

**Roditeljstvo u najboljem interesu djeteta
i podrška roditeljima najmlađe djece
s teškoćama u razvoju**



rastimo zajedno Plus

unicef

Uredila:
Branka Starc

**Roditeljstvo u najboljem interesu djeteta
i podrška roditeljima najmlađe djece
s teškoćama u razvoju**

Zagreb, 2014.



Ured UNICEF-a za Hrvatsku zahvaljuje svim građanima i tvrtkama koji su svojim donacijama podržali unapređenje prava djece s teškoćama u razvoju i njihovih obitelji. U sklopu tih aktivnosti, nastao je i program podrške roditeljima djece s teškoćama u razvoju „Rastimo zajedno Plus“.

Izdavač: Ured UNICEF-a za Hrvatsku

Urednica: Branka Starc

Izvršne urednice: Gordana Horvat, Lili Retek Živković

Lektura: Ciklopea d.o.o.

Grafičko oblikovanje: Valion obrt za grafički i web dizajn

Tisk: GRAFING offset & digital print

Sva prava pridržava izdavač.

Prilikom korištenja citata i materijala iz ove publikacije, molimo navedite izvor.

Za sve obavijesti možete se obratiti izdavaču.

Tiskano u Hrvatskoj.

Naklada: 3000 primjeraka

Ova publikacija ne izražava nužno službene stavove UNICEF-a.

CIP zapis dostupan u računalnom katalogu Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu pod brojem 886336.

Roditeljstvo u najboljem interesu djeteta i podrška roditeljima najmlađe djece s teškoćama u razvoju / Urednica: Branka Starc -Zagreb: Ured UNICEF-a za Hrvatsku, rujan 2014.

ISBN: 978-953-7702-29-8





Gdje mnogi vide slabost, mi vidimo

hrabrost

PRVE SU JOŠ VAŽNIE

Pružimo podršku roditeljima djece s teškoćama u razvoju!

Roditelji djece s teškoćama u razvoju ponosni su na svoju djecu koja se ne predaju i koja se bore za svaki novi korak. Prihvatanje i razumijevanje drugih roditelja i djece u tome su im velika podrška.
Podržite UNICEF-ov program Prve tri su još važnije i donirajte putem interneta na www.unicef.hr

unicef

**Svaki put kad nas isključite,
naš svijet se smanji.**

**Podržimo djecu s teškoćama
u razvoju i njihove obitelji!**

PRVE SU JOŠ VAŽNIE

www.unicef.hr | unicef

Hrvatski Telekom | euoplakat | DigerKomunikacije

Gdje mnogi vide teškoće, mi vidimo

mogućnosti

PRVE SU JOŠ VAŽNIE

Pružimo podršku roditeljima djece
s teškoćama u razvoju!

Roditelji djece s teškoćama u razvoju ponosni su na svoju djecu koja se ne predaju i koja se bore za svaki novi korak. Prihvatanje i razumijevanje drugih roditelja i djece u tome su im velika podrška.

Podržite UNICEF-ov program Prve tri su još važnije i donirajte putem interneta na www.unicef.hr

Hrvatski Telekom | euoplakat

unicef



Predgovor

Rodenjem djeteta svaki roditelj dobiva novu ulogu u životu i novi izazov za osobni rast, a roditelji djeteta s teškoćama, razvojnim odstupanjem ili rizicima suočavaju se dodatno s nizom neočekivanih izazova i brojnih pitanja na koja nije lako naći odgovore.

Kada roditelji saznaju da im dijete ima neku razvojnu teškoću, oni počinju drugačije životno putovanje ispunjeno neprestanim propitivanjem sebe i svojih postupaka, beskonačnim traganjem za informacijama i uslugama za svoje dijete, interakcijama s mnogim različitim stručnjacima i nošenjem sa snažnim emocijama, kako osobnim tako i bliskih ljudi iz neposredne okoline. Mnogi kroz taj proces iznova otkrivaju izvore unutarnje snage za koju nisu ni znali da postoji.

No, roditelji se pri tome često osjećaju izolirano i osamljeno, ne znajući odakle početi i kako doći do njima važnih i korisnih informacija te pomoći koja je prilagođena upravo njima i njihovom djetetu. Važno je da svaki roditelj ima nekoga s kim može podijeliti svoje emocije i reći sve ono što ga brine i muči, čega se možda boji i srami. Isto tako, važno je i da uspjeh u razvoju svojeg djeteta može proslaviti s nekim tko ima slično iskustvo poput njega i razumije koliko je neki mali korak zapravo veliki za njegovo dijete.

Znajući koliko je roditeljima lakše kad otkriju da u svom iskustvu nisu sami i da podršku mogu dobiti od stručnjaka, ali i drugih roditelja koji imaju slično iskustvo, UNICEF je razvio novi program radionica s roditeljima '**Rastimo zajedno Plus**', namijenjen roditeljima predškolske djece s teškoćama u razvoju.

Radionice '**Rastimo zajedno Plus**' nude zajedničko učenje o roditeljstvu, razvoju djece, potrebama, odnosima i komunikaciji te omogućuju međusobnu podršku, poticajno i osnažujuće okruženje i partnersku razmjenu između roditelja i voditeljica. Ovaj program, uz stručna znanja i iskustva voditelja i voditeljica radionica, prepoznaće i njeguje upravo osobne snage, znanja i kapacitete roditelja. Dijeleći ih na radionici s drugima, roditelji daju vrijedne doprinose zajedničkom razvoju i učenju.

Želja nam je da ovaj program, kao i priručnik koji ga prati, budu korisni i za stručnjake i za roditelje djece s teškoćama u razvoju. Pri tome nam je iznimno važno da zajedno s našim partnerima osiguramo da usluge ovakve podrške postanu pristupačne za sve roditelje i njihovu djecu, bez obzira gdje i u kakvim uvjetima žive. Jer, baš svako dijete, bez obzira na to ima li ili nema neko razvojno odstupanje i gdje živi, ima pravo da bude prihvaćeno s ljubavlju i veseljem i da se razvije u sretnu osobu. I baš svako dijete ima pravo da njegov roditelj dobije podršku koja mu je potrebna u ispunjavanju roditeljskih odgovornosti i jačanju svojih snaga.

U osiguravanju tih prava djeci i njihovim roditeljima pozivamo sve da zajedno doprinesemo rastu našeg društva u inkluzivno, osjetljivo društvo sposobno odgovoriti na potrebe svakog svog člana!

*Durdica Ivković,
programska voditeljica Ureda UNICEF-a za Hrvatsku*



Uvodne napomene

Ova je knjiga dopuna, nastavak knjige *Roditeljstvo u najboljem interesu djeteta i podrška roditeljima najmlađe djece* (Pećnik i Starc, 2010a), a nastala je na temelju Priručnika za provođenje Programa radionica s roditeljima predškolske djece s teškoćama u razvoju „Rastimo zajedno Plus“. Samim njenim naslovom *Roditeljstvo u najboljem interesu djeteta i podrška roditeljima najmlađe djece s teškoćama u razvoju* htjeli smo poručiti da se radi o nerazdvojnom nastavku prve knjige i da se bez obje ne može steći cjelovita slika koncepta podrške roditeljima i partnerstva stručnjaka i roditelja vođenog željom da svako dijete ostvari svoja prava i razvojni potencijal.

Program radionica „Rastimo zajedno Plus“ razvijen je kao odgovor na potrebu da se pozitivna iskustva stečena u četverogodišnjem razdoblju provedbe radionica „Rastimo zajedno“ s općom populacijom roditelja djece u dobi od 1 do 4 godine učine dostupnima i roditeljima djece s teškoćama u razvoju tako što će uzeti u obzir i njihove specifične potrebe i interes. U skladu s time, tijekom 2012. i 2013. godine, pod okriljem Ureda UNICEF-a za Hrvatsku, razvijen je ovaj „sestrinski“ program radionica „Rastimo zajedno Plus“ usmjeren pružanju podrške roditeljstvu djeci s teškoćama predškolske dobi.

Zašto „Rastimo zajedno Plus“? Roditelj djeteta s teškoćama u razvoju u svom roditeljstvu ima mnoštvo „dodataka“ – proživljava više strepnje i stresa, više izazova i pobjeda te treba više informacija, više razumijevanja, više stručnog rada, više brige društva. Sve te „dodatke“ nazvali smo „plus“. Stoga su ove radionice namijenjene osnaživanju roditelja da bi njihov dodatak roditeljstvu koje žive imao pozitivan predznak.

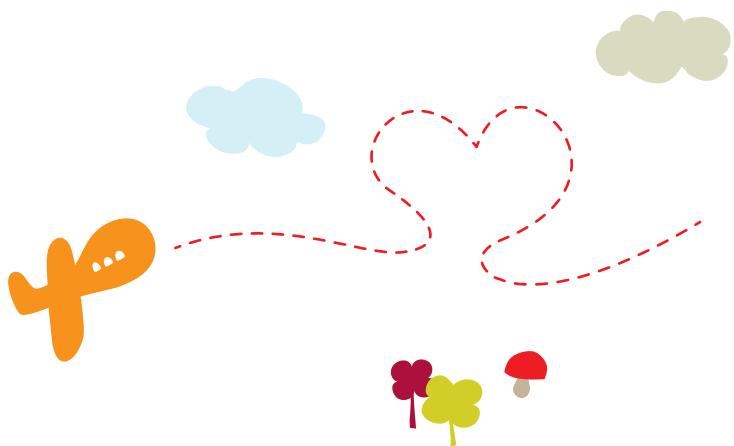
Program „Rastimo zajedno Plus“ promiče isti pristup roditeljstvu i podršci roditeljima kao i program „Rastimo zajedno“, s kojim dijeli osnovne vrijednosti i ciljeve. No ostvarivanje ovih vrijednosti i ciljeva pretpostavlja uvažavanje činjenice da se roditelji djece s teškoćama u svom roditeljstvu susreću s različitim dodatnim zahtjevima vezanim uz dijete, članove obitelji i širu zajednicu te različite institucije.

O temeljnim postavkama svih programa „Rastimo zajedno“ može se pročitati u knjizi *Roditeljstvo u najboljem interesu djeteta i podrška roditeljima najmlađe djece* i zato u ovom nastavku posvećenom podršci roditeljima djece s teškoćama u razvoju prenosimo one dijelove Priručnika koji se odnose na specifičnosti Programa radionica s roditeljima djece s teškoćama, uz neka manja ponavljanja koja su nam se činila neophodnima. Naime, program „Rastimo zajedno Plus“ nastao je proširivanjem, restrukturiranjem i prilagođavanjem temeljnog programa „Rastimo zajedno“ i zato preporučujemo čitanje obje knjige zbog stjecanja cjelovite slike.



Program „Rastimo zajedno Plus“, pa ni Priručnik ni ova knjiga, ne bi mogli nastati bez podrške Ureda UNICEF-a za Hrvatsku, a posebno Đurđice Ivković i Gordane Horvat. Njima ovdje iskreno zahvaljujemo na prilici da izrastemo u autorski tim koji je iznjedrio sadržaje od vrijednosti roditeljima djece s razvojnim teškoćama. Ponuđeni materijal usavršile su, svojim trudom i osjetljivošću, voditeljice pokušne primjene radionica koja se odvijala tijekom 2013. godine u 13 grupa u obiteljskim centrima, dječjim vrtićima, rehabilitacijskim centrima i udrugama širom Hrvatske. Posebnu zaslugu za stvaranje programa imaju majke i očevi sudionici prvog ciklusa „Rastimo zajedno Plus“. Oni su razvoju svake radionice dali jedinstveni doprinos, obogativši pritom osobno i profesionalno i stručnjake sudionike procesa izgradnje programa i načela njegove provedbe. Zahvaliti želimo i organizacijama koje su poduprle provođenje prvog ciklusa radionica „Rastimo zajedno Plus“ te njegovu evaluaciju, kao i recenzenticama koje su pomogle unaprijediti sadržaj priručnika.

Urednica



rastimo zajedno Plus

SADRŽAJ

1

TEORIJSKE OSNOVE I ISHODIŠTA PROGRAMA

- | | | |
|-----|--|----|
| 1.1 | Suvremeno roditeljstvo i njegova društvena podrška (<i>Ninoslava Pećnik</i>) | 13 |
| 1.2 | Pravo na podršku roditelja djece s teškoćama u razvoju (<i>Marta Ljubešić</i>) | 16 |

2

PROGRAM RADIONICA S RODITELJIMA „Rastimo zajedno Plus“

- | | | |
|-----|--|----|
| 2.1 | Razvoj, svrha i pristup Programa (<i>Branka Starc</i>) | 26 |
| 2.2 | Kome je program namijenjen (<i>Branka Starc</i>) | 29 |
| 2.3 | Tko provodi Program (<i>Branka Starc</i>) | 36 |
| 2.4 | Neka obilježja grupnog rada s roditeljima (<i>Marina Grubić</i>) | 38 |
| 2.5 | Vještine vođenja radionica (<i>Marina Grubić</i>) | 41 |
| 2.6 | Što se i kako radi na radionicama (<i>Branka Starc</i>) | 44 |
| 2.7 | Pripreme za provođenje Programa (<i>Branka Starc</i>) | 47 |
| 2.8 | Provodenje radionica (<i>Branka Starc</i>) | 48 |
| 2.9 | Nakon održane radionice (<i>Branka Starc</i>) | 52 |

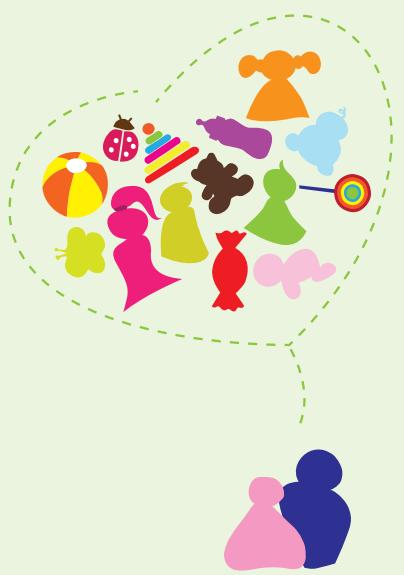
3

ISKUSTVA U PROVOĐENJU RADIONICA TIJEKOM POKUSNE PRIMJENE

- | | | |
|-----|--|----|
| 3.1 | Iskustva voditeljica (<i>Sonja Pribela Hodap, Minja Jeić i Martina Smiljanaić</i>) | 54 |
| 3.2 | Iskustva roditelja (<i>Aleksandra Filipović, Natalija Andraković Kostanjevac i Ana-Marija Bohaček</i>) | 63 |

4	EVALUACIJA UČINAKA PROGRAMA „Rastimo zajedno Plus“ <i>(Ninoslava Pećnik)</i> 70
5	RAZVOJ I ŠIRENJE PROGRAMA „Rastimo zajedno Plus“ <i>(Branka Starc)</i> 82 5.1 Osiguravanje kvalitete Programa i kontinuiteta podrške voditeljima: <i>Mreža voditeljica „Rastimo zajedno“</i> 84 5.2 Osiguravanje kontinuiteta podrške roditeljima: <i>Club roditelja „Rastimo zajedno Plus“</i> 85 5.3 Širenje dostupnosti programa „Rastimo zajedno Plus“ roditeljima u zajednici 87
6	STRUČNI PRILOZI KOJI PRATE PROVEDBU PROGRAMA 92
7	LITERATURA 126
8	POPIS ORGANIZACIJA I SURADNIKA KOJI SU SUDJELOVALI U POKUSNOJ PRIMJENI I EVALUACIJI PROGRAMA 134





1. TEORIJSKE OSNOVE I ISHODIŠTA PROGRAMA

1.1.

Suvremeno roditeljstvo i njegova društvena podrška

Ninoslava Pećnik

Brojne društvene promjene obilježavaju kontekst u kojem današnji roditelji podižu djecu i suočavaju se s novim izazovima u ispunjavanju roditeljskih odgovornosti (Pećnik, 2008). Među njima je i promjena djetetovog položaja u društvu kojoj je pridonijela afirmacija prava djeteta sadržanih u Konvenciji UN-a o pravima djeteta (1989). Roditeljski postupci i odnos prema djeci postao je predmetom javnih politika, ne samo u smislu zaštite djece od roditeljskog nasilja i zanemarivanja nego i u smislu promicanja roditeljskih postupaka i odnosa koji potiču djetetovu dobrobit i optimalni razvoj. Tako *Preporuka (2006.) 19 Vijeća Europe o politici podrške pozitivnom roditeljstvu „pozitivno roditeljstvo“* definira kao roditeljsko ponašanje utemeljeno na najboljem interesu djeteta, a koje njeguje, osnažuje, nenasilno je te osigurava uvažavanje i vođenje koje uključuje postavljanje granica kako bi se omogućio potpuni razvoj djeteta.

Ovo određenje dobrog, društveno poželjnog roditeljstva temelji se na poimanju djeteta kao subjekta, a ne objekta roditeljskih socijalizacijskih utjecaja, te roditeljsku ulogu sagledava u kontekstu **relacijskog (odnosnog) shvaćanja socijalizacije** (Kuczynski i Parkin, 2006., prema Pećnik i Starc, 2010.a). Prema njemu, i dijete i roditelj u stanju su inicirati svrhovito ponašanje i strateški odabratiti način utjecaja na ponašanje druge strane. Sposobni su razmišljati o vlastitom ponašanju i interpretirati poruke koje su bile odaslane tijekom interakcije. Također, u stanju su zauzeti se za sebe, oduprijeti se zahtjevima koji im narušavaju autonomiju, sprečavaju ostvarivanje ciljeva ili su u suprotnosti s njihovim razumijevanjem socijalne situacije. Uz priznavanje aktivnog doprinosa djeteta vlastitoj socijalizaciji, prepoznaje se i kontinuirana resocijalizacija samog roditelja koji također razvija i prilagođava svoje vrijednosti i odgojne ciljeve temeljem interakcija s djetetom u svakodnevnome životu. Drugim riječima, napušta se pristupanje djetetu kao da je komad gline kojeg roditelj oblikuje u željenu formu putem uvježbavanja, nagrada i kazni (Schaffer, 1996. prema Pećnik i Starc, 2010.a), a promiče se uvažavanje djeteta kao osobe s vlastitom intrinzičnom motivacijom te u obzir uzima ponašanja i mišljenja objiju strana, i roditelja i djeteta. Djetetova samoregulacija i suradnja ne shvaćaju se kao posljedica roditeljskih disciplinskih postupaka, već se prepoznaje da dijete spremnost na suradnju prvenstveno razvija iz ranih iskustava recipročne suradnje s roditeljima, a motivirano je



surađivati s roditeljevim zahtjevima jer ima "ulog" u svojem odnosu s roditeljem (Kuczynski i Hildebrandt, 1997.; prema Pećnik i Starc, 2010.a).

U skladu s opisanim suvremenim shvaćanjem prirode dobrog roditeljstva je i konceptualizacija roditeljstva u najboljem interesu djeteta koja predstavlja središnji teorijski konstrukt programa Rastimo zajedno. Prema njoj, svako dijete ima pravo na roditeljsko brižno i njegujuće ponašanje, strukturu i vodstvo, uvažavanje vlastite osobnosti te osnaživanje (Pećnik, 2007.). Ove kategorije roditeljskih ponašanja i vrijednosti predstavljaju temeljna načela roditeljstva koje poštuje i promiče prava djeteta u obitelji, a nazivamo ih **četiri stupa roditeljstva** u najboljem interesu djeteta (Prilog Četiri stupa roditeljstva u najboljem interesu djeteta nalazi se u 6. poglavlju).

Kako bi se empirijski potkrijepile postavke da se djetetova dobrobit i razvoj emocionalne, socijalne i kognitivne kompetencije promiču uz brižno roditeljsko ponašanje, pružanje strukture i granica, uvažavanje osobnosti i osnaživanje djeteta, prethodno opisana „četiri stupa roditeljstva“ povezana su s novijim spoznajama iz područja razvojne psihologije i psihologije roditeljstva (Pećnik i Starc, 2010.a).

Uz prava na obiteljsko okruženje koje podupire djetetovu dobrobit i omogućuje pun i harmoničan razvoj njegovih potencijala, Konvencija UN-a o pravima djeteta definira i pravo svakog djeteta da njegovi roditelji dobiju odgovarajuću i dovoljnju pomoć društva u ispunjavanju svojih roditeljskih odgovornosti.

Pravo roditelja na pouzdane informacije, savjetovanje, materijalnu i drugu pomoć u brizi o djeci koje proizlazi iz Konvencije promiče i Vijeće Europe svojom *Preporukom (2006.) 19 o politici potpore pozitivnom roditeljstvu*. Ovaj dokument ističe kako je "roditeljski posao" izuzetno društveno važan, ali i zahtjevan te se europske države pozivaju da osiguraju univerzalnu podršku svim roditeljima kao i da se posebno pobrinu za potrebe roditelja koji djecu podižu u zahtjevnijim okolnostima, među koje se ubrajaju i roditelji djece s teškoćama u razvoju. Programom radionica za roditelje "Rastimo zajedno Plus" roditelji dobivaju mogućnost ostvariti neka od svojih prava na podršku, koja im pripadaju jednostavno zato jer su roditelji.

Evaluacijska istraživanja s roditeljima korisnicima programa podrške roditeljstvu pokazuju da ih privlači i zadržava u programima ne samo ono što se radi, već i *kako* se radi (Sandbaek, 2007.). Drugim riječima, u kojoj mjeri će program podrške roditeljstvu zaista ojačati kompetentnost, samopouzdanje i zadovoljstvo roditelja, ovisi u velikoj mjeri o načinu na koji se provodi odnosno kvaliteti odnosa između osobe koja pruža i koja prima podršku.

Preporuka (2006.) 19 Vijeća Europe o politici potpore pozitivnom roditeljstvu navodi dva temeljna načela za provođenje programa podrške roditeljstvu:

- 1 Traži se podjednaka usmjerenost na snage, resurse, čimbenike zaštite, kao i na čimbenike rizika, što podrazumijeva usmjerenost na prepoznavanje i vrednovanje jakih strana roditelja, zaloga u međuljudskim odnosima i zajednici te stvaranje novih mogućnosti ostvarivanja roditeljeva potencijala.
- 2 Stručnjaci u programima podrške roditeljstvu odnose se prema roditeljima koji se njima koriste kao prema aktivnim sudionicima, osobama koje donose odluke o svom životu za koje su odgovorne, koje se nose sa svojim životnim okolnostima, koje su "stručnjaci po iskustvu" i nositelji socijalnih prava (uključujući i prava na podršku zato jer su roditelji).

Dosljedna primjena opisanih načela podrazumijeva zamjenu pristupa roditeljima koji se tradicionalno temelji na modelu deficitia (gdje se na roditelje gleda kroz prizmu njihovih nedostataka) pristupom koji se temelji na **modelu osnaživanja**. U modelu osnaživanja stručnjaci više ne vide svoju ulogu u tome da oni (kao stručnjaci) odrede koje su potrebe roditelja i što trebaju učiniti da bi bili "bolji roditelji". Umjesto toga, roditelje gledaju kao partnera s kojima surađuju kako bi roditelji nalazili svoje načine ispunjavanja roditeljskih odgovornosti na dobrobit djeteta i vlastito zadovoljstvo. Stručnjaci iz svojega profesionalnog i osobnog iskustva nude roditelju nove ideje na provjeru, za inspiraciju i orientaciju te pružaju povratnu informaciju i podršku, a iz roditeljskih iskustava i reakcija uče i razvijaju vlastitu kompetenciju.

Partnerstvo podrazumijeva da su stručnjaci i roditelji *na istoj razini* – prvi su stručnjaci za teorije o razvoju djece i roditeljstvu, a drugi za svoju djecu i za sebe. Ukoliko su stručnjaci spremni "otpustiti" svoju ulogu eksperta za odgoj djece i prihvatići to da oni ne znaju najbolje, tada će se moći uključiti u autentičan, iskren dijalog s roditeljima i biti spremni učiti od njih. Tu je nužan neautoritarni pristup koji omogućuje uspostavljanje osobnog autoriteta stručnjaka.

Utemeljenje programa podrške roditeljima na načelima partnerstva i osnaživanja, za stručnjake koji ga provode najčešće znači da moraju "plivati protiv struje", odnosno stvarati pristup roditeljima suprotan uvriježenom. Izgrađivanje novog poimanja vlastite uloge u odnosu na roditelje prepostavlja radikalni odmak od tradicionalnog odnosa stručnjaka iz društvenih institucija prema roditeljima koji obilježava „propovijedanje“ i „popravljanje“ roditelja u tome kako treba odgajati svoje dijete.



Stoga primjena opisanih načela zahtijeva da i sami stručnjaci koji pružaju podršku roditeljima imaju dovoljnu i odgovarajuću stručnu podršku. Kao što programi podrške roditeljstvu olakšavaju roditeljima rast kompetencija, tako i kontinuirana edukacija, supervizija i međusobna podrška olakšavaju rast kompetencija stručnjaka u ispunjavanju njihovih profesionalnih odgovornosti u programu podrške roditeljstvu.

1.2

Podrška roditeljima djece s teškoćama u razvoju

Marta Ljubešić

Roditeljstvo može biti najljepša, ali i najzahtjevnija životna uloga. Budući roditelji o njoj maštaju, iščekuju je i pripremaju se za nju. Priželjkuju i nadaju se dolasku djeteta dobrog zdravlja i tipičnog razvoja. Život pak uči da se gotovo 10% djece u većoj ili manjoj mjeri, privremeno ili trajno, u ta očekivanja neće uklopiti. Roditelji će se morati suočiti s neizvjesnošću ishoda, s iznevjerenim očekivanjima, s bolnim pitanjima na koja će tek postupno pronalaziti odgovore. Svako je roditeljstvo zahtjevno iz mnoštva razloga i traži toleranciju neizvjesnosti budućih ishoda, a osobito roditeljstvo djetetu s razvojnim rizicima ili razvojnim teškoćama.

Roditeljstvo je život s rizikom jer roditelj nikad ne zna kakav će biti dugoročni razvojni ishod bolesti ili stanja koja su zahvatila njegovo dijete. Niti za zdravo dijete roditelj nema jamstva da se neće dogoditi bolest ili nesreća koja će promijeniti djetetovu razvojnu putanju. Ali roditelj djeteta urednog razvoja ne razmišlja o mogućim nepovoljnim ishodima. I to je dobro. On intuitivno zna da probleme učinkovito ne rješavamo u mašti, niti unaprijed, već onda kada na njih naiđemo. Tada se posvećujemo problemu takvom kakav jest u konkretnim okolnostima. Roditelj djeteta s razvojnim rizikom ili s razvojnom teškoćom često ima zakočenu intuiciju, gubi ovu intuitivnu ideju te njegovo roditeljstvo ima dodatak, „plus“: strepnju u sadašnjosti i strepnju za budućnost.

Svako dijete, i ono urednog razvoja i ono s teškoćama u razvoju, zaslužuje da bude prihvaćeno s oduševljenjem i da se razvije u sretnu osobu. Na tom ga putu prate roditelji koji u otežanim okolnostima rastu kao roditelji, nose se sa stalnim naporima, prevladavaju očekivane i neočekivane teškoće. Zbog tog pozitivnog dodatka njihovom roditeljstvu nazvali smo program radionica s roditeljima djece s teškoćama u razvoju „Rastimo zajedno Plus“. Radionice pomažu da s djetetom raste i roditelj pa tako i šanse za bolju socijalnu uključenosť, ne samo djeteta s teškoćama u razvoju, već i cijele obitelji.

U dugogodišnjem radu s roditeljima naučili smo da je roditeljima lakše ako nisu prepušteni sami sebi, lakše je kad otkriju da u svojoj strepnji nisu sami, da su stručnjaci uz njih i da postoje brojni drugi roditelji koji su to već prošli i pronašli brojne izlaze. Ispunjeno i prilagodljivo roditeljstvo ne ovisi o obilježjima djeteta, već o roditelju, a da bi ga ostvario roditelj treba različite vidove podrške.

Međutim, kada se govori o potrebi podrške, onda se trebamo zapitati kakve su potrebe za podrškom roditelja djece s teškoćama u razvoju te kako ih i gdje oni mogu zadovoljiti. S time je povezano i pitanje koja su to najčešća pitanja koja zaokupljaju roditelje te postoje li neke specifičnosti u komunikaciji s roditeljima djece s teškoćama u razvoju koje treba poznavati da bi se podrška uspješno pružala.

Kad govorimo o roditeljskom pravu na podršku za rast roditeljskih kompetencija, onda svakako treba naglasiti da roditelji djece s teškoćama u razvoju imaju još veću potrebu da ga ostvare. Takva je podrška potrebna zbog roditelja, ali i zbog djece koja trebaju roditelje koji će ih poticati na način koji je u funkciji njihova razvoja (Roggman, Boyce, Innocenti, 2008.).

Roditelji koji podižu djecu s razvojnim teškoćama ostvaraju svoje roditeljstvo u dodatno otežanim uvjetima. Te uvjete stvaraju novi zahtjevi u skrbi za dijete kao što su učestali posjeti stručnjacima, nerijetko češće hospitalizacije i zdravstveni pregledi, zahtjevnija dnevna skrb jer je dijete u pravilu nesamostalnije, ali i pojačana potreba za informacijama i prolazak kroz proces suočavanja s činjenicom da je dijete drukčije, a budućnost neizvjesnija negoli se očekivalo. Stoga je osobito važno pratiti kakve prilike za ostvarenje tog svog prava na podršku imaju roditelji djece s teškoćama u razvoju. Program radionica „Rastimo zajedno Plus“ pruža roditeljima djece s teškoćama mogućnost da ostvare dio tog prava.





Nedavno provedeno UNICEF-ovo istraživanje (Pećnik, 2013.) upozorava na općenito nisku dostupnost programa rane podrške roditeljstvu te se isto proteže i na roditelje djece s teškoćama u razvoju, dakako s ozbiljnijim posljedicama. Isto je istraživanje potvrdilo i ono što znaju svi koji rade s mlađom djecom s teškoćama u razvoju ili s kroničnim bolestima, a to je da su roditelji uslijed zaokupljenosti razvojnim potrebama svoje djece skloni zanemariti sebe. Pritom potpuno zaboravljaju da njihove snage nisu neiscrpne. Ovakvo je stajalište i posljedica činjenice da sustav rane podrške u Hrvatskoj nije razvijen u dovoljnoj mjeri te da se roditelji na različite načine snalaze kako dobiti odgovarajuću razvojnu podršku za svoje dijete. Oni su svjesni važnosti rane intervencije i budući da sustav ne nudi razvojnu podršku djeci u dovoljnoj mjeri, to postaje njihov prioritet. Nije teško razumjeti zašto pritom ne stignu misliti na sebe. Da bi se razumjelo roditelje djece s teškoćama u razvoju, ukratko ćemo se osvrnuti na specifičnosti roditeljstva djetetu s teškoćama u razvoju.

Roditeljstvo djetetu s teškoćama u razvoju

Ulaskom u roditeljsku ulogu čovjek ne dobiva još samo jednu životnu ulogu uz već postojeće, nego se susreće s posebnim izazovom za osobni rast. To je zajedničko roditeljima sve djece, pa tako i roditeljima djece s teškoćama u razvoju. Dakle, roditeljstvo djetetu s teškoćama u razvoju ima sva obilježja kao i svako drugo roditeljstvo, ali nosi i niz dodatnih. Osim toga svaki roditelj živi svoje roditeljstvo na svoj način. Stoga se treba kloniti uopćavanju, jer provedene istraživačke studije govore o učestalosti nekog fenomena, ali pre malo o živim roditeljima koje susrećemo i kojima pružamo podršku. Ovo je osobito važno imati na umu kada se susrećemo s roditeljima djece s teškoćama u razvoju jer je varijabilitet roditeljskih doživljaja i reakcija još veći. Svi roditelji zadovoljavaju osjećajne, društvene, spoznajne i tjelesne potrebe svoje djece. Od najranije dobi oni ih potiču da se uključe u interakciju i da razumiju okolinu i uđu u svijet učenja. Roditelji organiziraju i opremaju prostor, stvaraju bliskost s djetetom i prilike za stjecanje iskustva, brinu se o djetetovom zdravlju i sigurnosti.

Nedavno provedeno veliko istraživanje roditeljskih postupaka s djecom rane i predškolske dobi pokazalo je da u odgojnim postupcima ne postoje statistički značajne razlike između roditelja djece urednog razvoja i djece s razvojnim teškoćama (Ljubešić, 2013.). Međutim, istraživanje je pokazalo da je u roditelja djece s teškoćama značajno izraženiji osjećaj zabrinutosti o ponašanju i razvoju djeteta negoli u roditelja djece tipičnog razvoja. Ponekad ili često zabrinuto je 62% roditelja djece s teškoćama i 12% roditelja djece tipičnog razvoja.

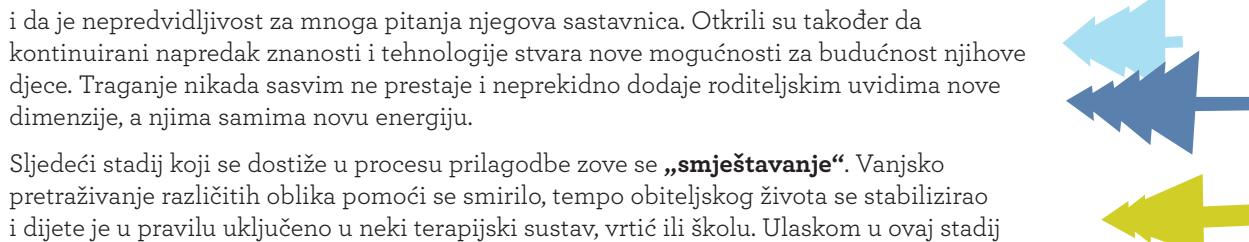
Istraživanje je također pokazalo da roditelji čine sve kako bi kompenzirali djetetove teškoće te kako njihova djeca ne bi bila upadljiva u svom ponašanju. Zato i doživljavaju zahtjeve roditeljske uloge više opterećujućima te značajno češće navode da ponekad ili češće ne mogu izići na kraj sa zahtjevima roditeljske uloge. Razinu stresa pod kojim žive ocjenjuju višom, a zdravlje slabijim negoli roditelji djece tipičnog razvoja. Osobito teška situacija nastaje onda ako su i lošeg imovinskog stanja, te su to i posebno ugrožavajuće okolnosti za djetetov razvoj. Analiza roditeljskih odgovora pokazuje da ako već treba govoriti o nekoj posebnosti roditelja djece s teškoćama u razvoju, onda je to upravo njihova želja da ne budu posebni. Zato i pristup njihovom osnaživanju treba biti suptilan, jer nisu problem njihova djeca niti oni, već okolnosti u kojima žive, a koje ne nude odgovarajuću podršku u dovoljnom opsegu.

Nancy Miller (1994.) smatra da roditelj djeteta s teškoćama u razvoju prolazi kroz različite stadije prilagodbe životnim prilikama i činjenici da podiže dijete s teškoćama u razvoju. Njezino 25-godišnje istraživanje tog procesa koje je uključivalo i izravni uvid u obiteljske odnose otkrilo joj je unutarnju snagu koju roditelji pronalaze i koja omogućava prilagodbu, ali i potrebu da roditelji ne budu prepušteni sami sebi, već da im se pruže različiti oblici podrške. Razvila je model koji govori o četiri stadija u procesu prilagodbe. Ovi stadiji slijede jedan za drugim, ali ne pravocrtno, već postoje i određena preklapanja ili vraćanja na neki od već prijedjenih stadija. Riječ je o dinamičkom procesu i pojedini stadij nikad ne može biti „definitivno osvojen“. Pojedini događaji mogu aktivirati promjene u roditeljskom osjećaju sigurnosti i poremetiti stabilnost te se roditelj s već dostignutog stadija prilagodbe može vratiti unazad. Proces je stoga najbolje opisan ne samo kao dinamički, već i cirkularan. Podrška roditeljima u posebno osjetljivim fazama prilagodbe, takozvanim kriznim razdobljima, snažan je zaštitni čimbenik psihosocijalne stabilnosti obiteljskog života i aktivnoga socijalnog sudjelovanja obitelji, ali i stvaranja okruženja u kojem je dijete prihvaćeno i poticanо.

