

SAMOObnavljajuće Roditeljstvo, Teorija i praksa - *Mjuriel Džejms, dr iz oblasti edukacije*

Samoobnavljajuće roditeljstvo je postupak za ažuriranje i restrukturiranje ego stanja Roditelja. On uključuje i teoriju i proces, i povezan je sa Bernovim razlikovanjem između ponašanja roditelja i ponašanja koje dolazi iz ego stanja Roditelja. U svojoj privatnoj praksi sam otkrila da je uočavanje ove razlike često važno i za dijagnozu i za tretman.

RODITELJSTVO I EGO STANJE RODITELJA

Ego stanja Roditelja su „pozajmljena od roditeljskih figura i reprodukuju osećanja, ponašanja i odgovore ovih figura.“ „To su eksperimentalne, bihevioralne i građanske realnosti: možete pronaći telefonski broj Roditelja.“

Ponašanje roditelja ne potiče uvek iz ego stanja Roditelja. Ponašanje roditelja može doći iz svakog ego stanja, i može biti jedinstveno drugačije kod svakog čoveka ponaosob. Bern je ovako klasifikovao: „Upereni kažiprst može biti Roditeljski ukor, pokazatelj Odraslog ili optužba od strane Deteta.“ (3) Ovo može biti jedan od razloga da „stil roditeljstva varira kod različitih kultura.“ (4) Najinteligentnije roditeljstvo često dolazi iz korišćenja Odraslog kao zamenskog roditelja, ili kao izvršioca koji određuje kada i kako je ponašanje ego stanja Roditelja odgovarajuće.

Optužba „Ti si u svom Roditelju“ koju neki ljudi upućuju onima koji „prete prstom“ jednostavno nije univerzalna istina. Bern takođe piše da terapeut, igrajući podržavajuću ulogu Roditelja, može zapravo biti u ego stanju Deteta „slično malom dečaku koji se igra doktora.“ (5)

Na osnovu toga verujem da je korisno i za terapeuta i za pacijenta da se znaju razlike između korišćenja neke vrste roditeljskog ponašanja (koje može doći iz bilo kog ego stanja) i funkcionisanja iz svog jedinstvenog ego stanja Roditelja, kao što je njihov roditelj nekada funkcionisao. „Ego stanje Roditelja je 1) biološka realnost i 2) prenosilac pravila i tradicije koja uglavnom favorizuje preživljavanje i poboljšanje ljudske vrste“ (6), a ne dečak ili devojčica koji se igraju roditelja. Ovu činjenicu je prepoznao klijent koji je, kada je govorio o svojim agresivnim roditeljima, rekao: „Oni su bili tako neverovatno užasni, ali je neka roditeljska figura u mom gornjem krugu sigurno ponekad uradila nešto što je bilo OK. Inače bih sada bio mrtav.“

OPRAVDANJE ZA SAMOOBNAVLJAJUĆE RODITELJSTVO

Snažno verujem da šta god da je OK u tom „gornjem krugu“ mora biti potvrđeno kao takvo i korišćeno na ispravan način. Biti OK u Roditelju daje Detetu izvesnu utehu i ohrabrenje. To ne mora biti puno, ali čak i nešto poput: „Mama je bila OK kuvarica, iako je bila na izvestan način luda“, ili „Tata mi je lepo pričao priče kada sam bila mala, iako je bio zao kada se napije.“

„Ne bacaju se bebe zajedno sa vodom“. Pacijentima nije potrebno da ih roditelji odbace da bi ozdravili. „Pacijenti ozdrave kada nauče kako da budu dobri roditelji.“ Stari roditelji u ego stanju Roditelja, pošto su istorijske figure, ne mogu se „ažurirati“, ali kroz proces samoobnavljanja roditeljstva ego stanje se može restrukturirati. Kada ljudi nauče da budu dobri roditelji, oni razvijaju ego stanje Novog Roditelja koje u ovom procesu uključuje stare roditelje. Znajući da je nešto bilo OK u vezi sa njihovim stvarnim roditeljima ubrzava obnavljanje roditeljstva i ponovno edukovanje Deteta.

