

SIGURNO DIJETE



*Kako djeci pomoći
da se osjećaju
zaštićeno i sigurno
u promjenljivom svijetu*

STANLEY I. GREENSPAN



OSTVARENJE

Biblioteka
RAZVOJ DJETETA

Naslov izvornika:
**“The Secure Child: Helping Children
Feel Safe and Confident in a Changing World”**

Copyright © 2002 by Stanley I. Greenspan, M.D.

First published in the United States by Perseus Publishing,
A Subsidiary of Perseus Books L.L.C.
Prvi izdavač je Perseus Publishing, SAD, ogranak Perseus Books L.L.C.

© Za hrvatsko izdanje: Ostvarenje d.o.o.

Prijevod: Ilona Posokhova
Lektura: Antun Vujičić

Obrada i prijelom: Ostvarenje d.o.o.
Tisak: Kratis d.o.o.
I. izdanje: rujan, 2003.

Nakladnik:

OSTVARENJE d.o.o., Donji Vukojevac 12, 44272 Lekenik
tel/fax: 044 732-228, 732-230
<http://ostvarenje.crolink.net> <http://razvojdjece.crolink.net>
ostvarenje@hi.hinet.hr

CIP - Katalogizacija u publikaciji
Nacionalna i sveučilišna knjižnica - Zagreb
UDK

ISBN: 953-6827-14-X

Nancy, Elizabeth, Jakeu i Sarah

SADRŽAJ

<i>Predgovor autora hrvatskom izdanju</i>	vii
<i>Uvod</i>	ix
1. Četiri načela pomoći djeci da se osjećaju sigurna u nesigurnom dobu	1
<i>Četiri načela, 2</i>	
<i>Razvijanje osjećaja sigurnosti, 5</i>	
<i>Globalno viđenje, 9</i>	
2. Što dijete čini sigurnim?	13
<i>Obiteljski odnosi, 14</i>	
<i>Otpornost, 18</i>	
<i>Osobine sigurnog djeteta, 21</i>	
<i>Sigurnost i empatija, 43</i>	
3. Sigurnost u dojenčadi i ranom djetinjstvu	47
<i>Emocionalni temelji sigurnosti, 47</i>	
<i>Tipični znakovi tjeskobe i nesigurnosti u beba i predškolske djece, 57</i>	

*Kako mališanima i predškolarcima pomoći
da osnaže osjećaj sigurnosti, 64*

4. Sigurnost u školskim godinama	85
<i>Nove sposobnosti koje pomažu izgraditi sigurnost i samopouzdanje, 85</i>	
<i>Znakovi nesigurnosti u školske djece i načini roditeljske pomoći, 96</i>	
<i>Povećavanje sigurnosti u školskim godinama: pet načela, 110</i>	
5. Sigurnost i samopouzdanje u adolescenata	131
<i>Nove snage u adolescenciji, 131</i>	
<i>Znakovi tjeskobe u adolescenata, 143</i>	
<i>Kako adolescentima pomoći da postanu sigurniji, 150</i>	
6. Kako djeci i adolescentima pomoći da se pripreme za budućnost	161
<i>Kazalo</i>	<i>165</i>
<i>Zahvale</i>	<i>173</i>
<i>O autoru</i>	<i>174</i>

Predgovor autora hrvatskom izdanju

U SVAKOM SU KUTKU SVIJETA NAŠA DJECA I OBITELJI suočeni sa sve većim stresom i nesigurnošću. Rat, prijetnja gladi, terorizam te brze političke i društvene promjene doveli su do povećanog opreza, tjeskobe i straha. Hrvatska je nedavno doživjela brojne iznimno stresne transformacije. Kako na najbolji način možemo pomoći našoj djeci da se blagotvorno razvijaju i čak cvatu u ovo doba naglih promjena i povećanog stresa?

U knjizi "Sigurno dijete" predstavljamo model pomoći djeci da se osjećaju sigurno i razvijaju zdrave intelektualne, emocionalne i društvene potencijale, čak i u veoma stresna doba. Opisujemo vrste odnosa unutar obitelji, između roditelja i djece, koji djecu mogu emocionalno zaštititi, dovesti do unutarjnega osjećaja sigurnosti i strategija snalaženja u situacijama promjena i neočekivanih budućih stresova. Pokazujemo kako prepoznati znakove nesigurnosti u mališana, predškolske, školske djece i adolescenata, te specifične vidove iskustava koji djetetu u svakoj dobi trebaju pružati roditelji i obitelj radi poticanja osjećaja sigurnosti i blagostanja.

Stanley I. Greenspan, dr. med.

