

Zahtjevna djeca

TAKOĐER OD STANLEYA GREENSPAN

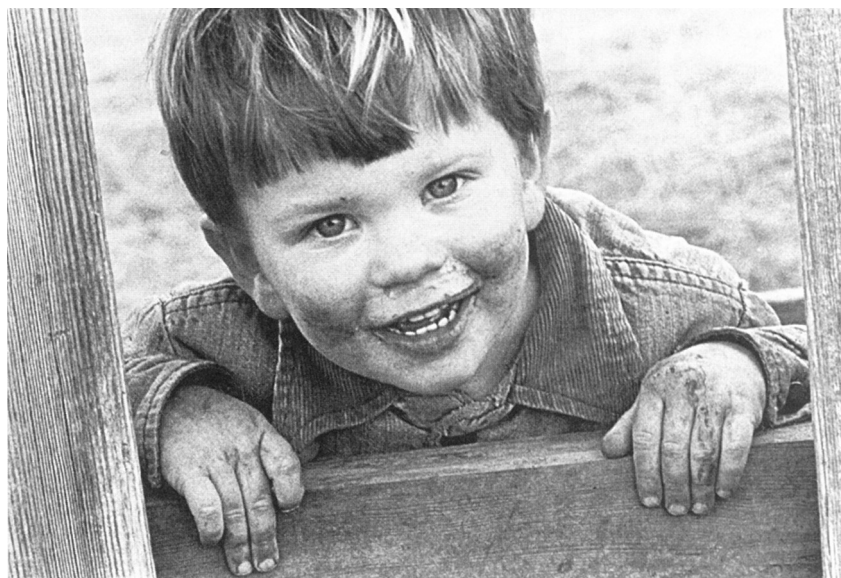
U hrvatskom izdanju kod istog izdavača

Dijete s posebnim potrebama
sa Serenom Wieder

Sigurno dijete: Kako djeci pomoći da se osjećaju
zaštićeno i sigurno u promjenljivom svijetu

Vještine igrališta: Razumijevanje emocionalnog života
vašeg djeteta školske dobi
s Jacqueline Salmon

Program emocionalnog poticanja
govorno-jezičnog razvoja
s Diane Lewis



SNIMIO BILLIE D. VINCENT



OSTVARENJE

Biblioteka Razvoj djeteta

Zahtjevna djeca

RAZUMIJEVANJE,
PODIZANJE I RADOST
S PET "TEŠKIH"
TIPOVA DJECE

Stanley I. Greenspan, dr. med.

S JACQUELINE SALMON

Biblioteka *Razvoj djeteta*

Naslov izvornika:

The Challenging Child: Understanding, Raising and Enjoying the Five "Difficult" Types of Children

Copyright © 1995 by Stanley I. Greenspan, M. D.
Photographs copyright © 1995 by Billie D. Vincent

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

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

Prevele: Martina Sviben i Ilona Posokhova
Lektura: Martina Sviben

Obrada i prijelom: Ostvarenje d.o.o.
Tisak: Kratis d.o.o.
I. izdanje: svibanj, 2004.

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 159.922.7

GREENSPAN, Stanley I.

Zahtjevna djeca : razumijevanje, podizanje i radost s pet "teških" tipova djece /
Stanley Greenspan s Jacqueline Salmon ; <prevele Martina Sviben... et al.>. -
Lekenik : Ostvarenje, 2004. - (Biblioteka Razvoj djeteta)

Prijevod djela: The Challenging Child. - Kazalo.

ISBN 953-6827-20-4

1. Salmon, Jacqueline
I. Djeca -- Psihološki razvoj

440428056

ISBN 953-6827-20-4

*Svoj prekrasnoj zahtjevnoj djeci
i njihovim obiteljima, koji su
mi dopustili da sudjelujem u
njihovom odrastanju*

Sadržaj

<i>Zahvale</i>	xi
1. VI NISTE UZROK, ALI MOŽETE BITI RJEŠENJE	1
2. FAZE DJETINJSTVA: NOVI NAČIN RAZMIŠLJANJA O VAŠEM DJETETU	9
3. PREOSJETLJIVO DIJETE	29
4. POVUČENO SAMOZAOKUPLJENO DIJETE	82
5. PRKOSNO DIJETE	124
6. NEPAŽLJIVO DIJETE	165
7. AKTIVNO/AGRESIVNO DIJETE	236
8. UTJECAJI OKOLIŠA I PREHRANE NA DJETETOVO PONAŠANJE	279
9. ODREĐIVANJE TIPA DJETETOVE OSOBNOSTI	285
10. SUOČAVANJE S IZAZOVOM	293
<i>Kazalo</i>	311
<i>O autorima</i>	318

Zahvale

ŽELIM ZAHVALITI SVIM KOLEGAMA S KOJIMA SAM IMAO ČAST surađivati i u kliničkom radu i u istraživanjima. Također želim izraziti posebnu zahvalnost svojoj supruzi Nancy, pokojnom Reginaldu Lourieu, Sereni Wieder, Stephenu Porgesu, Georgiji DeGangi, Diani Lewis i Valery Dejon što su raspravili sa mnom mnoge ideje koje su dio ove knjige.