Spomenuti prvi stadij započinje u trenutku spoznaje da je dijete visokorizično u pogledu razvojnog ishoda, odnosno da ima razvojne teškoće i autorica ga naziva „**preživljavanje**“. Roditelji često govore da trenutak kada su saznali da s djetetovim razvojem nešto nije u redu pamte do u svaki detalj. Taj je trenutak duboko urezan u pamćenje kako onih roditelja koji su to saznali kroz priopćavanje medicinske dijagnoze tako i onih koji su prvo dugo sumnjali, a onda im je „noćna mora potvrđena“ (riječi jedne majke). Cijeli prvi stadij prilagodbe obilježavaju teški osjećaji bespomoćnosti i gubitka svake kontrole nad vlastitim životom. Svaki roditelj prolazi kroz proces „preživljavanja“ na svoj način, te je i trajanje tog razdoblja

individualno određeno. Međutim, taj je prolaz lakši ako roditelji imaju informaciju da su teški osjećaji prirodna i zdrava reakcija na ono što se dogodilo. Treba ih i pažljivo podsjetiti da su kao roditelji dužni brinuti se i o sebi. Postoji veoma izražena sklonost roditelja da potpuno zanemare sebe i svoje potrebe i sve podrede onom što misle da bi mogle biti potrebe njihova djeteta. Samo razumijevanje djetetovih potreba često biva suženo u smislu da se preuveličava potreba za terapijskim djelovanjem u području djetetovih (najvidljivijih) teškoća, npr. u području motorike. Dogodi li se da usmjereno na jedno razvojno područje „hipertrofira“ do mjere da se u potpunosti zanemare ostale djetetove razvojne potrebe, djetetov razvoj postaje zbog toga dodatno ugrožen, ali i osjećaj roditeljske kompetencije.

Drugi stadij započinje u trenutku kada roditelj shvati da će njegov život biti drukčiji od planiranog. Miller (1994.) to naziva „**traganje**“ i ono ima dva oblika: „vanjsko traganje“ i „unutarnje traganje“. Vanjsko traganje započinje u potrazi za točnom dijagnozom i mogućim vidovima pomoći. U ovoj fazi roditelji postaju veoma aktivni u traženju pomoći, no ako su u svemu tome prepуšteni sami sebi, ovo ih razdoblje i finansijski i psihički može jako iscrpiti. Hrvatska iskustva govore o tome da je ova faza kod roditelja znatno produžena. Prije svega put do dijagnoze često je vrlo dugačak, a s druge strane ne postoje dobro organizirana mjesta na kojima roditelj može dobiti sve informacije u pogledu potreba i prava svojega djeteta i svoje obitelji. Zdravstveni, socijalni i obrazovni sustav nedostatno su povezani, kako unutar samih sebe tako i međusobno. Roditelji zasad o svim pitanjima koja ih muče tijekom odrastanja djeteta najviše saznaju od drugih roditelja. Radionice osnaživanja roditeljskih vještina kao i grupe podrške daju im dodatne prilike za razmjenu informacija, a sve više informacija roditelji pronalaze internetom. Nerijetko u nastojanju da nešto ne propuste ulažu sve vrijeme i novac u potragu za „izlječenjem“. Njihovo unutarnje traganje obilježeno je pitanjima poput: „Što djetetove teškoće znače za moj život i moje odnose s drugima, za ostalu moju djecu?“ Započinje potraga za novim identitetom koji će uključivati roditeljstvo djetetu s teškoćama. Propituju se očekivanja i planovi koji su postojali i stvaraju se novi prioriteti. To je teško razdoblje jer roditelj u unutarnjem traganju sam sebi postavlja brojna pitanja na koja ne pronalazi odmah odgovore i često može biti depresivan i tjeskoban te ga može mučiti doživljaj nekompetentnosti za roditeljsku ulogu. Za mnoge roditelje veliki dio unutarnjeg traganja sastojat će se od stvaranja novih očekivanja prema djetetu s teškoćama i obiteljskom životu. U mukama traganja roditelji otkrivaju proces ubrzanoga osobnog sazrijevanja. Postupno uspijevaju integrirati unutarnje i vanjsko traganje. Kao rezultat toga roditelji često postanu inicijatori promjena koje unaprijeđuju društvenu brigu o djeci s teškoćama u razvoju. Otkrili su da na neka pitanja nema odgovora, da je život mnogoslojan



i da je nepredvidljivost za mnoga pitanja njegova sastavnica. Otkrili su također da kontinuirani napredak znanosti i tehnologije stvara nove mogućnosti za budućnost njihove djece. Traganje nikada sasvim ne prestaje i neprekidno dodaje roditeljskim uvidima nove dimenzije, a njima samima novu energiju.

Sljedeći stadij koji se dostiže u procesu prilagodbe zove se „**smještavanje**“. Vanjsko pretraživanje različitih oblika pomoći se smirilo, tempo obiteljskog života se stabilizirao i dijete je u pravilu uključeno u neki terapijski sustav, vrtić ili školu. Ulaskom u ovaj stadij roditelj spoznaje da je stekao nove vještine i nove uvide te da mnoge stvari razumije na nov način. Osjeća veće samopouzdanje, asertivniji je i zna načine rješavanja problema. Jednako tako, on sad poznaje ljude i institucije koji mu mogu pomoći.

Četvrti stadij Nancy Miller (1994.) naziva „**odvajanje**“. Odvajanje je normalni proces koji se ne događa odjednom, iako toga često nismo svjesni. Započinje rođenjem i odvija se u malim koracima iz dana u dan. Stjecanje samostalnosti u sve većem broju aktivnosti sadržava odvajanje. Kod djece s teškoćama u razvoju ovaj je proces donekle izmijenjen i usporen. Roditelji su izloženi posebnim naporima da bi djecu osamostalili i ospособili ih za brigu o sebi. Kod urednog razvoja kad djeca odrastu samoinicijativno napuštaju roditeljski dom. U slučaju djece s teškoćama u razvoju roditelji moraju inicirati odvajanje, planirati ga i podržavati njegovo ostvarivanje – po tome je to bitno drukčiji i zahtjevniji proces u roditeljstvu. Odvajanje je često ispunjeno istim onim osjećajima koji su se proživiljavali tijekom faze suočavanja s razvojnim teškoćama djeteta. U mnogih je to bilo obilježeno osjećajima krivnje i tuge. Donošenje odluke o odvajanju uključuje pojačano vanjsko i unutarnje pretraživanje učinjenog ili propuštenog. Krajnji rezultat, kako pokazuju istraživanja i iskustvo N. Miller, je novo „**smještavanje**“ i povezanost sa životom svog djeteta na novi način.

U svim opisanim fazama stručnjaci igraju važnu ulogu jer utječu na dužinu i kvalitetu procesa roditeljskog suočavanja s činjenicom da je dijete drukčije od onoga o kojem se maštalo. Taj proces prolaze svi roditelji, ne samo oni koji podižu dijete s razvojnim teškoćama. Ni u jednoj skupini roditelja mašta i realnost nisu podudarni, niti to trebaju postati. Roditelj ima pravo i potrebu nastaviti maštati i željeti za svoje dijete onaku budućnost koja se roditelju čini obećavajuća, ali koja ni u čemu ne smije biti isključiva već je otvorena za sve moguće ishode. I u tome osnaživanje roditelja ima značajnu ulogu jer podiže samopouzdanje i vještine rješavanja problema. Osnaživanje je moguće samo onda ako je između roditelja i stručnjaka uspostavljen partnerski odnos. Partnerski pristup roditeljima



znači da su roditelji uključeni u donošenje odluka, da se vrednuje i cijeni njihovo gledište jer su oni eksperti koji najbolje poznaju svoje dijete, a stručnjaci imaju profesionalna znanja te tek spajanjem te dvije ekspertnosti mogu biti stvorene najbolje odluke.

Osnaženi roditelji ostat će u kontaktu sa stvarnošću kakva postoji. On će **vidjeti** dijete i razumjeti što ono može, želi i treba u danom trenutku te mu biti vrlo konkretna potpora na putu odrastanja. Kod roditelja djece s razvojnim teškoćama taj je proces složeniji zbog zahtjevnosti situacije u kojoj su se našli i povišene razine stresa u roditeljstvu. Osim povišene razine svakodnevnog stresa koji je u roditelja prisutan još od djetetove rane dobi (Ljubešić, 2013.; Kralj, 2012.), istraživanja pokazuju da potrebe očeva i majki nisu identične (Kralj, 2012.). Grupne razlike između očeva i majki utvrđene su u potrebi za osobnom podrškom (potreba za prijateljima i osobama s kojima se može razgovarati o problemima, potreba za vremenom za sebe) i potrebi za komunikacijom s okolinom (pomoći oko načina kako objasniti djetetove razvojne teškoće članovima obitelji, prijateljima i neznancima) koje su kod majki značajno izraženije. Uvijek valja imati na umu da su potrebe obitelji individualno određene i različite te je osnovno pravilo da je najvažnija ona potreba obitelji koju je izdvojila sama obitelj, a ne stručnjak (Krauss Wyngaarden, 2000.). Koje su potrebe kojima treba dati prioritet, otkriva se razgovorom. Kroz razgovor se daju informacije i saznaje se što roditelje zaokuplja. U razgovorima nastaju brojne osjetljive situacije koje traže visoku komunikacijsku kompetenciju onih koji pružaju podršku.

Komunikacija o zahtjevnim temama

Pružanje podrške roditeljima djece s teškoćama u razvoju u temi roditeljstva uvijek uključuje komunikaciju o temama koje roditeljima bude snažne osjećaje i podsjećaju ih na stresne trenutke kada su po prvi puta saznali da će razvoj njihova djeteta biti drukčiji od očekivanog. U komunikaciji s roditeljima cilj je ostvariti takav odnos da roditelji osjeti da su stručnjaci na istoj strani s njima, da je odnos partnerski, a na suprotnoj se strani nalaze djetetove teškoće na koje se zajedničkim snagama sa stručnjacima želi djelovati.

Roditelji djece s teškoćama u razvoju imaju znatno povećane potrebe za informacijama jer razvojni i bihevioralni obrasci u djetetu s teškoćama stvaraju za njih nove i neočekivane situacije s kojima se svakodnevno suočavaju. Osim toga da bi mogli donositi odluke o odgojnim i drugim postupcima i naći pristup odgovarajućim uslugama i programima trebaju više informacija o svom djetetu i njegovim teškoćama te izvorima podrške. U istraživanju o obiteljskim potrebama na uzorku roditelja djece s razvojnim teškoćama predškolske

dobi najizraženije su bile upravo potrebe za informacijama (Kralj, 2012.). Potrebu za više informacija o uslugama i programima koje će dijete trebati u budućnosti u spomenutom je istraživanju iskazalo 90% roditelja, više informacija o trenutačno dostupnim uslugama i programima treba 83% roditelja, a više informacija negoli dobiva o načinima poučavanja djeteta iskazalo je 62% roditelja. S obzirom na to da radionice podizanja roditeljskih kompetencija i roditeljskog osnaživanja ne pružaju roditeljima ovu vrstu informacija, važno je da ih roditelji mogu dobiti od odgojitelja i terapeuta koji rade s njihovom djecom. Radionice ih stoga trebaju osnažiti i za komunikaciju sa stručnjacima. Međutim, za uspešnu i učinkovitu komunikaciju s roditeljima treba u svakom trenutku otkrivati roditeljsku perspektivu. To postižemo praćenjem roditeljskih reakcija tijekom komunikacije jer svaki roditelj reagira na svoj način.

Komunikacija s roditeljima djece s teškoćama često je dodatno zahtjevna jer uključuje razgovor o temama koje su roditeljima emocionalno teške jer prizivaju u sjećanje traumatska iskustva povezana uz prijašnje događaje. Pri komuniciranju o teškim sadržajima, kao što su dijagnoza razvojnih teškoća i razgovor o djetetovim ograničenjima, ne postoji dvojba reći ili ne reći točnu informaciju, već kako reći (Buckman i Kason, 1992.). U odnosu na upoznavanje roditelja s djetetovom dijagnozom pokazalo se da mogućnost ranog dobivanja dijagnoze ima dugoročno pozitivne učinke jer dijagnoza pokreće proces roditeljskog suočavanja i prilagodbu na djetetove teškoće, te poslijedično i na kreiranje poticajne okoline za dijete (Bartolo, 2002.). S obzirom na to da odgovor na pitanje „kako reći“ ne sadržava jednostavne upute koje se mogu dosljedno slijediti, važno je biti svjestan prepreka u komunikaciji koje od slučaja do slučaja mogu biti drukčije te izbjegavati, ali i popravljati nesporazume koji nastaju.

Analiza interakcija u „teškim temama“ i priopćavanja rezultata o djetetovim postignućima pokazala je da konverzacija ide kroz proces „pregovaranja“ jer traži aktivno sudjelovanje roditelja i stručnjaka kako bi se problem zajednički formulirao. To je važno jer se problem zajednički treba i rješavati budući da dijete uči u raznim situacijama, od kojih su neke više pod nadzorom roditelja, a neke više pod nadzorom stručnjaka. Ono što pomaže je tzv. roditeljima prilagođeni pristup koji uključuje empatiju za roditeljska strahovanja i brige, izražavanje pozitivnog odnosa prema djetetu te naglašavanje roditeljima da oni već u svakodnevnim situacijama dobro odgovaraju na brojne djetetove potrebe. Važni su aktivni pokušaji da se stručno mišljenje poveže s roditeljskim opservacijama i uvidima, da stručnjaci daju ujednačena mišljenja o istim pitanjima i da se predviđi vrijeme koje će roditeljima biti ponuđeno za pitanja (Bartolo, 2002.). U komunikaciji o djetetovim ograničenjima i razvojnim teškoćama pomažu još neke strategije, poput: da se prvo priopće pozitivni nalazi,

da se brižljivo bira rječnik, da se ne propusti naglasiti gdje se u bližoj budućnosti očekuje poboljšanje i što činiti da do njega dođe. Informacije povezane s teškoćama ili „neželjene vijesti“ treba uvijek uklopiti u informacije koje govore o tome kako dalje. Na taj se način otvara perspektiva za buduće postupke. Pritom se dijete ne smije usporedjivati s drugima nego fokus treba biti na njegovom napredovanju u odnosu na prethodnu vremensku točku. U vođenju razgovora pomaže ako roditelje prvo pitamo što već znaju, a mi se nadovežemo na ono što je njima već poznato. Pritom o djetetu treba govoriti nazivajući ga imenom i izbjegavati bilo kakvo generaliziranje ili pokazne zamjenice, poput „takva, ta, ova...djeca“. Na uspješnost razgovora utječu i brojni neverbalni aspekti komunikacije: jesmo li roditeljima ponudili da sjednu te sjedimo li u istoj razini očiju, jesu li naše neverbalne reakcije povezane s verbalnima, jesmo li emocionalno uključeni u razgovor i pokazujemo li jasne znakove zainteresiranosti. Ovakav način komunikacije pridonosi stvaranju partnerskog odnosa s roditeljima koji je neophodan za uspješno osnaživanje.





2. PROGRAM RADIONICA S RODITELJIMA „RASTIMO ZAJEDNO PLUS“

2.1

Razvoj, svrha i pristup Programa

Branka Starc

Program radionica s roditeljima „Rastimo zajedno Plus“ namijenjen je roditeljima djece s teškoćama u razvoju u dobi do osam godina života. Slično kao i osnovni program „Rastimo zajedno“ sastoji se od jedanaest konceptualno i tematski povezanih radionica koje provode posebno educirani voditeljski timovi stručnjaka za podršku ranom razvoju.

Nakon četverogodišnjeg iskustva provedbe radionica s roditeljima „Rastimo zajedno“ namijenjenih općoj populaciji roditelja najmlađe djece (do 4 godine) i poruka dobivenih od voditelja radionica, prepoznali smo potrebu za programom radionica koje će odgovoriti na specifične potrebe i interes roditelja djece s teškoćama. Sukladno tome, tijekom 2012. i 2013. godine, pod okriljem Ureda UNICEF-a razvijen je „sestrinski“ program radionica „Rastimo zajedno Plus“ usmjerenih pružanju podrške i osnaživanju roditelja djece s teškoćama.

Zašto „Rastimo zajedno Plus“? Roditelj djeteta s teškoćama u razvoju u svom roditeljstvu ima mnogo „dodataka“ – proživljava više strepnje i stresa, više izazova i pobjeda i treba više informacija, više razumijevanja, više stručnog rada, više brige društva. Sve te „dodatke“ nazvali smo „Plus“. Stoga su ove radionice namijenjene osnaživanju roditelja da bi njihov dodatak roditeljstvu koje žive imao pozitivan predznak.

U programu „Rastimo zajedno Plus“ promovira se isti pristup roditeljstvu, isti temeljni ciljevi i vrijednosti kao i u programu „Rastimo zajedno“. Pri tome smo vodili računa o činjenici da se roditelji djece s teškoćama susreću s različitim dodatnim poteškoćama u svom roditeljstvu (u odnosu na dijete, članove obitelji i zajednicu te u odnosu na institucije, odnosno sustav).

I ovaj je program razvijen u suradnji s voditeljicama i roditeljima koji su sudjelovali u pokusnoj provedbi radionica u ukupno 13 grupa u različitim gradovima u Republici Hrvatskoj u proljeće 2013. godine. Iskustva i povratne informacije voditeljica i roditelja bile

su nam dragocjene u konačnom oblikovanju programa. Program „Rastimo zajedno Plus“ također je podvrgnut kvalitativnoj i kvantitativnoj evaluaciji ishoda. Rezultati evaluacije upućuju na uspješnost pokušne provedbe radionica u postizanju planiranih ciljeva te i ovaj program kvalificiraju kao intervenciju utemeljenu na dokazima.

Svrha svih programa radionica s roditeljima „Rastimo zajedno“ pa tako i programa „Rastimo zajedno Plus“ jest omogućiti protok informacija, znanja, vještina i podrške koji roditeljima koriste u ispunjavanju njihovih roditeljskih odgovornosti te promiču rast i razvoj i roditelja i djeteta.

Glavni cilj Programa radionica jest stvoriti poticajno i osnažujuće okruženje u kojem roditelji s voditeljicama radionica i s drugim roditeljima:

- razmjenjuju ideje o načinima na koje žive svoje roditeljstvo,
- upoznaju bolje sebe kao roditelja i
- prepoznaju učinkovite načine kako se nositi s dodatnim opterećenjima pod kojima žive,
- kao i načine na koje se odnose prema svom djetetu te
- doznaju i za druge moguće načine odnošenja prema djetetu.

Također se upoznaju sa znanstvenim stajalištima:

- o pozitivnoj interakciji roditelja i djeteta, kao i
- o roditeljstvu na dobrobit djeteta (i roditelja).



Jedna majka:

”

*Možda nisam dobila odgovore koje sam očekivala,
ali zato sam dobila neke odgovore koje sam trebala*

Program se temelji na **pristupu osnaživanja i partnerskom odnosu voditeljica i roditelja**. Partnerski odnos podrazumijeva da su u radionicama voditeljice i roditelji *na istoj razini*. Voditeljice dobro poznaju teorije o razvoju djece i roditeljstvu, imaju iskustvo u radu s roditeljima djece s teškoćama, a stručnjakinje su i za vođenje programa radionica "Rastimo zajedno Plus". Roditelji su stručnjaci za svoju djecu i za sebe te imaju iskustvo života sa svojom djecom u svojoj obitelji. Naime, roditelji žele potvrdu da su kompetentni i, iako su ponekad nesigurni, oni jesu stručnjaci za svoje dijete jer ga najbolje poznaju.

Za roditelje prednost grupnog rada jest razmjena iskustva, spoznaja da nisu jedini roditelji s brigama te druženje, zbližavanje, stvaranje prijateljstava, kao i pronalaženje postupaka i načina koji su njima i njihovoј djeci najprimjereniiji, koristeći se grupnom kreativnošću i resursima. Oblik grupnog rada je posebno koristan osobama koje zbog teškoća s kojima se suočavaju trebaju dodatnu podršku. Radionice su primarno edukativne ali pružaju i različite oblike podrške roditeljima djece s teškoćama: emocionalnu podršku kroz mogućnost izražavanja brige i empatije, ohrabrujuću putem procesa uvažavanja i podizanja samopouzdanja te instrumentalnu i informacijsku podršku jer razmjenjuju iskustva, informacije i učinkovite načine suočavanja. Specifičan izvor podrške koji smanjuje patnju, osnažuje i mijenja doživljaj stresnih situacija je osjećaj pripadnosti grupi ljudi koji dijele slično iskustvo, iste interesne i socijalne aktivnosti.

Jedan roditeljski par...

”

...je komentirao da su ugodno iznenadeni radionicama. Kako su oni ranije dolazili na grupe potpore, imali su potrebu (spontano) usporediti - rekli su da su tada imali više prilike pričati slobodno i čuti se, ali da im je i ova struktura ok jer omogućuje da svi dođu na red i zanimljivo rade.



2.2

Kome je program namijenjen

Branka Starc

Program radionica s roditeljima „Rastimo zajedno Plus“ namijenjen je **roditeljima predškolske djece s teškoćama (djece s razvojnim odstupanjima i dodatnim edukacijskim potrebama i razvojnim rizicima)**. To znači da se u radionice uključuju roditelji djece do 8 godina. Prema procjeni voditeljica radionica mogu se uključivati i roditelji starije djece, jer se njihove potrebe i razvojne osobitosti ne poklapaju s kronološkom dobi. Tim više što se radi o djeci kojoj se upis u osnovnu školu vrlo često prolongira, čak i po nekoliko puta. Pokazalo se također dobrim kad se uključuju roditelji različite dobi djece, pa samim time i različitog stupnja osvještavanja, suočavanja i nošenja sa stresom.

U program se mogu uključivati roditelji djece **sličnih i/ili različitih teškoća**. Tijekom pilot-projekta u neke grupe su se uključivali roditelji djece sa sličnim teškoćama (npr. u udruzi gluhih i nagluhih; udruzi za sindrom Down), ali i vrlo različitih (u obiteljskim centrima, rehabilitacijskim centrima, dječjim vrtićima). Dosadašnja iskustva pokazuju da susret roditelja djece s različitim teškoćama nije prepreka razumijevanju već omogućava da čuju i drugačije roditeljske perspektive. Roditelji su također izjavili da novonaučene vještine koriste i sa svojom drugom djecom urednog razvoja.

Može se očekivati i prihvatanje uključivanje roditelja djece svih vrsta i težine teškoća u razvoju, ali i onih čije dijete još nema potvrđenu dijagnozu nekog razvojnog poremećaja ako roditelj i okolina (npr. odgojitelji u vrtiću) uočavaju razvojna odstupanja ili su samo zabrinuti za razvojni ishod. Očekujemo da će osnaživanje kroz radionice ohrabriti roditelje da potraže stručnu pomoć koja je možda njihovom djetetu potrebna, te im otkriti zašto je to u interesu djeteta.

U Programu se ne obraćamo posebno **majkama i očevima**, već *roditeljima*, iako smo svjesni razlika između majčinstva i očinstva. U grupama u kojima su bile prisutne samo majke bila je izražena potreba za sudjelovanjem očeva. Uočili smo da bračni parovi koji zajedno pohađaju radionice na nov način zajednički otkrivaju svoje dijete, počinju na drugačiji način o njemu razgovarati i odnositi se.



Što su voditeljice rekle o bračnim parovima u grupi:

- U skupini smo imali jedan bračni par - bilo je lijepo vidjeti kako se podržavaju i kako se međusobno „otkrivaju“ jedno drugom.
- Bilo je jako zanimljivo i dirljivo što su roditelji koji su dolazili u paru prvi puta čuli neka razmišljanja i osjećaje svog partnera.
- Za bračni par u našoj grupi pokazalo se dobrom što su bili zajedno, jer su neke stvari proradili na grupi i s grupom, stvari koje nisu uspjeli do tada izreći jedno drugome.
- Imamo tri bračna para i zanimljivo je promatrati njihovu partnersku komunikaciju, komentirali su da im nema ovih radionica da ne bi nikad čuli što drugi misli. Parovi imaju potrebu razgovarati i o promjenama u odnosima između njih.

S obzirom da dio djece s teškoćama boravi kod **staratelja ili udomitelja**, koji također imaju izraženu potrebu za podrškom, njihovo uključivanje u program „Rastimo zajedno Plus“ je dobrodošlo.

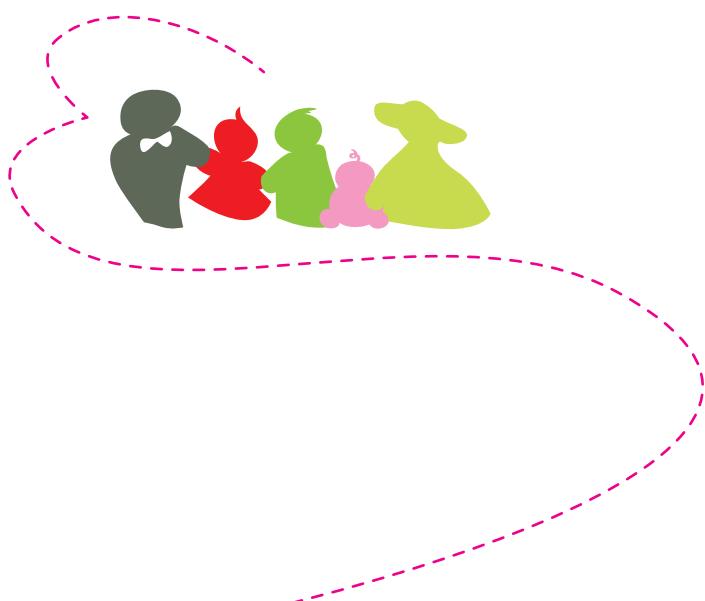
Jedan od posebnih izazova u vođenju radionica jest različitost roditelja koji se uključuju i njihova **različita očekivanja od programa** „Rastimo zajedno Plus“. Onim roditeljima koji traže djelotvornije načine kako „uvjeriti“ dijete da prihvati različite tretmane i terapije ili čvrsto postavljene granice, treba poticaj za veću osjetljivost za djetetove psihološke potrebe, a onima koji su prervni u udovoljavanju djetetovim potrebama, „prostiru“ se svim djetetovim željama, treba poticaj za veće preuzimanje osobne odgovornosti za vlastite potrebe i granice.

Još jedna izvor različitosti u grupi roditelja djece s teškoćama odnosi se na njihovu **razinu adaptiranosti na stanje djeteta**. To je proces koji zahtijeva puno vremena, uključuje veliki raspon reakcija i velike razlike u stupnjevima prilagodbe pojedine obitelji. To znači da će roditelji u grupi različito reagirati na pojedine aktivnosti, tj. da procjena njihove korisnosti, zanimljivosti i primjerenosti može biti pod utjecajem razine adaptacije na teškoće s kojima se suočavaju. Zbog toga je važno procijeniti spremnost pojedinih roditelja da sudjeluju

u pojedinim aktivnostima, obratiti pažnju na njihov doživljaj određene situacije i dati im podršku, odnosno zaštitu kad je potrebno.

Specifičnosti razvojnih teškoća i načina funkcioniranja pojedinog djeteta također određuje način reagiranja roditelja te je važno voditi računa o tim različitostima. To najviše može doći do izražaja u aktivnostima koje uključuju primjere iz svakodnevnog života i koje treba prilagoditi osobitostima određene grupe. Moguće su i situacije da voditeljica nema dovoljno znanja za neka specifična roditeljska pitanja o djetetovim teškoćama, tretmanima i sl. U takvima situacijama roditelja treba uputiti na djetetovog terapeuta ili odgovarajuće savjetovalište gdje će dobiti potrebne informacije.

Razlike među članovima grupe po **razini i vrsti obrazovanja** pridonose dinamici rasprave među roditeljima i nisu prepreka jer se pokazalo da su mnoga roditeljska pitanja i problemi univerzalni te da ih u vezi s njihovom djecom vesele i brinu slične stvari, bez obzira na razlike u obrazovanju. U radionicama se voditeljice mogu susresti i s roditeljima različitih kulturnih tradicija. Zbog svih različitosti koje mogu biti prisutne u određenoj grupi važno je da voditeljice obrate posebnu pažnju u primjeni vlastitih normi, vrijednosti i vjerovanja. Umjesto podrazumijevanja ili kritiziranja, potreban je dijalog o različitostima.



Pozivanje roditelja na uključivanje u Program

Radionice s roditeljima djece s teškoćama „Rastimo zajedno Plus“ mogu se provoditi u različitim ustanovama i organizacijama uz uvjet da ih provode educirani stručnjaci. U pilot-projektu s roditeljima se radilo u dječjim vrtićima, rehabilitacijskim centrima, obiteljskim centrima i udrugama koje okupljaju roditelje djece s teškoćama. Krug mogućih organizatora je širi pa prepostavljamo da to mogu biti npr. udruge koje organiziraju grupe za edukaciju i podršku roditeljima, pedijatrijski odjeli u bolnicama i dr. Ipak, možemo prepostaviti da će roditelji imati najviše povjerenja u provoditelje Programa koji djeluju unutar institucije ili organizacije koja se bavi djecom s teškoćama.

Prilikom pozivanja na radionice treba imati u vidu da roditelji djece s razvojnim teškoćama imaju i specifične potrebe i očekivanja. Važno je razumjeti učinke teškoća i procesa adaptacije te probleme koje proživljava obitelj. Jasno je da je prisutan povećani stres i patnja te više psiholoških i socijalnih tegoba. Iako svako stanje nameće specifične probleme, svima je zajednička potreba za podrškom, kako bi svladali strah i tjeskobu i pronašli učinkovite načine suočavanja sa stresnim situacijama. To je najlakše upravo u grupi ljudi koji ih razumiju i koji dijele slično iskustvo pa upravo to treba istaknuti prilikom pozivanja roditelja na radionice.

Važna poruka roditeljima djece s teškoćama jest: poznajemo važnost podrške razvoju djeteta, razumijemo važnost i zahtjevnost roditeljske uloge, posebno kad je u pitanju roditeljstvo djetetu s teškoćama u razvoju, te sudjelovanje u Programu radionica nudimo kao mogućnost za ostvarivanje **prava svakog roditelja na podršku i pomoć**.

Iskustvo je pokazalo kako se za informiranje i pozivanje na radionice mogu iskoristiti svi uobičajeni oblici komunikacije s roditeljima.

Jedan od moćnih oblika širenja informacija o Programu na veći broj roditelja je „usmena predaja“. Roditelji koji su pohađali radionice najbolje poznaju njihovu vrijednost i oni su najbolji ambasadori Programa „Rastimo zajedno Plus“.

Naravno, u „potrazi“ za roditeljima koji bi se mogli uključiti u Program organizatori radionica mogu se obratiti svim onim činiteljima koji imaju neposredan kontakt s roditeljima djece s teškoćama, kao što su npr. centri za socijalnu skrb, prvostupanska tijela vještačenja, udruge roditelja djece s teškoćama, rehabilitacijski centri, ambulante, bolnice, dječji vrtići koji integriraju djecu s teškoćama u svoje programe i dr.

Iskustvo u pilot primjeni je pokazalo da je vrlo korisno pozvati roditelje na **roditeljski sastanak** prije samog početka radionica na kojem se točnije opišu ciljevi, način rada i trajanje Programa kako bi roditelji znali što će se događati na radionicama i bili motivirani da redovito dolaze. Tom prilikom mogu ispuniti upitnike koji su predviđeni zbog prikupljanja podataka i evaluacije uspješnosti Programa, a voditeljice će odgovoriti na sva njihova dodatna pitanja. Ovakav informativni susret može se dogovoriti i kao individualni razgovor.

Motivacija koja za neke roditelje može biti odlučujuća da se uključe u radionice može biti ponuda organizatora da omogući **organizirani boravak i aktivnosti s djecom dok su roditelji na radionicama**, jer je roditeljima djece s teškoćama ponekad teško naći osobu za čuvanje djeteta. Ipak, treba imati na umu kako znanje o tome da su im djeca u susjednoj prostoriji roditeljima može otežavati koncentriranje na aktivnosti i opuštanje zbog brige za dijete i hoće li ga dijete zvati. Takve bojazni su manje ako djeca poznaju osobe koje se za njih brinu (npr. u vrtiću, udruzi, rehabilitacijskom centru).



Što kažu voditeljica o „čuvanju“ djece?

- Čuvanje djece je roditeljima jako velika motivacija i osigurava kontinuitet dolazaka roditelja na radionice. Osim toga, onda i klinci postaju motivatori za dolazak jer žele biti na „svojim“ radionicama. Vrlo je važno, kao što smo mi učinili, da dijete u svakom trenutku može uči na radionicu i vidjeti što mu rade roditelji, isto tako i obrnuta situacija. A bude prilika da se i djeca spontano uključe u aktivnosti s roditeljima. Zbog toga se osjećaju smirenije, zadovoljnije, ne žure ako ne moraju. Ta fleksibilnost u pristupu roditeljima i njihovom djetetu samo je dodatno potkrepljivala i povećavala vjerodostojnost naših radionica u kojima se ističe da se trebaju uvažiti djetetove potrebe, ali isto tako i potrebe roditelja.
- Onim roditeljima koji nemaju mogućnosti organizirati se drugačije, sigurno je to dobra motivacija, mada smo mi mišljenja da ako je moguće da se roditelj organizira i osigura čuvanje djece i dođe na ta dva sata, koliko traje radionica, da su benefiti za njega dugoročno bolji (korištenje resursa i podrške šire obitelji, prijatelja, separacija, stvaranje povjerenja u drugu važnu osobu u djetetovom životu i konačno, a ne manje važno, vrijeme koje roditelj uspije „uzeti“ za sebe, svoj rast i osnaživanje i osjećati da je to u redu i da na to ima pravo je velika dobit prema našem mišljenju i iskustvu).
- I ovaj smo puta organizirali čuvanje djece. Bilo ih je 12 u dobi od 9mj. do 6 godina. Bilo je 5 volonterki i njihova voditeljica – logopedinja. Kažu da ima je bilo jako teško – veliki broj djece koju uopće ne poznaju. S druge strane roditelji kažu da bi bilo dobro da se i inače organiziraju takve radionice kako bi oni imali kuda sa svojom djecom. Razumijemo i jedne i druge – potrebne su nove usluge!!!
- Budući da su nam svi roditelji (u prijavnicama ili osobnom kontaktu) izrazili želju za organiziranim boravkom djece za vrijeme trajanja radionica to smo i učinili u suradnji s Udrugom tjelesnih invalida Bjelovar. Udruga će nam za svaku radionicu osigurati 2-3 suradnice koje će brinuti o djeci (inače su one pomoćnice u nastavi djece s TuR). Uz njih smo uključile i dvije naše volonterke i našu dragu Mery (tajnica). Sa svima njima odradile smo pripremu (upoznavanje s posebnošću svakog djeteta, način pristupa djetetu/djeci, odabir aktivnosti, promjena aktivnosti... sigurnost djece!!!). Sve smo bile jako uzbudene prije početka jer smo nastojale prostor u našem Obiteljskom organizirati tako da bude što ugodniji i sigurniji (pretumbale smo pola Obiteljskog), pripremiti dovoljno raznolikih aktivnosti za djecu, te zbog početne prilagodbe djece na nas i prostor – koja je na kraju prošla sjajno. Činilo nam se zgodnim napraviti jednu zajedničku aktivnost za djecu. Prva aktivnost bila je zajedničko ukrašavanje „Rastimo zajedno + kutije“ u koju su/će roditelji stavljati svoje evaluacije. Moramo vam reći da su dječica bila jako sretna i ponosna na svoj rad, kao i njihovi roditelji, a bome i mi. A da bi kutija bila još iskorištenija u nju su ubacivali i svoje ulazne upitnike.



Istovremeno, organizirani boravak i aktivnosti mogu za dijete biti korisni zbog stjecanja novih iskustava, susreta i druženja s drugom djecom i odraslima. Naravno korist ovisi o kvaliteti provođenih aktivnosti kako se taj boravak ne bi pretvorio u stres za dijete zbog nepoznatih ljudi ili nespremnosti na odvajanje od roditelja.

Što kažu roditelji o čuvanju djece?

- *Dijete je dobilo igru s drugom djecom i studenticama za vrijeme trajanja radionica; odvajanje od roditelja u skupinu djece.*
- *Dobro je što je išao na radionicu s drugom djecom i sada se više igra i u vrtiću.*
- *Igra sa drugom djecom bez mog nadzora.*

”

Koga angažirati za čuvanje i aktivnosti s djecom dok su roditelji na radionicama ovisi o stručnoj procjeni voditeljica Programa. U pilot-projektu to su bili volonteri – studentice ERF-a, pomoćnice u nastavi djeci s teškoćama, nezaposleni stručnjaci pomagačkih struka. Za studente ovakva se aktivnost može organizirati kao stručna praksa. Važno je da voditeljice budu dobro upoznate sa specifičnostima i potrebama svakog djeteta (razgovor s roditeljima, upoznavanje djeteta i sl.), tako da mogu procijeniti trebaju li volonteri imati neka specifična znanja i iskustva pa ih tako birati i/ili ih educirati i voditi. Važno je dobro ih informirati o posebnostima djece i uputiti kako postupati s njima. Velika je prednost ako djeca poznaju volontere ili ako se radi o njihovim odgojiteljima. U nekim slučajevima omjer broj volontera : broj djece mora biti 1:1, ali ne bi smio biti veći od 1:5, što ovisi o obilježjima djece i volontera, a o čemu će odlučiti voditeljice. U svakom slučaju uz volontere obavezno treba biti i stručna (stručnija) osoba koja ih vodi i usmjerava.