*klinički profesor psihijatrije i pedijatrije
Sveučilište George Washington*

Uvod

STOLJEĆIMA JE PRIMARNI I NAJVAŽNIJI ZADATAK RODITELJA uvijek bio štititi svoju djecu od opasnosti vanjskoga svijeta. Dok su nedavni svjetski događaji prisilili obitelji da žive s većim osjećajem nesigurnosti i stresa, zadatak pomaganja djeci u razvijanju sposobnosti nužnih za osjećaj sigurnosti i samopouzdanog odrastanja, nije nov. Mnoge su prijetnje, pa tako i načini izlaganja djece opasnostima i nasilju, međutim, novi. Nasilje u školama, a također ugroženost okoliša te načini njihova prikazivanja na televiziji i u drugim medijima, stvaraju u djece strahove koje mogu izazvati dubinske nesigurnosti. Takve nas brige mogu preopteretiti, a osobito djecu koja su sklona personalizirati događaje i još ne mogu sagledati situacije u ispravnom svjetlu. Nije neuobičajeno da mala djeca vjeruju kako će se njima ili njihovim obiteljima nešto dogoditi jednostavno zato što se to dogodilo nekome drugom.

S namjerom da što brže pomognemo djeci steći osjećaj sigurnosti, iznijet ću u ovoj knjizi neka osnovna načela koja im mogu omogućiti da se nose sa zastrašujućim događajima. Ta načela niču iz razumijevanja da se djetetov osjećaj sigurnosti najviše temelji na njegovim odnosima s roditeljima tj. obitelji. Obiteljski odnosi su, kao što su uvijek bili, zaštita od svijeta. Oni djeci pružaju osjećaj da je štit njihova neposrednog okruženja - trajni

osjećaj da su zbrinuta, njegovana i zaštićena - prisutan. To im je sigurno sklonište iz kojega mogu istraživati i izražavati svoje osjećaje, smještajući zastrašujuće događaje u neki kontekst, umjesto da ih previše personaliziraju.

Osim što im trebamo pomoći da u kratkom roku steknu osjećaj relativne sigurnosti i da se suočavaju s trenutnim zadacima odrastanja, trebamo učiniti i korak unatrag te dugoročno sagledati vrste vještina koje su djeci potrebne kako bi se nosila sa situacijama koje ranije nisu doživjela. Svi mi moramo živjeti s nesigurnošću koja je dio života i s vjerojatnošću da se u budućnosti može dogoditi nešto zastrašujuće. A što je najvažnije, djeci moramo pomoći da postanu odrasle osobe koje mogu pridonijeti boljoj budućnosti života na Zemlji.

To je dugačak put. Zahtijeva brojne crte osobnosti koje većina nas cijeni, ali od kojih često ustuknemo uslijed svakodnevnih stresova. Na primjer, uspješno suočavanje s novim opasnostima zahtijeva sposobnosti stvaranja odnosa, traganja za ljudima koji zaslužuju povjerenje u stresna doba kao i sposobnost izražavanja osjećaja u tim odnosima te zajedničkog rješavanja problema. To se čini očiglednim i samo po sebi razumljivim osobinama, pa ipak, u zadnje vrijeme, zbog zahtjevnosti posla i želje da naša djeca borave sve više i više vremena u školama i vrtićima, odnosi su se povukli na drugi plan. Sposobnosti povjerenja, traganja za drugima i rada u malim skupinama ne mogu se razviti bez majki i očeva koji sa svojom djecom dnevno provode mnogo vremena, njegujući bliskost i intimnost, istražujući i prihvaćajući osjećanja, te nudeći primjere strpljenja, tolerancije i suradnje.

Prvo poglavlje određuje kratkoročne strategije pomoći u teška doba. Drugo poglavlje opisuje osobine sigurnog djeteta koje se može snalaziti u nesigurnom svijetu. To poglavlje također postavlja dugoročne ciljeve koje trebamo odrediti radi naše djece da bi se osjećala sigurna i

pripremila za bolju budućnost.

Međutim, usprkos naših ogromnih napora, tijekom djetetova odrastanja roditelji moraju biti spremni za znakove stresa i tjeskobe. Ključ je u pretvaranju tjeskobe ili žalosti, ili nastanka simptoma, u razvojne prilike. Znak tjeskobe ne razotkriva samo tu određenu brigu, već i područje djetetove osobnosti koje zahtijeva posebnu pažnju ili rad. Treće, četvrto i peto poglavlje pozorno promatra mališane i predškolarce, djecu školske dobi te adolescente kako bismo uočili koji su razvojni zadaci primjereni da bi djeca stekla osjećaj sigurnosti. Zatim ćemo razmotriti najuobičajenije znakove stresa i tjeskobe u tim uzrastima koji ukazuju da djeca nisu u stanju efikasno se nositi sa stresom. Ti su simptomi prozori za mogućnost budućega rasta koji pokazuju kako djeci pomoći u svladavanju strahova i suočavanju s problemima sa sve većom zrelošću.

Zaključno poglavlje raspravlja o tome zašto je danas toliko važno pomoći djeci da se osjećaju sigurnije. Naša djeca žive u svijetu u kojemu daleko prisutnija međusobna ovisnost nego što nam je znano iz prošlosti. U procesu učenja otkrivamo da neće biti nikakvih granica između nas i drugih skupina. Sve će se skupine sve više osjećati da su istom čamcu života. Sposobnost razumijevanja i suradnje s drugima, pronalaženja zajedničkih rješenja za sukobe postaju sve važniji.