Zahtjevna djeca



1

VI NISTE UZROK, ALI MOŽETE BITI RJEŠENJE

OSMOGODIŠNJA JESSICA NIJE BILA LAKO DIJETE. SKLONA zapovijedanju, konfuzna djevojčica sa samo nekoliko prijatelja, frustrirala je i udaljila od sebe čak i ljude koji su je najviše voljeli. Dobivala je napadaje zlovolje zbog naoko neznatnih problema: «Ove mi čarape grebu noge!» ili «Ovaj sok je fuj. Neću ga piti!» Hvatala ju je ljutina kad su je njeni roditelji pokušavali ostaviti sa dadiljom, često se bacajući na pod i bijesno vrišteći. U vrijeme odlaska u krevet zahtijevala je da roditelji ostanu s njom. Njezina je učiteljica izvještavala da djeluje rasijano, nesposobna koncentrirati

se. Nakon škole se vraćala kući žaleći se: «Katie i sve ostale djevojčice me mrze. A moji učitelji misle da sam glupa. Sigurna sam da je tako.» Usprkos tome Jessica je bila sjajna i artikulirana. Povremeno je bila topla, zabavna djevojčica koja je voljela hihotanje i ku-kuc šale, šćućuriti se s majkom ili ocem na kauču i prepuštati se svom strastvenom interesu za konje. Ali veći dio vremena bila je nepredvidljivi «tiranin», tvrdili su njeni zabrinuti roditelji.

Većina najčešćih pritužbi koje sam čuo od roditelja približno se uklapa u pet obrazaca, jedan od njih je osobnost poput Jessicine, često opisivana kao konfuzna, sitničava i pretjerano osjetljiva. U ostale, također potanko opisane, spadaju djeca zaokupljena sobom, drska, nepažljiva i agresivna.

Kad se suoče s jednim od ovih obrazaca, roditelji se, razumljivo, mogu osjećati zbunjeno, shrvano i, nerijetko, bijesno. Ono što je pomagalo sa starijim djetetom, ne mora sada pomagati. Savjeti prijatelja, obitelji i roditeljskih priručnika često isprva dobro zvuče, ali u svakodnevnim bitkama nekako gube svoju djelotvornost. Iznošenje vaših osjećaja, pronalaženje kompromisa i postavljanje čvrstih granica je lakše izreći nego učiniti s drskim četverogodišnjakom koji vrišti već pola sata i dere se još jače kada pokušavate s njim pričati ili mu pomoći da se stiša.

Tijekom godina naša razmišljanja o djeci koja se susreću s izazovima u kontroli njihovih osjećaja i ponašanja su skretala od jednog ekstrema ka drugome. U jednoj fazi prst optužbe je bio uperen na roditelje - nekako je bila *njihova* krivica što su im djeca bila nepodnošljiva. Da su roditelji bili stroži, manje strogi, tolerantniji ili manje tolerantni (ovisno o stručnjaku), tada bi njihova djeca bila «dobra». Takav pogled mnogim roditeljima nije donio olakšanje, već je poticao njihovu krivnju. Roditelji su i dalje bili smeteni time što je njihovo roditeljstvo bilo uspješno kod jednog djeteta, a neuspješno s drugim. Mnogi su imali intuitivan osjećaj da je jedno od njihove djece bilo posebno izazovno, ali su se našli u teškom položaju kada su pokušali pomoći tom djetetu.

Njihalo se tada prebacilo prema drugom ekstremu: stručnjaci su bili skloni vjerovati da su djeca jednostavno takva rođena. Veći dio suvremenih istraživanja temperamenta pretpostavlja da su ključne karakterne osobine uglavnom zadane, temeljene u

biologiji. Prema tom viđenju većim smo dijelom određeni da budemo ekstrovertirani i samopouzđani ili sputani i introvertirani. Dječja razdražljivost, suzdržanost, agresivnost ili konfuznost je sagledana kao dio njihove prirode i roditelji, zbog važnog utjecaja, nemaju izbora nego naučiti živjeti sa svakom karakteristikom njihova potomstva. Prilagođavanje vlastitog ponašanja i pokušaji usklađivanja s djetetom, kako ne bi još više pogoršali situaciju, svakako su bili korisni, ali je taj način ostavljao mnoge obitelji u uvjerenju da su bile ograničene u načinima na koje su mogle pomoći djeci da postanu emocionalno fleksibilnija.

Takvi ekstremni pogledi polariziraju «odgoj» (uglavnom proizlazi od roditelja) i «prirodu» (uglavnom biološki). Takvi pogledi ne samo da nisu u mogućnosti razjasniti cjelokupno ponašanje, već su i od slabe koristi roditeljima.

