



# BUDI RUKA KOJA VOLI I REČ KOJA SOKOLI

Priručnik za profesionalce  
koji rade sa roditeljima





# BUDI RUKA KOJA VOLI I REČ KOJA SOKOLI

Priručnik za profesionalce  
koji rade sa roditeljima



**Izdavač**

Društvo za dečju i adolescentnu psihijatriju i srodne struke Srbije DEAPS

**Za izdavača**

Milica Pejović Milovančević

**Urednice**

Marija Mitković Vončina i Milica Pejović Milovančević

**Autorke po azbučnom redu**

Nevenka Žegarac, Snježana Jović,  
Ksenija Krstić, Ivana Mihić

**Lektura**

Vlado Đukanović

**Dizajn**

Agencija Citlik

**Štampa**

Štamparija DMD

**Tiraž**

500 primeraka

ISBN-978-86-916687-7-8

Publikacija je nastala u okviru zajedničkog projekta „Integrirani odgovor na nasilje nad ženama i devojčicama u Srbiji III“, koji sprovode UNICEF, UN Women, UNFPA i UNDP u partnerstvu sa Vladom Republike Srbije, uz podršku Vlade Švedske. Stavovi izneti u ovoj publikaciji predstavljaju stavove autora i ne odražavaju nužno stavove Ujedinjenih nacija, Vlade Republike Srbije i Vlade Švedske.

Beograd, januar 2023.

Copyright © Društvo za dečju i adolescentnu psihijatriju i srodne struke Srbije DEAPS

# SADRŽAJ

<b>PREDGOVOR</b>	6
<b>UVOD</b>	9
Roditeljske vaspitne prakse kroz istoriju	9
Roditeljske vaspitne prakse kroz istraživanja	11
Roditeljske vaspitne prakse kroz teoriju	13
Roditeljske vaspitne prakse u širem kontekstu roditeljstva	15
Roditeljske vaspitne prakse koje nanose štetu – činjenice sa kojima se treba suočiti	19
Kako štetne vaspitne prakse zameniti pozitivnim alternativama?	21
Uloga stručnjaka	23
<b>PREVENCIJA NASILNIH VASPITNIH PRAKSI</b>	25
Gde smo sada i kako dalje?	25
5P preventivni model: Budi ruka koja voli i reč koja sokoli, izbroj do 5	27
Kako primeniti preventivni 5P model?	31
<b>DEO I - MODULI</b>	33
<b>MODUL 1. PRUŽI - ŠTA JE PODSTICAJNA NEGA I KAKO JE PRUŽITI?</b>	33
Cilj modula	33
Sadržaj modula	35
1. Šta je to podsticajna nega?	35
2. Razvoj respozivnosti	39
3. Preduslovi za podsticajnu negu i respozivnost	43
<b>MATERIJAL ZA RODITELJE</b>	49

<b>MODUL 2. „PREISPITAJ“ - ZAŠTO I KAKO PREISPITIVATI STAVOVE I PRAKSE U RODITELJSTVU?</b>	53
Cilj modula	53
Sadržaj modula	55
1. Kako se razvijaju roditeljske prakse?	55
2. Iskustva iz sopstvenog detinjstva kao izvor informacija o roditeljstvu	61
3. Kako preispitati sopstvene obrasce u roditeljstvu?	66
<b>MATERIJAL ZA RODITELJE</b>	75
<b>MATERIJAL ZA RAD STRUČNJAKA SA RODITELJEM</b>	77
<b>MODUL 3. PRESKOČI - KAKO PREPOZNATI I OTKLONITI ŠTETNE PRAKSE U RODITELJSTVU?</b>	81
Cilj modula	81
Sadržaj modula	83
1. Dve strane jedne medalje: izazovna ponašanja dece i način vaspitanja (tip roditeljstva)	83
2. Prakse koje u roditeljstvu treba izbegavati	89
3. Zašto su nasilne vaspitne prakse štetne po dete	95
<b>MATERIJAL ZA RODITELJE</b>	104
<b>MODUL 4. PRIMENI - KAKO PRIMENITI POZITIVNE VASPITNE PRAKSE U BRIZI O DETETU?</b>	108
Cilj modula	108
Sadržaj modula	109
1. Oslonci primene pozitivne (nekažnjavajuće) prakse u podsticajnoj nezi	109
2. Ponašanje roditelja koji primenjuju nekažnjavajuću (pozitivnu) vaspitnu praksu	113
<b>MATERIJAL ZA RODITELJE</b>	132
<b>MODUL 5. POTRAŽI POMOĆ - KAKO POTRAŽITI PODRŠKU U RODITELJSTVU?</b>	137
Cilj modula	137
Sadržaj modula	139
1. U kojim je oblastima roditeljima najčešće potrebna pomoć?	139
2. Kako pomoći roditelju da potraži i prihvati pomoć?	140
<b>MATERIJAL ZA RODITELJE</b>	152

<b>DEO II - SPECIFIČNI ASPEKTI PRIMENE PET MODULA</b>	155
<b>KAKO SE SNAĆI U ULOZI RODITELJA DETETA SA SMETNJAMA U RAZVOJU</b>	155
1. PRUŽI (šta deca sa smetnjama u razvoju, invaliditetom ili zdravstvenim problemima treba specifično da dobiju od svojih roditelja)	157
2. PREISPITAJ (šta su specifičnosti u preispitivanju roditelja dece sa smetnjama u razvoju)	159
3. PRESKOČI (koje su roditeljske/starateljske prakse posebno štetne po deo sa smetnjama u razvoju)	160
4. PRIMENI (koje su roditeljske prakse prikladne za decu sa smetnjama u razvoju)	161
5. POTRAŽI POMOĆ (zašto i kako roditelji dece sa smetnjama u razvoju mogu da potraže pomoć u vaspitanju)	164
<b>MATERIJAL ZA RODITELJE</b>	171
<b>KAKO SE SNAĆI U ULOZI RODITELJA ADOLESCENTA/ ADOLESCENTKINJE</b>	173
1. PRUŽI (šta je adolescentima potrebno od roditelja)	173
2. PREISPITAJ (kako se roditeljske prakse menjaju i rastu zajedno sa detetom)	175
3. PRESKOČI (koje su roditeljske prakse neprikladne za adolescente ili u čemu roditelji najčešće greše sa adolescentima)	176
4. PRIMENI (koje su roditeljske prakse prikladne za adolescente, odnosno šta je prikladno roditeljstvo kada dete uđe u period adolescencije)	177
5. POTRAŽI POMOĆ (šta činiti kada su roditelji zbunjeni, zabrinuti, preplavljeni i sl.)	179
<b>MATERIJAL ZA RODITELJE</b>	180
<b>DEO III - KAKO SA RODITELJIMA RADITI NA RODITELJSTVU?</b>	187
1. Izgradnja i održavanje odnosa sa roditeljima	188
2. Roditeljske teme i dileme	205
3. Prepreke za rad sa roditeljima	211

# PREDGOVOR

Priručnik pred vama nastao je u okviru projekta *Podrška profesionalcima i roditeljima za nenasilno disciplinovanje dece* koji se realizovao od 2020. do 2022. godine kao jedan od rezultata višegodišnjeg rada UNICEF-a i njegovih partnera u oblasti vaspitanja dece te zaštite dece od zlostavljanja i zanemarivanja.

Priručnik su izradili profesionalci sa višegodišnjim iskustvom u oblasti ranog razvoja dece, kao i zaštite dece od zlostavljanja i zanemarivanja, koji su iskustva stekli i primenjuju ih u okviru tri sistema – sistema socijalne zaštite, zdravstva i obrazovanja. Upravo sveobuhvatno posmatranje ličnog razvoja deteta i njegovog razvoja u okviru porodičnog nukleusa odnosno opšteg sistema pomoglo je da se osmisli i napravi ovaj priručnik.

Prevenција nasilnih praksi u roditeljstvu i borba za kvalitetno roditeljstvo u celini – to je tema u koju se ulaže mnogo truda i kreativnih napora u našoj zemlji. Mnoštvo programa, kampanja, škola roditeljstva, edukacija patronažnih službi i stručnjaka različitih sektora posvećeno je tom cilju. Podaci istraživanja, međutim, nedvosmisleno ukazuju na to da se obrasci nenasilnih vaspitnih praksi u roditeljstvu održavaju u populaciji uprkos primeni preventivnih programa. Ti podaci, kao i dodatne informacije koje pomažu stručnjacima da razumeju važnost teme i osnovu na kojoj su nastali projekat i preventivni model koji je predstavljen u ovoj publikaciji, prikazani su u uvodnom delu Priručnika. Priručnik, zatim, daje smernice za rad stručnjaka iz različitih sektora sa roditeljima na pozitivnom



roditeljstvu, kroz novi model koji se oslanja na pet ključnih celina – poruka, odnosno šta roditelj treba da **pruži**, zašto i kako da posmatra i **preispituje** sopstvene prakse (sa posebnim osvrtom na transgeneracijske uticaje), koje su prakse u roditeljstvu štetne pa roditelj treba da ih **preskoči**, a koje pozitivne alternative treba da **primeni** i, na kraju, kako i od koga roditelj treba da **potraži** dodatnu podršku i pomoć u roditeljstvu. Pored navedenih celina koje čine osnovu ovog preventivnog modela, Priručnik pruža i informacije o specifičnim aspektima koji se tiču staranja o deci sa smetnjama u razvoju i staranja o adolescentima. Na kraju, priručnik pruža i detaljnu razradu koja se tiče opštih znanja i veština stručnjaka u komunikaciji sa roditeljima, i to kroz sagledavanje izgradnje i održavanja dobrog odnosa između stručnjaka i roditelja, zatim najvažnijih tema i dilema koje su interesantne za roditelje, kao i mogućih prepreka u saradnji između roditelja i stručnjaka.

Ovako formiran i prikazan model treba da informiše stručnjake o glavnim stubovima pozitivnog roditeljstva na sistematizovan način, kako bi oni mogli da ga primene u svakodnevnom radu sa roditeljima, kontinuirano i slojevito, kroz jedinstveni narativ, u svim sektorima koji spajaju stručnjake sa porodicama. Suštinski cilj je da stručnjaci znaju ključne informacije o pozitivnom roditeljstvu, da u njih veruju i, što je najvažnije, da im bude stalo do toga da roditeljima prenesu poruku *Budi ruka koja voli i reč koja sokoli*.



# UVOD

## RODITELJSKE VASPITNE PRAKSE KROZ ISTORIJU

Šta je najbolji pristup disciplinovanju dece? Odgovor na ovo vanvremensko pitanje zanima sve – roditelje, staratelje, hranitelje, bake i deke, institucije, društvo u celini. Pogled u istoriju, u ona vremena kada je strogo kažnjavanje dece bilo pravilo, a ne izuzetak, otkriće nam da je uvek bilo pionirskih pokušaja da se stvari promene. Na primer, u 4. veku nove ere, Konstantin Veliki je sproveo reformu i ukinuo zakonska prava koja su dozvoljavala glavi porodice nasilno ponašanje prema deci, što je bio značajan korak u ograničenju bezuslovnog autoriteta roditelja nad decom<sup>1</sup>. Džon Lok je ohrabrivao roditelje u 17. veku da usvoje manje surove metode vaspitanja i da obrazuju decu tako što će ih učiti da preuzimaju odgovornost za svoje postupke, a ne tako što će ih fizički kažnjavati. Posle Drugog svetskog rata, dr Spok je u čuvenoj knjizi o roditeljstvu hrabrio roditelje da budu dosledni, otvoreni i prijateljski nastrojeni prema svojoj deci, a ne strogi i autoritarni. Ovi pokušaji doneli su značajne kontroverze koje su podelile roditelje na one koji podržavaju i one koji ne podržavaju neadekvatne disciplinske postupke poput fizičkog kažnjavanja<sup>2</sup>.

Međutim, 1989. godine desilo se nešto veoma važno. Naime, Generalna skupština Ujedinjenih nacija usvojila je te godine Konvenciju o pravima deteta<sup>3</sup>, koja je donela opipljivu promenu – prava dece su široko i potpuno prepoznata širom sveta, a u mnogim državama ovu promenu pratile su i odgovarajuće zakonske promene. U Tabeli 1 prikazano je šta je konkretno donela ova konvencija.

---

<sup>1</sup> Public Health Foundation of Georgia. *Child Abuse – A Historical Perspective*. Dostupno na: <http://phf.org.ge/en/resources/child-abuse-a-historical-perspective/> (ENG)

<sup>2</sup> Pejović Milovančević, M. Tošković, O. (ur.) *Istraživanje primene vaspitne discipline nad decom u porodici u Srbiji*. Beograd: Institut za psihologiju, 2020. Dostupno na: <https://www.unicef.org/serbia/media/16611/file/Istra%C5%BEivanje%20o%20disciplinovanju%20dece%20u%20porodici%20u%20Srbiji.pdf> (SRB)

<sup>3</sup> UNICEF. *Konvencija o pravima deteta*. Dostupno na: <https://www.unicef.org/serbia/media/3186/file/Konvencija%20o%20pravima%20deteta.pdf> (SRB)

### Tabela 1. Šta je donela Konvencija o pravima deteta?

Naglašavanje da je porodica prirodno okruženje za rast i dobrobit dece i da je ona u obavezi da pruži bezbedno i stimulatívno okruženje za razvoj dece.

Prava i obaveze roditelja i drugih staratelja kada je u pitanju pružanje odgovarajućeg usmerenja i vodstva u procesu razvoje dece.

Odgovornosti država potpisnica u pružanju podrške roditeljima.

Zaštita dece od svih oblika nasilja, iskorišćavanja i zlostavljanja, dok su pod nadzorom roditelja/staratelja.

Zaštita od nasilnih praksi disciplinovanja u školi.

Danas čak 63 zemlje sveta imaju na snazi kompletnu zakonsku zabranu fizičkog kažnjavanja dece (u svim okruženjima, uključujući i porodični dom), a još 26 zemalja je jasno i javno posvećeno donošenju ovakve zabrane, bez odlaganja (među kojima je i Srbija)<sup>4</sup>. Kao deo Nacionalnog akcionog plana za decu, Vlada Republike Srbije usvojila je 2005. godine Opšti protokol za zaštitu dece od zlostavljanja i zanemarivanja<sup>5</sup>, a uz Opšti protokol usvojeno je i nekoliko posebnih protokola kojima su definisane specifične procedure za različite sektore u sistemu zaštite dece (socijalni rad, obrazovanje, policija, zdravstvena zaštita i pravosuđe). Vlada Republike Srbije donela je 10. februara 2022. godine Zaključak o usvajanju novog Opšteg protokola za zaštitu dece od nasilja, čime je prestao da važi Opšti protokol za zaštitu dece od zlostavljanja i zanemarivanja iz 2005. godine. Novi protokol donosi značajna unapređenja, uključujući i definiciju kojom se sada jasno prepoznaje telesno kažnjavanje kao vid lošeg postupanja prema deci<sup>6</sup>.

Iako telesno kažnjavanje dece još uvek nije eksplicitno zabranjeno u Srbiji (osim u školskom okruženju i socijalnim institucijama), Komitet za nadzor primene Konvencije o pravima deteta u Srbiji redovno ukazuje na potrebu za zakonom kojim bi se regulisala zabrana telesnog kažnjavanja i promoviše pozitivne, nenasilne i participativne načine vaspitanja i disciplinovanja dece.

<sup>4</sup> The Global Partnership to End Violence Against Children. *End Corporal Punishment*. Dostupno na: <https://endcorporalpunishment.org> (ENG)

<sup>5</sup> Ministarstvo rada, zapošljavanja i socijalne politike. *Opšti protokol za zaštitu dece od zlostavljanja i zanemarivanja*. Beograd; 2005. Dostupno na: [https://www.paragraf.rs/propisi/opsti\\_protokol\\_za\\_zastitu\\_dece\\_od\\_zlostavljanja\\_i\\_zanemarivanja.html](https://www.paragraf.rs/propisi/opsti_protokol_za_zastitu_dece_od_zlostavljanja_i_zanemarivanja.html) (SRB)

<sup>6</sup> Ministarstvo za brigu o porodici i demografiju. *Opšti protokol za zaštitu dece od nasilja*. 2022. Dostupno na: <http://minbpd.gov.rs/wp-content/uploads/2022/02/Opsti-protokol-za-zastitu-dece-od-nasilja.pdf> (SRB)

# RODITELJSKE VASPITNE PRAKSE KROZ ISTRAŽIVANJA

Vaspitne prakse u disciplinovanju dece istraživane su u Srbiji u više navrata. Prema periodičnim MICS istraživanjima višestrukih pokazatelja (MICS – **Multiple Indicator Cluster Survey**) koja su sprovedena 2005<sup>7</sup>, 2010<sup>8</sup>. i 2014. godine<sup>9</sup>, u Srbiji je 2005. godini 72,7% dece do 14 godina starosti bilo izloženo bar jednom obliku nasilnog disciplinovanja (psihičkog ili fizičkog) u prethodnom mesecu, ali je taj procenat pao na 67,1% do 2010. godine, uz dalji trend opadanja do 2014. godine (43,1%). Podaci jednog istraživanja iz 2017. godine pokazuju da je nasilje nad decom i dalje rasprostranjeno u različitim sredinama i oblicima<sup>10</sup>, a kada su u pitanju podaci iz osmočasovnih opservacija porodica u Srbiji<sup>11</sup>, uočava se da se, uz pozitivne vaspitne prakse, značajan broj dece podvrgava i nasilnim metodama vaspitanja, poput fizičkog kažnjavanja.

**Šta nam poručuju najnoviji podaci?** Nakon početnog opadanja nasilnog disciplinovanja u Srbiji, koje se vidi kroz rezultate preseka u okviru MICS istraživanja, bilo je opravdano nadati se da će se trend opadanja nastaviti. Međutim, pet godina nakon prethodnog preseka (43,1% 2014. godine) rezultati MICS istraživanja iz 2019. godine govore drugačije – procenat se nije smanjio, tj. 44,5% dece do 14 godina bilo je izloženo nekom vidu nasilnog disciplinovanja u prethodnom mesecu.

Tokom 2020. godine sprovedeno je Istraživanje primene vaspitne discipline nad decom u porodici u Srbiji<sup>12,13</sup>. Glavni cilj tog istraživanja bio je da se utvrde stavovi i znanja o (ne)nasilnim disciplinskim praksama koja imaju roditelji i stručnjaci koji rade sa roditeljima (zdravstveni radnici, stručnjaci u sistemu obrazovanja i sistemu socijalne zaštite). Istraživanje je pružilo korisne podatke o tome koje izvore oni koriste kada traže/ pružaju nove informacije i savete vezane za odgajanje dece. Stavovi prema nasilnom disciplinovanju i praktikovanje tog oblika disciplinovanja su ispitivani na nacionalno reprezentativnom uzorku roditelja dece uzrasta 0–18 godina u Srbiji. Konačan uzorak

<sup>7</sup> Republički zavod za statistiku i Strategic Marketing. *Istraživanje višestrukih pokazatelja za Republiku Srbiju 2005, Konačni izveštaj*. Beograd, Srbija, Republički zavod za statistiku i Istraživačka agencija Strategic Marketing, 2006.

<sup>8</sup> Republički zavod za statistiku. *Istraživanje višestrukih pokazatelja za Republiku Srbiju 2011, Konačni izveštaj*. Beograd, Srbija: Republički zavod za statistiku, 2011.

<sup>9</sup> Republički zavod za statistiku i UNICEF. *Istraživanje višestrukih pokazatelja položaja žena i dece u Srbiji 2014. i Istraživanje višestrukih pokazatelja položaja žena i dece u romskim naseljima u Srbiji 2014, Konačni izveštaj*. Beograd, Srbija: Republički zavod za statistiku i UNICEF, 2014.

<sup>10</sup> UNICEF. *Violent discipline (2017)*. Dostupno na: <https://data.unicef.org/topic/child-protection/violence/violent-discipline/> (ENG)

<sup>11</sup> UNICEF. *Istraživanje o roditeljskim praksama, faktorima rizika i zaštitnim faktorima razvoja u najranijem detinjstvu, sa posebnim osvrtom na socijalno deprivirane romske zajednice*. Beograd; 2016. Dostupno na: <https://www.unicef.org/serbia/media/3096/file/Istra%C5%BEivanje%20o%20roditeljskim%20praksama.pdf> (SRB)

<sup>12</sup> Pejović Milovančević, M. Tošković, O. (ur.) *Istraživanje primene vaspitne discipline nad decom u porodici u Srbiji*. Beograd: Institut za psihologiju, 2020. Dostupno na: <https://www.unicef.org/serbia/media/16611/file/Istra%C5%BEivanje%20o%20disciplinovanju%20dece%20u%20porodici%20u%20Srbiji.pdf> (SRB)

<sup>13</sup> *Ibid.*, neobjavljeni podaci.

činilo je 1.186 roditelja koji su, u trenutku ispitivanja, imali decu starosti do 18 godina. Konačan uzorak stručnjaka činila su 234 stručna lica iz škola, zdravstvenih ustanova i centara za socijalni rad.

Rezultati ovog istraživanja u skladu su sa nalazima MICS istraživanja. Iako velika većina roditelja koristi neke od nenasilnih metoda vaspitanja (objašnjavanje, tajm-aut, ukidanje privilegija, skretanje pažnje), nasilne metode su i dalje značajno zastupljene (psihološka agresivnost, fizičko kažnjavanje). Glavni rezultati navedeni su u Tabeli 2.

**Tabela 2. Glavni rezultati istraživanja iz 2020. godine**

Neke od nenasilnih metoda vaspitanja koristi 91% roditelja (objašnjavanje, tajm-aut, ukidanje privilegija, skretanje pažnje)

Više od dve trećine roditelja bilo je psihološki agresivno prema detetu barem jednom tokom prethodne godine – verbalna agresivnost, pretnje, najčešće zbog toga što je dete neposlušno (22%) ili u opasnoj situaciji (23%)

Od roditelja, 45% njih je izjavilo da je sprovodilo fizičko kažnjavanje tokom prethodne godine (63% za ceo život deteta), a 47% da su prvi put tukli dete kada je ono imalo između dve i tri godine

Samo mali broj roditelja (3% za period od prethodnih godinu dana i 2% za ceo život deteta) izjavilo je da koristi teže oblike fizičkog nasilja, a ekstremni oblik fizičkog nasilja priznalo je manje od 2% roditelja

Od roditelja, 68,3% njih najviše veruje svojim roditeljima kao izvoru informacija o roditeljstvu

Ovo je prvo istraživanje koje je ukazalo na određene stavove stručnjaka u ovom domenu – za značajan broj njih (17,2%) izvor od najvišeg poverenja kada je u pitanju roditeljstvo jesu njihovi roditelji (i ovaj broj stručnjaka veći je od brojeva za druge izvore informacija, među kojima su knjige i škole o roditeljstvu). Glavne prepreke koje stručnjake ometaju da se bave pitanjem telesnog kažnjavanja tokom rada sa roditeljima jesu nedostatak vremena (19,8%), nedostatak motivacije (15,5%) i nedostatak sredstava (11,7%).

# RODITELJSKE VASPITNE PRAKSE KROZ TEORIJU

Metode disciplinovanja su važan deo odgajanja dece. One imaju znatan uticaj na razvoj ličnosti deteta, na njegovo mentalno i fizičko zdravlje i celokupno funkcionisanje. One pomažu deci da razviju rasuđivanje, usvoje granice, steknu samokontrolu i nauče pozitivno socijalno ponašanje<sup>14</sup>. Vaspitna roditeljska ponašanja su, dakle, nešto bez čega ni deca ni roditelji ne mogu. Ono što se, pak, može dovesti u pitanje, to je koliko su ova ponašanja korisna i bezbedna.

Vaspitna disciplina se kroz istoriju sprovodila po tradicionalnom modelu operantnog učenja, odnosno po modelu nagrade i kazne, a naročito kazne, koja ima averzivni karakter. **Nasilno disciplinovanje** odnosi se na postupak roditelja ili staratelja koji ima za cilj da izazove fizički ili emocionalni bol kod deteta, kao način za ispravljanje njegovog ponašanja i kao metod odvratanja od nepoželjnih ponašanja<sup>15</sup>. Nasilne vaspitne prakse obuhvataju psihološku agresivnost i fizičko kažnjavanje. **Psihološka agresivnost** odnosi se na upotrebu verbalne agresivnosti (vikanje na dete, korišćenje uvredljivih reči, pretnji) i neverbalnih postupaka koji mogu dovesti do detetovog distresa i emocionalne povrede. **Fizičko (telesno) kažnjavanje** odnosi se na svako kažnjavanje u kome se koristi fizička sila kako bi se naneo bol ili izazvala nelagoda kod deteta sa ciljem disciplinovanja, ispravljanja ili kontrolisanja njegovog nepoželjnog ponašanja<sup>16</sup>. Iako se već duže vreme vodi javna debata o tome da li blaga fizička kazna (šljapkanje, pljuskanje i sl.) predstavlja nasilje ili ne, linija između blažeg fizičkog kažnjavanja i fizičkog zlostavljanja vrlo je tanka, pa svako fizičko kažnjavanje može da predstavlja rizik.

Metode nasilnog disciplinovanja povezuju se sa različitim negativnim psiho-socijalnim posledicama, a istraživanja ukazuju na slabu efikasnost tih metoda u postizanju željenog ponašanja i na to da ona često dovode do povećane agresivnosti kod dece i međugeneracijskog prenošenja nasilnog ponašanja<sup>17</sup>. Analiza 69 studija praćenja<sup>18</sup> daje ključnu poruku: telesno kažnjavanje dosledno predviđa pogoršanje ponašanja deteta kroz vreme i povezano je sa mnogo negativnih ishoda po decu u različitim zemljama i kulturama, kao što su poremećaji fizičkog i psihičkog zdravlja, šteta u pogledu kognitivnog

<sup>14</sup> Nieman P, Shea S. *Effective discipline for children*. Paediatrics & Child Health 2004; 9(1):37–41.

<sup>15</sup> United Nations, Committee on the Rights of the Child (CRC). *CRC General Comment No. 8 (2006): The Right of the Child to Protection from Corporal Punishment and Other Cruel or Degrading forms of Punishment (U.N. CRC/C/GC/8)*. (2007) Preuzeto sa: <https://www.refworld.org/docid/460bc7772.html> (ENG)

<sup>16</sup> Straus MA, Donnelly M. *Theoretical approaches to corporal punishment. U: Corporal punishment of children in theoretical perspective*. New Haven: Yale University Press; 2005.

<sup>17</sup> Gershoff ET, Grogan-Kaylor A. *Spanking and child outcomes: old controversies and new meta-analyses*. Journal of family psychology 2016;30(4):453.

<sup>18</sup> Heilmann A, Mehay A, Watt RG, Kelly Y, Durrant JE, van Turnhout J, Gershoff ET. *Physical punishment and child outcomes: a narrative review of prospective studies*. Lancet. 2021 Jul 24;398(10297):355-364.

i socio-emocionalnog razvoja, slabo obrazovanje, agresivnost i nasilno ponašanje. Čak i kada se koristi blago fizičko kažnjavanje (a postavlja se pitanje da li iz perspektive deteta ono ikada može biti blago), spomenuta analiza pokazala je da je roditelj u povećanom riziku da njegovo ponašanje u ovom smislu eskalira u teže fizičko nasilje, pa čak i da dođe u kontakt sa službama socijalne zaštite. S druge strane, telesno kažnjavanje u ovoj analizi nije bilo povezano sa pozitivnim ishodima kroz vreme. Nasilne metode, dakle, nisu efikasne, a mogu biti vrlo štetne, odnosno rezultovati emocionalnim i fizičkim povredama. One su posebno opasne za malu decu do druge godine starosti, koja nemaju kognitivne sposobnosti da razumeju nasilne disciplinske strategije, već samo mogu da budu zastrašena ili povređena takvim postupcima roditelja. Što je dete mlađe, povrede nanete telesnim kaznama mogu da budu ozbiljnije i dugotrajnije, i u fizičkom i u psihološkom pogledu. Telesno kažnjavanje, međutim, nije povoljno ni po stariju decu; ono na duže staze narušava razvoj njihovog samopouzdanja, njihovo poverenje u roditelja i njihovo poverenje u druge ljude. Kada roditelj koristi telesnu kaznu, on uči dete da je nasilje prihvatljiv način za rešavanje sukoba i ostvarivanje sopstvenih ciljeva i interesa, a istovremeno narušava svoj odnos sa detetom.

Kada su u pitanju *nenasilne metode*, one se odnose na postupke zasnovane na principima učenja, ali bez primene agresivnosti, a u literaturi se navode klasični primeri nenasilne prakse među kojima su objašnjavanje, modelovanje detetovog ponašanja pokazivanjem, skretanje pažnje na nešto drugo, nadziranje ponašanja deteta, logične posledice detetovog ponašanja (dopuštanje da dete sprovede ponašanje i uči iz njegovih posledica), ukidanje privilegija (kroz princip negativnog potkrepljenja)<sup>19, 20</sup> i tajm-aut (smeštanje deteta u prostor bez potkrepljenja). U aktuelnoj literaturi se, međutim, tajm-aut razmatra kao kontroverzna metoda koja može imati negativne efekte (izolovanje dece od drugih) te se, umesto njoj, značaj daje tajm-in metodi<sup>21</sup> (kada je nepovoljno ponašanje deteta rezultat snažne emocionalne šaržiranosti), koja uz prekid nepovoljnog ponašanja podrazumeva blizinu roditelja kao toplog vodiča kroz emocionalnu regulaciju deteta (dete sedi pored roditelja, podstiče se da izrazi svoja osećanja, roditelj zagri dete i pomogne mu da se sa tim osećanjima adekvatno nosi i sl.).

Savremeni koncept roditeljske discipline, **pozitivna disciplina**, zasniva se na učenju Alfreda Adlera i Rudolfa Drejkursa, odnosno na verovanju da svi imaju jednaka prava na dostojanstvo i poštovanje, pa i deca. Ovaj koncept se ne oslanja na kaznu, već se fokusira na podučavanje dece važnim životnim i socijalnim veštinama i svojim principima pomaže u izgradnji odnosa ljubavi i poštovanja sa detetom. Osnovni principi pozitivne discipline prikazani su u Tabeli 3.

---

<sup>19</sup> Socolar RRS. *A classification scheme for discipline: type, mode of administration, context.* *Aggression and Violent Behavior*, 1997; 4(2): 355-364.

<sup>20</sup> Straus MA, Hamby SL, Warren WL. *The Conflict Tactics Scales Handbook.* USA: Western Psychological Services; 2003.

<sup>21</sup> Holden GW, Gower T, Wee SE, Gaspar R, Ashraf R. *Is It Time for "Time-In"?: A Pilot Test of the Child-Rearing Technique.* *Pediatr Rep.* 2022 May 23;14(2):244-253.



**Tabela 3. Osnovni principi pozitivne discipline**

Međusobno poštovanje
Razumevanje uverenja (motivacije) deteta koje stoji iza ponašanja
Efikasna komunikacija
Razumevanje dečijeg sveta
Disciplina koja podučava
Fokusiranje na rešenje problema, a ne na kažnjavanje
Ohrabrivanje

Iz perspektive pozitivne discipline<sup>22</sup>, dakle, vaspitne prakse nisu tek pojedinačne tehničke metode primenjene po uputstvu, već obuhvataju širi kontekst odnosa sa detetom i roditeljske veštine.

## RODITELJSKE VASPITNE PRAKSE U ŠIREM KONTEKSTU RODITELJSTVA

Roditelji ne vaspitavaju decu u vakuumu, već se vaspitne prakse sprovode unutar odnosa između roditelja i deteta, odnosno šireg konteksta roditeljskih veština koji na taj odnos utiče. Zbog toga se one ne mogu posmatrati izolovano, nego u okviru celokupnog roditeljstva.

Prema politici podrške pozitivnom roditeljstvu (čije su ključne komponente podrška roditeljima, promovisanje obrazovanja za prava deteta i pozitivno roditeljstvo, balansiranje porodičnog i poslovnog života te odgovarajuće politike na lokalnom nivou), koju je Savet Evrope usvojio 2006. godine<sup>23</sup>, **pozitivno roditeljstvo** se definiše kao negujuće, osnažujuće i nenasilno ponašanje roditelja koje prepoznaje i uvažava potrebe deteta i usmerava njegovo ponašanje, što obuhvata i postavljanje granica, kako bi se omogućio puni razvoj deteta, zasnovan na njegovim najboljim interesima.

<sup>22</sup> Nelsen J. et al. *Positive Discipline for Preschoolers: For Their Early Years—Raising Children Who are Responsible, Respectful, and Resourceful*. Harmony; Random House US, 2007.

<sup>23</sup> Council of Europe, *Recommendation of the Committee of Ministers to member states on policy to support positive parenting*. (2006). As of 30 March 2013: <https://wcd.coe.int/ViewDoc.jsp?id=1073507&Site=CM> (ENG)

U publikaciji udruženja ISPCAN (Međunarodno udruženje za prevenciju zlostavljanja i zanemarivanja dece) iz 2016. godine, suština pozitivnog roditeljstva je u sledećim elementima<sup>24, 25</sup>:

- podsticajna, topla, brižna nega, pokazivanje empatije, respozivnosti i naklonosti;
- postavljanje jasnih granica, smernica ili strukture na asertivan i neautoritaran način i davanje efikasnih uputstava;
- nenasilno rešavanje sukoba između roditelja i deteta, bez fizičkih ili ponižavajućih kazni, uz podsticanje pozitivnog ponašanja;
- podrška razvoju deteta, prepoznavanje različitih potreba svakog deteta;
- poznavanje dečijeg razvoja i prava deteta;
- omoćavanje deteta i njegovo uključivanje u donošenje odluka;
- samopoštovanje i otpornost roditelja i briga roditelja o sebi;
- zaštita i staranje o bezbednosti deteta i minimiziranje faktora rizika;
- podržavajuće porodično okruženje i postojanje veza formalne i neformalne podrške u zajednici;
- oblikovanje izazovnog ponašanja kroz pohvale, pozitivnu pažnju i aktivno ignorisanje, pomoć detetu da razvije samoregulaciju ponašanja.

Brojna istraživanja su pokazala da su ovo osnovni kvaliteti dobrog roditeljstva<sup>26</sup>:

## **1. Pružanje ljubavi i pokazivanje naklonosti deci putem kvalitetnog provođenja zajedničkog vremena**

Suštinska poruka je: „Volim što si takav/a kakav/a jesi, što si moj/a i što sam ti mama/tata“. To se ne pokazuje samo verbalnim iskazima i pojedinačnim gestovima potvrđivanja ljubavi, već i putem kvalitetnog provođenja zajedničkog vremena. To je vreme koje je posvećeno međusobnoj razmeni i aktivnostima pojedinačnog deteta sa roditeljem. Osim

<sup>24</sup> ISPCAN Positive Parenting, ISPCAN Global Resource Guide. (2016). [https://www.ispcan.org/wp-content/uploads/2017/03/Positive\\_Parenting\\_Report\\_Fi.pdf](https://www.ispcan.org/wp-content/uploads/2017/03/Positive_Parenting_Report_Fi.pdf) (ENG)

<sup>25</sup> Žegarac, N. Marić Ognjenović, M i Polić Penavić, S. *Mapiranje programa i usluga pozitivnog roditeljstva u Republici Srbiji*. Beograd: Centar za prava deteta, 2020. [https://cpd.org.rs/wp-content/uploads/2020/09/Mapiranje-progama-i-usluga-pozitivnog-roditeljstva-u-Srbiji\\_FINAL.pdf](https://cpd.org.rs/wp-content/uploads/2020/09/Mapiranje-progama-i-usluga-pozitivnog-roditeljstva-u-Srbiji_FINAL.pdf) (SRB)

<sup>26</sup> Epstein, R. *What Makes a Good Parent?* (2010). <https://www.communityofmindfulparenting.com/curriculum/prereading/PRP-Article-WhatMakesaGoodParent.pdf>

porodičnih aktivnosti koje uključuju više dece u porodici i roditeljski par, a ponekad i druge srodnike, posebno vreme za svako dete je vreme u kome je roditelj svakoga dana ili par dana nedeljno usmeren na svoj odnos sa pojedinačnim detetom („jedan na jedan“) tokom određenog vremena. Kvalitet interakcija tokom ovog posebnog vremena za dete ne zavisi od dužine provedenog vremena, ponekad je to 5 ili 10 minuta posvećenosti, nego od intenziteta usmerenosti na dete i njegove potrebe, bilo da je u pitanju zajednički odmor, zabava ili deljenje tuge. Ono tada dobija poruku „tu sam za tebe“. Kvalitet odnosa između roditelja i deteta ima dugoročne efekte na sposobnost za saosećanje sa drugima kod njihovih potomaka. Posebno emocionalno topao i blizak odnos može doprineti većem saosećanju i kada deca postanu odrasli ljudi. Skup veština vezan za pružanje ljubavi i pokazivanje naklonosti odličan je prediktor dobrih ishoda kod dece, jer obezbeđuje kvalitetan odnos između roditelja i deteta, sreću te fizičko i mentalno zdravlje.

## ***2. Ohrabrivanje dece da postanu nezavisna i samostalna***

Ovaj kvalitet se odnosi na sposobnost roditelja da se prema deci ponašaju sa poštovanjem i da ih uvažavaju kao odvojene samosvojne ličnosti te da podstiču decu da grade veštine samozaštite i osobine samosvojnosti i samodovoljnosti. To nije u suprotnosti sa veštinama snalaženja u društvu, podsticanjem prosocijalnog ponašanja i razvojem osobina kooperativnosti i solidarnosti kod dece.