Djeca u izolaciji ne mogu biti istinski sigurna. Moraju biti dio sigurnih odnosa ne samo u svojim obiteljima, već i u širim zajednicama i nacijama. Pravu je sigurnost moguće pronaći samo u sigurnim društvima. To će se dogoditi u svijetu gdje su svi međusobno povezani, i tada će sva djeca i njihove obitelji osjećati da mogu zadovoljiti svoje osnovne potrebe i živjeti punovrijedan i ispunjujući život.

Četiri načela pomoći djeci da se osjećaju sigurna u nesigurnom dobu

KAKVE SU POSLJEDICE TRAGEDIJA VELIKIH RAZMJERA, poput terorističkih napada, pucanja u školama ili prirodnih katastrofa, na bebe, djecu i njihove obitelji? Dok djeca rastu moramo se, u roditeljskoj ulozi, obraćati tim starim i novim temama. Danas, zbog nove svjesnosti da su naša sigurnost, ekonomija i okoliš globalne teme, obitelji su se morale suočiti s novom vrstom nesigurnosti. To nam je zajedničko. Međuovisnost nejednakih društava se postupno razvijala tijekom mnogih godina. Osim veza uspostavljenih modernom komunikacijom putem interneta i globalne televizije, poput CNN-a, nepostojanost međuovisnog svijeta financijskih tržišta može utjecati na životni standard pojedinačnih obitelji. Zajedničke opasnosti, poput globalnoga zagrijavanja, onečišćivanja i, u skorije vrijeme, povećanog terorizma, stvaraju u svima nama osjećaj velike nesigurnosti.

Tijekom zadnjih nekoliko godina brojni su vojni teoretičari govorili i pisali o svojim predviđanjima da će se

u bliskoj budućnosti dogoditi neka teroristička akcija protiv Sjedinjenih Država, ali nitko od nas nije htio obraćati pažnju na njihova upozorenja. Ta su se upozorenja ostvarila, prikazujući nam šokantnu stvarnost da smo svi uzajamno povezani. Ne trebamo čekati da se nova upozorenja - politička ili ekološka - obistine kako bismo shvatili da ćemo ili preživjeti ili zakazati kao planet - kao cjelina.

Nema zidova dovoljno visokih da zaštite jednu zemlju od druge. Kako danas relativno male skupine mogu prijetiti cijelome svijetu, u svojem načinu ophođenja jedni s drugima trebamo prijeći na novu razinu. Međuovisnost putem komunikacije i ekonomije ima konstruktivnu stranu. Međutim, ako međunarodni odnosi ostaju konflikti, povećava se destruktivna međuovisnost.

Dok odrasli moraju preuzeti vodeće uloge u podržavanju prosvjetljavajućih političkih struja za zajednice i nacije na dulji rok, zadatak je roditelja trenutačan i žuran. Moramo pomoći našoj djeci da se nose sa zatrašujućim osjećajima prouzročenim medijskim prikazom katastrofa i nemira odraslih.

Postoje brojna specifična iskustva koja mogu pomoći djeci i obiteljima da se osjećaju sigurnije. Prije razmatranja prirode tih iskustava za određenu dob, volio bih definirati četiri načela koja su u temelju svih specifičnijih napora koje mogu poduzeti roditelji.

Četiri načela

Kao obitelj provodite vrijeme zajedno

Prva razina sigurnosti proizlazi iz vremena provedenog zajedno u obiteljskom krugu. Drugim riječima, prva razina sigurnosti nastaje u intimnom odnosu s ljudima u koje imamo povjerenje. To također znači i boravak dovoljno

vremena s tom osobom, kako biste osjećali da je svakodnevno okruženje u kojem živite pouzdano i sigurno te se u njemu osjećate zaštićeno. To može nastati samo u toplim, brižnim odnosima.

Metež svakodnevnoga života mora biti na drugom mjestu iza važnosti zaštitničkih i smirujućih odnosa unutar obitelji. Obiteljski su odnosu posebno bitni za mališane, predškolarce, školsku djecu, ali također za tinejdžere i mladež. Jednako su važni za majke i očeve te druge članove obitelji, jer se i oni osjećaju sigurnije kada su zajedno.

Izražavanje osjećaja

Sljedeće, roditelji trebaju djeci pomagati u izražavanju njihovih osjećaja i briga. To znači pružati im dovoljno vremena, empatije i podrške. Brzo, užurbano umirivanje ne dopušta djeci da iznesu sve svoje osjećaje. Vrlo je teško slušati preplašeno dijete kako govori o svojem strahu da će netko njemu blizak biti ubijen ili da će njega samoga netko ubiti, ili slušati ga kako postavlja pitanja poput: "Može li se to dogoditi i nama?" Roditelji prvo trebaju saslušati. Umirivanje ima svoju funkciju nekoliko minuta kasnije, nakon što je dijete imalo dovoljno vremena da objasni svoja strahovanja.