Potrebno je osigurati i neke prostorno materijalne uvjete za boravak i aktivnosti djece dok su roditelji na radionicama. Prostor u kojem borave djeca mora biti prilagođen djeci s teškoćama u razvoju s posebnim naglaskom na maksimalnu sigurnost (puno strunjača, jastuka, zaklonjeni svi oštiri rubovi...). Igračke i materijale također trebaju biti odabrani u skladu s razvojnim potrebama djece. Dobro je pokušati osmisiliti neke zajedničke aktivnosti u kojima mogu sudjelovati manje-više sva djeca. Možda je nepotrebno napominjati, ali je



važno obratiti pažnju na higijenu prostora i igračaka prije i poslije boravka djece u njemu. Kako prostor mora biti adekvatan i provjeren, može se dogoditi da organizator radionica ne može osigurati primjereno prostoru pa se može dogovoriti korištenje prostora u udrugama ili ustanovama koje imaju prilagođene uvjete (vrtić, rehabilitacijski centar i sl.).

2.3 Tko provodi Program

Branka Starc

Radionice vodi tim od dvije (ili tri) educirane voditeljice¹. Visoka strukturiranost Programa omogućuje da radionice provode različiti profli stručnjaka (prvenstveno psiholog i defektolog/ekspertska rehabilitator, te logoped, socijalni pedagog, socijalni radnik, pedagog, odgojitelj), i to s različitim iskustvom u ovakvom radu s roditeljima i/ili djecom s teškoćama u razvoju.

Voditeljice su stručnjakinje na području razvoja djece najranije dobi, dobro poznaju obilježja razvoja, potrebe i ponašanja djeteta te vladaju komunikacijskim vještinama. Isto tako je važno da barem jedna voditeljica ima znanje i iskustvo u radu s djecom s teškoćama u razvoju i njihovim roditeljima. Iskustvo u radu s roditeljima i poznavanje teškoća možda je važnije od rada s djecom s teškoćama, jer su radionice namijenjene podršci roditeljstvu, a mnoge odgovore roditelji i voditelji na radionicama traže zajedno.

Jednako je tako važno da voditeljice imaju iskustvo u vođenju radionica, tj. u grupnom radu s odraslima (voditeljske vještine, prihvaćenje bez procjenjivanja, sposobnost razumijevanja roditeljskog stanovišta i dr.). Dobro je da voditeljice imaju prethodno iskustvo u vođenju temeljnog programa „Rastimo zajedno“ u kojem su upoznale vrijednosti roditeljstva u najboljem interesu djeteta kao i načela partnerstva u radu s roditeljima.

1 U cijeloj knjizi prisutna je upotreba jednog roda učestalo korištenih imenica „voditelj“, „roditelj“ i „dijete“. Iz praktičnih razloga ne upotrebljavamo istodobno i muški i ženski rod već, radi jednostavnosti izlaganja, umjesto dviju riječi navodimo samo jednu (roditelj, dijete) koja se odnosi na pripadnike obaju spolova u navedenoj ulozi. Za voditeljice smo se pak odlučili upotrebljavati ženski rod jer one su, uglavnom, žene.

Prilikom izbora budućih voditeljica, tj. opredjeljivanja za edukaciju i vođenje radionica „Rastimo zajedno Plus“, bitno je da buduće voditeljice budu istinski motivirane i spremne za edukaciju i vođenje radionica tj. da im to nije nametnuto od strane ravnatelja ili druge nadređene osobe. Također je poželjno da se članovi tima sami biraju i žele raditi zajedno.

Voditeljice imaju ključnu ulogu i odgovornost za provođenje Programa. Njihovo znanje i osobine snažno utječu na grupu i njezine članove, radi čega su neophodni stalno promišljanje o vlastitom radu, kontinuirano učenje i rad na sebi. Naime, voditeljice su te koje usmjeravaju aktivnosti grupe u skladu s ciljevima programa radionica s roditeljima „Rastimo zajedno Plus“.

Što su rekle voditeljice o timskom radu?

Voditeljica koja prvi put vodi radionicu imala je poteškoće s kontroliranjem rasprave i količinom bitnih informacija koje mora prenijeti roditeljima u određenom vremenu. Druga voditeljica uključivala se u aktivnost u pravim trenucima pa je aktivnost protekla ugodno.

U provedbi nekih radionica ili pojedinih aktivnosti moguće je uključiti i nekog od **roditelja kao suvoditelja**. Ova mogućnost može se povremeno ostvariti samo uz iskusnog voditelja, ali i roditelja koji u svom životu ima dvojnu ulogu: ulogu stručnjaka i ulogu roditelja djeteta s teškoćama u razvoju. U aktivnostima u kojima roditelji iznose svoje osobne priče roditelji će drugačije doživjeti vođenje ovih aktivnosti i biti ohrabreni od roditelja-suvoditelja koji je prošao iste poteškoće kroz koje prolaze i oni. Pri tome je važno da se roditelj-suvoditelj prilagodio na djetetovu teškoću ili stanje, kako bi grupa imala koristi od takvog roditeljsko-voditeljskog para. Roditelj-suvoditelj može biti netko tko je prošao cijeli ciklus radionica pa se u slijedećoj grupi ili na susretu Kluba roditelja pojavljuje kao suvoditelj. Naravno uz roditeljsku spremnost, najvažnija je procjena voditeljica prilikom odlučivanja o uključivanju roditelja-suvoditelja.



2.4

Neka obilježja grupnog rada s roditeljima

Marina Grubić

Obilježja grupnog rada s roditeljima opširno su opisana u prvoj knjizi Roditeljstvo u najboljem interesu djeteta i podrška roditeljima najmlađe djece (Pećnik, Starc 2010.a), ali zbog njezine važnosti ovu temu dopunjavamo.

Grupni rad se može definirati kao cilju usmjereni aktivnost s malim tretmanskim grupama i grupama za rješavanje zadataka čiji je cilj zadovoljavanje socioemocionalnih potreba članova i ostvarivanje zadataka. Ta aktivnost je usmjereni prema pojedinim članovima grupe i grupi kao cjelini unutar šireg sustava pružanja usluga (Toseland i Rivas 2001).

Radi se o namjerno formiranim malim grupama u kojima članovi sudjeluju zbog zadovoljavanja specifičnih psihosocijalnih potreba, rješavanja određenih osobnih i socijalnih problema, postizanja osobne i socijalne promjene, uspješnijeg suočavanja sa životnim poteškoćama, uspješnijeg radnog djelovanja te razvijanja znanja i vještina važnih za bolje razumijevanje samih sebe, drugih ljudi i zajednice u kojoj žive.

Grupa roditelja djece s teškoćama u razvoju uključuje članove koji imaju specifične potrebe i očekivanja koje je važno poznavati, jer iz njih proizlaze specifični ciljevi pomoći. Oni se odnose na pružanje emocionalne i socijalne podrške te poticanje osjećaja samopoštovanja i osjećaja vlastite djelotvornosti. Roditelje je važno osnažiti kako bi osjećali da imaju nadzor nad događajima i da se mogu s njima nositi, te da bi razumljeli i anticipirali događaje i moguće probleme vezane uz roditeljstvo djeteta s teškoćama. Pritom je važno osposobiti ih za djelotvornu komunikaciju i podršku djetetu i osnažiti ih u roditeljskoj ulozi.

Jedna majka:

”

Nisam ni slutila da će te radionice pokrenuti toliko toga u meni. Inače ne pričam baš previše ljudima što se događa u našim životima, jer i ovako i onako ne shvaćaju, pa čemu trošiti riječi i vrijeme... Ja im samo kažem: Verica ima cerebralnu paralizu, i to je to... I to kažem na tako jednostavan i veselo način kao da ima gripu, pa će proći...:) Čemu ljude opterećivati?!?... A na radionici, kad se susretneš sa „suborcima“, KOJI ZNAJU KAKO BOL BOLI, to je već nešto sasvim drugo... Hvala, hvala, punim baterije, što je najbitnije. A kroz vrijeme ću sigurno i više naučiti i želim se zahvaliti i vama dvjema, jer ste toliko strpljive s nama... Ne držite se suhoparno UNICEF-ove šablone, jer nama svima treba dopustiti (bar sad na početku) da kažemo tu našu bol. A onda kad se ispraznimo, možemo puniti vaše nove informacije...

Treba biti svjestan razlika između pojedinih članova grupe koje su određene razlikama u osobinama i teškoćama djeteta te načinu doživljavanja i reagiranja pojedinog roditelja u procesu adaptacije. S druge strane, prednost grupnog rada je upravo u činjenici da su međusobno slični zbog zajedničke potrebe za podrškom.

Uspješno vođenje grupe pretpostavlja poznavanje prednosti i vrijednosti rada u grupi, njihovo poticanje i naglašavanje.

Prednosti grupnog rada proizlaze iz činjenice da je grupno iskustvo temeljno ljudsko iskustvo koje je prirodno, pruža osjećaj stvarnosti, a time i predvidljivost i stabilnost. (Benson 1987).

U grupnom radu je naglasak na zajedničkim problemima i sličnom iskustvu članova koji dijele slične osjećaje i ponašanja. Dijeljenjem tog iskustva pruža se uzajamna podrška te su na taj način grupni procesi sredstvo kojim se ostvaruju predviđeni ciljevi. Članovi imaju slične poteškoće, brige i osjećaje pa njihovo prepoznavanje pridonosi smanjivanju osjećaja usamljenosti u suočavanju s problemima. Neposredno iskustvo drugog člana grupe koji se uspješno nosi s određenom situacijom osnažuje ostale, pobuđuje nadu i daje osjećaj optimizma. Grupa nudi mogućnost učenja novog ponašanja oponažanjem kako se ponašaju i što čine drugi članovi te daje uvid i povećava svjesnost člana o tome kako se ponaša, kako sam sebe vidi te čemu pripisuje svoje ponašanje i uzroke svojih poteškoća.

Vrijednosti grupnog rada

- Dijeljenje - ljudi se osjećaju manje osamljeno kad prepoznaju da se i drugi osjećaju isto
- Poistovjećivanje - ljudi su spremni poistovjetiti se s drugima u sličnoj situaciji
- Prihvaćanje pomoći od „sličnih“ - ljudi lakše prihvataju pomoć od onih koji su u situaciji sličnoj njihovoj, koji ih razumiju
- Provjeravanje - ljudi se u grupi mogu provjeriti, testirati u različim važnim ulogama
- Uzajamna pomoć - ljudi su često u stanju pružiti pomoć drugima koji su se suočili sa istom ili sličnim situacijama što im podiže samopoštovanje
- Socijalna razmjena i prihvatanje - ljudi trebaju osjećaj pripadnosti i prihvatanosti, koji im omogućuje grupa ljudi s istim iskustvom.

Jedna od najvažnijih prednosti rada u grupi je mogućnost emocionalnog rasterećenja iznošenjem osjećaja u grupi. Emocionalno rasterećenje odnosi se kako na osjećaje vezane uz sadašnja zbivanja, tako i uz osjećaje koje član nije mogao iskazati u prošlosti.

Rad u grupi pretpostavlja i dostupnost različitih informacija kako od članova grupe tako i od voditelja.

Što su rekle voditeljice o razvoju grupe?

- **Poslije prve radionice:** *Imam dojam da smo kao voditeljice bila jako pažljivo opservirane i testirane, a tek ćemo ubuduće čuti jesmo li test položile. Kod većine roditelja ipak se je blago topila suzdržanost... Ima nade za pozitivan ishod.*
- **Na petoj radionici:** *Već od prvih aktivnosti na ovoj radionici otvorile su se i dvije mame koje su do sada bile malo zakočenije u iznošenju osobnih iskustava sa svojom djecom. Bilo ih je lijepo vidjeti i čuti.*
- **Na sedmoj radionici:** *Svi roditelji su jako otvoreni, daju nam stvarno velik uvid u svoj obiteljski život.*

Što su rekli roditelji o dobitima od Programa?

”

- *Dobila sam puno novih i vrlo korisnih informacija kao i odgovore na pitanja koja sam imala. Posebno mi je dragو što sam čula iskustva drugih roditelja. Upoznala sam sebe malo bolje kad je roditeljstvo u pitanju.*
- *Otvaranje novih spoznaja o djeci, odgoju, osjećaj da nismo sami i da se sve može riješiti, samo treba tražiti odgovore na pitanja.*
- *Naučila sam biti strpljivija s djetetom, poticati ga na samostalnost, tj. da što više svakodnevnih aktivnosti obavlja sam.*
- *Ja sam postala svjesnija svog rada s njim odnosno da moram više razgovarati i sa djetetom.*
- *Dobro pratim djetetovu inicijativu*
- *Ja sam ojačala i dijete ima sad čvršći oslonac.*
- *Počela sam ići na aerobic - vrijeme za sebe.*

2.5

Vještine vođenja radionica

Marina Grubić

Vještine vođenja su specifična ponašanja voditeljice koja pomažu grupi da ostvari svoju svrhu i ciljeve. Uključuju komunikacijske vještine koje se koriste tijekom cijelog procesa interakcije voditeljice i članova i značajne su za ostvarivanje grupnih zadataka i ciljeva, održavanje grupe i uspostavljanje dobrih odnosa.

Usmjeravanje

Usmjeravanje grupe na ostvarivanje njezinih ciljeva znači:

- Obraćanje pozornosti na nešto što je izrečeno ili se dogodilo, a značajno je za ostvarivanje cilja. To se događa kad članovi grupe ne vide da neka izjava ili aktivnost znači napredak prema ciljevima pa ih voditeljica naglašavanjem ili parafraziranjem potakne i usmjeri na bitno. Zbog toga je važno da voditeljica budno prati i sluša svaku rečenicu (ili neverbalnu reakciju) svih članova grupe te istovremeno vodi računa o strukturi i ciljevima radionice.
- Vraćanje razgovora ili drugih aktivnosti na unaprijed dogovoren cilj kad razgovor skrene od grupne teme u pravcu neobavezognog razgovora ili na drugi problem, bez namjere da se vrati na ciljanu temu. Ova vještina je posebno važna kad se radi o članovima koji pričaju previše ili onih koji su skloni mijenjanju teme.

Traženje i davanje informacija

To je osnovna komunikacijska vještina koja dolazi do izražaja kod upoznavanja članova, iznošenja i rješavanja problema te davanja i primanja povratnih informacija. Kod traženja informacija treba voditi računa o razlikama između članova grupe koje se odnose na otvorenost, komunikativnost ili trenutno emocionalno stanje. Važno je ne izlagati šutljivog ili zatvorenog člana grupe inzistiranjem da se uključi ili da iznese svoje mišljenje, već mu samo rečenicom npr. *Želi li još netko iz grupe iznijeti svoje iskustvo ili reći... otvoriti priliku da govorи ako želi.* Kod davanja informacija, savjeta ili preporuka dobro je da voditeljica najprije zatraži od članova da pokušaju sami doći do "rješenja", a onda nakon sažimanja onoga što su rekli, ako je potrebno doda ono što je procijenila važnim.



Poticanje i uravnoteženje

Ova vještina pridonosi podjednakom sudjelovanju svih članova u radu grupe. To se postiže ograničavanjem onih članova koji monopoliziraju razgovor i ohrabrvanjem onih koji malo govore. Voditeljica koristi ovu vještinu kad primijeti da jedan ili dvoje članova dominiraju u razgovoru, kad neki članovi nisu uopće sudjelovali u razgovoru ili kad je većina poruka usmjerena prema voditeljici pa nema dovoljno interakcije između samih članova. Kad procijeni da neki član govori previše, važno je prekinuti ga na primjeren način: pratiti njegovo izlaganje kako ga ne bi grubo prekinuli usred misli ili rečenice već pronašli prostor da ga prekinemo ponavljanjem ili naglašavanjem onog što je rekao, te preusmjeravanjem pomoću sažimanja ili postavljanja pitanja drugom članu grupe. Interakcija između članova grupe može se potaknuti povezivanjem sličnih iskustava i ohrabrvanjem da pomažu jedni drugima davanjem informacija. Većina aktivnosti u radionicama je strukturirana na način da povezuje članove i potiče ih na suradnju.

Sažimanje

Sažimanje je proces spajanja i kratkog ponavljanja određenog razgovora ili aktivnosti grupe kroz jednu izjavu. Cilj sažimanja je da se postigne suglasnost o onome što je učinjeno u grupi te da se naglasi ono što je važno za postizanje cilja.

Kad voditeljica želi da svi članovi započnu radionicu s istog polazišta, dobro je sažeti prethodne aktivnosti koje su u vezi s radionicom koja upravo započinje.

Sažimanje se koristi i kad netko započne novu temu prije nego se završilo s prethodnom ili kad jedan član dominira u razgovoru pa voditeljica želi uključiti i druge članove.

Posebno je važno koristiti sažimanje kad je radionica pri kraju pa treba sažeti ono što je rečeno ili učinjeno da bi se usporedilo s početnim ciljevima i postavili temelji za slijedeću radionicu.



Osjetljivost i odgovarajuće reagiranje na osjećaje

Voditeljica u grupi može na osjećaje članova reagirati na tri osnovna načina:

1. Primijetiti osjećaj, ali ne reagirati na njega i nastaviti s onim što se zbiva u grupi (razgovor ili neka druga aktivnost)
2. Naznačiti riječima da prepoznaće i razumije osjećaj ali nakon toga nastaviti s aktivnošću grupe
3. Zaustaviti aktivnost i usredotočiti se na osjećaj ili ono što ga je izazvalo.

Vještina voditeljice je u adekvatnom odabiru jednog od ova tri načina ovisno o trenutnoj aktivnosti i situaciji u grupi, o osobitostima člana koji emocije izražava te o onome što je izazvalo određenu emociju. Primarno treba voditi računa o dobrobiti člana koji je reagirao emocijama, te je uvijek važno pokazati razumijevanje i empatiju. Voditelj treba prepoznati osjećaje i pravovremeno odgovoriti na prikidan način.

Na primjer, kad se roditelj rasplače dobro je malo zastati, reći rečenicu koja pokazuje razumijevanje i empatiju (*Mogu razumjeti da vam je bilo teško ili nešto slično ovisno o situaciji*) te nastaviti postavljanjem emocionalno što neutralnijeg pitanja koje će roditelju omogućiti da se smiri. Pitanje može biti usmjereno njemu ako se vidi da je u stanju ponovo se uključiti ili drugom članu grupe ako se procijeni da mu treba još vremena.

Pokazalo se da roditelji djece s teškoćama imaju veliku potrebu za pripovijedanjem u grupi ljudi s kojima se osjećaju „među svojima“ jer tu mogu reći što im je na srcu.

Što kažu roditelji?

- *Hvala što ste mi pomogli, pa da i pustim suzu.*
- *Naučila sam govoriti o svojim osjećajima.*
- *Vaše radionice pomažu, izvrsna terapija koja bi trebala trajati duže.*

”



Što kažu voditelji o roditeljskoj empatiji?

- Mama koja ima najmlađe dijete (3 god) je komentirala da je ona još uvijek pretežno usmjerena na teškoće i što sve treba postići, u čemu su se drugi roditelji prepoznali kada su bili na početku djetetove rehabilitacije, što je na nju djelovalo ohrabrujuće.
- Posebno su empatični bili prema mami koja nam je svaki put dok bi govorila (cijelu radionicu) bila na rubu suza.
- Kad se jedna majka rasplakala drugi roditelji su se uključili i rekli da i oni - ili su prolazili iste situacije ili ih često prolaze. Poticali smo ih da kažu kako nađu način da pobjede taj osjećaj i krenu naprijed.

2.6

Što i kako se radi na radionicama

Branka Starc

Program radionica za roditelje „Rastimo zajedno Plus“ podijeljen je u jedanaest širih tema, jedanaest radionica. Nazivi većine radionica su jednaki ili slični kao i u programu „Rastimo zajedno“:

1. Svako je dijete posebno, svaki je roditelj poseban
2. Između očekivanja i prilagodbe
3. Četiri stupa roditeljstva
4. Psihološke potrebe djeteta i roditeljski ciljevi
5. Sva naša djeca i kako ih volimo
6. Slušanje – važna vještina roditeljstva
7. Kako dijete uči o svijetu oko sebe
8. Granice: zašto i kako
9. Roditeljske odgovornosti
10. Biti roditelj: utjecaji i izbori
11. Završetak i novi početak

Svaka tema cjelina je za sebe, ali i bitan dio cijelog Programa koji bi bio nepotpun bez bilo koje od jedanaest radionica. Nijedna radionica ne može se održati samostalno jer radionice slijede jedna drugu smisleno i sadržajno.

Struktura radionica

Kao što je uobičajeno u edukativno-podržavajućim radionicama i u programu „Rastimo zajedno Plus“ svaka radionica započinje nekom vježbom ili aktivnošću „za zagrijavanje“, koja uvodi u temu i podupire iskustveno učenje, a ujedno stvara ugodnu atmosferu. U središnjem dijelu obično je predviđeno kratko stručno izlaganje (u pravilu uz PP-prezentaciju ili pisani prilog za roditelje), aktivnosti i vježbe (često uz radni list ili pisani prilog), razmjena iskustva kao razgovor s cijelom grupom ili u manjim grupicama, a ponekad je između zahtjevnijih aktivnosti umetnuta opuštajuća aktivnost za rasterećenje.

Na kraju svakog susreta roditelji dobiju pisane priloge sa stručnim tekstovima o temi provedene radionice, a ponekad i *domaću zadaću* koja služi vlastitom provjeravanju novostećenih uvida i znanja u obitelji te isprobavanju ili uvježbavanju novih vještina. Za završavanje radionice i opuštanje pred rastanak provode se vedre aktivnosti/igre koje imaju smislenu povezanost s temom susreta, a koje potiču zbližavanje članova grupe te mogu biti inspiracija za igranje s djetetom kod kuće.

Evo primjera jedne priče koju voditeljice pročitaju na kraju radionice.

Čistač ulice (iz knjige Momo Michaela Endea)

„Vidiš“, rekao je čistač ulica, „to ti je tako: ponekad je ulica pred nama dugačka. Čovjek misli da je strašno dugačka. Čini mu se da nikad neće uspjeti. I onda se počinje žuriti. Svaki put kad pogleda vidi da se uopće nije smanjilo ono što je još pred njim. I onda se čovjek napreže, boji se i na kraju je bez daha i više ne može. A ulica je još uvijek pred njim. Tako se to ne smije raditi.“ Neko je vrijeme razmišljao, a onda rekao: „Ne smije se misliti na cijelu ulicu, razumiješ li? Treba misliti samo na sljedeći korak, na sljedeći udah, na sljedeći zamah metlom. I uvijek samo na sljedeći.“

I povremeno se osvrnuti na ono što je očišćeno!

Što su rekli roditelji o radionicama?

”

- *Sviđa mi se ideja da radionice nisu bazirane isključivo na stručnim predavanjima. Materijali koje smo dobili jesu od pomoći, ali meni je bilo važnije međusobno razmjenjivanje iskustava. Hvala vama!*
- *Dodatne informacije i spoznaja da se i drugi roditelji susreću sa sličnim problemima, nova iskustva*
- *Kontakt s ostalim roditeljima koji imaju djecu s različitim, ali i sličnim teškoćama. Novi način komunikacije i usmjeravanje na djetetove želje i mogućnosti.*

Veličina grupe

Na radionicama je poželjno sudjelovanje **10 do najviše 12 roditelja**. U većim grupama teže se stvara međusobno povjerenje članova, teže se dolazi do riječi, aktivnosti duže traju. Ako je pak grupa manja od 6 članova, gubi se na grupnoj dinamici, manje je kvalitetnih rasprava i konstruktivnih razmjena iskustava.

Većina voditeljica u pilot-primjeni složila se da je za kvalitetan rad „idealna“ grupa od 8 prisutnih roditelja.

Vrijeme održavanja i trajanje radionica

U pravilu, poželjno je da se cijeli program od jedanaest radionica provede u jedanaest tjedana, **jednom tjedno po dva sata**. Važno je prilikom pozivanja roditelja da se uključe u Program istaknuti njegovo trajanje i potrebu redovitog dolaska na sve radionice, kako bi njihovo sudjelovanje u radionicama imalo svoj puni smisao i učinak. Od roditelja se očekuje da prihvate obvezu redovitoga sudjelovanja na svim radionicama.

Dogđalo se tijekom pokusne primjene da su zbog različitih terapija i liječničkih pregleda djeteta roditelji povremeno izostajali s radionicama. U takvim slučajevima voditeljice su se snalazile na različite načine kako bi pomogle roditelju da nadoknadi propuštenu radionicu. Priloge su slale roditeljima, zvali su roditelje na individualni susret, sažeto ponavljale na slijedećem susretu, predložile raniji dolazak roditelja na slijedeći susret da ih upoznaju sa sadržajem radionice kojoj nisu prisustvovali i sl.

Što su rekle voditeljice o „nadoknadi gradiva“:

- Tijekom trajanja prvog ciklusa, roditelji su iz raznih razloga (pogotovo zbog djetetovog zdravlja ili unaprijed dogovorenih termina medicinskih pretraga) znali izostajati s radionica, za što smo predložile nadoknadu u vidu ranijeg dolaska na sljedeći susret, kada smo im ukratko željele prenijeti sadržaj propuštene radionice. Međutim, manji broj roditelja koji su izostajali je dolazio na vrijeme predviđeno za nadoknadu, a kako je to ujedno bilo i vrijeme okupljanja drugih roditelja, iskoristile smo mogućnost da roditelji koji su prisustvovali prošloj radionici uz pomoć voditeljica prenesu svoje iskustvo, znanje i vještine. Na taj su način roditelji bili pomagači.
- Nadoknada je potrebna kad god je to moguće. Pokušati dogоворiti individualne susrete ili s nekoliko njih (u zasebnom terminu, prije sljedeće radionice...). U nadoknadi smo neke aktivnosti proradili, neke prepričali, malo prenijeli atmosferu s radionice, priloge podijelili. Naši roditelji su rekli da im je to bilo korisno.

Radionice se obično održavaju u jesenskom ili proljetnom periodu što ovisi o mogućnostima organizatora. U jesenskom periodu najčešće se počinje početkom listopada tako da zadnja radionica bude prije Božića. Proljetni ciklus obično započinje početkom veljače.

Što se tiče doba dana, voditeljice se prilagođavaju roditeljima. Radionice se najčešće održavaju u poslijepodnevnim satima, poslije radnog vremena (17-19, 18-20). Međutim bilo je i dobrih iskustava s prijepodnevним grupama (8-10, 9-11), koje su bile organizirane za vrijeme boravka djece u rehabilitacijskom centru ili vrtiću što je ujedno rješavalo pitanje čuvanja djece. Naravno, jutarnji susreti su mogući ako roditelji ne rade.

2.7

Pripreme za provođenje Programa

Branka Starc

Pripreme pomagala i prostora

Prije početka radionica neophodno je obaviti neke praktične pripreme, kako prije početka cijelog Programa, tako i neposredno prije svake radionice.

Za svaku radionicu priprema se **prostor** koji je dovoljno velik za grupu, a poželjno je da ima slobodnog prostora za neke vježbe i igre. To može biti soba dnevnog boravka neke

vrtićke skupine, dvorana, zbornica, soba za sastanke, gradska knjižnica, udruga... Prostorija mora svojim uređenjem slati poruku roditeljima da su dobrodošli. Voditeljice ravnopravno sjede u krugu s roditeljima. Ako organizator ne može osigurati laptop i projektor koristi se mapa s plakatima koji zamjenjuju PP-prezentacije. Uz svaku radionicu navedeni su pribor i prilozi koje treba pripremiti za pojedini susret..

Pripreme voditeljskog tima prije radionica

Važno je da se voditeljice pažljivo pripremaju za radionice i onda kad ih ne provode prvi put. Cijeli program radionica za roditelje "Rastimo zajedno Plus", kao i svaka radionica za sebe, jasno su strukturirani s ciljem da se nujučinkovitije obradi pojedina tema i program u cijelosti. Pokazalo se dobrim da se tijekom radionice voditeljice izmjenjuju što ravnomjernije. Smjenjivanje voditeljica daje radionici dodatnu živost, a voditeljicama sigurnost i ležernost.

Jedna voditeljica:

Dogovara se tko što radi, tko je „spremniji“ za koji dio, „koji dio kome lakše pada“, da se zna ukoliko je potrebno tko će gdje uskočiti u slučaju potrebe; dogovara se interakcija – verbalna i neverbalna, jer svaka grupa traži „drugačiji“ pristup...



2.8

Provodenje radionica

Branka Starc

Zbog ugodnog odvijanja procesa tijekom radionice te osjećaja sigurnosti u grupi i "zaštite" članova, važno je na prvom susretu s roditeljima dogоворити **правила групног рада**. Važno je da svi prihvate pravila.

Dosadašnja iskustva pokazuju da su korisna ova grupna pravila:

- Dobrovoljnost aktivnog sudjelovanja
- Prihvaćanje različitosti članova
- Slušanje drugih
- Briga o ukupnom vremenu
- Govorenje u svoje ime
- Poštivanje diskrecije

Potrebno je dogоворити и начин oslovljavanja међу члановима. Иако се обично предлаže искључивање мобитела за vrijeme радionice родитељи дјече с тешкоћама обично ћеле бити доступни те их се може замолити да искључе звук и оставе опцију *vibracije*. Наиме, каžу како им је пуно корисније оставити укључене мобиле јер су тада сигури да су њихова дјечка код куће добро, а укуćанима могу рећи да их зову само ако је заиста потребно. Ако су дјечка у сусједној соби потребно је договорити се о томе да родитељ у случају веће забринутости како је детету с волонтерима, може накратко напустити просторiju како би умирло сеbe и дјете. Некој дјечи то су прва искуства укључивања у групу дјече уз непознату особу те је забринутост родитеља разумљива. Почетак и завршетак рада треба бити у договorenу vrijeme. Jednako tako родитеље треба питати за допуštenje фотографирања групе, уз објашњење за што ће се и где upotrebljavati te fotografije. Наравно, као узори водитељице се требају придржавати свих правила i dogovora.

Понекад се догоди да родитељи имају потребу произвести с разговором на неку тему па ће тада водитељica morati pažljivo структурirati radionicu kako bi omogućile такве razgovore. Grupa se може договорити да се радionice produže за неких 10 минута за one koji mogu i Žele ostati. Или се на почетку радionice posveti vrijeme некоме тko јели нешто važno podijeliti s другима па ће водитељice zbog toga neke aktivnosti morati kratiti (npr. one uz koje су vezani opširniji prilozi ili igre). Ако се pak показа потреба за dodatnom подршком, водитељице ће omogućiti родитељима individualne susrete i razgovore ili ће ih uputiti odgovarajućim stručnjacima.



Što su rekle voditeljice o vođenju radionica?

- Radionica nam je trajala 2 h 15'. Ne znamo kamo nam je otišlo tih 15', te nam se ne čini da se bilo koja aktivnost produžila dulje od predviđenog vremena.
- Često su roditelji već unaprijed kroz svoje komentare započinjali temu koja slijedi te su voditeljice uspješno to uspjevale povezati (raspravu s roditeljima i predviđene teme aktivnosti). Voditeljice su imale dojam da su pojedini roditelji i dalje željeli nastavljati s raspravom i proširivati i na druge njima aktualne teme, no nastojale su sažimati raspravu i vraćati se na teme predviđene za prvu radionicu uz napomenu da će se spomenutim temama više baviti kroz naredne radionice.
- Malo nam je više vremena pobjeglo u spontanoj raspravi roditelja tijekom prvih aktivnosti, pa smo na ostale aktivnosti potrošili manje vremena od predviđenog. No imale smo potrebu dozvoliti roditeljima da iznesu svoja iskustva i mislim da su se time odmah na početku međusobno povezale.
- Roditeljima je važnije da mogu govoriti konkretno o onome što ih muči, nego da se ostvari radionica u skladu s propisanom strukturom. Nama se pak čini da je struktura njima puno korisnija negoli to percipiraju. Potreba za 'ventiliranjem' je velika, ali se ona može ostvariti i izvan radionica.

Vodeći radionicu važno je povezivati njezine dijelove tako da se aktivnosti logično nastavljaju, teku jedna iz druge. U svaku aktivnost roditelje se uvodi, učini prijelaz iz prethodne aktivnosti, a na kraju sažme te najavi sljedeća aktivnost.

Izražavanje i stručne termine voditeljice prilagođavaju prisutnim roditeljima tako da budu sigurne da ih svi razumiju bez obzira na vrstu obrazovanja.

Iako su radionice i prilozi pomno i detaljno napisane, a PP-prezentacije jasne, važno je da voditeljice prilikom priprema za svaku radionicu osmisle što više primjera koji su prikladni za konkretnu grupu roditelja. To često ovisi o vrsti i stupnju teškoća koje imaju njihova djeca, mogućnosti kretanja, komunikacije i razumijevanja. U Priručniku su navedeni samo ogledni tipovi primjera te se očekuje da voditeljice budu prilagodljive i kreativne oslanjajući se na svoje znanje i iskustvo.

U razmjeni iskustava voditeljica potiče diskusiju koja pomaže roditeljima da bolje vide i razumiju svoje vlastito iskustvo. Voditeljica je ta koja povezuje iskustvo grupe.

Na kraju radionice važno je sažeti ono što je bilo rečeno, primijećeno, naglasiti glavne poruke radionice (u skladu s ciljevima radionice), tako da roditelji dožive zaokruženost teme. Kasnije je i voditeljici lakše povezivati nove teme s provedenima.

Prilikom pozivanja roditelja da se pridruže u igre na kraju radionice, važno im je reći da one imaju svrhu opuštanja i rasterećenja prije rastanka (ponekad u sredini radionice), da nismo djetinjasti, niti njih smatramo takvima. Ali kako znamo da se roditelji sa svojom djecom igraju, ovo su ujedno prilike da nauče neke nove igre. Naravno, oni roditelji koji ne žele ne uključuju se. Naime, roditelji mogu na početku Programa biti iznenadjeni što će se igrati, ali sve više vole igre i pri kraju radionice često pitaju „A što ćemo se danas igrati?“ Također izvještavaju grupu kako su igre prihvatile njihova djeca.

U jednoj grupi:

- Roditelji su prihvatili igru „Vjetar puše“ i opet potvrdili da imaju mnogo sličnosti ali i različitosti.
- „Sadimo vrt“ - Svidjelo im se, bilo je veselo i opuštajuće. Smješili su se i oni ozbiljniji.
- Prihvaćeno s puno smjeha i šala, i roditelji i voditelji su uzivali u vježbi.

U aktivnosti „Tri mudre misli“ roditelji dobiju tri rečenice izrezane na dijelove koje trebaju sastaviti. Tražeći rješenje surađuju i upoznaju se.

- Što rade / dobri vrtlari? / Oni pomažu / ruži postati / ružom. / Majke i / očevi su / poput dobrih / vrtlara.
- Tko / pobijedi / strah, / taj / je i / tigru / opasan / protivnik.
- Nema / beznadnih / situacija; / postoje / samo ljudi / koji se u / određenim / situacijama / osjećaju / beznadno.

2.9

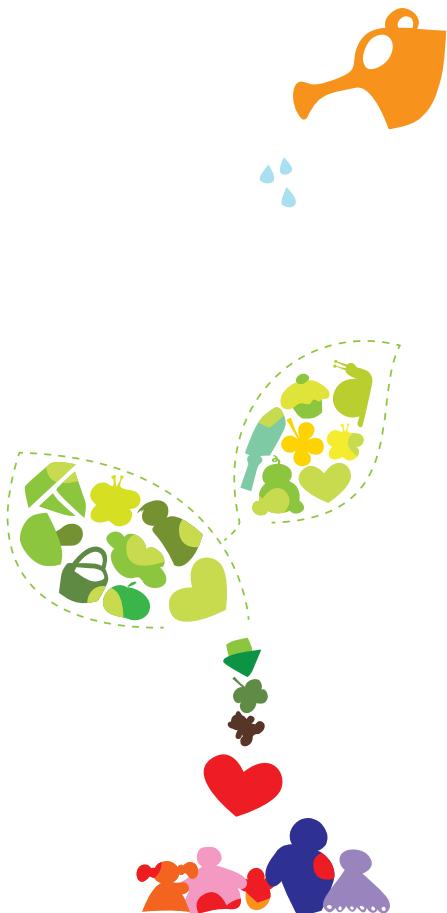
Nakon održane radionice

Branka Starc

Korisno je kad uzajamna povratna informacija voditeljskog tima uslijedi odmah nakon održanoga susreta. Ako to nije moguće i osvrt slijedi drugi dan, nakon radionice je potrebna barem kratka razmjena dojmova, svojevrsno emotivno rasterećenje, za što bi voditeljice trebale planirati ostati barem 15 minuta nakon održane radionice.

Što su voditeljice rekle o zajedničkom osvrtu na radionice?