## ***3. Održavanje dobrog odnosa sa drugim roditeljem***

Dobri partnerski odnosi i roditeljska saradnja predstavljaju stabilnu osnovu za razvoj deteta. U svim okolnostima, čak i kada roditelji žive odvojeno, izuzetno je važno pridržavati se prakse koja ne nanosi štetu deci. To znači da sukobe treba rešavati van vidokruga dece, a pred decom je korisno pokazati međusobno izvinjavanje i oprostaj, uzdržavati se od negativnih i ironičnih (otrovnih) opaski o drugom roditelju, uvek ljubazno govoriti i o drugom roditelju i sl. Ovaj kvalitet je povezan i sa širom sposobnošću roditelja da ostvaruje zdrave odnose sa drugim osobama u okruženju. Veštine roditelja da uspostave i održavaju socijalne odnose, a posebno partnerske odnose, modeluju delotvorne odnose deteta sa drugim osobama u detinjstvu i imaju snažan uticaj na odnose koje će ono uspostavljati kada odraste.

## 4. Upravljanje nivoom sopstvenog stresa

Upravljanje stresom je važan aspekt dobrog života i dobrog roditeljstva. Roditelji koji gube živce pred decom i sami znaju da to nije dobro roditeljstvo. Smiren roditelj bolje sagledava potrebe dece, pruža detetu osećaj sigurnosti i utehu kada je detetu teško, njegove reakcije efikasnije osiguravaju bezbednost i pružaju dobar model detetu za upravljanje emocijama i ponašanjem. Drugim rečima, roditelj koji je u stanju da kontroliše snažne neprijatne emocije i da upravlja njima na miran način, onaj koji ima poverenja u druge ljude, koji pokazuje poštovanje i ponaša se sa pažnjom i saosećanjem prema drugima, direktno upućuje dete na ponašanja koja se obično visoko vredniju kao poželjna. Staloženi roditelji lakše primenjuju podsticajne i pozitivne roditeljske prakse. Sa druge strane, roditelji koji su preplavljeni sopstvenim doživljajem straha, frustracije, neadekvatnosti, odgovornosti u poslovnom, partnerskom ili nekom drugom okruženju, to neretko prenose i u roditeljstvo. Finansijski problemi, nedostatak socijalne podrške i bračni problemi negativno utiču na opšte blagostanje i zdravlje roditelja. Povećan roditeljski stres nepovoljno utiče na mentalno zdravlje, socijalne kompetencije i pojavu problema u ponašanju dece u predškolskom, školskom i adolescentskom periodu, ali i u odraslom dobu.

Savremeno posmatranje roditeljstva sumira ove i druge slične rezultate istraživanja u oblasti ranog razvoja da bi, preko koncepta **podsticajne nege**, definisalo najvažnije komponente kvalitetne brige o detetu. Taj koncept naglašava da je, za razvoj i dobrobit dece, od najranijeg detinjstva važno okruženje u kome se sjedinjuju **negujuće staranje**, usmereno na fiziološke, emotivne i socijalne potrebe deteta, kao i na njegove potrebe za autonomijom, i **podsticajno staranje**, koje osigurava prilike za učenje zasnovano na istraživanju, igri i učešću.

Koncept podsticajne nege<sup>27</sup> izdvaja pet domena podsticajnog okruženja, koji se međusobno prepliću:

1. briga o zdravlju,
2. briga o ishrani,
3. responzivno staranje,
4. sigurnost i bezbednost,
5. prilike za učenje u ranom detinjstvu.

Pri tome, kao ključ koncepta prepoznaje se usmerenost roditelja na potrebe deteta, njegova veština da ih primeti, prepozna, razume i na njih odgovori, odnosno **responzivnost**.

<sup>27</sup> Britto PR, Lye SJ, Proulx K, et al. *Nurturing care: promoting early childhood development*. Lancet. 2017;389(10064):91–102.

Responzivnost se ne odnosi samo na usmerenost na fiziološke potrebe deteta, nego i na način na koji roditelj zadovoljava potrebe deteta – način na koji hrani dete, na koji sa njim razgovara, na koji ga uključuje i na koji podržava njegove socijalne kontakte, što čini jedan od temelja za razvoj emotivne sigurnosti u odnosu roditelja i deteta i za razvoj nekažnjavajućih vaspitnih postupaka.

## RODITELJSKE VASPITNE PRAKSE KOJE NANOSE ŠTETU – ČINJENICE SA KOJIMA SE TREBA SUOČITI

Pojedina ponašanja deteta moraju da se prekinu jer ugrožavaju njegovu bezbednost, odnosno bezbednost imovine lica u okruženju. U takvim situacijama mogu postojati rizici da nešto što je imalo za cilj kontrolu problematičnog ponašanja deteta preraste u problematičnu praksu roditelja. Nažalost, još uvek prevladavaju ideje i prakse da je dete svojina roditelja i da roditelj, ako ga je stvorio, ima i da ga vaspita. Pojava štetnih praksi roditelja posledica je stavova i karakteristika ličnosti samog roditelja, odnosno opšteg društvenog konteksta podržavanja nasilnih metoda komunikacije i vaspitanja. Ne postoji čarobni štapić za roditeljstvo: potrebni su strpljenje i napor da bi se zaustavile štetne radnje i primenile zdrave alternative. Taj napor vredi uložiti i vredi da se svi potrudimo kako bi se dostigla željena promena. Na primer, do pre 20 godina nismo smatrali da je neophodno da se vezuje pojas u kolima, ali brojne kampanje i druge metode dovele su do promene i sada retko ko vozi a da ne veže pojas. To znači da smo uložili napor da vezivanje pojasa pređe u naviku i u tome smo u značajnoj meri uspeli. Što pre usvojimo ideju da naša problematična postupanja prema detetu mogu biti izvor različitih problematičnih obrazaca ponašanja i osećanja samog deteta, pre ćemo prestati da se opiremo tom naporu koji je potreban za promenu.

**Šta najčešće okida nasilne roditeljske prakse?** Normalno je da deca pokazuju bes i krše pravila dok se njihove socijalne i emocionalne veštine razvijaju i važno je da detetu pružamo podršku dok se ono razvija i uči da upravlja emocijama. Međutim, neka ponašanja mogu da dovedu do povrede (fizičke ili psihološke) samog deteta, drugog lica, imovine (poput prkosnog, buntovnog ponašanja, povređivanja drugih, preteranih izliva besa i nekontrolisanog ponašanja), zbog čega ih treba zaustaviti. Većina ovih izazovnih ponašanja spada u normalno funkcionisanje i prirodno je da roditelj postavlja granicu (koja je neophodna za zdrav razvoj deteta i učenje važnih životnih veština), a dete istražuje može li da je probije. Ipak, ponekad navedena ponašanja dece stvaraju u roditeljima doživljaj bespomoćnosti, straha ili ljutnje, što u eskalaciji može rezultovati kompromitovanom kontrolom roditelja nad sopstvenim ponašanjem i do pojave nasilnih vaspitnih praksi.

**Zašto su nasilne prakse štetne?** Roditeljstvo može izgledati kao lična stvar, kao da roditelji imaju pravo da odluče kako će odgajati svoje dete. Ipak, istraživači roditeljstvo smatraju najvažnijim pitanjem javnog zdravlja sa kojim se naše društvo suočava. Roditelji imaju pravo i odgovornost da odgajaju svoje dete, ali nijedan oblik nasilja nije stvar privatnosti. Najznačajniji međunarodni standardi u oblasti ljudskih i dečjih prava prepoznali su i uvažili sve stručne i naučno dokazane argumente, zbog čega zaštita od nasilja opravdano ne priznaje granice privatnosti. Dokumenti vezani za dečja i generalno ljudska prava prepoznaju i uvažavaju kulturu i religiju i pravo roditelja da svoju decu podižu u tom duhu. Ali iza nekih tradicionalnih kulturnih praksi kriju se ozbiljna kršenja prava i nasilje, kao što su dečji brak, genitalna mutilacija, dečji rad, uskraćivanje školovanja devojčica, pa i fizičko kažnjavanje kao „tradicionalna praksa“. Neadekvatno roditeljstvo ima ozbiljan uticaj ne samo na dete već i na društvo u celini. Postupanja roditelja poput fizičkog zlostavljanja ili zanemarivanja deteta mogu naneti fizičku štetu detetu ili dovesti dete ili druge u opasne situacije. Psihološki, neadekvatne roditeljske veštine dovode do problema mentalnog zdravlja i problema u razvoju dece. Studije pokazuju da je neadekvatno roditeljstvo, posebno agresivno kažnjavanje, jedan od najvećih uzroka poremećaja ponašanja dece koji može dovesti do maloletničke delinkvencije. Negativna iskustva u detinjstvu mogu dovesti do izostajanja sa nastave i prekida škole, odnosno kriminogenog ponašanja u odraslom dobu i zavisnosti od droga ili alkoholizma<sup>28</sup>. Prepoznavanje i sprečavanje neadekvatnog roditeljstva više nije samo lična stvar ili stvar razlika u filozofiji roditeljstva. Efekti problematičnog roditeljstva na društvo mogu biti veoma ozbiljni. Oni mogu uticati na sigurnost i stabilnost čitave zajednice.

Ponekada roditelji čine niz radnji kojima mogu ozbiljno da naškode detetu – njegovim emocijama, fizičkom integritetu, njegovom ponašanju. Problematične radnje roditelja ne moraju da budu ograničene na jedan čin; vrlo često više postupaka tokom detinjstva i mladosti može da utiče štetno na dete. Većina takvih postupaka roditelja možda nije namerna, ali to ne umanjuje njihov negativan uticaj na dete. Neki roditelji nisu svesni posledica ovih postupaka, a nekima čak nije ni stalo. Roditelji se mogu ponašati ovako zato što zapravo nemaju informacije koliko takvi postupci nepovoljno utiču na dete, ali ponekad roditelji i ne žele da rade na svom roditeljstvu, odnosno ponašaju se prema ličnom nahodanju i svom aktuelnom raspoloženju.

---

<sup>28</sup> Pinheiro, P. S. *World report on violence against children*. Geneva: United Nations, (2006).

# KAKO ŠTETNE VASPITNE PRAKSE ZAMENITI POZITIVNIM ALTERNATIVAMA?

Štetna ponašanja u roditeljstvu uključuju nasilne metode vaspitanja i sva ona činjenja ili nečinjenja koja mogu dovesti do narušavanja dečijeg razvoja te psihičkog i telesnog zdravlja. Pored onih očiglednih nepovoljnih praksi, poput udarca, postoji mnoštvo suptilnijih manifestacija koje roditelju nisu tako očigledne, bilo zbog nedovoljnog znanja ili pogrešnih uverenja o tome šta je štetno po decu, bilo zbog toga što mu je rasuđivanje zamagljeno u stanjima afekta (to se neretko dešava tokom nepoželjnih ponašanja dece), bilo zbog problema snižene rezonivnosti, ili jednostavno zato što se neka ljudska ponašanja teže raspoznaju. Primer za situaciju u kojoj roditelj misli da koristi nenasilnu metodu tajm-auta, a zapravo to radi na način koji povređuje dete jeste slanje deteta koje je veoma uznemireno u ćošak bez objašnjenja, zbog čega je dete zbunjeno i prepušteno svojoj interpretaciji postupka roditelja, što može da rezultira doživljajima odbačenosti i samooptuživanja.

Zbog toga je za zaustavljanje štetnih praksi u roditeljstvu veoma važno znati šta su štetne prakse, šta su okidači za njih, kako se manifestuju i kakve su njihove posledice. Pored toga, od velikog je značaja da roditelj prati sopstveno ponašanje prema detetu i da uvek bude fokusiran na to kako se njegova ponašanja odražavaju na odnos sa detetom, što čini osnovu **svesnog roditeljstva**. Samoposmatranje i fokus na odnos između roditelja i deteta preduslov su za uočavanje onih finih, suptilnih prediktora i pokazatelja da roditeljski postupak nije u redu i daju roditelju dovoljno vremena da ispravi svoje ponašanje (to roditeljima omogućava kontinuirano učenje po modelu „pokušaj, greška, ispravka“). Važno je da roditelj shvati da se roditeljske veštine uče u interakciji sa detetom, a roditeljstvo se vremenom razvija kroz faze koje prate razvoj deteta sve do odraslog doba.

U tom procesu razvoja roditeljstva roditelj treba da bude otvoren za preispitivanje svojih vaspitnih praksi, kao i za preispitivanje svojih stavova, uverenja i očekivanja koji prethode praksama. U tom **preispitivanju** sopstvenih roditeljskih kognicija posebno je značajno da se proceni koji su izvori informacija o roditeljstvu roditelju najvažniji.

Istraživanje koje je sprovedeno među roditeljima 2020. godine pokazuje da roditelji u Srbiji najviše veruju svojim roditeljima, dok ostalim izvorima informisanja, među kojima su škole roditeljstva i knjige o roditeljstvu, manje veruju<sup>29</sup>. Ovo je u skladu sa rezultatima

---

<sup>29</sup> Pejović Milovančević, M. Tošković, O. (ur.) *Istraživanje primene vaspitne discipline nad decom u porodici u Srbiji*. Beograd: Institut za psihologiju. 2020. Dostupno na: <https://www.unicef.org/serbia/publikacije/istrazivanje-o-disciplinovanju-dece-u-porodici-u-srbiji> (SRB)

drugih istraživanja na sličnu temu<sup>30,31</sup>, kao i sa poznatim konceptom **transgeneracijskog prenošenja** nasilja, zlostavljanja dece<sup>32</sup> i roditeljskih obrazaca uopšte<sup>33</sup>. Gore spomenuto istraživanje pokazalo je da roditelji imaju značajnu šansu da na svoju decu prenesu isti vid vaspitnih praksi (i nasilnih i nenasilnih) za većinu ispitivanih roditeljskih ponašanja, što ukazuje na ulogu koju prethodna generacija i iskustva iz detinjstva imaju u oblikovanju roditeljstva. Ipak, taj prenos nije nešto neizbežno. Naprotiv, roditelj ima mogućnost da transgeneracijski ciklus nasilnog vaspitanja prekine i uspostavi roditeljske obrasce koji se suprotstavljaju nasleđenim obrascima, ali preduslov za to je da može da ih primeti, da se zdravo distancira od njih i da se okrene relevantnim izvorima informacija o roditeljstvu.

Osnovni princip u radu sa roditeljima koji čine negativne prakse odnosi se na to da se prvo zaustavi ono što ne treba da se čini (fizičko kažnjavanje, psihološka agresivnost, manipulisanje detetovim osećanjima, razvojno neprimerena očekivanja od deteta i takvi zahtevi koji se upućuju detetu). S druge strane, za dete je podjednako neprimereno i ako se ne reaguje na situacije koje zahtevaju reagovanje. Stalni beg iz adekvatnog reagovanja roditelja u nereagovanje nosi opasnost od zanemarivanja potrebe deteta za učenjem i potrebe deteta da se oseća bazično sigurnim kakve god greške da čini. Stoga je važno najpre sprečiti štetnu reakciju, a onda i naučiti **pozitivnu alternativu** koja će pomoći na duže staze. Treba razumeti da su odsustvo podrške detetu i agresivnost roditelja usmerena na dete štetni i da predstavljaju okidač toksičnog stresa. Psihološka i fizička agresivnost roditelja ne događaju se u vakuumu, nego se obično dešavaju kada se roditelj uznemiri. Osnovni postulat jeste da se ne reaguje prema detetu kada je afekat snažan, tj. onda kada je roditelj uznemiren, povređen, besan, razočaran, kada slabije kontroliše sopstveno ponašanje. Emocije snažno utiču na sposobnost promišljanja i pod snažnim emocijama niko nije u stanju da donosi trezvene odluke. U tim situacijama velika je šansa da se donesu pogrešne odluke i zato je važno pronaći načine da se emocije što pre stave pod kontrolu. Ukoliko roditelj, pak, ne može da se snađe u svojim roditeljskim praksama i njihovim efektima, važno je da zna da može, kako može i gde može da **potraži pomoć**. Traženje pomoći može biti kompleksna radnja, iz mnoštva razloga, od toga da roditelj ne zna ko su pomagači i gde da ih pronađe, do toga da ima otpor prema pomisli da nešto ne radi dobro i da mu treba pomoć. Zato je važno osigurati maksimalne olakšice koje bi roditelju mogle da pomognu da sebi pomogne tražeći pomoć.

---

<sup>30</sup> ZERO TO THREE. *Millennial Connections Parent Survey*. ZERO TO THREE, 2018. Dostupno na: <https://www.zerotothree.org/news/zero-to-three-announces-release-of-millennial-connections-parent-survey/> (ENG)

<sup>31</sup> Berkule-Silberman SB, Dreyer BP, Huberman HS, Klass PE, Mendelsohn AL. *Sources of parenting information in low SES mothers*. Clin Pediatr (Phila). 2010;49(6):560-568.

<sup>32</sup> Mitkovic Voncina M, Pejovic Milovancevic M, Mandic Maravic V, Lecic Tosevski D. *Timeline of Intergenerational Child Maltreatment: the Mind-Brain-Body Interplay*. Curr Psychiatry Rep. 2017 Aug;19(8):50.

<sup>33</sup> Van Ijzendoorn, MH. (1992). *Intergenerational transmission of parenting: A review of studies in nonclinical populations*. Developmental review, 12(1): 76–99.



# ULOGA STRUČNJAKA

Stručnjaci koji rade sa porodicama su na prvoj liniji fronta u borbi protiv nepovoljnih vaspitnih praksi roditelja. Oni mogu pomoći tako što će informisati roditelje o roditeljstvu i pozitivnim vaspitnim praksama, motivisati ih na samoposmatranje, preispitivanje i promenu štetnih praksi, davati im jasne, konkretne savete za primenu primljenih informacija u praksi, pratiti kako se roditelji snalaze i kroz podršku ih usmeravati na dobijanje suptilnije stručne pomoći. Stručnjaci koji su uključeni u sistem zaštite dece, dakle, treba da imaju strukturisane i pažljivo dizajnirane kanale komunikacije. Njihovu obuku u tom pogledu treba unaprediti i u smislu kvaliteta i u smislu kvantiteta. To znači da stručnjaci treba često da učestvuju u radionicama i predavanjima na temu disciplinovanja, gde će proširivati svoja znanja o pozitivnim praksama. Treba insistirati na činjenici da je komunikacija sa roditeljima o disciplinovanju deteta odgovornost svakog stručnjaka koji radi sa decom i porodicama. To nije privatna i lična odluka svakog pojedinca, već odluka vezana za javno zdravlje.

Već pomenuto istraživanje sprovedeno 2020. godine<sup>34</sup>, koje je obuhvatilo i uzorak stručnjaka, dalo je neke zabrinjavajuće podatke. Naime, značajan broj stručnjaka u istraživanju (preko 17%) pokazao je da od svih izvora informacija o roditeljstvu najviše veruje svojim roditeljima, dok manji broj najviše veruje literaturi i školama roditeljstva. Nezanemarljiv broj stručnjaka izveštava da nema dovoljno vremena, sredstava niti motivacije da se bavi pitanjem prevencije nasilne discipline (telesnog kažnjavanja) u radu sa roditeljima. Većina stručnjaka, iako je izrazila snažne negativne stavove prema telesnom kažnjavanju, srednje je zadovoljna svojom spremnošću da se bavi tim pitanjem. Zabrinjava i to što stručnjaci koji za sebe iznose snažan stav protiv fizičkog kažnjavanja doživljavaju da su stavovi kolega prema fizičkom kažnjavanju manje negativni, odnosno negde između stava protiv i neutralne pozicije. Ukratko, mogućnosti za uticaj na čvrsto suprotstavljanje nasilnim vaspitnim praksama roditelja iz pravca stručnjaka na staklenim su nogama i treba pronaći elemente koji će ovu konstrukciju da očvrstnu. Stručnjaci su um, srce i mišići ove konstrukcije i predstavljaju prioritetan oslonac prevencije nasilnih praksi u roditeljstvu.

---

<sup>34</sup> Pejović Milovančević, M. Tošković, O. (ur.) *Istraživanje primene vaspitne discipline nad decom u porodici u Srbiji*. Beograd: Institut za psihologiju. 2020. Dostupno na: <https://www.unicef.org/serbia/publikacije/istrazivanje-o-disciplinovanju-dece-u-porodici-u-srbiji> (SRB)



# PREVENCIJA NASILNIH VASPITNIH PRAKSI

## GDE SMO SADA I KAKO DALJE?

**Gde smo sada?** U temu prevencije nasilnih praksi u roditeljstvu i borbe za kvalitetno roditeljstvo u celini uloženo je mnogo truda i kreativnih napora u našoj zemlji. Mnoštvo programa, kampanja, škola roditeljstva, edukacija patronažnih službi i stručnjaka različitih sektora posvećeno je tom cilju. Podaci istraživanja, međutim, nedvosmisleno ukazuju na to da se obrasci nenasilnih vaspitnih praksi u roditeljstvu održavaju u populaciji uprkos primenjenim preventivnim programima. Šta su razlozi za to? Dokument o mapiranju programa i usluga pozitivnog roditeljstva u sistemu socijalne zaštite u Srbiji<sup>35</sup> daje bliže podatke o preventivnim programima, koji otkrivaju mogući prostor za unapređenje. Naime, u dokumentu se zaključuje da se programi obuke delimično i uglavnom sporadično bave intervencijama pozitivnog roditeljstva, uz korišćenje različite terminologije. Otprilike polovina programa je usmerena na porodicu kao celinu, dok se ostali programi bave kompetencijama hranitelja ili vezom između bračne/partnerske i roditeljske uloge. Programi obuke su uglavnom kratki, traju najčešće dva ili tri dana. Često je nejasno koliko je profesionalaca obučeno tokom ovih obuka i kako oni primenjuju stečena znanja. Za većinu programa obuke nema podataka o načinu prenošenja znanja i veština profesionalcima i korišćenim tehnikama obučavanja, a najčešće nema ni podataka o efektima i evaluaciji programa obuke, drugim rečima, nema jasnog uvida u kvalitet i efekte realizovanih obuka. Usluge namenjene jačanju veština roditelja (i savetovališta) dostupne su sporadično, samo u većim lokalnim zajednicama. One najčešće sadrže informativni i edukativni nivo podrške, a samo mali broj usluga obuhvata modelovanje veština roditelja koje kreiraju kontekst za razvijanje veština pozitivnog roditeljstva. Nema kontinuiranog praćenja broja korisnika usluga i evaluacija usluga i programa, što za posledicu ima nedostatak uvida u efekte primenjenih usluga. Takođe, nedostaju podaci o

---

<sup>35</sup> Žegarac, N. Marić Ognjenović, M. i Polić Penavić, S. *Mapiranje programa i usluga pozitivnog roditeljstva u Republici Srbiji*. Beograd: Centar za prava deteta, 2020. [https://cpd.org.rs/wp-content/uploads/2020/09/Mapiranje-programa-i-usluga-pozitivnog-roditeljstva-u-Srbiji\\_FINAL.pdf](https://cpd.org.rs/wp-content/uploads/2020/09/Mapiranje-programa-i-usluga-pozitivnog-roditeljstva-u-Srbiji_FINAL.pdf) (SRB)

broju obučenih profesionalaca koji realizuju usluge, kao i podaci o mogućnosti obučavanja profesionalaca za realizovanje usluga.

Nedostaci dosadašnjih programa ogledaju se, dakle, u tome što su programi heterogeni, ne koriste nužno isti narativ, najčešće su radioničarskog tipa koji obuhvata već motivisane polaznike i uglavnom nema evaluacije efekata primene naučenog.

Drugi razlog za probleme efikasnosti prevencije može se odnositi na probleme verovanja, percepcije i motivacije stručnjaka koji svakodnevno rade sa porodicama, u vezi sa roditeljskim praksama, na šta nam ukazuju podaci ranije pomenutog istraživanja.

Još jedan razlog mogao bi se odnositi na to da u dosadašnjim preventivnim programima nije posvećena dovoljna pažnja važnim transgeneracijskim efektima u stavovima prema roditeljstvu i roditeljskim praksama, a veliko je pitanje koliko su tih efekata svesni i stručnjaci koji treba da stimulišu samoposmatranje, preispitivanje, prepoznavanje i zaustavljanje problematičnih ponašanja i pravilno informisanje roditelja na ove teme.

**Kako dalje?** Model koji u ovoj publikaciji predstavljamo dizajniran je da nadomesti navedene nedostatke u cilju uspešnije prevencije nasilnog roditeljstva u Srbiji. Model je formiran tako da obučni profesionalci da umesto isključivo kroz edukacije radioničarskog tipa, na roditelje deluju kontinuirano i sistematizovano – kroz savetovanje u svakodnevnom radu sa porodicama, primenjujući naučena saznanja i veštine i pomažući roditeljima da se najbolje snađu u svojoj ulozi. Rad stručnjaka ne podrazumeva, dakle, jednokratnu aktivnost, bez evaluacije kako se roditelji snalaze, već kontinuirano i slojevito bavljenje ovom temom, uz traženje povratne informacije od roditelja.

Cilj je da stručnjaci sa roditeljima rade u okviru jedinstvenog narativa koji roditelje podučava pozitivnim vaspitnim praksama u širem kontekstu podsticajne nege, uz fokus na samoposmatranje i preispitivanje sopstvenih praksi, prepoznavanje nepovoljnih transgeneracijskih obrazaca i preusmeravanje na stručne izvore informacija o roditeljstvu kao primarne. Cilj je da roditelji budu dobro informisani o tome koje su roditeljske prakse štetne i zašto i kako roditelj može da ih zaobiđe, uz pružanje informacija o tome šta su pozitivne alternative za štetne prakse. Jedan od ciljeva je da se roditelj usmeri ka pozitivnoj promeni i da se obrati za pomoć, uz podršku oko pronalaženja mape pomagača i putanja koje vode do najadekvatnijih intervencija. Još jedan od zadataka je i da stručnjaci kod sebe osveste stavove koji odstupaju od onih koje struka promoviše i da se zdravo distanciraju u odnosu na eventualne sopstvene transgeneracijske uticaje, kao i da nauče optimalne načine komunikacije sa roditeljima.

# 5P PREVENTIVNI MODEL: BUDI RUKA KOJA VOLI I REČ KOJA SOKOLI, IZBROJ DO 5

Narativ koji ovaj model nudi oslanja se na pet glavnih celina koje se međusobno prepliću i na komplementaran način povezuju i tako čine važan preduslov za unapređenje vaspitnih praksi i šireg konteksta roditeljstva.

## 1. Pruži

Prva celina predstavlja okvir u kome se događa čitav niz interakcija između roditelja i deteta, pa i same vaspitne prakse. To je okvir koji definiše šta „dovoljno dobar roditelj“ treba da pruži detetu radi optimalnog razvoja u svim domenima. Ovaj okvir oslanja se na koncept **podsticajne nege**, koja podrazumeva brigu o zdravlju, ishrani, responzivno staranje, sigurnost i bezbednost i prilike za učenje u ranom detinjstvu. On podstiče roditelje da razmišljaju o celini brige o detetu, o **responzivnosti** kao suštinskoj potki kvalitetnog staranja i o kontaktu sa detetom kao onome što hrani učenje roditeljskih veština. On pomaže roditeljima da razumeju da je važno da obezbede preduslove za podsticajnu negu kao što su sopstveno mentalno zdravlje i prilike za uključenost oba roditelja. Vodeći roditelje kroz razvoj podsticajne nege i responzivnog staranja, praktičari imaju mogućnost da preveniraju vaspitanje koje počiva na kažnjavanju.

## 2. Preispitaj

Druga celina pomaže u motivisanju roditelju da preispita sopstvene prakse, stavove i izvore informacija o vaspitanju kojima veruje, što je preduslov za unapređenje roditeljstva i vaspitnih metoda. Roditeljstvo se razvija kroz vreme, roditeljska ponašanja se uče i na njih deluje niz lančano uvezanih faktora na koje se može delovati kako bi se unapredile roditeljske reakcije. Jedan od faktora koji uslovljavaju vaspitna ponašanja jesu stavovi o vaspitanju, koji zavise od izvora informacija kojima roditelj veruje. Ova celina približava važnost transgeneracijskih uticaja, odnosno sopstvenih roditelja kao izvora od poverenja, iako to ne mora nužno biti pouzdan izvor. Jedan od preduslova za unapređenje roditeljskih praksi jeste samoposmatranje (putem svesnog roditeljstva), preispitivanje sopstvenih praksi, prepoznavanje nepovoljnih transgeneracijskih obrazaca, distanciranje od njih i preusmeravanje na stručne izvore informacija o roditeljstvu. Promena je moguća i potrebna, a stručnjaci najpre moraju opisane komponente da osveste kod sebe kako bi nepristrasno i senzitivno mogli da usmeravaju roditelje na pravi put.

### **3. Preskoči**

Treća celina približava roditelju štetne vaspitne prakse, odnosno ono što treba da preskoči u roditeljstvu, kao i šta izaziva takve prakse, kako one izgledaju i kakve posledice imaju. Iako prema samom roditelju treba imati podsticajan i negujući odnos kako bi on te iste kvalitete naučio da pruža svom detetu, unapređenje vaspitnih praksi podrazumeva i komponentu suočavanja sa nepovoljnim praksama koje roditelj ispoljava. Važno je znati šta treba da radimo, ali i šta ne smemo da radimo, posebno zato što štetna ponašanja roditelja mogu kod dece izazvati toksični stres koji se nepovoljno odražava na biološko-psihološko-socijalni razvoj deteta, uslovljavajući posledice u detinjstvu, adolescenciji i odraslom dobu, dakle, kroz čitav život. Kada je tako važna stvar u pitanju, onda treba uložiti značajan trud da se roditeljima razjasni koje su prakse i zašto štetne i da oni shvate da se te prakse ne dešavaju slučajno, već da su najčešće izazvane izazovnim ponašanjima dece koja u roditelju bude neprijatna osećanja. Roditelji treba da nauče da pomažu sebi u eliminisanju štetnih praksi kako bi na njihovo mesto mogle da dođu pozitivne vaspitne prakse.

### **4. Primeni**

Četvrta celina predstavlja logičan sled nakon preispitivanja roditeljskih praksi i poznavanja prakse koje treba preskočiti. Ona približava načine i alate za zamenu štetnih praksi pozitivnim alternativama u vaspitanju, konkretizujući princip podsticajne nege. Preduslovi za primenu pozitivnih vaspitnih praksi podrazumevaju prihvatanje deteta, razumevanje situacije iz perspektive deteta, to da roditelj treba uvek da bude korak ispred deteta, kao i strategije reagovanja koje predstavljaju temelj nekažnjavajućeg vaspitanja. Ova celina jasno razdvaja ono što pozitivna disciplina jeste (pomaganje detetu da vremenom uspostavi kontrolu nad svojim ponašanjem i osećanjima, jasna komunikacija, međusobno uvažavanje dece i odraslih, poučavanje dece da donose dobre odluke, izgradnja veština i samopouzdanja deteta, obučavanje dece da uvažavaju osećanja drugih osoba) od onoga što ona nije (nepostojanje pravila, kada deca rade sve što im padne na pamet). Ona nudi spektar konkretnih alata koje roditelji mogu primeniti, i to da bi regulisali svoj afekat i dali sebi vremena da promisle i dožive situaciju iz detetove perspektive, ali i da bi podržali istraživanje deteta, a učinili ga bezbednim i za dete podnošljivim. Ključna poruka roditelju u fokus stavlja protektivnu ulogu staratelja koji ne kažnjava nepoželjno ponašanje, već osigurava, uz davanje podrške gde treba, da dete sve veštije primenjuje korisna ponašanja kako bi se nosilo sa izazovima življenja.

## 5. Potraži pomoć (Pitaj)

Peta celina bavi se stimulisanjem roditelja da potraže pomoć kada se ne snalaze na zadovoljavajući način u svojoj ulozi, kada se osećaju zbunjeno, zabrinuto, bilo za dete bilo za sebe same. Ovo može biti poseban izazov, jer nije uvek jednostavno potražiti pomoć iz ugla roditelja i može biti skopčano sa odlaganjem, otporima ili različitim preprekama. Treba promovisati ideju o promeni kao razvojnog i odgovornom reagovanju na teškoće u roditeljstvu, ali i roditelji treba da postanu svesni resursa odnosno mreža podrške koji im stoje na raspolaganju, kao i načina na koje tu podršku mogu da koriste. Podrška koja roditeljima najčešće treba odnosi se na brigu o detetu, brigu o sebi, brige oko roditeljstva, probleme u odnosima sa drugim važnim osobama, sa širom zajednicom, kao i na potrebe za praktičnim vrstama pomoći. Ova celina olakšava stručnjacima da prepoznaju fazu promene u kojoj se roditelj nalazi, da normalizuju pojam i proces traženja pomoći i da sprovedu korake usmeravanja roditelja na konkretne oblike podrške i pomoći u roditeljstvu.

*Roditelj je ruka koja voli, reč koja sokoli, ljubav koja ne boli.*

*„Izbroj do pet“ to je simbolična poruka koja poziva roditelja na strpljenje, nudeći mu kao oslonac pet opisanih stubova kvalitetnog roditeljstva.*

Ovaj preventivni model pruža i informacije o specifičnim aspektima koji se tiču staranja o **decima sa smetnjama u razvoju** i staranja o **adolescentima**, a te informacije se provlače kroz svih pet osnovnih celina. Model takođe nudi detaljnu razradu **komunikacionog kanala između stručnjaka i roditelja**, i to kroz sagledavanje izgradnje i održavanja dobrog odnosa između stručnjaka i roditelja, zatim najvažnijih tema i dilema za koje su roditelji zainteresovani, kao i mogućih prepreka u saradnji između roditelja i stručnjaka. U ovom delu objašnjeno je kako i stručnjaci zapravo u svakodnevnom radu sa roditeljima primenjuju pet osnovnih celina:

1. kako roditeljima **pružaju** podršku, ohrabrenje, razumevanje, informacije, stručni savet, tretman;
2. kako **preispituju** sopstvena lična uverenja i stavove u domenu roditeljstva, sopstvena ponašanja te principe i znanja iz struke koji su podložni razvoju i unapređenju;
3. kako **preskaču** neke prakse koje su se iskustveno i u istraživanjima pokazale kao nekorisne ili štetne;
4. kako **primenjuju** širok spektar opštih, konkretnih i specijalizovanih znanja i veština koja se tiču roditeljstva i rada sa roditeljima;

5. kako uspevaju da **potraže** podršku i pomoć tima i supervizora u sklopu odgovornog profesionalnog ponašanja i nastupa.

Stručnjaci kroz ovaj preventivni model treba da rade sa roditeljima u skladu sa **vrednostima i principima** koji podstiču optimalan razvoj roditeljstva i da razvijaju **kompetencije** potrebne da ove vrednosti i principe konkretizuju u praksi (Tabela 4).

**Tabela 4. Principi i vrednosti na kojima se zasniva rad sa roditeljima**

Roditelje treba prihvatiti i uvažiti onakve kakvi su. Svim roditeljima se pristupa bez osuđivanja i diskriminacije njihovih uverenja, iskustava i životnih stilova.

Profesionalci imaju ulogu da osnaže roditelje, uvažavaju njihova nastojanja da obezbede ono što smatraju da je najbolje za njihovo dete, da vrednuju roditeljske snage i iskustva i da ih proširuju nadograđivanjem negujućih i pozitivnih roditeljskih praksi.

Roditeljima je potrebna podrška i pristupačno obrazovanje o roditeljstvu.

Profesionalci su dužni da poštuju kulturne raznolikosti i različite potrebe roditelja, porodica i dece.

Svako ko radi sa roditeljima treba da bude obučen da u okviru svog zaduženja podržava negujuće i pozitivno roditeljstvo.

U razvoju i održavanju kompetencija stručnjaka iz različitih sistema za rad na podsticajnim, negujućim i pozitivnim roditeljskim stavovima i praksama primenjuje se **model 5 nivoa kompetencija**<sup>36</sup> (Shema 1).



*Shema 1. Pet nivoa kompetencija stručnjaka*

<sup>36</sup> Dodig, D., Ricijaš, N. *Profesionalne kompetencije socijalnih pedagoga*. U: Poldrugac, Z. i sar. *Socijalna pedagogija – znanost, profesija i praksa u Hrvatskoj*, 17–39. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Edukacijsko rehabilitacijski fakultet. 2011. Dostupno na: <https://helpfulprofessor.com/stages-of-learning> (ENG)



# KAKO PRIMENITI PREVENTIVNI 5P MODEL?

Opisani preventivni model namenjen je različitim vrstama primene. Osnovna primena (postavljanje osnove modela) sprovodi se u sklopu kontinuiranog sistematskog pružanja podrške i pomoći roditeljima u radu stručnjaka iz različitih sektora, u sklopu njihove uobičajene, svakodnevne prakse. Ona obuhvata i sistematično praćenje efekata prevencije u slučaju svakog pojedinačnog roditelja, traženje kvalitetne povratne informacije i slojevito produblјivanje podrške u zavisnosti od potreba roditelja. U tome najvažniju ulogu igra međusektorska saradnja u vidu zajedničkog narativa, ali su poželjne i međusektorske komunikacije i zajedničko praćenje roditelja u prostoru i vremenu. Ovaj način primene odgovara nivou **univerzalne** prevencije.