Roditelji mogu slušati, suosjećati i pomagati djeci da razmijene svoje misli u igri, a jednako tako i u verbalnim razgovorima. Kada sve to iznose, možemo im pomoći rezimirajući ili parafrazirajući njihove riječi, pitajući ih je li to to što osjećaju i nastojeći im pomoći da to izgovore. Roditelji i drugi skrbnici trebaju dobro slušati, predano suosjećati i dobro surađivati, kako bi pomogli u iskazivanju dječjih briga. Svima nama puno pomaže kada znamo da smo slušani i da postoji netko tko nas može čuti.

Umirivanje

Treći korak koji djeci može pomoći da se osjećaju sigurno je ponuditi neko umirivanje. Međutim, umirivanje treba biti u stvarnim okvirima. Drugim riječima, djeca će poželjeti znati što vi, kao mama, tata ili učitelj, činite za njih da im osigurate zaštitu. Ovdje je važno proći kroz sve korake koje poduzimate radi osiguravanja zaštićenosti i sigurnosti djece u njihovim domovima, a jednako je važno razmotriti što u tu svrhu čini država. Na primjer, djeca trebaju znati da će u zračnim lukama ili na željezničkim postajama viđati više ljudi koji provjeravaju karte i prtljagu; da će biti više zaštitara ili policije koja će se pobrinuti da loše osobe ne uđu u velike zgrade ili u škole ili u zrakoplove. Ta će objašnjenja u djece spriječiti šokiranost, iznenađenje ili zbunjenost promjenama koje će viđati. Objašnjenja trebaju biti na razini koju ona mogu razumjeti. Jasno je da s četverogodišnjakom nećemo ulaziti u iste pojedinosti kao s četrnaestogodišnjakom. Četverogodišnjem djetetu se jednostavno može reći da će se mama, tata i ostali zajedno brinuti o njemu i činiti sve da ono bude zaštićeno i da će biti više ljudi koji će gledati i paziti da se ni njemu, a niti ikom drugom, ne približi nijedna loša osoba. Svaka dobna skupina ima vlastiti skup briga i razmotrit ćemo ih u kasnijim poglavljima.

Doprinosi i pomaganje drugima

Konačno, djeca, kao i odrasli, imaju koristi od mogućnosti pridonijeti nešto drugima i pomoći onima kojima je to potrebno. Mnogi učitelji obrađuju u razredima povećavanje fondova za žrtve katastrofa ili razvojne projekte koji mogu pomoći očuvanju javnoga zdravlja ili sigurnosti. Od recikliranja, prodaje peciva do pisanja

pisama javnim ustanovama za "posvajanje" - i mali će i veliki naponi utjecati da se djeca osjećaju sigurnije a ne bespomoćno. Kada djeca (i odrasli) osjećaju da su izravno uključena i da rade nešto pozitivno i konstruktivno za rješavanje problema, i jedni i drugi dobivaju i energiju i samopouzdanje.

Ta se četiri načela očituju na specifične načine u djece različite dobi i u djece s posebnim potrebama, kao što su to poteškoće u učenju i razvoju. Često je teško saznati koliko djeca razumiju od dnevnih zbivanja. Koliko trebamo razgovarati s njima o tome što se događa?

Dobro pravilo iz prakse je pretpostaviti da će djeca razumjeti stvari na njima odgovarajućoj razini funkcionalnoga jezičnog razvoja - ne na razini njihova čitanja, matematike ili testiranja - nego u okvirima sposobnosti vođenja verbalnih razgovora, drugim riječima, na razini na kojoj govore pri uobičajenim razgovorima. Ako može reći: "Uh, želim ići van!", i mi kažemo: "Zašto, Susie?" "Zato što se želim igrati", dijete ima razinu uzročnog razmišljanja koja mu dopušta da razumije odgovor na pitanje "Zašto?". Takvo će dijete poželjeti znati razlog napada na Ameriku. U malo starijoj dobi, djeca mogu pitati hoće li se to dogoditi ponovno. U njih se začinje logičko razmišljanje.

Pogledajmo neke od razlika u nekim razvojnim dobnim skupinama (koje nisu uvijek ujednačene s kronološkom dobi) kako bismo vidjeli putokaze za umirivanje djece u svakoj dobi.

Razvijanje osjećaja sigurnosti

Bebe i mališani

Bebe i mališani će osjetiti atmosferu u kući i na drugim mjestima, na primjer, u jaslicama i vrtićima. Zbog tog

razloga važno je da odrasli koji sudjeluju u njihovu životu pružaju još više njegujuće skrbi kod kuće i drugdje. Bebe mogu osjetiti uznemirenost. Mališani će vidjeti jureće prizore na televiziji i čuti zastrašujuće stvari. Trebamo nadzirati dostupnost televizije i slika koje se mogu vidjeti u novinama i časopisima.