Dok mnogi ljudi, proučavajući razvoj djece, prepoznaju da se biologija i odgoj isprepleću, ta spoznaja nije dovoljno primijenjena u savjetima roditeljima. Želio bih predložiti potencijalno optimističniji način razmišljanja o postupanju sa zahtjevnom djecom. Taj novi pristup fokusira se na zajedničko djelovanje «prirode» i «odgoja». Prepoznaje da čak i naoko zadane karakteristike, poput djetetove tendencije da bude plašljivo, kada su potaknute novim podražajima, mogu biti značajno promijenjene u odnosu na ranija, ili čak kasnija, odgojna iskustva. Rani odgoj, u stvari, ne može samo promijeniti djetetovo ponašanje i osobnost, već također i rad djetetovog živčanog sustava. Primjerice, znamo da u ranoj životnoj dobi ključna iskustva mogu presudno odrediti kako će pojedine stanice živčanog sustava biti korištene – naprimjer, za slušanje, vid ili druga osjetila. Na isti način ključna iskustva mogu povećati i djetetovu emocionalnu fleksibilnost, dok ostala mogu pojačati krute tendencije. Možemo se osvrnuti na djetetove izranjajuće karakterne značajke i precizno odrediti neke stupnjeve vrsta iskustava koja će biti potrebna svakom djetetu. Djeca se, prema takvom shvaćanju, *mogu* mijenjati. *Mogu* postati mnogo ugodniji, fleksibilniji ljudi. Mogu početi lakše živjeti – s manje krutosti, a više povjerenja. Život sa zahtjevnim ili «teškim» djetetom na početnom stupnju ne mora biti poprište vječne borbe.

Zašto su neka djeca teža od druge? Naše istraživanje, kao i istraživanje mnogih drugih poput Jean Ayers, T. Berria Brazeltona,

Sybil Escalone i Louisa Murphie, pokazala su da djeca dolaze na ovaj svijet sa individualnim razlikama u fizičkom ustrojstvu. Neka djeca, primjerice, imaju tijela u kojima se ne osjećaju ugodno i tako pokazuju sklonost da budu konfuzna, razdražljiva, negativna ili povučena. Pronašli smo da čak i u ranim mjesecima života bebe mogu pokazivati jedinstvene značajke u radu njihovog motoričkog sustava. Suprotno vjerovanju da svi doživljavamo temeljne osjećaje na sličan način, pronali smo da se djeca osjetno razlikuju po tome kako percipiraju prizore, zvukove, dodire, mirise i uzorke pokreta. Dijete može biti prekomjerno osjetljivo i pretjerano reagirati ili nedovoljno osjetljivo i slabo reagirati na dane osjete. Jedno može bolje primati i razumijevati informaciju kroz određeno osjetilo, dok drugo može imati teškoća u tumačenju informacije zaprimljene kroz isto osjetilo. Zapazili smo da su neka djeca obdarena sposobnošću da planiraju kompleksno ponašanje i uzorke pokreta, dok je drugoj čak i osnovni slijed motoričkih radnji, poput guranja prstića u usta, zbunjujuća zadaća.

Zamislite vožnju automobilom koji ne radi dobro. Kada povećate brzinu, auto ponekad trzne unatrag, a ponekad ne reagira. Kada zatrubite, zvuči treštavo. Signalna svjetla rade samo povremeno, volan je nepouzdan, a brzinomjer netočan. Zaposleni ste neprestanom borbom da zadržite auto na cesti i teško je koncentrirati se na nešto drugo. Suvišno je reći da biste vjerojatno bili iziritirani!

Tako se neka djeca s izazovima osjećaju većinu vremena. Neprestano se trude zadržati svoj «auto» na cesti jer njihova tijela ne mogu funkcionirati na način koji se od njih očekuje. Mogu osjećati da su izvan kontrole, frustrirani.

Vratimo se Jessici. Kao beba bila je visoko osjetljiva na dodir, zvuk i miris. Svaki put kad bi ju majka pogladila, ona se promeškolljila i zaplakala. Nije joj bilo ugodno. Kad joj je bilo tko pokušavao češljati kosu, okupati je ili promijeniti joj pelenu, boljelo je. Nije voljela novu odjeću jer je djelovala prekruto. Vunene veste su izazivale svrbež. Odjeća prana uobičajenim deterdžentima imala je miris po kemikalijama. Željela je samo staru, mekanu, pamučnu odjeću. Čak su i zvukovi mogli biti bolni. Očev dubok melodiozan glas koji je govorio: «Hej, moj mali anđele!» zvučao je poput nokta na školskoj ploči.

Kakvo je bilo njezino iskustvo sa svijetom odraslih? Prilično neugodno. Njezina reakcija je bila plač ili bi rekla: «Ostavi me na miru!» Te poteškoće odigravale su se na svakom stupnju njezinog razvoja. Kako je postajala starija, povremeno je bila nepažljiva i rastresena, jer je bila toliko osjetljiva na nizove zvukova, prizora i mirisa koji su do nje dopirali. Kad se na početku zatekla u nemirnom razredu gdje su se djeca sudarala sa njezinom osjetljivom kožom, plašila je povcima i vriskovima tijekom školskog odmora te ponekad provaljivala u jasno određeni, zaštićeni prostor koji je uredila za sebe, njezine su se reakcije kretale od napadaja zlovolje do plašljivog uzmicanja. Svi ćete se složiti da Jessica nije bila lako dijete.