Model se može, po potrebi, primeniti i kroz organizovane jednokratne ili višekratne edukacije radioničarskog tipa, radi učvršćivanja postavljene osnove i slojevitog produblјivanja u vulnerabilnim grupama roditelja, u sklopu **selektivne** prevencije.

Konačno, model može poslužiti kao konsultativni okvir za individualne, grupne ili porodične intervencije u sklopu **indikovane** prevencije.

Model je u ovom priručniku prezentovan kroz pet osnovnih modula koji razrađuju svaku od pet osnovnih celina rada sa roditeljima (pruži, preispitaj, preskoči, primeni, potraži). Pored ovih pet modula, priručnik nudi i tri dodatna specifična aspekta koji se tiču primene navedenih modula, a koji su vezani za staranje o deci sa smetnjama u razvoju i o adolescentima, kao i za obuku stručnjaka za komunikaciju sa roditeljima.

Znanja i veštine izložene u modulima koriste se za rad sa roditeljima po individualizovanom nacrtu u zavisnosti od nivoa razvijenosti njihovog roditeljstva, od lične konceptualizacije problema u roditeljstvu i vaspitnim praksama, od nivoa spremnosti na unapređenje i od faze promene u kojoj se nalaze.

Kako Aristotel opisuje u Retoričkom trouglu<sup>37</sup>, moć prenošenja znanja odnosno persuazije zavisi od tri ključna faktora: **logosa** (znanja), **patosa** (emocije koja adekvatno prati iznete informacije) i **etos** (autentičnosti odnosno poverenja govornika u znanje koje prenosi). S tim u skladu, da bi stručnjaci zaista mogli efikasno da pomognu roditelju da razume i prihvati odakle njegove prakse potiču i na šta treba da budu usmerene, potrebno je da i oni sami veruju (**etos**) u ta usmerenja. A da bi mogli da veruju u njih, neophodno je da najpre osveste svoju ličnu paradigmu roditeljskih vaspitnih ponašanja i sopstvene

---

<sup>37</sup> Rapp C. Aristotle's Rhetoric. *The Stanford Encyclopedia of Philosophy* (Spring 2010 Edition), Edward N. Zalta (ed.), <https://plato.stanford.edu/archives/spr2010/entries/aristotle-rhetoric/> (ENG)

transgeneracijske uticaje, da naprave distancu u odnosu na njih i nepristrasno prigle struku kao najpouzdaniji izvor informacija (**logos**). I na kraju ono što je najvažnije da bi se poruka uspešno prenela roditeljima – stručnjacima treba da je istinski stalo do promocije responzivnog (pozitivnog), a prevencije nasilnog roditeljstva (**patos**).

## BUDI RUKA KOJA VOLI I REČ KOJA SOKOLI

1



### PRUŽI

OSNOVE PODSTICAJNE NEGE. RESPONZIVNOST. POVEZATI SE SA DETETOM. UPOZNATI I PRATITI DETE. PRIHVATITI DETE I SEBE KAO RODITELJA. UKLJUČITI DETE I UKLJUČITI SE U INTERAKCIJU SA NJIM. BRIGA O SEBI. RODNO BALANSIRANO STARANJE.

2



### PREISPITAJ

RODITELJSTVO SE RAZVIJA. RODITELJSKE PRAKSE SE UČE. SVESNO RODITELJSTVO I PREISPITIVANJE SVOJIH PRAKSI SU PREDUSLOV ZA UNAPREĐENJE. IZVORI INFORMACIJA KOJIMA RODITELJI NAJČEŠĆE VERUJU SU SOPSTVENI RODITELJI, ALI DANAS ZNAMO VIŠE I - IMAMO ODGOVORNOST DA VERUJEMO STRUČNIM IZVORIMA INFORMACIJA I UNAPREDIMO SVOJE PRAKSE RADI SVIH DALJIH GENERACIJA.

3



### PRESKOČI

NASILNE VASPITNE PRAKSE. ZANEMARIVANJE I DRUGA ŠTETNA POSTUPANJA U RODITELJSTVU TREBA PREPOZNATI I PRESKOČITI ODNOSNO PREKINUTI. TREBA UPOZNATI SEBE I RAZLOGE PROBLEMATIČNIH POSTUPANJ, I POMOĆI SEBI KROJ OSNAŽIVANJE VEŠTINA SAMOREGULACIJE I KOMUNIKACIJE.

4



### PRIMENI

PRIHVATITI DETE, STAVITI SE U NJEGOVE CIPELE (POSMATRATI IZ PERSPEKTIVE DETETA). BITI UVEK KORAK ISPRED DETETA I PRIMENITI POZITIVNE VASPITNE PRAKSE KOJE PREPORUČUJE STRUKA - POZNAVATI OVE PRAKSE OBAVEZA JE SVAKOG RODITELJA.

5



### POTRAŽI

ŠTA ČINITI U SITUACIJAMA U KOJIMA SE RODITELJ NE SNALAZI I TREBA MU PODRŠKA - KORACI ZA TRAŽENJE POMOĆI, POMAGAČI, MAPA PODRŠKE.

Shema 2. Model 5P – Budi ruka koja voli i reč koja sokoli

# DEO I MODULI

## MODUL 1. „PRUŽI“

### ŠTA JE PODSTICAJNA NEGA I KAKO JE PRUŽITI?

#### CILJ MODULA

Osnovni cilj ovog modula je razumevanje koncepta podsticajne nege te da se roditelji podstaknu da razmišljaju o celini brige o detetu i, što je možda važnije, o responzivnosti kao suštinskoj potki kvalitetnog staranja. Roditeljstvo se, od trudnoće pa nadalje, uči i razvija u kontaktu sa detetom. Modul poziva na razmišljanje o preduslovima za podsticajnu negu – konkretno, na razumevanje značaja čuvanja mentalnog zdravlja, prepoznavanja stresa i prevladavanja stresa u roditeljstvu te na razumevanje značaja prilika za uključenost oba roditelja. Profesionalcima iz različitih struka i u različitim sistemima ovaj modul nudi jedinstveni (zajednički, deljeni) okvir za razumevanje kvaliteta roditeljstva, ideju o jedinstvu različitih aspekata brige i njihove međusobne isprepletanosti. Kao potka koja osigurava sve ove aspekte izdvaja se negovanje responzivnosti, odnosno osetljivosti na potrebe deteta i veštine da se na te potrebe odgovara i tako stvara sigurno, podsticajno okruženje. Ovakvo okruženje je usmereno na potrebe, rast, razvoj deteta, a situacije u kojima roditelj disciplinuje dete shvataju se kao prilike za bolje razumevanje i praćenje deteta (iz ugla roditelja) i prilike da dete uči o sebi i svetu oko sebe (iz ugla deteta). Vodeći roditelje kroz razvoj podsticajne nege i responzivnog staranja, praktičari imaju mogućnost da preveniraju kažnjavajuće vaspitanje.

## **Ključne poruke modula**

- *Niko se nije rodio kao vešt i kvalitetan staratelj svom detetu. Roditeljstvo se uči, ali ne u školi, već u odnosu sa detetom. Za podršku u ovom učenju roditelj se oslanja na praktičare.*
- *Kvalitetno roditeljstvo se prepoznaje u različitim aspektima staranja o detetu, od brige o zdravlju, ishrani, preko emotivne dostupnosti, do kreiranja sigurnog okruženja i prilika za učenje. Usmerenost na potrebe deteta i spremnost da se na njih kvalitetno odgovori čini potku svih njih.*
- *Veštine kvalitetnog roditeljstva se stiču tako što roditelj prati i upoznaje dete, povezuje se s njim i sve spretnije prepoznaje detetove raznolike potrebe i način na koji ih pokazuje, a onda odgovara na njih i pruža prilike detetu da uči i razvija se u sigurnom i toplom okruženju.*
- *Samo roditelj koji se oseća dobro može naučiti da bude dobar roditelj. Prepoznavanje stresa koji staranje o detetu donosi i/ili u kom se briga o detetu odvija neophodan je preduslov dobre podrške roditeljima.*
- *Sigurnost u dostupnost roditelja i zaštita od strane roditelja najčvršći je temelj rasta i razvoja u ranom detinjstvu. Sigurnost u ranom detinjstvu podrazumeva zaštitu, bezbednost, ali i doživljaj deteta da je roditelj zainteresovan za njega, spreman da prepozna njegove potrebe i podrži istraživačko ponašanje i učenje o sebi i svetu. Sigurno afektivno vezano dete ima poverenje u svog staratelja i spremno je da prati njegovu „vodstvo“ i da se osloni na njegovu podršku u izazovnim situacijama. Građenje sigurne afektivne vezanosti u relaciji deteta i roditelja neophodan je korak u podršci roditeljima.*

# SADRŽAJ MODULA

## 1. Šta je to podsticajna nega?

### *Razvoj u ranom detinjstvu*

Nauka danas nudi niz nedvosmislenih dokaza o značaju ranog detinjstva<sup>38</sup>. Rano iskustvo je osnov zdravlja (i fizičkog i mentalnog), ali i veština učenja, odnosa sa drugima (vršnjacima i odraslima) i niza drugih veština za ceo život. Te veštine će se sticati kroz niz međusobno povezanih prekretnica u razvoju, i to u pet domena navedenih u tabeli 5.

**Tabela 5. Domeni razvoja u ranom detinjstvu**

**Motorni i fizički razvoj** (veštine kretanja i upotrebe kretanja i kontrole različitih krupnih mišića, npr. mišića u nogama, i sitnih. npr. u prstima);

**Socijalni i emocionalni razvoj** (veštine uspostavljanja i razumevanja odnosa sa drugima, razumevanja i upravljanja svojim ponašanjem i osećanjima u različitim situacijama);

**Kognitivni razvoj** (veštine poput pamćenja, fokusiranja pažnje, razmišljanja, povezivanja i zaključivanja; primena ovih veština kako bi se radoznalo postavljala pitanja o svetu oko sebe, kako bi se istraživalo i učilo);

**Razvoj govora i veština komunikacije** (usvajanje reči i pojmova, upotreba reči i neverbalnih znakova u svrhe komunikacije; veštine razumevanja funkcije komunikacije misli, osećanja, potreba) i

**Razvoj veština autonomije** (veštine donošenja odluka, učestvovanja u rutinama, brizi o sebi; veštine prilagođavanja, inicijative, komunikacije interesovanja i sl.).

Deca dostižu prekretnice u ovim oblastima razvoja istim redom, ali različitim tempom. U svakom momentu detetovog života, međutim, dostignute prekretnice činiće repertoar ponašanja i veština koje ono ima na raspolaganju da bi učestvovalo u svetu oko sebe, učilo o sebi i drugima, reagovalo, istraživalo i prilagođavalo se različitim situacijama. Učenje u ranom detinjstvu zato ne podrazumeva samo sticanje konkretnih znanja, već nešto mnogo značajnije – ovladavanje različitim veštinama koje dete ima u svih pet oblasti

<sup>38</sup> Shonkoff J, Phillips D. *From neurons to neighborhood—the science of early childhood development*. Washington (DC): National Academies Press (US). 2000.

razvoja i njihovu upotrebu u svakodnevnim situacijama. Učenje u ranom detinjstvu trebalo bi da osigura da se dete oseća kompetentno, zadovoljno i spremno da saznaje koristeći sve svoje veštine. Ishodi takvog učenja postaju samopouzdanje, radoznalost, saradnja, veštine komunikacije, inicijativa, spremnost na učešće i spremnost za donošenje odluka. Za takvo učenje potrebne su prilike (odnosno situacije u kojima će dete primenjivati veštine i graditi svoj sistem znanja o svetu i sebi) i podrška okoline da se dete u tim prilikama oseća dovoljno sigurno da poželi da učestvuje, da nađe način da istraži, sazna i proširi svoju zapitanost i radoznalost. Zato se kaže da su roditelji odnosno staratelji prvi učitelji svom detetu. Metode obučavanja koje roditelji i drugi odgajatelji imaju oslanjaju se na njihovu spretnost da kreiraju podsticaje za dete – nešto što će ga zainteresovati i motivisati da primenjuje svoje veštine, a zatim i da ih radoznalo kombinuje da bi nešto saznalo. Dalje, metode obučavanja koje odgajatelji imaju na raspolaganju oslanjaju se na doživljaj sigurnosti koji dete ima uz njih. Ovaj doživljaj sigurnosti dolazi iz percepcije da je roditelj dostupan, emotivno i fizički prisutan, da pruža podršku, da je svestan detetovih potreba i veština i spreman da pruži zaštitu, vođenje, objašnjenje koji su detetu potrebni u situacijama nelagodnosti i neizvesnosti. Mehanizam koji uređuje ovaj doživljaj sigurnosti naziva se afektivna vezanost. Formiranje mehanizma afektivne vezanosti se dešava veoma rano u detinjstvu i predstavlja jednu od ključnih prekretnica za dalji razvoj i učenje.

Detetov mozak se u toku prvih godina života razvija brže nego što će se razvijati ikada kasnije. Ovaj izuzetan razvoj nudi izvanredne prilike za učenje, ali istovremeno otvara pitanje izražene osetljivosti na uticaje iz okoline, i pozitivne i negativne<sup>39,40</sup>. Upravo zbog toga suštinski značaj ima razumevanje šta znači okolina koja omogućava razvoj. Za dete, ključna dobra iskustva (protektivni faktori) obuhvataće brigu o zdravlju, kvalitetnu ishranu, podsticajno okruženje koje nudi prilike za učenje kroz igru. Rizici će, dakle, dolaziti bilo iz nedovoljne ili neadekvatne zdravstvene nege i manje kvalitetne ishrane bilo iz okruženja koje je manje ili više deprivirajuće i/ili koje ne omogućava dostupnu, na potrebe usmerenu brigu koja ne samo što podstiče razvoj i učenje nego i štiti od toksičnog dejstva stresa i pruža adekvatnu podršku istraživanju i prilagođavanju deteta u različitim situacijama.

---

<sup>39</sup> Shonkoff JP, Garner AS, Committee on Psychosocial Aspects of, Child Family, Health et al. *The lifelong effects of early childhood adversity and toxic stress*. *Pediatrics*. 2012;129(1):e232–46.

<sup>40</sup> Black MM, Walker SP, Fernald LCH, et al. *Early childhood development coming of age: science through the life course*. *Lancet*. 2017;389(10064):77–90.

## Podsticajna nega kao koncept koji definiše kvalitetno staranje o detetu

Koncept **podsticajne nege**<sup>41</sup> sumira rezultate istraživanja u oblasti ranog razvoja radi definisanja ključnih komponenti kvalitetne brige o detetu. Ovaj koncept naglašava da je za razvoj i dobrobit dece od najranijeg detinjstva važno okruženje u kome se sjedinjuju **negujuće** staranje, usmereno na potrebe deteta iz domena fizioloških, emotivnih i socijalnih potreba, kao i potreba za autonomijom, i **podsticajno** staranje, koje osigurava prilike za učenje utemeljene na istraživanju, igri i učešću.



Shema 3: Domeni podsticajne nege potrebni da bi dete ostvarilo svoj razvojni potencijal

Koncept izdvaja pet komponenti podsticajnog okruženja:

1. briga o zdravlju,
2. briga o ishrani,
3. responzivno staranje,
4. sigurnost i bezbednost i
5. prilike za učenje u ranom detinjstvu.

Detaljniji opis svih pet komponenti podsticajnog okruženja prikazan je u tabeli 6.

<sup>41</sup> Britto PR, Lye SJ, Proulx K, et al. Nurturing care: promoting early childhood development. *Lancet*. 2017;389(10064):91–102.

<b>Tabela 6. Komponente podsticajne nege</b>
<b>Briga o zdravlju</b>
Nadzor nad fizičkim i emocionalnim stanjem deteta
Odgovaranje na dnevne potrebe na ispravan i privržen način
Zaštita od opasnosti kod kuće i napolju
Higijena i minimiziranje mogućnosti za pojavu infekcija
Korišćenje zdravstvenih usluga koje se tiču i prevencije i promocije zdravlja
Obezbeđivanje adekvatnog tretmana kada je dete bolesno
<b>Adekvatna ishrana</b>
Ishrana trudnice utiče i na bebin razvoj i na njeno sopstveno blagostanje. Isključivo dojenje je veoma značajno od rođenja do 6 meseci starosti i pomaže bebama da intenzivno napreduju. Posle toga im je potrebna raznovrsna dopunska ishrana koja sadrži mikronutrijente koji pomažu rast tela i mozga.
Domen brige o adekvatnoj ishrani podrazumeva i responzivno hranjenje i veštinu roditelja da rutine vezane za ishranu koriste kao prilike za povezivanje i učenje.
<b>Sigurnost i bezbednost</b>
Najveći rizici po dete su ekstremno siromaštvo, niski prihodi, zagađenje vazduha, hemikalije, nebezbedno okruženje za igru i nasilje. Kvalitetno staranje podrazumeva brigu o ovom aspektu sigurnosti.
U ovom segmentu kvalitetne brige ukazuje se i na značaj razvoja pozitivnih vaspitnih praksi i nekažnjavajućeg vaspitanja.
Doživljaj sigurnosti deteta ne tiče se isključivo fizičke bezbednosti. Zato kvalitetno staranje podrazumeva i emotivnu dostupnost roditelja, koja štiti od toksičnog stresa i omogućava razvoj sigurne afektivne vezanosti.
<b>Responzivno staranje</b>
Responzivno staranje podrazumeva posmatranje detetovih pokreta, gestova, zvukova i verbalnih zahteva i odgovaranje na njih.
Ono štiti decu od povreda i negativnih iskustava i omogućava starateljima da prepoznaju njihove potrebe i odgovore na njih, da obogaćuju njihovo učenje i izgrađuju poverenje i socijalne odnose.
<b>Prilike za učenje temeljene na igri</b>
Učenje počinje od začeca; čim se rode, bebe počinju da usvajaju veštine kroz socijalnu razmenu – od drugih ljudi, kroz osmeh i kontakt pogledom, govor i pevanje, modelovanje i imitaciju i jednostavne pokazne igre („pa-pa“).
Prilike za igru se nalaze u svakodnevnom okruženju deteta i u svakodnevnim rutinama u domaćinstvu. Čitanje knjiga omogućava deci da imenuju stvari, izgrađuju radoznalost, maštu i znanje.
Ovaj domen staranja podrazumeva razumevanje učenja iz perspektive deteta i primenu responzivnosti kako bi se pružili podsticaji i prilike za učenje kroz igru i razmenu sa okolinom.



Osim što definiše osnovne komponente kvalitetnog staranja o detetu, koncept naglašava njihovo jedinstvo i međusobnu isprepletanost. Ovaj koncept kao suštinsku potku celokupnog staranja o detetu prepoznaje **responzivnost**, odnosno usmerenost roditelja na potrebe deteta, njegovu veštinu da ih primeti, prepozna, razume i da na njih odgovori.

Važno je imati na umu da ovaj koncept ne nudi samo informacije o suštinskim karakteristikama kvalitetnog staranja o detetu, već i o oblastima u kojima je važno pratiti potrebe porodica, kao i o programima, uslugama i politikama vezanim za podršku razvoju optimalnog okruženja za razvoj dece.

### **Rezime segmenta**

*Rano iskustvo je izrazito značajno za mentalno i fizičko funkcionisanje tokom celog života. Učenje u ranom detinjstvu ne podrazumeva samo sticanje konkretnih znanja, već i ovladavanje veštinama koje dete ima u različitim oblastima razvoja (motorički, fizički, socijalni, emocionalni, kognitivni razvoj, razvoj govora i komunikacije, razvoj autonomije) i njihovu upotrebu u svakodnevnim situacijama. Učenje u ranom detinjstvu trebalo bi da osigura da se dete oseća kompetentno, zadovoljno i spremno da saznaje koristeći sve svoje veštine. Koncept podsticajne nege govori o tome da je od najranijeg detinjstva važno okruženje u kome se sjedinjuju negujuće staranje, usmereno na potrebe deteta u svim oblastima razvoja, i podsticajno staranje, koje osigurava prilike za učenje temeljene na istraživanju, igri i učešću. Među osnovnim komponentama podsticajne nege nalazi se i responzivnost (usmerenost roditelja na potrebe deteta, njegovu veštinu da ih primeti, prepozna, razume i da na njih odgovori), koja se može posmatrati kao potka celokupnog staranja o detetu.*

## **2. Razvoj responzivnosti**

Responzivnost (osetljivost na potrebe deteta i spretnost u odgovaranju na potrebe) nije urođena niti predstavlja osobinu neke osobe (dok je druge osobe nemaju), već se odnosi na veštinu koja se uči u kontaktu sa detetom. Ona je vidljiva u odgovoru roditelja na fiziološke potrebe deteta, u načinu na koji roditelj hrani dete, razgovara sa njim, uključuje

ga i podržava njegove socijalne kontakte i predstavlja temelj za razvoj afektivne vezanosti u odnosu roditelja i deteta, za pružanje prilika za učenje u ranom detinjstvu, pa i za razvoj nekažnjavajućih vaspitnih postupaka.

Putanja razvoja responzivnosti kreće od emotivnog investiranja i spremnosti roditelja da doživi dete kao svoje i da razvija spremnost da se usmeri na njegove potrebe. Nadalje, roditelj će graditi veštinu da prati ponašanje deteta i prihvata ga, odnosno da ga razume kao biće nezavisno od sebe, sa sopstvenim karakteristikama, interesovanjima, veštinama i sopstvenim doživljajem neke situacije, potrebama za podrškom ili zaštitom. Sa prihvatanjem deteta raste i spremnost roditelja da razume i prihvati svoju ulogu staratelja, a samim tim i da odgovara na potrebe deteta i podrži njegovo učenje o sebi i svetu. Ove veštine učiniće da roditelj bude svestan toga šta za dete znači učenje i šta to dete uči u konkretnoj situaciji (koju veštinu dete uči da savlada ili da primeni, šta pokušava da razume, zaključiti i sl.). U kontekstu nekažnjavajućeg vaspitanja i reagovanja na izazovna ponašanja deteta, upravo ove veštine omogućiće roditelju da razume detetovo ponašanje i reakcije i samu situaciju iz perspektive deteta, ali i da, prateći dete, reaguje pre nego što dođe do neprihvatljivog ili nebezbednog ponašanja te da omogući detetu vođenje, odnosno usmeravanje i podršku u situacijama koje su za dete izazovne.

### *a) Povezati se sa detetom*

Emotivnu povezanost razumevamo kao svest o detetu, zainteresovanost za dete, učenje o načinima na koje su ponašanja roditelja i deteta međusobno povezana, spremnost da se investira u odnos sa detetom i ulogu roditelja. Povezivanje sa detetom predstavlja važan korak razvoja roditeljske uloge, ali je ono, istovremeno, početna tačka svake interakcije sa detetom tokom celokupnog roditeljstva. U jednoj interakciji povezanost omogućava da se dete oseća sigurno i voljeno, a roditelju daje priliku da razume šta dete vidi, misli i oseća.

U kontekstu podrške razvoju pozitivnih vaspitnih praksi, rad na emotivnoj povezanosti i investiranje u odnos sa detetom predstavlja početnu tačku. Kao što razvoj povezanosti sa detetom počinje tokom trudnoće (u biološkim porodicama), praksa podrške kvalitetnom staranju takođe počinje podsticanjem povezanosti u toku trudnoće i odmah nakon rođenja deteta. Prakse poput kontakta „koža na kožu“, izdvajanja specijalnog vremena sa bebom i govora bebi od prvog dana predstavljaju značajnu podršku prvim kontaktima roditelja i deteta, ali i daljem kontinuitetu emocionalnog investiranja u odnos sa detetom i građenja emocionalne zainteresovanosti za dete kao temelju responzivnosti i pozitivnih vaspitnih praksi.

## ***b) Upoznati i pratiti dete***

Poznavanje deteta podrazumeva poznavanje veština koje dete ima (u sklopu svog razvoja), ali i načina na koji dete komunicira, iskazuje potrebe, interesovanja, inicijativu, načina na koji razume i rešava problemske situacije i sl. Upoznavanje deteta i veština praćenja deteta osnov su podsticajnih razmena, ali i mogućnosti da roditelj dešavanja sagleda iz perspektive deteta i da sa njim komunicira na detetu razumljiv i smislen način.

Za praktičare koji rade sa porodicama važan korak u podršci kvalitetnom staranju predstavlja usmeravanje roditelja na poznavanje razvoja, prekretnica i pravilnosti razvoja. Međutim, od suštinske važnosti je zapravo građenje veština posmatranja sopstvenog deteta i praćenja njegovog ponašanja. Na taj način, upoznavanjem repertoara ponašanja sopstvenog deteta, gradi se veština prepoznavanja detetovih potreba, mogućnosti deteta da reaguje, da razume, načina na koji dete doživljava situacije, govori o svojim interesovanjima ili inicira razmenu i učenje i sl. Usmeravanjem na praćenje i svest o detetovom ponašanju roditelj se, takođe, stavlja u poziciju da promišlja sopstvene reakcije i ponašanja kako bi omogućio podršku detetu i trajanje interakcije sa njim. Ovo promišljanje je temelj prevencije kažnjavajuće vaspitne prakse.

## ***c) Prihvatiti dete (i sebe kao roditelja)***

Prihvatanje deteta odnosi se na spremnost roditelja da se stara o detetu sa tim karakteristikama, razvojnim veštinama, temperamentom, interesovanjima, načinom komuniciranja i ostalim osobinama koje odlikuju baš to dete. Ova spremnost logično sledi veštinu praćenja detetovog ponašanja. U kontekstu podrške porodicama za razvoj pozitivnih vaspitnih praksi, prihvatanje deteta i sopstvene uloge roditelja podrazumeva da je roditelj svestan načina na koji njegovo dete može da razume situaciju i repertoara ponašanja koje ima na raspolaganju da se u toj situaciji snađe.

Stoga ova spretnost može da štiti roditelja od prevelikih očekivanja od deteta u vezi sa ponašanjem ili veštinama koje dete može da ispolji. Važna posledica prihvatanja deteta je spremnost roditelja da isprati i vidi šta dete doživljava, da situaciju razume iz detetove perspektive, da ponudi iskustva koja dete može da razume, da vodi dete kroz neprijatna iskustva, da ide korak ispred deteta u smislu da sprečava situacije koje su izazovne za dete (odnosno situacije koje će tražiti prilagođavanje koje dete u tom trenutku ne može da realizuje) i da bude uz dete na način koji može da osigura učenje za dete.

Prihvatanje deteta je izazov koji se pred roditelje postavlja odmah po rođenju deteta, ali i u svakoj prekretnici. Prihvatanje deteta vidi se u svakodnevnoj interakciji kroz roditeljevo razumevanje i reagovanje na izazovna ponašanja deteta. U tim momentima

prihvatanje je suštinski važno da bi se razlikovalo bezobrazno od neveštog ponašanja ili istraživačkog ponašanja, da bi se realno zaključilo o detetovim veštinama upravljanja emocijama i nošenja sa frustracijom ili zahtevima koje pred njega postavlja okolina. Zato je, u kontekstu razvoja nekažnjavajuće vaspitne prakse, prihvatanje deteta važan činilac koji omogućava da roditelj adekvatnije razume ono što doživljava kao izazovno ponašanje deteta. Na taj način roditelj ima šanse da bolje prilagodi svoje reakcije.

Izazovi u prihvatanju deteta povezani su sa očekivanim ili doživljenim detetovim veštinama da se adaptira, uči, ponaša na određeni način. Prihvatanje deteta (i sebe kao roditelja) snažno je recipročno povezano sa stresom, pa čak i razvojnim (očekivanim) ili roditeljskim stresom. U tom smislu različiti domeni izvora roditeljskog stresa (poput doživljaja (ne)kompetentnosti, ili osujećenosti roditeljskom ulogom, ili percipirana zahtevnost, (ne)prilagodljivost deteta) mogu snažno da deluju i onemogućavaju prihvatanje deteta ili sopstvene uloge roditelja. Rizik od neprihvatanja deteta i uloge roditelja još je veći u porodicama sa izraženijim, kontinuiranim izvorima stresa, kao što su porodice dece sa smetnjama u razvoju, porodice sa hronično obolelom decom, nebiološka porodična okruženja i sl.

#### ***d) Uključiti dete i uključiti se u interakciju sa detetom***

Veština roditelja da uključi dete (pruži podsticaj detetu ili primeti zainteresovanost deteta) i zadrži ga u interakciji sa sobom osnov je njegove mogućnosti da pruži prilike za učenje u ranom detinjstvu, pa i u domenu emocionalne regulacije i upravljanja svojim ponašanjem. Uključivanje deteta je preduslov za podsticanje razvoja. Sama veština roditelja da se uključi u interakciju sa detetom i da uključi dete u različite rutine i aktivnosti temelji se na prihvatanju deteta, poznavanju deteta, praćenju deteta i prihvatanju sopstvene uloge roditelja. Dete koje učestvuje u interakcijama i aktivnostima jeste dete koje ima prilike da uči. Kada je roditelj aktivan u interakciji sa detetom, on postaje roditelj koji podržava učenje i razvoj deteta.

Prilike za uključivanje deteta istovremeno omogućavaju da jača povezanost roditelja i deteta. Kada se dete uključi u različite aktivnosti sa roditeljem, roditelj ima prilike i da upozna njegov repertoar ponašanja, veštine i interesovanja, način na koji dete razume svet oko sebe i kako uči o njemu. To doprinosi prihvatanju i poznavanju deteta, a time i pomaže građenje veština respozivnosti. Uključivanje deteta u skladu sa uzrastom omogućava da dete polako donosi odluke i prepoznaje domene za koje je ono odgovorno. Podrškom uključivanju deteta u interakciju sa roditeljem (i obrnuto) i u rutine te uspostavljanjem pravila u porodici gradi se osnov pozitivnih vaspitnih praksi.

### **Rezime segmenta**

*Responzivnost nije urođena niti predstavlja osobinu neke osobe (dok je druge osobe nemaju), već se odnosi na veštinu koja se uči u kontaktu sa detetom. Ona se ogleda u svakodnevnim interakcijama između roditelja i deteta, predstavlja temelj za razvoj afektivne vezanosti u odnosu roditelja i deteta, za pružanje prilika za učenje u ranom detinjstvu, pa i za razvoj nekažnjavajućih vaspitnih postupaka. Putanja razvoja responzivnosti kreće od emotivnog investiranja i spremnosti roditelja da doživi dete kao svoje i da se usmerava na njegove potrebe, prolazi kroz upoznavanje i praćenje deteta, prihvatanje deteta uz koje raste i spremnost roditelja da razume i prihvati svoju ulogu staratelja, a završava se sposobnošću roditelja da odgovara na potrebe deteta i podržava njegovo učenje o sebi i svetu, odnosno da uključi dete u interakciju sa sobom i da sebe uključi u interakciju sa detetom.*

## **3. Preduslovi za podsticajnu negu i responzivnost**

Veoma je važna poruka samog koncepta podsticajne nege da se kvalitetno roditeljstvo uči. Koraci u razvoju responzivnog roditeljstva su, za porodice koje tek nastaju, putanja kojom će se jačati veštine kvalitetne brige o detetu i sprečavati manje funkcionalna vaspitna ponašanja. Za porodice koje već imaju decu, koraci u razvoju responzivnog staranja su podsetnik za praktičare o tome kojim putem u radu sa porodicom treba da stignu do kvalitetnog staranja, a kroz to i do nekažnjavajućeg vaspitanja.

U radu sa roditeljima treba kontinuirano posmatrati kako oni sprovode odgovore na potrebe deteta, odnosno kakve su manifestacije pružanja podsticajne nege, sa posebnim osvrtom na responzivnost. Roditelje treba podržati i osnažiti u onome što rade dobro i dati im znak da su na pravom putu (što im pomaže da uspostave samopouzdanje), odnosno treba ih voditi kroz učenje o podsticajnoj nezi. Zato se tehnike praktičara koji rade sa roditeljima i starateljima, bez obzira na sistem u kome rade i struku kojoj pripadaju, oslanjaju pre svega na anticipatorno vođenje i modelovanje roditeljskog ponašanja.

Ipak, mora se imati na umu da postoje preduslovi za ovladavanje veštinama responzivnog staranja. Ovde će se pažnja usmeriti na dva ključna preduslova, a to su značaj brige o mentalnom zdravlju roditelja i značaj prilika koje oba roditelja imaju za interakciju sa detetom.

## ***a) Podsticajnu negu može da pruža roditelj koji se oseća dobro***

Osnovni preduslovi za kvalitetno staranje o detetu jesu mentalno zdravlje i emotivna dobrobit roditelja. Negativni efekti stresa na kvalitet brige o detetu dosledno se pokazuju i kada je u pitanju razvojni stres roditeljstva i kada su u pitanju nerazvojni, snažni i/ili hronični izvori stresa.

Zbog toga praktičari svih struka moraju da budu svesni svoje uloge u ovom domenu podrške kvalitetnom staranju o detetu. Pre svega, to se odnosi na:

- znanje o tome odakle može da potiče i kako se vidi/doživljava stres roditeljstva,
- znanje o posledicama stresa, i razvojnog i nerazvojnog (neočekivan, intenzivan, hronični stres),
- znanje o tome kako se reaguje na stres, kako se prilagođava na stres,
- veštine komunikacije sa roditeljima, odnosno razvoj jezika i pristupa koji omogućava da se sa roditeljima otvaraju pitanja emotivne dobrobiti i stresa,
- proaktivno delovanje kako bi se kreirale jasne putanje koje će omogućiti prepoznavanje potreba za podrškom u domenu emotivne dobrobiti za oba roditelja (majku i oca),
- informisanje roditelja o značaju praćenja promena u raspoloženju, o indikatorima stresa, i potencijalnim izvorima stresa te o značaju traženja podrške,
- podršku roditeljima u stvaranju funkcionalne formalne i neformalne mreže podrške.

Neki periodi u roditeljstvu podrazumevaju intenzivniji stres. Oni se pre svega tiču tranzicije u roditeljsku ulogu, kada je veoma važno pratiti promene u raspoloženju oba roditelja te načine prihvatanja roditeljske uloge i prilagođavanja roditeljskoj ulozi. Dodatno, stres će se podizati u tačkama u životnom ciklusu porodice koje se tiču daljih tranzicija, kao što su povratak na posao, rađanje drugog deteta, polazak u vrtić/školu, izazovi vezani za građenje stabilnih vršnjačkih i prvih partnerskih odnosa u adolescenciji i sl. Treba, međutim, imati na umu da je svaki dan bogat mikrostresorima, da su neki od njih stalno prisutni, da rastu i potencijalno rezultiraju sve većim doživljajem osujećenosti usled roditeljstva, doživljajem da roditelj ima sve manje nivoa za staranje o detetu i sl.

Intenzivniju pažnju svakako treba obratiti na porodice koje se suočavaju sa izazovima mimo očekivanih – porodice prevremeno rođene dece, porodice dece sa smetnjama u razvoju, nebiološka porodična okruženja, porodice koje se suočavaju sa razvodima, gubicima, intenzivnim promenama ili imaju ponovljena iskustva marginalizacije i diskriminacije.

Te porodice se mogu suočavati sa snažnijim stresom, ali i specifičnim procesima vezanim za prihvatanje roditeljske uloge i deteta<sup>42</sup>.

### ***b) Podsticajnu negu može da pruža roditelj koji ima prilike za interakciju sa detetom***

Iako se ponekad podrazumeva, interakcija sa detetom i prilike za učešće u brizi o detetu nisu privilegija ili iskustvo svih roditelja, čak ni u porodicama sa dva roditelja. Ovo se pre svega odnosi na uključenost oca u brigu o detetu. Iako istraživanja dosledno ukazuju na značaj uključenosti oca za razvoj deteta, za dobrobit oba roditelja i za funkcionisanje porodice u celini, i dalje se beleži manja uključenost oca u odnosu na učešće majke, manji doživljaj emotivnog investiranja i dostupnosti oca. Istovremeno, uloga oca se često vezuje za disciplinovanje, i kada o tome govore deca i kada o tome govore sami očevi.

Istraživanja su ukazala na to da je poreklo vulnerabilnosti povezano sa osetljivošću roditeljske uloge oca, a ta osetljivost potiče od vrednovanja uloga oca i majke koje je uslovljeno kulturnim normama. Snažna, kulturom podržana poruka primarne uloge majke u značajnom broju porodica vodi ka tzv. regulatornoj poziciji majki<sup>43</sup>. U pitanju je skup uverenja i ponašanja kojima majka ograničava uključivanje oca i daje mu model staranja, bilo tako što ispravlja očeve odluke ili postupke u staranju o detetu bilo tako što stvara kontekst za očevo uključivanje (majka daje dozvolu da se otac uključi u određene segmente interakcije ili staranja). Osim što ometa uključenost oca, što neretko vodi do njegovog povlačenja iz roditeljske uloge, regulatorna pozicija majki dodatno rezultira snažnijim stresom roditeljstva kod majki, manjim zadovoljstvom životom i doživljajem manjeg kvaliteta braka.

Sa druge strane, dobru osnovu za balansirano uključivanje oba roditelja daje snažan i funkcionalan roditeljski savez. Ovaj aspekt odnosa među roditeljima predstavlja svojevrsno ujedinjavanje čiji je cilj ujednačavanje vaspitnih stavova, razmena o uvidima o detetu te međusobna za građenje kvalitetnog odnosa sa detetom za oba roditelja. Osim ove funkcije, roditeljski savez i čuva roditelje od stresa, pružajući prvu i najintenzivniju mrežu podrške.