Predškolarci

S predškolarcima koji su djelomično verbalni, ali još nisu ovladali logikom, postupamo umnogome na isti način kao i s bebama i mališanima, no s njima se mnogo igramo. Igra pretvaranja u kojoj se istodobno služimo bogatim govorom i gestama, odlična je za tu dob. Roditelji i drugi mogu sjesti s djecom na pod i dopustiti im da odigraju svoje brige. Roditelji mogu odigrati temu zauzvrat kako bi pokazali da shvaćaju što djeca kažu (uobličavanjem dječje igre ili radnje u riječi). Ako dijete ruši stvari, roditelj može reći: "O, čovječe. Strašne se stvari događaju", i glasno pitati kako mogu zajedno poboljšati situaciju. Dobra je ideja dodavati riječi radnjama predškolaraca, jer dok oni tek počinju verbalizirati, često razumiju više nego što su u stanju izgovoriti. To također vrijedi i za djecu s posebnim potrebama koja su na razini fragmentiranoga, preduzročnog razmišljanja.

Djeca početne školske dobi

Djeca početne školske dobi, učenici male škole te prvog i drugog razreda sposobna su za logičko razmišljanje. To što vide na televiziji može ih uplašiti (ako uopće gledaju televiziju) pa njih, također, treba zaštititi od gledanja emisija i vijesti koje su odviše realistične glede dnevnih zbivanja. Djeca će uhvatiti djeliće toga što se zbiva i mogu se brinuti da će se nešto slično dogoditi i njima,

članovima njihove obitelji i prijateljima. Potrebno je poduzeti korake koje sam ranije spomenuo, od pružanja bolje njege do pomaganja u izražavanju osjećaja, pričanja kako će biti zaštićena i uključivanja u projekte pomoći drugima.

Pružanje osjećaja sigurnosti sedmo-, deseto- i jedanaestogodišnjacima poseban je izazov. Djeca su u toj dobi veoma svjesna toga što se događa, ali još uvijek sklona razmišljanju "sve-ili-ništa". Zakače se za fiksna vjerovanja. Skloniji tjeskobi, sedmo- do desetogodišnjaci će se veoma zabrinuti i imati noćne more i strahove. Neće ih biti lako uvjeriti da se njima niti ikom drugom do koga im je stalo neće ništa dogoditi. Oni će stvarati vlastite teorije o tome zašto je došlo do događaja, a one će često biti pogrešne i na koje će se djeca te dobi veoma intenzivno lijepiti. Zbog toga, jednostavno provođenje spomenutih četiriju koraka možda neće biti dovoljno da ih smiri.

Takvoj djeci trebamo tijekom duljeg vremena osigurati veoma smirujuću, njegujuću atmosferu. Djeca u dobi između sedam i deset godina znaju neke činjenice o trenutnim zbivanjima, ali nemaju sposobnosti da ih sagledaju u pravilnim odnosima. Imaju riječi bez sposobnosti da njima barataju. U toj se dobi, obično tek uči kako prepoznavati siva područja neke teme ili mnogouzročnost događaja. Ako je nešto strašno, teško je procijeniti je li to vrlo strašno, srednje strašno, malo strašno ili samo mrvicu strašno. Dakle, svaki nagovještaj straha mogu osjećati kao golemi strah. Trebamo im pomoći da razmišljaju u sivoj paleti. Na primjer, ako se nešto dogodilo u drugoj županiji, znači li to da će se svakako dogoditi i ovdje? Možda, ali vjerojatno neće. Trebamo prikazivati problem veoma polagano i pomagati im da razmisle o njemu. Trebamo im pomagati da sagledaju više od jednog razloga događaju. Ako se zakvače za jedan

razlog, trebamo im pomoći da pogledaju druge. To će pospješiti svladavanje razvojnoga miljokaza s kojim će se suočiti u svakom slučaju.

Tinejdžeri

Tinejdžeri - mladi koji prolaze kroz pubertet i godine adolescencije - također trebaju sva četiri ranije spomenuta vida roditeljske pažnje i trebaju biti uvjereni da postoji budućnost. Osim skrbi koja smiruje i njeguje te više vremena provedenog u krugu obitelji i razgovora o njihovim osjećajima i razmatranja vjerojatnosti da se nešto hoće ili neće dogoditi, tinejdžeri trebaju s nama sudjelovati u razmišljanju o tome kako stvoriti bolju budućnost dalekosežnim planiranjem. To usmjerava tinejdžere i mladež pomažući im da se suoče s trenutnim uznemirenjem i da postanu odrasle osobe kakve budućnost treba.

Djeca s posebnim potrebama

Općenito, djeca s posebnim potrebama će također osjetiti uznemirenost u atmosferi i mogu se vrlo preplašiti, jer nisu u stanju postavljati pitanja ili dobro razumjeti objašnjenja o promijenjenom raspoloženju ili zastrašujućim prizorima.

