



Dunajska cesta 400, 1231 Ljubljana Črnuče

## Potreba otrok po pozornosti

13.01.2016 | Teksti Jesperja Juula

Včasih uporabljamo besedo »pozornost« v pozitivnem smislu, včasih v negativnem.

Kadar mislimo na nekaj negativnega, mislimo na ekstremno potrebo po pozornosti ali pa na nezmožnost posvečanja pozornosti drugim. Včasih spet govorimo o povsem temeljnih potrebah otrok (ali ljudi) po tem da so »videni«, da so »uzrti«.

Kaj točno mislimo s tem? Kdaj je otrokova želja po pozornosti odraz utemeljenih eksistencialnih potreb in kdaj izraz nezdrave potrebe po tem, da mora biti v središču dogajanja?

Vsi poznamo izjave, kakršne so:

Otroci potrebujejo veliko pozornosti.

Saj noče nič drugega kot malo pozornosti.

To počne samo zato, ker išče pozornost.

Danes so otroci deležni preveč pozornosti.

Otroci našega časa hočejo biti ves čas v središču dogajanja.

Kar zadeva pozornost – ali, rečeno drugače, »zanimanje« drugih – imamo ljudje zelo različne potrebe. Nekaterim bolj prija samota, spet drugi so bolj družabni. Vsem pa je skupno to, da potrebujemo druge, da so »priča« našemu življenju. Potrebujemo nekoga, ki opazi, da smo zamenjali pričesko, da smo veseli ali žalostni, da potrebujemo mir ali da smo družabno razpoloženi.

Vsi imamo isto potrebo po tem, da bi bili »uzrti« s strani vsaj nekoga. Ko se počutim »uzrtega«, občutim, da nekdo vidi onkraj moje »fasade« – da me vidi takšnega, kakršen sem v resnici. To pomeni, da se je moral nekdo zanimati zame do te mere, da se je potrudil »uzreti« me takšnega, kakršen sem onkraj svojega vihravega, pretirano energičnega, ekstrovertiranega vedenja.

Človekova potreba po tem, da je opažen, obstaja, odkar obstaja človek, sorazmerno novo pa je, da to potrebo zdaj obravnavamo tudi v vzgoji in pedagogiki. Tako je med drugim zato, ker smo v zadnjih štiridesetih, petdesetih letih ugotovili, da številni otroci in odrasli, ki porabljajo ogromne količine energije, zato da bi pritegnili pozornost, v resnici samo pogrešajo občutek, da so »uzrti«.

Številni televizijski resničnostni šovi, kjer otroci in odrasli sodelujejo v različnih igrah in tekmovanjih, potrjujejo tezo o hrepenenju sodobnega človeka po »petih minutah slave«. Nobenega dvoma ni, da mnoge udeležence k prijavi prižene izrazita želja po tem, da bi bili »videni«. Zato postanejo še toliko bolj razočarani, ko odkrijejo, da so zgolj opazovani. Slava in zvezdniški status sta nezadosten nadomestek.

V sodobnih družinah z otroki, kjer je večina članov bolj ali manj zaposlena z dejavnostimi zunaj doma, vlada neusmiljena borba za pozornost. Otroci in odrasli utegnejo iti do skrajnosti in se zateči v



Dunajska cesta 400, 1231 Ljubljana Črnuče

ekstremno vedenje, če ne čutijo, da so »videni«, in ne znajo ali ne zmorejo izraziti svojih potreb. Otroci lahko postanejo agresivni, zahtevni, samodestruktivni in še marsikaj, če njihova potreba po pozornosti ni zadovoljena oziroma če starši menijo, da se potreba po pozornosti lahko nadomesti s površinskim »zasliševanjem« ali s tem, da mu izpolnijo vsako željo. Med drugim je tudi zato igra z otrokom tako pomembna reč. Kajti v igri ima otrok možnost, da se pokaže na svojem »terenu«. In tako igra daje staršem priložnost, da odkrivajo o svojem otroku nove reči.