Ukoliko imamo na umu da se kapaciteti za responsivno staranje razvijaju upravo u kontaktu i kroz interakciju sa detetom, onda je za praktičare koji pružaju podršku kvalitetnom roditeljstvu veoma važno da imaju na umu načine na koji osiguravaju prilike za učešće u brizi o detetu. To će u praksi značiti snažno zagovaranje i podsticanje uključivanja oca uz istovremenu podršku roditeljskom savezu od prvih dana staranja o detetu.

<sup>42</sup> Deater-Deckard K. *Parenting stress*. Yale University press. (2008)

<sup>43</sup> Schoppe-Sullivan S., Altenburger L., Lee M., Bower D., Kamp Dush C. *Who are gatekeepers? Predictors of maternal gatekeeping*. *Parenting Sci Pract.*, (2015) 15 (3), 166-168.

## **Rezime segmenta**

*Da bi se ovladalo veštinama respozivnog staranja, treba da budu ispunjeni određeni preduslovi. Jedan od glavnih preduslova je briga o mentalnom zdravlju i emotivnoj dobrobiti roditelja. Samo roditelj koji je dobro može da pruža podsticajnu negu na kvalitetan način. Put roditeljstva može biti povezan sa različitim izvorima stresa (razvojni stres roditeljstva, nerazvojni, snažni i/ili hronični izvori stresa), koji negativno utiču na kvalitet brige o detetu. Još jedan bitan preduslov za adekvatan razvoj respozivnosti jeste uključenost; samo roditelj koji ima prilike za interakciju sa detetom može da pruži podsticajnu negu. Ovo, nažalost, nije uvek slučaj, a najčešće se odnosi na uključenost oca u brigu o detetu, koja može biti kulturno uslovljena normama vezanim za ulogu majke i oca. Za uključenost oba roditelja poseban značaj ima snažan i funkcionalan roditeljski savez, koji čuva roditelje od stresa, pružajući im prvu i najintenzivniju mrežu podrške.*

## **Veb sadržaji**

Dodatne informacije vezane za rani razvoj i prekretnice u razvoju u ranom detinjstvu (materijali za praktičare i roditelje):

UNICEF. Škola roditeljstva: Kako se razvija mozak vaše bebe (vebinar, 2021)

<https://www.youtube.com/watch?v=dxmqcO9qxa8&t=1800s> (SRB)

Podrška porodicama za podsticajnu negu dece ranog uzrasta, Modul 1, UNICEF, 2019.

<https://www.unicef.org/serbia/media/12021/file/Rano%20detinjstvo:%20period%20neograni%C4%8Denih%20mogu%C4%87nosti%20publikacija.pdf> (SRB)

Dodatne informacije o razvojnim prekretnicama, ulozi roditelja u različitim uzrastima:

<https://www.unicef.org/serbia/materijali> (SRB)

Materijal za roditelje o podsticajnoj nezi: [https://www.unicef.org/serbia/sites/unicef.org.serbia/files/2019-11/Nega\\_u\\_ranom\\_detinjstvu.pdf](https://www.unicef.org/serbia/sites/unicef.org.serbia/files/2019-11/Nega_u_ranom_detinjstvu.pdf) (SRB)

Dodatne informacije o samom konceptu podsticajne nege:

<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/272603/9789241514064-eng.pdf?>(ENG)



Dodatni pisani materijali i drugi resursi vezani za podsticajnu negu:

<https://nurturing-care.org/> (ENG)

Dodatni resursi vezani za responzivnost (razvoj veštine responzivnosti i veza sa prilikama za učenje kroz igru, pristupi porodici koji omogućuju razvoj veština responzivnog staranja): [https://centarharmonija.rs/?page\\_id=1533](https://centarharmonija.rs/?page_id=1533) (SRB)

Informacije o mehanizmu „iniciraj i uzvрати“ (serve and return) kao jedinici podsticajne interakcije između roditelja i deteta:

<https://developingchild.harvard.edu/science/key-concepts/serve-and-return/> (ENG)

Dodatni resursi vezani za stres u roditeljstvu – o promenama raspoloženja nakon rođenja deteta: [https://www.unicef.org/serbia/sites/unicef.org.serbia/files/2020-02/Promene\\_raspolozenja\\_kod\\_roditelja\\_nakon\\_rodjenja\\_deteta.pdf](https://www.unicef.org/serbia/sites/unicef.org.serbia/files/2020-02/Promene_raspolozenja_kod_roditelja_nakon_rodjenja_deteta.pdf) (SRB)

Dodatni resursi vezani za stres u roditeljstvu – o značaju brige o emotivnoj dobrobiti roditelja: [https://www.unicef.org/serbia/sites/unicef.org.serbia/files/2019-09/modul\\_7.pdf](https://www.unicef.org/serbia/sites/unicef.org.serbia/files/2019-09/modul_7.pdf), <https://www.unicef.org/serbia/price/ako-brinemo-o-roditeljima-brinemo-i-o-deci> (SRB)

Dodatni resursi za roditelje vezani za rodno balansirano staranje o detetu – o roditeljskom savezu i o značaju kvalitetnih i funkcionalnih porodičnih odnosa:

[https://www.unicef.org/serbia/sites/unicef.org.serbia/files/2020-02/rodno\\_senzitivno\\_vaspitanje.pdf](https://www.unicef.org/serbia/sites/unicef.org.serbia/files/2020-02/rodno_senzitivno_vaspitanje.pdf)

[https://www.unicef.org/serbia/sites/unicef.org.serbia/files/2020-02/Danas\\_ste\\_postali\\_mama.pdf](https://www.unicef.org/serbia/sites/unicef.org.serbia/files/2020-02/Danas_ste_postali_mama.pdf) (SRB)

[https://www.unicef.org/serbia/sites/unicef.org.serbia/files/2020-02/Danas\\_ste\\_postali\\_tata.pdf](https://www.unicef.org/serbia/sites/unicef.org.serbia/files/2020-02/Danas_ste_postali_tata.pdf) (SRB)

[https://www.unicef.org/serbia/sites/unicef.org.serbia/files/2020-02/Savez\\_za\\_kvalitetno\\_roditeljstvo.pdf](https://www.unicef.org/serbia/sites/unicef.org.serbia/files/2020-02/Savez_za_kvalitetno_roditeljstvo.pdf) (SRB)

[https://www.unicef.org/serbia/sites/unicef.org.serbia/files/2019-06/Brosura\\_porodicni\\_odnosi.pdf](https://www.unicef.org/serbia/sites/unicef.org.serbia/files/2019-06/Brosura_porodicni_odnosi.pdf) (SRB)

## KAKO RAZGOVARATI SA RODITELJIMA?

### DA

- Kvalitetno roditeljstvo nije nešto za šta su predodređeni samo neki roditelji. Svaki zainteresovani roditelj može da pruži podsticajno okruženje svome detetu. Ja sam tu da vas podržim na tom putu.
- Upoznajte svoje dete. Posmatrajte ga u različitim uobičajenim situacijama – dok jede, dok se kupa, dok se igra. Pamтите koja ponašanja pokazuje i koje veštine ima. Zaključajte – kako pokazuje da je za nešto zainteresovano, kako pokazuje da mu nešto treba, kako pokazuje različite emocije i sl.
- Prihvatite svoje dete. Svako dete ima svoje osobine, svoj način reagovanja, svoja interesovanja i veštine. Vaše dete će, uz vašu dobru podršku, ovladati svojim veštinama i osobinama i naučiće da ih koristi tako da spretno uči, druži se i radoznalo istražuje u različitim situacijama.
- Pružite svom detetu podsticaj. Ukažite detetu na različite stvari, mirise, događaje koji ga okružuju, a koji mu mogu biti zanimljivi. Pratite kako reaguje i podržite njegovo učenje.
- Pratite kada dete pokazuje interesovanje za nešto ili reaguje na neki način. Uvek uzvratite mu osmehom, dajte ime onome što pokazuje, doživljava, utešite, zaštitite, zagrlite dete kada je potrebno.
- Brinite o svom mentalnom zdravlju. Vaš stres je neprijatelj kvalitetne brige o detetu. O svojim osećanjima i stresu razgovarajte sa profesionalcima i prijateljima.
- Trudite se da nađete način da se uključite u brigu o detetu. Tragajte za prilikama da upoznate svoje dete, pratite njegove potrebe i reagujete na njih. Razvijajte snažan savez među starateljima. U njemu se ujedinjete – delite jedno s drugim, podržavate jedno drugo, brinete jedno o drugom – kako biste oboje postali najbolji roditelji svom detetu.

### NE

- Neki ljudi nisu za roditelje. Roditeljima je bolje bez neke dece (npr. bez dece sa smetnjama u razvoju).
- Stres u roditeljstvu je nešto što svi roditelji prevladaju. Kada ste pristali da budete roditelji, sigurno ste očekivali i taj stres (morali ste biti spremni na taj stres).
- Majka je više uz dete i stoga je logično da se više i bolje brine o detetu. Odlično je što vam (kako vam i slične formulacije) tata pomaže u brizi o detetu.
- Setite se sebe u uzrastu vašeg deteta. Kakvi ste bili vi (ili drugi detetov roditelj)? Očekujte da će takvo biti i dete. Setite se svog starijeg deteta i toga kako ste se starali o njemu. Briga o svakom detetu je ista.
- Dete je premalo da bi odlučivalo o tome šta će raditi, čime će se igrati, šta ga zanima i sl.
- Deca često manipulišu osećanjima svojih roditelja. Neretko plaču ili rade ono što znaju da ne smeju kako bi privukla pažnju.
- Ne nosite dete i ne udovoljavajte mu previše. Ojačajte dete. Ne želite da ga razmazite time što stalno odgovarate na njegove potrebe.

## MATERIJAL ZA RODITELJE - PRUŽI

***Roditeljstvo se uči, ali ne u školi, već u odnosu sa svojim detetom od prvog dana zajedničkog života.***

*Od prvog dana života dete ima potrebu za negom, hranom, zdravljem, socijalnim kontaktima, razumevanjem odnosa sa drugima, učenjem, zadovoljenjem radoznalosti i komunikacijom.*

*Usmerenost na potrebe deteta i spremnost da se na njih odgovori na pravi način predstavlja suštinski i neophodan preduslov za kvalitetno roditeljstvo u svim ovim aspektima.*

- Budite u kontaktu sa svojim detetom što je više moguće. Kupanje, presvlačenje, ishrana, šetnja, uspavljivanje, igre – sve su to prilike za učenje.
- Prihvatite pomoć i organizujte je tako da vam omogući što više kontakta sa detetom. Usmerite pomoć na nabavku, kovanje, higijenu domaćinstva i sl.

***Kako detetu pružiti kvalitetnu brigu?***

*Brinite o svom mentalnom zdravlju.*

*Roditelj koji se oseća dobro lakše i bolje unapređuje roditeljstvo. Staranje o detetu samo po sebi donosi stres. Važno je da ga budete svesni i da tragate za načinima da se što bolje nosite sa njim.*

- Pratite promene svog raspoloženja i promene u svakodnevnom životu.
- Razgovarajte sa prijateljima i porodicom o tome kako se osećate i šta, kao roditelj, doživljavate i promišljate.
- Razgovarajte sa prijateljima i porodicom o svom eventualnom doživljaju nespretnosti u brizi o detetu, preplavljenosti roditeljskom ulogom, izazovima da uskladite različite uloge, o osećanju da je dete zahtevno, osetljivo ili slabo prilagodljivo.

- Potražite pomoć kada imate utisak da teško vladate svojim osećanjima ili ponašanjem, da ste iscrpljeni, beznađežni, беспомоћни ili kad god se duže vreme osećate loše, tužno ili nemoćno.

*Budite uključeni roditelji.*

*Roditelj koji je spreman da uči i unapređuje veštine roditeljstva može da unapredi i kvalitet brige o svom detetu. Preduslov za to učenje je da imate prilike za kontakt i interakciju sa detetom. Dete ima višestruke koristi od kvalitetnog, negujućeg i toplog odnosa sa ocem i sa majkom.*

- Napravite dnevni raspored tako da se i otac i majka podjednako uključe i da oboje imaju prilike da provedu vreme sa detetom.
- Napravite dnevni raspored koji i detetu i roditelju daje strukturu i predvidivost, kao i specijalno vreme samo za igru i istraživanje. To znači da oba roditelja imaju prilike da se uključe u strukturane aktivnosti poput kupanja ili hranjenja, ali i da imaju prilike za vreme ispunjeno samo razgovorom, igrom, šetnjom, čitanjem i sl.
- Kako god da podelite uobičajene zadatke u domaćinstvu, uključite dete u rutine kojima se bave oba roditelja.
- Negujte savez među roditeljima – razgovarajte i razmenjujte svoja iskustva sa partnerom/partnerkom o detetu. Podržite jedno drugo u vežbanju i unapređivanju roditeljskih veština i maksimalno uživajte u kontaktima sa detetom.

*Pratite i upoznajte svoje dete jačajući emotivnu povezanost između vas.*

*Tako ćete postepeno učiti da prepoznate njegove različite potrebe i način na koji ih pokazuje, pa i da odgovorite na njih.*

- Uvek odgovarajte na „signale“ koje vam dete šalje pogledom, plakanjem, gukanjem, pokretima tela, okretanjem glave, imitacijom vaših izraza lica, pokušajima govora, a kasnije govorom i kretanjem. Time dete pokazuje šta želi, misli, oseća, vidi ili radi, šta ga zanima ili čime se bavi.

- Izdvojte kao specijalno vreme sa detetom onaj deo dana kada je ono budno, sito, odmorno i spremno za interakciju sa vama. Posmatrajte ga s punom pažnjom, razgovarajte s njim i mazite ga. Kako dete bude raslo, ovo vreme će ostati rezervisano za vaša posebna, zajednička iskustva.
- Govorite detetu nešto od prvog dana njegovog života, tokom svih svakodnevni rutina. Govorite sporo, nežnim glasom, nastojeći da što duže imate kontakt licem u lice. Dok pratite šta dete 'govori', menjajte visinu glasa ili zvuk da biste pomogli detetu da ostane koncentrisano na vaš razgovor.

*Podstičite razvoj i što više mogućnosti da dete saznaje o sebi i svetu oko sebe.*

- Čitajte sa detetom bar 15 minuta tokom svakog dana već od drugog meseca njegovog života. Govorite blago i sporo, licem u lice sa detetom, ohrabrujte ga da učestvuje u skladu sa veštinama koje ima, da govori, pokazuje, prepoznaje, a kasnije i samo da čita, u razgovoru i diskusiji o likovima ili događajima, da odlučuje o izboru knjige i načinu čitanja.
- Uključite dete u rutine u domaćinstvu. Nabavka, održavanje higijene, priprema obroka, šetnje, pozivanje gostiju, proslave – sve su to odlične prilike da sa detetom razgovarate, da ono razvija različite veštine, uči, dogovara se, preuzima odgovornost i oseća se važnim i uvaženim članom porodice.
- Igrajte se sa detetom. Za dete je igra najprirodniji način da razvija radoznalost, saznaje, istražuje, razumeva svet oko sebe. Kroz podsticanje slobodne igre, dajete detetu mogućnost da primeni svoje veštine i znanja, da otkrije nešto o sebi i svetu, da se oseća dobro. Negujete njegovu zapitanost i zainteresovanost, njegovo znanje, mentalno i emocionalno zdravlje.



## MODUL 2. „PREISPITAJ“

# ZAŠTO I KAKO PREISPITIVATI STAVOVE I PRAKSE U RODITELJSTVU?

### CILJ MODULA

Osnovni cilj ovog modula je razumevanje da se roditeljstvo uči i razvija, da treba preispitivati svoje postupke i njihove efekte na razvoj deteta, pa zatim raditi na unapređenju stavova i praksi u roditeljstvu. Poseban naglasak stavlja se na preispitivanje stavova i praksi „preuzetih“ od roditelja iz sopstvenog detinjstva, kao najčešćeg okvira u odnosu na koji roditelj (ali i stručnjak) može da formira i procenjuje sopstvene prakse. Cilj je i razumevanje načina na koji se roditelj (i stručnjak) može samoposmatrati, zdravo distancirati od „nasleđenih“ obrazaca i preusmeriti ka izvorima informacija koje daje struka.

#### ***Ključne poruke modula***

- *Veštine kvalitetnog roditeljstva razvijaju se kroz vreme i taj razvoj odvija se u fazama koje prate faze samog razvoja deteta. Praktičari treba da pomognu roditeljima da roditeljstvo shvate kao proces u čijem je fokusu interakcija sa detetom kao ključni kontekst razvoja i deteta i roditelja.*
- *Ponašanja u roditeljstvu zavise od različitih faktora koji su međusobno lančano uvezani, a praktičar pomaže roditelju da to razume. Ponašanje deteta budi lična uverenja roditelja o deci i roditeljstvu, koja utiču na tumačenje aktuelnog detetovog ponašanja, na roditeljska osećanja, pa i na odabir roditeljskog ponašanja. Moderatorovi ovih lančanih odnosa su i roditeljska responzivnost, naučeni repertoar roditeljskih ponašanja, roditeljske veštine samoregulacije i komunikacije, kao i balans između socijalnih stresora i podrške.*

- *Uverenja roditelja o deci i roditeljstvu zavise od informacija koje roditelj dobija od različitih izvora. Dominantan izvor informacija kome roditelji (ali i stručnjaci) najviše veruju jesu sopstveni roditelji. Roditeljski stavovi i obrasci ponašanja u roditeljstvu mogu se nasleđivati putem transgeneracijskog učenja.*
- *Nije sve što smo naučili od sopstvenih roditelja i ispravno, jer danas znamo više nego što su znali naši roditelji – struka poseduje rezultate naučnih istraživanja o tome koje su roditeljske prakse i stavovi korisni, a koji štetni, i zato su stručni izvori informacija o roditeljstvu najrelevantniji.*
- *Transgeneracijski prenos obrazaca u roditeljstvu nije neizbežan. Promena nasleđenih neadekvatnih obrazaca u roditeljstvu je moguća i potrebna. Praktičari treba da naprave zdravu distancu u odnosu na sopstvene transgeneracijske obrasce, da se vode stručnim izvorima informacija o roditeljstvu i da roditeljima pomognu da urade to isto kako bi unapredili svoje roditeljstvo.*
- *Roditeljsko preispitivanje je preduslov za unapređenje sopstvenih roditeljskih obrazaca. Osnove preispitivanja čine samoposmatranje, koje se odvija u kontekstu svesnog roditeljstva (roditelj svesno usmerava svoju pažnju na odnos sa detetom i perspektivu deteta u svakom trenutku), te spremnost da roditelj prepozna svoje problematične obrasce i distancira se od njih.*
- *Uspešno distanciranje od postojećih problematičnih obrazaca roditeljskog ponašanja i problematičnih obrazaca nasleđenih od sopstvenih roditelja ponekad podrazumeva prevazilaženje neprijatnih doživljaja (krivica, stid) i stručnjaci treba da pomognu roditeljima u tome. Da bi to mogli da urade, stručnjaci treba da na zdrav način obrade i sopstvene negativne doživljaje iz ovog domena.*



# SADRŽAJ MODULA

## 1. Kako se razvijaju roditeljske prakse?

### *a) Razvoj roditeljskih veština je proces*

Bilo da je osoba planirala i spremala se da postane roditelj, ili je roditeljska uloga došla neplanirano, niko nije potpuno spreman za početak tog divnog ali izazovnog puta zvanog roditeljstvo. U „rodinom zavešljaju“ ne nalazi se uputstvo za negu i postupanje sa tim suptilnim mladim stvorenjem koje je odjednom ušlo u život roditelja. Uloga roditelja je složena uloga u koju ulazimo delimično „opremljeni“.

Opremljeni smo opštim „alatima“ tipičnim za pripadnike ljudske vrste – podlogom za reakcije afektivnog vezivanja i ljubav prema detetu, kao i zdravim razumom koji nam pomaže da adekvatno procenjujemo i odlučujemo u odnosu na situacije.

Opremljeni smo, dodatno, i nekim individualnim alatima – informacijama (više ili manje tačnim) koje smo poneli iz prethodnog dela života, iskustvima i stavovima (više ili manje funkcionalnim), interpersonalnim veštinama i veštinama samoregulacije (više ili manje efikasnim) što sve direktno ili indirektno utiče na to kako doživljavamo i sprovodimo roditeljsku ulogu.

Ali alati kojima smo opremljeni nisu sami po sebi dovoljni, njima je potreban jedan esencijalni sastojak kako bi se nadogradili, usavršili, prilagodili baš našem detetu. Taj sastojak odnosi se na stimulse koji pristižu od deteta, odnosno na interakciju sa detetom. Interakciju sa detetom možemo posmatrati kao kontekst u kome se izgrađuju veštine kvalitetnog roditeljstva, u kome stimulusi koji potiču od deteta hrane razvoj roditeljskih veština, baš kao što i stimulusi koje roditelj pruža hrane razvoj deteta u svim aspektima.

Formiranje roditeljskih veština nije događaj, to je proces koji traje tokom čitavog detetovog odrastanja. Ono što roditelj tek treba da nauči i razvije, vremenom i u stalnoj razmeni sa detetom, jesu veštine da pruži detetu ono što mu je potrebno za optimalni razvoj. Roditeljske veštine obuhvataju znanja i stavove (uverenja), načine donošenja odluka i repertoar praksi koje roditelj koristi kako bi odgovarao na potrebe i zahteve deteta u pojedinačnim situacijama. Veštine roditeljstva rastu zajedno sa detetom i u interakciji

sa njegovim razvojem. Naučnici su u razvoju roditeljstva prepoznali šest osnovnih faza, prikazanih na Shemi 4, od kojih svaka prati određenu fazu razvoja deteta<sup>44</sup>.

FAZA STVARANJA SLIKE RODITELJSTVA <i>(planiranje trudnoće, trudnoća):</i>	FAZA NEGE <i>(od rođenja do kraja 2. g.):</i>	FAZA AUTORITETA <i>(od 2. do 4-5. g.):</i>	FAZA TUMAČENJA <i>(od 4-5. do 13. g.):</i>	FAZA MEĐUZAVISNOSTI <i>(adolescencija):</i>	FAZA ODLASKA <i>(početak odraslog doba):</i>
BUDUĆI RODITELJI RAZMIŠLJAJU O TOME ŠTA ZNAČI BITI RODITELJ I KOJE PROMENE JE POTRIBNO NAPRAVITI KAKO BI SE PROSTOR I NAČIN ŽIVOTAPRILAGODILI DETETU KOJE STIŽE.	RODITELJI SE ADAPTIRAJU NA NOVO-ROĐENČE, RAZVIJAJU ODNOS EMOCIONALNE PRIVRŽENOSTI SA DETETOM, I PREISPITUJU VREDNOST DRUGIH SVOJIH PRIORITETA.	RODITELJI ODREŽUJU PRAVILA, PRONALAZE NAČINE ZA EFIKASNO USMERAVANJE PONAŠANJA SVOG DETETA, I PRONALAZE SE U ULOZI AUTORITETA.	RODITELJI PREISPITUJU SVOJURODITELJSKU ULOGU, RAZMATRAJU KOJI JE SET VEŠTINA, ZNANJA, VREDNOSTI DECI POTREBAN ZA DALJI RAZVOJ I ŽIVOT, I POMAŽU DECI DA PROTUMAČE SOPSTVENA ISKUSTVA U SOCIJALNOM OKRUŽENJU IZVAN PORODICE.	RODITELJI PREUREĐUJU ODNOS SA SVOJOM DECOM NA NAČIN DA IM OMOGUĆE DA UČESTVUJU U DONOŠENJU ODLUKA, POSTAVLJAJU IM GRANICE, I PRILAGOĐAVAJU VASPITNE PRAKSE TINEJDŽERSKOM DOBU.	KAKO SE DECA OSAMOSTAVLJUJU I POSTAJU SVE NEZAVISNIJA, RODITELJI PROCENJUJU REZULTATE SOPSTVENOG RODITELJSTVA (USPEHI I GREŠKE).

Shema 4. Razvojne faze u roditeljstvu

Svaka od razvojnih faza deteta nosi svoje prekretnice koje se ispoljavaju kroz specifični skup ponašanja deteta, a koje prate odgovarajuća faza roditeljskog učenja o sopstvenoj ulozi i uvežbavanje praksi kojima roditelj odgovara na razvojne potrebe deteta. Kako se razvojna ponašanja deteta menjaju kroz vreme, tako se roditelj susreće sa novim, do tada nepoznatim stimulusima u svom roditeljskom iskustvu, koje obrađuje, a zatim primenjuje novi skup praksi kao reakciju na stimulse.

## b) Principi učenja roditeljskog ponašanja

Mozak je u nekoj meri neuroplastičan tokom čitavog života, što znači da stvorene sinapse između moždanih ćelija (koje omogućavaju funkcionisanje određenih veština) nisu trajno formirane, već se njihova važnost stalno revidira, a njihov opstanak je određen principom „iskoristi ili izgubi“ (engl. *use it or lose it*). Ovaj princip zapravo znači da ukoliko se neke radnje ponavljaju, neuronske sinapse koje su zaslužne za njihovo funkcionisanje

<sup>44</sup> Priredeno prema: Galinsky E. *The Six Stages of Parenthood*. Cambridge, MA: Perseus Books; 1987.

ojačavaju pa se to ponašanje učvršćuje. Na ovaj način se mogu formirati sasvim nove sinapse tokom života i tako se formiraju nove navike. Ukoliko se radnje ne ponavljaju, sinapse koje su za njih zadužene sve više slabe i to ponašanje se eliminiše (na ovaj način se eliminišu i neke neželjene navike)<sup>45</sup>.

***Ako se ovaj princip prevede u domen roditeljskog ponašanja, možemo reći da važi sledeće:***

*Ukoliko roditelj ponavlja određene prakse, one će se vremenom učvršćivati.*

*Ukoliko se prakse ne ponavljaju, one će se postepeno potpuno povući iz repertoara roditelja.*

Zato je vrlo važno pomoći roditelju da razvije poverenje u sopstvene mogućnosti da postigne kvalitetne vaspitne i roditeljske veštine uopšte, da prepozna i učvrsti ono što radi dobro, da unapredi ono što ne radi dobro i da u tome bude ***dosledan***.

Kada su u pitanju mehanizmi kojima se roditeljsko ponašanje uči, oni proističu iz načina na koje se i inače uči ljudsko ponašanje. Jedan od mehanizama učenja roditeljskog vaspitnog ponašanja odnosi se na nešto što proističe iz neposrednog iskustva sa detetom – na mehanizam ***operantnog učenja***<sup>46</sup> (drugim rečima, ponašanje se uči na osnovu posledica koje ono izaziva). Ukoliko posledice roditeljskog ponašanja odgovaraju onome što roditelj želi (npr. dečak nakon roditeljskog objašnjenja prestaje da uzima igračke mlađoj sestri), to predstavlja pozitivno potkrepljenje, koje stimuliše roditelja da i u svim sledećim sličnim situacijama angažuje isto ponašanje kao rešenje. Ukoliko ovo ponašanje nema nikakvog efekta ili dovede do neželjenih efekata (npr. dečak nakon roditeljskog objašnjenja nastavlja da uzima igračke mlađoj sestri, a pri tome je i gura pa ona plače), onda ovakva roditeljska praksa nije pozitivno potkrepljena i manje su šanse da će ona biti izbor roditelja u nekoj sledećoj sličnoj situaciji.

Još jedan važan mehanizam učenja predstavlja posmatranje relevantnih modela (među kojima mogu biti sopstveni roditelji, drugi roditelji, stručnjaci, druga lica koja su u interakciji sa decom i dr.), odnosno učenje ***modelovanjem*** (socijalno učenje, imitativno učenje)<sup>47</sup>. U zavisnosti od toga koji je model za roditelja relevantan, posmatrani obrasci će biti više ili manje čvrsto usvojeni.

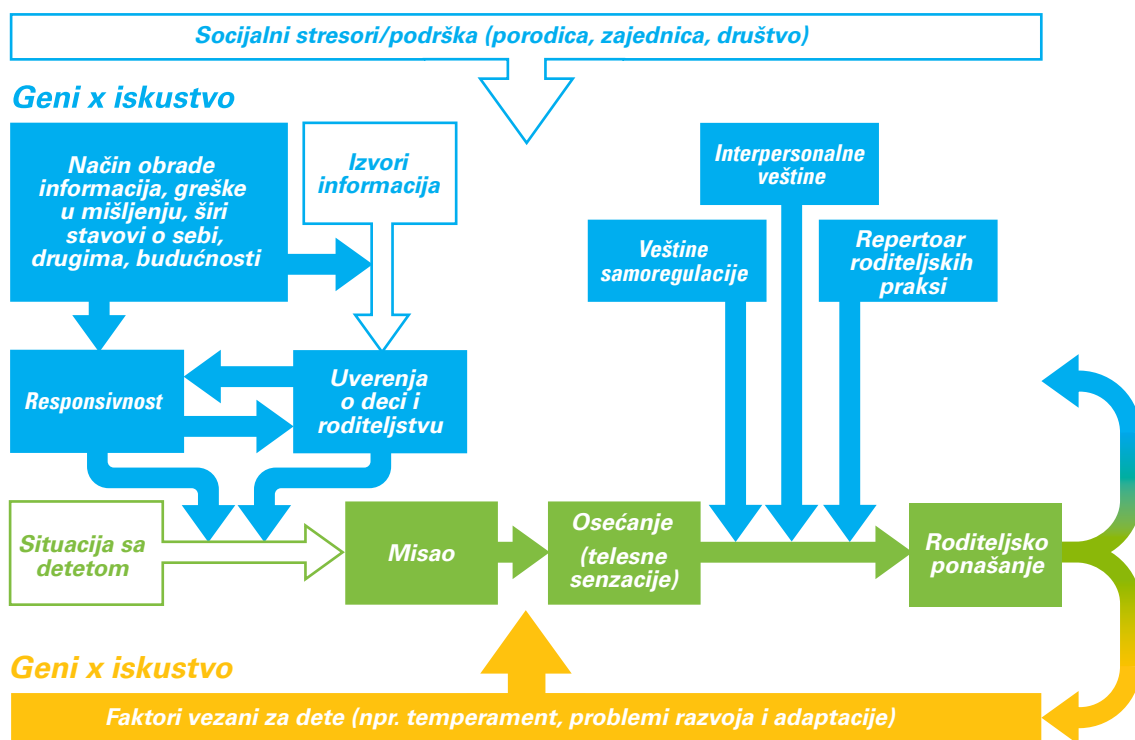
<sup>45</sup> Sentis. Neuroplasticity. 2012. <https://www.youtube.com/watch?v=ELpFYCZa87g> (ENG)

<sup>46</sup> Skinner BF. Operant behavior. In: Honig WK, editor. *Operant Behavior: Areas of Research and Application*. Appleton-Century-Crofts; New York: 1966. pp. 12–32.

<sup>47</sup> Bandura A. *Social Learning Theory*. New York: General Learning Press; 1977.

Pored modelovanja samog ponašanja, modeluju se i uverenja koja motivišu roditelje na vaspitna ponašanja te uverenja o deci i roditeljstvu. Uverenja o deci i roditeljstvu nastaju **usvajanjem informacija** iz različitih izvora, u različitim trenucima, i ona prolaze kroz prizmu širih aspekata ličnosti roditelja, opštih uverenja o sebi, drugima i budućnosti te načina na koji roditelj inače obrađuje informacije<sup>48,49</sup>. Izvori mogu biti sopstveni roditelji, drugi roditelji i osobe koje su u kontaktu sa decom, knjige (više ili manje stručna literatura), škole roditeljstva, mediji itd. (više o dominantnim izvorima informacija možete naći u narednom segmentu ovog modula).

Kako dolazi do konkretnog ponašanja roditelja? Ponašanja roditelja ne dolaze „niotkuda“. Između detetovog ponašanja koje okida reakciju roditelja i same roditeljske reakcije postoji određeno **vreme**. U tom vremenu dešava se **niz međusobno lančano uvezanih faktora** od kojih zavisi roditeljsko ponašanje (predlog modela dat je u Shemi 5).



Shema 5. Faktori koji učestvuju u nastanku roditeljskih ponašanja<sup>50</sup>

Detetovo ponašanje (situacija sa detetom) probudiće dublja uverenja o deci i roditeljstvu (kojih roditelji inače nisu stalno svesni, ali su dostupna u svesti kada ih neka relevantna

<sup>48</sup> Azar ST, Nix RL, Makin-Byrd KN. Parenting schemas and the process of change. J Marital Fam Ther. 2005 Jan;31(1):45–58.

<sup>49</sup> Mitkovic Voncina M, Pejovic Milovancevic M, Mandic Maravic V, Lecic Tosevski D. Timeline of Intergenerational Child Maltreatment: the Mind-Brain-Body Interplay. Curr Psychiatry Rep. 2017;19(8):50.

<sup>50</sup> Mitkovic-Voncina M, Pejovic-Milovancevic M. Intergenerational effects on parenting cognitions and behaviors: a point to address in parenting training. 2022. (neobjavljeni tekst)

situacija aktivira). Od tih uverenja o roditeljstvu i deci zavisi kako će roditelj proceniti aktuelnu situaciju sa detetom (misli o detetovom ponašanju), a to kako će roditelj misliti o situaciji dovešće do izvesnih osećanja kod njega. Osećanja, dakle, prema bihevioralno-kognitivnoj teoriji<sup>51</sup>, nisu proizvod samih stimulusa, već načina na koji se ti stimulusi tumače.

Situacije sa kojima se roditelj suočava mogu proizvesti, pored prijatnih, i neka vrlo neprijatna osećanja kada se roditelj nađe pred izazovnim ponašanjem deteta (više o izazovnim ponašanjima deteta možete pročitati u Modulu 3). Među njima su strah (kada se ponašanje deteta doživi kao znak neke opasnosti), ljutnja ili bes (kada ono što dete čini nije u skladu sa onim što roditelj očekuje, pa to dovodi do osujećenja neke roditeljske uloge) ili tuga (usled roditeljskog doživljaja bespomoćnosti ili krivice). Osećanja su praćena i telesnim senzacijama (npr. strah je praćen lupanjem srca, ubrzanim disanjem) koje imaju ulogu signala na reagovanje ponašanjem radi dostizanja cilja važnog za opstanak ili prosperitet.

Ljudi se na različit način nose sa svojim neprijatnim osećanjima. Neki se nose sa osećanjima tako što pokušavaju da ih potisnu i da suprimiraju njihovo ispoljavanje. Drugi pokušavaju da ponovo procene situaciju ne bi li drugačijim pogledom na nju promenili i ono što osećaju. Treći ne rade ni jedno ni drugo, već puštaju da ih osećanja preplave i reaguju po modelu kratkog fitilja. Ima više načina da osoba reguliše svoje emocije<sup>52</sup>, od kojih su neki korisni, a neki nisu, ali dobra vest je da se te veštine samoregulacije mogu učiti (više o tome možete pročitati u Modulu 4).

Roditeljska osećanja se, dakle, obrađuju na način karakterističan za pojedinca i dalje uslovljavaju ponašajnu reakciju. Izbor ponašanja će, pored veština regulacije emocija, zavisiti i od načina na koji roditelj inače komunicira sa drugima i rešava konflikte sa njima (interpersonalne veštine) te od načina na koji je navikao (prethodno naučio) da se ponaša prema detetu. Ovaj repertoar roditeljskih ponašanja predstavlja izvor iz koga se vrši odabir ponašanja u datoj situaciji.

Izuzetno je važno napomenuti da procena aktuelne situacije sa detetom, emocionalna reakcija roditelja i odabir ponašanja kod roditelja zavise od responzivnosti roditelja (više o responzivnosti u Modulu 1), kao i od karakteristika vezanih za samo dete (npr. temperament, problem u razvoju i adaptaciji) koje mogu usloviti različita izazovna ponašanja (više o tome u Modulu 3).

Korisno je, takođe, imati u vidu da se uticaj navedenih faktora ne događa u vakuumu, već je svaki segment roditeljskog funkcionisanja pod stalnim uticajem dinamike između socijalnih stresora i socijalne podrške<sup>53</sup>, zbog čega je izuzetno važno da stručnjaci roditelju ukažu na brigu o sebi i da mu pomognu u tome te u pronalaženju i što boljem korišćenju njegove mreže podrške (više o tome u Modulima 1 i 5).

---

<sup>51</sup> Beck J. *Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond*, 3rd edition. The Guilford Press; 2020.

<sup>52</sup> Gross JJ. *Handbook of Emotion Regulation*, Second Edition. Guilford Press: New York, London; 2015.

<sup>53</sup> Belsky J. *The Determinants of Parenting: A Process Model*. Child Development 55, no. 1 (1984): 83–96.

Važno je razumeti da su karakteristike roditelja koje indirektno i direktno uslovljavaju roditeljska ponašanja proizvod bioloških datosti i doživljenih iskustava. Rana iskustva programiraju nivoe ispoljavanja genetskih datosti (epigenetika), ali i iskustva u odraslom dobu mogu imati takve efekte. Isto tako, ponašanja dece proizvod su interakcije njihovih genetskih predispozicija i iskustava, a posebno iskustava u odnosu sa roditeljima<sup>54</sup>.

Kada se roditeljsko ponašanje već dogodi, ono može imati povratne efekte na sve spomenute faktore. Na primer, kada roditelj viče na dete, to može dovesti do takmičenja u moći sa detetom, pobuditi buran temperament deteta i pojačati njegovo izazovno ponašanje. S druge strane, ovo može učvrstiti uverenje roditelja da treba da ima jaču kontrolu nad ponašanjem deteta, što će u narednoj sličnoj epizodi učiniti da roditelj doživljava bespomoćnost i osujećenje, što vodi do osećanja ljutnje i eskalacije agresivnog ponašanja prema detetu.