Toj je djeci važno pružati sigurnost našom prisutnošću. Takva će se djeca osjećati sigurnom znajući da je uz njih odrasla osoba koja ih može njegovati, brinuti se o njima i stvarati iskustva koja smiruju. Također će im koristiti prilike za odigravanje viđenih scena koje ih plaše. Djeca mogu ponad svega odigravati teme nasilja, poput bacanja lutaka ili rušenja tornja od kocaka. Stvarajući opušteniju i suosjećajniju atmosferu jednostavnim riječima, poput: "Stvari padaju. Strašno je, zar ne?" roditelji mogu

umiriti svoju manje verbalnu djecu i pokazati im kako ponovno sagraditi toranj. To može biti veoma smirujuće.

U vezi sve djece, a pogotovo u vezi djece s posebnim potrebama, mudro je pretpostavljati da upijaju više nego što mi mislimo. Ponekad, mogu razumjeti mnogo više nego što su u stanju iskazati u razgovoru. Može se također pretpostaviti da je nešto od toga što djeca s posebnim potrebama primaju zbrkano ili fragmentirano zbog njihova načina obrade informacije. Stoga postoji mogućnost da su preplašena nešto više nego što vi, možda, pretpostavljate.

Četiri koraka koja smo spomenuli - zajedničko obiteljsko vrijeme, pomaganje djeci u samoizražavanju putem igre i razgovora, umirivanje i doprinose te pomoć drugima - sva su od ogromne važnosti za djecu s posebnim potrebama i teškoćama u razvoju. Zato se u radu s njima služimo istim načelima kao i s djecom razne dobi - ali potrebna je prilagodba načela dobnoj razini na kojoj dijete razmišlja. Na primjer, s djetetom koje je staro šest godina, ali razmišlja poput trogodišnjaka, primjenjivat ćemo ista načela kao i za trogodišnjake.

Globalno viđenje

Bez obzira na to koliko tješimo djecu, njihov će osjećaj sigurnosti u velikoj mjeri ovisiti o tome kako mi, kao roditelji, vidimo svijet. Moramo biti svjesni da će sva djeca, čak i bebe i predškolarci, osjetiti našu vlastitu tjeskobu. Osjetit će svaku napetost u kući, u vrtiću i na javnim mjestima gdje ljudi razgovaraju o tragičnim zbivanjima (čak i ako izravno ne čuju sadržaj ili riječi). Starija djeca - od deveto- i desetogodišnjaka do tinejdžera - postavljat će nam mnogo teških pitanja o dotičnim temama.

Da bi roditelji mogli umiriti svoju djecu i tinejdžere, moraju ispitati vlastite osjećaje glede budućnosti. Neki me je dan jedan tinejdžer upitao: "Otkud znamo da neće biti još napada? Što ako postoji još strašnije oružje, poput biološkog i kemijskog ili nuklearnog? Otkud znamo da se to neće dogoditi?" Rekao sam: "Iskreno, ne znamo. Ali to što moramo učiniti jest smanjiti dalekosežnu vjerojatnost toga. Nadam se da će naša država zagovarati politiku koja će učiniti takve napade manje vjerojatnim." Objasnio sam da sam mislio na pad broja onih koji žele dati svoj život kako bi uništili živote drugih ljudi. Svaka će obitelj morati osmisliti vlastiti pogled na budućnost i kako je učiniti sigurnijom.

Dok djeca i obitelji u svim dijelovima svijeta nemaju iste osnove - odgovarajuću hranu, smještaj i zaštitu; mogućnosti skrbi za djecu u stabilnim obiteljima i stabilnim zajednicama te mogućnosti školovanja, osobito školovanja kojemu je svojstveno poštivanje različitosti na planetu - vjerojatnost destruktivnih sukoba će trajati. Kao dio programa za budućnost, moramo se pobrinuti da, uz zadovoljavanje tih osnovnih potreba, postoje mogućnosti za ekonomski i osobni razvoj, tako da svi ljudi imaju neke ciljeve. To će zahtijevati veće razumijevanje i toleranciju prema različitim ciljevima i kulturalnim aspiracijama različitih ljudi u svijetu.

Ako stvarno želimo da se djeca u budućnosti osjećaju sigurnom, trebamo svim ljudima pomoći da se osjećaju sigurnima. To neće biti lako jer to znači brinuti se o djeci oboljelom od AIDS-a u Africi jednako kao i o djeci u našem susjedstvu ili obitelji. Proširivanje suosjećajnosti na taj način jest novi razvojni stupanj za sve nas. Jer, u svijetu gdje je sve međuovisno naše vlastito "dvorište" nema granica. Ono jest, doslovce, planet. Tako sam svojem prijatelju tinejdžeru rekao kako se nadam da istodobno s poduzimanjem trenutačnih mjera za povećanje

sigurnosti na lokalnim i nacionalnim razinama moramo imati dalekosežnije planove koji sežu u korijen uzroka terorizma, epidemija i onečišćavanja. Takve prijetnje mogu uvijek biti prisutne, ali ako umjesto reaktivnih i represivnih mjera, podržimo dalekosežno međunarodno planiranje možemo pridonijeti njihovom ublažavanju.