Proces se naziva samoobnavljajuće roditeljstvo zato što svaki klijent nezavisno odlučuje kakvo će biti ego stanje Novog Roditelja. Kada tretman počne, nije neobično da klijent govori o svojim roditeljima kao da ih posmatra kroz ružičaste naočare. Ovo je normalno. Oni su nekada bili deca, a deca tražeći Deda Mraza, očekuju „savršene“ roditelje. Kada je uključen Odrasli, oni prepoznaju ljudskost u svim ljudima, i odustaju od te obmane.

„Deca počinju život voleći svoje roditelje, kasnije ih osuđuju, ponekad im oprostite. Tokom procesa samoobnavljanja roditeljstva, klijenti često počnu da osuđuju svoje roditelje (ukoliko to već nisu činili). Oni to rade fenomenološki iz svog Deteta, ponekad uz pomoć geštalt tehnika, i analitički iz svog Odraslog, korišćenjem specifičnih tehnika za obradu podataka, a na kraju, klijenti opraštaju roditeljima i ponovo ih vole, zato što shvataju kako se to dogodilo; sačuvaju ono što je OK u njihovom Roditelju i deaktiviraju ono što nije OK, razvijajući tako Novog Roditelja.“

SAMOOBNAVLJAJUĆE I REGRESIVNO OBNAVLJAJUĆE RODITELJSTVO

U procesu samoobnavljajućeg roditeljstva, izvršilac je Odrasli osobe, iako se koriste tehnike regresije do Deteta. Ovo se razlikuje od Šifovog procesa ponovnog roditeljstva.(9) Po Šifovom modalitetu, istorijski roditelji su isključeni iz ego stanja Roditelja, te terapeut postaje novi Roditelj, šaljući bolje poruke Detetu nego što su to činili stvarni roditelji. Ovo može biti veoma korisno. Problem može nastati ako su u ego stanjima terapeuta takođe prisutni nerešeni problemi.

Kod samoobnavljajućeg roditeljstva roditelji su priznati i prihvaćeni onakvi kakvi jesu. Oni, kao i svi roditelji, ispoljavaju izvesno kritičko i negujuće ponašanje; racionalno ponašanje Odraslog i ponašanje Slobodnog i Adaptiranog Deteta. Pošto učestalost, intenzitet i prikladnost ovog ponašanja varira od pojedinca do pojedinca, Odrasli kreira Novog Roditelja da bi uravnotežio

negativne karakteristike – ali ne i da bi se oslobodio starih roditelja koji nisu bili savršeni. Korišćenje Odraslog kao izvršioca, omogućava prijateljski umesto neprijateljskog razvoda (razlaza), kao što je preporučeno u knjizi „Koju igru igraš“ (70).

DIJAGNOZA EGO STANJA RODITELJA

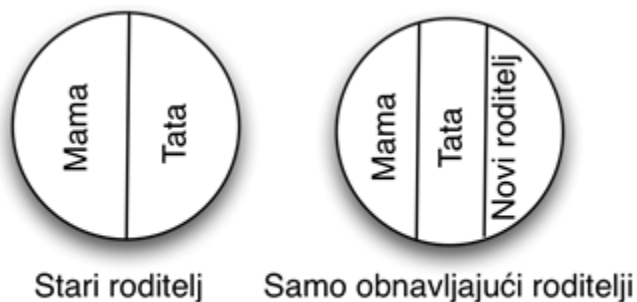
Ego stanja se mogu dijagnostifikovati na četiri načina: bihevioralno, socijalno, istorijski i fenomenološki. Korišćenje Dusejevog egograma je efikasnije za bihevioralne i socijalne dijagnoze, i za promenu ponašanja roditelja, ako je u ugovoru to traženo. Bern kaže da je takođe neophodna istorijska dijagnoza. Bez toga, novo ponašanje može biti nova maska, više adaptacija koje Dete „stavlja na izvolite“ drugima nego restrukturiranje ego stanja Roditelja.