- Obavezno nakon radionice sjesti, prvo reći kako smo, zatim kako je bilo u odnosu na nas dvije, kako je bilo u odnosu na članove grupe, imamo li tu nešto za komentirati, istaknuti..., a onda i u odnosu na sadržaj, ritam, tajming itd. Na kraju susreta proći novu radionicu – podijeliti uloge i dogovoriti susret prije nove radionice na kojem prolazimo moguće zamke i nedoumice.
- OsVRT - ODMAH! Tada sređujemo svoje uvide, zablude i mišljenja; razgovaramo o dinamici grupe i razrađujemo voditeljske strategije za daljnje radionice – kako potaknuti šutljive i ušutkati pričljive...
- OsVrti su izuzetno važni kako zbog „ventiliranja“ voditeljica, pogotovo nakon radionica koje znaju biti emotivno iscrpljujuće, tako i zbog komentiranja samog tijeka radionice, te rasprave o tome što je u samoj strukturi moglo ili trebalo drugačije, što bi i na koji način trebalo promjeniti ili „popraviti“, kojim voditeljskim vještinama je voditelj (ne)zadovoljan, čega je kojem roditelju trebalo više i kako mu to ubuduće omogućiti.
- Najbolje vrijeme za osvrt je neposredno nakon radionice, kad su u pamćenju prisutni još svi detalji (ili barem veći dio njih), na temelju kojih se mogu napraviti planovi za promjenu. To je i način uspostavljanja suvodenjske suradnje, uspostavljanja povjerenja među voditeljima, „učenja“ davanja i primanja povratne informacije. Važno je da onaj voditelj koji vodi aktivnost ima mogućnost čuti opservaciju svoga suvodenja, a onaj voditelj koji trenutačno ne vodi aktivnosti se na taj način uči pratiti proces.



3. ISKUSTVA U PROVOĐENJU PROGRAMA

3.1

Iskustva voditeljica

Što smo naučile vodeći radionice „Rastimo zajedno Plus“

Nakon godinu dana rada i druženja s roditeljima male djece kojima je dijagnosticirana gluhoća ili jače oštećenje sluha u Udruzi gluhih i nagluhih Primorsko-goranske županije kroz grupe potpore, Marija, moja suvodičica i ja odlučile smo roditeljima ponuditi drugačiji oblik rada kroz radionice „Rastimo zajedno Plus“.

Naime, nakon godine dana druženja mi voditeljice, već smo dobro upoznale kontekst u kojem se odvija roditeljstvo „naših“ roditelja. Njihovo roditeljstvo bilo je obilježeno: čestim odlascima stručnjacima na razne dijagnostike i terapije, bilo je opterećeno teškim odlukama (ugraditi pužnicu ili ne), svakodnevnim izazovima nošenja aparatiča i pitanjima je li aparatič dobro ugođen, informacijama o tome kako je nužno potrebna rana intervencija, i iscrpljujućim potragama da je ostvare; oprečnim porukama o znakovnom jeziku (hoće li zbog njega dijete manje koristiti govor ?), situacijama kad ne mogu upisati dijete u jaslice ali niti pronaći tetu čuvalicu (jer imaju dijete s teškoćama), iscrpljenošću od čekanja na termine i dijagnoze; stalni strah da neće imati dovoljno vremena za ispravne odluke ili dovoljno novaca za iste...

No isto tako čule smo ih kako unatoč svom tom stresnom okruženju o svojem roditeljstvu govore zapravo vrlo slično kao i svi drugi roditelji s puno ljubavi i nešto nedoumica, kako imaju u osnovi iste potrebe za podrškom i informacijama kao i svi drugi roditelji djece te dobi.

Zajedno s grupom otvorile smo veliko područje tema iz područja roditeljstva na koje kroz dotadašnji oblik rada po našoj procijeni nismo uspješno odgovarale. Na svakom našem susretu zadesila bi nas pitanja na koja su roditelji očekivali konkretne odgovore, gotove recepte i jasne upute, baš onako kako su i navikli dobivati od stručnjaka kojima bi se obratili za savjet vezano za dijete. U jednom od komentara na susret jedna je mama napisala kako voli čavrljati ali da ona traži odgovore, npr. kad njena djevojčica ne želi nositi aparatič u vrtiću što da tad napravi? Jasno i konkretno (to je bilo napisano i podcrtano na papiru), a nama i poticajno da grupi ponudimo nešto novo kroz sudjelovanje u pilot programu radionica „Rastimo zajedno Plus“. Naravno da smo znale da radionice neće donijeti jasne i konkretne roditeljske recepte, ali kroz iskustvo provedbe osnovnog programa „Rastimo

zajedno“ znale smo da će kroz te radionice roditelji naučiti kako pratiti dijete i sebe te zajedno tragati za svojim odgovorima.

U okupljanju i održanju grupe koja je s radom krenula nakon pauze od nekoliko mjeseci u kojima nismo održavali susrete veliku je i važnu ulogu imala Udruga gluhih i nagluhih PGŽ koja je u to vrijeme za djecu i roditelje kreirala niz aktivnosti. Udruga je vodila brigu o ostvarenju prava djece i roditelja te je bila stalni izvor informacija i podrška u ostvarenju istih. Roditelji su u Udrugu dolazili na radionice s djecom gdje su učili znakovni jezik, dolazili su na susrete s edukacijskim rehabilitatorom i logopedom. Roditelji su bili željni znanja, podrške i druženja što im je tada Udruga pružala nadopunjajući ono što im sustav nije omogućio. Činjenica da su se roditelji u Udrizi osjećali dobro i uvaženo sigurno je uvelike potpomogla dobar odaziv na radionice i povjerenje u ono što im nudimo. Na prvom susretu okupila su se tri bračna para i četiri majke. Cjelokupni ciklus radionica završilo ih je ukupno osam.

Iako sam ja kao voditeljica imala iskustvo vođenja radionica „Rastimo zajedno“, a Marija veće iskustvo rada s „našim“ roditeljima, tri situacije s kojima smo se suočile na početku provođenja radionica predstavljale su nam najveće izazove.

Na prvoj radionici suočili smo se s prvim izazovom. Plan rada od uzastopnih 11 tjedana po dva sata svaki utorak roditeljima se činio preambicioznim i pomalo nerealnim. Do sada se naša grupa sastajala jednom mjesечно i to je nekim roditeljima bilo previše. Oni i njihova djeca bili su opterećeni mnogobrojnim obavezama, bojali su se hoće li njihov natrpan raspored omogućiti dva sata tjedno za radionice, najveći je bio strah hoće li zbog toga morati dijete zakinuti, oduzeti mu i ono malo vremena što ostane za slobodnu igru. Razgovarali smo o tom strahu, o podvojenim osjećajima, istovremenoj želji da dolaze na radionice i strahu da time gube dragocjeno vrijeme za dijete. Mislimo da smo ih najviše „dobili“ kroz prepričana iskustva drugih roditelja (koji su, istina, prošli osnovni program „Rastimo zajedno“, ali su u njega ušli s istim nedoumnicama). Iskustvo je kasnije pokazalo da su roditelji ubrzo uhvatili ritam, rijetko su izostajali, najčešće zbog bolesti djeteta ili potrebe posla. I u ovoj se grupi od početnih nevoljnosti i preplašenosti brojem i učestalošću susreta brzo došlo do pitanja kako je tako brzo došao kraj i kada ćemo se opet vidjeti.

Smatrale smo da će organizirano čuvanje djece uvelike pomoći u lakšem odlučivanju na radionice te smo na prvoj radionici potakle i razgovor o čuvanju djece. Udruga je bila spremna organizirati rad s djecom za vrijeme trajanja radionica. I dok se ta praksa pokazala vrlo korisnom i značajnom u mnogim pilot grupama naši je roditelji nisu prihvatili.

Naime, još dok smo se sastajali kao grupa potpore kombinirali smo čuvanje djece i naš rad, no kako su to bile bebice i/ili vrlo mala djeca često smo svi završavali u prostoru dvorane ili su djeca dolazila nama, te su sada roditelji odlučili da aktivnosti za djecu razdvojimo – kako bi mogli opušteno raditi.

Promjena oblika rada od grupe potpore ka radioničkom radu bio je drugi veliki izazov s kojim smo se susreli na početku rada. „Rastimo zajedno Plus“ su visoko strukturirane radionice koje traju dva sata i ostavljaju malo vremena za nestrukturirane slobodne razgovore, a ova naša grupa je imala veliku, skoro nepresušnu želju za dijeljenjem iskustva, skupljanjem informacija i skretanje s temom. Kasnije smo saznale kako su „naši“ roditelji po tome tipični predstavnici skupine roditelja djece s teškoćama koju upravo karakteriziraju pojačane potrebe za informacijama. U početku nam je bilo izuzetno teško voditi ih i pratiti raspored u sadržaju i vremenu. Nošeni svojom potrebom, ali i dotadašnjim iskustvom skoro svaka aktivnost bi ih potaknula na novu temu za slobodan razgovor. Balansirali smo između potrebe da pratimo program i jasne potrebe roditelja da dijele svoje iskustvo, pa i slobodno čavrljaju. Znali smo imati radionica koje smo započeli tek nakon pola sata od okupljanja, posebice kad bi na grupi bio roditelj koji bi donio neko novo iskustvo ili informaciju. Tada bi ih pustili da se prvo ispričaju, jer grupa ne bi bila spremna raditi ništa drugo nego upijati informacije (npr. o tome kako je prošla operacija), pružati podršku (jer su novi nalazi gori od očekivanog) ili se veseliti uz video snimku prve komunikacije s djetetom na znakovnom jeziku. Tada smo najviše balansirali između potrebe da zadovoljimo njih i potrebe da zadovoljimo program i držimo se pravila grupe. Kroz iskreni razgovor uspjeli smo se dogovoriti da na početku imaju 15 min za jedan brzinski „krug“ gdje svatko ukratko kaže što ima novog, ali bez komentiranja, tako da zadovoljimo potrebu da saznaju kako su, kako su djeca i što ima novog. Pritom smo se dogovorili da ćemo 15 min produžiti radionicu kako bi zadovoljili ritam i sadržaj radionice. Takvim su dogovorom bili zadovoljni. Nerijetko su se teme iz prvog kruga nastavljale u kaficu ili bi netko od roditelja osjećao potrebu da ostane s nama u individualnom razgovoru. Promjena načina rada od grupe potpore ka strukturiranim radionicama nije svim roditeljima predstavljala pozitivnu promjenu. Najveći dio roditelja rekao je kako im odgovara struktura i svaki put nešto novo dobiju i nauče, manjina roditelja je u evaluaciji rekla da im je nedostajala sloboda da sami kreiraju temu i imaju više prilike za pričanjem i slušanjem.

Treći izazov dočekao nas je na drugoj radionici kad se govorilo o saznavanju o teškoći i suočavanju s teškoćom djeteta. Sama činjenica da se nalaze u našoj grupi jasno je ukazivala na to da su oni dio svojeg suočavanja odradili i da su prihvatali teškoću djeteta. No to ne znači

da ta spoznaja o teškoći sa sobom ne nosi i tugu, ljutnju, strah i traumu. Naše je iskustvo pokazalo da će neki roditelji tek na ovoj radionici imati prvu priliku (ili se prvi put usuditi) govoriti o svojem doživljaju tih prvih dana roditeljstva. Iako smo s roditeljima već radile godinu dana ova radionica otvorila je temu suočavanja na kvalitetno drugačiji način i pomalo nas zatekla nespremne na količinu emocija i traumatskih iskustava koje su roditelji podijelili s nama. Nakon te radionice nas smo dvije voditeljice ostale dugo u refleksiji razgovarajući kako ćemo se nositi s emocijama u dalnjim radionicama. Srećom voditeljice na radionicama nikad nisu same, svi članovi grupe uvijek su bili tu za pružiti podršku i osnaživanje članovima kojima je to trebalo. Ta nas je misao ohrabrilala i pratila u dalnjem radu.

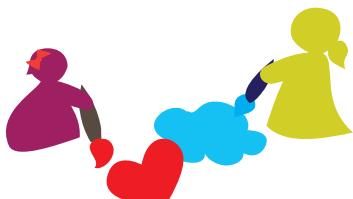
Kako su radionice nastavile ići svojim tijekom grupa je sve više rasla i s njom i nas dvije kao voditeljice. Sve više smo uočavale kako nam radionice idu lakše i u sadržajnom i vremenskom slijedu, a kako su roditelji pritom međusobno postajali sve bliži jedni drugima i opušteniji. Primjetile smo da su se počeli družiti i između naših susreta.

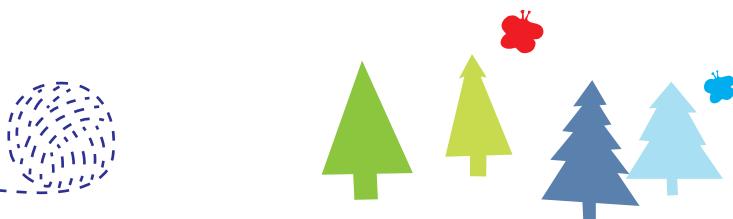
Danas nas veseli činjenica da smo uspješno prebrodili prve izazove i uspješno privele svoju prvu (pilot) grupu „Rastimo zajedno Plus“ kraju, a još nas više veseli činjenica da su ove radionice za naše roditelje bile višestruki dobitak jer se većina grupe spontano sastaje i dalje (godinu i pol nakon završetka rada) na rođendanima djece, zajedničkim odlascima na izlete, kave... U svijetu spoznaje kako roditelji djece s teškoćama imaju slabiju mrežu podrške rodbine i prijatelja, činjenicu da su oni jedni drugima postali prijatelji i podrška možemo smatrati jednim od najvećih dobitaka ovog programa za roditelje koji su u njemu sudjelovali.

Sonja Pribela-Hodap

Kako smo postale voditeljice "Plus"

Dječji vrtić „Vrbik“ ima dugogodišnju tradiciju upisivanja djece s razvojnim teškoćama u redovne skupine. Vrtić ima i tri tima za vođenje programa radionica „Rastimo zajedno“ pa je u provođenju tog programa bilo i roditelja djece s teškoćama u razvoju. Vodeći radionice, uvidjeli smo posebnu potrebu tih roditelja, pa smo se rado odazvale pozivu na sudjelovanje u provođenju pilot - programa radionica za roditelje djece s teškoćama u razvoju „Rastimo zajedno Plus“. Mi smo jedan od dva vrtićka tima na razini Hrvatske, koji je sudjelovao u pilot projektu.





Program „Rastimo zajedno Plus“ promiče isti pristup roditeljstvu i podršci roditeljima kao i „Rastimo zajedno“ s kojim dijeli osnovne vrijednosti i ciljeve. Roditelji djece s razvojnim teškoćama u svom se roditeljstvu susreću s dodatnim zahtjevima, izazovima i strepnjama i svakako to možemo nazvati roditeljstvom *plus*.

Trebali li za roditeljstvo *plus* i voditeljstvo *plus*?

U programu radionica „Rastimo zajedno Plus“ radionice vodi tim od dvije voditeljice, a ne tri (kako je u „Rastimo zajedno“). U našem je slučaju to uhodani tim (iz milja zvan 2 M) s puno zajedničkih radionica „u nogama“. Kao voditeljski tim osjećamo se kompetentno, prisutno je međusobno povjerenje i kompatibilnost gotovo u svim situacijama, reklo bi se – razumijemo se i bez riječi. Rado smo i istinski motivirane krenule u radionice s roditeljima djece s teškoćama.

Dvoumile smo se koje roditelje pozvati na radionice. Hoćemo li pozvati samo roditelje djece s razvojnim teškoćama koji imaju nalaze i mišljenja? Hoćemo li pozvati i roditelje djece s tek pokojim nalazom? Što s roditeljima djece koja su još uvijek u dijagnostičkom postupku, a roditelji negiraju teškoću djeteta? Što s roditeljima koji nisu svjesni teškoće djeteta?

Odlučile smo pozvati roditelje svjesne postojanja teškoće djeteta (bez obzira na medicinsku dokumentaciju).

Dosta smo vremena uložile na osmišljavanje kako ih pozvati, informirati i zainteresirati za radionice koje traju 11 tjedana. Roditelje za program „Rastimo zajedno“ animiramo na roditeljskim sastancima vrtićkih skupina. Za pozivanje roditelja djece s teškoćama u program radionica „Rastimo zajedno Plus“ imale smo sasvim drukčiju „taktiku“. Napravile smo popise roditelja i pozivale ih individualno. U šali smo to zvali „sačekušama“, jer smo roditelje dočekivali u vrtićkim hodnicima i pozivali u sobu stručnog tima. Objasnili smo im svrhu programa, te napomenuli kako je sudjelovanje dobrovoljno. Na kraju razgovora svaki je roditelj dobio pismo s kratkim informacijama o programu, te vremenom i mjestom održavanja radionica.

Pozvale smo i „vanjske“ roditelje čija djeca ne idu u naš vrtić, a za njih smo čuli od prijatelja i poznanika.

Sedmero se roditelja odazvalo pozivu (od toga jedan bračni par). Uključili su se roditelji djece s različitim teškoćama.

Radionice smo provodili u odgojiteljskoj sobi jednog od naših objekata. Uvijek je bilo kave, soka i keksa. Kava je izazvala posebnu radost roditelja jer je, kako su spomenuli, nakon par godina mogu "popiti u miru".

Priprema radionice, podjela aktivnosti, priprema prostora, sortiranje materijala – zahtjevala je jednak vremena i energije kao i na radionicama „Rastimo zajedno“.

Ranije iskustvo vođenja radionica „Rastimo zajedno“ uvelike nam je olakšalo vođenje radionica „Rastimo zajedno Plus“. Većina tema nam je bila poznata, znali smo način rada, poznavale smo tijek i izmjene aktivnosti, pa smo se mogle posvetiti emocijama i reakcijama roditelja.

U vođenju radionica „Rastimo zajedno Plus“ pomogla su nam znanja o određenim vrstama razvojnih teškoća, iskustvo rada s djecom s teškoćama u razvoju, kao i iskustvo gotovo svakodnevnog komuniciranja s njihovim roditeljima.

Tijekom cijelog ciklusa međusobna komunikacija nas voditeljica i roditelja bila je pozitivna i podržavajuća, a odnos ravnopravan i temeljen na ravnopravnom dostojanstvu.

U provođenju radionica, vrlo smo brzo uočile specifičnosti grupe. Već u prvoj radionici kod definiranja pravila grupe – pokazalo se da ne vrijede ista pravila!

Mobitel je morao ostati uključen zbog stalne brige oko stanja djeteta (i onoga tko čuva dijete)!

Iako se roditelji međusobno nisu poznavali, bio je prisutan iskreni emocionalni naboj koji je grupu vrlo brzo učinio homogenom. Već u drugoj radionici znali su imena sve djece i prije svake radionice pitali jedni druge (i nas) za djecu.

Roditelji su vrlo rado i samoinicijativno izlagali svoje iskustvo, mišljenje i doživljaje, tako da ih najčešće nije trebalo dodatno poticati. S punim su povjerenjem pred grupom pričali najosobnije stvari iz svog života, a grupa je bila izuzetno topla, podržavajuća i diskretna. Bilo je očito kako imaju silnu potrebu za pričanjem, razmjenom iskustva i „ventiliranjem“. Roditelji su prepoznali priliku i mogućnost da ispričaju što ih muči pred grupom koja ce ih čuti, razumjeti, podržati, predložiti neku novu ideju.

Zbog potrebe za razmjenom iskustava bilo je teško „nositi se“ s vremenom. A onda je i struktura i dinamika radionice znala biti drukčija od one „zadane“ u priručniku. Bilo je trenutaka kada je bilo teško prekidati roditelje i podsjećati na vrijeme, jer su njihovi

razgovori bili toliko sadržajni, korisni i potrebni. Povremeno smo pustile roditelje da razgovaraju, a drugim aktivnostima posvetile manje vremena.

Spontano se dogodilo da smo jedan od termina odvojile isključivo za razgovor s roditeljima. Pričali su nam o svojoj djeci, o tome kako primjenjuju ovo što su naučili na radionicama. Bili su sretni što mogu podijeliti svoje misli, strahove i što su dobili priliku čuti druge roditelje koji su u sličnoj situaciji. Važno im je bilo čuti kako drugi roditelji svladavaju prepreke na koje svakodnevno nailaze.. Odgovaralo im je što na radionicama imaju priliku izraziti svoje misli i osjećaje, a ne samo slušati upute. Spomenuli su kako su im ove radionice jedini izlazak bez djece jer su, zaokupljeni razvojnim potrebama svoje djece, zanemarili svoje.

U odnosu na roditelje u programu Rastimo zajedno, roditelji djece s razvojnim teškoćama bili su uključeniji u sve aktivnosti i teme koje su se provlačile kroz radionice. Kao grupa su bili puno dinamičniji i angažiraniji. Rijetko su bila potrebna dodatna objašnjenja. Nakon svake aktivnosti davali su povratnu informaciju o samouvidu koji su stekli kroz aktivnost, te kako će naučeno primijeniti na odnos s djetetom (npr. pažljivije promatranje neverbalne poruke djeteta, uvažavanje djetetovih reakcija i postupanja u skladu s njima).

*U aktivnosti „Praćenje upute“ roditelji djece s teškoćama u razvoju bili su puno pažljiviji i usmjereni na uputu. Kroz svoje **plus** roditeljstvo naučili su pažljivo slijediti upute, te ih se pridržavati.*



Jedna se majka posebno isticala optimizmom, načinom nošenja s teškoćama, dobrom komunikacijom, brzim samouvidima, sjajnim refleksijama i zaključivanjem. Često nam je olakšavala sažimanja aktivnosti i dodatno motivirala roditelje na razmišljanje i promišljanje, te isprobavanje naučenih tehnika. Ovu majku vidimo kao mogućeg roditelja suvoditelja u određenim radionicama budućih ciklusa.

U ciklusu „Rastimo zajedno Plus“ izostanci roditelja s radionicama bili su učestaliji, najčešće zbog stanja djeteta. Svoj su izostanak roditelji nadoknađivali dolaskom na razgovor tijekom tjedna s jednom od nas ili ranijim dolaskom na radionicu. Tada bi im ukratko prepričale sadržaj prošle radionice.

U četvrtoj radionici provodi se aktivnosti u kojoj roditelji trebaju zamisliti svoje dijete u budućnosti. Znajući da su njihova djeca drugčija, a budućnost im je neizvjesnija, pribjavale smo se ove aktivnosti. Roditelji na programu „Rastimo zajedno“ uglavnom su imali idealizirane slike o budućnosti svoje djece. Maštali su o svojoj djeci kao o uspješnim sportašima, poslovnim i obiteljskim ljudima. Za razliku od njih, „Rastimo zajedno Plus“ roditeljska očekivanja nisu bila usmjerena na vanjska postignuća, nego na osobnost djeteta. Pozitivno su i s veseljem zamišljali svoju djecu kao poštene i sretne odrasle ljude.

Imale smo i jednu dramatičnu situaciju kada je roditelj morao napustiti radionicu zbog stanja djeteta.

Naš dobitak kao voditeljica

Svaka je grupa novo iskustvo. A ovo je bilo lijepo iskustvo *plus!!*

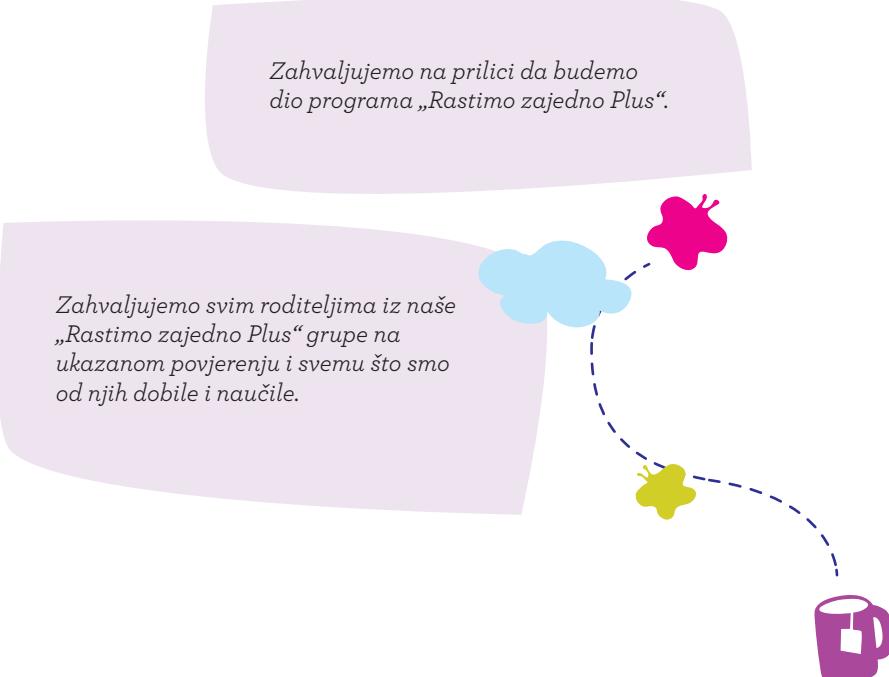
Veliko poboljšanje primijetili smo u komunikacija s roditeljima djece upisane u naš vrtić, a koji su prošli pilot program „Rastimo zajedno Plus“. Češće nam se i više obraćaju, brže i lakše dogovaramo individualizirani rad s djetetom ili promjene programa. I dalje nam se javljaju s informacijama o djetetu, obitelji. Izmjenjuju s nama i radosti i tugu, a ponekad nam se samo dođu javiti i pitati kako smo!

Sada puno bolje razumijemo izazove ovakvog roditeljstva. Ranije nismo razmišljale o tome kako dijete s teškoćama zabaviti dok satima čeka kod liječnika, kako ga povesti u dućan ili na putovanje, kako mu pronaći tetu za čuvanje, kako je to kada te rođena sestra ne poziva na dječji rođendan zbog tvog djeteta.

U situacijama susreta s novim roditeljima djece s teškoćama postavljamo drukčija pitanja, dajemo više podrške, hrabrimo ih, potičemo ih da nađu vremena i za sebe. Zbog naše osjetljivosti na roditeljstvo *plus*, u naš se vrtić prima sve više djece s teškoćama.

Spoznaja s čim se sve susreću ovi roditelji, njihove strepnje, ljubav i hrabrost koju su nesebično dijelili s grupom, obogatili su nas. Bio je to i naš osobni i individualni rast.

Vođenje radionica „Rastimo zajedno Plus“ je *plus* vođenje. Bilo je emocionalno zahtjevnije, ali smo se osjećale ispunjenije. Vidimo zadovoljstvo roditelja, čujemo njihove pozitivne povratne informacije i želju za daljom suradnjom i susretima. Zbog toga se osjećamo korisnima, a vođenje radionica postalo nam je najljepši dio posla.



Zahvaljujemo na prilici da budemo dio programa „Rastimo zajedno Plus“.

Zahvaljujemo svim roditeljima iz naše „Rastimo zajedno Plus“ grupe na ukazanom povjerenju i svemu što smo od njih dobile i naučile.

Minja Jeić i Martina Smiljanic

3.2

Iskustva roditelja

Radionice su nas povezale. Prestale su biti obaveza – prerasle su u druženja

Prvo čega se sjetim na spomen UNICEF-ovih radionica „Rastimo zajedno Plus“ lagana je početnička nelagoda s kojom sam razmatrala obavezu da tijekom tri zimska mjeseca 2013. godine svakog tjedna provodim dva sata s drugim roditeljima gluhe djece. U pozivu sam posebno uočila istaknuto iskustvo roditelja koji su prošli slične radionice, o napretku u komunikaciji s djetetom, što nam je tada bio prioritet za odnos nas i naše kćeri.

U periodu kada je i vrijeme za osobne potrebe izgledalo kao nedostižni luksuz, suprug i ja nećkali smo se nemali broj sati prosjediti na nekakvoj edukaciji s neizvjesnim ishodom. Na kraju smo zaključili da UNICEF ipak nije ime bez reputacije, a usto smo imali mnogo povjerenja u voditeljice radionica koje smo upoznali sudjelujući u ranijim aktivnostima Udruge gluhih i nagluhih Primorsko-goranske županije u Rijeci.

Naša je djevojčica tada imala skoro 2,5 godine, nosila je kohlearni usadak već 12 mjeseci, odlično je reagirala na slušne podražaje te se na suprugovo i moje zadovoljstvo sve više i bolje služila govorom.

Unatoč tome, u našem je svakodnevnom životu i dalje bilo mnogo izazova. Najteže nam je padala činjenica kako smo je naviknuli da joj u ama baš svakom budnom trenutku budemo dostupni – bilo za igru, bilo za vokalizaciju – što je njoj donosilo zadovoljstvo i napredak, ali je nas zato dovodilo do granica iscrpljenosti. Činilo nam se da se pretvara u malu tiranku te da se, umjesto da razvija veću samostalnost, sve više i više oslanja na nas. Odlučili smo oboje dolaziti.

Radionice su brzo pokazale svoju praktičnu vrijednost. Obično su počinjale igrama koje nam nisu baš najbolje sjedale (igre nam je i kod kuće bilo preko glave), no bilo je zanimljivo i zabavno dijeliti brige, radosti i poneku živopisnu anegdotu s ostalim roditeljima. U početku smo svi bili pomalo suzdržani i samo suošjećali jedni s drugima, a kasnije smo se oslobođili i bez zadrške dijelili iskustva, pa i savjete, i kad se to tražilo od nas i kad nije.

Uz mnoštvo smijeha i nezaboravnih napolitanki, radionice su nekako prestale biti obaveza i prerasle u druženja, gotovo pa izlaske. I nakon njihova završetka, znatan broj sudionika ostao je dio naših života. Većinu i dalje vidamo, zovemo jedni druge na izlete i obiteljska okupljanja, zajednički slavimo dječje rođendane. To se pokazalo neprocjenjivim dobitkom.

K tome, na radionicama smo dobili mnogo pisanih materijala koje suprug i ja listamo i dan-danas, kada osjetimo da smo zabrazdili u stare obrasce ponašanja te da (opet) klizimo stazom nestrpljivog i autoritarnog roditeljstva. Meni osobno, uvijek dobro dođe prisjetiti se recepta koji se i te zime pokazao korisnim i kvalitetnim: postavi jasna očekivanja, drži se dogovorenog, daj povratnu informaciju, pokudi ponašanje a ne dijete, razlikuj dječe potrebe od želja, sjeti se da nisi savršena pa ne traži to ni od djeteta.

Nakon radionica mi smo dokaz da perfekcionisti poput nas dvoje mogu u odnosu s djetetom napraviti nešto kako treba i bez mukotrpнog rada (planiranih aktivnosti), samo čistim slijedeњem njenog (dobrog) impulsa. Naučili smo da joj treba pokazati da je volimo i onda kad se naljutimo na nju, te se pomalo počelo ispoljavati načelo reciprociteta, ona zna da je volimo čak i kad nismo stalno dostupni ili joj nešto branimo, ne želimo dati i sl. Ne prođe, naime, niti dan bez pregovaranja, durenja i suza, ali ipak sve redovito završi zagrljajima, poljupcima i uz izjavu koje se čak i nesavršen roditelj nikad ne može zasitići: "Mama/tata, ja te voooolim!".

Aleksandra Filipović, Tarina mama

Oblikovati i izgovoriti glasno svoje strahove i pitanja bilo je vrlo korisno

Program radionica UNICEF-a „Rastimo zajedno Plus“ namijenjen roditeljima djece s teškoćama u razvoju s voditeljcama Martom Ljubešić i Brankom Starc bio je izuzetno iskustvo za supruga i mene. Pomogao nam je na više načina točno u onom trenu kada nam je pomoći takve vrste najviše trebala.

Obitelji čije dijete se razvija drugačije od druge djece zaista su u vrlo zahtjevnoj situaciji. Od trena kada sami primijete da se njihovo dijete razlikuje od vršnjaka javljaju se neizvjesnost, strah i tjeskoba, koje se produbljuju do trena kada u nekoj stručnoj ustanovi pri procjeni dobiju potvrdu svojih strahova i nadalje pri izboru terapija, organizaciji života i rada u obitelji i izvan nje.

Govorim iz perspektive roditelja djeteta s poremećajem iz autističnog spektra. Kod nas se promijenio način života u obitelji; uobičajene stvari, poput odlaska u kupovinu, kino ili šetnju u park su postale teže, komplikiranije, manje dostupne, a kada smo ih i uspjeli organizirati, trebalo nam je nekoliko puta više snage da ih provedemo, a često smo se nakon toga osjećali potpuno poraženi, očajni i bez nade. Bili smo ljuti, krivi, tužni,

bijesni, umorni, iscrpljeni. Promijenila se komunikacija među članovima obitelji, između supruga i mene, kćeri i nas, nas i prijatelja. Promijenili su nam se prioriteti, životni ciljevi i očekivanja... Cijeli život nam se u jednom trenu našao u vakuumu i košmaru i upravo tada smo došli na radionice. Bile su neizmjerno korisne na više načina.

Budući da su radionice vrlo dobro uravnotežene glede omjera teorije i refleksije, dale su nam teoretska znanja vezana za važne teme poput različitih pristupa odgoju, faza koje prolaze roditelji djeteta s teškoćama, strategija za borbu.

Ujedno smo dobili priliku kroz prizmu novih znanja analizirati svoju situaciju i svoje odnose. Korisno je bilo čuti da svi prolaze kroz slična razdoblja, znati što nam se događa kad nam se događa te da će teška razdoblja proći. Meni je teško bilo razmišljati o najtežim trenutcima vezanim za Leona, a najteže od svega bilo je odgonetnuti i na papir staviti moja očekivanja od njega kao odraslog. Ovakve aktivnosti refleksije su bile izuzetno emocionalno zahtjevne za sve nas jer se do toga trena nismo usudili krenuti na ta prebolna mjesta. Mislim da se očaj nas 12-ak roditelja u zraku mogao gotovo opipati rukom. Međutim, slijedila je aktivnost dijeljenja kroz razgovor s ostalim roditeljima, koja je uz spretnu facilitaciju voditeljica dovela do promjene emocionalnog predznaka i razgradnje tjeskobe. Takvi procesi bili su okosnica programa i njegova najveća vrijednost. Naročito dobra bila je aktivnost sa slagalicom osobnog rasta kao roditelja koja je iz tjedna u tjedan služila kao indikator i putokaz našega razvoja kroz radionice.

Konačno, vrlo teško, ali i izuzetno oslobađajuće bilo je svoje najdublje misli podijeliti s drugim roditeljima. Tu su najbolje došli do izražaja pažljivo planirani procesi radionice. Nakon refleksije koja je obično bila izuzetno zahtjevna za nas i tražila da po odgovore idemo tamo kamo ne bismo željeli, dolazila je aktivnost dijeljenja s drugima – tu smo profitirali na više razina – oblikovati i izgovoriti glasno svoje strahove i pitanja je bilo vrlo korisno; shvatiti da nismo sami jer svи roditelji imaju slične strahove; čuti odgovor ili rješenje drugog roditelja (ili jednostavno „mi smo prošli kroz tu fazu; proći ćete i vi“); te dati nekome koristan savjet o nečemu što smo mi prošli. Sve to nas je ojačalo i povezalo.

Povezalo je na jedan drugačiji način u posve novom kontekstu i mene i supruga jer smo kao „učenici u istom razredu“ još dugo pričali o stvarima s radionicama i svaki sastanak komentirali sve do sljedećega.

Da bismo odradili sve zahtjevne zadatke, a ipak se sljedeći puta vratili na radionicu, atmosfera u grupi je morala biti posebno dobra. Bila je opuštena, osjećali smo se sigurno,

mogli smo se nasmijati, rasplakati, sudjelovati ili ne sudjelovati. Odmah na početku voditeljice su krenule s jednom visokorizičnom aktivnosti koja je uspjela i dala opušten ton cijelom programu.

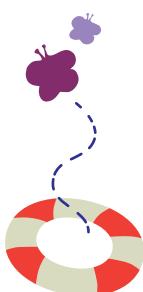
Koliko je program bio dobar govori i činjenica da smo mi, roditelji, na kraju pokušali „isploslovati“ produžetak ili neku vrstu nastavka u vidu bar jednog sastanka. Nakon izolacije i odvojenosti od većine „normalnih“ obitelji, svi smo našli mjesto gdje se osjećamo ugodno, gdje nas ljudi shvaćaju kad govorimo o svojoj djeci i svojemu životu i gdje možemo doći do pravih informacija i odgovora na pitanja i probleme koji nas muče. Program je adresirao upravo ona područja koja su roditeljima djece s teškoćama najvažnija i najkorisnija, a najvažnije od svega, adresirao ih je na najbolji način – praktična vođena refleksija – onaj koji je roditeljima pružio najveću moguću pomoć u razvoju te njih same kao osobe osnažio za prestrojavanje, prevladavanje trenutne životne krize, novo oblikovanje obitelji i stvaranje zdravih obiteljskih odnosa.

Jedan naročito dobar aspekt programa bilo je jednokratno prisustvovanje mame djeteta s poteškoćama u svojstvu svoditeljice. Ona je obradila jednu izuzetno emocionalno zahtjevnu i tešku temu. Mi smo izašli osnaženi upravo kroz uvid u iskustvo jednog roditelja, mogli smo prepoznati njena emocionalna stanja te osjetiti snagu rješenja i strategija koje nam je ponudila, a koji su proizašli upravo iz neposrednoga iskustva.

Jako je lijepo vidjeti mamu koja je bila na mjestu gdje smo mi sada, a koja je uspjela nadići tjeskobu i strah i dezorientiranost, vratiti se na posao, izvrsno ga raditi, te nastaviti s normalnim životom, biti vesela, optimistična i sposobna pomoći drugima. I sretna. Meni osobno je Ana-Marija jako puno pomogla i savjetima i primjerom.