Iako je u slučaju Jessice i mnoge druge djece biologija važna, ona ipak nije sudbonosna. Zaključili smo da način na koji se roditelji ophode sa svojom djecom *može* proizvesti ogromne razlike u načinu kako djeca osjećaju sebe i odgovaraju svojoj okolini. Zamislite, naprimjer, da je beba Jessica bila lagano preopterećena zbog njezine osjetljivosti na dodir i zvuk i zbog toga većinu vremena uzrujana. Njezina je majka, imajući slične tendencije, reagirala na Jessicine duge napadaje zlovolje iritiranošću i, češće, ljutnjom i nametljivošću. Kad je majka bila jako frustrirana, ponekad se emocionalno povlačila. I Jessicin se otac osjećao frustrirano. Kad bi njegovi pokušaji nježnog igranja preopterećivali Jessicu, počinjao je ostajati duže na poslu jer mu je bilo teško suočavati se s osjećajem nesigurnosti u sebe i svoje roditeljske vještine.

S druge strane, zamislite da su njezini majka i otac bili sposobni «čitati» Jessicino fizičko ustrojstvo i signale te joj pomogli da nauči nove načine nošenja s problemima. Pronašli su pravi ton glasa i ritam te smirujući dodir. Shvatili su i koji je pravi način kako da je drže u naručju da bi joj pružili osjećaj sigurnosti. Čak i kad je Jessica bila uzrujana i prevladana, mogli su je smiriti, primjerice, koristeći čvrst pritisak na njezina leđa, ruke i noge. Kako je postajala starija, pomagali su joj da se smiruje iskazivanjem njenih osjećaja i sudjelovanjem u određenim aktivnostima, poput skakanja i ritmičkih igara. I najvažnije, postupno su joj pokazivali kako da preuzme nadzor nad svojom vlastitom okolinom. Uvođenjem novih iskustava u malim količinama, pružanjem dodatne sigurnosti i poticanjem Jessicine inicijative pomagali su joj da postupno

postane samopouzdanija i otvorenija. Polako, ali sigurno Jessica je bila sposobna istraživati svoj svijet i ljude u njemu. Ona se pomakla od lakog preplavlivanja podražajima i opreza do razumijevanja načina na koje će se smiriti i savladati nova iskustva. Ona je čak naučila i spretne načine uvođenja svojih vršnjaka u igre u kojima je uživala i koje nisu bile porazne za nju. Konačno, njezina vlastita emocionalna osjetljivost postala je temeljem razvijajućeg osjećaja poistovjećivanja i suosjećanja s drugima, kao i sposobnosti vođenja. Za mnogu djecu koja se nauče nositi sa svojim fizičkim tendencijama i postanu asertivnija, sigurnija i fleksibilnija postoji mogućnost da promijene svoje fizičke tendencije. Određene vrste dodira ili zvukova postaju mnogo prihvatljivije.

Roditelji mogu dramatično utjecati na to kako se djeca služe svojim predivno drugačijim prirodnim sposobnostima. Djeca se značajno razlikuju u načinima na koje koriste svoje osjećaje i tijela te načinima na koje odgovaraju svijetu. Međutim, za svaki jedinstveni uzorak roditelji mogu stvarati iskustva koja potiču fleksibilnost.

Vrste fizičkih različitosti o kojima smo raspravljali opisivane su tijekom cijelog prošlog stoljeća. Nedavno su te vrste različitosti identificirane kod djece s jakim psihičkim problemima, zahvaljujući istraživačima poput Sybil Escalone i Louisa Murphija; kod novorođenčadi od T. Berrya Brazeltona; kod djece s raznim poteškoćama u učenju i senzoričkoj integraciji od Jean Ayers; u roditeljskim opisima temperamenta od Stelle Chess i Alexandera Thomasa, te u posebnom tipu temperamenta, «zakočenom djetetu» od Jeromea Kagana. U našem vlastitom istraživanju, koje je uključilo kolege Serenu Wieder, pokojnog Reginalda Louriea, Stephena Porgesa, Georgiu DeGangi, Diane Lewis i Valery Dejon, pronašli smo da su postojale razlike u načinima na koje dojenčad i djeca primaju, opažaju i odgovaraju na osjete za svaki senzorički sustav. Također smo pronašli da su te razlike mjerljive i prisutne u objema, rizičnoj i nerizičnoj skupini dojenčadi i djece. Zatim smo pronašli da određeni fizički i fiziološki profili stavljaju djecu u opasnost od specifičnih vrsta teškoća u učenju i psiholoških problema. Na ovaj smo način odredili pet tipova. Međutim, najvažnije je da smo zaključili da na te osobine značajno utječu ranija i kasnija iskustva. Osim toga, te osobine su samo dio većih

obrazaca osobnosti, ključnih za intelektualno i mentalno zdravlje, kao što su ophođenje s prisnošću i empatijom, reguliranje ponašanja i impulsa, korištenje mašte te kreativno i logičko razmišljanje.

Zato, kad god čujete da djetetov temperament ili osobine mogu biti nepromjenljive, sjetite se da ne samo da te osobine *nisu* nepromjenljive, već da su značajke osobnosti za koje se najviše zanimamo «veće» od bilo koje osobine. Sposobnost za ljubav, suosjećanje s drugima, samouvjerenost, asertivnost i kreativno razmišljanje su složeni produkti mnogih naših osobina; štoviše, oni su rezultat naših odnosa i iskustava kroz mnoge godine. Primjerice, znači li to što smo bili osjetljivi i konfuzni kao bebe da ne možemo postati topla, dražesna supruga ili roditelj? Znači li to što smo bili neustrašivi i asertivni da to možemo? Teško. U stvari, osjetljivom djetetu moglo bi biti malo lakše naučiti suosjećanje i brižnost. Ali većina tipova djece mogu postati emocionalno zdravi pojedinci i predivni roditelji.