Istorijske dijagnoze mogu početi na mnogo načina, uključujući Bernovo pitanje (2): „Koji je od tvojih roditelja ...“, praćeno specifičnim nastavkom, kao što je: „udario tebe sa nekontrolisanim besom, kao što kažeš da si ti uradio svom sinu prošle nedelje?“ Ili može početi pitanjem kao što je: „Da li se neko od tvojih roditelja mrštio, kao što ti sada činiš, da bi te naterao da budeš poslušan?“

Ako pacijent kaže: „Nijedna od mojih roditeljskih figura nije to činila, ali ja to radim“, ponašanje ne ide iz ego stanja Roditelja, već je verovatno iz Deteta. U prvom primeru gore, moguće je da Dete igra brutalnu ulogu Roditelja. U drugom primeru, iako mrštenje može izgledati kao roditeljsko, ono takođe može biti Dete koje želi da ga vide kao onog ko „se veoma trudi“.

Ako ljudi postanu svesni da kada su u ego stanju Roditelja, oni koriste ponašanje ugrađeno iz, za njih značajne, roditeljske figure u detinjstvu, mogu, korišćenjem svog Odraslog, da slobodno odluče kada, kako i sa kim će koristiti takvo ponašanje. Kada postanu svesni da njihovo roditeljsko ponašanje dolazi iz Deteta ili Odraslog, oni takođe mogu da izaberu da li će ga koristiti ili ne. „Dete i Roditelj su različite ličnosti, svaka sa svojom odvojenom i potpunom organizacijom; one nisu neophodno suprotstavljene jedna drugoj, one su samo u mnogim pogledima neusaglašene jedna sa drugom.“

Prilikom razvoja Novog Roditelja osoba će, u osnovi, zamisliti smanjenje roditelja u svom ego stanju tako da ima prostora za Novog Roditelja koji će zameniti deo starog. Novi Roditelj će imati pozitivne kvalitete, planirane od strane Odraslog kako bi se uravnotežili negativni kvaliteti ugrađeni iz njegovih istorijskih roditelja. Ovaj proces se može konceptualizovati kako je prikazano na slici 1.



Slika 1

Sva ego stanja su podložna promeni, a mnogi ljudi, i ne znajući, uključuju značajne roditeljske figure tokom čitavog života. Ovo može biti deo Novog Roditelja.

POTREBA ZA NOVIM RODITELJEM

Svima je potrebno mleko, ali nije svima potreban Novi Roditelj. Otkrivanje da li je ili nije Novi Roditelj odgovarajući može se postići brzom tehnikom postavljanja pitanja:

Uz pomoć kojih pet reči možete opisati svoju majku, način na koji ste je opažali kada ste bili mali?

Uz pomoć kojih pet reči možete opisati svog oca, način na koji ste ga opažali kada ste bili mali?

Da li ste imali druge značajne roditeljske figure ili ljude koji su brinuli o vama kada ste bili mali? Ako jeste, ko su oni bili? Kojim rečima ih možete opisati?

(Treći set pitanja navedenih iznad je neophodan kako bi se odredilo koliko je ljudi u ego stanju Roditelja osobe i kako ih je osoba opazila).

Ako su izabrani pridevi pozitivni, klijent će ispoljiti iste pozitivne karakteristike kada je u ego stanju Roditelja i nije mu potreban Novi Roditelj. Ako su negativne, ove karakteristike će takođe biti ispoljene i mogu biti indikator da je neophodan Novi Roditelj. Čini se da većina ljudi ima mešavinu pozitivnih i negativnih karakteristika u svom ego stanju Roditelja. Ovo se može tako razdvojiti da se pozitivne karakteristike mogu svesno koristiti, a negativne otpisati od strane moćnog Novog Roditelja. Pridevi koji su izvorno korišćeni se kasnije mogu videti kao iskrivljenja, ali se ovo može potvrditi tokom procesa dekontaminacije.

Predrasude se, na primer, najčešće povezuju sa ego stanjem Roditelja. Na društvenom nivou to može delovati tako, a u stvari dolazi iz Deteta. Sa istorijskom dijagnozom, ego stanje odakle predrasuda potiče, kao i razlog za određenu predrasudu, postaje jasnije.

PRIKAZ SLUČAJA

Bil, inženjer koji je radio sa grupom naučnika različitih rasa, često je izražavao snažne predrasude prema ljudima druge rase. On je bio ratoboran, zahtevan i koristio je mnoge tehnike kako bi se distancirao od drugih. Bil je „poslat“ na tretman kako bi se otkrilo zašto je to tako. Pošto je želeo da sačuva svoj posao, Bil je pristao da napravi ugovor o dekontaminaciji kako bi otkrio koje je ego stanje u njemu koristilo ovo ponašanje, kada i zašto.

