

Tri dijaloga



Prilog 8.2

1

Empatička interakcija roditelja i djeteta

III. usmjeravajući dijalog

III. Usmjeravajući dijalog prisutan je kad se roditelj u djetetove aktivnosti uključuje planiranjem i davanjem uputa i nužne podrške za ono što dijete želi postići; kad usmjerava (regulira) djetetovo ponašanje postavljajući norme ili granice.

Podrška koju roditelj pruža djetetu u spoznajnom dijalogu mijenja se kad situacija traži jasnije usmjeravanje djetetove pozornosti i ponašanja. Proširivanje dječjeg iskustva prestaje biti najvažnije u interakciji roditelja s djetetom ako djetetu u onome što radi treba pomoć, podrška, vođenje ili usmjeravanje zbog toga što dijete nešto ne zna i nema iskustva ili ne razumije situaciju, u opasnosti je, prekoračuje našu granicu. Naravno, i u ovom, usmjeravajućem dijalogu važno je prepoznati i slijediti djetetovu inicijativu i namjere, njegove ciljeve, njegov „plan“ usmjeriti ga na odgovarajući način (prijedlozima, podrškom...) i povući se kad vidimo da je dijete ovladalo potrebnim vještinama i ponašanjima. Važno je uočiti opasnost od preuzimanja previše inicijative odraslog koja sprečava dijete da bude kompetentno i autonomno.

Važna usmjeravajuća uloga roditelja je i pomoći djetetu da se kontrolira kad želi učiniti nešto što nije dopušteno postavljajući mu pozitivne granice, vodeći ga upućujući na prihvatljiva ponašanja i planirajući zajedno s njim. Djeca trebaju pomoć u stjecanju samokontrole i sposobnosti planiranja. Važno je postaviti okvir, uvjete (očekivanja i granice), planirati korak po korak. Djetetu koje razumije jezik treba objasniti zašto nešto nije dopušteno. Umjesto stalnih zabrana važno je uputiti na poželjna ponašanja (očekivanja). Očekivanja će razumjeti i dijete koje još ne govori iz naše neverbalne komunikacije. Ako pak mislimo da dijete niti to ne razumije, uklonit ćemo iz okoline sve napasti koje djetetu odvlače pažnju. Djetetovo okruženje ćemo tako oblikovati da će ono moći razumjeti i prihvatiti naše usmjeravanje i naša očekivanja.

Djeca trebaju pomoć u vježbanju samokontrole i sposobnosti planiranja.

Nekoliko važnih pojmova:

Samoregulacija je upravljanje vlastitim ponašanjem, a njezin najsavršeniji oblik je uspostavljanje samokontrole – vladanja sobom. Uspostavljanjem samokontrole dijete postaje sposobno za prilagođavanje nužnostima i zahtjevima vanjskog svijeta. Dok je dijete malo roditelji mu govore, pokazuju i zahtijevaju od njega određeno prilagođavanje (roditelj = vanjski „regulator“ ponašanja). Sazrijevanjem dijete postupno postaje sposobno razumjeti vanjske zahtjeve za određena ponašanja, stječe znanje kako tim zahtjevima može udovoljiti i uvježbava ponašanja koja su najučinkovitija. Ponašanje temeljeno na tim spoznajama i vještinama zovemo samoreguliranim ponašanjem, a njegova je najvažnija oznaka razvoj samokontrole (vladanja sobom).

Međutim, djeca se jako razlikuju brzinom kojom razumiju vanjske zahtjeve i brzinom kojom ih mogu i uvažiti. Neka djeca u tome ne uspijevaju niti u školskoj dobi, i nisu za to kriva. Nisu krivi niti roditelji jer su se jako trudili. Kod djece koja sporije uspostavljaju samokontrolu duže će na domišljat i kreativan način trebati davati vanjsku kontrolu, tj. regulirati djetetovo ponašanje. Ponekad dijete i razumije vanjske zahtjeve, ali ih ne može slijediti, ne uspijeva ih ugraditi u svoje ponašanje, jer ima naglašenu impulzivnost. Neko dijete neće razumjeti da nas neka njegova ponašanja smetaju, da su nepoželjna. Ponekad ta „nepoželjna“ ponašanja sadržavaju poruku koju nam dijete ne zna prenijeti na drugi način. Zato je uvijek važno obratiti pažnju na to što dijete želi postići određenim ponašanjem i što nam time poručuje. I to je jednakovrijedna informacija za nas na temelju koje ćemo voditi usmjeravajući dijalog.