Dakle, djetetova osobnost nije jednostavan produkt «prirode» i «odgoja» ili čak rezultat prilagođavanja odgoja prirodi. Rezultat je jedinstvenog i kontinuiranog međudjelovanja *između* prirode i odgoja. A to međudjelovanje se događa u odnosu između vas i djeteta. Vaše dijete donosi svoju «prirodu», a vi donosite toplinu i ljubav upakirane u određeni obrazac ophođenja. U posljednjih deset godina naučili smo mnogo više o tom međudjelovanju. Podsjeća pomalo na bravu i ključ. Pronalaženje pravog ključa stvara nove interakcijske uzorke. Iz tog novog odnosa dijete često može razviti toplinu i povjerenje koje treba.

Nadalje, svaki stupanj razvoja, kao što će biti opisano u sljedećem poglavlju, ima svoje vlastite ciljeve koji su, sa svoje strane, povezani s načinima na koje priroda i odgoj zajedno djeluju. Tako za svaki stupanj razvoja postoji specijalni «ključ». Vjerujem da znanje o tome kako pronaći «ključeve» koji će pomoći svakom djetetu, čak i onome s teškim izazovima, treba biti dostupno svakom roditelju i odgajatelju.

Ipak, to znanje ne pruža trenutačna rješenja. S vremenom ćete naučiti kako korisno utjecati na međudjelovanje prirode i odgoja u slučaju vašeg djeteta. To *ne* znači da ste krivi za svaki izazov koji ne nestaje. Uobičajeni mit koji vrši pritisak na sve roditelje jest

vjerovanje da zato što smo sposobni postati majka ili otac, moramo biti sposobni roditelji našoj djeci u svim okolnostima. Ipak, ako smo razumno skromni, ubrzo postajemo svjesni da osim što smo i sami imali vlastite roditelje, nemamo baš nikakve druge pripreme. Većina nas uči u hodu i pouzdaje se da će nas naša djeca poučavati tijekom tog procesa. Međutim, djeca koja su posebno zahtjevna često nisu u mogućnosti poučavati nas na način da se osjećamo uspješnima. Često nas preopterećuju s previše izazova, tako da mi ili uzbuđeno pokušavamo uhvatiti korak ili aktivno razmišljamo o ispadanju iz «roditeljske škole». Trebat će vam vremena da počnete primjenjivati u praksi informacije iz ove knjige o tome kako možemo raditi s djecom koja imaju posebne izazove. Namjera joj je ponuditi roditeljima i odgajateljima razumijevanje koje trebaju – da uče od svoje zahtjevne djece i pomognu im.

U ovoj knjizi opisujem pet različitih temeljnih uzoraka osobnosti i neke od fizičkih i emocionalnih značajki koje prate te uzorke: osjetljivost, povučenost, prkos, nepažljivost i agresivnost. U ekstremnim slučajevima svaki od tih uzoraka osobnosti može biti veoma zastrašujuć za roditelje.

O pet obrazaca osobnosti možemo također razmišljati kao o značajkama koje se pojavljuju u različitim opsezima u mnogih pojedinaca. Naravno da se svi mi (ili naša djeca) ne uklapamo nedvojbeno u jedan ili drugi tip. Neki od nas su kombinacije pa se ubrajamo u više od jednog od tih pet profila; drugi imaju tendenciju da budu u potpunosti oblikovani kroz samo jedan ili možda drugačiji obrazac. Čitajući, vidjet ćete da za svaku značajku određeni načini roditeljskog ponašanja povećavaju fleksibilnost, kreativnost i potencijal djeteta koje pokazuje upravo taj uzorak ponašanja. Također objašnjavamo kako neki roditeljski pristupi zasigurno pogoršavaju probleme nastale zbog dane karakteristike.

Iako mnogi primjeri koji slijede prikazuju izuzetno zahtjevnu, odnosno «tešku» djecu, većina roditelja će također prepoznati neke aspekte tih osobina u nezahtjevne djece (makar i u blažim ili manje izraženim oblicima). Moj cilj u ovoj knjizi je odrediti kako opću filozofiju koju roditelji mogu koristiti kako bi prilagodili podizanje djeteta jedinstvenim osobinama svog sina ili kćeri, tako i specifične pristupe te strategije za ekstremnije izazove koji se, kao što mnogi roditelji znaju, pojavljuju češće nego bi željeli.