U dve seanse istorijske dijagnoze Bil je uočio da se njegovo Dete ponašalo „kao da je bilo roditelj“. Prema Bilovom mišljenju, njegovi roditelji su bili ležerni, nisu bili zahtevni i naizgled su imali malo predrasuda (ovo je potvrđeno preko Bilovog brata koji je bez problema radio sa ljudima drugih rasa). Bil je u detinjstvu doneo odluku da deluje kao „zapovednički“ roditelj zato što je kao mali dečak bio najstarije dete u komšiluku među različitim rasama, i bio je sposoban da „prođe“ sa takvim ponašanjem. Kada je Bil otkrio da je ponašanje zasnovano na predrasudama bila kontaminacija usled iskustva i odluka koje je doneo u detinjstvu, on je doneo nove odluke:

- Da će koristiti svoje ego stanje Roditelja i da će biti ležerniji kao njegovi stvarni roditelji, a da se neće ponašati kao njegovo svađalačko Dete.
- Da će njegovo svađalačko Dete biti sputano Odraslim.
- Da nije nužno da sve bude po njegovom (kao što je to bilo u komšiluku u toku njegovog detinjstva).
- Da će uživati u približavanju ljudima drugih rasa.

POTREBA ZA NOVIM RODITELJEM

Objašnjenje (razlog) za razvoj Novog Roditelja kao dela starog ego stanja Roditelja je zasnovano na uverenju da Novi Roditelj može deaktivirati negativne delove starog. (4) Ti stari roditelji koji se mešaju u detetov razvoj ka autonomiji obuhvataju: previše kritičkog roditelja; previše zaštitničkog roditelja; nedoslednog roditelja; konfliktnog roditelja; neuključenog roditelja, superorganizovanog roditelja; roditelja koji traži previše pažnje.

Previše kritički roditelji kažu stvari kao što su: „Ti si glup, nikada ništa nećeš shvatiti“ ili: „Zar nikad ne možeš ništa da uradiš kako treba?“ ili: „Gubi se“. Kada je u ego stanju Roditelja, osoba koja je imala previše kritičke roditelje će koristiti ove iste reči, ili ih primeniti kod neverbalnih prikrivenih transakcija sa drugima. Kada su u ego stanju Deteta, slušajući zapise Roditelja kao lutka trbuhozborca, oni mogu reći stvari kao što su: „Ne razumem. Izgleda da se zaglupljujem“ ili: „Žao mi je, ali ne razumem“ ili: „Izgubljen sam“.

Previše zaštitnički roditelji kažu stvari kao što su: „Voziću te svaki put kada pada kiša“, „Daj da to uradim umesto tebe“, „Nemoj brinuti, ja ću se postarati za sve“, „Samo mi kaži ako su ta deca zla prema tebi.“ Kada je u ego stanju Roditelja, osoba koja ima previše zaštitničke roditelje će se ponašati „previše sentimentalno“ prema drugim odraslima kao i prema deci. Kada su u ego stanju Deteta, oni će se ponašati previše zavisno, uvek tražeći brigu i zaštitu.

Nedosledni roditelji kažu jednu stvar jedan dan, a nešto drugo sledećeg dana. U utorak takav roditelj može reći „Ja brinem za tebe. Moraš doći kući na vreme“, a u sredu mogu reći: „Baš me briga šta radiš, samo me ostavi na miru.“ Osoba sa nedoslednim roditeljima će se, kada je u ego stanju Roditelja, ponašati slično i neodlučno u onome što očekuje od drugih, i drugi je mogu videti kao „nefer“. Kada su takve osobe u ego stanju Deteta, osećaju se nesigurno i povremeno „proveravaju druge“ tražeći neverbalne znakove koji ukazuju gde se druga osoba nalazi u određenom minutu.

