

Slušanje kao životni stil

Slušanjem priznajemo pravo djeteta da ga se čuje te da se uvažavaju njegovi stavovi i iskustva u vezi sa svime što ga se tiče. Samo ako ga slušamo možemo razumjeti djetetove prioritete, interese i potrebe, možemo razumjeti kako se dijete osjeća glede samoga sebe. Slušanje je ključno za uspostavljanje odnosa uzajamnog poštovanja. Slušanjem dobivaju i dijete i odrasli.

Slušanje je aktivan, dvosmjerni proces primanja, razumijevanja i reagiranja na poruke, a uključuje sve senzorne puteve i emocije te nije ograničeno samo na verbalni govor. Ono otvara vrata djetetovoj inicijativi i sudjelovanju te našem usklađivanju s njim u zadovoljavanju njegovih potreba. Pažljivo slušanje omogućuje nam upoznati dijete na nov način pa i otkriti ozbiljnije brige koje ga muče, a ne zna ih izreći (npr. zlostavljanje).

Slušanje je dio ozračja u kojem se dijete osjeća sigurno, moćno i s povjerenjem se može izražavati na način koji njemu najviše odgovara. Osobito je važno pokazati djetetu da ga slušamo ako ima poteškoće u izražavanju, jer tako uči da ga se i sluša i čuje. Slušanje je put za usvajanje i drugih socijalnih vještina (komunikacija s novim odraslima, s djecom, slijeđenje važnih uputa – u igri, zadacima, dnevnoj rutini...). Slušanje djeteta daje pravo odraslosti da ne mora biti svezalica i pruža mu priliku da istražuje zajedno s djetetom, da čuje njegove zamisli u vezi sa svime što mu se događa – o prostoru, rutini, ophođenju – te da svoje postupke lakše korigira i prilagođava djetetu i sebi.

Za pravo slušanje moramo pokazati poštovanje, iskrenost i strpljenje, biti osjetljivi za dobar trenutak, biti maštoviti, otvoreni i voljni surađivati. Svako dijete, bez obzira na dob, spol, obrazovanje roditelja i kulturu, ima kapacitete za komunikaciju i izražavanje sebe te svojih želja i potreba. Odrasli treba iskreno reći zašto sluša, ima li vremena i može li udovoljiti onome što dijete traži. Slušanje traži vrijeme i strpljenje te, ako ga nemamo, djetetu to treba iskreno reći i obećati da ćemo mu posvetiti čim budemo mogli, određivši točno kada će to biti, jer djeca često nešto žele u trenutku koji nama ne odgovara i objektivno nemamo vremena za slušanje. Osim toga, djeci često treba dosta vremena da kažu što žele. Ako dijete pitamo, a ne odgovorimo – šaljemo mu poruku da ga ne slušamo i ne uzimamo ozbiljno.

Mnogo je načina i tehnika slušanja. Koji god odabrali, **promatranje djeteta i empatija trebaju biti početna točka.** Svojim ponašanjem (mimika, geste, neverbalne poruke, ponašanje...) dijete nam daje naslutiti, zaključiti o emocijama, mislima, stanjima. Dijete se izražava i likovno, glazbeno, glumom i plesom (Malaguzzi: Sto jezika djeteta), iz čega također možemo mnogo naučiti o njegovim potrebama, interesima, emocijama... Često dijete tako izražava ono što govorom ne može izreći. Stoga **odrasli mora slušati ušima, očima, nosom i dodirom** – osobito malene.

Slušanje malog djeteta ima utjecaj na njegovo stvaranje slike o sebi, kao i na ponašanje u kasnijoj dobi. Ne slušanje malog djeteta kada je pod stresom može dovesti do kasnije tjeskobe i agresivnog ponašanja. Slušanje uznemirenog djeteta na miran način bez uzrujavanja i panike, najbolji je način na koji bliske osobe mogu pomoći djetetu da razvije dobar osjećaj u vezi sa sobom i drugim ljudima koji ga okružuju. Slušanje malog djeteta ključno je za razvoj njegovih vještina slušanja i temelj za razvoj socijalnih vještina.

Slušanjem djeteta dajemo mu dobar model da i sâm nauči slušati.

Roditelji obožavaju slušati malu bebu – čak i kad spava, raduju se njezinu glasanju, gukanju, smijehu. Važno je da slušaju i čuju što je veseli, što joj smeta i da postupaju u skladu s time, da provjere jesu li dobro čuli što bebi treba, kao i da je utješe ako ne može dobiti što želi. Roditelji razlikuju uzroke bebina plača. U **emocionalnom** razgovoru s malim djetetom treba mu reći kako prepoznajemo da ga boli, da se uplašilo, da je gladno, sito, veselo, pospano, da je čisto i da mu je ugodno, ili pak da ga zanima neki tamo predmet (i dodati mu još jedan).