Zbog toga je važno razumeti koju funkciju ima određeno roditeljsko ponašanje u datoj situaciji, šta je ono što roditelj (i dete) njime dobija, a šta gubi, odnosno šta su kratkoročne i dugoročne posledice takvog ponašanja. U tome može pomoći tehnika analize dobiti i štete<sup>55</sup>, pomoću koje roditelj popisuje šta je moguća dobit, a šta šteta ako bi nastavio sa istim praksama kao do sada, odnosno šta bi bila dobit, a šta šteta ako napravi promenu u ponašanju.

**Tabela 7. Analiza štete i dobiti od roditeljske prakse**

Dobit od nastavka aktuelne prakse:	Šteta od nastavka aktuelne prakse:
Šteta od promene aktuelne prakse:	Dobit od promene aktuelne prakse:

<sup>54</sup> Mitkovic Voncina M, Pejovic Milovancevic M, Mandic Maravic V, Lecic Tosevski D. *Timeline of Intergenerational Child Maltreatment: the Mind-Brain-Body Interplay*. Curr Psychiatry Rep. 2017 Aug;19(8):50.

<sup>55</sup> Beck J. *Cognitive therapy – basics and beyond*. New York: The Guilford Press; 2011.

Ovakvo sagledavanje argumenata roditelju pomaže na putu ka promeni problematičnih ponašanja, a stručnjak može bolje da razume mehanizme održavanja ovih ponašanja i da roditelju ponudi rešenja za svaki od argumenata.

### **Rezime segmenta**

*Roditeljstvo se razvija kroz vreme, a roditeljska ponašanja se uče i ne događaju se iznenada, van kontrole roditelja. Naprotiv, roditelj treba da shvati da su samokontrola i unapređenje sopstvenih reakcija mogući, jer postoji vremenski otklon između ponašanja deteta i reakcije roditelja. U tom vremenu nalazi se određen broj međusobno lančano povezanih pojava koje vode roditeljskom ponašanju i na svaku se od njih može delovati, što roditelju omogućava da nauči kako da predupredi svoje nepovoljne automatske reakcije i zameni ih radnjama koje su korisne (više o tome u Modulu 4). Vreme za promenu reakcije u početku izgleda kratko, a mogućnost promene teška, ali kako odmiče učenje, veštine roditelja se usavršavaju, a vreme i promena rade za njih.*

## **2. Iskustva iz sopstvenog detinjstva kao izvor informacija o roditeljstvu**

**„Dete je otac čoveka.“**

**Vilijam Vordsvort**

Kada su u pitanju informacije koje utiču na stvaranje stavova odnosno uverenja o roditeljstvu, njih osoba usvaja čitavog života, i pre nego postane roditelj, zapravo od svojih najranijih dana.

Podaci iz reprezentativnog uzorka roditelja iz naše zemlje<sup>56</sup> pokazuju da čak 68% roditelja najviše veruje svojim roditeljima, odnosno sopstvenim iskustvima iz detinjstva, dok su ostali izvori informisanja o roditeljstvu (drugi roditelji, stručne publikacije, internet, mediji

<sup>56</sup> Pejović Milovančević, M. Tošković, O. (ur.) *Istraživanje primene vaspitne discipline nad decom u porodici u Srbiji*. Beograd: Institut za psihologiju. 2020. (neobjavljeni podaci)

i dr.) znatno manje zastupljeni. Podaci iz inostranstva takođe potvrđuju da su članovi porodice ključni izvor, i to najčešće roditeljeva majka<sup>57,58</sup>.

Zašto su sopstveni roditelji izvor kome se najviše veruje? Dete od najranijih dana posmatra obrasce ponašanja svojih roditelja. Pošto je roditelj glavni socio-emocionalni uzor (najprisutniji, detetu najznačajniji), dete (čiji je mozak u razvoju, najplastičniji i najpodložniji učenju) mehanizmom modelovanja uči iz onoga što posmatra. Repertoar ponašanja koji mu se nudi modeluje njegov repertoar ponašanja.

Pored mehanizma modelovanja, važno je sagledati još jednu komponentu koja može učiniti poverenje u nasleđene obrasce čvršćim. Pošto su roditelji osobe kojima dete najviše veruje, pa i sebe i sopstvenu vrednost doživljava kroz prizmu njihove ljubavi i zaštite, ono ima potrebu da u slučaju kada roditelj počini nasilan vaspitni postupak po svaku cenu pokuša da taj postupak razume na način koji opravdava roditelja (opravdava ispravnost tog postupka). U slučaju nasilja (zlostavljanja) moguće je i da se dete potpuno, kroz mehanizam disocijacije, distancira od sopstvenih neprijatnih doživljaja (sećanja, emocija i dr.) izazvanih nasiljem. Ovakvi mehanizmi detetu privremeno pomažu da izdrži nasilne postupke roditelja, ali kada to dete odraste i samo postane roditelj, može i dalje opravdavati nasilne roditeljske postupke ili se može desiti da nema svest o njihovoj štetnosti, što vodi riziku da počini slične greške u sopstvenom roditeljstvu<sup>59</sup>.

Ponašanja, dakle, putuju kroz generacije i tu činjenicu decenijama potkrepljuju rezultati naučnih istraživanja. Istraživanja su najpre ukazivala na transgeneracijski prenos nasilnih obrazaca ponašanja<sup>60</sup>, a posebno kada se radi o različitim oblicima nasilnog roditeljstva, odnosno zlostavljanja dece. Pokazano je, međutim, da se kroz generacije ne prenosi samo nasilje kao fenomen, već se prenose roditeljski obrasci uopšte. Tako su, u spomenutom istraživanju u Srbiji<sup>61</sup> (Tabela 8), roditelji imali značajno veće šanse da skoro sve oblike vaspitne discipline koju su iskusili u detinjstvu ponove na svojoj deci, bilo da se radilo o nenasilnim ili nasilnim metodama.

---

<sup>57</sup> ZERO TO THREE. *Millennial Connections Parent Survey*. ZERO TO THREE, 2018. Dostupno na: <https://www.zerotothree.org/news/zero-to-three-announces-release-of-millennial-connections-parent-survey/> (ENG)

<sup>58</sup> Berkule-Silberman SB, Dreyer BP, Huberman HS, Klass PE, Mendelsohn AL. *Sources of parenting information in low SES mothers*. *Clin Pediatr (Phila)*. 2010;49(6):560-568.

<sup>59</sup> Mitkovic Voncina M, Pejovic Milovancevic M, Mandic Maravic V, Lecic Tosevski D. *Timeline of Intergenerational Child Maltreatment: the Mind-Brain-Body Interplay*. *Curr Psychiatry Rep*. 2017 Aug;19(8):50.

<sup>60</sup> Widom C, Maxfield M. *An Update on the "Cycle of Violence"*. Washington DC: National Institute of Justice; 2001.

<sup>61</sup> Pejović Milovančević, M. Tošković, O. (ur.) *Istraživanje primene vaspitne discipline nad decom u porodici u Srbiji*. Beograd: Institut za psihologiju, 2020. Dostupno na: <https://www.unicef.org/serbia/media/16611/file/Istra%C5%BEivanje%20o%20disciplinovanju%20dece%20u%20porodici%20u%20Srbiji.pdf> (SRB)



### Tabela 8. Ponavljanje vaspitnih praksi kroz generacije

Značajna šansa da roditelji prema svojoj deci ponove skoro sve oblike vaspitne discipline koje su iskusili u detinjstvu (nasilne, nenasilne)

Iskustvo iz detinjstva povezano sa:

- stavovima o fizičkom kažnjavanju dece (podržavanje fizičkog kažnjavanja kod onih koji su trpeli psihološku agresivnost i blago fizičko kažnjavanje u detinjstvu)
- očekivanim ishodima fizičkog kažnjavanja (očekivanje pozitivnih ishoda je veće, a negativnih ishoda je manje kod onih koji su trpeli neke od nasilnih vaspitnih metoda u detinjstvu)

Najveći efekat prenosa kroz generacije imale su nenasilne roditeljske prakse. U ovom istraživanju se pokazalo blagotvorno dejstvo nenasilnih vaspitnih praksi, koje su ublažile iskustva teškog fizičkog kažnjavanja. Naime, kod onih koji su teško fizički kažnjavani u detinjstvu postojale su manje šanse da će teško fizički kažnjavati svoju decu ako su imali više iskustva nenasilne discipline tokom odrastanja. Nenasilni vaspitni obrasci u roditeljstvu, dakle, imaju suštinsku važnost i što se više primenjuju, veća je šansa da će stvoriti repertoar nenasilnih roditeljskih praksi kod dece, tj. kod budućih roditelja.

Pored obrazaca ponašanja, kroz generacije mogu putovati i obrasci vrednosti, stavova i uverenja o roditeljstvu (pa i očekivanja određenih ishoda iz određenih roditeljskih vaspitnih praksi); to je ono što pokreće ponašanja. Ovo potvrđuju i nalazi ranije spomenutog istraživanja u Srbiji<sup>62</sup> (Tabela 8).

Kroz generacije mogu putovati i drugi elementi iz lanca nastanka roditeljskih ponašanja, kao što su veštine samoregulacije. Pokazano je da to kako majka reguliše i ispoljava svoje emocije utiče na emocionalnu regulaciju kod malog deteta<sup>63</sup>. Emocionalna regulacija se razvija tokom života, a u odraslom dobu ima efekte na razne aspekte funkcionisanja mentalnog zdravlja<sup>64</sup>, pa i značajan uticaj na ponašanje usmereno prema svojoj deci, kada osoba i sama postane roditelj<sup>65</sup>.

Kroz generacije se mogu prenositi i biološke reakcije na nasilne prakse, među kojima je i način odgovora na stres (što je primećeno još u prenatalnom periodu). Transgeneracijski prenos nasilnog roditeljstva verovatno predstavlja kompleksnu mrežu interakcija vrlo

<sup>62</sup> Pejović Milovančević, M. Tošković, O. (ur.) *Istraživanje primene vaspitne discipline nad decom u porodici u Srbiji*. Beograd: Institut za psihologiju, 2020. Dostupno na: <https://www.unicef.org/serbia/media/16611/file/Istra%C5%BEivanje%20o%20disciplinovanju%20dece%20u%20porodici%20u%20Srbiji.pdf> (SRB)

<sup>63</sup> Tan L, Smith CL. *Intergenerational transmission of maternal emotion regulation to child emotion regulation: Moderated mediation of maternal positive and negative emotions*. *Emotion*. 2019;19(7):1284-1291.

<sup>64</sup> Mitković Vončina M, Košutić Ž, Raković Dobrosłavić I, Đurić M. *Konfliktna komunikacija sa roditeljima i depresija u postadolescenciji: emocionalna regulacija kao posrednik*. *Psihijatrija danas* 2021; 53(1): 89-102.

<sup>65</sup> Rutherford HJ, Wallace NS, Laurent HK, Mayes LC. *Emotion Regulation in Parenthood*. *Dev Rev*. 2015;36:1-14.

složenih biološko-psihološko-socijalnih mehanizama koji se odvijaju kroz različite faze života, od prenatalnog doba, preko detinjstva i adolescencije, do začeca novog života, trudnoće i roditeljstva u novoj generaciji<sup>66</sup>.

Veoma je važno da stručnjaci pomognu roditeljima koji se oslanjaju na nepovoljne prakse iz prethodne generacije da razumeju četiri glavne ideje vezane za ovu temu:

1. **Transgeneracijski uticaji postoje i to je prirodno.** Roditelji mogu imati snažno poverenje u obrasce naučene od sopstvenih roditelja, kao što može biti snažan i njihov uticaj na sopstvenu decu kada jednom postanu roditelji.

2. **To što su naši roditelji radili i mislili (ili još uvek rade i misle) ne mora nužno biti ispravno i korisno.** To je i logično, ako uzmemo u obzir činjenicu da danas imamo mnogo više saznanja zasnovanih na dokazima nego što su to roditelji imali u ranijim vremenima, pa oni nisu nužno pouzdan izvor informacija o roditeljstvu.

3. **Najpouzdanije informacije o roditeljstvu dolaze iz stručnih izvora.** One su pouzdane jer se zasnivaju na rezultatima brojnih naučnih istraživanja širom sveta. Ukoliko nismo sigurni da li je neka praksa korisna i bezbedna po dete, uvek možemo pitati stručnjaka u vrtiću, školi ili savetovalištu pri domu zdravlja, kao i druge stručnjake koji se bave mentalnim zdravljem dece i mladih (o tome više u Modulu 5).

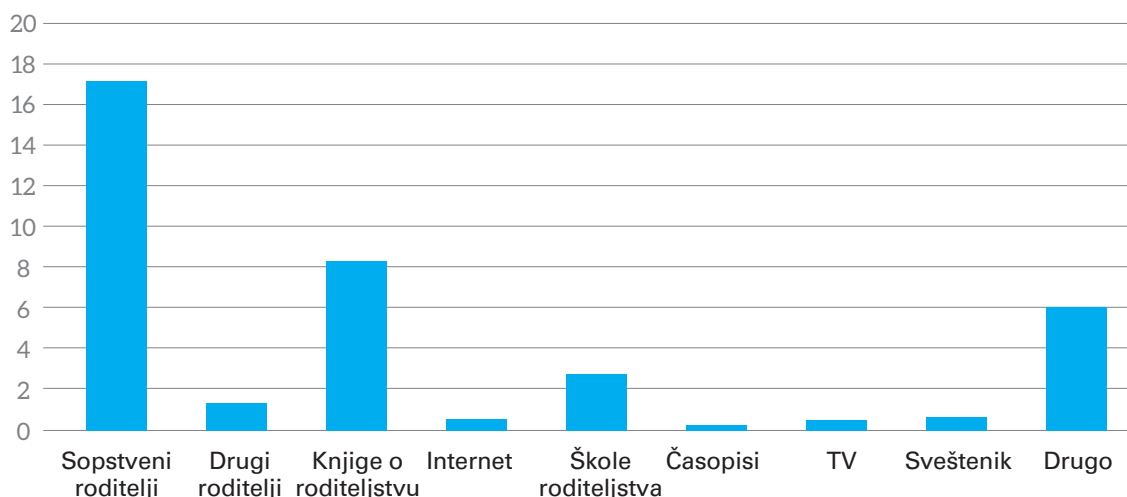
4. **„Nasleđeni“ roditeljski obrasci koji su štetni mogu se menjati i treba ih menjati.** I ova stavka je logična, jer kao što čovek unapređuje različite oblasti svog funkcionisanja kroz vreme uz nova saznanja (metode podučavanja u školi, medicinske usluge, nove tehnologije komunikacije itd.), tako može da unapredi i svoje vaspitne roditeljske prakse u odnosu na neke prakse koje su korišćene u prošlosti, a pokazale su se kao problematične. Transgeneracijski prenos obrazaca nije neminovnost. Kada je u pitanju ekstremni vid problematičnog roditeljskog ponašanja (zlostavljanje dece), davno je primećeno<sup>67</sup> da među osobama koje su zlostavljane u detinjstvu, jedna trećina ponavlja takvo ponašanje u sledećoj generaciji, prema svojoj deci, druga trećina to ne ponavlja odnosno prekida transgeneracijski ciklus zlostavljanja, dok treća trećina ostaje vulnerabilna, odnosno na klackalici između prethodne dve opcije, u zavisnosti od postojanja socijalnih stresora. To znači da veći broj roditelja ima mogućnost da prekine transgeneracijski prenos nepovoljnih roditeljskih praksi nego da ga ponovi i da je na svakoj osobi da odluči hoće li se prepustiti ponavljanju grešaka prema svojoj deci ili će to rešiti na način koji je povoljan za sve buduće generacije.

---

<sup>66</sup> Mitkovic Voncina M, Pejovic Milovancevic M, Mandic Maravic V, Lecic Tosevski D. *Timeline of Intergenerational Child Maltreatment: the Mind-Brain-Body Interplay*. *Curr Psychiatry Rep*. 2017 Aug;19(8):50.

<sup>67</sup> Oliver JE. *Intergenerational transmission of child abuse: rates, research, and clinical implications*. *American Journal of Psychiatry* 1993; 150 (9): 1315-1324.

Za stručnjaka koji radi sa roditeljima veoma je važno da ima u vidu da je, uprkos stručnom znanju, i on čovek od krvi i mesa, da je i on dete svojih roditelja. Istraživanje koje je sprovedeno u Srbiji<sup>68</sup> obuhvatilo je i uzorak stručnjaka koji rade sa porodicama (iz sektora zdravstva, obrazovanja, socijalne zaštite), a rezultati su pokazali da najveća grupa njih (oko 17%), kada su u pitanju informacije o roditeljstvu, najviše veruje sopstvenim roditeljima, dok manji broj najviše veruje stručnoj literaturi o roditeljstvu i školama roditeljstva (Grafikon 1).



Grafikon 1. Izvori informisanja o roditeljstvu među stručnjacima

Kako je spomenuto u uvodu ove publikacije, veštine prenošenja znanja i persuazije ne zavise samo od poznavanja informacija koje se prenose, već i od emocionalne pratnje iznetih informacija i od autentičnosti znanja koje prenosimo odnosno sopstvenog poverenja u to znanje. S tim u skladu, da bi stručnjaci zaista mogli da efikasno pomognu roditelju da razume odakle njegove prakse potiču i ka čemu treba da budu usmerene, oni treba u ta usmerenja i sami da veruju. A da bi to uspeali, moraju najpre osvestiti svoju sopstvenu paradigmu roditeljskih vaspitnih ponašanja i sopstvene transgeneracijske uticaje kako bi napravili distancu u odnosu na njih i nepristrasno prigrlili struku kao najpouzdaniji izvor informacija. Na kraju, veoma je važno da stručnjaci pokažu da im je istinski stalo do promocije pozitivne discipline i prevencije nasilnih praksi.

<sup>68</sup> Pejović Milovančević, M. Tošković, O. (ur.) *Istraživanje primene vaspitne discipline nad decom u porodici u Srbiji*. Beograd: Institut za psihologiju, 2020. Dostupno na: <https://www.unicef.org/serbia/media/16611/file/Istra%C5%BEivanje%20o%20disciplinovanju%20dece%20u%20porodici%20u%20Srbiji.pdf> (ENG)

### **Rezime segmenta**

*Uverenja i ponašanja važna za roditeljstvo mogu se nasleđivati putem transgeneracijskog učenja. Ti efekti mogu biti snažni jer je roditelj najvažniji uzor – uzor kome verujemo, prema kojem gajimo snažne emocije od najranijih dana, i koji nam je pružio najviše materijala za učenje u doba kada nam je mozak bio najpodložniji učenju. Ipak, to što smo naučili od roditelja može ali ne mora biti ispravno, a promene „nasleđenih“ problematičnih obrazaca razmišljanja i postupanja u roditeljstvu su moguće i potrebne. Kako kod roditelja, tako i kod samih stručnjaka. Najrelevantniji izvor informacija o roditeljstvu danas nam daje struka.*

## **3. Kako preispitati sopstvene obrasce u roditeljstvu?**

Čovek se uči dok je živ. Svi znamo ovu izreku, ali učenje u odraslom dobu ponekad deluje teško, posebno kada se radi o stavovima i praksama koji su dugo prisutni u našem repertoaru. Katkad ono što je teško deluje nemoguće i to umanjuje želju za promenom.

Zbog toga je važno da stručnjaci pomognu roditeljima da razumeju da se roditeljstvo uči, kao i sve drugo, mada promene na početku deluju teško, i da je zadatak roditelja da ga unapređuje, a zadatak stručnjaka je da mu u tome pomogne.

Preduslovi za promenu su samoposmatranje i stalni fokus na sopstvena roditeljska ponašanja i uverenja, a za to je potrebno svesno, **prisutno roditeljstvo** (engl. **mindful parenting**)<sup>69</sup>, u kome roditelj svesno u svakom trenutku usmerava pažnju na perspektivu deteta te na odnos između roditelja i deteta.

Ovakav pristup roditeljstvu podrazumeva nekoliko elemenata<sup>70</sup> koji su prikazani u Tabeli 9.

<sup>69</sup> Duncan LG, Coatsworth JD, Greenberg MT. A model of mindful parenting: implications for parent-child relationships and prevention research. Clin Child Fam Psychol Rev. 2009;12(3):255-270.

<sup>70</sup> Duncan LG, Coatsworth JD, Greenberg MT. A model of mindful parenting: implications for parent-child relationships and prevention research. Clin Child Fam Psychol Rev. 2009;12(3):255-270.

### Tabela 9. Svesno (prisutno) roditeljstvo

Aktivno slušanje (slušanje sa punom pažnjom)

Neosuđujuće prihvatanje sebe i deteta

Svesnost o detetovim i sopstvenim emocijama

Težnja ka samoregulaciji u odnosu roditeljstva

Saosećanje sa detetom, ali i sa sobom

Jedna od ključnih komponenti u fokus stavlja svesnost o sopstvenim osećanjima roditelja i o osećanjima deteta. Mnoge situacije mogu biti stresne za roditelje; oni tada mogu da popuste pod naletom jakih neprijatnih osećanja i da puste da njihovim ponašanjem upravljaju upravo ta osećanja (emocionalni um), a ne razum (razumni um).

U opisanim trenucima roditelji možda ne razmišljaju o tome kako deca doživljavaju njihove reakcije, iako one mogu biti zastrašujuće za decu i nisu dobar primer za učenje kako se treba nositi sa sopstvenim neprijatnim osećanjima. Deca još uvek nemaju dovoljno emocionalne zrelosti da prizovu razumni um u pomoć kada se osećaju uznemireno i zato je važno razumeti koju emocionalnu potrebu iskazuju svojim burnim ponašanjem. Dobra vest je da roditelj kroz roditeljstvo može da nauči kako da konstruktivno odgovori na svoja osećanja i kako da tome poduči dete; da bi to uspeo, najpre bi trebalo da u izazovnoj situaciji može da **prepozna sopstvena i detetova osećanja** (što se postiže samoposmatranjem).

Svesno roditeljstvo omogućava učvršćivanje narednih pozitivnih veština:

- da se ispravno razumeju signali u detetovom ponašanju,
- da se ispravno percipira detetova verbalna komunikacija,
- da se bolje balansiraju ciljevi (vezani za dete, roditelja i za odnos deteta i roditelja),
- da se stekne doživljaj roditeljske samoefikasnosti,
- da se cene detetove osobine,
- da se bude respozivan prema detetovim potrebama i emocijama,
- da se tačnije procene odgovornosti,
- da se bolje regulišu sopstvene emocije u kontekstu roditeljstva,
- da se roditeljstvo sprovodi u skladu sa osvešćenim ciljevima i vrednostima,

- da osećanja u odnosu sa detetom budu pozitivnija,
- da roditelj ima više tolerancije prema sebi u naporima koje pravi u roditeljstvu.
- S druge strane, svesno roditeljstvo omogućava i da se u manjoj meri dešava ono što je beskorisno ili štetno u roditeljstvu:
  - da se manje koriste kognitivne konstrukcije i očekivanja i da njihov uticaj bude manji,
  - da bude manje briga usmerenih prema sebi,
  - da se smanje nerealna očekivanja u odnosu na dete,
  - da se manje odbacuju detetova osećanja,
  - da se manje primenjuju vaspitne prakse koje su rezultat snažnih negativnih emocija roditelja (bes, razočarenje, stid),
  - da se ređe koriste vaspitne mere koje potiču iz preterane reaktivnosti roditelja ili automatizama,
  - da roditelj manje bude zavisn od toga kako se dete oseća,
  - da se manje negativnih emocija pokazuje u odnosu između roditelja i deteta,
  - da se roditelj manje samooptužuje kada ne postigne cilj u roditeljstvu koji je zamislio<sup>71</sup>.

U skladu sa Modulom 1, roditelj koji svakodnevno obraća pažnju na perspektivu deteta, stalno posmatra sebe i zdravo preispituje kakvi su efekti roditeljskih praksi na dete dobija priliku da više nauči o detetu, o sebi kao roditelju, o svom odnosu sa detetom, ali i priliku da uvidi kako treba dalje da oblikuje svoje roditeljske veštine.

U motivaciji roditelja da se samoposmatra i preispituje, međutim, mogu da postoje različite prepreke. Roditelju može biti nedovoljno jasno kako da uopšte započne samopreispitivanje ili može osećati da je to za njega previše komplikovan ili naporan zadatak. Jedna od čestih prepreka jeste doživljaj krivice i stida zbog:

- suočavanja sa štetnim praksama u svom roditeljstvu i doživljaja sopstvene neadekvatnosti kao roditelja,
- suočavanja sa problematičnim transgeneracijskim obrascima odnosno štetnim vaspitnim praksama i stavovima sopstvenih roditelja i doživljaja neadekvatnosti sopstvenih roditelja.

---

<sup>71</sup> Duncan LG, Coatsworth JD, Greenberg MT. *A model of mindful parenting: implications for parent-child relationships and prevention research.* Clin Child Fam Psychol Rev. 2009;12(3):255-270.

Ovi doživljaji mogu biti tako snažno neprijatni da iziskuju da se um bori protiv njih po svaku cenu, različitim mehanizmima odbrane. Na primer, roditelj može da negira neadekvatnost praksi koje je primenjivao on ili koje su primenjivali njegovi roditelji, može da pronalazi opravdanja i razloge zašto su te prakse ipak pozitivne ili iskazuje ljutnju ukoliko neko pokušava da ga sa tim suoči.

Ovakve odbrane se javljaju obično zato što roditelj ponašanje poistovećuje sa ličnošću, po sledećem obrascu:

ako sam pogrešno postupao prema detetu, to znači da sam ja loš roditelj, ako je moj roditelj pogrešno postupao prema meni, to znači da je on loš roditelj, a ako mislim da je on loš roditelj, onda sam nezahvalan/na, pa sam ja loš sin/ćerka.

Zaključci do kojih se dolazi automatski (nesvesno) za roditelja mogu biti neprihvatljivi, pa se on protiv njih bori na različite načine i tako sabotira sopstveni uvid.

Zadatak stručnjaka je da motiviše roditelja na samoposmatranje i samopreispitivanje tako što će mu objasniti njihovu važnost za roditeljstvo i pronaći pravi način da baš tom roditelju priđe kako bi ovaj mogao da čuje objašnjenje. U tome bi mogli da pomognu sledeći saveti:

- Upoznati roditelja sa principima svesnog roditeljstva, što će mu pomoći u samoposmatranju. Kada se roditelj samoposmatra, on u tome može pronaći mnogo podrške. Može shvatiti šta je ono što dobro radi i dobiti na samopouzdanju, kao i na motivaciji da hrabrije i rasterećenije sagleda šta su eventualni problemi u njegovom postupanju. Stručnjak treba, sa svoje strane, da podrži svaki roditeljev pokušaj, trud, a posebno uspeh u samoposmatranju i stvaranju uvida, kao i sve roditeljske pozitivne prakse. Zadatak stručnjaka je da iz roditelja izvuče ono najbolje, a pozitivna podrška uz kolaborativno vođenje pravi je put ka tome.
- Upoznati roditelja sa time da treba da radi na preispitivanju svojih stavova i praksi o roditeljstvu, a stručnjak treba da mu pomogne tako što će ga usmeravati na stručne preporuke kao izvor znanja koji će oblikovati njegove stavove i prakse. Roditelja treba pitati koje izvore informacija koristi i pomoći mu da se opredeli za one koji su pouzdani i da ih razume. Roditelju treba pomoći da nauči principe podsticajne nege odnosno responzivnosti kao potke (više o tome u Modulu 1), da raspozna pozitivne i problematične prakse u svom roditeljstvu (više o tome u Modulima 3 i 4) i da nauči kako da obavi analizu dobiti i štete od svojih praksi, odnosno analizu potrebe za promenom (obrazac se nalazi na kraju ovog modula). Roditeljima samopreispitivanje može delovati kao nešto što je teško izvesti u praksi i zato im stručnjak pomaže konkretnim smernicama za pitanja koja treba sebi da postave (Tabela 10).

## Tabela 10. Kako preispitivati svoje roditeljske stavove i prakse?

Preispitivanje počinje namerom i svesnim obraćanjem pažnje na konkretno sopstveno ponašanje i ponašanje deteta, kao i na osećanja. U tome mogu da nam pomognu sledeća pitanja:

- Kakve su posledice naših roditeljskih postupaka na dete? Kako se dete oseća, kako je razumelo poruku, šta je iz toga naučilo, kako (nastavlja da) se ponaša? Na primer, da li prihvata dogovore i granice sa razumevanjem ili je poslušno samo zbog straha i iz potrebe da nam udovolji? Da li nastavlja sa neprihvatljivim ponašanjem uprkos svemu što smo pokušali?
- Koje situacije u vezi sa detetom kod nas roditelja izazivaju uznemirenost, nelagodnost i nezadovoljstvo? Koja ponašanja deteta nas posebno brinu?
- Da li ima situacija kada se osećamo nemoćno i ne možemo da kontrolišemo sopstvene reakcije koje kao da su „jače od nas“ ili se „prosto dese“?
- Da li izazovna ponašanja deteta vidimo kao bunt, neposlušnost ili nezainteresovanost („ne čuje me“, „tera po svom“) ili razmišljamo šta se iza toga krije – šta želi da nam kaže na takav način, šta ga muči, šta očekuje od nas?
- Da li posle izazovne ili konfliktne situacije sa detetom nalazimo način da se (ponovo) približimo, mirno razgovaramo i pomirimo?
- Kako se nosimo sa priznavanjem eventualnih grešaka u vaspitanju? Da li osećamo stid i krivicu ili znamo da nas greške ne čine lošom osobom ili lošim roditeljem, već da takva konkretna praksa može i treba da se ispravi ili unapredi za dobrobit našeg deteta i nas samih.

■ Ponekad će i roditelju i stručnjaku pomoći da zajedno „razlože“ određene reakcije roditelja na niz faktora koji do tih reakcija dovode (Shema 5) kako bi roditelj uvideo da na te reakcije može da utiče, i kako bi mu bilo jasnije šta tačno treba da promeni da bi u tome uspeo. U tome im može pomoći zajedničko, kolaborativno popunjavanje obrasca za analizu roditeljskog ponašanja (Materijal za rad stručnjaka sa roditeljem 1. Analiza roditeljskog ponašanja), koje treba da vodi stručnjak.

■ Pomoći roditeljima da shvate da su njihovi roditelji sasvim prirodan i logičan izbor za izvor informacija, ali da taj izvor nije uvek pouzdan. Ono što smo naučili od roditelja može, ali ne mora biti ispravno; vremena se menjaju i danas se zna više nego što se znalo u vreme naših roditelja. Mi treba da pratimo savremena saznanja – izvori informacija treba da nam budu naučna saznanja i stručne preporuke. Za roditelje je važno da shvate da im saznanja koja njihovi roditelji nisu imali nude mogućnost izbora – da iskoriste ta saznanja i na osnovu njih učine najbolje što mogu. Ovaj izbor, s



druge strane, postavlja pred njih odgovornost da stalno unapređuju svoje stavove i postupanja prema detetu time što će ih oblikovati u skladu sa stručnim preporukama.

■ Pomoći roditeljima da bez samoetiketiranja savladaju neprijatna osećanja krivice i stida, i to:

- da se zdravo distanciraju u odnosu na sopstvene prethodne prakse ili prakse koje su sprovodili njihovi roditelji kako bi mogli da odvoje postupke od ličnosti te da prebole to što oni ili njihovi roditelji nešto nisu radili ispravno;
- da shvate da dovođenje u pitanje stavova i ponašanja sopstvenih roditelja ne znači da su oni bili loše osobe ili loši roditelji niti znači da oni time čine nešto loše, da su nezahvalni ili da nemaju poštovanja. Osećanja prema roditeljima su jedno, a činjenice o postupcima su drugo; pogled na činjenice ne osporava naša osećanja i logično je da svaka generacija nadraste prethodnu u znanju;
- da shvate da nisu jedini i da u svačijem roditeljstvu ima više i manje adekvatnih postupaka (tehnika *normalizacije*), kao i da greške ne čine osobu lošim roditeljem; naprotiv, spremnost da se osoba suoči sa greškama i želja da se one isprave čine osobu dobrim roditeljem. Stručnjak treba da pomogne roditelju da ne percipira kvalitet roditeljstva binarno (dobar/loš), već da shvati da se roditeljstvo, kao i sve druge uloge i pojave, kreće u rasponu od potpuno lošeg do potpuno dobrog, a da su svi roditelji negde između te dve krajnosti (pa čak i da vremenom i u različitim situacijama menjaju svoju poziciju na toj liniji);
- da razumeju da svi prave greške i da iz njih uče te da je bezgrešni roditelj nedostižna kategorija, a da težimo da postanemo dovoljno dobri roditelji<sup>72</sup>, što je koncept na koji se oslanja ovaj priručnik;
- da doživljaj krivice treba da se transformiše u doživljaj *odgovornosti* koju roditelj preuzima i koristi za unapređenje sopstvenog roditeljstva.
- da stručnjak prepozna kada je vreme da uputi roditelja stručnjaku za mentalno zdravlje na dijagnostiku i tretman. **Traumatska iskustva u detinjstvu mogu se reaktivirati** prilikom suočavanja sa sopstvenim problemima u roditeljstvu, kao i sa informacijama o transgeneracijskim efektima u roditeljstvu. Zato se tome mora pristupiti vrlo pažljivo i strpljivo, uz oslušivanje roditeljskih osećanja i razmišljanja, kao i informacija koje roditelji pružaju o sopstvenom detinjstvu. Roditelj može ovom prilikom evocirati sećanja u odnosu na koja je bio otcepljen (disociran),

---

<sup>72</sup> Winnicott D. *Maturational Process and the Facilitating Environment: Studies in the Theory of Emotional Development*. New York: International Universities Press; 1965.

što može dovesti do pogoršanja aktuelnog stanja njegovog mentalnog zdravlja. Veoma je važno da se roditelji sa traumatskim iskustvima iz detinjstva i markerima traumatskih doživljaja bez odlaganja upute psihijatru ili psihoterapeutu koji se bavi odraslima, koji će im pomoći u adekvatnoj obradi iskustva i rešavanju problema mentalnog zdravlja, a samim tim i u preduslovima za kvalitetno roditeljstvo;

- Konačno, roditelju treba pomoći da razume i poveruje da su promene moguće i potrebne tako što će mu se ponuditi podaci i objašnjenja zasnovana na dokazima (što je objašnjeno ranije u ovom modulu).

U svim navedenim koracima važno je da se informacije pružaju senzitivno, slojevito, kontinuirano, kroz višestruke susrete sa porodicom, pri čemu posebnu pažnju treba posvetiti povratnim informacijama koje se dobijaju od roditelja. Treba strpljivo i dosledno raditi na dobijanju povratnih informacija o tome kako je roditelj razumeo pružene informacije, kako je doživeo suočavanje sa neprijatnim informacijama, kako se snalazi u primeni informacija na praktičnom nivou, sa kojim se teškoćama sreće i kakva vrsta pomoći mu je potrebna.

Može se dogoditi da stručnjak oseti strah od toga da motivišući roditelja na preispitivanje ne pokvari savez koji sa njim ima, ali treba imati na umu da pažljiv pristup omogućava da se savez i podrška odvojeno dožive od poruka (zasnovanih na dokazima) koje se pružaju (detaljnije o načinu komunikacije sa roditeljima govori se u posebnom odeljku – Kako sa roditeljima o roditeljstvu?).

Izuzetno je važno da se zbog eventualnih nelagodnosti u radu sa roditeljima ne odustane od cilja kome je posvećen ovaj modul, jer zatvaranje očiju pred otporom koji roditelji pružaju svesnom roditeljstvu i samopreispitivanju može ugroziti nečije odrastanje. S druge strane, dosledan trud može na duže staze pomoći i samom roditelju i njegovom detetu.