Konfliktni roditelji se raspravljaju oko mnogih pitanja. Ovi argumenti mogu, na primer, da budu glasni, čak i optužujući, ili tihi, čak i racionalni, ili ogorčeni, čak i svirepi ili smešni, čak i zabavni. Konflikt se može javiti zbog posla, obrazovanja, novca, slobodnog vremena, seksa i uloga u seksu, oko toga kako odgajati decu, i tako dalje. Svaki roditelj može imati suprotan pogled poput: „Radi dok ne umreš“ protiv „Ne radi, neka te neko drugi izdržava“. Ljudi sa konfliktnim roditeljima često vode unutrašnju borbu sa svojim ego stanjem Roditelja. Verovatno je da će ovi ljudi ka drugima reagovati prvo kao jedan roditelj, a zatim kao drugi. Oni često mogu da „traže kavgu“ kao što su njihovi roditelji radili. Kada su u ego stanju Deteta, mogu se plašiti glasne priče i povlačiti se kada su suočeni sa konfliktnom situacijom.

Neuključujući roditelji su oni koji često nisu kod kuće ili kad su kod kuće, ne slušaju, ili ne dele svoja osećanja i ideje, ili koji se izoluju u posebnoj sobi ili radionici, ili imaju posebnu aktivnost i govore stvari poput: „Ne gnjavi me, zauzet sam“ ili koji se ponaša kao poslovično „rasejani“ profesor, zaboravljajući rođendane i druge značajne događaje. Ljudi koji su imali neuključujuće roditelje će biti „na odstojanju“ kada se nalaze u ego stanju Roditelja. Oni će se povući i „isključiti“ kao što su to nekad radili njihovi roditelji. Kada su u ego stanju Deteta, ovi ljudi se često ponašaju prijateljski, ali su nesigurni. Oni mogu predano tražiti nekog ko će se ponašati kao zainteresovani roditelj, ali u isto vreme sumnjati da će ikada pronaći takvu osobu.

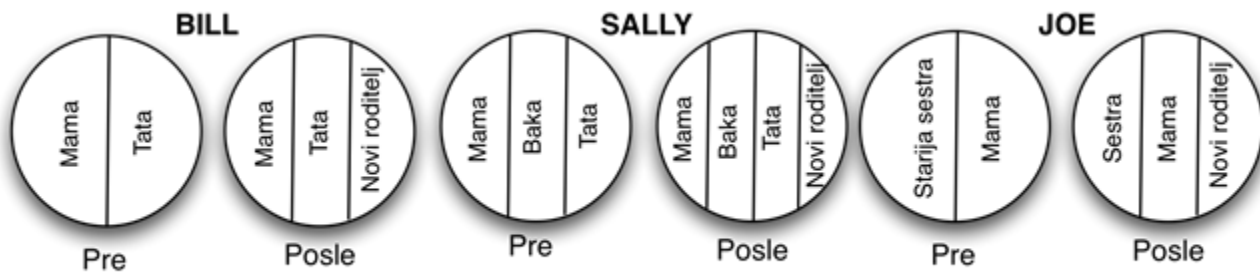
Superorganizovani roditelji neprestano „obrađuju podatke“, retko pokazuju toplinu prema detetu i impulsivnost, ne ponašaju se kao kritički ili negujući roditelji. Ljudi koji imaju superorganizovane roditelje su u svom ego stanju Roditelja dobro organizovani i očekuju i od drugih to isto. Kada su u svom ego stanju Deteta, oni obično nose obrazac pobune, nezainteresovanosti, ili generalno poštovanje prema organizacijama, i posebno prema organizovanim ljudima.

Roditelj koji traži previše pažnje neprekidno očekuje da bude „negovan“ i pažen, ili očekuje da ga uveseljavaju i čine srećnim, ili očekuje da bude kritikovan i da mu se oprostí. Ovi roditelji često manipulišu svojom decom da ona preuzmu roditeljsku ulogu u kući. Ljudi koji su imali roditelje koji su tražili previše emotivne pažnje će, kada su u ego stanju Roditelja, ispoljavati slične emotivne potrebe. Kada su u ego stanju Deteta, oni će se verovatno ponašati roditeljski, onako kako su „trenirani“ u detinjstvu, biraju partnere o kojima će se brinuti i posao na kojem će se takođe brinuti o ljudima.