Mislim da bi program profitirao od sudjelovanja roditelja u svojstvu jednog od facilitatora, svoditelja u pojedinim radionicama uz uvjet da je educiran (za osnove komunikacije, grupnu dinamiku te sadržaj i procese radionica), što bi bilo važno zbog osjetljive teme i polaznika programa koji su emocionalno osjetljivi, a ishodi programa izuzetno važni.

Natalija Andračović Kostanjevac, Leonova mama



Ponosni penjači

Kada saznamo da ćemo postati roditelj, osjećamo da će svaki segment našeg života biti promijenjen. Svakako, očekivanja koja imamo uvijek idu (i tako i trebaju ići) u pozitivnom smjeru. Očekujemo da će porod biti lagan, da će naša beba dobro jesti i odmah početi spavati, da ćemo stizati brinuti se o drugoj djeci, nastaviti karijeru, imati svoje slobodno vrijeme i sl. Često se to ne događa tako lako, ali većina nas preživi ta mala razočarenja jer uistinu, roditeljstvo može biti usuglašeno sa svim navedenim, ali potrebno je *vrijeme* za naučiti kako sve želje i mogućnosti posložiti na iste tračnice.

U trenutku saznanja da postajemo roditelji djeteta koje je u riziku za nastanak teškoća ili već ima utvrđene teškoće, sva očekivanja iz uvida tonu do najdubljih razina i često se čini da nema izlaska na površinu. Izlaska ipak ima! Ali *vremensko razdoblje dok se sve ne posloži iz uvida* se udvostručuje, utrostručuje, učetverostručuje...ako hoćete, ponekad i ustrostručuje.

Za to vrijeme mi atipični roditelji tragamo za korisnim terapijama, točnim dijagnozama, odlazimo „do kraja interneta i nazad“ ne bi li saznali da je negdje na svijetu postojalo dijete baš identično našem koje „se izvuklo“, plačemo, bjesnimo, očajavamo i trošimo se do krajnjih granica - fizički i psihički.

A mi tipični stručnjaci, pokušavamo to *početno teško vremensko razdoblje* skratiti i ublažiti, ne bi li se dobra rutina svakodnevice i usuglašavanje s očekivanjima i mogućnostima dogodila brže. Pitanje je što pomaže? Kako se taj vremenski put do dobre faze može skratiti? Pri tome treba imati na umu različitost i originalnost svakog roditelja, ali ono što jača, ohrabruje i usmjerava su: korisne informacije vezane za teškoću, dobri primjeri izlaska iz svakodnevnih izazovnih situacija s atipičnom djecom, informacije koje se odnose na roditeljstvo, neovisno je li više ili manje izazovno. I sve to važno je doživjeti kroz živu riječ, od drugog roditelja koji se nalazi u sličnoj situaciji. Upravo to može se doživjeti na radionicama s roditeljima „Rastimo zajedno Plus“.

Gotovo sve teme radionica su tipične roditeljske. Svakom roditelju bilo bi dobro znati koja su četiri stupa roditeljstva i malo preispitati koji se stup klima ili osvijestiti slušanje kao jednu od najvažnijih vještina u današnjem vremenu buke. Činjenica da mene u vezi mog atipičnog sina, brinu iste roditeljske brige kao i moju susjedu Anu koja ima tipičnu kćer, značila je olakšanje. Jer značilo je da iako različite, mi smo iste - mi smo mame. U odnosu s dragim „suborcima“ na radionicama vrlo je ohrabrujuće čuti primjer kako lakše uspavati

dijete, kako se nositi s okolinom ili kako ispričati djetetu priču tako da ju ono razumije i doživi.

U odnosu sa samom sobom, razvila sam osjećaj ponosa na „Penjačima“. To je skica stabla i penjača. Neki su u podnožju drveta i sjede, neki su zagrljeni, neki su vrlo visoko i gledaju prema dolje, neki su postrani, neki mašu, neki padaju.... Zadatak je bio označiti koji penjač smo bili u trenutku saznanja djetetove teškoće i gdje smo sada. Vrlo lako sam izabrala svoje penjače. U trenutku saznanja da je moj sin teško bolestan, odmah po porodu, „držala sam se čvrsto za deblo“ i osjećala sam ako samo malo popustim sve će se raspasti. Tada je trebalo biti vrlo jak. A sada, sada sam već opuštenija, „sjedim na grani i jednom rukom mašem“. Jer to vrijeme s početka ovog priloga je prošlo. Preživjeli smo ga moj suprug i ja (zato sam zaokružila i penjače koji se grle) i znamo da će teški trenuci opet doći, ali znamo kako ih skratiti i kako kroz njih proći što bezbolnije. Baš na ovim radionicama, sa ovim penjačima toga sam postala svjesna i zato sam ponosna na našu obitelj.

Ana-Marija Bohaček, Jakovova mama i edukacijski rehabilitator





4. EVALUACIJA UČINAKA PROGRAMA „RASTIMO ZAJEDNO PLUS“

Ninoslava Pećnik

Uvod

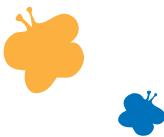
Evaluacija učinkovitosti programa u postizanju njegovih ciljeva jedan je od kriterija za vrednovanje kvalitete programa podrške roditeljstvu (Oates, 2010.) i odražava sve izraženiji zahtjev da psihosocijalne intervencije budu utemeljene na dokazima o djelotvornosti. U razvoju programa „Rastimo zajedno Plus“ nastojali smo udovoljiti visokim standardima kvalitete programa za podrušku roditeljima koje, među ostalim, naglašavaju Preporuka (2006.) 19 Vijeća Europe o politici podrške pozitivnog roditeljstva i smjernice za razvoj preventivnih i tretmanskih intervencija za zaštitu djece od nasilja (Ajduković i Marohnić, 2011.).

Evaluacija učinaka probne provedbe programa „Rastimo zajedno Plus“ planirana je kako bi se provjerilo ostvaruje li program proklamiranu svrhu, odnosno omogućuje li razmjenu informacija, znanja, vještina i podrške koji roditeljima djece rane dobi s razvojnim teškoćama koriste u ispunjavanju njihovih roditeljskih odgovornosti te promiču razvoj kompetentnosti i roditelja i djeteta.

Za ostvarenje ove svrhe stvorene su dvije verzije programa – kraća koja se sastojala od šest te duža koja se sastojala od jedanaest radionica. Razlog izrade kraće verzije programa bio je taj što se pretpostavilo da će se roditelji spremnije uključivati u program koji zahtijeva manju količinu njihova vremenskog angažmana. Po ciljevima i aktivnostima pojedinih radionica, ove su dvije verzije bile prilično slične, osim što je iz kraće verzije programa bila izostavljena gotovo polovina sadržaja koja je bila obuhvaćena dužom verzijom.

Ključna pitanja na koja smo tražili odgovor u evaluacijskom istraživanju bila su utječe li (i kako) sudjelovanje u programu na doživljaj roditeljstva, roditeljske potrebe za podrškom, određena roditeljska ponašanja te na ostvarivanje poželjnih promjena kod roditelja i djeteta.

Evaluacija učinka programa učinjena je po modelu „prije-poslije intervencije“ uz skupinu koja nije sudjelovala u programu te je korišten *kvazi eksperimentalni dvokratni nacrt s neujednačenom netretiranom skupinom* (Milas, 2000.). Podaci su prikupljeni opsežnim upitnikom koji je uključivao cjelovite ili prilagođene mjere: roditeljskog stresa (subskale: Nedostatak podrške, Nekompetencija i Ograničenja roditeljske uloge; Profaca i Arambašić, 2004.), roditeljskog morala (Trute & Hiebert-Murphy, 2005.), obiteljskih potreba (subskale:



potreba za informacijama, potreba za osobnom podrškom te potreba za podrškom u komunikaciji s bližom i daljom okolinom; prilagođeno prema Bailey i Simeonsson, 1988.), interakcije s djetetom rane dobi (Pećnik i Starc, 2010.) te mjere poželjnih i ostvarenih promjena u bliskim odnosima razvijene za potrebe ovog istraživanja.

Provjera učinkovitosti i primjerenosti novog programa „Rastimo zajedno Plus“ održala se u proljeće 2013. kroz suradnju stručnjaka koji su se odazvali sudjelovanju u projektu razvoja programa (u ulozi voditelja radionica ili koordinatora skupine za usporedbu) i roditelja (sudionika radionica odnosno skupine za usporedbu). Kraća verzija programa provedena je u pet grupa roditelja u dječjim vrtićima „Radost“ u Crikvenici i „Cekin“ u Slavonskom Brodu, Centru za rehabilitaciju Edukacijsko-rehabilitacijskog fakulteta te u „Malom domu“ u Zagrebu. Skupinu za usporedbu sačinjavali su roditelji iz dječjih vrtića u Zagrebu, Rijeci, Opatiji, Šibeniku, Zadru, Osijeku i Slavonskom Brodu.

Duža verzija programa provedena je s ukupno osam grupa roditelja u dječjem vrtiću „Vrbik“ u Zagrebu, Udruzi gluhih i nagluhih u Rijeci te obiteljskim centrima Bjelovarsko-bilogorske, Dubrovačko-neretvanske, Istarske, Primorsko-goranske, Šibensko-kninske i Vukovarsko-srijemske županije. Skupinu roditelja za usporedbu sačinjavali su roditelji iz dječjeg vrtića za djecu s teškoćama u razvoju „Latica“ u Zadru, dječjih vrtića „Duga“ i „Vladimir Nazor“ u Zagrebu te dječjih vrtića u Rijeci, Opatiji, Šibeniku i Osijeku.

Budući da smo očekivali kako će redovitost dolazaka na radionice utjecati na učinkovitost cijelokupnog programa, u evaluacijsko istraživanje uključeni su roditelji koji su sudjelovali u više od 80 % radionica koje sačinjavaju program. To je bio slučaj za 75 % roditelja sudionika kraćeg i 58 % roditelja sudionika dužeg programa. Uz njih, u evaluacijsko istraživanje uključeni su i roditelji koji su sudjelovali u dvije trećine programa (18 % roditelja iz kraće te 33 % roditelja iz duže verzije programa).

U evaluacijsko su istraživanje, uz roditelje koji su sudjelovali u programu, uključeni i roditelji koji nisu sudjelovali u programu. U analizu su, u svojstvu skupine za usporedbu, uzeti samo oni od njih koji su naveli da bi sigurno ($N = 24$) ili vjerojatno ($N = 35$) sudjelovali u besplatnim radionicama za roditelje djece s razvojnim teškoćama te roditelji koji su na ovo pitanje odgovorili da ne znaju bi li sudjelovali² ($N = 8$).

Evaluacija učinaka kraće verzije programa pokazala je da se njome ne postiže većina očekivanih promjena (Pećnik i Ljubešić, neobjavljen rukopis) te je za daljnju primjenu odabrana samo duža verzija programa, čiji se rezultati ovdje prikazuju.

2 Naveli su da bi to ovisilo o mogućnosti čuvanja djeteta, terminu radionice ili specifikaciji programa.

Postupak prikupljanja podataka i sudionici evaluacijskog istraživanja

Upitnike su roditelji sudionici programa ispunjavali anonimno, neposredno prije početka prve radionice te nakon završene jedanaeste radionice, uz šifru koja je omogućila naknadno uparivanje upitnika ispunjenih u dvije vremenske točke. Roditelji iz skupine za usporedbu upitnike su ispunjavali u istom vremenskom razdoblju kad i sudionici programa. Analiza podataka prikupljenih od roditelja sudionika programa i skupine za usporedbu provedena je korištenjem odgovarajućih statističkih postupaka koji su omogućili provjeru postojanja razlika u rezultatima roditelja sudionika programa i roditelja iz skupine za usporedbu u dvije vremenske točke. Postupci i brojčani rezultati analiza dostupni su drugdje (Pećnik i Ljubešić, neobjavljen rukopis). Ovdje se prikazuju glavni nalazi za pojedina područja roditeljskog ponašanja i doživljavanja.

Evaluacija se temelji na uzorku sudionika programa koji su sačinjavale uglavnom majke (90 %) srednjoškolskog (63 %) i fakultetskog (24 %) obrazovanja, prosječne dobi od 36,6 godina, u dvorediteljskim obiteljima s dvoje djece. Prosječna dob djeteta s razvojnim teškoćama bila je nešto više od pet godina. U vrtić ih je išlo 40 %, jednako koliko djece s teškoćama nije bilo uključeno u vrtić, dok za 20 % djece nisu bili poznati podaci. Polovini roditelja djetetova razvojna teškoća bila je potvrđena prije više od dvije godine, dok je četvrtini od potvrde dijagnoze prošlo između dvije godine i šest mjeseci, a četvrtini manje od šest mjeseci. Kod djece roditelja koji su sudjelovali u programu najzastupljenije teškoće bile su genetski sindromi (28 %), oštećenja govorno-glasovne komunikacije (25 %), motoričke teškoće (25 %), oštećenje sluha (18 %), hiperaktivnost (15 %), oštećenje drugih organa i organskih sustava (15 %), intelektualne teškoće / mentalna retardacija (13 %), oštećenje vida (13 %), poremećaj iz autističnog spektra (12 %), višestruka oštećenja (12 %) te druge teškoće.

Usporedba obilježja roditelja sudionika programa ($N = 67$) i roditelja iz skupine za usporedbu ($N = 60$) pokazala je da se ove dvije skupine roditelja ne razlikuju po sociodemografskim obilježjima, ali da postoje određene razlike u vrsti razvojnih teškoća koje su imala njihova djeca. U tretmanskoj grupi, u odnosu na skupinu roditelja za usporedbu, bilo je više roditelja čija su djeca imala neki genetski sindrom, oštećenje sluha i oštećenje nekog drugog organa ili organskog sustava, a manje roditelja djece s oštećenjima govorno-glasovne komunikacije i poremećajima iz autističnog spektra. Također, manje djece roditelja iz tretmanske skupine bilo je uključeno u vrtić.

Rezultati usporedbi sudionika i nesudionika u razdoblju prije i nakon programa

Prva skupina pokazatelja uspješnosti programa odnosila se na **doživljaj roditeljstva** djetetu s teškoćama u razvoju.

Indeks roditeljskog morala (Trute & Hiebert-Murphy, 2005.) mjeri učestalost emocija (ili afektivnih stanja) koje roditelji najčešće svakodnevno doživljavaju u svojoj ulozi roditelja djetetu s teškoćama u razvoju. Uključene su i neugodne/teške emocije (npr. ljutnja, zabrinutost, usamljenost, krivnja), kao i afektivna stanja koja predstavljaju psihološki resurs za suočavanje (npr. optimizam, ispunjenost, sreća).

Rezultati usporedbe pokazali su da je *kod roditelja koji su sudjelovali u programu roditeljski moral nakon programa znatno viši nego prije*. Ova promjena nije postojala kod roditelja koji nisu sudjelovali u programu, a koji se također po svojem rezultatu nisu razlikovali od sudionika programa u prvoj točki mjerenja. Stoga je utvrđena razlika interpretirana kao vjerojatna posljedica učinkovitosti programa u jačanju roditeljskog morala, a time i osnaživanju roditeljske psihološke dobrobiti i resursa za suočavanje sa zahtjevima roditeljstva djetetu s razvojnim teškoćama.

U području doživljaja roditeljstva mjerjen je i intenzitet roditeljskog stresa proizašlog iz izvora koji se odnose na nedostatak podrške okoline i osjećaj nekompetencije u ispunjavanju roditeljske uloge te uz ograničenja roditeljske uloge. Pri tome je originalna ljestvica nekompetencije (Profaca i Arambašić, 2004.) sadržajno prilagođena roditeljima djece s teškoćama u razvoju. Usporedbom rezultata roditelja iz tretmanske i skupine za usporedbu međusobno, kao ni prije i poslije programa nisu utvrđene razlike koje bi prelazile razinu statističke značajnosti te je zaključeno da nije dokumentirano smanjenje u intenzitetu roditeljskog stresa vezanog uz ispitivane izvore. Ovaj nalaz nije u skladu s očekivanjima te je uputno provjeriti pokazatelje vezane uz roditeljski stres kroz buduću provedbu programa. Međutim, treba napomenuti da kvalitativni podaci prikupljeni od roditelja po završetku programa ipak ukazuju na doživljaj porasta u roditeljskoj kompetentnosti te smanjenja razine roditeljskog stresa.





Druga skupina pokazatelja uspješnosti programa odnosila se na **potrebe** koje osjećaju roditelji vezano uz roditeljstvo djeteta s razvojnim teškoćama. Od ispitivanih potreba za podrškom značajne razlike prije i poslije sudjelovanja u programu utvrđene su u potrebi za osobnom podrškom u nošenju sa zahtjevima roditeljske uloge i u potrebi za podrškom u komunikaciji s bližom okolinom. Pokazalo se da je kod roditelja koji su sudjelovali u programu potreba za osobnom podrškom u roditeljstvu izraženija po završetku programa u odnosu na početak, naročito u potrebi za većim brojem prijatelja s kojima mogu razgovarati te za više vremena za sebe. Kako ovakve promjene nisu pronađene kod roditelja iz skupine za usporedbu, pripisali smo ih učinkovitosti programa u osvještavanju roditelja o važnosti brige za vlastite osobne resurse i izvore osobne podrške u okolini koji im pomažu u nošenju s roditeljstvom djetetu s teškoćama. Pritom treba napomenuti da je usporedba roditelja sudionika programa s roditeljima iz skupine za usporedbu pokazala da je potreba za osobnom podrškom značajno izraženija kod sudionika programa u odnosu na skupinu za usporedbu. Značajna razlika utvrđena je i u izraženosti potrebe za podrškom u objašnjavanju stanja djeteta s razvojnom teškoćom bliskim osobama. Kod roditelja koji su sudjelovali u programu potreba za podrškom u komunikaciji s bližom okolinom manja je na kraju nego na početku programa što pripisujemo učincima grupnog rada, a naročito razmjeni iskustava među roditeljima te stjecanju novih znanja korisnih za izgradnju odnosa s drugom djecom u obitelji. U izraženosti potrebe za informacijama nije utvrđena značajna razlika prije i poslije programa.

Budući da je krajnja svrha programa djelovati na **učestalost roditeljskih ponašanja** koja doživljavaju djeca s razvojnim teškoćama, važan pokazatelj djelotvornosti programa bili su i podaci o eventualnim promjenama učestalosti kojom su roditelji činili određene razvojno poželjne te razvojno nepoželjne postupke u sedmodnevnom razdoblju koje je prethodilo ispunjavanju upitnika. Sudjelovanje u radionicama pratili su izrazitiji pomaci dobiveni u području nepoželjnih negoli poželjnih roditeljskih ponašanja.

Rezultati su pokazali da *roditelji nakon programa izvještavaju o značajno rjeđem vikanju na dijete te o rjeđem udaranju djeteta s razvojnom teškoćom* po ruci, stražnjici ili čupanju djeteta u odnosu na učestalost ovih postupaka u sedmodnevnom razdoblju prije početka programa. Iste promjene nisu utvrđene kod roditelja koji nisu sudjelovali u programu. Ovi se roditelji po učestalosti navedenih nepoželjnih ponašanja nisu razlikovali od sudionika programa po završetku ciklusa radionica, dok je na početku ciklusa utvrđen trend u razlici u smjeru učestalijeg vikanja roditelja sudionika programa. Stoga su ove promjene pripisane učincima radionica te ih smatramo potvrdom da program pridonosi smanjenju verbalnog i tjelesnog nasilja roditelja prema djeci s razvojnim teškoćama.

Ukupno uzevši, opisane promjene u tome kako se roditelji osjećaju i ponašaju u svojoj ulozi roditelja djeteta s razvojnim teškoćama upućuju na porast „roditeljskog morala“, iskazane potrebe za osobnom podrškom te na smanjenje potrebe za podrškom u objašnjavanju stanja djeteta s razvojnom teškoćom bližoj okolini, kao i na smanjenje učestalosti razvojno nepoželjnih postupaka vikanja i udaranja djeteta s teškoćom nakon sudjelovanja u programu.

Kako do ovakvih promjena nije došlo kod roditelja koji nisu sudjelovali u programu, smatramo da su to vjerojatno učinci programa s obzirom na to da korишtena metodologija evaluacijskog istraživanja ne omogućuje donošenje uzročno-posljedičnih zaključaka. Generalizaciju rezultata ograničava i činjenica da su podaci prikupljeni na dvostruko selekcioniranom uzorku – roditelja koji su se uključili u radionice te koji su u njima redovito sudjelovali do kraja.

Također, očekivane promjene nisu utvrđene na nekim pokazateljima na kojima su, u skladu s ciljevima programa, bile očekivane. Međutim, evaluacija ishoda programa „Rastimo zajedno Plus“ ne temelji se samo na prethodno prikazanim rezultatima dobivenima usporedbom promjena kod roditelja koji su sudjelovali u programu, u odnosu na roditelje koji nisu, nego i na dodatnim podacima prikupljenima samo od sudionika programa. Među njima su i podaci o poželjnim i ostvarenim promjenama uslijed sudjelovanja u programu.

Na pitanje prije prve radionice o tome što žele promijeniti u svojem životu kroz sudjelovanje na radionicama „Rastimo zajedno Plus“, najviše roditelja (45 %) odabralo je odgovor „nešto u svom odnosu s djetetom s razvojnim teškoćama“. Na kraju jedanaeste radionice roditelji su odgovarali na pitanje o tome u kojoj su mjeri ostvarili promjene u pojedinim područjima. Da se njihov odnos s djetetom s razvojnom teškoćom promijenio navela je većina roditelja (37 % „puno“ i 41 % „srednje“), dok ih je tek za 5 % ostao nepromijenjen.

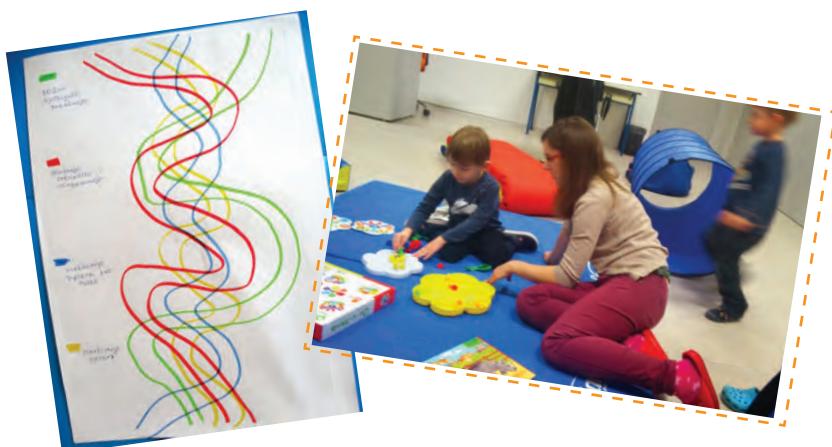


Relativno velik broj roditelja (38 %) naveo je na početku programa da bi kroz sudjelovanje u radionicama htjeli promijeniti kako se osobno osjećaju kao roditelj djeteta s razvojnim teškoćama. Odgovori nakon programa pokazuju sljedeće: *osobni doživljaj roditeljstva djetetu s teškoćama za većinu sudionika radionica promijenio se puno (35 %) ili srednje (36 %), dok se za 21 % promijenio malo, a za 9 % nimalo.*

Ulaskom u program gotovo trećina roditelja željela je, uz pomoć voditeljica i drugih roditelja, promijeniti nešto u ponašanju svojeg djeteta s teškoćom. Prema roditeljskim odgovorima na kraju programa dvostruko ih je više uočilo pozitivne promjene u ponašanju svoje djece. Naime, *kod svakog drugog djeteta s razvojnim teškoćama ponašanje se promijenilo puno (26 %) ili srednje (24 %), a kod 15 % malo.* Promjene u djetetovu ponašanju uključivale su veće zadovoljstvo i veselje, veću samostalnost, veću smirenost i bolju pažnju, više suradnje s roditeljem (češće posluša), više pregovaranja s roditeljem, bolju komunikaciju te bolju samoregulaciju agresije. Konačno, 35 % roditelja odgovorilo je da se ponašanje njihova djeteta s razvojnom teškoćom nije nimalo promijenilo.

Ulazeći u program nešto više od četvrtine roditelja navelo je da kroz radionice žele ostvariti promjene u svojem odnosu s drugim članovima obitelji: s drugim djetetom (28 %) ili partnerom/partnericom (27 %). Na kraju programa većina roditelja primjećuje puno (33 %) ili srednje (35 %) *promjena u svom odnosu s drugim djetetom*, a 45 % uviđa takve *promjene u odnosu s partnerom*.

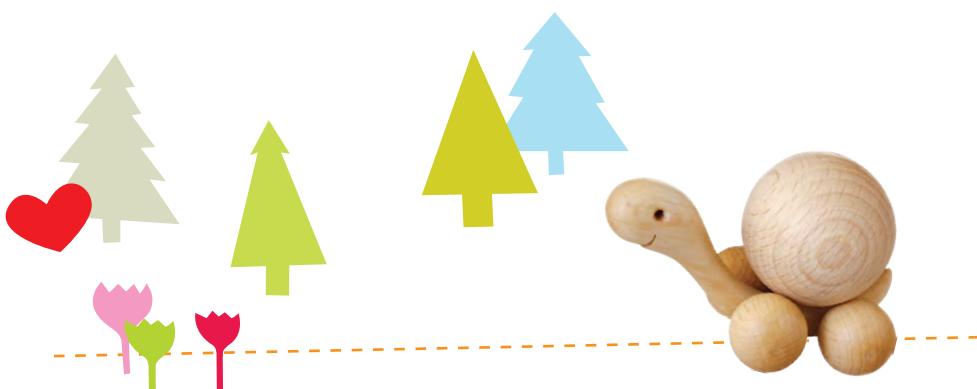
Na kraju, roditelji su mogli dodati žele li pomoći sudjelovanja u programu promijeniti i nešto drugo. Promjene u kategoriji „nešto drugo“ priželjkivalo je na početku programa 17 % sudionika, dok ih je dvostruko više na kraju programa izvjestilo da su se promjene u ovoj kategoriji ostvarile u velikoj ili srednjoj mjeri.



○ **roditeljskim potrebama** saznali smo i iz njihovih odgovora na pitanje: „Na koje/a pitanje/a biste voljeli naći odgovor na radionicama?“ Pitanja koja su naveli grupirali smo u nekoliko tematskih područja: suočavanje s novim izazovima (npr. Kako postići balans između brige o djetetu s posebnim potrebama i *normalnog života?*), usmjerenost na dijete i što bolje odgovaranje na potrebe djeteta (npr. Željela bih kroz razgovor s drugim roditeljima čuti kako oni funkcioniraju i vidjeti mogu li ja još više učiniti za svoje dijete na određenim područjima razvoja.), povećanje osjećaja sigurnosti (smanjenje nesigurnosti) u vlastite odgojne postupke (npr. Željela bih potvrdu o svom ponašanju, što je dobro, što nije.), osnaživanje i razumijevanje djeteta (npr. Kako razvijati samopouzdanje kod djeteta?).



Na kraju programa više od polovine (54 %) roditelja navelo je da su pronašli odgovor na svoje pitanje s početka programa. Daljnjih 43 % izjavilo je da su odgovor pronašli djelomično, dok 3 % roditelja nije na radionicama pronašlo odgovor na svoje pitanje (pitanja). Budući da je iz primjera pitanja vidljivo da je na neka nemoguće odgovoriti kroz radionice, dobivene rezultate smatramo pokazateljem prilične djelotvornosti programa radionica u zadovoljavanju roditeljskih potreba za podrškom – onih koje su oni sami definirali.



Odgovori na pitanja otvorenog tipa nakon sudjelovanja u programu

Evaluacija učinkovitosti programa nadopunjena je i kvalitativnim podacima prikupljenima kroz odgovore na tri pitanja otvorenog tipa u upitniku koji su roditelji ispunili po završetku programa.

Analiza sadržaja roditeljskih odgovora na poziv da navedu **promjene koje je potaklo sudjelovanje u programu** radionica „Rastimo zajedno Plus“ pokazala je da najviše roditelja (svaki drugi) navode *promjene u području svog odnosa i ponašanja prema djetetu s razvojnim teškoćama* – u smislu većeg bavljenja djetetom, više razumijevanja za njega, većeg uvažavanja njegovih potreba i teškoća, veće strpljivosti i više slušanja djeteta.

- Među promjenama koje je potakao program svaki peti roditelj istaknuo je *promjene u osobnom doživljaju roditeljstva te povećanje uvida i povjerenja u vlastite unutarnje resurse*.
- Svakom osmom roditelju promjenu potaknuta programom predstavljala je *spoznaja o vrijednosti razmjene iskustava i grupne podrške*.
- Sudjelovanje u programu odrazilo se i na odnose s ostalim članovima obitelji. Svaki deseti roditelj u svojem je odgovoru naveo primjer *promjene u odnosu s drugim djetetom i partnerom*.
- Konačno, kao promjenu koju je potaknulo sudjelovanje u programu, nekoliko roditelja istaknulo je *promjenu u traženju ili korištenju okolinskih resursa za vlastito ili djetetovo osnaživanje*.

Roditelji su također iznijeli što smatraju **najkorisnijim osobnim dobitkom** od sudjelovanja na radionicama. Najviše je roditelja (42 %) kao ono najkorisnije što su dobili za sebe istaknuto podršku grupe, mogućnosti razmjene iskustava i stjecanje novih prijatelja.

- Sljedeći dobitak odnosio se na *stjecanje novih znanja i informacija o odnosu prema djetetu*, a istaknuto ga je upola manje roditelja (20 %) nego podršku drugih roditelja koju su navodili kao glavni osobni dobitak.
- Gotovo petini roditelja najveći dobitak od sudjelovanja bili su *osobni rast, prilika za rad na sebi, odnosno vrijeme za sebe*.
- Za osminu roditelja najveću korist od programa predstavljaju *stečena znanja i vještine, odnosno „alati“ za roditeljstvo* (vještine slušanja, postavljanja granica, ja-poruke i druge komunikacijske vještine).

- Također, osmina roditelja kao glavni dobitak od sudjelovanja u radionicama vidi priliku za *promišljanje i osvještavanje vlastitog roditeljstva i životne situacije*.
- Konačno, manji je broj roditelja kao svoj osobni dobitak od programa prepoznao *poboljšano razumijevanje i uvažavanje djeteta kao osobe*.

Kako bismo stekli uvid u moguće učinke programa na razini djetetova iskustva, roditelje smo pitali što smatraju **najkorisnijim djetetovim dobitkom uslijed roditeljeva sudjelovanja u programu**.

Najčešće su spominjani odgovori u prve tri kategorije, od kojih je svaku spomenula gotovo četvrtina roditelja.

- Po mišljenju roditelja, njihovo sudjelovanje u radionicama osiguralo je djetetu *više razumijevanja i uvažavanja* od strane roditelja te približavanje djetetovoj perspektivi.
- Djetetovim najkorisnjim dobitkom od roditeljeva sudjelovanja u programu smatrali su pokazatelje *napretka u djetetovu razvoju i samostalnosti*, dijelom povezano i s druženjem s drugom djecom u okviru popratnih aktivnosti organiziranih za djecu roditelja sudionika programa.

Ovdje su posebno istaknute dobrobiti za djecu koja su dolazila na radionice s roditeljima i imala paralelan „dječji program“ u vrijeme dok je roditelj bio na radionici.

- Uz roditelja koji je osjetljiviji za djetetovu perspektivu, kao najveći djetetov dobitak od programa, roditelji prepoznaju i to da je dobio *osnaženog, zadovoljnijeg i strpljivijeg roditelja*.
- Po mišljenju šestine roditelja djetetova najveća korist od njihova sudjelovanja na radionicama jest to što sad *roditelj primjereno zadovoljava djetetove potrebe (i rješava probleme), uključujući i postavljanje granica*.



- Također, šestina roditelja najvećim dobitkom za dijete smatra to što su dobili *roditelja koji više zna*. Manji broj roditelja kao glavnu djetetovu dobit navodi da, uslijed sudjelovanja u programu, *roditelj s djetetom provodi više vremena u aktivnostima koje su (i) zabavne*.
- Konačno, jedan odgovor odnosio se i na pronalaženje novih izvora podrške za dijete (pronalaženje stručnjaka, učlanjivanje u udrugu Autizam Istra).

Ukupno uzevši, iz prikazanih rezultata analize sadržaja roditeljskih odgovora na pitanja o tome što je program značio za njih i za njihovo dijete s razvojnim teškoćama vidljivo je da se radi o dobicima koji su u skladu s ciljevima koji su se pomoću radionica i željeli postići.

Zaključak

Objedine li se nalazi roditeljskih subjektivnih doživljaja učinaka programa na njih i njihovu djecu s rezultatima analize kvantitativnih pokazatelja promjena u doživljaju roditeljstva (prije svega u porastu roditeljskog morala, ali i uvida u potrebu za osobnom podrškom) te promjena u roditeljskom ponašanju prema djetetu s razvojnom teškoćom (konkretnije smanjenju roditeljskog verbalnog i tjelesnog nasilja), moguće je zaključiti da oni pružaju početnu potvrdu djelotvornosti programa „Rastimo zajedno Plus“ u postizanju ciljeva koji se odnose na osnaživanje roditelja te unapređenje uvjeta za promicanje dobrobiti i razvoja djeteta s teškoćama u razvoju.

Zaključujući rezultate provjera učinkovitosti i primjerenosti novog programa podrške roditeljstvu za roditelje djece s razvojnim teškoćama može se istaknuti da su one pokazale da je program učinkovit u postizanju nekih, ali ne svih postavljenih ciljeva. Konkretnije, izostale su očekivane promjene na mjerama roditeljskog stresa. Daljnje unapređenje programa kao i njegove evaluacije pred nama je.





5. RAZVOJ I ŠIRENJE PROGRAMA

Branka Starc

Najvažniji nositelji daljnog razvoja i širenja programa svakako su kvalitetno educirani voditelji i voditeljice. U okviru svih programa „Rastimo zajedno“ razrađen je plan edukacije za provođenje radionica s roditeljima, praćenja provođenja i održavanja kvalitete programa pa tako i programa „Rastimo zajedno Plus“.

Organizacije (djecji vrtići, obiteljski centri, rehabilitacijski centri, udruge i dr.) koje žele provoditi radionice „Rastimo zajedno“ ili „Rastimo zajedno Plus“ trebaju imati voditeljski tim od dvoje do troje za to educirana stručnjaka.

Edukacija za vođenje radionica podrazumijeva:

- sudjelovanje u edukacijskom seminaru,
- provođenje prvog ciklusa radionica s roditeljima uz supervizijsku podršku te
- sudjelovanje u evaluacijskom seminaru.

Za provođenje programa radionica „Rastimo zajedno Plus“ mogu se educirati stručnjaci pomagačkih struka: psiholozi, defektolozi / edukacijski rehabilitatori, socijalni pedagozi, logopedi, socijalni radnici, pedagozi. Odgojitelji koji imaju duže iskustvo u provođenju radionica „Rastimo zajedno“, koji imaju iskustvo u radu s roditeljima djece s teškoćama i koji su visoko motivirani mogu se također educirati i za program „Rastimo zajedno Plus“.

Na trodnevnom početnom seminaru svaki voditelj dobiva svoj Priručnik za voditelje „Rastimo zajedno Plus“, a na kraju seminara novoeducirane voditeljice potpisuju *Izjavu o zaštiti integriteta Programa* kojom se obvezuju da će Program provoditi u skladu sa smjernicama i vrijednostima istaknutima u Priručniku te da ni ovaj Program ni njegove dijelove neće koristiti u druge svrhe, naročito ne u komercijalne svrhe jer razumiju da je program nastao dobrotvornim prilozima građana UNICEF-u kako bi bio dostupan svim roditeljima i koristio se na opću dobrobit. Također se obvezuju da će u svrhu osiguranja kvalitete Programa sudjelovati u Mreži sustručnjačke podrške u provedbi Programa.

Edukaciju provode autorice Programa i imenovane regionalne voditeljice. Poželjno je da su polaznici seminara već educirani za osnovni program „Rastimo zajedno“ i da su po mogućnosti proveli barem jedan ciklus tog Programa (barem jedan član tima). Za stručnjake koji se uključuju u edukaciju bez prethodnog poznavanja programa „Rastimo zajedno“ važno je da imaju znanje i iskustvo grupnog rada ili savjetodavnog rada s roditeljima djece s teškoćama u razvoju (vidi poglavlje 2.3.).