Regulacija je vanjska kontrola ponašanja – to su naši postupci (podrška, pomaganje, vođenje, usmjeravanje, očekivanja, granice, pravila). Regulacija prethodi i uvjet je za razvoj djetetove samoregulacije.

Samoregulacija je djetetovo vladanje sobom – ona je cilj našeg usmjeravanja, regulacije. Želimo da dijete može što više samo, da može bez nas, ali na socijalno prihvatljiv način.

Suprotni polovi regulaciji i usmjeravanju su:

- ignoriranje djeteta ili puštanje da dijete radi što hoće bez podrške i granica. Riječ je o zanemarivanju djeteta, izostanku strukture (koju čine očekivanja i pravila o prihvatljivom i neprihvatljivom ponašanju);
- zapovijedanje djetetu na grub način ne mareći za njegove želje i potrebe i isticanje samo onog što dijete ne može. Riječ je o pretjeranom kontroliranju djetetovog ponašanja uz prisilu i neuvažavanje djeteta.

TIPIČNE SITUACIJE u kojima djetetu pomažemo da uči vladati samo sobom:

- situacije koje traže usmjerenost cilju i suradnju – kad dijete treba podršku i/ili vođenje kako se nešto radi, kad se treba usredotočiti na „izvršavanje zadatka“ (npr. sagraditi toranj od kocaka, složiti puzzle, otići na WC, oprati ruke, postaviti stol)
- situacije koje traže regulaciju ponašanja jer nešto nije dopušteno ili poželjno – poštovanje kućnih pravila, upoznavanje vrijednosti, situacije dijeljenja s drugima, situacije koje traže pravila za društveno prihvatljivo ponašanje, situacije koje traže altruističko ponašanje i empatiju za druge, uključujući životinje, biljke... (npr. dira štednjak, hoda po kući u prljavim cipelama, ne želi dati ruku na ulici, treba podijeliti čokoladu, treba nekog utješiti, otima tuđu igračku, trga cvijeće, udara mačku).

Kako roditelj uspostavlja usmjeravajući dijalog?

a. Podržavanjem djetetovih aktivnosti i inicijative; vođenjem djeteta korak po korak prema cilju

U komunikaciji s djetetom već je rano prisutna podrška u zajedničkom usmjeravanju pažnje. U aktivnostima koje su usmjerene cilju prirodno je da komunikacija postaje više regulativna i prilagođena, kako djetetovim sposobnostima tako i težini zadatka. U tome ćemo biti puno uspješniji ako slijedimo djetetov interes nego ako ga preusmjeravamo na ono što mi odaberemo da bi za dijete bilo korisno. Domišljatošću je svaku aktivnost moguće preusmjeriti u korisnu aktivnost uz poštovanje metode malih koraka.

Pritom je puno važnije podržavati djetetovu aktivnost i trud koji ulaže negoli samo dostizanje cilja. Upravo će aktivno isprobavanje i upornost djeteta dovesti do rješenja. Svoje usmjeravanje trebamo kontrolirati po načelu „manje je više“. Pratimo što dijete radi i uključujemo se na nenametljiv, ali zabavan način kada vidimo da dijete ozbiljno zapinje i više ne može samo. Poželjno je da uvijek omogućimo da zadnji „potez“ bude djetetov, to će mu omogućiti osjećaj uspjeha.

Primjerice, dijete želi sagraditi toranj od puno kocaka koji se neće srušiti (= cilj). Ne znači da odrasli to treba raditi umjesto djeteta. U spontanoj igri kockama dijete usmjeravamo uređivanjem okoliša, brigom da dijete udobno sjedi, da ga ništa ne ometa, dodavanjem kocaka, neverbalnim, kratkim znacima odobravanja, postavljanjem pitanja, predlaganjem da pokuša ponovno, da uzme možda drugu kocku i sl. Pomažemo mu da planira korak po korak: što ćeš sada, koju ćeš kocku sada staviti. Nema potrebe da dijete požurujemo ili izravno vodimo da obavi zadatak, ima vremena... Važno je da dijete autonomno (njegov cilj, njegov trud, njegov uspjeh) i da povećava sposobnosti i kompetenciju (toranj je sve viši). Ili, sa strane pratimo kako uči od druge djece i pritom se ne uplićemo.