## **Rezime segmenta**

*Roditeljsko preispitivanje je preduslov za unapređenje sopstvenih roditeljskih obrazaca. Osnovu preispitivanja čine samoposmatranje, koje se odvija u kontekstu svesnog roditeljstva (gde roditelj u svakoj interakciji sa detetom svesno usmerava pažnju na odnos sa detetom i na perspektivu deteta), i spremnost da roditelj prepozna i razume sopstvene problematične obrasce (i njihove okidače) i da se od njih distancira. Uspešno distanciranje od postojećih problematičnih obrazaca roditeljskog ponašanja i problematičnih obrazaca koji su nasleđeni od sopstvenih roditelja ponekad podrazumeva prevazilaženje neprijatnih doživljaja i stručnjaci treba da u tome pomognu roditeljima, senzitivno, strpljivo i dosledno. Da bi to postigli, stručnjaci na zdrav način treba da obrade i sopstvene negativne doživljaje iz tog domena.*

## **Veb sadržaji**

Dodatne informacije o razvojnim fazama roditeljstva:

Diener, M. L. (2021). The developing parent. In R. Biswas-Diener & E. Diener (Eds), Noba textbook series: Psychology. Champaign, IL: DEF publishers. Dostupno na: <https://nobaproject.com/modules/the-developing-parent#authors> (ENG)

Video Nauka o ljubavi u detinjstvu (intervju sa prof. Vikramom Patelom, u organizaciji UNICEF-a) sadrži i deo o tome koliko su i kako negativna iskustva iz detinjstva štetna po mentalno i fizičko zdravlje, kao i tome da se pogrešni mitovi mogu prenositi kroz generacije (prevedeno na srpski)

<https://www.youtube.com/watch?v=IF319vEs4IQ&t=996s>

Dodatne informacije o svesnom (prisutnom) roditeljstvu:

Headspace Inc. Mindful parenting. <https://www.headspace.com/mindfulness/mindful-parenting> (ENG)

Film o tome kako deca doživljavaju ponašanja roditelja (na makedonskom jeziku): <https://www.facebook.com/unicef.mk/videos/350023702228422/?tn=-R>

Dodatne informacije o odnosu emocionalnog uma i razumnog uma – pojednostavljeni vizuelni model mozga u vidu šake (engl. hand-brain): <https://www.youtube.com/watch?v=gm9CIJ74Oxw> (ENG)

## KAKO RAZGOVARATI SA RODITELJIMA?

### DA

- Roditeljstvo raste i razvija se uporedo sa detetom, a kroz interakciju sa detetom.
- Ponašanje u roditeljstvu nije nešto što se jednostavno desi. Postoji određeno vreme između onoga kako se dete ponaša i onoga kako roditelj odreaguje. U tom vremenu javlja se niz faktora koji dovode do reakcije roditelja; delujući na njih, roditelj može da promeni svoju reakciju.
- „Dete je otac čoveka“. Roditeljska uverenja i ponašanja u značajnoj meri učimo od svojih roditelja, ali to ne znači da su ona nužno ispravna i da ih moramo usvojiti.
- Danas znamo više nego naši roditelji nekada i imamo izbor (i odgovornost) da biramo bolje. Svet i saznanja napreduju u svim domenima – nekada se kucalo na pisačkoj mašini, danas se koristi kompjuter, nekada su brakovi bili ugovoreni, danas se brakovi sklapaju prema ličnom izboru i osećanjima, nekada su o efektima nekih roditeljskih praksi postojale samo pretpostavke, danas o njima postoje pouzdana znanja. Struka i nauka su najpouzdaniji izvori informacija o roditeljstvu.
- „I mene su tako vaspitavali pa šta mi fali“. Ovo nije korisna perspektiva. Korisnija perspektiva je „unapređivanjem roditeljstva pružam svom detetu šanse za bolje ishode“.
- Manje je bitno šta je bilo, šta ste do sada radili (kao roditelj), mnogo je važnije šta sada možete da uradite kako biste unapredili roditeljstvo.
- Samoposmatranje i preispitivanje predstavljaju prve korake ka unapređenju roditeljstva; to daje šansu naprednijem razvoju deteta. Prepoznavanje grešaka naših roditelja u vaspitanju ne znači da ih ne volimo i ne poštujemo niti da o njima mislimo da su loši roditelji, već da želimo da unapredimo sopstvene veštine i veštine budućih generacija.
- Doživljaj krivice treba pretvoriti u odgovornost da se radi na promeni u budućnosti (a ne da roditelj sam sebe kažnjava samooptuživanjem i negativnim osećanjima). Nije ličnost neadekvatna, već ponašanje, a ponašanje može da se menja.
- Svaka generacija roditelja može (i treba) da bude uzor za sve buduće generacije i da stalno radi na tome da ispravi prošlost, kroz sadašnjost, za budućnost.

### NE

- Kakvi se pokažete na početku, takvi ćete biti tokom celog roditeljstva.
- To kako ste (negativno) postupili prema detetu, to se prosto dešava.
- To je jače od vas, dete vas je izazvalo, šta ste drugo mogli. (o negativnom ponašanju roditelja)
- Sada je kasno, šteta je učinjena.
- Loše roditeljstvo neminovno stvara loše roditelje. Zlostavljači uvek rađaju zlostavljače.
- Vi ste krivi što je dete problematično.
- Treba da se stidite. Krivi ste.
- Vaši roditelji su krivi što je dete problematično.
- Vi ste loš roditelj.
- Vaši roditelji su bili loši roditelji.
- Vi ste ... osoba. (negativna konotacija)
- Ne znate ništa što roditelj treba da zna.
- Niste vi ništa odgovorni, krivi su vaši roditelji jer su vas pogrešno podučavali i sada je tako kako je.

## MATERIJAL ZA RODITELJE - PREISPITAJ

***Preispitivanje roditeljskih (disciplinskih) postupaka prvi je korak ka njihovom unapređenju***

*Na roditeljsko ponašanje utiče mnogo stvari na koje često i ne obraćamo pažnju.*

*Bilo da je reč o uobičajenim postupcima u odnosu sa detetom ili pokušajima novih pristupa, važno je da zastanemo, osmotrimo i promislimo zašto to radimo, odnosno kakve to efekte ima i na dete i na nas same.*

### ***Kojim izvorima informacija o roditeljstvu najviše verujete?***

Roditeljska uverenja i ponašanja u značajnoj meri učimo od svojih roditelja, još od vremena našeg detinjstva pa do odraslog doba, kada bake i deke mogu davati razne savete nama kao roditeljima. Korisne savete možemo dobiti i od prijatelja i drugih roditelja.

Međutim, to što neko ima iskustva u roditeljstvu ne znači da je uvek u pravu. Svet i saznanja napreduju u svim domenima, pa i u oblasti rasta i razvoja deteta i vaspitanja.

### ***Danas znamo više i imamo mogućnost da biramo bolje.***

Nekada se o efektima roditeljskih postupaka moglo samo pretpostavljati, a danas postoji mnogo pouzdanih dokaza. Roditeljstvo nije nauka, ali se uči i unapređuje i uvek je korisno živom ili pisanom rečju razjasniti dileme i dobiti usmerenja od stručnjaka.

### ***Kako početi?***

Preispitivanje počinje namerom i svesnim obraćanjem pažnje na konkretno sopstveno ponašanje i ponašanje deteta, kao i na osećanja. U tome mogu da nam pomognu sledeća pitanja:

- Kakve su posledice naših roditeljskih postupaka na dete? Kako se dete oseća, kako je razumelo poruku, šta je iz toga naučilo, kako (nastavlja da) se ponaša? Na primer, da li prihvata dogovore i granice sa razumevanjem ili je poslušno samo zbog straha i iz potrebe da nam udovolji? Da li nastavlja sa neprihvatljivim ponašanjem uprkos svemu što smo pokušali?

- Koje situacije u vezi sa detetom kod nas kao roditelja izazivaju uznemirenost, nelagodnost i nezadovoljstvo? Koja ponašanja deteta nas posebno brinu?
- Da li ima situacija kada se osećamo nemoćno i ne možemo da kontrolišemo sopstvene reakcije koje kao da su „jače od nas“ ili se „prosto dese“?
- Dali izazovna ponašanja deteta vidimo kao bunt, neposlušnost ili nezainteresovanost („ne čuje me“, „tera po svom“) ili razmišljamo šta se iza toga krije – šta želi da nam kaže na takav način, šta ga muči, šta očekuje od nas?
- Da li posle izazovne ili konfliktne situacije sa detetom nalazimo način da se (ponovo) približimo, mirno razgovaramo i pomirimo?
- Kako se nosimo sa priznavanjem eventualnih grešaka u vaspitanju? Da li osećamo stid i krivicu ili znamo da nas greške ne čine lošom osobom ili lošim roditeljem, već da takva konkretna praksa može i treba da se ispravi ili unapredi za dobrobit našeg deteta i nas samih.

*Preispitivanje pomaže da prepoznamo nepovoljne reakcije kako bismo mogli da ih preduhitrimo i tako unapredimo svoje roditeljske prakse.*

*Time, istovremeno, stvaramo osnovu i za unapređenje roditeljskih veština budućih generacija. Kao što smo mi učili od naših roditelja, tako će naša deca učiti od nas.*

# MATERIJAL ZA RAD STRUČNJAKA SA RODITELJEM

## ANALIZA RODITELJSKOG PONAŠANJA (obrazac za stručnjake)

**Način obrade informacija, širi stavovi o sebi, drugima, budućnosti:**

**Socijalni stresori / podrška:**

**Izvori informacija o roditeljstvu:**

**Veštine samoregulacije:**

**Uverenje o deci, roditeljskim praksama:**

**Interpersonalne veštine (komunikacija):**

**Responsivnost (komponente, preduslovi):**

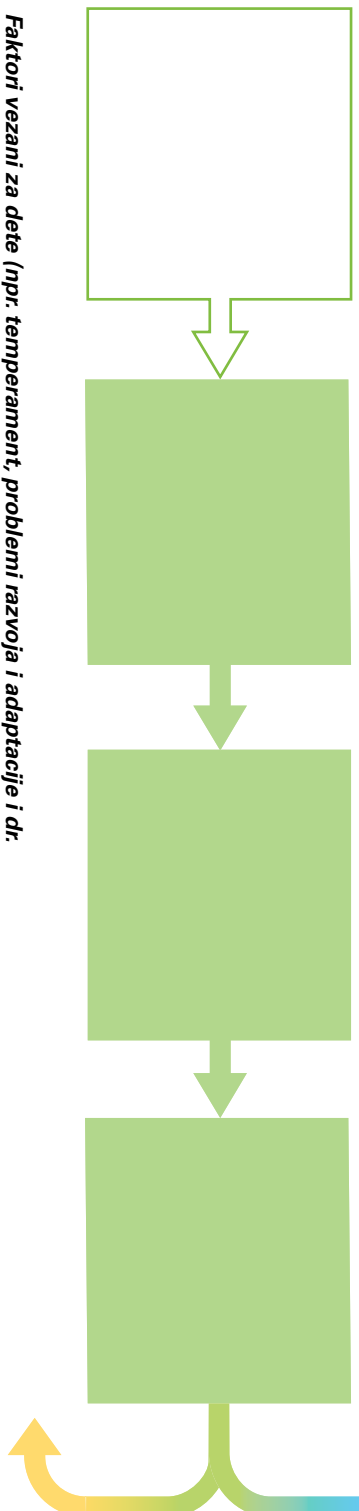
**Repertoar roditeljskih praksi:**

**Situacija sa detetom:**

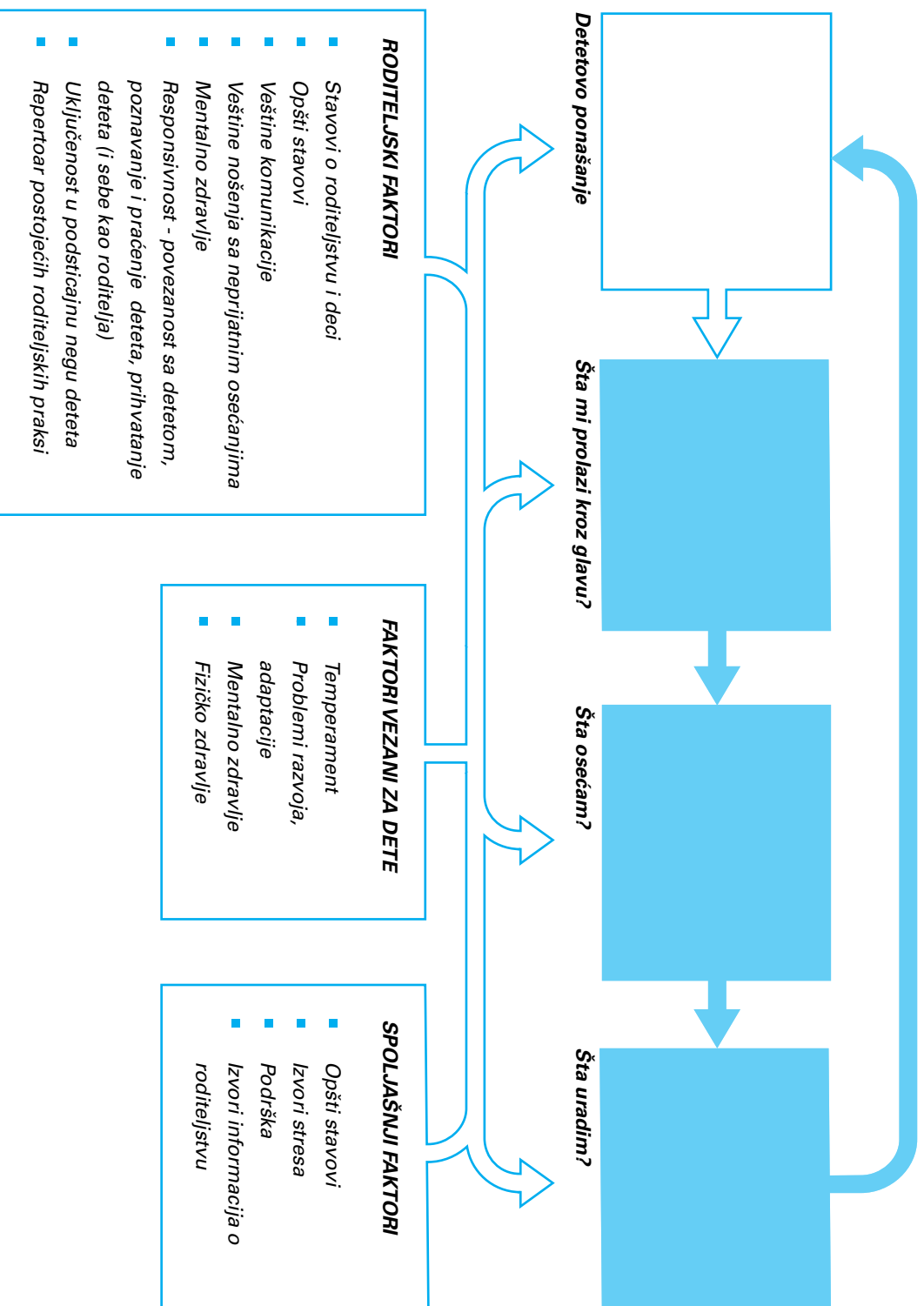
**Misao:**

**Osećanje (telesne senzacije):**

**Roditeljsko ponašanje:**



## ANALIZA RODITELJSKOG PONAŠANJA (obrazac za roditelje)





## Analiza štete i dobiti od roditeljske vaspitne prakse

Dobit od nastavka aktuelne prakse:	Šteta od nastavka aktuelne prakse:
Šteta od promene aktuelne prakse:	Dobit od promene aktuelne prakse:



## MODUL 3. PRESKOČI

# KAKO PREPOZNATI I OTKLONITI ŠTETNE PRAKSE U RODITELJSTVU?

### CILJ MODULA

Osnovni cilj ovog modula je pružanje informacija roditelju o tome koje su prakse nepovoljne i šta roditelj, bez obzira na okolnosti, ne treba da čini detetu. Da bi roditelj ove prakse mogao da zaobiđe tokom interakcija sa detetom, on treba da ima uvid u to kako izgledaju nepovoljne prakse, u kojim se situacijama najčešće dešavaju i zbog čega su štetne po dete (na dokazima zasnovane informacije o posledicama koje izazivaju nepovoljne prakse). Suočavanje sa ovim praksama može za roditelja biti neprijatno (kao što je objašnjeno u Modulu 2), pa je važno da roditelj, u cilju unapređenja roditeljstva i dobrobiti deteta, dobije objašnjenja koja se odnose na konkretne prakse i njihove moguće posledice, a ne na njega kao krivca.

#### ***Ključne poruke modula***

- *Izazovna ponašanja dece i tip roditeljstva su u stalnoj interakciji, a mogu rezultirati time da roditelj oseti intenzivna neprijatna osećanja te da po automatizmu primenjuje prakse koje nisu ni korisne ni bezbedne po dečiji razvoj i celokupni život i koje treba preskočiti.*
- *Izazovna ponašanja najčešće podrazumevaju dečji prkos i bunt, nervozu, povređivanje drugih ljudi, preterani bes, tantrume. Postoje opšti znakovi upozorenja koji mogu ukazivati na ozbiljnije probleme u ponašanju deteta, a kada su u pitanju takvi znakovi, roditelji treba da zaborave na nelagodnost, stid i eventualni strah od osude i da potraže pomoć stručnjaka.*
- *Postoji jedan adekvatan tip roditeljstva (autoritativno roditeljstvo) i tri neadekvatna tipa (autoritarno, permisivno i zanemarujuće roditeljstvo).*

- *Ovo su najčešće prakse koje u roditeljstvu treba zaobilaziti: fizičko kažnjavanje (čak i „blago“ pljuskanje, ćuškanje), prekomerno ukoravanje i zastrašivanje (psihološka agresivnost), traženje slepe poslušnosti, nedostatak poverenja u dete, disciplinovanje deteta pred svima/drugima, upoređivanje deteta sa drugima u okruženju, deljenje saveta („popovanje“), izostanak ohrabrivanja, preterano zaštitnički stav, uskraćivanje izbora i novih iskustava detetu, neuspostavljanje pravila, uzdržavanje od ispoljavanja naklonosti i nepokazivanje ponosa na postignuća deteta, neposvećivanje vremena razgovoru sa detetom o njegovim osećanjima, nedostatak podrške odnosno nepoštovanje osećanja deteta, davanje neadekvatnog primera deci sopstvenim ponašanjem itd.*
- *Štetna postupanja mogu poprimiti i intenzivniji oblik i manifestovati se kao različiti oblici zlostavljanja i zanemarivanja dece, što stručnjak treba da prijavi nadležnim organima (prema protokolima) čim na njih posumnja.*
- *Nasilne vaspitne prakse mogu da daju različite nepovoljne posledice po psiho-socijalno i zdravstveno funkcionisanje, i u razvojnom i u odrasloj dobi (putem različitih biološko-psihološko-socijalnih mehanizama).*
- *I blaga fizička kazna ima štetne efekte (a nema korisne efekte) pa je zato ne treba koristiti kao vaspitnu metodu.*
- *Roditeljima treba predočiti koje štetne prakse primenjuju i zbog čega su one štetne kako bi se stvorio prostor za uvođenje pozitivnih alternativa koje će pomoći i detetu i samom roditelju.*

# SADRŽAJ MODULA

## 1. Dve strane jedne medalje: izazovna ponašanja dece i način vaspitanja (tip roditeljstva)

Kao što je navedeno u uvodnom delu ovog priručnika, nasilne metode vaspitanja bile su veoma zastupljene kroz istoriju, u vremena dok prava dece i štetni efekti ovakvih praksi još uvek nisu bili dovoljno prepoznati. Uprkos brojnim istraživanjima vezanim za ovu temu i promenama pogleda na dečija prava tokom vremena, ovakve roditeljske prakse javljaju se i danas. U Modulu 2 videli smo da se roditeljsko ponašanje ne dešava u vakuumu, već proističe iz niza faktora, među kojima je i ponašanje deteta, na koje roditelj odgovara svojom reakcijom. Cilj vaspitnih praksi roditelja je da postave granice koje će detetu pomoći da razvije različite veštine važne za socio-emocionalni život i za ovladavanje socijalno prihvatljivim oblicima ponašanja. S druge strane, prirodno je da deca stalno pokušavaju da probiju te granice, da na različite načine iskazuju niz negativnih emocija, pa i kroz kršenje pravila, jer se njihove emocionalne i socijalne veštine tek razvijaju. Dakle, odrasli postavljaju granice, a deca ih probijaju<sup>73</sup>. Iako neophodne, te granice nisu betonski zidovi, već podupirači i oslonci i treba da budu dosledne ali fleksibilne i u skladu sa razvojnim nivoom deteta. Zato je važno da roditelji pruže priliku i podršku detetovom razvoju veština samoregulacije (upravljanja sopstvenim osećanjima), pa i u situacijama kada se ono suprotstavlja granicama. Neke prakse roditelja, međutim, to osujećuju i mogu dovesti do negativnih posledica. Izazovna ponašanja dece i tip roditeljstva su u stalnoj interakciji i mogu rezultirati time da roditelj oseti intenzivna neprijatna osećanja i da po automatizmu primenjuje prakse koje nisu ni korisne ni bezbedne po dečiji razvoj i celokupni život i koje treba preskočiti.

### *a) Koja ponašanja dece predstavljaju izazov za roditeljske vaspitne prakse?*

Iako je to što deca probijaju granice prirodna stvar, neka ponašanja ipak izlaze iz okvira koji povoljno deluju na razvoj i funkcionisanje deteta, mogu da dovedu do povrede (fizičke ili psihološke) samog deteta, drugog lica ili imovine<sup>74</sup> i treba ih zaustaviti. Upravo ti oblici ponašanja predstavljaju najveći izazov za roditelje, zbog čega ih i nazivamo **izazovnim ponašanjima**.

<sup>73</sup> Bojanin i Popović Deušić. *Psihijatrija razvojnog doba*. Institut za mentalno zdravlje. 2012.

<sup>74</sup> Fetting A, Ostrosky MM. *Collaborating with Parents in Reducing Children's Challenging Behaviors: Linking Functional Assessment to Intervention*. Child Development Research 2011; (Article ID 835941): 1-10. Dostupno na: <https://www.hindawi.com/journals/cdr/2011/835941/> (ENG)

Različite porodice različito shvataju ono što je prihvatljivo i što se smatra izazovnim („teškim“) ponašanjem. Ova ponašanja javljaju se od najranijeg detinjstva do kasne adolescencije i mogu biti specifična za uzrast deteta. Najčešći oblici izazovnih ponašanja dati su u Tabeli 11.

#### **Tabela 11. Najčešća izazovna ponašanja dece**

Prkos i buntovno ponašanje (npr. odbijanje deteta da prati zahteve, da jede određenu hranu ili nosi određenu odeću)

Povređivanje drugih ljudi (npr. ujedanje, šutiranje)

Preterani bes kada nešto nije po volji deteta

Tantrumi (izražene epizode besa i nekontrolisanog ponašanja) itd.

Dok većina izazovnih ponašanja dece spada u normalna, uzrasno očekivana ponašanja, ona za roditelje na praktičnom nivou mogu predstavljati rebus koji nije lako ni razumeti ni rešiti i zahtevaju roditeljske veštine koje se oslanjaju na pozitivnu disciplinu (o čemu će biti više reči u Modulu 4). Kada ove veštine izostaju, izostaje i željeni rezultat, pa roditelj može osetiti bespomoćnost, bes, strah, i tada se mogu javiti različita nepovoljna roditeljska ponašanja (više o tome kasnije u ovom modulu).

Neka izazovna ponašanja, međutim, ne spadaju u očekivana razvojna ponašanja i predstavljaju opšte znake upozorenja koji mogu ukazivati na ozbiljnije probleme u ponašanju i mentalnom zdravlju deteta odnosno adolescenta. Ta ponašanja predstavljaju opravdan razlog za brigu roditelja, često prevazilaze uobičajene roditeljske veštine i ukazuju na to da roditelj treba da zaboravi na nelagodnost, stid i eventualni strah od osude i da zatraži pomoć stručnjaka (više o traženju pomoći u Modulu 5). Neka od njih navedena su u Tabeli 12.

## **Tabela 12. Ponašanja dece zbog kojih treba potražiti pomoć stručnjaka**

### **Dete ima poteškoće u upravljanju emocijama**

Iako je normalno da deca povremeno imaju izlive besa, starija deca bi trebalo da budu u stanju da se nose sa svojim osećanjima na društveno prikladan način. Ako dete ne može da kontroliše svoj bes, frustraciju ili razočarenje na način koji odgovara uzrastu, ono možda ima emocionalni problem odnosno problem kontrole ponašanja i emocija.

### **Dete ima problematičnu kontrolu impulsa**

Kontrola impulsa se razvija postepeno, vremenom. Deci koja postanu agresivna posle polaska u školu ili tinejdžerima koji viču na nastavnika verovatno je potrebna pomoć radi boljeg razvoja veština.

### **Dete uporno ne koriguje svoje ponašanje u skladu sa vaspitnim merama roditelja**

Prirodno je da deca povremeno ponavljaju greške kako bi ispitala da li će roditelj dosledno postupiti. Ipak, ako se uprkos doslednom postupanju roditelja dete i dalje izazovno ponaša, bez obzira na posledice, to bi mogao biti problem koji zahteva dodatnu pomoć (u oblasti problema poremećaja ponašanja koji se javljaju u detinjstvu, npr. buntovno-prkosni poremećaj ponašanja).

### **Dete se problematično ponaša u vrtiću ili školi**

Ponašanje koje ometa školu ne treba zanemarivati. Ovakvo ponašanje može ukazivati na osnovni poremećaj ponašanja ili poteškoće u učenju. Izbacivanje sa časa, svađe na odmoru sa vršnjacima i poteškoće u završavanju zadataka predstavljaju potencijalne znakove upozorenja.

### **Dete ima probleme u društvenim interakcijama**

Kada ponašanje ometa društvenu interakciju deteta, to je razlog za zabrinutost. Uobičajeno je da deca imaju sukobe sa vršnjacima, ali ako neko ponašanje sprečava dete da ima prijatelje, to predstavlja problem. Deca treba da budu u stanju da razviju i održe zdrave odnose sa vršnjacima.

### **Dete ima neprimereno seksualizovano ponašanje**

Prirodno je da deca budu znatiželjna kada se radi o seksualnosti i da žele da znaju odakle bebe dolaze. Ipak, seksualno ponašanje koje nije prikladno za razvojnu fazu (a posebno ako ima elemenata prisile) predstavlja znak upozorenja i može biti manifestacija izloženosti traumi, npr. seksualnom zlostavljanju.

### **Dete je sklono samopovređivanju**

Lupanje glavom, namerno pravljenje opekotina ili izazivanje posekotina spadaju u ponašanja koja treba da proceni stručnjak za mentalno zdravlje. Takođe, prilikom procene deteta ili adolescenta koji se samopovređuje važno je utvrditi da li eventualno postoje suicidalne misli i namere.

Kada su izazovna ponašanja u pitanju (čak i ona razvojno očekivana), ukoliko ona prevazilaze roditeljske veštine, roditelja treba motivisati da potraži pomoć stručnjaka koji će proceniti šta bi mogao biti uzrok ovog nesklada, kakvo je mentalno zdravlje deteta, kakav je tip roditeljstva u pitanju, kako se roditelj snalazi u izazovnim situacijama i da li primenjuje prakse koje nisu bezbedne po dete i po odnos između roditelja i deteta (više u Modulu 5).

## b) Tipovi roditeljstva

Najuticajniji tipološki pristup razlučivanju različitih stilova roditeljstva dala je Dijana Baumrind (1967, 1972), čije je dobro poznato rano opservaciono istraživanje pokazalo da se stilovima vaspitanja dece mogu pouzdano predvideti dečiji obrasci interakcije u predškolskom uzrastu. Ona je razlikovala četiri tipa roditeljstva (stila vaspitanja), u odnosu na dve glavne komponente roditeljstva (toplina – neprijateljstvo, kontrola – sloboda): **autoritativno**, koje se sastoji od velike topline u kombinaciji sa čvrstim postavljanjem granica, **popustljivo**, u kome veliku toplinu ne prati odgovarajuća kontrola, **zanemarujuće**, koje podrazumeva nedostatak topline i kontrole, i **autoritarno**, koje se sastoji od velike kontrole uparene sa malom toplinom (Tabela 13).<sup>75,76</sup>

Tabela 13. Tipovi roditeljstva		
	Nepodržavajuće, Odbojno, neusklađeno i usmereno na sebe	Podržavajuće Prihvatajuće, usklađeno i usmereno na dete
Ne postavlja izazove Nizak nivo očekivanja od deteta	Zanemarujuće/ neključeno roditeljstvo Malo zahteva, nizak nivo razumevanja i malo komunikacije	Popustljivo (permisivno) roditeljstvo Uglavnom brižni i komunikativni, često preuzimaju ulogu prijatelja umesto roditelja, niska očekivanja
Postavlja izazove Visok nivo očekivanja od deteta	Autoritarno roditeljstvo Visoki zahtevi za poslušnošću, kontrola, jednosmerna komunikacija	Autoritativno roditeljstvo Puni razumevanja, spremni da objasne i saslušaju, brižni i skloniji opraštanju nego kažnjavanju

<sup>75</sup> Baumrind, D. *Current patterns of parental authority*. Developmental Psychology Monograph, (1971) 4 (1): 1-103.

<sup>76</sup> Baumrind, D. *Patterns of parental authority autonomy*. *New Directions for Child and Adolescent Development*. Wiley Periodicals, (2005) 108: 61-69.



## *Autoritativni stil vaspitanja*

Roditelji koji primenjuju autoritativni stil vaspitanja održavaju kontrolu nad detetom, postavljaju visoka očekivanja, ali za razliku autoritarnih roditelja, ohrabruju dete i pružaju mu podršku u rastu i razvoju. Pružajući ljubav detetu, roditelj u ulozi psihološki snažnog spoljašnjeg autoriteta pomaže mu da izgradi autonomiju, ravnopravnost i samopouzdanje. Nenasilne prakse disciplinovanja često su izbor autoritativnog roditelja.

**Kakva se deca autoritativnih roditelja?** Deca koja su rasla u ovakvoj sredini postižu bolji uspeh u školi, pokazuju više samostalnosti i ne ispoljavaju agresivna i neprijateljska ponašanja.

## *Autoritarni stil vaspitanja*

Ovakvi roditelji su strogi i imaju nerealno visoka očekivanja od dece, pokazuju visok stepen dominacije i moći u odnosu na dete i kroz manipulativno ponašanje zahtevaju od deteta da ispunjava postavljene zadatke i ciljeve. Autoritarno roditeljstvo je najstroži stil roditeljstva. Zauzima „tradicionalniji“ pristup u kome se od dece očekuje da se vide, a ne čuju. Autoritarno roditeljstvo potiče od uverenja roditelja da ponašanje i stav deteta treba oblikovati strogim standardom ponašanja.

Umesto da na detetov uspeh reaguju pohvalom i nagradom, autoritarni roditelji obezvređuju detetov uspeh i karakterišu ga kao nešto što se podrazumeva i očekuje. Deca ovakvih roditelja imaju nizak nivo samopoštovanja i nepovoljnu sliku o sebi, mogu razviti agresivnu dominaciju nad podređenima, a poniznost ka nadređenima. Posledica autoritarnog vaspitanja je sindrom preterano socijalizovanog deteta, tj. skromnog deteta sa veoma razvijenim radnim navikama, usmerenog na rad i akademska postignuća. U slučaju neuspeha javlja se sklonost ka raznim neurozama, depresiji i samodestrukciji. Autoritarni stil vaspitanja najčešće se dovodi u vezu sa nasilnom praksom disciplinovanja.

Ovo su neke od karakteristika autoritarnog roditeljstva:

- veliki naglasak na pravilima koja postavljaju roditelji, bez ikakvog pravog objašnjenja zašto pravila postoje,
- očekivanje potpune poslušnosti – od dece se očekuje da poštuju i uvažavaju sva pravila bez ispitivanja,
- brza i stroga kazna za kršenje ili preispitivanje pravila,
- deca se ne ohrabruju da se izražavaju, a kontriranje nije dozvoljeno,

- roditelji nisu fizički ili emocionalno bliski sa decom zbog uverenja da se deca tako kvare,
- deci je ograničen izbor u odlučivanju.

Zanimljivo je da su neke studije otkrile kako postoji verovatnoća da roditeljima koji koriste oštru disciplinu nedostaje angažovanje sa decom – deca se ne prate pažljivo i njihove aktivnosti se ne nadziru. Ovi roditelji fluktuiraju između toga da su popustljiviji zbog nedostatka angažovanja i da su skloni da budu nasilniji i kritičniji.

**Kakva su deca autoritarnih roditelja?** Autoritarni roditelji veruju da deca moraju da budu poslušna i da rade samo ono što im se kaže. Ovakvo roditeljstvo češće odgaja manje veselu decu, decu koja su sklonija stresovima i depresiji i koja imaju niže samopouzdanje u odnosu na decu roditelja sa autoritativnim stilom vaspitanja.

### *Popustljiv (permisivan) stil vaspitanja*

Permisivnost se ogleda u izostanku uspostavljanja granica i roditeljske kontrole nad ponašanjem deteta. Ovakvi roditelji ispunjavaju svaku želju deteta, često zauzimajući poziciju prijatelja, a izbegavaju konfrontacije.

**Kakva su deca permisivnih roditelja?** Deca permisivnih roditelja imaju problem da razumeju granice u ponašanju. Misle da svet postoji zbog njih i da se vrti oko njih, smatraju da im sve sleduje jer su naviknuti da im se sve želje ispunjavaju pa u sredinama gde se očekuje primena pravila, npr. u vrtiću ili školi, imaju problema s kontrolom ponašanja, odnosno imaju problema u vršnjačkim odnosima jer očekuju da ih vršnjaci vole i ponašaju se prema njima na isti način kao i roditelji.

### *Odbojan/zanemarujući stil vaspitanja*

Zanemarujući roditelji pretežno su i sami bili žrtve zlostavljanja i/ili zanemarivanja ili imaju neko mentalno oboljenje. Ovakvi roditelji su nezainteresovani i ravnodušni kada je u pitanju postavljanje granica i standarda, pružanje emocionalne podrške i ohrabrivanja deteta.

**Kakva su deca zanemarujućih roditelja?** Toj deci, dok su mala, obično nisu zadovoljene osnovne potrebe, pa deca prirodno idu ka onima gde mogu dobiti doživljaj pripadnosti, prihvaćenosti, voljenosti. Na tom putu čekaju ih brojni izazovi i problematični vršnjački izbori, što može da rezultira veoma problematičnim ponašanjima. Deca koja rastu u ovako nestimulativnoj sredini češće postaju delinkventi, češće pate od bolesti zavisnosti ili imaju suicidalne misli u adolescentskom uzrastu. Neka deca, međutim, svojom rezilijentnošću uspevaju da savladaju izazove odrastanja i izrastu u funkcionalne ličnosti.

Važno je imati na umu da je veza između ponašanja deteta i roditeljskog stila dvosmerna, odnosno da roditelji i deca imaju uticaj jedni na druge. Baš kao što negativna taktika roditelja može biti štetan model za dete, dete može naučiti i da njegova problematična ponašanja mogu dovesti do pažnje roditelja. To dovodi do negativne, silazne spirale u kojoj se detetovo problematično ponašanje i negativni postupci roditelja međusobno pojačavaju.

Još jedna važna napomena u ovom domenu odnosi se na to da roditelji ponekad veruju da autoritet mogu da uspostave samo ako dete razvije strah od njih (inače će ispustiti dete). Roditeljima treba objasniti da se autoritet ne gradi na strahu, već na postavljanju jasnih, uzrasno primerenih granica i doslednom pridržavanju tih granica. Dete umesto straha treba da oseća toplinu i temeljnu bezbednost u odnosu sa roditeljem te da od njega uči o svetu i upušta se u istraživanje, zadržavajući sigurnu bazu u roditelju. Sigurnost detetu pruža optimalne šanse za razvoj, a autoritet zasnovan na strahu od roditelja to može da naruši.

## ***2. Prakse koje u roditeljstvu treba izbegavati***

Kao što je već pomenuto, kada neko postane roditelj, stavovi te osobe prema vaspitanju i roditeljske veštine grade se kroz vreme, na osnovu onoga što ona čuje i vidi, onoga kako inače razmišlja o deci i odnosima uopšte, koliko su pouzdane informacije o roditeljstvu koje ima, ali i na osnovu toga kako se oseća, kako se nosi sa svojim osećanjima u datoj situaciji, kako komunicira, u kakvom je nivou stresa, kakvu podršku ima. Sve ovo utiče na to kako će roditelj odgovoriti na izazovno ponašanje deteta, a može se desiti da izazovna situacija prevaziđe aktuelni kapacitet roditeljskih i opštih veština i da dovede do manje ili više problematičnih postupaka u roditeljstvu. Ovo se prvenstveno odnosi na postupke koji imaju elemente nasilnih praksi. Nasilne prakse u roditeljstvu nisu prisutne samo kod nasilnih, problematičnih, hladnih ličnosti. Neke od tih praksi mogu primenjivati i roditelji koji su inače topli prema svojoj deci, koji žele najbolje svojoj deci i koji su načelno protiv nasilja. To se dešava kada su roditelji u stresu i pod dejstvom burnih neprijatnih emocija reaguju automatski, ali i zbog toga što roditelji mogu smatrati da određene vaspitne prakse (npr. pljuskanje po turu) i ne spadaju u nasilje (usled nasleđenih obrazaca, ne samo od sopstvenih roditelja već i globalno, od mnogih pripadnika prethodnih generacija koje su zastupale stav da je batina iz raja izašla). Zbog toga je veoma važno da roditelji budu informisani šta su to nasilne prakse, zašto se smatraju nasilnim, koji su njihovi oblici i zašto su zapravo štetne i po dete i po samog roditelja.

Nasilno disciplinovanje odnosi se na postupak roditelja ili staratelja koji ima za cilj da izazove fizički ili emocionalni bol kod deteta kao način da se ispravi njegovo ponašanje

i kao metod odvrtaćanja od nepoželjnih ponašanja<sup>77</sup>. Ove prakse odnose se na fizičko kažnjavanje, ali i na psihološku agresivnost, koja se može ispoljiti na različite, neposredne ili posredne načine.