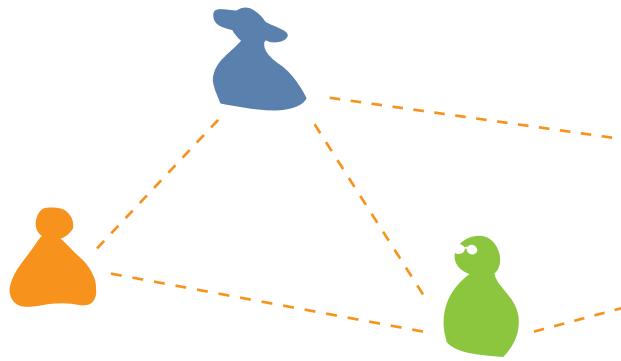
Kao dio edukacije za svaku novu grupu voditeljica sredinom prvog ciklusa provođenja Programa radionica organizira se supervizijski susret s autoricama Programa i/ili regionalnim voditeljicama, a na kraju prvog održanog ciklusa radionica evaluacijski seminar. Dodatna podrška novim voditeljicama pruža se putem umreženog izvješćivanja elektroničkom poštom, tj. međusobnog dostavljanja i čitanja izvješća (prema utvrđenom obrascu) sa svake pojedine radionice. Na taj način sve voditeljice i regionalne voditeljice tijekom prvog ciklusa imaju priliku dobiti i dati povratnu informaciju o provedenoj radionici. Ovi oblici podrške pokazali su se važnima kako radi otklanjanja početnih nesigurnosti tako i radi dobivanja dodatnih objašnjenja i uputa te povratnih informacija i razmjene iskustava u vezi s provođenjem Programa.

Nakon provedenog prvog ciklusa radionica s roditeljima voditeljice na evaluacijskom seminaru dobivaju povratnu informaciju o učincima radionica koje su provele u obliku kvantitativne i kvalitativne analize primjenjenih mjernih instrumenata (upitnici za roditelje i upitnici za voditelje). Tek nakon ovog seminara voditeljice postaju potvrđene voditeljice.

U cilju osiguravanja trajnosti učinaka Programa kako u odnosu na roditelje tako i na voditeljice i njihovu daljnju edukaciju, osmišljene su aktivnosti u dva pravca: nastavljanje programa u Klubu roditelja „Rastimo zajedno Plus“ te obvezno uključivanje voditeljica u Mrežu voditeljica „Rastimo zajedno“.

Također, za osiguranje kvalitete potrebno je sustavno i kontinuirano evaluirati ishode i proces provođenja Programa kao što smo to činili tijekom njegove pokušne primjene. Evaluaciju svih programa „Rastimo zajedno“ provodi *Centar za podršku roditeljstvu „Rastimo zajedno“*.





5.1

Osiguranje kvalitete Programa i kontinuiteta podrške voditeljima: Mreža voditeljica „Rastimo zajedno“

Organizacija koja pruža kontinuiranu stručnu podršku voditeljicama i nakon završenog prvog ciklusa radionica jest *Centar za podršku roditeljstvu „Rastimo zajedno“* u suradnji s nadležnim institucijama u cilju osiguranja kvalitete te unapređenja održivosti i dostupnosti programa „Rastimo zajedno Plus“ što većem broju roditelja djece s teškoćama u razvoju.

Mreža voditeljica „Rastimo zajedno“, koju čine svi stručnjaci uključeni u sve programe radionica s roditeljima „Rastimo zajedno“ (autorice Programa, regionalne voditeljice i voditeljice radionica), kao oblik sustručničke podrške i daljnje edukacije voditeljica osnovana je još 2010. godine na 1. konferenciji voditeljica „Rastimo zajedno“. Smatramo je neizostavnim jamstvom održavanja kvalitete svih programa. U toj mreži vitalnu kariku između autorica programa i voditeljica radionica čine regionalne voditeljice.

Zadaća regionalnih voditeljica jest uključivanje novih voditeljica u edukaciju i sustručničku podršku u provođenju programa. Ovaj oblik supervizije/intervizije može biti grupni/ regionalni i za pojedini voditeljski tim. Bilo bi poželjno da se supervizija provodi redovito što i same voditeljice ističu kao važno i potrebno. Na sustručničkoj regionalnoj interviziji sastaju se voditeljice iz nekoliko „susjednih“ timova (ili timova organiziranih od istog organizatora) radi razmjene iskustava, uzajamne podrške i traženja odgovora na pitanja koja se pojavljuju tijekom rada s roditeljima.

Kako su sustručničku pomoć putem elektroničke umreženosti i razmjenu izvješća voditeljice ocijenile vrlo korisnom, smatramo da nastavak ovakvog izvješćivanja i u kasnijim ciklusima može biti od uzajamne koristi. Naravno, oblik ove razmjene razvija se u skladu s potrebama voditeljica koje u određenom periodu provode Program. Na kraju svakog ciklusa voditelji šalju konačno izvješće *Centru za podršku roditeljstvu „Rastimo zajedno“*.

Jedanput godišnje organizira se susret svih voditeljica, konferencija „Rastimo zajedno“, na kojem se uz evaluaciju provođenja Programa provodi i daljnja edukacija voditeljica te intervizijski susreti.

Smatramo da su Mreža voditeljica „Rastimo zajedno“ i Centar za podršku roditeljstvu „Rastimo zajedno“ dobar odgovor na potrebu voditeljica da se potvrde kao kompetentne stručnjakinje, da se dalje educiraju i proširuju iskustva osobnog i timskog rasta. Da rastu zajedno kako profesionalno tako i osobno.





5.2

Osiguravanje kontinuiteta podrške roditeljima: Klub roditelja „Rastimo zajedno Plus“

Za roditelje koji su pohađali radionice mogu se kao nastavak organizirati susreti u Klubu roditelja „Rastimo zajedno Plus“. Time poručujemo roditeljima da ih ne ostavljamo same nakon završenog Programa, sad kada su počeli mijenjati odnos i postupke prema svojoj djeci, obitelji...

Iz roditeljskih iskaza vidi se da su vrlo zadovoljni radionicama, da su ispunili svoja očekivanja, ali da im je ipak nedostajalo još vremena za rasprave i rješavanje vlastitih problema u odgoju djece i nošenju s problemima koje nosi roditeljstvo djeteta s teškoćama u razvoju te da smatraju kako bi radionice trebale trajati duže ili pak imati neki nastavak nakon završetka Programa. Također, bilo im je važno druženje i ono što mogu podijeliti s drugim roditeljima, a za što imaju priliku upravo na susretima u programu „Rastimo zajedno Plus“. Žele još.

Što kažu roditelji?

”

- Zahvaljujem voditeljicama na opuštenosti i stručnosti kojom su učinile da i mi dalje radimo na sebi.
- Radionica je bila odlična i nadam se ponovnom susretu.
- Žao mi je što je to zadnja radionica. Baš sam se navikla na ovo druženje.
- Sretna sam što sam upoznala nove ljude i nadam se da ćemo ostati u nekom kontaktu. Hvala!
- Da se ponovi radionica!
- Bilo bi lijepo pohađati još koju radionicu.

Teme susreta Kluba roditelja „Rastimo zajedno Plus“ voditeljice biraju i dogovaraju se o njima s roditeljima. Dobro je da to bude unaprijed, kako bi se voditeljice mogle dodatno pripremiti, a roditelji bili motivirani za dolazak. To mogu biti aktivnosti u kojima se ponavljaju ili produbljuju teme iz Programa koje se roditeljima čine važnima ili daljnje rasprave o onome o čemu nije bilo dovoljno govora tijekom radionica, što im je na srcu i dr. Nekad je dovoljno da budu zajedno. Zajedničkih tema imaju pregršt.

Što kažu voditeljice jednog rehabilitacijskog centra?

Naši roditelji imaju potrebu družiti se, pružati podršku jedni drugima, izmjenjivati iskustva, korisne informacije o pravima, uslugama u zajednici, načinima komunikacije s djetetom, njegovim terapeutima, liječnicima i sl. Klub „Rastimo zajedno Plus“ vide kao jedan od načina da to ostvare u okviru našeg Centra. Imaju ideje što bi se radilo na Klubu i predlažu da se povremeno pozovu gosti koji bi održali određeno predavanje (kod nas npr. gost terapeut logoped, radni terapeut i sl.)

Sastanci se mogu održavati dvomjesečno, tromjesečno, polugodišnje – prema interesu roditelja. Ponekad prvotno oduševljenje splasne pa je potrebno roditelje motivirati temama koje su im važne i interesantne i pozivati ih preko mailing liste, Facebook grupe, telefonom i osobnim kontaktom.

Nakon svakog novog ciklusa roditelji se uključuju u Klub. Neki roditelji s vremenom će odustati, neki neće dolaziti svaki put, novi roditelji će se pridružiti. Klub vidimo kao otvorenu grupu koja ima svoja pravila u smislu diskrecije, ali postoji mogućnost da se pridruže novi roditelji koji završe Program.

Nekoliko grupa već je nastavilo susrete u Klubu. Prva su iskustva pozitivna i rađaju se nove ideje. Potreba za nastavkom i podrškom očituje se u nekim grupama na način da se roditelji sastaju spontano izvan organiziranih susreta.

U jednom obiteljskom centru održana su nakon završenog ciklusa tri susreta Kluba:

1. Očekivanja od Kluba i voditelja, dogовори о уčestalости, osvrti na radionice i događanja nakon...
2. Ponavljanje usvojenih pojmove kroz Kviz pantomima (aktivnost iz 11. radionice)
3. Fokus grupa očekivanje i dobivanje iz zajednice...



5.3

Širenje dostupnosti Programa roditeljima u zajednici

Budući da je krajnja svrha ovog Programa unapređivati dobrobit djeteta s teškoćama u razvoju i olakšati razvoj njegovih potencijala pružajući podršku roditeljima, jedan je od ciljeva povećati dostupnost Programa što većem broju roditelja djece s teškoćama u razvoju: **približiti roditelje radionicama i približiti radionice roditeljima.**

Pokusna primjena radionica s roditeljima „Rastimo zajedno Plus“ provedena je u dječjim vrtićima, rehabilitacijskim i obiteljskim centrima te udrugama s roditeljima djece s teškoćama u razvoju. Program mogu provoditi i drugi organizatori pod već ranije navedenim uvjetom da ga provode stručnjaci educirani za ovaj Program i koji su uključeni u Mrežu voditelja „Rastimo zajedno“.

Za popularizaciju Programa u javnosti i promicanje vrijednosti, znanja i vještina kod svih koji se brinu o djeci i odgajaju ih danas je moguće koristiti razne medijske oblike kao što su članci, intervjuji, informiranje o početku/završetku ciklusa radionica u medijima, na internetskim stranicama organizatora, na društvenim mrežama, u udrugama roditelja djece s teškoćama, na stranicama Centra za podršku roditeljstvu „Rastimo zajedno“.

Stručnu javnost važno je informirati o vrijednosti i učinkovitosti Programa putem sudjelovanja na stručnim i znanstvenim skupovima, Konferenciji voditelja „Rastimo zajedno“, tribinama i slično.

Potvrda osnovanosti i šire potrebe za Programom jesu i izkazi roditelja koji su prošli Program, dali mu visoke ocjene, i dodatno rekli:

- *Misljam da bi radionice ovakvog tipa trebalo češće organizirati.*
- *Iskustvo koje bih preporučila i voljela ponoviti.*
- *Radionice su prilika za rast u ulozi roditelja, za razmjenu iskustva, za potporu od drugih roditelja, za ugodno i korisno druženje.*
- *Sva moja očekivanja su ispunjena i više od toga!!!*
- *Hvala na radionici. Ovakve radionice su vrlo važne i od velike koristi za roditelje djece s teškoćama u razvoju.*
- *Napokon nešto za nas, ovo smo trebali!*



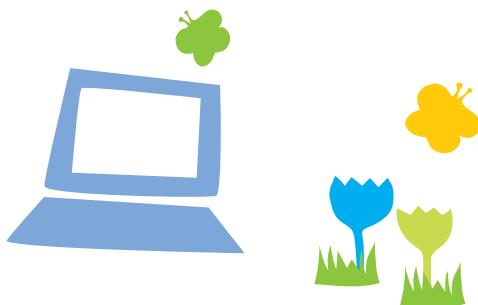
Pri razvijanju i širenju Programa važno je da on bude dostupan i zanimljiv za uključivanje svim roditeljima djece s teškoćama u razvoju, bez obzira na razinu obrazovanja, kako za majke tako i za očeve i bez obzira na vrstu i stupanj djetetove teškoće. Stoga bi trebalo uložiti dodatan trud, kako bi se potaknulo i ohrabrilo što širi krug roditelja na sudjelovanje u radionicama.

Program radionica s roditeljima „Rastimo zajedno Plus“ pokazao se primjenjivim, učinkovitim i dobro prihvaćenim od roditelja i voditeljica te ga treba i dalje razvijati i širiti, tj. činiti ga dostupnim što većem broju roditelja i tako pridonijeti dobrobiti što većeg broja djece s teškoćama.

5.4 **Smjernice za komunikaciju s medijima**

I na kraju, nekoliko konkretnih informacija o suradnji s medijima.

Uz pomoć medija moguće je komunicirati s cijelom lokalnom zajednicom i predstaviti program radionica s roditeljima „Rastimo zajedno Plus“ široj javnosti. Potrebno je zamoliti predstavnika lokalnih novina, TV kuća i radiopostaja da kontinuirano prate organiziranje i provođenje Programa. To može biti dobar poticaj za cijelu zajednicu da promiče odgovorno roditeljstvo i brigu za djecu s teškoćama u razvoju.





Prijedlog objave informacije lokalnim medijima

(Memorandum organizatora)

OBJAVA ZA MEDIJE

Kratak naslov koji prenosi glavnu ideju

(dužine pet ili šest riječi, preporučljivo da uvijek sadržava glagol)

Grad, dan/mjesec/godina

Najvažnija informacija (obavezno tko i što – zatim najvažniji dijelovi: od kada, gdje, zašto i kako) dobro je da bude napisana u prvom odlomku i da se sastoji od samo nekoliko rečenica. U tom odlomku treba što učinkovitije privući pažnju novinara i pružiti im relevantne informacije.

Drugi ulomak može se započeti informacijom o tome zašto je roditeljstvo djetetu s teškoćama tako važno i po mnogočemu drukčije.

Nakon toga može slijediti nekoliko odlomaka u kojima se detaljnije opisuju aktivnosti vezane za održavanje programa radionica s roditeljima „Rastimo zajedno Plus“. Takva objava ne bi trebala biti dulja od jedne stranice.

Primjeri naslova:

- Novo: Radionice s roditeljima djece s teškoćama u Centru za rehabilitaciju „Sunce“
- Roditelji djece s teškoćama razmjenjuju iskustva u Udrudi „Svijet“
- Novi program za roditelje djece s teškoćama u našem Obiteljskom centru
- Dječji vrtić „Radost“ poziva roditelje djece s teškoćama na radionice „Rastimo zajedno Plus“



Primjer jedne obavijesti:

Roditelji djece s teškoćama razmjenjuju iskustva u Udrizi Svet

Zadar, 10. rujna 2014.

Udruga roditelja djece s teškoćama u razvoju „Svet“ od 10. listopada ove godine organizira radionice za roditelje „Rastimo zajedno Plus“ koje su nastale pod okriljem Ureda UNICEF-a za Hrvatsku kao podrška roditeljima predškolske djece s teškoćama u razvoju. Roditelji će na radionicama kroz razmjenu iskustva s drugim roditeljima i stručnjacima tražiti odgovore na pitanja o odgoju djece, rješavanju problema i svakodnevnim situacijama.

Zašto se naše radionice zovu „Rastimo zajedno Plus“? Roditelj djeteta s teškoćama u razvoju u svojem roditeljstvu ima mnoštvo „dodataka“ - proživljava više strepnje i stresa, više izazova i pobjeda te mu treba više informacija, više razumijevanja, više stručnog rada i više brige društva. Sve te „dodatake“ nazvali smo „plus“. Stoga su ove radionice namijenjene osnaživanju roditelja da bi njihov dodatak roditeljstvu koje žive imao pozitivan predznak.

Udruga „Svet“ okuplja roditelje na raznovrsnim programima, a radionice „Rastimo zajedno Plus“ provode naši stručnjaci već dvije godine. Program radionica traje 11 tjedana i za roditelje je besplatan. Dosad je u radionicama sudjelovalo 56 zadovoljnih roditelja.

Pozivamo zainteresirane roditelje da se informiraju i prijave na radionice putem telefona na broj xxx ili e-poštom na adresu xxx. Opširnije informacije mogu se pronaći i na našoj mrežnoj stranici www.udragasvet.net.

Za više informacija, molimo kontaktirajte:
Ime, radno mjesto (Ana Anić, psiholog)
Organizacija (Udruga Svet)
Telefon i/ili e-pošta

potpis



Nakon ovakve pisane obavijesti novinari mogu tražiti dodatne informacije i mogućnost razgovora s voditeljicama i roditeljima te snimanje radionica, za što obvezno treba prethodno tražiti dopuštenje svih sudionika/sudionica.

Po završetku Programa dobro je obavijestiti novinare o tome koliko je roditelja pohađalo radionice i citirati njihove izjave o tome koliko su im radionice pomogle u životu s njihovom djecom i u nošenju s teškoćama roditeljstva.



6. STRUČNI TEKSTOVI KOJI PRATE PROVEDBU PROGRAMA

Program radionica „Rastimo zajedno Plus“ prati niz stručnih tekstova namijenjenih roditeljima koje mogu proučiti kod kuće što im omogućuje vraćanje pojedinim temama po vlastitoj potrebi.

U okviru programa „Rastimo zajedno Plus“, osim priloga objavljenih u knjizi *Roditeljstvo u najboljem interesu djeteta i podrška roditeljima najmlađe djece* (Pećnik i Starc, 2010.), pojavljuju se novi ili prošireni stručni tekstovi.

- Četiri stupa roditeljstva u najboljem interesu djeteta
- Roditeljstvo traži stalnu prilagodbu
- Moguće strategije prilagodbe
- Zamke roditeljstva
- Tri vrste roditeljske odgovornosti
- Obiteljski odnosi
- Česta roditeljska pitanja
- Deset savjeta za podršku roditeljima djece s teškoćama u razvoju
- Razvoj i potrebe najmlađe djece
- Temeljne psihološke potrebe – kako ih zadovoljiti kod djeteta s teškoćama u razvoju
- Igra – kratki savjeti roditeljima



Četiri stupna roditeljstva

U NAJBOLJEM INTERESU DJETETA

1. PRVI STUP

Brižno, njegujuće ponašanje

- odgovara na djetetovu potrebu za ljubavi, emocionalnom toplinom, sigurnošću, pripadanjem, povezanošću, prihvaćanjem. Dijete treba brižno ponašanje roditelja kao sigurnu bazu iz koje može istraživati svijet i u koju se može vratiti kada osjeti umor, strah, tugu ili neko drugo neugodno stanje ili emociju.
- To od roditelja traži osjetljivost na poruke djeteta i primjерено odgovaranje na njih, pokazivanje topline i ljubavi, pružanje utjehe i zaštite, prihvaćanje djeteta i davanje podrške. Roditelj može djetetu pokazivati naklonost i radost, utješiti ga kada je tužno ili potreseno, razgovarati s njim o onome što ga brine, održavati pozitivno emocionalno okruženje u domu te djetetu pružiti sigurnost.
- Dosljedno pružanje emocionalne topline i dosljedno odgovaranje na potrebe djeteta temelj je za razvoj sigurne, stabilne i emocionalno tople veze s roditeljem. Takva veza osigurava da su djetetove emocionalne potrebe zadovoljene i da se dijete osjeća vrijednim i prihvaćenim.

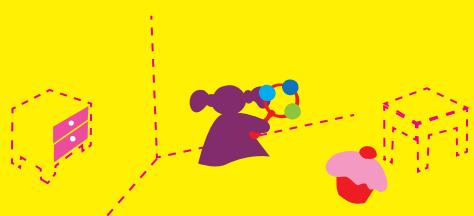


2.

DRUGI STUP

Struktura i vođenje

- odgovaraju na djetetovu potrebu za sigurnošću, predvidivošću i kompetentnošću.
- Struktura se odnosi na prostor, vrijeme i usmjeravanje djetetovog ponašanja.
- Strukturirani prostor je siguran prostor u kojem je dijete zaštićeno od opasnosti koje ga mogu ugrožavati kako u vlastitom domu tako i izvan njega. Osim toga, malom djetetu važno je da se raspored u poznatom prostoru ne mijenja.
- Strukturirano vrijeme i aktivnosti podrazumijevaju uredan (ali ne krut) svakodnevni raspored s redovitim vremenom i obrascima obiteljskih aktivnosti. Rutina i predvidivost malom djetetu pružaju osjećaj sigurnosti. Istodobno, važna je i fleksibilnost koja omogućuje da se rutina prilagodi trenutačnim potrebama djeteta (npr. ne budimo dijete da bi pojelo užinu). Fleksibilnost u strukturiranju vremena također omogućuju sve više dogovaranja s djetetom što je ono starije i zrelijе.
- Strukturu čine i granice prihvatljivog i neprihvatljivog ponašanja te drugi načini vođenja i usmjeravanja djeteta, kao što su izražavanje očekivanja ili objašnjavanje zahtjeva. To djetetu omogućava da nauči samo upravljati svojim ponašanjem. Roditelj je djetetu uzor prikladnog ponašanja i izražavanja emocija te odnosa prema drugim osobama. Od njega dijete uči i razvija vlastite moralne vrijednosti, rješavanje sukoba i prosocijalna ponašanja. Kako bi se to postiglo, roditelj pomaže djetetu da razumiye što je, a što nije prihvatljivo te postavlja razumne i primjerene granice i očekivanja. Pritom je važno uzimati u obzir djetetovo mišljenje te ga usmjeravati na pozitivan način, uz postavljanje jasnih granica, pružanjem smislenih objašnjenja, bez tjelesnog i psihičkog pritiska/kažnjavanja.



3. TREĆI STUP

Uvažavanje ili priznavanje djeteta kao osobe

- odgovara na potrebu i pravo djeteta da ga se vidi, čuje i poštuje kao osobu – s vlastitim shvaćanjima, idejama, planovima, preferencijama i ljudskim dostojanstvom.
- Za razvoj djetetove samosvijesti potrebno je da roditelj primijeti, prepozna i, na neki način, potvrdi djetetov osobni doživljaj sebe i/ili svijeta (npr. „Vidim da voliš čeprkati štapićem po blatu.“; „Tužan si jer se izgubila igračka.“, „Brine te kad će doći tata.“).
- To podrazumijeva posvećivanje vremena i pažnje te pokazivanje zanimanja za svakodnevne aktivnosti i iskustva djeteta (npr. što dijete voli i ne voli raditi, kako se osjeća, što ga brine, plaši, veseli ili oduševljava). Sve to ponajprije zahtijeva da roditelj sluša dijete, pokuša razumjeti njegovo gledište te pomogne djetetu izraziti svoje misli i osjećaje. Kad roditelj pokazuje da mu je važno čuti i razumjeti kako se dijete stvarno osjeća i što misli, onda dijete doživljava da je vrijedno takvo kakvo je.
- Uvažavanje djeteta kao osobe podrazumijeva i poštovanje djetetovih granica i odlučivanja u području primjerenoj djetetovoj zrelosti (npr. o tome je li (još) gladno). Važno je također da roditelj vodi brigu o djetetovom mišljenju i potrebama prilikom donošenja odluka koje se tiču djeteta i obitelji. Pritom *uvažavanje djeteta kao osobe* ne znači uvažavanje svih djetetovih želja, već prepoznavanje, prihvatanje i *uzimanje ozbiljno* toga kako dijete doživljava sebe ili neku situaciju (npr. „Vidim da bi ti najradije obukao svoje zelene hlačice. Na žalost, one su mokre. Ovdje su plave i crvene hlačice. Dodi, odaberi koje ćeš nositi dok se zelene ne osuše.“ – „Ali ja bih zelene!“ – „Da, znam da njih najviše voliš. Žao mi je što ih sada ne možeš obući...“).



4.

Osnaživanje ili omogućavanje osnaživanja djeteta

ČETVRTI STUP

*Ne smije se beba zato što zvečka zveči; smije se zato jer ona zveči zvečkom.
(Seligman, 2005.)*

- odgovara na djetetovu potrebu za osjećajem osobne kontrole, kompetentnosti i sposobnosti utjecaja na druge ljudе i svijet oko sebe. Drugim riječima, osnaživanje se odnosi na roditeljevu potporu djetetovoј autonomiji.
- To zahtijeva roditeljsku osjetljivost, otvorenost za djetetov utjecaj i uzajamnu suradnju (Na primjer, Tamo mi pokazuješ prstom – ti bi nam upalila svjetlo – dići će te da dosegnes.). Roditelji podupiru djetetove jake strane, hrabre dijete i izražavaju povjerenje u djetetove sposobnosti, slijede i podržavaju djetetove inicijative.
- Roditelj osnažuje dijete kad s interesom slijedi djetetovu ideju, pridružuje se njegovoj aktivnosti ako mu dijete dopusti te se suzdrži od vođenja i pomaganja ako dijete može samo provesti svoj naum. Kad dijete započne s ostvarivanjem neke svoje zamislj (npr. uzeti čašu vode, odnijeti tanjur mami, razgledati neku zanimljivu spravu) umjesto: „Razbit ćes“, „Pokvarit ćes“, „Porezat ćes se“, „Past ćes“, „Evo vidiš da ne možeš“, roditelji ga mogu osnažiti riječima: „O, to izgleda zanimljivo“, „Jesi li otkrila gdje se to otvara?“, „Ti to jako pažljivo i polako nosiš“, „Pa ti bi već htio naučiti kako se to radi“.
- Osim toga, roditelji mogu stvarati prilike u kojima dijete uči i stječe nova iskustva. To uključuje proširivanje djetetovog iskustva i upoznavanje djeteta sa svijetom, odgovaranje na djetetova pitanja, podržavanje igre i omogućavanje djetetu da doživi uspjeh
- Kad prepoznaju da svojom aktivnošću mogu utjecati na okolinu djeca stječu osjećaj djelotvornosti koji ih ohrabruje da budu aktivna i djeluju u skladu sa svojim potrebama i u novim situacijama. S druge strane, ako dijete nikad nije uspješno u pokušajima da utječe na svoju okolinu, može postati pasivno i povući se.
- Dok podupiru sve veću samostalnost svog djeteta koje raste roditelji ne bi smjeli zaboraviti da razvoj nije pravocrtan. Dijete može ponekad pokazivati potrebu za autonomijom, a onda opet potrebu za većom blizinom i zaštitom roditelja (npr. kad se ujutro trudi samo obuti cipele, a popodne kad roditelj dođe po njega u vrtić želi da mu ih roditelj obuće).

Roditeljstvo traži stalnu prilagodbu

Biti roditelj znači mnogo toga. Među ostalim to uključuje stalnu spremnost na nove izazove: tek što su roditelji nešto riješili, javlja se nešto novo. Ništa neobično, jer roditelji nisu samo rodili dijete, oni ga promatraju i vole, njeguju, odgajaju i poučavaju. A dijete se mijenja iz dana u dan, a i svaki dan nosi nešto novo, pa se i roditelji mijenjaju iz dana u dan. Roditeljstvo stoga traži i hrabrost i snagu za stalnu prilagodbu između onoga što su roditelji brižno planirali i onoga što im život donosi. Život pokazuje da su roditelji u tome iznimno vješti jer intuitivno prepoznaju što je najbolji interes njihovog djeteta, te njihova prilagodba slijedi upravo ono što je za dijete najbolje. Pritom ih ne prate samo sretni osjećaji, mnogo je i onih drugih: straha, zabrinutosti, srdžbe, boli i tuge ili miješanih osjećaja koji istodobno uključuju čudne kombinacije ugodnih i vrlo neugodnih osjećaja.

Roditeljstvo djetetu sa zdravstvenim problemima, s razvojnim rizicima ili teškoćama u razvoju dodatno je zahtjevno. Samo roditeljstvo nije drukčije, ali ono što je drukčije je ponajprije količina stresa i novih neočekivanih obveza, intenzitet straha i neizvjesnosti. Nancy Miller (1994.) smatra da roditelj djeteta s teškoćama u razvoju prolazi kroz različite stadije prilagodbe svojim životnim prilikama i činjenici da podiže dijete koje uz sve potrebe koje imaju sva djeca ima i dodatne potrebe. Njezino 25-godišnje istraživanje tog procesa koje je uključivalo i izravni uvid u obiteljske odnose otkrilo joj je unutarnju snagu koju roditelji pronalaze i koja omogućava prilagodbu, ali i potrebu da roditelji ne budu prepušteni sami sebi, već da im se pruže različiti oblici potpore. Prema njezinim opažanjima i dugogodišnjem iskustvu rada s roditeljima, prilagodba činjenici da dijete ima razvojne teškoće ima četiri stadija. Ovi stadiji slijede jedan za drugim, ali nikako ne pravocrtno, već postoje i određena preklapanja ili vraćanja na već prijeđeni stadij. Riječ je o dinamičnom procesu i pojedini stadij nikad ne može biti „definitivno osvojen“. Pojedeni događaji mogu aktivirati promjene u roditeljskom osjećaju sigurnosti i poremetiti stabilnost te se roditelj s već dostignutog stadija prilagodbe može vratiti unazad. Stoga je prilagodba dinamičan proces, koji traje koliko i roditeljstvo, te se u teškim trenucima proces vraća u neki prethodni stadij.

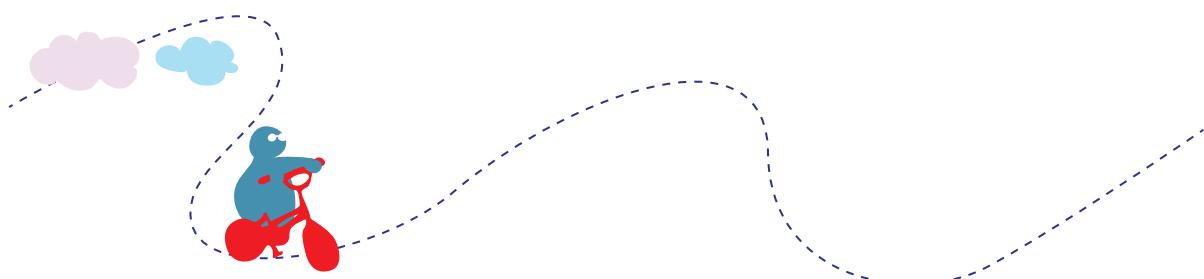
Podrška roditeljima u posebno osjetljivim razdobljima prilagodbe snažan je zaštitni čimbenik psihosocijalne stabilnosti obiteljskog života i njezine aktivne uključenosti u zajednicu. Ukratko ćemo opisati stadije koje je Nancy Miller uočila kod roditelja s kojima je radila, a svaki će roditelj sam za sebe vidjeti koliko mu te informacije koriste. Svaki je roditelj poseban i ima svoj način doživljavanja roditeljstva. Pogled u tuđe iskustvo daje novo motrište koje često pomaže da se vlastita situacija vidi jasnije.

Prvi stadij prema Miller (1994.) nastaje u trenutku spoznaje da je dijete visokorizično u pogledu razvojnog ishoda i autorica ga naziva „**preživljavanje**“. Prate ga teški osjećaji bespomoćnosti i gubitka svake kontrole nad vlastitim životom. Svaki roditelj prolazi kroz proces „preživljavanja“ na svoj način. Međutim, taj je prolaz lakši ako roditelji imaju informaciju da su teški i neugodni osjećaji prirodna i zdrava reakcija na ono što se dogodilo te da je to način kako se osoba priprema za suočavanje s neželjenim događajima koje svako roditeljstvo u većoj ili manjoj mjeri nosi sa sobom. Važna informacija koju roditelji u tom stadiju trebaju dobiti jest da su dužni brinuti se i o sebi. Roditelji u pravilu pokazuju sklonost da zanemare sebe i svoje potrebe i sve podređe potrebama svoga djeteta. Pritom, razumijevanje djetetovih potreba često biva suženo u smislu da se preuveličava potreba za terapijskim djelovanjem, a zanemaruje sve ono što svako dijete treba: vedrog i interaktivnog roditelja koji dobro čita djetetove signale i na njih odgovara, a istodobno daje dovoljno strukture i smjernica za ponašanje. Da bi roditelji lakše i brže savladali prvi šok, potrebno im je pomoći da potraže mrežu za potporu koju obično čine roditeljske udruge i šira obitelj.

Drugi stadij Miller naziva „**traganje**“ i ono ima dva oblika: tzv. „vanjsko traganje“ i „unutarnje traganje“. Vanjsko traganje započinje u potrazi za točnom dijagnozom i mogućim vidovima pomoći. Unutarnje traganje obilježeno je pitanjima poput: „Što to znači za moj život, moje odnose s drugima, moju ostalu djecu?“ U ovoj fazi roditelji postaju veoma aktivni u traženju pomoći, no ako su u svemu tome prepušteni sami sebi, ovo ih razdoblje i finansijski i psihički može jako iscrpiti. Naša iskustva govore o tome da je ova faza kod roditelja u našoj zemlji znatno produžena. Prije svega put do dijagnoze često je vrlo dugačak, a s druge strane ne postoji jedno mjesto na kojem roditelj može dobiti sve informacije u pogledu potreba i prava svojega djeteta. Zdravstveni, edukacijsko-rehabilitacijski i obrazovni sustavi nedovoljno su povezani kako unutar samih sebe tako i međusobno. Roditelji tako o dijagnostičkim i terapijskim mogućnostima najčešće najviše saznaju od drugih roditelja.

Sljedeći stadij koji se dostiže u procesu prilagodbe zove se „**smještavanje**“. Vanjsko pretraživanje različitih oblika pomoći se smirilo, užurbani tempo obiteljskog života se obično stišava, a dijete je u pravilu uključeno u neki oblik poticanja ili vrtić. Ulaskom u ovaj stadij roditelj spoznaje da je stekao nove vještine i nove uvide te da mnoge stvari razumije na nov način. Osjeća veće samopouzdanje, asertivniji je i zna načine jednostavnijeg rješavanja problema. Također, on sad poznaje ljude i institucije koji mu mogu pomoći.

Četvrti stadij autorica naziva „**odvajanje**“. Odvajanje je normalni proces koji započinje rođenjem novog bića i odvija se malim koracima iz dana u dan. Kod djece s teškoćama u razvoju ovaj je proces donekle izmijenjen i usporen. Roditelji su izloženi posebnim naporima da bi djecu osamostalili i ospozobili ih za samostalnost. Djeca tipičnog razvoja kad odrastu samoinicijativno napuštaju roditeljski dom. U slučaju djece s teškoćama u razvoju roditelji moraju inicirati odvajanje, planirati ga i podržati njegovo ostvarivanje – u tome je to bitno drukčiji i izazovniji zahtjev na roditeljstvo. Odvajanje često oživljava osjećaje koje su roditelji proživljavali tijekom faze suočavanja s činjenicom da imaju dijete koje je drukčije. U mnogih je to bilo obilježeno osjećajima krivnje i tuge. Donošenje odluke o odvajanju uključuje pojačano vanjsko i unutarnje pretraživanje učinjenog ili propuštenog. Krajnji rezultat, kako pokazuju istraživanja i iskustvo N. Miller, je novo „**smještavanje**“ i povezanost sa životom svog djeteta na novi način.



Moguće strategije prilagodbe

U izazovnom, nepredvidivom roditeljstvu često ih (ponekad dnevno, tjedno, mjesечно) treba ponavljati, stoga ih stavite na vama vidljivo mjesto.

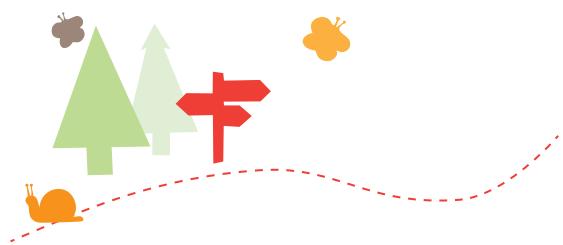
”

1. Paziti na sebe (Sjetite se primjera s maskom u avionu gdje je pravilo prvo sebi staviti masku, a zatim djetetu. Paziti na sebe znači i ponekad otići na frizuru bez grižnje savjesti da se tim novcem može platiti jedna terapija, u redu je da tata ponekad ode na nogomet s dečkima iako njegovo dijete možda nikada neće hodati, u redu je da mama sjedne na kavu s prijateljicama i priča o trivijalnim stvarima i modi... lako smo atipični roditelji, smijemo uživati u tipičnim stvarima.)

2. Pazite na bračnog partnera/partnericu (Kakva god naša djeca na kraju bila, doći će vrijeme kad će oni otići, a mi ćemo ostarjeti i ostati kao bračni partneri usmjereni jedan na drugoga. Postoji opasnost da se zbog prevelike usmjerenoosti na dijete cijeli život tada više nećemo prepoznati. To se događa i tipičnim roditeljima, ali mi smo u većem riziku.)