Osim u retkim slučajevima, čini se da su ljudi „zaglavljeni“ i u dobru i u zlu sa svojim roditeljima i samim tim sa ego stanjem Roditelja. Stoga kreiranje dodatnog roditelja, Novog Roditelja za svoje ego stanje Roditelja, izgleda razumno. Novi Roditelj ne zamenjuje stare roditelje, ali menja ego stanje Roditelja. Ljudi imaju različite kombinacije roditeljskih figura. Stoga njihova ego stanja Roditelja, pre i posle obnavljanja roditeljstva, mogu biti prikazana u vidu dijagrama, kao na slici 2.

Razvoj Novog Roditelja, posebno dizajniran od strane Odraslog, povećava opcije koje osoba ima kada je u svom ego stanju Roditelja. Karpman (5) je veoma dobro objasnio vrednost opcija tako da nije potrebno dokazivati njihovu korisnost. Razvoj Novog Roditelja ne mora da bude isti kao razvoj novog roditeljskog ponašanja, zato što roditeljsko ponašanje može doći iz bilo kog ego stanja.

Mnoge TA tehnike se mogu koristiti kako bi se promenilo roditeljsko ponašanje. Na primer, teorije egograma i metode kombinovane sa ugovorima za promenu naročito su vredni za osobu koja želi da poveća ponašanje Negujućeg Roditelja. Ovo novo ponašanje može nesvesno doprineti stvaranju Novog Roditelja, iako u nekim slučajevima može biti prosto odraz Deteta potčinjenog terapeutu, ili pritisku grupe. Kod drugih to može biti iznova informisani Odrasli.



Slika 2

Prirodni roditelji u ego stanju Roditelja predstavljaju ono što su oni bili i sastoje se od stvarnih figura sa imenima, adresama i brojevima telefona. Novi Roditelj kojeg je pažljivo dizajnirao Odrasli, uz pomoć Kreativnog Deteta, ne mora biti stvarna figura. On može biti inteligentan, pun ljubavi, izmišljeni roditelj, kreiran kao što se kreiraju likovi u romanima i dramama.

Zamišljeni likovi u romanima i dramama često imaju stvarnu moć u životu osobe. Kada autori konstruišu takve likove, oni inkorporiraju ideje i iskustva iz mnogih izvora kako bi kreirali efikasne likove. Proces kroz koji osoba prolazi kada kreira Novog Roditelja je sličan onom kod kreativnog pisca. Ideje za Novog Roditelja mogu doći iz mnogih izvora.

POSTUPAK SAMOOBNAVLJAJUĆEG RODITELJSTVA

Postupak za samoobnavljajuće roditeljstvo sledi u tačno određenim fazama, u kojima se terapeut (ako postoji) ponaša kao facilitator. To su sledeće faze:

Svesnost o potrebi za Novim Roditeljem koji će kompenzovati, nadopuniti ili deaktivirati deo starog roditelja. Svesnost se javlja kada ljudi dođu u kontakt sa svojim negativnim zabranama iz detinjstva i svojim negativnim osećanjima o sebi i/ili drugima, njihovim igrama, skriptama ili roditeljskom ponašanju koje ne deluje.

Istorijske dijagnoze svake roditeljske figure iz detinjstva. Ovo je olakšano domaćim zadacima – detaljnim listama dobrih ili loših osobina svakog roditelja. Kako bi se dala energija ovom procesu, mogu se koristiti vežbe iz knjige *Rođeni za pobedu*, na kraju poglavlja o ego stanjima Roditelja.

Edukacija o predmetu roditeljstva. Pohađanje časova o roditeljstvu, čitanje knjiga kao što su *Obuka za roditeljsku uspešnost* ili *Šta da radite sa njima sada kad ih imate?* Veoma je važno i posmatranje stvarnih roditelja. Posmatranje stvarnih roditelja se može odvijati na igralištima gde mala deca mogu biti zaštićena, prezaštićena, ignorisana, ohrabrivana, itd. To takođe može biti i u vrtićima, u supermarketima, bioskopima, ili na bilo kom mestu gde su deca u roditeljskoj pratnji. Posmatranje odraslih koji su roditelji drugih odraslih takođe je važno i može obuhvatiti namerno posmatranje grupnog terapeuta i članova grupe koji mogu, ali ne moraju biti adekvatni roditelji.

