

UZ 10. TJEDAN PSIHOLOGIJE U ISTRI



Majke i kćeri – promjenjivi odnos koji nas oblikuje

Odnos majke i kćeri predstavlja jednu od najdinamičnijih, najdugotrajnijih i najintenzivnijih povezanosti – gotovo svaka žena tijekom svojega života ostvaruje ulogu kćeri, a neke od nas postaju i majke. Time odnos poprima još jednu novu, živopisnu dimenziju. Brojne knjige, filmovi, kazališne predstave, pa čak i televizijske serije nastoje razotkriti odnos na različite načine – ponekad su majka i kći najbolje prijateljice, ponekad glavne suparnice, a ponekad potpune strankinje. Sve što možemo zaključiti promatrajući kćeri, majke i njihove majke, jest da su njihovi odnosi raznoliki, jedinstveni, i svaki na svoj način, sadržajni i osebniji. Majke u mnogočemu oblikuju svoje kćeri i njihov način, čak i onda kada mislimo „kako nikad nećemo činiti onako kako su to činile naše majke“.

Iako je svaka dijada majke i kćeri posebna, postavlja se pitanje: koje je univerzalno obilježje takvog bliskog i intimnog odnosa?

Psihologijske teorije, posebice ona američkog psihologa Johna Bolwbyja nude koncepte privrženosti i pružanja brige, kako bi objasnile bliske odnose koji nam omogućavaju preživljavanje od najranije dobi. Privrženost nas motivira na traženje bliskosti osoba od kojih očekujemo pravovremenu brigu, njegu i zaštitu. Pružanje brige motivira nas na pružanje pravovremene i odgovarajuće zaštite i pomoći svojim bližnjima.

Upravo je naša majka osoba koja nam najčešće pruža prvi kontakt, bliskost i zaštitu, kao i vodstvo, potporu i osjećaj sigurnosti. Tijekom odrastanja, naše interakcije s najbližima, vode razvoju ideja i očekivanja o tome kako će drugi reagirati na naše potrebe. Odnos s našim bližnjima uči nas tome hoće li nam za vrijeme stresa biti pružena potrebna podrška. Dostupna i odgovarajuća briga za dijete pružit će mu osjećaj povezanosti i sigurnosti te, u konačnici, omogućiti mu razvijanje strategija regulacije stresa koje uključuju oslanjanje na tuđu potporu i pomoć. Pozitivan pogled na druge kao na nježne, brižljive i povjerljive, te na sebe kao na sposobnog i kompetentnog pojedinca vrijednog ljubavi i potpore, dovest će do razvoja sigurne privrženosti i osnaživanja našeg kapaciteta za pružanje brige drugima. S druge strane, majčina nepouzdanost, nedostupnost i izostanak njene potpore, ili pak njena

pretjerana okupiranost i zavisnost, ne mogu u potpunosti dovesti do stjecanja osjećaja sigurnosti djeteta. Drugim riječima, pretjerana zabrinutost majke doprinosi pretjeranoj zabrinutosti njene kćeri.

Pretpostavka o prijenosu ideje privrženosti kroz generacije, s majke na kći, potvrđena je brojnim istraživanjima, ali i u praktičnom radu psihologa. Primjerice, pokazalo se da kćeri čije majke imaju sigurnu privrženost, također pokazuju sigurnu brigu prema svojoj djeci u dojenačkoj i adolescentskoj dobi. Štoviše, žene s razvijenim obrascima sigurne privrženosti pokazuju veće zadovoljstvo i potporu u partnerskim odnosima. Kćeri sa sigurnim obrascima privrženosti pokazale su veću spremnost za emocionalnu uključenost u brizi za svoje ostarjele majke. Posebno je zanimljivo obratiti pažnju na fenomen preokupirajuće, zavisne brige, koji se nerijetko javlja kod majki i kćeri. Iskazivanje nestalne i nametljive brige te velike zabrinutosti od strane majke, dovodi do razvoja sličnih obrazaca ponašanja kod kćeri, koje ona zatim pokazuje u bliskim odnosima.

Bez obzira radi li se o psihologijskim istraživanjima, primjerima iz kliničke prakse, savjetovanja, ili svakodnevnog života, zaključujemo da od naših majki učimo kako voljeti i kako brinuti o drugima. Radosna je vijest da navedeni obrasci nisu nepromjenjivi. Oni se mijenjaju ovisno o ljudima, situacijama i novim iskustvima koje dijelimo s bliskim osobama, pa tako i s majkama. I odnos s majkom razvija se cijeli život. Nikad nije kasno za izražavanje bezuvjetnog prihvatanja, potpore te za razumijevanje i osvještavanje razlika koje čine naše najbliže odnose zanimljivima i bogatima. Naši bliski odnosi nas definiraju – promjenjivi su i dio su naše vlastite odgovornosti.

Neva Ljuština, mag. psych.