Odrasli koji sluša malo dijete obraća mu se govorom (prilagođenim govornom razvoju), daje mu mogućnost da bira; razgovara gugutanjem, brbljanjem (ja, pa ti), reagira na ono za što beba pokazuje interes, umirujuće i nježno uvažava djetetove emocije, pjeva mu različite pjesme i pjesmice, priča priče, uči ga igrice s pjevanjem, komentira svakodnevne aktivnosti, igra se s njim, smije se s njim. Opasnosti koje nas mogu onemogućiti da čujemo malo dijete jesu kućna rutina, glasni ukućani, glasni TV i glazba. **U životu s malim djetetom nema požurivanja, a buku vlastitog doma treba smanjiti kako bismo dijete mogli slušati i čuti kao ravnopravnog člana.**



Kada nas se sluša, učimo važne vještine kao što su slušanje, razgovaranje, pregovaranje, dogovaranje. Učimo reflektirati ono što smo čuli ili vidjeli, uzimati u obzir tuđa stajališta, biti objektivniji. Slušanjem razvijamo dublje razumijevanje tuđih potreba i osjećaj odgovornosti. I, konačno, učimo je li naš glas drugim ljudima vrijedan slušanja. Prvi koje dijete čuje i koji čuju njega jesu roditelji i bliski odrasli. Njihovi glasovi najmoćnije utječu na stavove i kasnija postignuća. Da bi se dijete razvijalo dobro (**emocionalno**, mentalno i tjelesno), važno je da ga roditelji slušaju i uvažavaju ono što čuju.

Da bi se uskladio s djetetom, roditelj treba biti strpljiv, zainteresiran, dostupan, realističan, iskren i osjetljiv za ono što vidi. Također je važno da se fokusira na ono čime se dijete bavi, da ne zanemari djetetove emocije kao bedaste ili nepotrebne, da ima pozitivna očekivanja, da ne viče, da reflektira što je razumio od onoga što je dijete reklo – **jednom riječju, da se potruđi**.

(Clark, A. i Rich, D. [2004]. NCB – Nacionalni ured za djecu, Velika Britanija)

Možemo slušati i djecu koja još ne znaju riječima izraziti što im treba

Svi znamo da je plač izraz nezadovoljstva i sve mame pokušavaju ovu neverbalnu poruku dekodirati na neverbalni ili bihevioralni način, obično metodom pokušaja i pogrešaka – pa će pokriti, premotati, napojiti, nahraniti, pomaziti, dok ne otkriju što dijete muči i dok ono konačno ne pomisli: "Konačno si me razumjela – to je ono što sam htio, bio sam gladan." Postupno svaka mama nauči dekodirati plačeve svojega djeteta: odgovornost za razumijevanje dječjih poruka je na odraslome. **Kao i u aktivnom slušanju, treba provjeriti jesmo li dobro razumjeli što dijete treba ili traži, a ne pretpostaviti da znamo što mu treba.** Komunikacijsku sekvenciju treba dovršiti (primjer Jana). Da bi sporazumijevanje s djetetom i zadovoljavanje njegovih potreba, kao i rješavanje njegovih problema bili uspješni, prve godine treba puno vremena provoditi s djetetom. Malo dijete treba roditelje, treba ih "očajnički" jer je bespomoćno i ovisno, a uz roditelje se oblikuje njegovo povjerenje u svijet (Erikson). U svakodnevnome životu najvažnije je slušanje djeteta, tj. zadovoljavanje njegovih potreba. S razvojem djeteta komunikacija se mijenja na način da ono može sâmo zadovoljavati svoje potrebe i rješavati svoje probleme. Dobar roditelj, koji sluša, u tome će mu pomagati (primjer Petar). Odgovornost za rješavanje problema ostavit će djetetu, izbjegavajući direktno uključivanje ili savjetovanje. Ponekad su roditelji nestrpljivi pa želeći pomoći djetetu preuzimaju njegove probleme. Uznemiruje ih djetetovo proživljavanje nezadovoljene potrebe (zapravo ne prihvaćaju dijete) pa "moraju" preuzeti djetetov problem i ponuditi brzo rješenje. Ukoliko se to radi često, usporava se djetetovo osamostaljivanje u korištenju vlastitih sposobnosti i koči se njegova neovisnost te se zapravo stvara temelj učenju bespomoćnosti.

Jana se podiže u svojem krevetiću i počne cmizdriti, a zatim i glasno plakati.

Majka je posjedne natrag i da joj zvečku.

Jana nakratko prestane plakati, zatim baci igračku preko ogradice na pod i nastavlja plakati još jače.

Majka podigne zvečku i čvrsto je usadi u Janinu ruku govoreći strogo: "Ako je opet baciš, više je nećeš dobiti!"

Jana nastavlja plakati i baca zvečku iz krevetića.

Majka je pljesne po ruci.

Jana sada zbilja jako plače.

Petar (plačući): "Kamion, kamion – nema kamiona."

Roditelj: "Hoćeš tvoj kamion, ali ga ne možeš naći." (aktivno slušanje)

Petar (zagleda pod kauč, ali kamiona nema)

Roditelj: "Kamiončić nije tu." (reagira na neverbalnu poruku djeteta)

Petar (otrči u svoju sobu, traži, ne može ga naći)

Roditelj: "Kamiončić nije ni tu." (reagira na neverbalnu poruku djeteta)

Petar (razmišlja, odlazi prema vratima dvorišta)

Roditelj: "Možda je kamion otraga u dvorištu." (reagira na neverbalnu poruku djeteta)

Petar: (istrčava, pronalazi kamiončić u pješčaniku, izgleda ponosno): "Kamion!"

Roditelj: "Našao si svoj kamion." (aktivno slušanje)

(Gordon, T. [1996]. Škola roditeljske djelotvornosti)