Takve se dalekosežne brige mogu činiti dalekima djetetovom trenutnom gubitku osjećaja sigurnosti. Međutim, mi se, jer smo odrasli, moramo brinuti o budućnosti nadolazeće djece. Ako nismo uključeni u stvaranje te budućnosti, može se dogoditi da mi sami prenosimo nesigurnost i tjeskobu na ostale članove naše obitelji. Kako nasilje i nestabilnost rastu zbog ogromne nesrazmjernosti mogućnosti različitih skupina da osiguraju osnove za život, većinu će se moćnih skupina sagledavati s ljutnjom i sumnjom. Kako bi umanjili gnjev, ekonomski bolje stojeće skupine moraju jasnije shvaćati i brinuti se o potrebama onih s kojima dijelimo planet. Kako se ne možemo potpuno zaštititi od zaraznih bolesti, onečišćavanja ili terorističkih napada unutar naše vlastite zemlje, a kamoli izvana, istinska sigurnost može nastati samo prepoznavanjem međusobne povezanosti, programima za ulaganje u ljudske potencijale te punom suradnjom u međunarodnim pregovorima i organizacijama. Ta tri cilja moramo čvrsto slijediti.

Naši tinejdžeri i starija djeca neće biti zadovoljni - i većina se nas neće osjećati sigurnima - sve dok ne znamo da postoje inteligentni dalekosežni planovi koji izgrađuju sigurnu budućnost. Osim što se moramo brinuti o trenutnim nemirima na ranije opisane načine, na sve se moguće načine koje nam dopuštaju naše sposobnosti i resursi, trebamo uključiti u nastojanja obrazovanja, politike, ekonomije ili znanosti na uklanjanju poznatih prijetnji budućim pokoljenjima.

Što dijete čini sigurnim?

KADA RAZMIŠLJAMO O TOME ŠTO DIJETE ČINI SIGURNIM, važno je shvatiti da govorimo o tome što se zbiva u djetetovoj svijesti, a i unutar njegove obitelji. Dok raste, razvija se i oblikuje svoju osobnost, postupno se uči osjećati se sigurnije ili nesigurnije. Njegovo je unutarnje stanje pod velikim utjecajem odnosa s roditeljima, braćom i sestrama te drugima. Teško je, ako ne i nemoguće, da se dijete osjeća sigurno u obitelji koja mu ne pruža potrebnu mu brižnu podršku i suosjećanje. Čak i naizgled samostalno dijete, koje je dobar učenik i ima mnogo prijatelja, može biti prilično nesigurno na dubljoj razini ako osjeća da se ne može pouzdati u svoju mamu i/ili tatu. Slično, dijete koje se čini nesigurnim, na primjer, uznemireno dolazi u roditeljsku spavaću sobu usred noći i na druge načine traga za njima cijelo vrijeme, može se duboko unutra osjećati sigurnim, ako zna da će roditelji biti uz njega kadgod ih zatreba. Može se osjećati slobodnim u izražavanju svoje potrebe za njima, jer zna da će oni odgovoriti.

Obiteljski odnosi

To mi se pitanje jasnije predočilo nedavno kada sam pomagao roditeljima dvaju vrlo različitih tipova djece. Prvi je bio četverogodišnji Teddy, predškolarac kojemu su dopuštali gledanje mnogih prizora rata i nasilja na televiziji i koji je odigravao scene razaranja, poput tenkova koji ruše zgrade, oluja ili naoružanih bitki. U tim su zamišljenim tragedijama, uglavnom svi likovi bili teško ranjavani. Kada se igrao sam, scene su se ponavljale. Zbog tog razloga, a i zbog nedostupnih i tjeskobnih osobina njegova ponašanja, roditelji su zatražili konzultaciju, pitajući se što bi mogli učiniti kako bi mu pomogli da prevlada očitu zabrinutost koju je izražavao u igri.

Teddyjevi roditelji nikada nisu sjeli na pod da bi postali suigračima u njegovim dramama kako bi se on u zajednici s njima lišio svojih briga. I, što više, kada sam, u svojem uredu, to predložio njegovom ocu, izgledao je nekako uznemireno. Proizišlo je da je njegov otac imao dva starija brata i u vrlo se ranoj dobi obreo u surovom, bezosjećajnom svijetu. Naučio je braniti se od zadirkivanja i sudjelovao u različitim sportskim aktivnostima. Kao rezultat, kao dijete se vrlo malo igrao maštovitih igara. Također je opisao svoje roditelje kao vrlo zauzete osobe trijeznoga uma.