Nasilne vaspitne prakse mogu se kretati u rasponu od blažih do ozbiljnih, pa i ekstremnih formi (iako iz perspektive deteta i blaga nasilna praksa može delovati teško i štetno), a istraživanja su pokazala da intenzitet vremenom može da eskalira<sup>78</sup>. Upotreba blažih nasilnih praksi može desenzibilisati roditelja i učiniti ga spremnijim da u sledećoj situaciji primeni intenzivnije nasilje. Nasilne prakse roditelja, takođe, u deci mogu da pojačaju neprijatna burna osećanja i ponašanja, a to pak u roditelju budi slična osećanja i ponašanja i doprinosi eskalaciji konflikta i nasilja. Nasilni elementi su, dakle, ono što može prevesti vaspitanje u zlostavljanje<sup>79</sup> i u ono što je štetno (više o tome kasnije u ovom modulu). Zbog toga je važno da stručnjak pomogne roditeljima da shvate da razmišljanje u kategorijama „blaže“ i „teže“ nije korisno, već da je najbezbednije negovati nultu toleranciju prema nasilnim vaspitnim praksama. Pored nasilnih praksi, štetno ponašanje u roditeljstvu predstavljaju i druge krajnosti – odsustvo postavljanja granica i primerenog roditeljskog reagovanja (bekstvo u nereagovanje) u izazovnim situacijama te prezaštićivanje koje onemogućava izgradnju samostalnosti.

### ***Koje su to najčešće štetne prakse u roditeljstvu?***

***Fizičko kažnjavanje deteta*** podrazumeva svako kažnjavanje pri kome se koristi fizička sila sa namerom da se nanese određeni stepen bola ili nelagodnosti, bez obzira na to koliko je to blago bilo. Ovo se najčešće odnosi na udaranje dece rukom (pljuska, batine, čuška) ili pomagalom (bičem, štapom, kaišem, cipelom, varjačom itd.). Fizičko kažnjavanje može da podrazumeva i šutiranje, drmusanje ili bacanje deteta, grebanje, štipanje, ujedanje, čupanje kose ili zavrtanje ušiju, primoravanje deteta da ostane u neprijatnom položaju, nanošenje opekotina, šurenje ili prisilno gutanje (na primer, ispiranje usta sapunom ili teranje dece da jedu ljute začine). Roditelji mogu smatrati da je fizičko kažnjavanje neophodno, bar u nekim opasnim situacijama, na primer, kada dete gura prste u šteker. Važno je roditeljima predočiti da dete neće naučiti da se boji štekera ako ga roditelj pljusne. Naučiće da se boji roditelja i bliskih osoba u okruženju. A šteker se kao opasnost

<sup>77</sup> United Nations, Committee on the Rights of the Child (CRC). *CRC General Comment No. 8 (2006): The Right of the Child to Protection from Corporal Punishment and Other Cruel or Degrading forms of Punishment* (U.N. CRC/C/GC/8) (2007). Dostupno na: <https://www.refworld.org/docid/460bc7772.html> (ENG)

<sup>78</sup> Heilmann A, Mehay A, Watt RG, Kelly Y, Durrant JE, van Turnhout J, Gershoff ET. *Physical punishment and child outcomes: a narrative review of prospective studies*. *Lancet*. 2021 Jul 24;398(10297):355-364.

<sup>79</sup> Pejović Milovančević M., Kalanj D., Minčić T. (ur.) *Priručnik za primenu Posebnog protokola sistema zdravstvene zaštite za zaštitu dece od zlostavljanja i zanemarivanja*. Treće dopunjeno izdanje, Ministarstvo zdravlja Republike Srbije, 2019. Dostupno na: <https://www.unicef.org/serbia/media/12971/file/Priručnik%20za%20zaštitu%20dece%20od%20zlostavljanja%20i%20zanemarivanja.pdf> (SRB)

može eliminisati drugim metodama, npr. zatvaranjem štekera ili nadzorom i sklanjanjem deteta od izvora opasnosti (više o pozitivnim vaspitnim praksama u Modulu 4). Upravo zato što roditelj fizičko kažnjavanje neretko primenjuje iz osećanja bespomoćnosti, a posle toga oseća krivicu i tugu, važno je da sam sebi kaže „Stop!“.

**Prekomerno ukoravanje (grdnja) deteta** jeste ono što se primenjuje kada dete učini nešto pogrešno ili mimo dogovora. Iako iza takvog ponašanja stoji namera da se detetu jasno postave granice i da se ukaže na to kada ih je dete prešlo, i u tome treba imati dobru meru. Ukazivanje na problematično ponašanje deteta je važno za detetovo učenje, ali roditelji ponekad kritikuju ličnost deteta umesto da se fokusiraju na samo ponašanje i koriste uvredljive verbalne etikete („glup si“, „glupa si“, „nesposobni stvore“, „trapavi“, „kao da imaš dve leve noge/ruke“, „rukopis ti je grozan, škrabopis“), što predstavlja psihološku agresivnost (emocionalno zlostavljanje). Stalna kritika, neprijateljski ton i uvredljive reči u detetu bude lošu sliku o sebi, stvaraju doživljaj sopstvene neadekvatnosti ili dovode do otpora. Prekomerna grdnja deteta zbog grešaka može imati posebno loš efekat ako je dete pokazalo iskrenost i priznalo da je pogrešilo i može dovesti do toga da dete izgubi poverenje u roditelja i trudi se da dalje greške sakrije. Ekstremni oblik ovakvog ponašanja može se manifestovati i kroz zastrašivanje deteta. U takvim situacijama deca su uplašena, zaustavljena, nesigurna i trpe, da bi kada situacija prođe naučila obrazac kojim u nekim drugim okolnostima, npr. vršnjačkim, i sama budu ta koja zastrašuju, ili se pak povlače i izbegavaju svaku moguću situaciju koja ih podseća na pretrpljeni strah u interakciji sa roditeljem. U psihološku agresivnost ubrajaju se, dakle, kritika i kazna usmerena na ličnost deteta i emocionalna manipulacija. Ovi oblici roditeljskog ponašanja mogu se javiti i podmuklo, tako da ih ni sam roditelj ne primeti (npr. prilikom primene naizgled nenasilnih metoda vaspitanja, pa treba preispitati na koji tačno način objašnjavamo deci, kako im ukidamo privilegije, kako im skrećemo pažnju na drugo itd., odnosno da li uz to deci šaljemo poruke o neadekvatnosti njihove ličnosti i o odnosu između roditelja i deteta).

**Traženje slepe poslušnosti** znači zahtevanje od dece da slušaju roditelje i da se slažu s njima bez diskusije i pogovora („ja sam te rodio/rodila i ja najbolje znam“, „ti si dete i ima da slušaš šta ja kažem“, „kad ja pričam, da nisi pisnula/pisnuo“ i dr.). Iako postoje slučajevi kada deca treba da urade nešto tačno onako kako im roditelji kažu, primoravanje deteta da slepo sledi sva naređenja roditelja oduzima deci šansu da uče veštine kritičkog razmišljanja i razlikovanja dobrog od lošeg. Takvo ponašanje ujedno znači i **nedostatak poverenja** u dete („ti ništa ne znaš jer si mala/mali i ja ću da ti kažem šta treba“, „ne možeš ti bolje da znaš od mene, ja imam životno iskustvo“), čime se narušava njegovo samopouzdanje i uskraćuju prilike za vežbanje preuzimanja odgovornosti. Iako su roditelji životno iskusniji, ipak ne smemo da zaboravimo da niko nije uvek u pravu, a ni roditelji nisu izuzetak. Ovakav oblik roditeljskog ponašanja najčešće srećemo u autoritarnom tipu roditeljstva.

**Disciplinovanje deteta pred svima/drugima** može imati ozbiljan uticaj na samopouzdanje deteta, a osećaj stida koji proizilazi iz ove disciplinske metode teško prolazi (objavljivanje drugarima da je dete kažnjeno i da mu se ne javljaju dok je u kazni, grdnja deteta pred vršnjacima, fizičko kažnjavanje deteta pred vršnjacima).

Ukoliko roditelji stalno **upoređuju dete s drugima u okruženju** („Pera je odličan, a ti?“, „Šta je dobio Pera na kontrolnom?“, „Ana je divna, vaspitana, blago njenoj mami“) i govore mu da bi trebalo da bude poput druge dece i/ili da oponaša roditeljske pozitivne osobine, kod deteta se može stvoriti otpor prema promeni ponašanja ili dodatno produbiti osećaj lične neuspešnosti i neadekvatnosti.

**Deljenje saveta („popovanje“) bez ohrabrivanja** („idi kaži drugu/drugarici to i to“, „stariji uvek mora da se sluša i ne sme da mu se prigovara“, „za sve prvo moraš da pitaš starije za savet“) ne omogućava detetu da iskaže sopstvene stavove, da sazreva učeći i da pravi svoje izbore jer roditelj misli da uvek zna šta je najbolje za njegovo dete i na neki način mu je lakše da za dete donese odluku.

Iako se granice, poštovanje normi i načela ponašanja deteta podrazumevaju, zbog **preterano zaštitničkog stava** roditelj će nesvesno **uskratiti izbore i nova iskustva svom detetu** (roditelj detetu ne dopušta istraživanje prostora u malom uzrastu zbog preterane brige za bezbednost, higijenu i sl., prati dete video kamerama i kada je u vrtiću, daje detetu pametni satić da bi uvek bilo dostupno kada ga roditelj pozove, ne dozvoljava deci da samostalno barataju svojim novcem, preterano brine o higijeni, stalno zahteva od deteta da se javlja gde god da se nalazi, donosi odluke o stvarima o kojima i dete samo može da donese odluku, zahteva od deteta da mu sve kaže itd.). Dete postaje uplašeno, uz sputanu maštu i kreativnost, i teško preuzima bilo kakav rizik, od sticanja novih prijatelja do isprobavanja novih aktivnosti. Dete u ovim situacijama nema priliku da uči odgovornost jer ne dobija slobodu koja je primerena uzrastu.

**Neuspostavljanje pravila**, odnosno nepostavljanje granica i roditeljske kontrole, kao i ispunjavanje svih detetovih želja neki roditelji primenjuju iz uverenja da su tako najbolji prijatelji svom detetu. Međutim, to se može smatrati i oblikom zanemarivanja osnovnih roditeljskih zadataka. Deci su potrebni struktura i granice kako bi odrasla i postala zdravi pojedinci. Ako nemaju to iskustvo u porodici, imaće poteškoća u drugim sredinama i u odnosima sa drugim osobama.

**Uzdržavanje od ispoljavanja naklonosti** kod nekih roditelja je rezultat stava da je jasno pokazivanje ljubavi štetno za dete jer će se ono razmaziti, čak i kada dete uradi nešto dobro. To može da dovede i do toga da **roditelj ne pokazuje ponos zbog postignuća deteta** i da ga ne hvali, što kod deteta izaziva doživljaj bezvrednosti i nevoljenosti. Ukoliko roditelj izbegava grljenje, ljubljenje, ako ne govori detetu da ga voli, dete će se osećati emocionalno odvojeno od roditelja, što može predstavljati značajan izvor stresa za njega i podlogu za buduće probleme u odnosima sa ljudima, jer dete najviše uči iz svog prvog emocionalnog odnosa – odnosa sa roditeljem.

Zbog preopterećenosti obavezama i brigama ili zbog stava da dete treba da „očvrsne“ i „samo bje svoje bitke“ može se desiti da roditelj ne prepozna situacije koje su za dete važne ili stresne i **ne posvećuje vreme** razgovoru **sa detetom** o njegovim osećanjima. To se može odnositi na razne teme i situacije koje su detetu važne (polazak u školu, promena škole, javni nastupi, testovi/ocenjivanje, uklapanje u vršnjačku grupu, interesovanja i sl.), ali i na igru. **Nedostatak podrške odnosno nepoštovanje osećanja deteta** može da predstavlja oblik zanemarivanja i da kod deteta stvori doživljaj zapostavljenosti i nedostatka brige.

Roditelji ponekad traže od dece da usvoje poželjna, a otklone nepoželjna ponašanja, pri čemu se oni sami ponašaju na suprotan način od onoga **što žele da postignu kod dece** (na primer, podučavaju dete da ne govori ružne reči, a sami govore ružne reči pred njim). Kada **roditelj sopstvenim ponašanjem ne daje pravi primer deci**, to deci **šalje dvostruku** poruku, zbunjuje ih i umanjuje **šansu da** ona naprave željenu promenu u ponašanju i razviju odgovarajuće veštine. Deca su kao sunderi koji upijaju sve oko sebe. Praksa pokazuje da se negativna ponašanja i stavovi „kopiraju“ lakše od pozitivnih (dete će lakše da nauči psovku nego pesmicu, lakše će da udari nekoga nego što će se uzdržati). Dete veoma brzo shvata i prihvata roditeljske navike i ponašanje. U tim situacijama deca su poput malih ogledala ponašanja roditelja i zadatak za roditelje je da razmisle zašto i odakle je dete preuzelo određeno ponašanje, a za stručnjaka da pomogne roditelju da to ponašanje osvesti.

Osim ovih navedenih loših postupaka koji se češće sreću u populaciji roditelja, postoje i drugi, ekstremni oblici lošeg postupanja koji se svrstavaju u kategoriju **zlostavljanja i zanemarivanja dece**. Svi stručnjaci koji dolaze u kontakt sa decom i adolescentima treba dobro da poznaju sve bitne informacije vezane za zlostavljanje i zanemarivanje, od toga kako se ovi fenomeni definišu, preko toga u kojim se oblicima javljaju i šta su pokazatelji za svaki oblik, pa do načina na koji treba da reaguju kada posumnjaju na ove fenomene. U zlostavljanje dece spadaju **fizičko, emocionalno i seksualno zlostavljanje te eksploatacija deteta**, a zanemarivanje može biti **fizičko (obuhvata i nedostatak nadzora), emocionalno, medicinsko i obrazovno**. Obaveza stručnjaka je da ih prepozna i prijavi svaku sumnju prema Opštem protokolu za zaštitu dece od zlostavljanja

i zanemarivanja<sup>80</sup> i, preciznije, prema posebnom protokolu za sektor u kome radi<sup>81,82,83</sup>. Stručnjak ne mora da dokaže da se radi o ovim fenomenima (procesom dokazivanja se u daljem toku bave organi nadležni za to); zadatak stručnjaka je samo da prijavi kada na njih posumnja, kao i da pruži intervencije porodici u okviru svoje struke. O svakoj sumnji na zlostavljanje i zanemarivanje deteta izveštavaju se nadležni centar za socijalni rad, policija ili javni tužilac. U zavisnosti od procene hitnosti, razlikuju se dve vrste prijava: redovna prijava i hitna prijava koja zahteva neodložnu intervenciju<sup>84</sup>. **Redovna prijava** podrazumeva pisanu prijavu nadležnom centru za socijalni rad i policiji odnosno javnom tužiocu, koja sadrži sve dostupne podatke o detetu i porodici značajne za proces zaštite. **Hitna prijava** podrazumeva da postoje faktori koji ukazuju na potrebu hitnog reagovanja pa stručno lice ima obavezu da odmah telefonom obavesti policiju ili javnog tužioca i nadležni centar za socijalni rad. Hitnost se definiše preko nekoliko faktora i usaglašena je s Opštim protokolom za postupanje u slučaju zlostavljanja i zanemarivanja deteta, a obuhvata procenu težine i kompleksnosti potrebe, stepena izloženosti opasnosti (razmatranje uzrasta, stepena eventualne ometenosti u razvoju i pristupa koji zlostavljač ima detetu), kao i trajanja krize.

*Važno je upamtiti: svako uočeno, a neprijavljeno zlostavljanje i zanemarivanje ostaviće dete ili adolescenta na cedilu, u okruženju rastućeg malignog stresa koji oštećuje njegov razvoj u različitim segmentima, na kraće i duže staze.*

<sup>80</sup> Ministarstvo za brigu o porodici i demografiju, Republika Srbija, *Opšti protokol za zaštitu dece od nasilja*, 2022. Dostupno na: <http://minbpd.gov.rs/wp-content/uploads/2022/02/Opsti-protokol-za-zastitu-dece-od-nasilja.pdf> (SRB)

<sup>81</sup> Pejović Milovančević M., Kalanj D., Minčić T. (ur.) *Priručnik za primenu Posebnog protokola sistema zdravstvene zaštite za zaštitu dece od zlostavljanja i zanemarivanja*, treće dopunjeno izdanje, Ministarstvo zdravlja Republike Srbije, 2019. Dostupno na: <https://www.unicef.org/serbia/media/12971/file/Priručnik%20za%20zaštitu%20dece%20od%20zlostavljanja%20i%20zanemarivanja.pdf> (SRB)

<sup>82</sup> Ministarstvo rada, zapošljavanja i socijalne politike, Republika Srbija. *Posebni protokol za zaštitu dece u ustanovama socijalne zaštite od zlostavljanja i zanemarivanja*, 2006. Dostupno na: <https://smp.edu.rs/wp-content/uploads/2019/10/Psebni-protokol-socijalna-zastita.pdf> (SRB)

<sup>83</sup> Ministarstvo prosvete, Republika Srbija. *Posebni protokol za zaštitu dece i učenika od nasilja, zlostavljanja i zanemarivanja u obrazovno-vaspitnim ustanovama*, 2007. Dostupno na: [https://www.mpn.gov.rs/wp-content/uploads/2015/08/Posebni\\_protokol\\_-\\_obrazovanje1.pdf](https://www.mpn.gov.rs/wp-content/uploads/2015/08/Posebni_protokol_-_obrazovanje1.pdf) (SRB)

<sup>84</sup> Ministarstvo zdravlja, Republika Srbija: *Posebni protokol sistema zdravstvene zaštite za zaštitu dece od zlostavljanja i zanemarivanja*, 2018. Dostupno na: [https://www.zdravlje.gov.rs/view\\_file.php?file\\_id=877&cache=sr](https://www.zdravlje.gov.rs/view_file.php?file_id=877&cache=sr) (SRB)



### **Rezime segmenta**

*Ovo su najčešće prakse u roditeljstvu koje treba preskočiti: fizičko kažnjavanje (čak i blago pljuskanje, čuškanje), prekomerno ukoravanje i zastrašivanje (psihološka agresivnost), traženje slepe poslušnosti, nedostatak poverenja u dete, disciplinovanje deteta pred svima/drugima, upoređivanje deteta sa drugima u okruženju, deljenje saveta („popovanje“) bez ohrabrivanja, preterano zaštitnički stav, uskraćivanje izbora i novih iskustava detetu, neuspostavljanje pravila, uzdržavanje od ispoljavanja naklonosti i nepokazivanje ponosa zbog postignuća deteta, neposvećivanje vremena razgovoru sa detetom o njegovim osećanjima, nedostatak podrške odnosno nepoštovanje osećanja deteta, davanje neadekvatnog primera deci sopstvenim ponašanjem. Štetna postupanja mogu poprimiti i intenzivniji oblik i manifestovati se kao različiti oblici zlostavljanja i zanemarivanja dece, što stručnjak treba da prijavi nadležnim organima (prema protokolima) čim na to posumnja.*

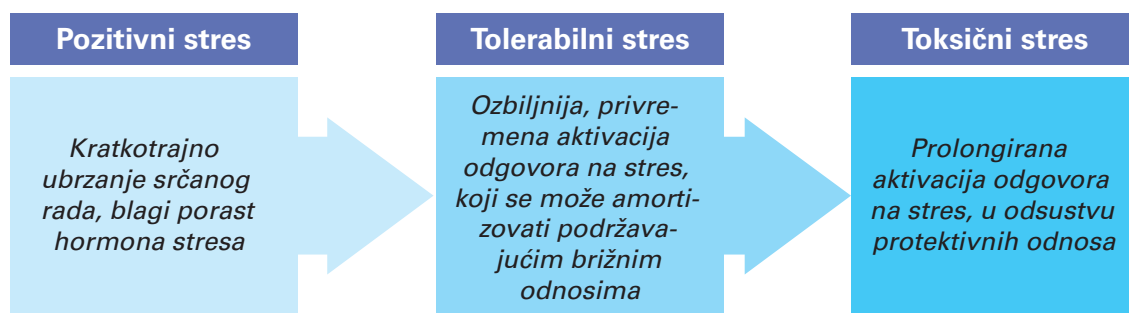
## **3. Zašto su nasilne vaspitne prakse štetne po dete**

Roditeljstvo se smatra jednim od najvažnijih pitanja javnog zdravlja sa kojim se naše društvo suočava. Znati kako prepoznati i sprečiti neadekvatno roditeljstvo više nije samo lična stvar ili razlika u filozofiji roditeljstva, jer efekti lošeg roditeljstva na društvo mogu biti veoma ozbiljni. Oni mogu uticati na sigurnost i stabilnost jedne zajednice i čitavog društva, jer podrazumevaju potencijalno trajan negativan uticaj na dete u smislu njegovog ponašanja i psihološkog funkcionisanja.

Da bismo razumeli ozbiljnost negativnog dejstva nasilnih praksi na dete, najpre treba da razumemo kako stresne situacije deluju na kognitivni razvoj.

Tokom odrastanja dete se susreće sa različitim manje ili više stresnim situacijama i na osnovu toga treba da nauči da se sa stresom nosi na što adekvatniji način. Veštine suočavanja sa stresom veoma su važne za čitav život. Međutim, nije svaki stres isti. Određeni kvalitet i doza stresa delovaće stimulatивно na razvoj pomenutih veština, dok će drugi tip stresa – toksični stres – u hroničnom toku naneti štetu razvoju mozga, mentalnom funkcionisanju, pa i fizičkom zdravlju.

Stres se, kada je u pitanju fiziološka reakcija organizma, može posmatrati na gradualan način i tada razlikujemo tri nivoa stresa, prikazana na Shemi 6<sup>85</sup>.



Shema 6. Nivoi (oblici) stresa

Hroničan toksični stres tokom odrastanja posebno je štetan za decu i adolescente, čiji je kognitivni i telesni razvoj u toku.

Naime, prolongirana hronična aktivacija hormona stresa dovodi do toga da se oni produženo i preterano vezuju za receptore u mozgu koji su im namenjeni. Delovi mozga koji se najaktivnije razvijaju u periodu nakon rođenja pa kroz detinjstvo i adolescenciju predstavljaju regione važne za obradu kognitivnih i emocionalnih informacija i upravo oni imaju veliku gustinu receptora za hormone stresa. Kada se hormoni stresa hronično i intenzivno vezuju za njih, oni štetno deluju na ove moždane regione i osujećuju njihov razvoj. Hronično dejstvo toksičnog stresa nepovoljno se odražava i na druge telesne organe i fizičko zdravlje, čak i u odraslim godinama<sup>86</sup>.

Upravo ovakva reakcija na toksični stres pokreće se kada dete doživljava jake, česte i/ili produžene neadekvatne reakcije od osoba u okruženju, poput zlostavljanja, zanemarivanja, bilo kakve izloženosti nasilju i/ili nagomilanih tereta porodičnih teškoća, a bez odgovarajuće podrške odraslih. Još je nepovoljnije kada se stres pokreće iz više izvora, pa ima kumulativni efekat. Savremene teorije govore i o dodatnom mehanizmu na putu od nasilja nad decom do njegovih posledica po dete. Naime, rani ponavljani toksični stres pogađa i imunostem, pa se u telu stvara hronično blago zapaljenje. Zapaljenske supstance (citokini) mogu da prođu krvno-moždanu barijeru, aktiviraju receptore na nervnim ćelijama i dovedu do oštećene funkcionalnosti regiona važnih za procesiranje emocija i socijalnu kogniciju, a dalje kroz život i do razvoja neke telesne bolesti<sup>87</sup>.

<sup>85</sup> Franke. *Toxic Stress: Effects, Prevention and Treatment, Children (Basel)*. 2014 Dec; 1(3): 390–402.

<sup>86</sup> *Ibid.*

<sup>87</sup> Mitkovic Voncina M, Pejovic Milovancevic M, Mandic Maravic V, Lecic Tosevski D. *Timeline of Intergenerational Child Maltreatment: the Mind-Brain-Body Interplay*. *Curr Psychiatry Rep*. 2017 Aug;19(8):50. Dostupno na: <https://link.springer.com/epdf/10.1007/s11920-017-0805-7> (ENG)

Pored toksičnog stresa, nasilne prakse u roditeljstvu mogu da dovedu do disfunkcionalnog moždanog razvoja i tako što pružaju aberantne stimuluse (mnoštvo štetnih stimulusa ili odsustvo adekvatnih stimulusa), onemogućavajući važnim delovima mozga da se razvijaju u periodima koji su veoma važni za njihov razvoj i koji zavise od adekvatne stimulacije.

Teorije navode i različite psihološke mehanizme zahvaljujući kojima nasilje nad decom nanosi štetu razvoju dece. Nasilje nad decom može dovesti do stvaranja problematične slike o sebi i o drugima, do nesigurnog ili dezorganizovanog obrasca afektivnog vezivanja, što može rezultirati različitim psihološkim disfunkcijama u detinjstvu, a i tokom čitavog života.

Disfunkcionalno roditeljstvo može uzrokovati dve glavne vrste problema mentalnog zdravlja<sup>88</sup>: probleme mentalnog zdravlja dece i mladih koji su praćeni unutrašnjim doživljajima neraspoloženja, straha i zabrinutosti (internalizujući poremećaji – depresija, anksioznost) te probleme ponašanja usmerene ka spolja (eksternalizujući problemi – poremećaji ponašanja, agresivnost, nasilje).

Neke posledice koje se mogu uočiti u periodu odrastanja navode se u Tabeli 14.

---

<sup>88</sup> Otani et al. *Dysfunctional parenting styles increase interpersonal sensitivity in healthy subjects*. J Nerv Ment Dis. 2009 Dec;197(12):938-41.

## Tabela 14. Nepovoljne posledice nasilnih roditeljskih praksi tokom odrastanja

### Slaba otpornost na nepovoljna iskustva

Deca uče kako da se nose sa emocionalnim, mentalnim i fizičkim traumama iz toga kako se njihovi roditelji nose sa svim teškoćama. Kada izostane roditeljski primer, odnosno ako roditelj ne štiti dete i ne pomaže mu da se nosi sa negativnim emocijama i događajima, dolazi do slabe otpornosti dece na stresne stimulse koji ih okružuju.

### Depresija

Mnoge studije su pokazale da će deca biti sklonija depresiji ako roditelji imaju nasilan pristup roditeljstvu, nizak nivo emocionalne i fizičke podrške detetu ili su skloni fizičkom kažnjavanju i nezdravom izražavanju sopstvenih negativnih emocija.

### Agresivnost

Mnoge studije pokazale su da deca koja imaju eksplozivne probleme sa besom obično imaju problematičan odnos sa majkama. Negativne roditeljske tehnike, poput grubog postupanja i izražavanja negativnih emocija prema detetu u detinjstvu, izazvaće visok nivo besa kod deteta.

### Nedostatak empatije

Ako se u porodici prema detetu postupa ravnodušno, velike su šanse da će se i ono tako ponašati prema drugima izvan porodice.

### Poteškoće u odnosima

Roditelji koji ne pomažu detetu da izrazi svoje emocije na zdrav način otkriće da njihova deca ne mogu da održe prijateljstva. Nasilno roditeljstvo takođe može učiniti da se kod deteta dovede u pitanje poverenje prema drugima, odnosno da dete ima nisko samopouzdanje.

### Antisocijalno ponašanje deteta

Kada su gore navedeni problemi intenzivnije izraženi, može se razviti slika poremećaja ponašanja koji odlikuje bezobzirno ponašanje deteta prema drugome i njegovoj imovini uz odsustvo empatije prema žrtvi. Poremećaji ponašanja su veoma često udruženi sa zloupotrebom supstanci, kriminalom i generalno lošijim zdravljem usled povređivanja odnosno nedovoljnog vođenja računa o sebi. Poremećaji ponašanja kod dece često se povezuju sa nasiljem u porodici, zloupotrebom psihoaktivnih supstanci od strane roditelja i depresijom majke.

Ovi problemi mogu poprimiti oblik i trajnih disfunkcionalnih obrazaca ličnosti u odraslom dobu (poremećaji ličnosti).

Kada su u pitanju posledice nasilnog roditeljstva na duže staze, može doći do različitih poremećaja psiho-socijalnog funkcionisanja, kao što su mentalni poremećaji u vidu depresije, anksioznih poremećaja, posttraumatskog stresnog poremećaja, zloupotrebe i zavisnosti od psihoaktivnih supstanci, poremećaja ličnosti, a zlostavljanje i zanemarivanje dece dovodi se u vezu i sa bipolarnim poremećajem i psihozama. Važna psiho-socijalna posledica odnosi se na prenos obrazaca nasilnog roditeljstva kroz generacije – dete sa tim iskustvom odrasta u roditelja koji sprovodi štetne vaspitne prakse na svojoj deci, stvarajući tako transgeneracijski ciklus nasilja koji sam sebe održava. Nasilne prakse u roditeljstvu (zlostavljanje i zanemarivanje) mogu imati i posledice po telesno zdravlje u odraslom dobu, kao što su veća sklonost bolestima srca, dijabetesu, gojaznosti, onkološkim oboljenjima, što se povezuje i sa markerima prevremenog starenja ćelija kod žrtava koje su u detinjstvu bile izložene zlostavljanju<sup>89</sup>.

Na kraju ovog segmenta treba dati još nekoliko bitnih napomena. Najpre, roditelji neretko smatraju da blaga fizička kazna (šljapkanje, pljuskanje) nije zlostavljanje, da ima koristan vaspitni efekat i da ipak ne deluje štetno, za razliku od „pravog“ nasilja. To nije ni ispravno niti korisno stanovište. Istraživanja su pokazala da, s jedne strane, postoji rizik da ovakav vaspitni način preraste u ozbiljnije nasilje (koje može dovesti i do prijave socijalnim službama), a s druge strane, da se nije pokazao nijedan koristan efekat fizičkog kažnjavanja<sup>90</sup>. Zato aktuelni protokoli prepoznaju fizičko kažnjavanje kao vid fizičkog zlostavljanja, odnosno kao put ka njemu, zbog čega ni roditelj ni stručnjak ne treba da relativizuju prihvatanje ove vaspitne metode.

Dalje, istraživanja pokazuju da podržavajući, negujući, bezbedni i stabilni odnosi u detinjstvu (ali i kasnije) deluju kao amortizeri efekata nasilja i što se ranije jave u životu, to je veća šansa da će sprečiti štetne efekte toksičnog stresa<sup>71</sup>. Zbog toga je posebno važno da se, kada su u pitanju porodice u kojima postoje traumatizovana deca, obrati pažnja na sve potencijalne protektivne odrasle osobe iz detetovog okruženja i da se one osnaže u primeni adekvatnih vaspitnih veština uz pružanju topline.

Treba naglasiti i da je odsustvo podrške detetu u stresnim situacijama ključni perniciozni momenat koji kod deteta izaziva toksični stres, što onda još više stimuliše izazovno ponašanje deteta, na koje roditelj može dalje reagovati još burnije; tako nastaje začarani krug eskalacije konflikta koji trajno narušava odnos između roditelja i deteta. Taj začarani krug treba prepoznati i zaustaviti!

<sup>89</sup> Mitkovic Voncina M, Pejovic Milovancevic M, Mandic Maravic V, Lecic Tosevski D. *Timeline of Intergenerational Child Maltreatment: the Mind-Brain-Body Interplay*. *Curr Psychiatry Rep*. 2017 Aug;19(8):50. Dostupno na: <https://link.springer.com/epdf/10.1007/s11920-017-0805-7> (ENG)

<sup>90</sup> Heilmann A, Mehay A, Watt RG, Kelly Y, Durrant JE, van Turnhout J, Gershoff ET. *Physical punishment and child outcomes: a narrative review of prospective studies*. *Lancet*. 2021 Jul 24;398(10297):355-364.

I na kraju, veoma je važno kako će se roditeljima saopštiti informacije iz ovog modula i na koji način će se roditelju predočiti da pravi neku grešku u svojoj roditeljskoj praksi. Uz oslonac na preporuke iz Modula 2, treba koristiti tehnike normalizacije čiji je cilj da otvore roditelja za prijem informacija – objasniti mu da su roditelji ljudi od krvi i mesa i da teško da postoji osoba koja nikada nije načinila grešku u roditeljstvu, da najčešće emocije straha, bespomoćnosti i ljutnje zbog neispunjenih očekivanja okidaju štetne vaspitne prakse, a ne to što su oni „loše ličnosti“ ili „loši roditelji“, da roditelji najčešće nemaju prave informacije o tome šta je štetno, a šta je korisno i da je stručnjak zapravo tu da pomogne roditelju da to nauči, da se roditeljstvo uči kroz vreme i da je naša odgovornost da aktuelna stručna saznanja uvažimo i primenimo kako bismo unapređivali svoje roditeljske prakse i sl. Roditelje treba upoznati i treba naći individualni pristup svakom od njih. I ono možda najvažnije – nikako ne treba odustajati. Iako stručnjaci mogu osetiti nelagodnost kada treba da suoče roditelja sa greškama, oni uvek moraju imati na umu da roditelj definitivno treba da zna šta da eliminiše iz svog repertoara kako bi se napravio prostor za pozitivne alternative, prikazane u Modulu 4. Ovako pomažemo i detetu i samom roditelju, koji u najvećem broju slučajeva nema prave informacije i oseća se loše nakon izazovnih situacija.

### **Rezime segmenta**

*Nasilne vaspitne prakse mogu imati različite nepovoljne posledice po psiho-socijalno i zdravstveno funkcionisanje i u razvojnom i u odrasлом dobu. Mehanizam nastanka ovih posledica vezuje se za štetno dejstvo toksičnog stresa na mozak u razvoju, na imunostem, na funkcionisanje organa, na sliku o sebi i drugima i na odnose kroz ceo život. I blaga fizička kazna ima samo štetne efekte (nema korisnih efekata) i zbog toga je ne treba koristiti kao vaspitnu metodu. Stabilni, brižni, bezbedni i negujućí odnosi sa odraslim osobama mogu amortizovati nepovoljne efekte toksičnog stresa. Štetne roditeljske prakse mogu održavati problem u konkretnoj situaciji sa detetom (tako što dovode do eskalacije konflikta), ali i kroz generacije (tako što dete može odrasti u roditelja koji slične prakse primenjuje na svom detetu). Roditeljima treba predočiti koje štetne prakse primenjuju i zbog čega su one štetne kako bi se napravio prostor za uvođenje pozitivnih alternativa, koje će pomoći i detetu i samom roditelju.*

## Veb sadržaji

Dodatne informacije o izazovnom ponašanju dece:

[https://www.rch.org.au/kidsinfo/fact\\_sheets/Challenging\\_behaviour\\_toddlers\\_and\\_young\\_children/](https://www.rch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/Challenging_behaviour_toddlers_and_young_children/) (ENG)

<https://www.nhs.uk/conditions/social-care-and-support-guide/caring-for-children-and-young-people/how-to-deal-with-challenging-behaviour-in-children/> (ENG)

<https://socialcare.wales/service-improvement/understanding-challenging-behaviour-in-children> (ENG)

Dodatne informacije o tipovima roditeljstva:

<https://parentingscience.com/authoritative-parenting-style/> (ENG)

<https://www.child-encyclopedia.com/parenting-skills/according-experts/parents-attitudes-and-beliefs-their-impact-childrens-development> (ENG)

<https://worldwidescience.org/topicpages/n/negative+parenting+practices.html> (ENG)

<https://www.youtube.com/embed/s5puPfQLwlo> (SRB)

Dodatne informacije o oblicima problematičnog postupanja prema detetu:

<https://cpd.org.rs/publikacije/> (SRB)

<https://www.unicef.org/serbia/publikacije/prirucnik-za-primenu-posebnog-protokola> (SRB)

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/child-maltreatment> (ENG)

<https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/child-abuse/symptoms-causes/syc-20370864> (ENG)

<https://www.parentingforbrain.com/bad-parenting/> (ENG)

Dodatne informacije o posledicama neadekvatnog roditeljstva na dete:

<https://developingchild.harvard.edu/science/key-concepts/toxic-stress/> (ENG)

[https://link.springer.com/epdf/10.1007/s11920-017-08057?author\\_access\\_token=JcwUqNyhMnGTqYTdPSUIEPe4R](https://link.springer.com/epdf/10.1007/s11920-017-08057?author_access_token=JcwUqNyhMnGTqYTdPSUIEPe4R) (ENG)

<https://www.unicef.org/serbia/media/16611/file/Istraživanje%20o%20disciplinovanju%20dece%20u%20porodici%20u%20Srbiji.pdf> (SRB)

<https://www.nap.edu/read/9747/chapter/5> (ENG)

<https://www.ojp.gov/pdffiles1/Digitization/140517NCJRS.pdf> (ENG)

<https://www.healthline.com/health/parenting/bad-parenting> (ENG)

<https://blog.inspireuplift.com/bad-parenting/> (ENG)

Kratak video o hroničnom toksičnom stresu: <https://developingchild.harvard.edu/translation/toxic-stress-derails-healthy-development-serbian-subtitles/> (sa prevodom na srpski)



## KAKO RAZGOVARATI SA RODITELJIMA?

### DA

- Roditeljstvo donosi sreću. Roditeljstvo donosi izazove.
- Mi vas razumemo, veoma je teško biti roditelj. Greške se dešavaju, ali se i rešavaju.
- Ne osuđujemo, razumemo, hajde da vidimo kako može drugačije.
- Roditeljstvo donosi mnogo pozitivnog, ali i obavezu roditelja da se izbori sa izazovima kako se ne bi nanela šteta razvoju deteta. Ja vam mogu u tome pomoći Uz roditeljstvo ide pravo na sve pozitivno što ono donosi, ali i obaveza da se roditelj izbori sa izazovima, a da to ne bude na štetu razvoja deteta. Ja vam mogu u tome pomoći.
- Fizičko kažnjavanje nije samo štetno, ono je potpuno nepotrebno.
- Za dete je roditelj izvor kome najviše veruje, pa će najviše verovati i njegovim uvredama i misliće loše o sebi.
- Radite na svom roditeljstvu, budite otvoreni za stručne informacije o tome koje vaspitne prakse treba preskočiti.