Kad roditelj procijeni da dijete nešto može, ali je nesigurno, neće ga pretjerano nagovarati i hrabriti jer to povećava pritisak. Jednostavno će mu stvarati prirodne prilike da to ima češće priliku raditi, ali onoliko koliko dijete hoće. Potpuno će mu prepustiti doživljaj kontrole situacije. Hrabrit će svaki djetetov interes i pokušaj da riješi problem. Nastojat će da situacija za dijete postane što privlačnijom kako bi dijete zbog interesa prevladalo nesigurnost i sklonost da odustane. Za takve aktivnosti kažemo da „vuku“ razvoj naprijed. Važno je prepoznati fokus dječje pažnje, motiviranost i sposobnosti.

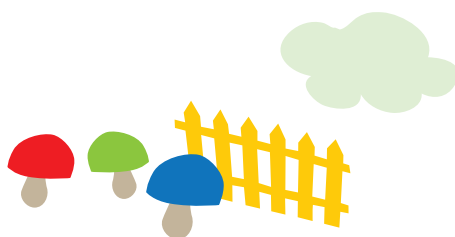
U svim aktivnostima u kojima je dijete usmjereno cilju, važnost uloge odrasle osobe očituje se u podršci nastojanju, ulaganju napora, planiranju korak po korak, neodustajanju te dobroj povratnoj informaciji kad je dijete zadovoljno svojim uspjehom (Uspio si složiti visoki toranj. Ali kada dijete ne uspije, i to preoblikujemo u uspjeh: O, kako se toranj brzo, glasno srušio!). Kako dijete napreduje, tako se udio naše potpore smanjuje. Važno je realistično uskладiti naša očekivanja s djetetovim mogućnostima i postavljati mu dobre izazove i podršku (Vidim da ti to odlično ide, kako je to zabavno...). Ako dijete taj put ne uspije, da se ne bi osjećalo krivim i obeshrabrenim važno je dati mu do znanja da ima vremena ili da su različiti ishodi nama zanimljivi i vrijedni. Primjerice, U redu, sad znamo da treba pričekati da još malo narasteš pa onda pokušati ponovno ili Ja sam htjela jedno, a ti si napravio nešto sasvim drugo, odlično ti to ide.

Kad ne uspije izvesti svoj naum (naći pravu rupu, toranj se sruši...) dijete bude ljuto i frustrirano. Ne treba ga uvijek spašavati od frustracije i ljutnje niti sagraditi toranj umjesto njega, već treba imenovati što se dogodilo, suosjećati i ostaviti djetetu da odluči što će. Kod djece koja mogu treba poticati strpljenje jer se tako „vježba“ tolerancija na frustraciju. Primjerice, O, tvoj se toranj srušio, a bio je već tako visok. Što ćeš sad?

b. Izricanjem očekivanja na pozitivan način s jasnim granicama za ono što je djetetu dopušteno, a što nije

Govorimo o granicama koje su postavljene u ozračju uzajamnog poštovanja. Umjesto vikanja i zabrana dajemo objašnjenja i razloge zašto neke stvari nisu dopuštene, a neka pravila i zabrane neophodne. Uz izricanje djetetu razumljivih očekivanja, postavljamo pravila i posljedice koje slijede za njihovo nepridržavanje. Zabrane izričemo jasno i čvrsto uz objašnjenja, a djetetovu pažnju i ponašanje preusmjeravamo na ono što je dopušteno. Pritom dajemo onaj tip podrške koji smatramo nužnim. Često pomaže tjelesni kontakt, primjerice, stavljanje djeteta u položaj koji olakšava suradnju, privlačenje djetetove pažnje omiljenom igračkom i sl. Tako dijete postaje sve sposobnije da samo sebe vodi i predviđa posljedice svojeg ponašanja, što općenito vodi unutrašnjoj kontroli.