3. Razviti „maratonske vještine“ (Ponekad nas ta želja da naše dijete dostigne svoje vršnjake i misao kako puno, puno, puno za to treba vježbati i raditi dovede do takvog kroničnog umora da uđemo u začaran krug nezadovoljstva – svi – i mama i tata i dijete; treba misliti da maraton treba izdržati i ni pod koju cijenu ne istrošiti se na prvih 10 km. Ponekad je poželjno stati i samo se maziti ili ležati kraj djeteta bez da se provodi ikakva terapija – osim one tipične roditelske – „terapije ljubavi“)

4. Prihvatići znači reći „nije mi važno“ (Meni je ovo bila jako važna strategija – za mene to znači reći: moj sin ima 3,5 godine, tek je prohodao i govori samo 5 riječi, ali ja zbog toga nisam kronično tužna, ne budim se svako jutro s tim mislima, volim svoj život, svoj put i mogu to nositi i mislim da i dalje naš obiteljski život ima smisla i da život općenito može biti lijep i dobar. To ne znači odustati od djeteta, već prihvatići ograničenja koja ima svako dijete i svaki čovjek. Teška strategija, ali meni je samo saznanje da ona postoji i da k tome trebam ići olakšala prilagodbu.)



5. Imati na umu da mi nismo samo djetetovi učitelji, već i podrška i partneri (Ovo bi značilo prilagoditi se djetetovim teškoćama. Meni se znalo dogoditi da gledam svog sina kroz niz stručnih instrumenta za procjenu i dijagnostiku i da ga samo poučavam akademskim vještinama, a zaboravim mu biti podrška u onome što on već može, uživati u onome u čemu je dobar. Dobar partner je onaj koji se prilagođava i koji te slijedi na tvom putu, a ne onaj koji stalno nešto ispravlja. Jer najčešće, unatoč našem trudu i vježbanju i poučavanju, stvari se ne „ispravljaju“ brzinom i intenzitetom kojim mi roditelji želimo. I dijete je osoba, kako i mi, i njegov razvojni tempo treba poštovati, a mi kao i svi roditelji svijeta trebamo im biti potpora).

6. Osvijestiti da mi kao roditelji niti jednim našim postupkom nismo krivi za ovo što se dogodilo (Bez obzira na teškoću koju dijete ima, čvrsto stojim kod ovoga. Mnogi se roditelji muče s ovom činjenicom. Mene je osobno mučila krivnja zašto sam bila strpljiva roditelja i nisam više vikala, zašto sam pustila da mi plodna voda teče 15 h bez trudova i da bakterija intrauterino toliko zahvati dijete. I supruga kao liječnika je to mučilo. Pišem o ovome u prošlom vremenu, jer do sada sam već uvidjela da ne ovisi sve o slobodnoj volji čovjeka.)

7. Kada ste tužni, plačite, plačite, plačite... (Uvijek se svi pravimo jaki. Ali dobiti dopuštenje za biti tužan i plakati meni je bilo pravo olakšanje.)

8. Imati na umu da smo jednakо vrijedni kao svi drugi roditelji i da smo jednakо vrijedni za obavljanje svih aktivnosti kao i prije nego što smo saznali da smo atipični roditelji – npr. na našem radnom mjestu (Mene je dugo mučio taj osjećaj manje vrijednosti. Pazila sam na trudnoću, na dijete i zar sada nisam vrijedna imati zdravu dijete? Jednako smo vrijedni kao i oni roditelji koje vidamo u parku sa zdravom djecom, samo je naša zadaća izazovnija, teža, ali i plodovi su sladći).

Evo, to su možda strategije koje se podrazumijevaju, ali to što sam ih upoznala prije mog posebnog roditeljstva (kao stručnjak) uvelike mi je olakšalo prilagodbu. I zato mi se činilo važnim podijeliti to s ostalim roditeljima.

Ana-Marija



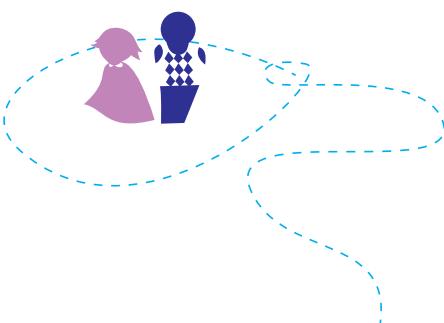
Zamke roditeljstva

Najčešće roditeljske **zamke** koje doprinose roditeljskom stresu i otežavaju podizanje djece počivaju na pogrešnim uvjerenjima i očekivanjima.

- **Roditelj negativac** – u čestim je borbama moći s djetetom i od djeteta često traži ili očekuje ono što dijete ne može ili ne želi – često više, opominje, nagovara, pogađa se s djetetom. Ne uživa u onome što može njegovo dijete. U opasnosti je da upadne u zamku da primjećuju samo djetetova negativna ponašanja i daje mu samo „negativnu pažnju“
- **Roditelj blokator** – sličan je roditelju negativcu u tome da često traži više negoli dijete može, da puno vježba s djetetom i nagovara ga na vježbu, ali je prepun entuzijazma i pozitivnih osjećaja. Beskrajno je brižan. Neprekidno procjenjuje djetetov napredak i analizira svako ponašanje. Djetu je teško nositi se s previsokim očekivanjima roditelja i stalnom porukom da nije dovoljno dobro, da njegov roditelj želi bolje dijete. Zato se pasivizira i blokira. Ne surađuje. Tako mu je lakše jer nema pritiska.
- **Pusti ih na miru/Ne diraj ih/Ne gledaj ih** (dok su dobri). Na djecu se ne obraća pažnja, ignoriraju se ako se lijepo ponašaju i igraju. Zamka: ignoriranje smanjuje vjerojatnost ponavljanja lijepog ponašanja.
- **Savršen roditelj.** Ova zamka proizlazi iz želje da se bude savršen, a ne samo dobar ili dorastao roditelj. Svi su roditelji ljudska bića – i griješe. Važno je samo da ne ponavljaju jednake greške. S obzirom na to da savršen roditelj ne postoji, nastojanje da se to bude samo vodi u stres, razočaranje, frustraciju i krivnju. Od silne želje da se zadovolje svi zahtjevi i savjeti roditelji ne uživaju danas, očekujući uspjeh ili neuspjeh sutra.
- **Savršeno dijete.** Nije realistično da roditelji očekuju da će njihovo dijete biti savršeno. Sva su djeca ponekad cendrava, uznemirena, rade nerед i svadaju se s roditeljima. Način na koji roditelji reagiraju utječe na to hoće li ovi problemi ostati jednaki, pogoršati se ili se s vremenom smanjiti.
- **Za sve sam ja kriva/kriv.** Ponekad se roditelji okrivljavaju za sve djetetove teškoće i probleme. Moguće je voditi/usmjeravati dijete tako da se nauči vrijednostima i socijalnim vještinama, ali nije moguće kontrolirati sve što utječe na djetetovo ponašanje. Roditelji su ponekad deprimirani jer misle da je sva krivnja za djetetovo ponašanje na njima te im je zbog te depresije još teže biti mirnima i strpljivima s djetetom.

- **Za sve je krivo ono.** Ovo vjerovanje za probleme u ponašanju u potpunosti okrivljava dijete, primjerice: „Ona je tako tvrdoglava, nikad ne radi što joj se kaže.“ Takva uvjerenja mogu sprečavati roditelja da uvidi kako njegova vlastita ponašanja doprinose djetetovom lošem ponašanju – mnoge teškoće rezultat su toga kako djeca i roditelji razgovaraju i odnose se jedni prema drugima.
- **Žrtva.** Događa se kad roditelji postanu tako zaokupljeni roditeljstvom da zanemare svoje potrebe za intimnošću, druženjem, rekreacijom, privatnošću/ vremenom nasamo i zabavom. Kad si nešto „priušte“, javlja se nezadovoljstvo i odnos s partnerom se pogoršava. Kvalitetno roditeljstvo moguće je kad odrasli imaju uravnotežen život. Žrtvovanje ne proizvodi kvalitetno roditeljstvo.
- Ostajanje zajedno **radi djece.** Djeca koja rastu u obiteljima u kojima postoje ozbiljni problemi u odnosima i mnogo sukoba vjerojatnije će razviti emocionalne i ponašajne probleme.
- **To će oni prerasti.** Roditelji često problem u djetetovom ponašanju vide kao nešto prolazno, što će djeca s vremenom sama prerasti. Nepoželjnim ponašanjem treba se pozabaviti rano, da ne preraste u ozbiljnije teškoće. Vjerovanje da će problematično ponašanje samo proći može sprečavati roditelje da nađu uzroke takvog ponašanja, traže rješenja problema, učine neke promjene ili potraže pomoć.
- **Roditelj multipraktik** – radi sve, sve može i sve zna – razvozi dijete po terapijama i aktivnostima, kod kuće s djetetom održuje i motoričke i logopediske vježbe, kuha, pere, spremi, prati novosti na forumima,.
- **Roditelj terapeut** – ne gubi vrijeme već s djetetom koristi svaki trenutak za vježbu (misleći kako samo predani rad dovodi do rezultata). Dijete ima još jednog terapeuta više u svom životu, ali ostaje bez roditelja.

Pročitajte sve zamke i odaberite onu (one) u kojoj ste prepoznali sebe ili vam je to predbacio netko od vaših ukućana. Ako ste se prepoznali u nekoj mjeri u ovim zamkama, razmislite jeste li u ovih naših osam susreta naučili, spoznali ili stekli nešto što procjenujete da će vam pomoći da se iskoprcate iz zamke u koju ste upali.



TRI VRSTE RODITELJSKE ODGOVORNOSTI

Za što je odgovoran roditelj, a za što dijete

roditelj

osobna
odgovornost

odgovornost
za djetetovu
dobrobit i razvoj

odgovornost za
kvalitetu odnosa
s djetetom

dijete

osobna
odgovornost

Komunikacija:

- osobni govor
JA-poruke

- slušanje djeteta
pasivno / aktivno

- osobni govor
*hoću / neću
volim / ne volim*

Osobna odgovornost – Osobna odgovornost obuhvaća samosvijest (svijest o tome što mislim [ne mislim], osjećam [ne osjećam], hoću [neću], volim [ne volim], trebam [ne trebam] i sl.) te zastupanje sebe kako riječju tako i djelom, odnosno ponašanjem, akcijom.

Svaka odrasla osoba odgovorna je za sebe, za svoje ponašanje, za zadovoljavanje svojih potreba te za poštovanje svojih granica. Roditelji svoju osobnu odgovornost preuzimaju radeći izvore, donoseći odluke i djelujući u skladu sa svojim potrebama i granicama (tj. sa svojim trebam (ne trebam), hoću (neću), volim (ne volim)...).

I dijete ima osobnu odgovornost – od rođenja ima svijest o svojim stanjima i potrebama te zastupa sebe (iskazuje svoja stanja i potrebe) glasanjem i pokretima. Dijete s razvojnim teškoćama ponekad slabije od ostale djece iskazuje gdje su mu granice ili to iskazuje neprihvatljivim ponašanjima (npr. agresijom i autoagresijom, naučenom bespomoćnošću) jer nema na raspolaganju neki socijalno prihvatljiv komunikacijski sustav, ali se bori za sebe.

U tom ranome razdoblju dijete ne zastupa sebe i djelom, tj. akcijom, jer to ne može i ne zna kako. Na potrebe koje dijete izrazi akcijom reagiraju roditelji/odrasli; oni su privremeno djetetove „produžene ruke i noge“ te zadovoljavaju djetetove potrebe. Što su opušteniji i smireniji, bolje prepoznaju signale koji dolaze od djeteta te prepoznaju trenutačne potrebe na koje moraju odgovoriti.

S vremenom, dijete će samo moći uzeti čašu vode kada bude žedno ili skinuti sa sebe mokre pelene koje mu smetaju. Povećava se njegova sposobnost zastupanja sebe ne samo riječju nego i djelom, odnosno sposobnost da sâmo zadovoljava svoje potrebe jer je sve samostalnije, više zna, bolje razumije posljedice svojega i tugeg ponašanja i ima više životnog iskustva.

Odgovornost za odnos – Roditelj također ima punu odgovornost za kvalitetu odnosa s djetetom i u obitelji. Odrasli su ti koji su odgovorni za to kakva je atmosfera (npr. napeta, namrgodenja lica, takva da se dijete boji roditelja ili vedra i opuštena, puna razumijevanja), način komuniciranja i vrijednosti (npr. brinemo se jedni o drugima, pomažemo, ne povređujemo jedni druge; važno je kako se članovi obitelji osjećaju, prihvatanje razlicitosti, tolerancija, odnosi se temelje na ravnopravnom dostojanstvu koje znači da se potrebe, želje i osjećaji svakoga člana obitelji shvaćaju ozbiljno, bez obzira na dob ili spol...).

Odgovornost za dobrobit i razvoj djeteta – Roditelj, uz osobnu odgovornost za sebe i svoje potrebe i granice te odgovornost za kvalitetu odnosa s djetetom i odnosa u obitelji, ima i odgovornost za dobrobit i razvoj djeteta. Kao što je već navedeno, dijete ima osobnu odgovornost za svoje potrebe i granice – za njihovo izražavanje i, u mjeri u kojoj to može, za zadovoljavanje. No nije samo dijete odgovorno za sebe – odgovoran je i roditelj. Roditelj je odgovoran za donošenje odluka kojima se osigurava sigurnost i zdravlje djeteta te za zadovoljavanje djetetovih potreba (ali ne i svih djetetovih želja).

Ponekad zbog svoje odgovornosti za dobrobit i razvoj djeteta roditelji donose odluke koje su u suprotnosti s djetetovim željama i osjećajima. Pritom je važno da roditelji i tada poštuju djetetovu osobnu odgovornost za sebe, za svoje potrebe i granice, odnosno, rečeno jezikom četiriju stupova roditeljstva, da vide i uvažavaju dijete kao osobu koja je kompetentna znati što želi, a što ne (npr.: Vidim da želiš na ovaj tobogan, ali neću te pustiti jer je to za stariju djecu; Čujem da bi ti još gledao TV, ali ja ću ga sad isključiti jer ne želim da gledaš više od sat vremena dnevno...).

Roditelj djeteta s razvojnim teškoćama ima pojačanu obavezu da se brine o granicama i dobrobiti svojeg djeteta. Njegove su granice vrlo krhke zbog biomedicinskih problema s jedne strane i izloženosti djelovanju brojnih drugih osoba s druge strane. Naime, dijete je rano i češće od druge djece u dodiru s mnogim osobama koje ponekad nemaju u dovoljnoj mjeri osviještenu spoznaju o djetetovim granicama ili ih zbog žurbe i radnog opterećenja zanemaruju.



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 vjerovatnost 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 zahtjevnom, 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 cijelodnevnoj 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 prihvati 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 izbjegći međusobno udaljavanje. Neke probleme neće moći riješiti, ali se redovitim razgovorom o njima može izbjegći 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 brzi 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 videna očima djeteta u tom trenutku funkcionala 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 nestrljivi, 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 brzi 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 izbjegći da ih obitelj i krug prijatelja ne dožive kao posebne, možda i naporne članove. Lijepo je kada osoba nađe 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 sprječiti mitovi i predrasude, a obitelj i prijatelji dobivaju osnovu da donešu vlastite odluke i stvore svoje mišljenje.

Mnogi se ljudi teško suočavaju s bolji 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 lјutnji, 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 prihvataju 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.



Najčešća roditeljska pitanja

Radionice „Rastimo zajedno Plus“ nude brojne prilike za razgovor i postavljanje pitanja. Ovdje navodimo neka od češćih pitanja kao i moguće odgovore koji daju smjernice za stvaranje odgovora u konkretnoj situaciji. Roditeljska pitanja treba pažljivo slušati jer ona često kriju roditeljske strahove i želju da unaprijed zaštite svoje dijete od nekog razočaranja ili doživljaja neuspjeha. Zato su pitanja dobra prilika da čujemo što zaista roditelja muči te mu kroz razgovor stvorimo priliku da i sam to uvidi. Nije rijetkost da ono što roditelj misli da opterećuje dijete uopće ne opterećuje dijete, nego upravo njega. Stoga i način kako voditeljice radionica slušaju roditelje i odgovaraju na pitanja daje roditelju dodatne mogućnosti **da jasnije vidi svoje dijete**: što dijete brine, što ono želi, što ga zanima.

Roditeljima je važno reći da na većinu pitanja ne postoje jednostavnii, rutinski odgovori, tzv. recepti. Tako je i za mnoga pitanja koja djeca mogu postaviti, a vezana su uz njihovu teškoću ili stanje, sasvim u redu priznati kako roditelj nešto ne zna. Pomoći može i to da prvo pitamo dijete što ono samo misli da bi bio pravi odgovor. Tako ćemo točnije saznati što dijete zanima, ali i što ono zna o pitanju koje ga zaokuplja. Tako se roditelj može bolje orientirati u odgovaranju na ono što dijete doista muči i na što traži odgovor. Djeca, jednako kao i odrasli, čuju u okolini brojna neobična i netočna tumačenja, čudne komentare i sl. U razgovoru o tome što dijete misli isplivat će na površinu sve što je dijete čulo i način kako je to razumjelo te dati roditelju priliku da dade točnu i iskrenu informaciju usmjerenu na bit onoga što dijete zanima/muči.



1



Kako s djetetom razgovarati o njegovim razvojnim teškoćama?

Na djetetovo pitanje o njegovim razvojnim teškoćama roditeljima je često teško odgovoriti. Najbolje je reći roditeljima da u svojem odgovoru budu izravni i iskreni te da daju samo onoliko informacija koliko dijete traži. Voditeljice mogu reći roditeljima kako razumiju da su roditeljima ova pitanja teška i zbog toga što odgovori često rastuže djecu. Niti jednom roditelju nije lako vidjeti vlastito dijete kako tuguje, ali izbjegavanje odgovora na takva pitanja ili ignoriranje tuge, ljutnje i sličnih osjećaje koji prate suočavanje djeteta s ograničenjem učiniti će da se dijete osjeti izolirano i isključeno, s porukom kako nije u redu biti tužan ili plakati. To je upravo suprotno od onoga što djetetu treba pokazati i naučiti ga. Ono što roditelj treba učiniti jest dati djetetu nadu da i uz evidentna ograničenja i poteškoće ono može biti uspješno, voljeno i zadovoljno biće. Roditeljski je „posao“ naučiti dijete da je suočavanje s onim što možemo, a još više s onim što ne možemo, dio života.

Na primjer, ako dijete zanima zašto ono ne može crtati kao druga djeca (a razlog je npr. hemipareza), roditelje treba uputiti da odgovaraju samo na to pitanje i da izbjegavaju duga i opširna objašnjenja. Može se započeti riječima: „Nitko ne može sve jer nitko nije savršen. Tebi je crtanje teško. Tvoja ruka zasad ne može držati olovku na pravi način, ali otkrio si da to možemo nadomjestiti tako da uzmemo jako debelu, posebnu olovku“. Važno je uvijek djetetu napomenuti kako postoji mnogo druge djece koja također neke stvari rade lošije od onoga što bi željela, ali ipak ulazu trud i napreduju, a na kraju se može završiti s podsjećanjem na one stvari koje djetetu dobro idu (npr. pjevanje). Roditelje je dobro podsjetiti da su oni u mnogočemu uzor svojoj djeci pa tako mogu reći da ni njima neke stvari ne idu od ruke i kako se oni s time nose (npr. uzmu si više vremena, pitaju nekog za pomoć, promijene cilj, nađu nešto drugo jednako zanimljivo i sl.). Važno je da roditelj prenese poruku kako je dijete vrijedno baš takvo kakvo je i da je potrebno prihvati sebe kakvi jesmo.

Ako pak dijete želi znati hoće li se njegovo stanje u budućnosti popraviti (hoće li npr. prohodati), potrebno je roditelje potaknuti da budu potpuno iskreni, ali i vješti pa je dobro s njima uvježbati odgovor koji je u skladu i sa spoznajama struke i s njihovim roditeljskim uvjerenjima, ali koji ostavlja nadu jer se zasad ne zna što će se dogoditi za puno godina, u daljoj budućnosti. Na primjer, djetetu koje nema medicinsku prognozu da će moći hodati može se reći: „Liječnici zasad misle da to neće biti

moguće. Ali oni su u prošlosti za mnoge stvari mislili da nisu moguće i tada nisu ni bile, ali vrijeme je pokazalo da su se prevarili. Ja mislim da je najvažnije da se ti možeš kretati, doći do cilja koji si odabrao. Zato si i dobio invalidska kolica. Istina jest da ona nisu baš tako spretna kao hodanje, ali kriju u sebi brojne mogućnosti za kretanje koje još trebaš otkriti i iskoristiti."

2

Što i kako reći okolini o djetetovim teškoćama?

Opće je prihvaćena činjenica da u odnosu s okolinom otvoren razgovor o djetetovim teškoćama pomaže djetetu i roditeljima. Skrivanje ili prikrivanje informacija o stanju djeteta dodatno povećava tjeskobu roditelja i negativno utječe na njihovo i djetetovo stajalište o teškoći (ako se nešto skriva sigurno je negativno, loše, ružno...). Loše utječe i na odnose s okolinom jer otežava komunikaciju, a nepotpune informacije povećavaju vjerojatnost pojave predrasuda i neprimjereno pristupa roditeljima i djetetu.

Koliko detaljno i na koji će način roditelji obavijestiti okolinu o djetetovim teškoćama ovisi o tome s kime roditelj razgovara. Ako je riječ o članovima obitelji i bliskim prijateljima, korisno je dati im točne informacije o stanju djeteta, onakve kakve je roditelj dobio od stručnjaka. Uz te informacije važno je govoriti i o tome kakvu podršku roditelji trebaju i očekuju, tj. koja im ponašanja bliskih osoba pomažu. Manje bliske osobe i znance valja izvijestiti kratko i činjenično i to kao odgovor na njihovu inicijativu. Onima koji ne pitaju ili ništa ne primjećuju ne treba tu temu niti otvarati, a kamoli govoriti na neki ispričavajući način. Razvojne teškoće djeteta nastaju mimo naše volje i odgovornosti i roditelji ne snose za njih krivicu te se i ne trebaju opravdavati.

Posebno važan dio djetetove okoline za one koji pohađaju dječji vrtić jesu odgojitelji i stručni tim vrtića. Oni se brinu o djetetu i moraju znati ima li dijete neke dodatne zdravstvene ili obrazovne potrebe. Zato voditeljice radionica trebaju potaknuti roditelje da stručne nalaze i informacije o djetetu daju na uvid odgovornim osobama u vrtiću, iako možda znaju za neki slučaj kada to nije imalo pozitivnog učinka.



3

Hoće li se moje dijete osjećati različitim, uskraćenim?

Kakav će stav dijete razviti o svojem stanju ovisi o stavu i ponašanju roditelja i drugih osoba iz uže i šire okoline. Ako se prema djetetu ponašaju prezaštitnički, popustljivo ili ako izravno izražavaju sažaljenje, dijete će se osjećati manje vrijednim, bolesnim... Ako se potiče samostalnost i kompetentnost djeteta, ako se odgovara na njegove potrebe, dijete će biti sigurno u sebe i lakše će se suočavati s ograničenjima koja mu predstavljaju razvojne teškoće. Dijete se zbog razvojnih teškoća neće osjećati uskraćeno ako okolina svojim negativnim stavom ne nametne djetetu vrijednosni sud da teškoće nisu njegova posebnost, već znak uskraćenosti i manje vrijednosti.

4

Kako objasniti djeci tipičnog razvoja da dijete s razvojnim teškoćama ima osjećaje i ne želi biti izolirano, iako ne može pratiti igru njihovom brzinom?

Djeca na različitost reagiraju uglavnom znatiželjom. Otvoreno i dobi primjereno informiranje o stanju djeteta s teškoćom, o njegovu ponašanju i doživljavanju rezultirat će razumijevanjem i prihvaćanjem. Važno je davati konkretne informacije o tome što dijete može, a što ne može činiti, kako će se ponašati u određenoj situaciji i kako ga uključiti u igru i druženje. Djeca vole pomagati i ako im se da model, međusobno će se natjecati tko će više učiniti za dijete s teškoćama. Ona tako dobivaju dodatne prilike za vježbanje svojih vještina, ali i za razvoj empatije i strpljivosti.



5

Kako dijete pripremiti za bolan pregled ili medicinski postupak?

Ako je riječ o djetetu predškolske dobi, pripremu za postupak treba provoditi neposredno prije – taj dan. Ako se s pripremom započne prerano, može se pojačati anksioznost djeteta. Treba biti iskren, objasniti tijek i trajanje postupka, koliko će ga vjerojatno boljeti. Dobro je objasniti da je nelagoda kroz koju mora proći ograničenog trajanja, a dobrobit koja slijedi dugotrajna i vrijedna. Tu valja biti jako konkretni i davati primjere i objašnjenja koji su bliski djetetovu iskustvu te ih ono može razumjeti. Dobro je obećati i neku dodatnu nagradu kojoj će se dijete radovati i tako lakše podnijeti ono što mora. Najviše će ga utješiti uvjeravanje i sigurnost da će roditelj biti uz njega. Važno je da roditelj svojim ponašanjem (pretjeranom brigom ili napetošću) dodatno ne uznemiri dijete, već mu pomogne smirenim ponašanjem.

6

Treba li kod djeteta s teškoćama posvetiti svaki trenutak novom „učenju i vježbanju“ ili uz manji dio strogog „vježbanja“ koristiti i ostale „redovite“ aktivnosti kao „prikriveno vježbanje“?

Učenje i vježbanje dobro je suptilno ugraditi u redovite svakodnevne aktivnosti kad god je to moguće. Na taj je način manja vjerojatnost da ga dijete doživi kao nametnuto. Takav je način učenja kroz igru i aktivnosti učinkovit zbog visoke razine motivacije jer dijete s voljom sudjeluje u aktivnostima koje su za njega smislene i dio su dnevnih rutina. Osim toga, „vježba“ ugrađena u dnevne rutine neprimjetno postane dio svakodnevnog funkciranja i broj izvođenja jako se povećava.

Inzistiranje na vježbanju u situaciji kad dijete nije raspoloženo rezultira otporom i uvjetuje daljnje negativne reakcije. Doživljaj intenziteta boli i neugode kod napornijih vježbi bit će viši zbog neugodnih emocija koje dijete povezuje s vježbanjem. Zato je u situaciji kad je uključeno u neki habilitacijski postupak važno voditi brigu o tome kako se dijete osjeća, koje mu doba dana više odgovara za vježbanje, s kojim se terapeutom najbolje osjeća, koji mu način pripreme za postupak najviše odgovara, koliko može „izdržati“ ili zadržati pažnju. Tako se poštuju djetetove granice i gradi se obrazac suradnje i svjesnog ulaganja napora.



Deset savjeta za podršku roditeljima djece s teškoćama u razvoju

01. Nemojte izbjegavati razgovarati o našem djetetu. U početku možda nećemo puno govoriti, a možda će to biti prava bujica riječi. Kako god, pamtimo one koji su pitali i ne možemo zaboraviti one koji nisu.
02. Dodirnite nas, dodirnite naše dijete. Kroz zagrljavaj, pogled i dodir šaljete nam poruku da vam je stalo. Nježno štipkanje našeg djeteta po obrazu daje nam do znanja da smo „normalni“. Na samim našim počecima osjećamo se vrlo usamljeni i drukčiji.
03. Nemojte nam govoriti kako se trebamo ili ne trebamo osjećati! Osjećamo se tako kako se osjećamo i to je to! Prvih dana i mjeseci borimo se s teškim emocijama i često smo na rubu ponora.
04. Nemojte govoriti kako svatko dobije onoliko tereta koliko može nositi. Pogotovo u početku, preživljavamo dan po dan i ta je rečenica dodatno opterećenje nekome tko osjeća da potpuno gubi kontrolu.
05. Nemojte reći „Divim ti se“ ili „Ti si tako plemenit“, osim ako roditelji nisu posvojili dijete s teškoćama. Mi nismo željeli da se ovo dogodi. Mi se ne osjećamo ni plemenitijima niti boljima od drugih roditelja. Štoviše, više se puta osjećamo kao u klopcu.
06. Ponudite pomoć. Dodjite, sjednite pokraj našeg djeteta, poigrajte se s njim. Tako nam dajete toliko željnju pauzu. Skuhajte i donesite koji obrok. Izvedite brata ili sestru na sladoled ili pizzu. Naglasite da vas uvijek možemo nazvati. I onda opet nazovite da čujete kako smo.
07. Budite strpljivi s nama. Vrlo je teško prolaziti našu svakodnevnicu. U početku mi samo vidimo ono što naše dijete ne može ili nikada neće moći. U početku će nam biti teško prihvati vašu pomoć, ali, molim vas, ustrajte, s vremenom ćemo ju prihvati.
08. Budite uvijek obzirni prema bratu i sestri djeteta s teškoćama. U šumi pregleda i dijagnoza, brat ili sestra mogu se izgubiti. Ako dolazite u posjet, donesite neku sitnicu za njih. Uvijek prvo njih pozdravite, porazgovarajte, a onda pitajte za dijete s teškoćama.
09. Molim vas, nemojte buljiti. Mi smo vrlo svjesni da naše dijete ne izgleda „normalno“ ili se ponaša čudno. I u početku to je jedino što vidimo. Nađite i recite nešto pozitivno, npr. „Kako krasne oči ili gusta kosa“. Takve primjedbe mogu biti glazba za naše uši.
10. Zapamtite, neovisno o teškoći koju ima naše dijete, ono je ipak samo dijete. Ima potrebu biti voljeno i prihvaćeno. Ima potrebu biti sretno i pripadati. Treba zagrljaje, smijeh, glazbu i prijatelje. Treba vas – baš kao i mi!

(Michele Stiefel)

Razvoj i potrebe mlađe djece

1. Cjelovit pristup

Sva su djeca prvo djeca i trebaju našu punu posvećenost i prihvaćanje. Iako oву tvrdnju nitko ne osporava, kada su u pitanju djeca koja nemaju tipičan razvoj na ovu se činjenicu prečesto zaboravlja. Pozornost se usmjerava na odstupanja i traganje za metodama koja će ih ublažiti ili ukloniti, kao da će sve ostalo ići samo od sebe. Zato ovaj prikaz neće sadržavati razvojne norme niti će nuditi mogućnost prepoznavanja za koliko se dijete razlikuje od vršnjaka. Usmjerit ćemo se na temelje ranog djetinjstva i na ono što svako dijete treba da bi razvilo sve svoje potencijale i odraslo u cjelovitu i sretnu osobu. Kada razmišljamo o razvoju i o tome kako ga učinkovito poduprijeti, znajući da niti jedno dijete ne može bez emocionalne topline i suradnje s drugima razvijati zdravu osobnost i stjecati znanja i vještine, onda je dobro imati na pameti kinesku narodnu poslovnicu koja kaže „**Trava ne raste brže ako je vučemo za vlati**“. Svaki vrtlar dobro zna što travi treba, a mi ćemo razmotriti što treba svako malo i nježno biće, svako naše dijete.

Mnoga se dojenčad i mlađa djeca razvijaju na način „tipičan“ za svoju dob, a onda u jednom trenutku počinjemo otkrivati da se razlikuju. Mogu imati poteškoće u razvoju ili kasniti u dostizanju nekih razvojnih prekretnica. Mogu biti „rizična“ za kašnjenje, te roditelji ne znaju što ih poslije očekuje. Neka djeca mogu imati posebne zdravstvene potrebe ili biti veoma zahtjevna u njezi. Neka dojenčad i mlađa djeca trebaju dodatno vrijeme ili pomoćnu tehnologiju kako bi dovršila aktivnost koju druga djeca čine s lakoćom. Važno je znati da za djecu urednog razvoja i djecu s razvojnim teškoćama **vrijede ista temeljni razvojna načela jer se razvoj temelji na međudjelovanju biološke podloge i utjecaja iz okoline**. Sva su djeca znatiželjna, ali na svoj način te motivirana za učenje o svijetu i djelovanje na svijet koji ih okružuje. Međutim, tempo prolaska kroz razvojne faze za svako je dijete drugačiji i svako dijete treba individualni, upravo prema njegovom razvojnem profilu „iskrojen“ pristup. To roditelji osjećaju i intuitivno dobro znaju, kao i to da se svako dijete razvija na jedinstven način, kao dio svoje obitelji, zajednice i kulture.

Tjelesni rast i razvoj, razvoj osjećaja, spoznajne sposobnosti, jezik, socijalne vještine i želja za učenjem stvaraju se i rastu zajedno. U djetetovu životu razvojna područja nisu vremenski razdvojena: **dijete se u svim područjima razvija u isto vrijeme**. Svaka nova sposobnost ili vještina nadograđuje se na prije usvojenu i pomaže djetetovu razvoju u više od jednog područja. Podjela na tjelesni razvoj i motoriku, emocionalni i socijalni razvoj, komunikaciju i jezični razvoj te kognitivni razvoj učinjena je za

potrebe istraživanja i opisa razvoja, ali ona u samom djetetu ne postoji. Zato u svakom trenutku na dijete trebamo gledati kao na cijelovito biće i znati da naši postupci mogu djelovati na ukupnost razvoja.

Roditeljima će stručnjaci pomoći u prepoznavanju na kojem je razvojnog stupnju dijete. To je važno znati da bi se odabrala strategija kojom će roditelji poduprijeti sljedeće razvojne korake. To znači da mi ne zanemaruјemo „kalendar razvoja“, ali ga ne rabimo s ciljem usporedbe već s **ciljem razumijevanja razvojnih potreba i sljedećih koraka**. Stoga sama usporedba s dobrim normama za djecu s teškoćama u razvoju nema velikog smisla. Razvoj treba poticati s obzirom na razvojne potrebe, tj. dijete izlagati onim iskustvima i na onaj način da ono te poticaje može prihvati i ugraditi u svoje mišljenje i djelovanje. To roditelji djece s teškoćama u razvoju najčešće ne mogu sami, već trebaju pomoći stručnjaka koja će biti usmjerena i djetetu i njima. Naime, ono što stručnjak radi s djetetom biva učinkovito samo ako se ugradi u svakodnevne rutine i roditelj u tome treba biti vođen.

Primjerice, mlađe dijete uči dobivati majčinu pažnju kada novom igračkom proizvodi buku. Ono to učestalo radi i pokazuje da vjeruje svojoj majci i da se s njom osjeća sigurno (emocionalni i socijalni razvoj). Ono također može naučiti i kako se igračka zove dok gleda i sluša majku kako govori o igrački (jezični razvoj i komunikacija). To se događa puno prije negoli će dijete progovoriti. Dijete prije prvog rođendana isto tako zna da mu majčino lice ili tijelo može reći „uzmi ovu igračku“ ili „ne diraj ovu igračku“. Ovo znanje će mu pomoći da ostane sigurno i zdravo u nepoznatim situacijama (zdravlje i tjelesni razvoj). Svaka jednostavna djetetova aktivnost pruža odraslima brojne mogućnosti da utječu na djetetov razvoj u više domena. To preklapanje ima svoju svrhu i pokazuje nam da je razvoj u jednom području povezan s razvojem u drugim područjima. To roditelji intuitivno znaju i bave se svojom djecom uvijek na cijeloviti način.

Međutim, roditelji djece s teškoćama su prestrašeni i često zbunjeni reakcijama svog djeteta koje su ponekad drukčije od očekivanih i manje su u prilici postupati intuitivno i spontano. Zato je njima teže odgajati svoje posebno dijete i izlaz pronalaze u tragaju za informacijama. Naša je poruka: uvijek tražite od stručnjaka da vam pomognu integrirati specifične informacije koje ste sami pronašli ili koje vam oni daju u cijeloviti pristup kakav njegujete prema svom djetetu.



2. Napredovanje djeteta

Svako dijete razvija se svojim tempom. Jedna sposobnost ili vještina razvija se prije neke druge. Ono što je ranije postignuto, temelj je za ono što dolazi kasnije. I nikada se ne treba žuriti: neka djeca trebaju više vremena za izgradnju nekih temelja, neka manje, ali mi im moramo osigurati vrijeme koje je potrebno. Potičemo li ih previše tako da ih izlažemo onomu što slijedi, a za što još nisu zrela, dajemo im poruku da nisu sposobna i da nisu dovoljno dobra. Izlaganje preteškim zadacima pogubno je za motivaciju i samopouzdanje. Primjerice, većina djece uspravno sjedi, puže, podiže se na noge i „kruži“ oko pokućstva, pa tek onda hoda samostalno. Međutim, djeca se uvelike razlikuju po tome kada će i kako dostići pojedinu fazu razvoja. Jedno dijete može brzo napredovati od puzanja „na trbuhi“ do hodanja. Drugo dijete mirnijeg temperamenta bit će zadovoljno dok sjedi i istražuje igračke unutar svog dosega i počet će hodati prilično kasno. Treće dijete s tjelesnim invaliditetom možda treba fizikalnu terapiju i specijaliziranu opremu za pomoći pri hodanju. Sva tri djeteta na kraju napreduju u hodanju, svako na svoj način i u svoje vrijeme. Pa čak ako zamislimo dijete koje zbog motoričkih teškoća nikada neće hodati, mi mu kroz različita pomagala (npr. kolica) možemo omogućiti da ima iskustvo kretanja i sva ona iskustva koje kretanje donosi: dolaženje do novih predmeta i ciljeva, samostalnost u promjeni mjesta igre i u kretanju općenito.