2

FAZE DJETINJSTVA: NOVI NAČIN RAZMIŠLJANJA O VAŠEM DJETETU

SVAKO DIJETE SAVLADAVA MNOGE RAZLIČITE RAZVOJNE IZAZOVE. Naprimjer, u ranoj životnoj dobi bebe moraju naučiti usmjeravati pažnju i uključivati se u odnos. Kasnije djeca uče koristiti svoju maštu i logično razmišljati. U svakoj od tih faza ili izazova različita mješavina prirodnih osobina i vanjskih utjecaja može proizvesti željeni rezultat. Primjerice, senzorički preopterećenom, rastresenom dojenčetu bit će teže naučiti usmjeravati pažnju na majku koja je iznimno verbalna, pravi vihor aktivnosti. S druge strane, ukoliko to dijete ima sreću da ima opuštajućeg, mirnog oca ili baku koji će mu pomoći u ranim fazama, dok ne postane samosvjestan, osebujan predškolarac, njegova dinamična mama

može biti baš ono što je doktor propisao u toj fazi djetinjstva. Prema našem novom načinu razmišljanja, djetetova osobnost izranja iz dinamičnog prožimanja njegovog ili njezinog međudjelovanja sa značajnim skrbnicima. Na te interakcije utječu *i* priroda *i* odgoj. Dijete donosi svoje biološke značajke u interakciju s njegovim jedinstvenim osobinama. Voli li lagani dodir ili ga izbjegava? Uživa li u glasnom zvuku usisavača ili ga to lako preopterećuje? Članovi obitelji i odgajatelji donose osobnost, kulturalne i obiteljske obrasce u tu interakciju. Osjeća li se majka odbačeno kad se dijete okrene od njenih pokušaja snubljenja. Ili je to odbacivanje motivira da pokušava još više? Reagira li otac ljutito kada ga njegova umorna i podražajima preopterećena beba od dvanaest mjeseci udara i pogađa u nos? Ili je podvostručio svoje napore da je umiri? Te interakcije žive svoj vlastiti život, a napreduju i dalje preko temeljnih postavki prirode i odgoja.

Na svakom stupnju razvoja (opisani su kasnije u ovom poglavlju) dijete ima različite potrebe i postoje određena iskustva koja mogu potaknuti ovladavanje tim pojedinim stupnjem i određena iskustva koja mogu postaviti zapreke. To znači da se pred roditeljima pojavljuju *mnoge prilike* da povoljno utječu na djetetovu osobnost. I na svakom od tih spojeva priroda i odgoj mogu otkriti novu udruženost. Primjerice, kad senzitivno dijete uči koristiti svoju maštu, čak i kad znamo da nismo bili savršeni u njegovu smirivanju kad se budilo iz noći u noć u 2, 3 ili 4 sata poslije ponoći (i tko može zadržati moć tješnja u tim okolnostima?), imamo i drugu priliku da mu pomognemo razviti osjećajnu fleksibilnost. I kako ta malena djevojčica uči koristiti maštu, počinje razumijevati vlastite i osjećaje drugih ljudi te istraživati načine kako da se osjeća sigurnijom i zaštićenijom. Naprimjer, u igri lutka-mama može smiriti i suosjećati s lutkom-bebom koja plače, na isti način na koji vi danju smirujete nju. O tim pristupima raspravljam više u 3. poglavlju; osnovno je da nam kompleksnost djetetova razvoja otvara brojne *prozore mogućnosti*. Kroz ovu knjigu ću pokazati kako vam svaki izazov postavljen pred vaše dijete osigurava predivnu novu mogućnost da mu pomognete pronaći novi način suočavanja, nove vještine i rastući osjećaj humanosti.

RAZLIČITI OSJEĆAJNI SVJETOVI

Raspravimo ukratko kako se prožimaju biološka priroda vašeg djeteta i okružje obitelji i zajednice.

Prvo se osvrnimo na djetetove fizičke potencijale.

Mnogi roditelji smatraju očitim, pogotovo ako njihova djeca imaju vrlo različita fizička ustrojstva, da se djeca razlikuju prema načinu na koji reagiraju na zvukove, dodire ili prizore. Ipak, kroz povijest se smatralo da je većina ljudi slična prema načinu na koji reagiraju svojim osjetilima na očekivana temeljna životna iskustva. Drugim riječima, obično pretpostavljamo da glasni zvukovi zvuče glasno, a meki zvukovi meko gotovo svakome, osim onome tko ima teško oštećenje sluha. Lagani zagrljaji, laki poput perja, većini nas djeluju ugodno i šakljivo i tumačimo ih sasvim drugačije od čvrstog jakog pritiska. Ipak, kao što smo ranije raspravili, naša i ostala istraživanja o dojenčadi i djeci otkrivaju da senzorički opažaji mogu varirati.

Dojenčad i mala djeca izražavaju svoje različito fizičko ustrojstvo (poteklo, bilo iz gena, prenatalnog iskustva, iskustva rane životne dobi ili drugih čimbenika) na određene načine, pogotovo to kako reagiraju na različite podražaje, kako ih tumače te način kako planiraju i organiziraju svoje motoričko ponašanje. Ponekad to nazivamo «konstitucionalnim i uzorcima sazrijevanja».

Nekoj djeci lagani perjasti dodir djeluje poput struganja brusnog papira po suncem opečenoj koži. Drugima jednostavno djeluje ugodno. Za neku djecu buka usisavača zvuči uobičajeno ili ponekad uzbudljivo. Drugima djeluje poput eruptirajućeg vulkana u sobi. U stvari, na svaki osjet – dodir, zvuk, vid, miris, okus i reakciju na vlastite pokrete – djeca mogu biti hiperreaktivna ili *prekomjerno osjetljiva*. I obrnuto, za svaki osjet djeca mogu biti hiporeaktivna ili *nedovoljno osjetljiva*, što znači da trebaju mnogo podražaja prije nego uopće postanu svjesna određenih prizora i zvukova. Takva djeca mogu biti relativno nepropustljiva prema boli i neprestano se zalijetati u ljude i stvari. Mogu također voljeti hrvanje i tučnjavu u pokušajima da dobiju više taktilnih podražaja jer su tako nedovoljno reaktivna na uobičajene dodire. Roditelji to primjećuju tako da neka djeca vole biti bacana u zrak – što više,

to bolje – a druga djeca su vrlo oprezna u odnosu na njihovo tijelo u prostoru.

