса, потреба и жеља, јасно изражавати наклоност, похвалу, нежност, пажњу и захвалност другој особи.

С друге стране неасертивна особа је нејасна у изрицању својих жеља, тешко или никако одбија туђе захтеве које јој нису по вољи, сматра своје мишљење мање важним од туђег, срамежљива је и често се осећа депресивно и фрустрирано и има ниско самопоштовање. У међуљудским односима често реагује повлачењем, неодлучношћу и одустајањем од својих права, потреба и жеља.

ЗАШТО СЕ НЕ ПОНАШАНО АСЕРТИВНО?

Пре свега морамо знати да се асертивност, као и већина облика људског понашања, учи од малих ногу. Од рођења дете најприродније тежи задовољењу својих потреба, и то углавном одмах и непосредно. Развој човека је такав да се те потребе током живота мењају, и да у зависности од периода живота у коме се налазимо на различите начине изражавамо и задовољавамо те потребе.

На тај природни и биолошки процес људског развоја, најзначајнији утицај има социјализација, која представља процес учења друштвених норми које важе за одређену културу, а односи се и на учење друштвено прихватљивог понашања. У



овом процесу веома велику улогу игра пре свега породица, а затим и шира друштвена заједница (школа, вршњаци, религија, медији итд.). Дете од малих ногу учи шта је добро и прихватљиво желети, а шта није. Такође учи и који је исправан, а који неисправан начин да се оствари то што се жели.

КАКО ТО ИЗГЛЕДА У ПРАКСИ?

Дете је по природи веома радознано и поставља разна питања одраслима, тражи објашњења. Такође има потребу да испољи своја осећања и захтеве. Некада нам је и несхватљиво њихово понашање које је често непредвидиво, нарочито у ситуацијама када брзо пређу из једног расположења у друго (нпр. из радости у бес, или плач). Већина вас који имате децу зна како то изгледа када деца постављају многа питања на које некада и не знамо одговоре.

Знајући све ово можемо рећи да дете спонтано испољава асертивне облике понашања. Да ли ће оно и даље то радити зависи пре свега од родитеља, као и од осталих људи с којима дете долази у контакт.

Нпр. имамо природно радознано дете које стално поставља питања и тражи објашњења за неке појаве и поступке, за нека понашања других. Како ће родитељи реаговати на оваква понашања у великој мери утиче на развој његове асертивности.

Уколико му кажемо да је досадно са тим питањима, не дајемо му адекватне одговоре или при томе шаљемо поруке да су то глупости ми знатно утичемо на његово самопоуздање. Ми на такав начин индиректно шаљемо поруке детету да оно није ок.

Следећи проблем може настати због превелике родитељске бриге. Наиме, дете је по природи живахно и има жељу да испробава разне ствари. Реално, оно некада себе доводи у ризичне ситуације. Задатак родитеља је да процени шта је заиста опасно за дете, а шта ми мислимо да може бити опасно. Ми често спутавамо неке активности детета због сопствених страхова. Нпр. често можемо чути – немој да трчиш, пашћеш. Немој да се пењеш на дрво. Немој толико јако да се љуљаш. Немој да ми правиш крш у кући. Немој то да дираш. Обратите пажњу, нарочито уколико имате малу децу. Колико пута у току дана

пошаљемо ту поруку – НЕМОЈ.

Замислите себе сада као одраслу особу, и да вам неко у току дана толико пута пошаље ту поруку. И то тако траје данима. Како ћете се осећати? Шта ћете мислити о себи? Које емоције ће то у вама изазивати?

Слично је тако и са дететом. Добијајући свакодневно такве поруке оно спутава себе у истраживању своје околине, мисли да је глупо и да не треба да поставља таква питања, постаје плачљиво, љуто, тужно. Како ће дете реаговати доста зависи од самог детета. Неко дете ће се снаћи у таквим ситуацијама, а неко ће просто постати пасивно и повући се.

На развијање неасертивног облика понашања може утицати и када родитељ од детета тражи слепу послушност, или га прекоревати и кажњава сваки пут када се супротстави вољи родитеља. Следећи фактор је да родитељ задовољава дететове потребе само када оно постане неподношљиво бучно, агресивно. Најочигледнији пример је дете које у продавници тражи да му се нешто купи, а родитељ то одбија. Дететове реакције су онда плач, вриска, а када то не делује и бацање на под.

Из свега можемо видети да је постоји много фактора који могу утицати на развој неасертивног детета. Оно што желим да нагласим је да неасертивно понашање настаје као последица претеране фрустрације потреба детета и несналажења одраслих у родитељској улози. И на крају би нагласила да се деца која усвајају асертивне облике понашања и задовољења својих потреба, боље суочавају са стресом, ефикасније користе своја знања и способности, што погодује развоју самопоуздања и самопоштовања.