Uz malo ohrabrivanja, međutim, otac se opustio, sjeo na pod i počeo se uključivati u Teddyjevu igru. Na početku, nisam davao puno uputa. Međutim, kada je Teddy krenuo sudarati svoje zrakoplove, već je sama očeva prisutnost dovela do zanimljive promjene. Teddy je govorio tati što da radi. "Sudari ovaj auto s ovim kamionom." Tata je poslušno ispunjavao naredbe. Zatim, uz malo moga poticaja, uz odigravanje uloge koju mu je zadao Teddy, tata bi povremeno naglašavao i kazao: "Čovječe, ovo je snažan teretnjak! Sad ću stvarno srušiti

te momke!" Drugi bi puta, uz moj poticaj, tata samo davao zaključni komentar, poput: "Jao, ovdje se prevrnuo mnogo ljudi!"

Nakon petnaestak minuta te zajedničke igre, dogodila se veoma zanimljiva promjena. Umjesto da svaka drama završi kaosom, sveopćim razaranjem, Teddy je počeo pronalaziti rješenja. Na primjer, kola hitne pomoći su dolazila pomoći ranjenima. Kada je otac nastavio igrati se s Teddyjem kod kuće, Teddy je polako ali sigurno uvodio policiju za očuvanje reda i sprječavanje loših lutaka u rušenju dobrih. Nakon nekog vremena - manje od tri tjedna - Teddy je počeo prelaziti s čisto agresivnih tema na igru povezanu s rješenjima. Kada su teme njegove igre izišle iz okvira agresije, sam je Teddy djelovao opuštenije. Kod kuće se vratila njegova "stara toplina", kako su to opisali roditelji. Više su mu se sjajile oči, rekli su. Uz to, tražio je od njih više maženja, zagrljaja i utjehe.

Da bi Teddy stekao osjećaj sigurnosti bili su potrebni aktivni naponi njegove obitelji. Njegova sposobnost da prebrodi prizore koje je vidio na televiziji ovisila je o toploj i njegujućoj prisutnosti roditelja. Kada su mu bili na dohvatu ruke, iskazivao je mnogo osobina (opisat ćemo ih kasnije) sigurnoga djeteta s fleksibilnom maštom i inicijativom u pronalazanju rješenja. Međutim, nasamo je to isto dijete pokazivalo ponašanje karakteristično za nesigurno dijete, ponavljajući zastrašujuće igre, ali bez raznolikosti ili rješenja. U Teddyju je svu promjenu izazvao obnovljeni odnos s ocem.

Moj susret sa Sally, osmogodišnjom djevojčicom, također je potvrdio važnost obiteljskih odnosa. Dolazila je kući iz škole veoma zabrinuta za svoga tatu koji je radio u poslovnom središtu Washingtona. Brinula se da će dobiti "mikrobe" ili da će ga "zločesti ljudi" ozlijediti. Uznemireno je koračala po kuhinji iznoseći svoje stra-

hove. Sally je organizirana, razumna mala djevojčica, veoma osjetljiva na sve što se događa oko nje. Bila je uredno dijete, čak do te mjere da bi prije spavanja poravnala svoje cipele kako bi se ujutro brzo obukla. Bila je odlična učenica koja je uvijek pisala domaće zadaće i općenito je bila poslušna i osjetljiva na želje svojih roditelja. Imala je mnogo bliskih, toplih prijateljstava i bila je veoma obzirna. U mnogo čemu su je roditelji smatrali uzornim i prilično samopouzdanim djetetom jer je bila vrlo uspješna u tako mnogo područja. Činilo se da se dobro snalazi u toj prezaузetoј obitelji u kojoj je tata radio puno radno vrijeme i mama pola radnog vremena, često, međutim, uzimajući dodatni posao kod kuće.

Događalo se da bi mama često dovršavala neki posao, koji je donosila kući iz ureda, kada bi Sally dolazila kući iz škole, zabrinuta za tatu. Majka ju je stalno poticala da se ode igrati s prijateljima (koji su stanovali u blizini). Također ju je poticala da "izbaci to iz glave. Piši, umjesto toga, domaću zadaću." Većina njenih prijedloga bila je blago izrečena: "Zar ne vidiš da sam zauzeta? Popričat ćemo kasnije, kada se tata vrati kući. Moram završiti svoj posao."

Već možete pretpostaviti kakva je bila moja prva ideja. Predložio sam da prvih pola sata ili sat vremena majka treba biti Sally na raspolaganju kada se vrati kući, razgovarajući ili igrajući se svega što god je brine. Majka može nastaviti posao na večer, kada je otac već kod kuće. Donekle se nevoljko složila s tom idejom i iskušala ju. Poput kćeri, bila je veoma organizirana i voljela je obavljati obaveze određenim redoslijedom. Željela je dovršiti posao prije večere. Bez obzira na to, majka se složila da primjenjuje novi pristup barem tri ili četiri tjedna, da vidi hoće li se što god promijeniti.