Neki istraživači sugeriraju da određena djeca, ona koja su sramežljiva i zakočena, općenito imaju niski prag podnošljivosti podražaja. Moji kolege i ja smo otkrili, kao dio našeg istraživanja djece s teškoćama u regulaciji, da djeca mogu biti prekomjerno osjetljiva u vezi jednog osjeta (poput dodira) i nedovoljno osjetljiva u vezi drugog osjeta (poput zvuka). Uslijed toga, ne čini se da djeca nužno imaju opći prag podnošljivosti za sve podražaje. Vjerujemo da svako osjetilo mora biti promatrano individualno. Također smo otkrili, kao što je ranije spomenuto, da ih te osjetljivosti u njima ne čine sramežljivima ili zakočenima. Umjesto toga, to je način na koji se roditelji i ostali ključni pojedinci ophode s djetetom i koji značajno utječe na djetetovu osobnost. Prema tom modelu mnogo je vrsta prekomjernih i nedovoljnih osjetljivosti u interakciji s mnogim različitim komunikativnim, obiteljskim i kulturalnim obrascima, koji stvaraju mnoštvo različitih osobnosti. Opisujemo neke od tih varijacija u sljedećim poglavljima.

Kroz svaki osjet djeca ne samo da reagiraju na svijet, već ga također i *razumijevaju*. Različiti zvukovi se stapaju u obrazac. Primijetili smo da neke bebe već u dobi od četiri mjeseca mogu dekodirati (ili razumjeti) složene ritmičke uzorke poput «bum bum BUM bum bum BUM BUM». Neke bebe djeluju zbunjeno kad su suočene s tako složenim uzorkom i usredotočuju se te prate jedino ako su suočene s puno jednostavnijim ritmom, poput «BUM bum, BUM bum». Slično, neka djeca u dobi od dvije godine već prate dvostepene roditeljske naloge («Molim te, podigni svoj kamiončić i stavi ga pored kutije s igračkama.»), dok druga imaju teškoća s razumijevanjem čak i jednostavnih naloga («Molim te, daj mi jabuku.»).

Mnogim je roditeljima manje jasno da djeca također različito shvaćaju ono što *vide*. Neke bebe s lakoćom obuhvaćaju pogledom i čitaju izraze lica svojih majki. Druge bebe mogu jedva zamisliti što znače izmjenjujući izrazi majčinih usta. Neki mališani mogu ući u novu kuću i brzo razaznati kako su razmještene sobe i kako se

vratiti natrag, dok se drugi lako izgube, rasplaču i traže svoje majke da dođu po njih i vrate ih.

Jednako je važno kako bebe *uzvraćaju* komunikaciju roditeljima i svijetu u cjelini. Kako bi to postigla, dojenčad koristi svoje motoričke sustave za stvaranje raznih svrhovitih radnji i ponašanja. To uključuje pokazivanje prstom, hodanje u određenom smjeru i izraze lica da bi se izrazile emocije i komunikacijske namjere. Razvijenije vještine uključuju spajanje nizova ponašanja u složenu komunikaciju, poput hvatanja majke za ruku, odvođenja do hladnjaka, lupanja po vratima, i kada se otvore, pokazivanja na sok. Spajanje glasova u riječ, i nizanje rečenica i ideja zahtijevaju razvijenije aspekte živčanog sustava.

Kao što većina roditelja već zna, čak se i djeca unutar iste obitelji osjetno razlikuju u oblicima vještina koje sam upravo opisao. Primjerice, neke bebe s lakoćom guraju prstiće u usta kako bi se umirile, dok druge dodiruju nosove i oči u potrazi za ustima i tim umirujućim iskustvom. Jedan mališan može bespomoćno plakati, nadajući se da će njegova majka shvatiti da je gladan, dok drugi pokazuje prema hladnjaku ili vuče majku da sjedne na pod kako bi se mogao popeti na njena ramena i uzeti hranu koju želi! Neka djeca se s lakoćom uključuju u kompleksnu socijalizaciju, koja uključuje nizove spretnih koraka u određenim slijedovima, dok druga moraju svjesno promišljati svaki korak.

Način na koji djeca organiziraju svoje odgovore ili djelovanja prema drugima može biti opisan kao široki spektar vještina nazvanih «motoričko planiranje». To uključuje djetetovu sposobnost «nizanja» događaja i ponašanja u obrasce. Kao što su prijašnji primjeri pokazali, to ima implikacije za gotovo svaku vrstu komunikacije koju dijete može koristiti i proteže se daleko iza granica jednostavnog učenja vezanja cipela i preslikavanja oblika. U kasnijem životu motoričko planiranje uključuje mnoge stvari koje činimo «automatski», poput pozdravljanja pri dolasku i odlasku ili uljudnog probijanja kroz gužvu na koktel-zabavi. Može uključivati tako složene socijalne slijedove poput sklapanja prijateljstva, surađivanja s učiteljima i rješavanja mnogih komplikacija obiteljskog života. Taj individualni profil reagiranja,

primanja i odašiljanja informacija često je izraz djetetovog fizičkog ustrojstva koje je, sa svoje strane, oblikovano genetikom, prenatalnim, ranim iskustvenim i drugim čimbenicima.