Unutrašnji dijalog između Odraslog i Deteta u strukturi Drugog Reda. Svrha ove faze je da otkrije šta je potrebno svakom delu ego stanja Deteta. Ove potrebe se često razlikuju. Na primer, Prirodno Dete (koje je okrenuto svom telu) može imati potrebu za boljom ishranom; Mali Profesor može imati potrebu da se zabavlja; Prilagođeno Dete može imati potrebu za Dozvolom da prestane da sluša puritanske trake Roditelja i da kreativno istraži seksualnost i gurmanski način ishrane.

Pošto su ego stanja svake osobe jedinstvena, svaka osoba će verovatno imati jedinstvene potrebe. Na primer, neko može imati potrebu za Dozvolom da razmišlja, neko drugi za Dozvolom da manje ili više popušta sebi, a neko treći – da bude kreativan.

Regresivne tehnike sa Detetom, koje su opisali Bern, Štunc, Šif ili Džejms i Jongevard, ili tehnike koje su usvojene od strane geštalt pokreta, kao što su „dve stolice“, preterivanje u pokretima tela i verbalnim izjavama, itd., mogu biti veoma efikasne u ovoj fazi. „Izmišljena putovanja ili ona na osnovu sećanja, prelistavanje albuma iz detinjstva i „ciljano stroukovanje“ takođe mogu biti korišćeni kao emotivni ulog u Dete. Tada se može obaviti fenomenološka dijagnoza ego stanja, a takođe se mogu i ponovo povući granice ego stanja.

Odrasli zatim može pričati sa unutrašnjim Detetom u raznim fazama razvoja. On može pitati unutrašnje Dete šta bi bilo korisno, a šta štetno, i može čuti odgovore Deteta. Neki od njih će biti adaptirani odgovori naučeni u detinjstvu, neki će biti zabava za Malog Profesora, neki mogu predstavljati necenzurisana osećanja Prirodnog Deteta. Svi odgovori imaju svoju vrednost u terapijskom procesu. Klijenti, kao i terapeut, mogu da nauče da bitno utiču i presude u odnosima između Roditelja i Deteta, da daju Dozvolu sebi, i da se zaštite, ako je to neophodno.

Evaluacija podataka. Odrasli je sada u poziciji da obradi podatke koje je prikupio iz tri izvora: Odraslog, Deteta i spoljašnjeg sveta. Stari Roditelj se procenjuje kao neadekvatan za određene stvari, i stoga mora biti zamenjen ili uravnotežen sa Novim Roditeljem na odgovarajući način. Diskusija služi da razjasni konkretne detalje.

Ugovori i praksa. Na osnovu podataka Odrasli zatim sklapa ugovor o tome da će biti zamenski roditelj svom unutrašnjem Detetu i da će praktikovati određeno roditeljsko ponašanje koje je dogovoreno. Ovo zadovoljava Dete čije potrebe konačno bivaju ispunjene.

Priznavanje Novog Roditelja. Iako novo roditeljsko ponašanje može izgledati neugodno, površno, čak i lažno, kada se prvi put proba (poput učenja stranog jezika ili nove veštine), uz vežbu i praksu ono postaje automatsko.

PRIKAZ SLUČAJA

Iako su moji majka i otac bili veoma pažljivi, u mnogo čemu odgovorni roditelji, ne mogu da se setim da li su me ikada pitali kako sam se ja osećala (verovatno su mi govorili kako oni misle da bi ja trebalo da se osećam). Niti su me ikada dodirnuli, barem koliko se ja sećam.

Pre nekoliko godina sam osvestila, iz svog Odraslog, da su grešili u odgajanju dece na taj način. Moje ego stanje Deteta je verovatno podstaklo mog Odraslog kako bi doneo taj sud. Zapravo, deca, uključujući Dete u meni, žele da budu pitana o svojim osećanjima i žele da budu dodirnuti i držana u naručju. Zato sam počela da zapitkujem ljude kako su se oni osećali, i počela sam da češće dodirujem druge ljude i svoju sopstvenu decu. Takođe sam potražila prijatelje koji su topli i taktilni, kao i one koji su mi intelektualno interesantni.