Mnogi starši imajo nenehno slabo vest ali se počutijo krive, ker menijo, da z otroki ne preživijo dovolj časa. Včasih je ta občutek zmoten, pogosto pa je kar pravilen. Ta manko si na različne načine prizadevajo nadomestiti tako, da otroka razvajajo in izpolnjujejo njegove želje in zahteve po igračah, oblačilih, denarju itn. Strategija se vedno konča s frustracijo na obeh straneh, saj je potreba po pozornosti pri otroku enaka kot pri odraslem. Večina staršev se sicer nagonsko zaveda – ali pa so mogoče sami doživeli – da ta način reševanja težave ne deluje. Če bi žena rada preživela z možem več časa, nič ne pomaga, če ji kupi rože ali nakit. Enako je pri otrocih, čeprav tega ne znajo povedati. Svojo potrebo lahko izražajo le z razočaranjem ali z »nevzgojenim«, zahtevnim, »razvajenim« obnašanjem ipd.

Otroci imajo, tako kot odrasli, potrebo, da pripovedujejo o svojih dejanjih, premišljevanjih, doživetjih. To seveda ne pomeni, da mora biti staršem vse enako zanimivo, je pa pomembno, da poslušajo in uvidijo, kaj otrok skozi pripoved o krivični prijateljici ali o svoji želji, da bi postal pilot ali modni oblikovalec, med vrsticami pripoveduje o samem sebi. To pa terja čas – in to čas, ko starši niso zaposleni z vzgajanjem ali poučevanjem, ampak so pripravljeni zgolj poslušati in se zanimati. To je tisti tako imenovani »kakovostni čas«, če merimo po otrokovi lestvici.

Otroci in mladostniki, ki nenehno iščejo ali zahtevajo pozornost na način, ki je bodisi zoprni za okolico ali pa ponižujoč zanje, so večinoma ljudje, ki pogrešajo občutek, da so deležni pristne pozornosti in priznanja. Več ko dobijo površinske pozornosti, bolj hrepenijo po tisti pravi, globoki pozornosti.

Pozornost, ki je pomembna za blaginjo družine in posameznika, je nekaj drugega od tistega, kar si po navadi predstavljamo kot »pozornost«. Najbolje jo je primerjati z radarjem na ladji, ki zaznava vse, kar se dogaja v določenem obsegu. Otroci se s to sposobnostjo rodijo in večina mater jo razvije, potem ko se otrok rodi. Takrat domala ves čas vedo, kako se ima otrok, s čim se spopada, kaj ga prevzema itn. Očetje to občutljivost pogosto razvijejo samo delno, če le dobijo priložnost, da najmanj teden ali dva preživijo sami z otrokom. Starši, ki znajo zaznati vse, osredotočiti pa se samo na bistvo, so mojstri posebne umetnosti. Toda tudi to je mogoče razviti samo, če preživimo skupaj dovolj časa.

To, da starši danes nimajo časa za otroke ali razmerje, je le še eden izmed mitov, ki jih ustvarjajo mediji. Zelo verjetno smo precej bližje resnici, če rečemo, da so otroci tudi v preteklosti v veliki meri pogrešali občutek globlje pozornosti in da so bili mnogi pari prisiljeni preživeti skupaj dosti časa »v leru«, kot se reče, torej brez pravega smisla. Zahteve po čustveni soudeležbi so se v zadnjih dvajsetih letih močno okrepile, seveda pa je potreben čas, da se naučimo, kako sploh naj pokažemo zanimanje za drugega, tako da bo ta to tudi začutil, in ne bo le izrazil slabe vesti ali panike. Zares lepo je dobiti



Dunajska cesta 400, 1231 Ljubljana Črnuče

pohvalo, priznanje in pozornost pri delu ali v šoli, toda to ne zmanjša naše potrebe po tem, da smo »videni« s strani tistih, ki so nam dragi. Včasih je celo nasprotno, saj smo na delovnem mestu ali v šoli opaženi glede na to, kaj in kako delamo, tako da smo dejansko deležni potrditve glede kakovosti našega dela. Toda razen tega imamo ljudje še eno, vsaj enako veliko potrebo – potrebo po potrditvi naše biti in vrednosti, ki jo imamo kot človek, ta pa se lahko (praviloma) izpolni samo v ljubečem razmerju do otrok in drugih odraslih.