Slično tome, svaka obitelj, roditelj i zajednica posjeduje svoj jedinstveni komunikacijski profil. Neke obitelji i skrbnici su, kao što sam spomenuo, visokoenergični i kaotični. Neke zajednice također posjeduju tu osobinu. Drugi skrbnici i obitelji imaju retrogradne, pasivne i čak depresivne osobine. Neki skrbnici i obitelji senzitivno iščitavaju migove beba i odgovaraju s potporom i empatijom. Ostali mogu pogrešno tumačiti bebine signale, primjerice, bebino nestašno hvatanje za nos kao znak agresije. Ili mogu shvatiti zdravu asertivnost osnovnoškolca kao odbijanje od obitelji. Takva pogrešna percepcija može navesti obitelji i zajednicu na neprikladno ponašanje koje više osujećuje, nego podupire djetetov razvoj. Neke obitelji se prilagođavaju djetetovoj kreativnosti i inicijativi. Druge pokazuju sklonost suradnji i skladu. Neke uživaju u dječjoj razigranosti, neke se dive tihoj koncentraciji. Neke pak alarmira prevelik emocionalni intenzitet. Baš kao što djetetove jedinstvene osobine mogu biti profilirane, tako, također, odgajatelji i obitelji mogu osvijestiti svoje vlastite prirodne obrasce. Moraju shvatiti da su i oni bili pod utjecajem svojih ranijih iskustava i genetskog ustrojstva. Što su više svjesni vlastitih obrazaca, mogu više koristiti te prirodne sposobnosti kako bi podupirali djetetov razvoj i pazili na reakcije koje bi ga mogle osujetiti.

Djetetove osobine i obiteljski obrasci nemaju jednostavan trenutačan međuodnos. Bolje rečeno, priroda i odgoj se neprestano susreću kako bi pomogli ili zapriječili dijete u savladavanju brojnih razvojnih zadaća: biti smiren i pozoran, biti srdačan i prislan, komunikativan, maštovit i obziran. Kako se to događa?

STUPNJEVI RAZVOJA

Tijekom godina razvio sam vrstu mape koja određuje temeljne emocionalne miljokaze kroz koje mora proći svako dijete na putu prema zdravom, zreлом razvoju osobnosti. To izlazi iz okvira jednostavnih i jednodimenzionalnih mjera razvoja (poput

ponašanja, fizičkog razvoja ili načina na koji djeca razmišljaju) i usmjerava se na vrste iskustava koja su djeci potrebna na svakom zasebnom stupnju života kako bi emocionalno i intelektualno rasla.

Svaki se stupanj gradi na prethodnom. Na svakom stupnju djeca uče temeljne sposobnosti koje ih podupiru u daljnjem razvoju na idućem stupnju. Njihove sposobnosti razmišljanja, zaključivanja i osjećanja postaju sofisticiranije kako prolaze te ključne emocionalne miljokaze. Kao što ćemo vidjeti u ovoj knjizi, jednom kad su ti miljokazi dosegnuti, iskustvo ostaje s djecom u njihovom daljnjem životu. Oni su temelj na kojem djeca izgrađuju osjećaj o sebi i svoje najvažnije potencijale. Ako je iz bilo kojeg razloga taj temelj nesiguran – ako ti miljokazi nisu dosegnuti – učinak može odjekivati kroz djetetov život, čak i u odrasloj dobi. U sljedećim poglavljima istražujem probleme koji se mogu pojaviti.

Sigurnost i sposobnost gledanja, slušanja i mirnoće

Jedne od prvih sposobnosti potrebnih svim bebama su mirnoća i regulacija. To bebi daje mogućnost da bude zainteresirana i pozorna prema ljudima, stvarima, prizorima, zvukovima, mirisima, pokretima i tako dalje.

Ako je, međutim, beba visoko senzitivna, čak i na rutinske zvukove i neočekivane zagrljaje i milovanja, može postati savladana i nesposobna za mirnu interakciju s roditeljima. Malena djevojčica može plakati satima i ljutito vrištati kad god se njezini roditelji pokušaju igrati s njom. Roditelji mogu pomoći tako visoko senzitivnom djetetu, pokazujući mu kako da se umiri. Ta dojenčad može naučiti istraživati svoj svijet ako su roditelji izuzetno nježni i empatični, koristeći nježan, ali čvrst pritisak na tijelo kako bi ih umirili. Roditelji mogu štititi svog sina ili kćer od glasnih, motoriziranih zvukova i koristiti nježan, visokotonalni glas u igri. Kroz nizove malih koraka, izbjegavajući nametljive kretnje, oni stvaraju povjerenje. Mogu poticati bebu da preuzme inicijativu, jednostavno tražeći od nje da sama dosegne igračku radije nego da joj je jednostavno daju.