U početku mi je ovo dodirivanje bilo veoma neprijatno, ali je vremenom postalo automatsko i postalo je deo mog Novog Roditelja u mom ego stanju Roditelja. Prirodno, to je zadovoljilo moje Dete, i moj Odrasli je tada smatrao – a i dalje smatra – da je to bolji način života. (8)

Međutim, ovom Novom Roditelju je i dalje potrebna supervizija Odraslog. Nedavno sam držala radionicu za direktore, i jedan od učesnika me je povezo avionom. Umesto iskrenog Odraslog ili toplog, zahvalnog Detetovog „Hvala“, ja sam se strogo držala pristupa svog Novog Roditelja. Nekim ljudima se to nije dopalo. Srećom, njemu jeste. Ali sam od tada svesnija da ono što sam u sebi iskusila kao dobri Novi Roditelj, nije uvek prikladno u kontaktu sa drugim osobama.

ZAKLJUČAK

Ukratko, roditeljsko ponašanje može doći iz bilo kog ego stanja. Iako bilo koje ego stanje može biti iskorišćeno ili zloupotrebjeno od strane klijenta ili terapeuta (9), sva ego stanja imaju svoju vrednost, čak i neki delovi starog Roditelja osobe. Oni delovi starog Roditelja koji su bez zasluga mogu biti deaktivirani, a ličnost se može restrukturirati kroz proces samoobnavljajućeg roditeljstva.

Mjuriel Džejms je pisac i psihoterapeut privatne prakse, direktorka Oasis instituta za transakcionalnu analizu, Lafajet, Kalifornija, i poslovna i industrijska konsultantkinja, kao i članica državnih agencija, školskih odbora i organizacija za mentalno zdravlje. Ona je i Trener kliničke psihologije i Poverenica u ITAA.

REFERENCE

1. Berne, Eric. Principles of Group Treatment. Oxford University Press, New York, 1964, p. 220. Ibid., p. 216.
2. Ibid., p. 312.
3. Samuels, Solon D. "Parent Ego State: Can a Therapist Take One to Lunch?" Unpublished paper. Cf. Kaufman, Dorothy N. and Kaufman, Jack. "The Sources of Parenting Behavior: An Exploratory Study," Trans. An. J., 2:4 (October, 1972), pp. 191-195.
4. Berne, op. cit., p. 105. Cf. Berne, Eric. Transactional Analysis in Psychotherapy. Grove Press, New York, 1961, pp. 233-234.
5. Samuels, op. cit. Ibid. Cf. Sudhalter, Trava. "Hello, My Nurturing Parent," Trans. An. J., 1:3 (July, 1971), p. 43.
6. Oscar Wilde, quoted in James, Muriel and Jongeward, Dorothy. Born to Win: Transactional Analysis with Gestalt Experiments. Addison-Wesley, Reading, Mass., 1971.
7. Schiff, Jacqui. All My Children. M. Evans, New York, 1970.
8. Berne, Eric. Games People Play. Grove Press, New York, 1964, p. 183.
9. Dusay, John M. "Egograms and the Constancy Hypothesis," Trans. An. J., 2:3 (July, 1972), p. 37.
10. Berne, Eric. Principles of Group Treatment, op. cit., p. 296. Cf. James and Jongeward, op. cit., pp. 101-126. Ibid., p. 298.
11. Cf. James, Muriel. What Do You Do With Them Now That You've Got Them? Addison-Wesley, Reading, Mass., 1974, pp. 96-104.
12. Karpman, Stephen B. "Options," Trans. An. J., 1:1 (Jan., 1971), pp. 79-87.
13. Cf. James and Jongeward, op. cit., pp. 241-242. See Berne, Eric. Transactional Analysis in Psychotherapy, op. cit., pp. 224-231. Cf. Schiff, Aaron Wolfe and Schiff, Jacqui Lee. "Passivity," Trans. An. J., 1:1 (Jan., 1971), pp. 71-78.
13. James and Jongeward, op. cit., especially pp. 6-10 and 155-156.
14. Stuntz, Edgar C. "Multiple Chairs Technique," Trans. An. J., 3:2 (April, 1973), pp. 29-31. James, op. cit., p. 100.
15. James, Muriel. Born to Love. Addison-Wesley, Reading, Mass., 1973, pp. 48-49.

Preveli: Dunja i Saša Živić

Korektura za HRIO: Nataša Pavela Ambrož