3. Kako mlađa djeca uče

Djeca različite dobi uče na različite načine. Što su spoznajno zrelija postaju samostalnija u stjecanju iskustava, ali i tada trebaju odrasle da bi učila i napredovala. Važno obilježje ljudskog roda je da roditelji brižno poučavaju svoje potomstvo od samog dolaska na svijet, ali to ne čine uvijek na jednak način. Roditelji su posebno „nadareni“ za prepoznavanje djetetovih trenutačnih namjera, tzv. „plana“, i uključuju se tako da podržavaju učenje kroz aktivnost i igru koja je uskladena s potrebama i namjerama djeteta u danom trenutku. To je važno zato što dijete još ne razumije namjere odraslih pa im se ne može niti priključiti. Zato se odrasli priključuju djetetu i u ranoj dobi na njima je odgovornost za uspostavljanje suradnje i zajedničkih rutina i rituala.

Način učenja dojenčadi povezan je s interakcijama koje dijete ostvaruje s bliskim osobama. Istraživanja su pokazala kako razvoj integracijskih i komunikacijskih sposobnosti započinje rano, i to zahvaljujući genetskim prepostavkama u djetetu i jednako važnim posebnim poticanjem koje dolazi od roditelja. Interakcije prerastaju u rutine koje za dijete postaju predvidive i daju mu sigurnost jer ono sada zna što slijedi. Predvidivost je važna da bi dijete moglo sudjelovati. Kada se predvidivost

naruši, to izaziva iznenadenje u kojem dijete također uživa i usmjerava svoju pozornost na odraslu osobu koja je proizvela iznenadenje. Tako su rane interakcije u funkciji djetetova učenja, odnosno psihičkoga razvoja.

Dijete najbolje uči u sigurnom okruženju gdje je aktivno uključeno u ono što ga zanima i u čemu uživa. Zato ga ne treba na dulje vrijeme zarobiti u ljudištu, sjedalicu ili ogradicu. Dojenče i mlađe dijete uči kada je aktivno uključeno u dnevne rutine. Primjerice, za vrijeme ručka doživljava izgled i mirise hrane i može naučiti odvojiti otpatke od posuda za vrijeme pospremanja stola, stavljati ili odnositi pribor za jelo i sl. U učenju mu pomaže uređenost prostora koja je takva da sve što mu je na dohvat ruke smije dirati i istraživati te bogatiti svoje iskustvo. Predmeti koji su opasni ili vrijedni trebaju biti sklonjeni od dohvata i pogleda. Dijete postupno uči kontrolirati svoje ponašanje i treba paziti da nije okruženo s previše „izazova“ kojima neće moći odoljeti i zbog kojih će stalno čuti „Ne ovo, ne to, ne... ne...“

Uređenje prostora i izvršavanje rutina međutim nije dovoljno. Dijete više uči kada se odrasli uključe u igru. Stoga je važno da odrasli opažaju što dojenče ili mlađe dijete radi te da odgovore na djetetov interes. Mlađem djetetu također pokazujemo kako se može igrati s drugim djetetom i kako riješiti sukobe. Djetetu kojem poteškoće u razvoju otežavaju istraživanje i igru, treba donijeti materijale iz okruženja i pokazati mu nove mogućnosti i vještine te privući drugu djecu u igru s njime. Djeca su djeci također „učitelji“. Upravo stoga što su djeca manje prilagodljiva, ona su veći izazov za prilagodbu svakom djetetu negoli što su mu to odrasle osobe.

Roditelji već zarana razmišljaju o školi i kako prirediti dijete za školu, osobito ako ono ima razvojne teškoće. Neki vjeruju da je najbolji način pripreme za školu pružiti mu rano priliku da uči ono što ga čeka u školi. Ipak, istraživanja govore da su aktivno istraživanje i igra najbolja priprema djeteta za školu. Od usvajanja pojedinačnih informacija i vještina za uspjeh u školi važniji su djetetov emocionalni i socijalni razvoj, zdravlje i stavovi o učenju, jer oni pridonose budućem učenju i uspjehu. To isto vrijedi i za razvoj djetetovog mišljenja, za osnovna znanja i komunikaciju. A sve se to najbolje stječe kroz igru, istraživanje i druženje djeteta s bliskim odraslim osobama i vršnjacima. Zato je važno u svim aktivnostima dati djetetu nužnu količinu potpore i strukture, a to je upravo odgovornost roditelja i stručnjaka.



4. Terapijske postupke treba ugraditi u dnevne rutine

Dijete s teškoćama u razvoju u pravilu ide na neku od terapija: fizioterapiju, logopedsku terapiju, radnu terapiju, a možda ima i stručnu potporu u obitelji – tzv. patronažu kada stručnjak dolazi u kuću i potiče djetetovo učenje u prirodnoj okolini. Za dijete mlađe životne dobi nije uvijek niti ugodno niti korisno da obilazi velik broj stručnjaka. Njegove su sposobnosti prilagodbe i sposobnosti integracije novonaučenog u iskustvo još krhke. Da novonaučeno ne bi bilo izgubljeno i da postane funkcionalno, treba ga ugraditi u svakodnevne rutine. Zato je iznimno važno da ono što stručnjak radi individualno s djetetom podijeli i s roditeljem te da mu objasni koji su poticaji i koje strategije za dijete u danom trenutku potrebni. Nije dovoljno samo čuti da su potrebni, nego i zašto su potrebni, tj. povezati ih s načinom djetetovog učenja i njegovim interesima. Na taj će ih način roditelj moći uključiti u svakodnevno bavljenje djetetom, ali ne kao terapeut, već kao roditelj. Stručnjaci koji individualno rade s djetetom mogu roditeljima pomoći da postanu učinkovitiji roditelji ako ih nauče koje su strategije za dijete korisne i kako ih primjenjivati. Primjerice za dijete koje u interakciji slabo obraća pažnju na roditeljsko lice i ne gleda ga u oči, stručnjak može predložiti da za sve predmete koje dijete traži od roditelja i roditelj mu ih dodaje način pružanja bude malo drugčiji. Traženi predmet ne treba pružiti izravno s police u djetetovu ručicu nego putanjem pružanja treba ići ispred roditeljskog lica. Dijete, koje je fokusirano na predmet, tako će u svoje vidno polje dobiti i roditeljsko lice, susrest će se s njegovim očima i imati priliku uspostaviti kontakt očima u prirodnoj situaciji. Uočit će da roditeljske oči drukčije sjaje kada se susretu s njegovim i da poručuju „Evo, uzmi!“ Naravno, da bi dijete to otkrilo, treba mu puno prilika (ponavljanja) koje će njemu biti smislene, a to se događa samo u prirodnoj, djetetu zanimljivoj situaciji, a nikako kroz „dril!“ Takva je strategija puno učinkovitija negoli roditeljska uputa djetetu „Pogledaj me!“ Dijete će pogledati roditelja u lice da dobije željeni predmet, ali neće razumjeti što na licu treba gledati. Gledat će da dobije željeno, a ne da uspostavi kontakt. Roditelj kojemu je stručnjak dobro objasnio način i svrhu neke strategije ugraditi će strategiju u svoje ponašanje i domišljato je primjenjivati u brojnim svakodnevnim situacijama, a dijete će otkriti nešto važno za svoj razvoj bez prisile i vježbe kojoj ne vidi smisao.



Temeljne psihološke potrebe

Temeljne psihološke potrebe ima svako dijete i odrasla osoba – one su univerzalne (Ryan i Deci, 2000.). Njihova zadovoljenost važna je za osobnu dobrobit. Roditelji djece s teškoćama u razvoju i razvojnim rizicima moraju se ponekad posebno založiti da bi se sve temeljne psihološke potrebe njihovog djeteta skladno ostvarivale. Ritam različitih vježbi ili pregleda ostavljaju malo vremena za ostvarivanje povezanosti, za slobodu izbora i za ovladavanje znanjima i vještinama vlastitim tempom i na način koji djetetu daje osjećaj učinkovitosti. Puno toga jest i mora biti nametnuto djetetu i to nije jednostavno. Ipak, roditelji su domišljati i tu svoju domišljatost trebaju upotrijebiti da osiguraju svojem djetetu dovoljno prilika za ostvarivanje njegovih temeljnih psiholoških potreba.

Temeljne psihološke potrebe jesu:

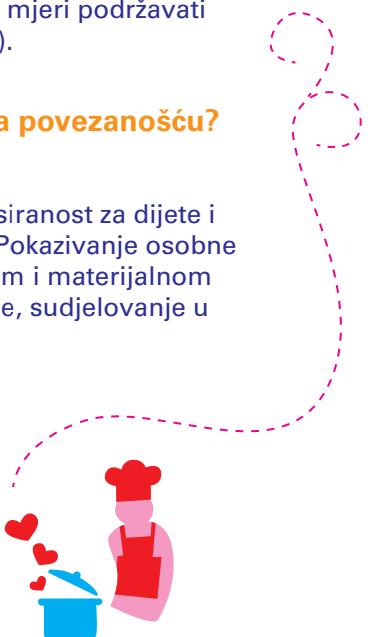
- **Potreba za povezanošću s važnom osobom/osobama u okolini, za ljubavlju, prihvatanjem, pripadanjem, za bliskim odnosom, za „sigurnom bazom“ te za sigurnošću, predvidivošću i stalnošću ove povezanosti.**
- **Potreba za autonomijom, samostalnošću, uvažavanjem, slobodom izbora.**
Odnosi se na doživljaj vlastite inicijative, na slobodu izbora, na potrebu da osjećam da sam ja ta koja upravljam svojim ponašanjem i odlučujem o njemu (a ne da se ponašam pod prisilom i izvanjskim pritiscima).
- **Potreba za kompetentnošću, za sposobnošću utjecaja na ljudе i stvari koji dijete okružuju, za ovladavanjem znanjima i vještinama.** Odnosi se na potrebu da se osjećamo učinkoviti, uspješni u svojim interakcijama (nastojanjima) s ljudima i stvarima.

Roditelji svojim stavovima i ponašanjem mogu u većoj ili manjoj mjeri podržavati zadovoljenje djetetovih psiholoških potreba (Grolnick i sur., 1997.).

Kako roditelj olakšava zadovoljenje djetetove potrebe za povezanošću?

Tako da se uključuje u život i svijet svog djeteta!

Roditeljeva osobna uključenost odnosi se na roditeljsku zainteresiranost za dijete i znanje o njemu te na to koliko roditelj sudjeluje u životu djeteta. Pokazivanje osobne uključenosti podrazumijeva davanje sebe djetetu, u emocionalnom i materijalnom smislu (provodenje zajedničkog vremena, pružanje pažnje, topline, sudjelovanje u djetetovoj svakodnevnići i sl.).



Kako roditelj podupire zadovoljenje djetetove potrebe za autonomijom?

Tako da podržava djetetovu autonomiju!

Roditeljsko podržavanje djetetove autonomije odnosi se na aktivno podržavanje djetetovih inicijativa i pothvata, mogućnosti biranja (u skladu s djetetovom dobi, zrelošću i interesima) te pružanje potpore djetetu da riješi svoje probleme. Suprotno podržavanju djetetove autonomije je korištenje prisilom i pritiskom da bi se dijete motiviralo te rješavanje problema umjesto djeteta. Taj zadatak roditeljima nije lak jer je dijete s teškoćama više negoli su to ostala djeca primoravano raditi nešto što ne voli. Zato je ovu temu dobro raspraviti i sa stručnjacima koji rade s djetetom kako bi se doista odradilo sve što je korisno i potrebno, a da dijete ujedno bude podržano i u svojoj potrebi za autonomijom.

Kako roditelj podržava zadovoljenje djetetove potrebe za kompetentnošću?

Tako da pruža strukturu i usmjerava dijete!

Roditeljsko pružanje strukture i usmjeravanje odnosi se na osiguravanje stabilnosti i predvidivosti u djetetovu životu i okruženju (npr. svakodnevna rutina, rituali, siguran prostor) te na izricanje djetetu jasnih očekivanja, pravila i povratnih informacija o poželjnem i nepoželjnem ponašanju. Ova roditeljska ponašanja pomažu djetetu da stječe iskustva kompetencije, da doživi da je nešto uspješno sveladalo.

Dijete roditeljska ponašanja uključenosti i pružanja strukture doživljava pozitivno ili negativno, ovisno o tome u kojoj mjeri roditelj podupire djetetovu autonomiju.

Tako velika roditeljska uključenost može biti doživljena kao nametanje, uplitane i preplavljanje djeteta ako roditelj ne uvažava dijete kao osobu i ne podupire njegovu autonomiju.

Jednako tako, veliko usmjeravanje i strukturiranje djetetovog ponašanja dijete će doživljavati negativno, ako roditelj pritom ne poštuje djetetovu autonomiju i sudjelovanje u odlučivanju.

Naravno, i djetetov doživljaj roditeljskih ponašanja za podršku autonomiji ili roditeljskog pružanja strukture i usmjeravanja ovisi o tome osjeća li dijete roditeljevu osobnu uključenost, prihvatanje i emocionalnu toplinu.



IGRA – Kratki savjeti roditeljima

- Svakoga dana odvojite vrijeme za igru s djetetom – neka to bude vrijeme u kojem će vaša pažnja biti usmjerena isključivo na dijete.
- Slijedite djetetov interes u odabiru igre.
- Neka vam fokus ne bude na učenju akademskih vještina (grafomotorika, usvojenost pojmova), nego na djetetovoj i vašoj zabavi i zajedničkom dobrom osjećaju te kvalitetnoj komunikaciji.
- Uključite u igre što više članova obitelji.
- Neka igra postane vaš obiteljski ritual.
- Tijekom igre ističite djetetove vještine i vrline, pohvalite inicijativu djeteta, čime ćete potaknuti stvaranje djetetova osjećaja kompetentnosti.
- Naučite dijete da prihvati i pobedu i poraz kao normalan dio igre i aktivnosti.
- Ako dijete mora prekinuti igru, omogućite mu prijelazno razdoblje tako da ga npr. upozorite da ima na raspolaganju još 15 minuta, pa još pet minuta, nakon čega mora završiti s igranjem.
- Obveze koje dijete mora izvršavati pokušajte organizirati kao igru – i spremanje sobe može biti zabavno.
- IGRA JE VAŽNA, ako imate pitanja, obratite se stručnjacima!

Vi ste djetetova najbolja,
najvrijednija igračka!
- Igrajte se!





7. LITERATURA

- Ajduković, M.** (1997.) *Grupni pristup psihosocijalnom radu*. Zagreb: Društvo za psihološku pomoć.
- Ajduković, M. i Marohnić, S.** (2011.) *Smjernice za planiranje, provedbu i evaluaciju prevencijskih i tretmanskih programa zaštite djece od nasilja*. Zagreb: Ministarstvo obitelji, branitelja i međugeneracijske solidarnosti.
- Aldgate, J. i Jones, D.** (2006.) The place of attachment in children's development, str. 67.-96.
U: Aldgate, J., Jones, D., Rose, W. i Jeffery, C. (ur.) *The Developing World of the Child*, London: Jessica Kingsley.
- Bailey, D. B. i Simeonsson, R. J.** (1988.) Assessing needs of families with handicapped infants. *Journal of Special Education*, 22, st. 117. – 127.
- Bartolo, P. A.** (2002.) Communicating a diagnosis of developmental disability to parents: multiprofessional negotiation frameworks. *Child: Care, Health & Development*, 28 (1), str. 65. – 71.
- Baumrind, D.** (1968.) Authoritarian vs. authoritative parental control. *Adolescence*, 3, str. 255. –272.
- Belsky, J. i Stratton, P.** (2002.) An ecological analysis of the etiology of child maltreatment.
U: Browne, K., Hanks, H., Stratton, P. i Hamilton, C. (ur.) *Early Prediction and Prevention of Child Abuse: A Handbook*, str. 95. – 110. Chichester: Wiley.
- Benson, J.F.** (1987.). Working More Creatively with Groups. Tavistock Publications.
- Breton, M.** (1994.) On the meaning of empowerment and empowerment-oriented social work practice. *Social Work with Groups*, 17 (3), str. 23. – 37.
- Browne, K., Hanks, H., Stratton, P. i Hamilton, C.** (ur.) *Early Prediction and Prevention of Child Abuse: A Handbook*, str. 145. – 164. Chichester: Wiley.
- Buckman, R. i Kason, Y.** (1992.) How to break the bad news: a guide for health-care professionals. London: Papermac.
- Clark, A.** (2004.) *Why and how we listen to young children: Leaflet Sure Start project Listening as a Way of Life*. London: National Children's Bureau.

- Čudina-Obradović, M. i Obradović, J.** (2006.) *Psihologija braka i obitelji*. Zagreb: Golden marketing.
- Doek, J. E.** (2004.) *Parents and the rights of the child*. Izlaganje na sastanku Odbora stručnjaka za djecu i obitelji Vijeća Europe. Strasbourg.
- Dorr, A.** (1986.) *Television and Children: A Special Medium for a Special Audience*. Beverley Hills: Sage.
- Durrant, J.** (2007.) *Positive discipline: What it is and how to do it*. Bangkok: Save the Children Sweden Southeast Asia and Pacific.
- Fabes, R. A., Poulin, R. E., Eisenberg, N. i Madden-Derdich** (2002.) The coping with children's negative emotions scale (CCNES): Psychometric properties and relations with children's emotional competence. *Marriage & Family Review*, 34 (3/4), str. 285. – 310.
- Flett, M.** (2007.) Supporting mothers: Enriching the learning environment for young children. *Early Childhood Matters*, 11, str. 45. – 50.
- Gabelica Šupljika, M.** (1997.) Stavovi roditelja koji obeshrabruju suradnju i potporu. U: Milanović, M. (ur.) *Pomožimo im rasti: Priručnik za partnerstvo odgojitelja i roditelja u Programu psihosocijalne potpore djeci predškolske dobi*, str. 31. – 40. Zagreb: Ministarstvo prosvjete i športa Republike Hrvatske.
- Gilligan, R.** (2000.) Family support: Issues and prospects. U: Canavan, J., Dolan, P. i Pinkerton, J. (ur.) *Family Support: Direction From Diversity*, str. 13. – 35. London: Jessica Kingsley.
- Gordon, T.** (1996.) *Škola roditeljske djelotvornosti*. Zagreb: Poduzetništvo Jakić.
- Gray, M. R. i Steinberg, L.** (1999.) Unpacking authoritative parenting: Reassessing a multidimensional construct. *Journal of Marriage and the Family*, 61, str. 574–587.
- Grolnick, W.** (2003.) *The psychology of parental control: How well-meant parenting backfires*. Mahwah: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Grolnick, W. S., Beiswenger, K. L. i Price, C. E.** (2008.) Stepping up without overstepping: Disentangling parenting dimensions and their implications for adolescent adjustment. U: Kerr, M., Stattin, H. i Engels, R. C. (ur.) *What can parents do? New insights into the role of parents in adolescent problem behavior*. Chichester: John Wiley & Sons, Ltd.

- Grolnick, W. S., Deci, E. L. i Ryan, R. M.** (1997.) Internalization within the family: The self-determination theory perspective. U Grusec, J. E. i Kuczynski, L. (Ur.), *Parenting and children's internalization of values: A handbook of contemporary theory*, str. 135. – 161. New York: Wiley.
- Hart, B. i Risley, T.** (1995.) *Meaningful differences in the everyday experience of young American children*. Baltimore: Paul H Brookes Publishing.
- Heckman, J.** (2009.) *Investing in early childhood: The most effective use of a nation's resources*. Izlaganje na <http://www.issa2009.ro/keynotes.php>.
- Honoré, C.** (2009.) *Pod pritiskom: Spašavanje djece od kulture hiperroditeljstva*. Zagreb: Algoritam.
- Hundeide, K.** (1996.) *Eight themes for positive interaction*. Oslo: ICDP International Child Development Programmes.
- Hundeide, K.** (n.d.). *An introduction to the ICDP Programme*. <http://www.icdp.info/Introduction%20to%20the%20ICDP%20Program1.pdf>.
- Hundeide, K.** (n.d.). *What is ICDP*. Preuzeto s <http://www.icdp.info/Brochure.pdf>.
- Juul, J.** (2002.) *Relational competence: From obedience to responsibility - A new perspective on professional relations of adults to children*. Seminar održan 10. – 11. listopada 2002. u Zagrebu.
- Juul, J.** (2005.) http://www.family-lab.com/about_us.asp.
- Juul, J.** (2006.a) *Vaše kompetentno dijete*. Zagreb: Naklada Pelago.
- Juul, J.** (2006.b) *Ovo sam ja! Tko si ti? O bliskosti, poštovanju i granicama između odraslih i djece*. Zagreb: Naklada Pelago.
- Juul, J.** (2007.) *Znati reći 'ne' mirne savjesti*. Zagreb: Naklada Pelago.
- Juul, J.** (2008.) *Život u obitelji: Najvažnije vrijednosti u zajedničkom životu i odgoju djece*. Zagreb: Naklada Pelago.
- Kerestes, G., Brkovic, I. i Kuterovac Jagodić, G.** (2008.) *Skala percipirane roditeljske kompetentnosti*. Neobjavljeni priručnik.

- Kerr, M., Stattin, H., Biesecker, G. i Ferrer-Wreder, L.** (2003.) Relationships with parents and peers in adolescence. U: Weiner, I. B. (glavni ur.) *Handbook of psychology: Vol. 6. Developmental psychology*, str. 395. – 419. New Jersey: Wiley.
- Konvencija UN-a o pravima djeteta** (2001.) Zagreb: Državni zavod za zaštitu obitelji, materinstva i mladeži.
- Kralj, T.** (2012.) *Opterećenje i potrebe roditelja male djece s razvojnim teškoćama*. Neobjavljeni magistarski rad. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Filozofski fakultet.
- Krauss Wyngaarden, M.** (2000.) Family assessment within early intervention programs. U: J. P. Shonkoff i S. J. Meisels (ur.), *Handbook of early childhood intervention (2. izd.)*, (str. 290. – 308). New York: Cambridge University Press.
- Kuczynski, L. i Parkin, M.** (2006.) Agency and bidirectionality in socialization: Interactions, transactions and relational dialectics. U: Grusec, J. E. i Hastings, P. (ur.) *Handbook of socialization*, str. 259. – 283. New York: Guilford Press.
- Laible, D. J. i Thompson, R. A.** (2002.) Mother-child conflict in the toddler years: Lessons in emotion, morality and relationships. *Child Development*, 73, str. 1187. – 1203.
- Landhuis, C. E., Poulton, R., Welch, D. i Hancox, R. J.** (2007.) Does childhood television viewing lead to attention problems in adolescence?: Results from a prospective longitudinal study. *Pediatrics*, 120, str. 532. – 537.
- Lyons-Ruth, K. i Zaenah, C. H.** (1998.) The family context of infant mental health: 1. Affective development in the primary caregiving relationship. U: Zaenah, C. H. (ur.) *Handbook of infant mental health*, str. 14.-37. London: Guilford Press.
- Ljubešić, M.** (2013.) *Roditelj i dijete s teškoćama u razvoju*. U: Pećnik, N. (ur.). Kako roditelji i zajednice brinu o djeci najmlađe dobi u Hrvatskoj. Zagreb: Ured UNICEF-a za Hrvatsku, str. 84. – 97.
- Maccoby, E. E. i Martin, J. A.** (1983.) Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. U: Mussen, P. i Hetherington, E. M. (ur.) *Handbook of Child Psychology*, Vol. 4., str. 1. – 101. New York: Wiley.

- Marinković, Z.** (1997). Komunikacijski roditeljski sastanak o temi Zna li dijete što ja hoću. U: M. Milanović (ur.) *Pomozimo im rasti: Priručnik za partnerstvo odgojitelja i roditelja u Programu psihosocijalne potpore djeci predškolske dobi*, str. 109. – 111. Zagreb: Ministarstvo prosvjete i športa Republike Hrvatske.
- McAuley, C., Pecora, P. i Rose, W.** (2006.) *Enhancing the well-being of children and families through effective interventions: International evidence for practice*. London: Jesica Kingsley Publishers.
- Milas, G.** (2005.) *Istraživačke metode u psihologiji i drugim društvenim znanostima*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Miller, N. B.** (1994.) Nobody's perfect. Living and growing with children who have special needs. Baltimore:Brookes.
- Miljković, D. i Rijavec, M.** (2004.) *Bolje biti vjetar nego list: Psihologija dječjeg samopouzdanja*. Zagreb: IEP.
- Moran, P., Ghate, D. i van der Merwe, A.** (2004.) *What Works in Parenting Support? A Review of the International Evidence*. London: Department for Education and Skills.
- Nielsen Media Research, American Family Research Council, Jack Mango „TV in America“, Harpers, The Washington Post, American Medical Association, Senate Judiciary Committee Staff Report, dostupno na www.tvturnoff.org/factsheets.
- Oates, J.** (2010.) *Supporting Parenting*. Early Childhood in Focus, 5. Milton Keynes: The Open University.
- Pećnik, N.** (2006.) Prilog odbacivanju tjelesnog kažnjavanja djece. *Dijete i društvo*, 8 (1), str. 177. – 199.
- Pećnik, N.** (2007.) Towards a vision of parenting in the best interests of the child. U: Daly, M. (ur.) *Parenting in contemporary Europe: A positive approach*, str. 15. – 36. Strasbourg: Council of Europe Publishing.
- Pećnik, N.** (2008.a) Prema viziji roditeljstva u najboljem interesu djeteta. U: Daly, M. (ur.) *Roditeljstvo u suvremenoj Evropi: pozitivan pristup*, str. 15. – 38. Zagreb: Ministarstvo obitelji, branitelja i međugeneracijske solidarnosti.
- Pećnik, N.** (2008. b) Suvremeni pogledi na dijete, roditeljstvo i socijalizaciju. *Dijete i društvo*, 10 (1/2), str. 99. – 115.

- Pećnik, N.** (ur.) *Kako roditelji i zajednice brinu o djeci najmlađe dobi u Hrvatskoj*. Zagreb: Ured UNICEF-a za Hrvatsku.
- Pećnik, N. i Ljubešić, M.** *Evaluacija učinaka programa radionica s roditeljima „Rastimo zajedno Plus“* (neobjavljeni rukopis)
- Pećnik, N., Radočaj, T. i Tokić, A.** (2011.) Uvjerjenja javnosti o ispravnim roditeljskim postupcima prema djeci najmlađe dobi. *Društvena istraživanja, 20* (3), str. 625. – 646.
- Pećnik, N. i Starc, B.** (2010.) *Rastimo zajedno, program radionica za roditelje najmlađe djece: Priručnik za voditelje*. Zagreb: Ured UNICEF-a za Hrvatsku
- Pećnik, N. i Starc, B.** (2010.) *Roditeljstvo u najboljem interesu djeteta i podrška roditeljima najmlađe djece*. Zagreb: Ured UNICEF-a za Hrvatsku.
- Pleša, A.** (1996.) Letak Zna li dijete što ja hoću. U: Milanović, M. (ur.) *Pomozimo im rasti: Psihološka pomoć i potpora roditeljima*. Zagreb: Ministarstvo prosvjete i športa Republike Hrvatske i Ured UNICEF-a za Hrvatsku.
- Pleša, A.** (1997.) Komunikacijski roditeljski sastanak. U: Milanović, M. (ur.) *Pomozimo im rasti: Priručnik za partnerstvo odgojitelja i roditelja u Programu psihosocijalne potpore djeci predškolske dobi*, str. 79. – 101. Zagreb: Ministarstvo prosvjete i športa Republike Hrvatske.
- Pojašnjavajuće izvješće za Preporuku 19 (2006.) Odbora ministara državama članicama Vijeća Europe o politici podrške pozitivnom roditeljstvu. *Dijete i društvo, 10* (1/2), str. 471. – 488.
- Pregrad, J.** (2007.) *Priručnik Projekt Za sigurno i poticajno okruženje u školama – prevencija i borba protiv nasilja među djecom*. Zagreb: Ured UNICEF-a za Hrvatsku.
- Pregrad, J.** (2009.) Roditeljska kompetentnost. Izlaganje na evaluacijskom seminaru „Rastimo zajedno“, Zagreb-Sljeme, rujan 2009.
- Preporuka 19** (2006.) Odbora ministara državama članicama Vijeća Europe o politici podrške pozitivnom roditeljstvu. *Dijete i društvo, 10* (1/2), str. 463. – 470.
- Pribela-Hodap, S.** (2008.) *Što roditelji trebaju od stručnjaka?* <http://www.roda.hr/tekstovi.php?TekstID=7&Tekst2ID=&Show=2673>.

- Profaca, B. i Arambašić, L.** (2004.) Upitnik izvora i intenziteta roditeljskog stresa. *Suvremena psihologija, 7* (2), str. 243. – 260.
- Quinton, D.** (2004.) *Supporting Parents: Messages from Research*. London: Jessica Kingsley.
- Radočaj, T.** (2008.) Što (ne) znaju i što čine roditelji najmlađe djece? *Dijete i društvo, 10* (1/2), str. 119. – 135.
- Rich, D.** (2004.) *Listening to babies: Leaflet Sure Start project Listening as a Way of Life*. London: National Children's Bureau.
- Richter, L.** (2004.) *The Importance of caregiver-child interactions for the survival and healthy development of young children. A review*. Geneva: World Health Organisation.
- Rijavec, M., Miljković, D. i Brdar, I.** (2008.) *Pozitivna psihologija*. Zagreb: IEP-D2.
- Roggman, L. A., Boyce, L. K. i Innocenti, M. S.** (2008.) Developmental parenting. A guide for early childhood practitioners. Baltimore: Brookes.
- Ryan, R. i Deci, E.** (2000.) Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. *American Psychologist, 55* (1), str. 68. – 78.
- Sandbaek, M.** (2007.) Usluge za podršku pozitivnom roditeljstvu. U: Daly, M. (ur.) *Roditeljstvo u suvremenoj Evropi: pozitivan pristup*, str. 15. – 38. Zagreb: Ministarstvo obitelji, branitelja i međugeneracijske solidarnosti.
- Sanders, M. i Cann, W.** (2002.) Promoting positive parenting as an abuse prevention strategy. U: Schaffer, R. (1996.) *Social Development*. London: Blackwell Publishing.
- Seligman, M.** (2005.) *Optimistično dijete*. Zagreb: IEP
- Shanker, S.** (2009.) *The Promotion of Healthy Mental Functioning*. <http://www.issa2009.ro/keynotes.php>
- Shonkoff, J. i Phillips, D.** (2000.) *From neurons to neighborhoods: The science of early childhood development*. Washington, DC: National Academy Press.
- Sommer, D.** (1998.) The reconstruction of childhood-implications for theory and practice. *European Journal of Social Work, 1* (3), str. 311. – 326.

- Starc, B., Čudina-Obradović, M., Pleša, A., Profaca, B. i Letica, M.** (2004.) *Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi: Priručnik za odgojitelje, roditelje i sve koji odgajaju djecu predškolske dobi*. Zagreb: Golden marketing – Tehnička knjiga.
- Šarić, Lj.** (1996.) Letak Dijete i igra. U: Milanović, M. (ur.) *Pomozimo im rasti: Psihološka pomoć i potpora roditeljima*. Zagreb: Ministarstvo prosvjete i športa Republike Hrvatske i Ured UNICEF-a za Hrvatsku.
- Šarić, Lj.** (1997.) Komunikacijski roditeljski sastanak o temi Dijete i igra. U: Milanović, M. (ur.) *Pomozimo im rasti: Priručnik za partnerstvo odgojitelja i roditelja u Programu psihosocijalne potpore djeci predškolske dobi*, str. 121. – 125. Zagreb: Ministarstvo prosvjete i športa Republike Hrvatske.
- Toseland, R. W. i Rivas, R. F.** (2001). *An introduction to group work practice*. (4th ed.). Boston: Allyn & Bacon.
- Trute, B., Hiebert-Murphy, D., Benzies, K. i Levine, K.** (2009.) *Three Measures for Family-Centred Practice in Children's Services: Family Impact of Childhood Disability (FICD), Parenting Morale Index (PMI), and Professional and Parent Alliance Scale (PAPAS)*. Calgary, AB: University of Calgary.
- UNICEF – interni materijal. Parent Group Sessions. (n.d.)**
- Velemir, B. i Kašuba, V.** (2009.) Kako roditelji reagiraju kad je djetetu teško: Kvalitativna analiza roditeljskih iskaza. *II. kongres primijenjene psihologije: Zaštita zdravlja djece i mladih: Knjiga sažetaka*, str. 94. Hrvatska psihološka komora i Hrvatsko psihološko društvo.



8.

POPIS ORGANIZACIJA I SURADNIKA KOJI SU SUDJELOVALI U POKUSNOJ PRIMJENI I EVALUACIJI PROGRAMA

Zahvaljujemo svim voditeljicama koje su tijekom proljeća 2013. provodile radionice s roditeljima djece s teškoćama u razvoju „Rastimo zajedno Plus“ te dale vrijedan doprinos kreiranju Programa i njegovoj evaluaciji. Pokusna primjena programa odvijala se u sljedećim organizacijama:

1. **Dječji vrtić RADOŠT, Crikvenica**
Sonja Pribela-Hodap
Tea Petek
2. **Dječji vrtić VRBIK, Zagreb**
Minja Jeić
Martina Smiljanic
3. **Dječji vrtić CEKIN, Slavonski Brod**
Vesna Jerković
Maja Ereiz
4. **Dnevni centar za rehabilitaciju djece i mladeži MALI DOM, Zagreb**
Sabina Šimić
Mirjana Marojević
5. **Centar za rehabilitaciju Edukacijsko-rehabilitacijskog fakulteta, Zagreb**
Marta Ljubešić
Branka Starc
6. **Udruga gluhih i nagluhih Primorsko-goranske županije, Rijeka**
Sonja Pribela-Hodap
Marija Frlan
7. **Obiteljski centar Vukovarsko-srijemske županije, Vinkovci**
Ružica Pandža
Ružica Branković
8. **Obiteljski centar Šibensko-kninske županije, Šibenik**
Gina Lugović
Ines Barišić
9. **Obiteljski centar Dubrovačko-neretvanske županije, Dubrovnik**
Silvia Sokal Gojavić
Dubravka Butigan
10. **Obiteljski centar Primorsko-goranske županije, Rijeka**
Gordana Stolfa
Ana Rajić
11. **Obiteljski centar Bjelovarsko-bilogorske županije, Bjelovar**
Renata Sedlanić
Romana Misir
12. **Obiteljski centar Istarske županije, Pula**
Ines Puhar
Irena Krajcar



Hvala i stručnjacima koji su omogućili evaluaciju Programa surađujući s roditeljima koji nisu pohađali radionice i činili takozvanu „kontrolnu grupu“ u sljedećim organizacijama:

1. **Dječji vrtić OPATIJA, Opatija**
Anita Marić
2. **Dječji vrtić VEDRI DANI, Zagreb**
Martina Mikac
3. **Centar za predškolski odgoj OSIJEK, Osijek**
Gabrijela Hajba
Tatjana Mikloš
4. **Gradski vrtići ŠIBENIK, Šibenik**
Ivana Vukšić
5. **Dječji vrtić RIJEKA, Rijeka**
Darko Sambol
6. **Dječji vrtić DUGA, Zagreb**
Ines Knežević
7. **Dječji vrtić VLADIMIRA NAZORA, Zagreb**
Vesna Marušić
8. **Dječji vrtić TATJANE MARINIĆ, Zagreb**
Renata Belas
9. **Dječji vrtić LATICA, Zadar**
Božica Dušević
10. **Udruga za sindrom Down – Zagreb**
Natalija Belošević



Ured UNICEF-a za Hrvatsku od srca zahvaljuje Hrvatskom filmskom savezu i dječjim filmskim družinama:

Udruzi za multimedijalno stvaralaštvo „Hodači po žici“ Osnovne škole Rudeš,

Udruzi ZAG Osnovne škole Marije Jurić Zagorke

Filmskom kino i video klubu Zaprešić te družini Osnovne škole Eugena Kumičića iz Velike Gorice na ustupljenim filmovima „Moji prijatelji kao ja“, „Još jednom za Riju“, „Brašnići“, „Hrc“ i Svijet pod prstima“

Priručnik za voditelje/ice radionica „Rastimo zajedno plus“ nastao je na temelju priručnika za provedbu osnovnog programa „Rastimo zajedno“ te stoga sadrži dijelove istovjetne originalnom priručniku, kao i izmijenjene, dopunjene i prilagodene dijelove sukladno specifičnostima programa i rada s roditeljima djece s teškoćama u razvoju. Među istovjetnim dijelovima nalaze se i sadržaji za koje su u osnovnom priručniku dobivene dozvole za korištenje od:

1. International Child Development Programme (ICDP) za korištenje dijelova brošure: *What is ICDP*, www.icdp.info
2. Save the Children Sweden, Regional Office Southeast Asia and the Pacific, za korištenje dijelova knjige „Positive discipline: What it is and how to do it“ autorice Dr. Joan E. Durrant

Tri mudre misli

Što rade dobri vrtlari?
Oni pomažu ruži postati
ružom. Majke i očevi su
poput dobrih vrtlara.

Tko pobijedi strah,
taj je i tigru opasan
protivnik.

Nema beznadnih situacija;
postoje samo ljudi koji se u
određenim situacijama osjećaju
beznadno.