Kad granice izričemo unaprijed, kao očekivanja, dopuštenja i zabrane, naše je djelovanje proaktivno. Ako se dijete u najavljenj situaciji ponašalo dobro, u skladu s našim izrečenim očekivanjima, važno je dati i dobru povratnu informaciju u kojoj točno kažemo što je bilo dobro i zbog čega, kako bi se ponašanje učvrstilo. Ako je dijete prekršilo granicu i pravilo, povratna mu informacija treba točno reći što nije bilo dobro i zbog čega te što i kako treba učiniti sljedeći put. Može uslijediti prirodna i/ili logična posljedica, primjerice, ako si prolio – obriši. Sada je naše djelovanje reaktivno (reakcija na djetetovo ponašanje). Prilikom postavljanja granica i reagiranja na djetetovo ponašanje, važno je čuvati se od pretjerivanja u emocionalnom iskazivanju našeg odobravanja ili neodobravanja.



Ovakav pošten odnos prema djetetu u kojem mu točno kažemo što ga očekuje i ne lažemo (npr. da u trgovini više nema bombona, da kod doktora ništa neće boljeti i sl.) razvija kod djeteta, između ostalog, pravo povjerenje. Često se spominje djetetovo „testiranje granica“, tj. ponašanje djeteta koje neki roditelji vide kao borbu moći i dovođenje u pitanje roditeljskog autoriteta, a zapravo je kod malog djeteta jednostavno riječ o njegovom nastojanju da dobije ono što želi i teško se suočava s roditeljskom zabranom i granicom. Možemo to usporediti s vožnjom na autocesti preko 130 km/h jer se vozaču tako sviđa, a ne zato jer testira nečije granice. Dijete u početku ne zna da postoje roditeljske granice, a kad ih otkrije, onda ih istražuje. Roditeljsko jasno postavljanje granica u pojedinim situacijama omogućit će mu da nepotrebno istraživanje granica ne traje dugo i doprinijet će djetetovu osjećaju sigurnosti. Brže će naučiti koja logična posljedica slijedi nakon određenog ponašanja u pojedinoj situaciji.

Zato, kad god krećemo s djetetom u neku situaciju za koju nismo sigurni zna li dijete kako se treba ponašati, ili kad znamo da bi se moglo neprihvatljivo ponašati (npr. trgovina, gosti u kući, odlazak liječniku), djetetu trebamo najaviti točno i konkretno kamo i po što idemo, tko će tamo biti, što će se događati, što ćemo mi raditi i **što očekujemo od njega – što mu je dopušteno i kako se točno treba ponašati**. Po završetku dajemo mu povratnu informaciju što je bilo dobro i što bi sljedeći put u njegovu ponašanju trebalo biti drukčije. Nekad je djetetu potrebno više puta objasniti, verbalno i neverbalno, što od njega očekujemo, što smije i ne smije raditi. Ako pak procjenjujemo da je neka situacija za dijete prezahtjevna, nećemo ga ni dovoditi u takvu situaciju, nego ćemo je odgoditi kad za nju bude spremno (trgovina, gosti...) ili ćemo prilagoditi okolinske uvjete kako bi dijete ipak bilo uspješno.

Ništa se ne podrazumijeva, potrebno je reći!

Na primjer: *Idemo u trgovinu po namirnice za ručak, pozdravit ćemo tetu prodavačicu, ja ću ići po meso, a ti ćeš potražiti gdje je mlijeko. Sebi ću kupiti kavu, a ti možeš potražiti gdje je čokoladica za tebe. Ja ću ti dodavati stvari, a ti ćeš ih stavljati u kolica. Izabrat ćeš džem za palačinke. Pomoći ćeš mi gurati kolica. Možeš na blagajni vaditi stvari iz kolica....* Ovakve upute daju se djetetu korak po korak uz puno ponavljanja, unaprijed, za vrijeme kupovine i kao povratna informacija nakon kupovine. Važno je „dozirati“ i prilagoditi se djetetu

Djeca žele razumjeti što se od njih očekuje.

Na primjer: Majka djetetu koje još nedovoljno razumije jezik tumači da joj mora dati ruku dok idu ulicom, ali dijete trči i ne daje ruku jer ne razumije da to majka zaista očekuje. Puno je učinkovitije primiti dijete, pokazati zadovoljstvo što se drži za ruke i zajednički usmjeriti pažnju na nešto zanimljivo u smjeru kretanja.