### NE

- Nije za svakog da bude roditelj.
- Nisu deca birala da se rode, to je bio vaš izbor, sad se snadite kako znate i umete.
- Vase dete je bolje/pametnije/ sposobnije od vas i zato vas nervira.
- To što pljuskate dete znači da ste zlostavljač.
- Kako ne razumete da je to što radite nasilje?!
- Razumljivo je i opravdano što ... (navesti konkretnu štetnu praksu).

## MATERIJAL ZA RODITELJE - PRESKOČI

### *Koje roditeljske postupke treba izbegavati i zašto?*

*Uobičajeno je i očekivano da deca tokom odrastanja ponekad pokazuju otpor, bes i krše pravila dok se razvijaju njihove socijalne i emocionalne veštine.*

*Podsticanjem pozitivnog ponašanja pomažemo detetu da nauči prihvatljive oblike ponašanja.*

*Međutim, za roditelje je važno da znaju svoje mogućnosti i granice izdržljivosti i strpljenja, kao i da umeju da prekinu i zaustave izazovna ponašanja, a da nikog ne povrede.*

### *Oblici ponašanja koje treba izbegavati*

**Fizičko kažnjavanje deteta** nanosi fizički bol detetu, ali i tugu što je dobilo batine od roditelja. Pod fizičkim kažnjavanjem se podrazumeva svako kažnjavanje uz primenu fizičke sile sa namerom da se nanese određeni stepen bola ili nelagodnosti, bez obzira na to koliko je fizička sila blaga. Ovo se najčešće odnosi na udaranje dece rukom (pljuska, batine, ćuška) ili pomagalom (bičem, štapom, kaišem, cipelom, varjačom itd.). Fizičko kažnjavanje može da podrazumeva i šutiranje, drmusanje ili bacanje deteta, grebanje, štipanje, ujedanje, čupanje kose ili zavrtanje ušiju, primoravanje deteta da ostane u neprijatnom položaju, nanošenje opekotina, šurenje ili prisilno gutanje (na primer, ispiranje usta sapunom ili teranje dece da jedu ljute začine). Upravo zato što roditelj fizičko kažnjavanje neretko primenjuje iz osećanja bespomoćnosti, a posle toga oseća krivicu i tugu, važno je da sam sebi kaže „Stop!“.

**Traženje slepe poslušnosti** znači zahtevanje od dece da slušaju roditelje i slažu se s njima, bez diskusije i pogovora („ja sam te rodio/rodila i ja najbolje znam“, „ti si dete i ima da slušaš šta ja kažem“, „kad ja pričam, da nisi pisnula/pisnuo“ i dr.). Takvo ponašanje ujedno znači i **nedostatak poverenja** u dete („ti ništa ne znaš jer si mala/mali i ja ću da ti kažem šta treba“, „ne možeš ti bolje da znaš od mene, ja imam životno iskustvo“), čime se narušava njegovo samopouzdanje i uskraćuju prilike za vežbanje preuzimanja

odgovornosti. Iako su roditelji životno iskusniji, ipak ne smemo da zaboravimo da niko nije uvek u pravu, a ni roditelji nisu izuzetak.

Iako se granice, poštovanje normi i načela ponašanja deteta podrazumevaju, zbog **preterano zaštitničkog stava** roditelj će nesvesno **uskratiti izbore i nova iskustva svom detetu** (roditelj detetu ne dopušta istraživanje prostora u malom uzrastu zbog preterane brige za bezbednost, higijenu i sl., prati dete video kamerama i kada je u vrtiću, daje detetu pametni satić da bi uvek bilo dostupno kada ga roditelj pozove, ne dozvoljava deci da samostalno barataju svojim novcem, preterano brine o higijeni, stalno zahteva od deteta da se javlja gde god da se nalazi, donosi odluke o stvarima o kojima i dete samo može da donese odluku, zahteva od deteta da mu sve kaže itd.). Dete postaje uplašeno i teško preuzima bilo kakav rizik, od sticanja novih prijatelja do isprobavanja novih aktivnosti.

**Prekomerno ukoravanje (grdnja) deteta** jeste ono što se primenjuje uvek kada dete učini nešto pogrešno ili mimo dogovora. Iako iza takvog ponašanja stoji namera da se detetu jasno postave granice i da se ukaže na to kada ih je dete prešlo, i u tome treba imati dobru meru.

Kada dete postupa neadekvatno, kritika je neophodna, ali **stalna kritika**, korišćenje tona i izraza (**vredanje**) koji pokazuju neodobravanje svih postupaka deteta i stalno podvlačenje onoga što nije dobro („glup si“, „glupa si“, „nesposobni stvore“, „trapavi“, „kao da imaš dve leve noge/ruke“, „rukopis ti je grozan, škrabopis“) mogu kod deteta stvoriti osećaj da stalno greši, što onda vodi ili do otpora ili do osećaja neadekvatnosti.

**Disciplinovanje deteta pred svima/drugima** može imati ozbiljan uticaj na samopouzdanje deteta, a osećaj stida koji proizilazi iz ove disciplinske metode teško prolazi (objavljivanje drugarima da je dete kažnjeno i da mu se ne javljaju dok je u kazni, grdnja deteta pred vršnjacima, fizičko kažnjavanje deteta pred vršnjacima).

**Deljenje saveta („popovanje“) bez ohrabrivanja** („idi kaži drugu/drugarici to i to“, „stariji uvek mora da se sluša i ne sme da mu se prigovara“, „za sve prvo moraš da pitaš starije za savet“) ne onemogućava detetu da iskaže sopstvene stavove, da sazreva učeći i da pravi svoje izbore jer roditelj misli da uvek zna šta je najbolje za njegovo dete i na neki način mu je lakše da za dete donese odluku.

**Uzdržavanje od ispoljavanja naklonosti** kod nekih roditelja je rezultat stava da je jasno pokazivanje ljubavi štetno za dete jer će se ono razmaziti, čak i kada dete uradi nešto dobro. To može da dovede i do toga da **roditelj ne pokazuje ponos na postignuća deteta** i da ga ne hvali, što kod deteta izaziva osećaj bezvrednosti i nevoljenosti.

**Neuspostavljanje pravila**, odnosno nepostavljanje granica i roditeljske kontrole, kao i ispunjavanje svih detetovih želja neki roditelji primenjuju iz uverenja da su tako najbolji

prijatelji svom detetu. Međutim, to se može smatrati i oblikom zanemarivanja osnovnih roditeljskih zadataka. Deci su potrebni struktura i granice kako bi odrasla i postala zdravi pojedinci. Ako nemaju to iskustvo u porodici, imaće poteškoća u drugim sredinama i u odnosima sa drugim osobama.

Zbog preopterećenosti obavezama i brigama ili zbog stava da dete treba da „očvrсне“ i „samo bje svoje bitke“ može se desiti da roditelj ne prepozna situacije koje su za dete važne ili stresne i **ne posvećuje vreme razgovoru sa detetom** o njegovim osećanjima. To se može odnositi na razne teme i situacije koje su detetu važne (polazak u školu, promena škole, javni nastupi, testovi/ocenjivanje, uklapanje u vršnjačku grupu, interesovanja i sl.), ali i na igru. Nedostatak podrške odnosno nepoštovanje osećanja deteta može da predstavlja oblik zanemarivanja i da kod deteta stvori osećaj zapostavljenosti i nedostatka brige.

Ukoliko roditelji stalno upoređuju dete s drugima u okruženju („Pera je odličan, a ti?“, „Šta je dobio Pera na kontrolnom?“, „Ana je divna, vaspitana, blago njenoj mami“) i govore mu da bi trebalo da bude poput druge dece i/ili da oponaša roditeljske pozitivne osobine, kod deteta se može stvoriti otpor prema promeni ponašanja ili dodatno produbiti osećaj lične neuspešnosti i neadekvatnosti.

*Deca najbolje uče imitacijom i veoma brzo shvataju, prihvataju i sama primenjuju roditeljske navike i ponašanja i prenose ih u druge odnose i situacije.*

*Zato stalno treba da imamo na umu da deca lako kopiraju upravo negativna ponašanja ili negativne stavove:*

- *brže će da nauče psovku nego pesmicu,*
- *pre će da udare, viknu i uvrede nekoga nego što će se uzdržati,*
- *lakše će ignorisati nešto nego što će se potruditi da to razumeju.*

### **Šta su posledice po decu koja su podizana uz primenu grubih, nasilnih, nepodržavajućih i zanemarujućih ponašanja roditelja?**

- agresivnost, visok nivo besa – teškoće u kontroli besa, impulsivnost, eksplozivnost;
- poteškoće u odnosima sa drugim osobama – bezobzirnost, nedostatak saosećanja i ravnodušnost, nemogućnost održavanja čvrstih emotivnih veza i prijateljstava (antisocijalno ponašanje);

- sklonost ka zloupotrebi supstanci i lošijem zdravlju (usled nedovoljno vođenja računa o sebi);
- nisko samopouzdanje – odsustvo vere u svoje snage, brzo odustajanje;
- depresivnost i teškoće izlaženja na kraj sa životnim izazovima i stresovima.

### **Šta izbegavati kada ponašanje deteta prevazilazi uobičajene razvojne izazove?**

U ponašanja koja porodice obično smatraju izazovnim spadaju dečji prkos (npr. odbijanje da prati vaše zahteve), nervoza (npr. odbijanje da jede određenu hranu ili da nosi određenu odeću), povređivanje drugih ljudi (npr. ujedanje, udaranje), preterani bes, tantrumi. Nažalost, agresija kod dece može da bude usmerena i na ljude u okruženju i na imovinu. Postoje opšti znakovi upozorenja koji mogu ukazivati na ozbiljnije probleme u ponašanju deteta, posebno kada se posmatraju u poređenju sa onim što je razvojno prikladno. Izraženi bes, česte promene raspoloženja, destrukcija ka licima i imovini, odbijanje dnevnih rutina i sl. samo su neki od tih znakova.

*Ukoliko se kao roditelji suočimo sa situacijama koje prevazilaze naše veštine, treba da zaboravimo na nelagodnost, stid i eventualni strah od osude i da potražimo pomoć stručnjaka.*

## MODUL 4. PRIMENI

# KAKO PRIMENITI POZITIVNE VASPITNE PRAKSE U BRIZI O DETETU?

### CILJ MODULA

Osnovni cilj ovog modula je da se obrade i razumeju načini na koje se porodice mogu podržati da primenjuju principe podsticajne nege i pozitivnih vaspitnih praksi u brizi o detetu. Takođe, suštinski je važno da se porodice podstaknu da promišljaju preduslove za primenu pozitivne prakse, a fokus se stavlja na tri preduslova: prihvatanje deteta, razumevanje situacije iz perspektive deteta i strategije reagovanja koje predstavljaju temelj nekažnjavajućeg vaspitanja. Dete uči istražujući i pitajući se, ali ne samo o svetu oko sebe već i o sopstvenom razumevanju i doživljaju izazova koji ga okružuju i mogućnostima reagovanja na njih. U tom smislu roditelji se pozivaju i pruža im se prilika da promišljaju situacije izazovnog ponašanja iz detetove perspektive – šta je to dete istraživalo ili pokušavalo da razume i kakvi su se zahtevi postavljali pred njega (veštine potrebne da se izazovom ovlada, kako da upravlja emocijama koje prate izazov, kako da se nosi sa izazovom). Konačno, modul nudi promišljanje konkretnih alata za roditelje koje oni mogu primeniti da bi regulisali svoj afekat i dali sebi vremena da promisle i dožive situaciju iz detetove perspektive, ali i da bi podržali istraživanje deteta i načinili ga bezbednim i detetu primerenim (da dete može da ga iznese i savlada). Na ovaj način fokus disciplinovanja stavlja se na protektivnu ulogu staratelja – njihovo nije da kazne nepoželjno ponašanje, već da se, tako što će prepoznavati izazove i blagovremeno reagovati na njih, usmere na to da omoguće detetu da sve veštije primenjuje korisna ponašanja i veštine kako bi se nosilo sa izazovima, a da ga oni podrže tamo gde ono nema dovoljno veština potrebnih da iznese izazov. Stručnjaci ne obučavaju roditelje za pozitivno vaspitanje, već podižu opšti kvalitet brige o detetu (koncipiran kroz podsticajnu negu kao celinu kvalitetnog staranja).

### **Ključne poruke modula**

- *Primena pozitivnih (nekažnjavajućih) vaspitnih praksi se oslanja na veštine podsticajne nege.*
- *Tri su suštinska oslonca primene nekažnjavajućih vaspitnih praksi: prihvatanje deteta, veština sagledavanja situacija iz perspektive deteta i primena strategije „biti korak ispred deteta“ (koja se temelji na praćenju detetovog ponašanja uz blagovremeno reagovanje, na postavljanju granica, na postizanju dogovora i uspostavljanju rutina).*
- *Alatke koje na raspolaganju imaju roditelji kada primenjuju pozitivnu (nekažnjavajuću) praksu omogućavaju regulaciju emocija roditelja, što je dobar model za dete zahvaljujući strategijama kojima se dete vodi kroz situacije, uz pohvale, podsticaje, uvažavanje i prilike da dete uči.*

## **SADRŽAJ MODULA**

### **1. Oslonci primene pozitivne (nekažnjavajuće) prakse u podsticajnoj nezi**

**a) Prihvatiti dete.** Kako je u Modulu 1 već navedeno, graditi veštinu prihvatanja deteta zapravo znači osigurati da roditelj bude svestan svog deteta, ne samo u fizičkom smislu, nego i da suštinski doživljava, razume i poznaje konkretno dete. Prihvatanje podrazumeva i poznavanje temperamenta i veština deteta i toga kako se one ispoljavaju u različitim situacijama, kao i poznavanje interesovanja deteta, načina na koji dete pokazuje potrebe za podrškom te kako (i kada) izražava frustraciju, inicijativu, kada se povlači i sl. Ovo je preduslov za veštinu roditelja da razume perspektivu deteta i da „bude korak ispred deteta“.

Prihvatanje deteta se ne podrazumeva. Kada neko postane roditelj, stvarnost mu zapravo otkriva priličan raskorak između idealne slike bebe i roditeljstva koja nastaje tokom trudnoće (ili tokom procesa usvajanja odnosno nekog drugog načina preuzimanja roditeljske uloge)

i onoga što briga o detetu stvarno znači. Ovaj raskorak je razvojna datost roditeljstva i traži od roditelja da kontinuirano menja svoju sliku roditeljstva i da je usklađuje sa realnim detetom tokom celokupnog odrastanja deteta. Prihvatanje deteta usmerava roditelja, još od trudnoće, na izgradnju veština koje će mu omogućiti da usvaja prakse u brizi o detetu koje se oslanjaju na podsticajnu negu i pozitivno vaspitanje.

- *Dete nije dobro ili loše niti je njegovo ponašanje dobro ili loše. Ponašanje i reakcije deteta su manje ili više prihvatljivi i bezbedni.*
- *Roditelj to ponašanje može manje ili više dobro da razume, da uoči i da reaguje na njega.*
- *Učenje deteta uz vodstvo obezbeđuje roditelj, prema svom razumevanju, opažanju i reagovanju na ponašanje deteta.*

**b) Perspektiva koju dete ima je ključ dobre podrške detetu.** Način na koji dete vidi neku situaciju neretko je drugačiji od načina na koji tu situaciju doživljava roditelj. Ta razlika može (i najčešće) ima veze sa razvojem, ali i sa motivacijom, temperamentom i sl. Roditelj je za dete „ogledalo“ – u reakcijama roditelja reflektuju se ponašanje i reakcije deteta i tada ponašanje dobija značenje za dete, tj. postaje prihvatljivo (ili ne) i korisno (ili ne). „Ogledanje“ u roditelju daje šansu detetu da dobije ime za svoja ponašanja, pokuša je, promišljanja, ali i za osećanja, doživljaje, reakcije i sl. Zbog toga je važno da roditelj razmišlja iz perspektive deteta: šta dete vidi da se dešava, šta dete misli da radi, šta je detetov „razlog“ ili povod za nekakvo ponašanje, kakve kapacitete (emotivne, socijalne, kognitivne) dete ima da razume situaciju, reši dilemu ili izazov, „izađe na kraj“ sa frustracijom ili zahtevom, odnosno da reguliše neka druga teška ili neprijatna osećanja (npr. stid, nevoljnost, zabrinutost, nelagoda, ljutnja, tuga).

Svaka situacija u kojoj se dete nalazi predstavlja za dete priliku da uči veštine koje su mu potrebne za funkcionisanje u svetu i da ovladava njima; to se odnosi i na emocionalnu regulaciju, na veštine rešavanja problema i na razvoj socijalnih veština. Ako stvari sagledamo iz perspektive deteta, to između ostalog znači i da smo pomislili „šta dete u ovoj situaciji uči i istražuje“.



**c) „Biti korak ispred deteta“** predstavlja logični nastavak prihvatanja i razumevanja perspektive deteta. Za roditelje je važno da razumeju funkciju ove veštine te da je dobro utemelje u praćenju deteta i razumevanju njegovog ponašanja. Koncept „biti korak ispred deteta“ zasniva se na pravljenju dogovora (postavljanju granica) koji za cilj ima bezbednost (i fizičku i emocionalnu, u smislu doživljaja afektivne sigurnosti), a istovremeno omogućava detetu da učestvuje u donošenju odluka i upravljanju sopstvenim ponašanjem, odnosno omogućava mu da ovlada veštinama regulisanja sopstvenog ponašanja. Osim ovih situacija koje zapravo omogućuju učešće i učenje različitih veština u domenu autonomije (npr. samostalno kupanje, korišćenje escajga ili aparata, učešće u pripremi obroka, prelazak puta), „biti korak ispred deteta“ obezbeđuje da dete oseti da su situacije predvidive. Uz to, dete razvija doživljaj da su one poznate i jasne njegovom roditelju, da on tačno zna šta radi, da je tu za dete i da će mu sigurno pomoći kada zatreba. Tako dete razvija doživljaj zaštićenosti i sigurnosti u prisustvo, zainteresovanost i veštine roditelja. Zato je ovu veštinu važno primenjivati u svim situacijama koje su detetu nelagodne (upoznavanje nepoznate osobe, rešavanje zadatka koji je zahtevan pa može da izazove frustraciju ili umor, učešće u socijalnim interakcijama i sl.).

### **Primer: Biti korak ispred deteta**

- *Dok je dete sasvim malo, dogovor se pravi pre izlaska na ulicu, a na raskrsnici se dete podseća da sada dâ ruku roditelju kako bi bezbedno prešli ulicu.*
- *Dok drži dete za ruku, roditelj ponavlja očekivano i/ili bezbedno ponašanje („gledamo levo, desno, sačekamo, gledamo semafor...“) i podržava dete („tako je, bravo, vidiš kako smo sada videli auto na vreme, pa smo sačekali...“).*
- *Kada pređu ulicu, roditelj detetu stavlja do znanja da sada može ponovo da trčka (ili šta je već dogovor), a da će mu dete na sledećoj raskrsnici ponovo dati ruku.*
- *Ovi dogovori i redosled ponašanja se menjaju kako rastu veštine deteta. U nekom momentu roditelj može da promeni držanje za ruku u „staneš pored mene i kada kažemo može, onda predemo ulicu“, kasnije u „sada ti kaži kada misliš da je u redu da predemo ulicu“ i konačno u „pored tebe sam, da vidim kako sam prelaziš ulicu“.*

Osim dogovora, prepoznatljivih rutina i rituala, ova veština u svakodnevnoj interakciji roditelja i deteta podrazumeva da roditelj uskoči kada primeti da je zahtev za regulacijom ponašanja i emocija za dete prevelik i ponudi mu podršku, vođstvo i usmerenje da se izbori sa tim zahtevom. Stoga pažnju pre svega treba posvetiti praćenju ponašanja deteta i prepoznavanju načina na koji dete komunicira potrebe i pokazuje veštine koje ima na raspolaganju, u skladu sa fazom razvoja, da bi izašlo na kraj sa izazovnim situacijama.



*Shema 7. Uloga prihvatanja (toplina) i vođenja deteta kroz situacije (strukture) u nekažnjavajućem vaspitanju*

## **Rezime segmenta**

*Primena pozitivne vaspitne discipline oslanja se na podsticajnu negu, i to na prihvatanje deteta, na posmatranje situacija iz perspektive deteta i na primenu strategije „biti korak ispred deteta.“ Graditi veštinu prihvatanja deteta zapravo znači osigurati da roditelj bude svestan svog deteta, ne samo u fizičkom smislu, nego i da suštinski doživljava, razume i poznaje konkretno dete. U svakoj izazovnoj situaciji roditeljima se pruža prilika da promisle tu situaciju iz detetove perspektive – šta je to dete istraživalo ili pokušavalo da razume i kakvi su se zahtevi postavljali pred njega (veštine potrebne da se izazovom ovlada, kako da upravlja emocijama koje prate izazov, kako da se nosi sa izazovom). Strategija „biti korak ispred deteta“ predstavlja logični nastavak prihvatanja i razumevanja perspektive deteta i zasniva se na pravljenju dogovora (postavljanju granica) koji ima za cilj bezbednost (i fizičku i emocionalnu, u smislu doživljaja afektivne sigurnosti), a istovremeno omogućava detetu da učestvuje u donošenju odluka i upravljanju sopstvenim ponašanjem, odnosno omogućava mu da ovlada veštinama regulisanja sopstvenog ponašanja .*

## **2. Ponašanje roditelja koji primenjuju nekažnjavajuću (pozitivnu) vaspitnu praksu**

Kako primeniti pozitivnu disciplinu? Da bismo roditeljima dali odgovor na ovo pitanje, najpre treba da im objasnimo šta jeste, a šta nije pozitivna disciplina (Tabela 15).

**Tabela 15. Pozitivna disciplina**

<b>Nije</b>
nepostojanje pravila
kada deca rade sve što im padne na pamet
<b>Jeste</b>
pomaganje detetu da (vremenom) uspostavi kontrolu nad svojim ponašanjem i osećanjima
jasna komunikacija
međusobno uvažavanje dece i odraslih
poučavanje dece da donesu dobre odluke
izgradnja veština i samopouzdanja deteta
obučavanje dece da uvažavaju osećanja drugih osoba

Stručnjaci koji dolaze u kontakt sa roditeljima treba da razumeju i poznaju konkretne tehnike koje roditelju pomažu da<sup>91</sup>:

**a) Osvesti sopstvena osećanja i uverenja** (posebno neprijatna), **brine o sebi i ovlada tehnikama samoregulacije**. Tada roditelj reguliše svoju snažnu neprijatnu emociju, što mu omogućava da se udalji (emotivno) od situacije, da sagleda potrebe i perspektivu deteta te da adekvatno reaguje. Roditelj treba da bude u stanju da svesno promisli perspektivu deteta, „priseti se“ detetovih veština i potreba i da potom odgovori na njih. Roditelj treba da prihvati dete, treba da pretraži njegova ponašanja i potrebe, da se poveže sa detetovim osećanjima i stanovištima i da vežba kako bi usvojio ključne veštine i razvio uverenja vezana za podsticajno roditeljstvo. Značajno je da roditelji razviju uverenje da ne postoje deca koja nisu dobra, deca koja su nevaljala ili loša, nego da se kao loše ili neprimerno može označiti ponašanje deteta (a ne dete).

**b) Modeluje ponašanje svog deteta, koje uči posmatrajući roditelja**. Ponašanja i emocije su „zarazni“, pa roditelja treba ohrabriti da se ponaša onako kako bi voleo da se ponaša dete – smireno, ljubazno, kooperativno.

<sup>91</sup> Lachman, J. M., Doubt, J., Hutchings, J., Cluver, L., Gardner, F., Tsoanyane, S. and, C. *Parenting for Lifelong Health - ParentChat. Facilitator manual*. (2020). Dostupno na: [https://cdn.who.int/media/docs/default-source/documents/child-maltreatment/plh-for-young-children-facilitator-manual-fifth-edition-english-web.pdf?sfvrsn=d87758fc\\_2&download=true](https://cdn.who.int/media/docs/default-source/documents/child-maltreatment/plh-for-young-children-facilitator-manual-fifth-edition-english-web.pdf?sfvrsn=d87758fc_2&download=true) (ENG)

Zato je važno da roditelj:

- brine o sebi, svom zdravlju, ishrani i snu,
- ima podršku, društveni život, svoja zadovoljstva i hobije,
- postavlja realistična očekivanja (sebi, partneru, porodici i detetu),
- unapredi svoje komunikacione veštine,
- unapredi svoje organizacione veštine,
- u što je manjoj meri donosi posao kući,
- razvije tehnike smanjenja i kontrole stresa (disanje, meditacija, svesnost),
- vežba, relaksira se i neguje osećaj za humor.

Roditelj treba da nauči da on svojim ponašanjem modeluje ponašanje deteta, što se odražava i na paralelni proces sa profesionalcima i pomagačima, koji svojim ponašanjem i stavovima modeluju roditeljska ponašanja i stavove. To se povezuje sa podrškom roditelju da osvesti svoja uverenja, osećanja (posebno neprijatna) i okidače, da brine o sebi, da potraži pomoć i nauči tehnike samoregulacije i prevladavanja stresa.

**c) Ohrabri dete, jer ono uči kada oseća da ga podržavaju, uvažavaju i prihvataju.**

Roditelj se usmerava i podržava da:

- **pohvali** dete za to što jeste („volim te“) i za ono što radi („baš si lepo sredio igračke“)<sup>92</sup>, pri čemu se više pažnje poklanja naporu nego rezultatu („baš si pažljivo obojio ove detalje“, „video sam koliko si vredno učila za taj kontrolni“ i sl.). Kako se daju pohvale detetu pogledajte u Tabeli 16.

#### Tabela 16. Kako se daju pohvale detetu?

Odmah: pohvalite dete čim uočite ponašanje koje je za pohvalu.

Izrazite zadovoljstvo: budite entuzijastični i iskreni.

Opišite ponašanje: recite tačno detetu šta je dobro uradilo.

Naglasite korist: recite detetu kako to ponašanje pomaže i njemu i drugima.

Dodir: nežno dodirnite dete.

<sup>92</sup> Kumpfer, K. and Brown, J. *Strengthening Families Program, Handouts and Worksheets – 11 sessions, ages 7-17 (2011)*. Dostupno na: [https://strengtheningfamiliesprogram.org/wp-content/uploads/2020/10/All-SFP\\_ENGLISH\\_Handouts\\_2020-10.pdf](https://strengtheningfamiliesprogram.org/wp-content/uploads/2020/10/All-SFP_ENGLISH_Handouts_2020-10.pdf) (ENG)

- **nagradi** poželjna ponašanja deteta pozitivnom pažnjom, privilegijama ili materijalno, npr. privilegijama kao što su dodatno vreme za igrice, dodatna priča pred spavanje, stvarima koje dete želi i vrednuje, od nalepnice do igračke, pa i materijalnom naknadom, koja je posebno pogodna za starije dete kao nagrada za dobro obavljene zadatke<sup>93</sup>. Kako se nagrađuje poželjno ponašanje pogledajte u Tabeli 17.

**Tabela 17. Nagrađivanje poželjnog ponašanja**

Odlučite koja ponašanja želite da nagrađite.

Neka dete odabere nagradu u kojoj uživa (onu koju možete priuštiti i koja odgovara njegovim naporima).

Neke nagrade zahtevaju kumulativno praćenje. Tada se odlučite za opciju brojanja poena potrebnih za osvajanje nagrade.

Dajte nagradne poene odmah posle dobrog ponašanja.

Nasmejte se, budite entuzijastični, pokažite da ste zadovoljni i istaknite konkretno ponašanje koje cenite.

Dajte nagradu tek POSLE poželjnog ponašanja/ postignuća.

Ne nudite nagradu da biste zaustavili loše ponašanje.

- **podstakne odgovornost i saradljivost**, a ne poslušnost i submisivnost deteta. Dete treba da nauči da bira, odlučuje, razmatra i snosi posledice svojih izbora u skladu sa uzrastom. Deca mlađeg uzrasta uče da biraju i da pregovaraju kada imaju ograničen izbor („hoćeš li da čitamo priču ili da uspavamo lutku“, „da li danas oblačiš plavu ili žutu majicu za vrtić“ i sl.).
- **uči** dete da rešava probleme, pregovara, razvija kompromise i donosi odluke.
- koristi **igru, muziku, ples, sport i humor za komunikaciju** i zajedničko vreme sa detetom. Pri tome je važno da svako dete u porodici dobije i **svoje individualno vreme** – nepodeljenu pozitivnu pažnju bar nekoliko minuta dnevno ili tokom nedelje, u zavisnosti od uzrasta.

<sup>93</sup> Ben-Ari, K. *Small Steps to Great Parenting: The Essential Guide for Busy Families*. Createspace Independent Publishing Platform (2018).

Svako dete ima suštinsku potrebu da ga drugi uvažavaju i da samo sebe uvažava kao osobu. Kada roditelj pokazuje detetu da su njegove granice jasne, dosledne i nepokolebljive, on pokazuje sposobnost da vodi i gradi poštovanje. Pokazivanje da je ljubav čvrsta, dosledna i nepokolebljiva razvija samopoštovanje deteta. Pored pokazivanja bezuslovne ljubavi detetu, postoje brojni načini na koje se može razviti samopoštovanje kod deteta<sup>94</sup>:

- pokazivanje fizičke naklonosti (zagrljaj, poljubac), korišćenje pozitivnog govora tela (naginjanje prema detetu tokom slušanja, gledanje deteta u oči dok govori, osmeh, klimanje glavom, pokazivanje palca ili „davanje petaka“ i sl.);
- korišćenje reči ohrabrenja i potvrđivanja, ljubazno i afirmativno pričanje o detetu pred drugima i sl.;
- svakodnevno posvećivanje pune pažnje detetu dok razgovarate sa njim, topao pozdrav kada uđe u sobu i sl.;
- stvaranje pozitivnog okruženja u kome je dete slobodno da bude ono što jeste;
- razvoj doživljaja pripadnosti stvaranjem jakih porodičnih veza i tradicija te uključivanjem u zajednicu i grupe van uže porodice (rekreacija, sport, prijatelji, susedstvo, religiozne, volonterske i druge grupe);
- vođenjem računa o tome da očekivanja roditelja budu u skladu sa sposobnostima i stepenom razvoja deteta;
- stvaranjem atmosfere koja omogućava detetu da izrazi mišljenje i pokaže osećanja i stavlja mu do znanja da će biti saslušano i uvaženo;
- davanje odgovornosti i nezavisnosti detetu u skladu sa uzrastom.

Poruke za podršku razvoju samopouzdanja deteta su „volim te, vidim te, verujem u tebe, i ti si važan“. Greške i propusti deteta se tretiraju kao prilika za učenje i rast, dok roditelj ima zadatak da naglašava specifične snage deteta i da ga prihvata onakvog kakvo jeste. Primeri rečenica kojima roditelj može da iskaže ljubav, pohvalu i podsticaj detetu navode se u Tabeli 18.

---

<sup>94</sup> Eanes, R. *Positive parenting: an essential guide*. New York : Tarcher Perigee. (2016).

**Tabela 18. Kako iskazati ljubav, pohvaliti i podstaći dete**

Volim te.
Baš smo dobar tim.
Divno se zabavljam se sa tobom.
Drago mi je što si moj sin/ćerka.
Uživam da provodim vreme sa tobom/vama.
Drago mi je što si me zvao/la.
Ako si zabrinut/ta, tužan/na, ako te nešto boli, tu sam da te saslušam, pomoz mi da razumem.
Mnogo mi značiš.
U pravu si.
Ponosan/na sam na tebe zbog...
Hvala ti što se toliko trudiš...
Zadovoljan/na sam načinom na koji...
Kako si pažljiv/a prema...
Baš si napredovao/la u...
Dobro si uradio/la...
Nastavi samo tako da dobro radiš na...
Sviđa mi se kada...
To je bio zaista dobar pokušaj u...
To je veliki napredak u...
Drago mi je...
Cenim što si...
Impresioniran/na sam načinom na koji...



Hvala ti što si tako...
Dobro urađeno!
Volim da čujem tvoje ideje.
To je dobra poenta! Hvala ti što si to podelio/la sa mnom.
Siguran/na (znao/la) sam da ti to možeš, radio/la si teške stvari i ranije.
Hvala što si uradio/la ono što sam tražio/la.
Ne bih to uradio/la bez tebe.
Tako treba! Sjajno, daj petaka!
Sviđa mi se način na koji radiš...!
Na pravom si putu.
Dobro razmišljanje! (Dobra ideja!)
Ti si sjajan pomoćnik/ca.

**d) Omogući detetu da se oseća dobro, bezbedno, zbrinuto, uvaženo i voljeno i onda kada roditelj reaguje sa ciljem da koriguje neželjeno ponašanje** i usmeri dete na korisnije i prihvatljivije načine reagovanja. Ovo služi tome da se roditelju pruži uvid u jezik koji osnažuje dete (poruke detetu), vrednuje nameru deteta, usmerava ga na granice i prihvatljiva ponašanja. Pri tome se poruke šalju tako da dete i dalje oseća da je prihvaćeno i spremno da se sledeći put bolje nosi sa izazovom, što podrazumeva da je roditelj ovladao veštinama podrške poželjnom ponašanju. To su pohvale, jednostavne i nekoruptivne nagrade, provođenje kvalitetnog vremena sa detetom, pokazivanje brige i naklonosti (prisutnost, posvećenost, pružanje utehe, razumevanje) i osvetljavanje osećanja (aktivno slušanje). Kako aktivno slušati dete, odnosno koja pitanja treba postavljati da bismo dete čuli i razumeli pogledajte u Tabeli 19.

## Tabela 19.

### Kako aktivno slušati dete?

Prekinite aktivnost kojom se tog trenutka bavite i posvetite punu pažnju detetu.

Spustite se do visine deteta i uspostavite kontakt očima sa detetom.

Povremeno ponovite ili prepričajte ono što je dete reklo i to kako se oseća. Tako mu pokazujete da ga slušate, a istovremeno proveravate da li ste ga dobro razumeli.

### Kako postavljati pitanja detetu da bismo ga čuli i razumeli?

Šta misliš o tome?

Šta misliš da bi mogao/la da uradiš?

Šta bi sledeći put mogao/la da uradiš drugačije?

Šta bi voleo/la da si rekao/la?

Kako bi ovo mogao/la da rešiš?

Kako si se osećao/la zbog onoga što je [osoba] rekla ili uradila?

A kako se postaviti kada je dete uznemireno, kada je u nevolji? Umesto grdnje, pažnju treba posvetiti razumevanju onoga što dete oseća i zašto se tako oseća i ponaša i ponuditi mu adekvatnu pomoć u pronalaženju rešenja. To znatno povećava mogućnosti da dete uspostavi saradnju, da se smiri i da učvrsti odnos poverenja sa roditeljem. Kako se približiti detetu u nevolji pogledajte u Tabeli 20.

## Tabela 20. Kako se približiti detetu u nevolji?

„Vidim da te nešto uznemirava“, a ne „Uvek se ovako ponašaš kada grešiš.“

„Da vidimo šta se dešava“, a ne „Ti kao da nikad ništa ne razumeš!“

„Da, teško je kada...“ , a ne „Vidi, ako želiš da razgovaraš sa mnom, znaš gde sam!“

„Dodji, sedi blizu mene. Pomozi mi da razumem (šta se desilo / kako si / kako ti je?)“, a ne „Saberu se ili idi u svoju sobu!“

„I šta treba da uradimo da se ovo reši?“, a ne „Ma hajde, nije tako strašno“

**e) Postavi granice** kako bi za dete napravio predvidivo, sigurno okruženje, u kome je poznato šta je u redu, a šta ne, na koje načine dete može da učestvuje, a na koje ne, šta je uloga roditelja i kako roditelj treba da se angažuje u podršci detetu i detetovom istraživanju. To podrazumeva ustanovljenu dnevnu rutinu, porodična pravila i dogovoreni kućni red. Uvođenjem rutine i predvidivosti u svakodnevni (jelo, higijena, igra, zajedničko vreme, domaći zadaci, čitanje priča, spavanje) i porodični život (zajednički obroci, igre, zadaci, proslave, praznici i sl.) stvara se brižno, spokojno, zabavno i podsticajno okruženje za sve članove porodice. Roditelj mora ovladati veštinama davanja pozitivnih, specifičnih i realističnih uputstava, izbegavanja kritičizma i ironije, preusmeravanja nepoželjnog ponašanja (ka poželjnom, tako što će reagovati unapred ili usmeravanjem na drugu aktivnost) i korišćenja logičnih posledica. Kako treba davati jasna uputstva detetu pogledajte u Tabeli 21.

<b>Tabela 21. Davanje jasnih uputstava</b>
Privucite pažnju deteta.
Ako je moguće, upozorite dete unapred.
Recite detetu šta tačno treba da uradi (objasnite mu šta, kako i kada želite da uradi).
Budite kratki (bez dugih objašnjenja).
Koristite „molim te“, a potom izrecite zahtev, ne pitajte da li hoće, može i sl.
Neka vaš glas bude čvrst, ali ljubazan.
Pratite ponašanje deteta da biste bili sigurni da je uradilo ono što ste tražili. Mogu se koristiti i znaci upozorenja – sačekajte deset sekundi i ako vas dete ne poslušava, primenite posledice.
<b>NE FUNKCIONIŠU</b> lančana i nejasna uputstva, uputstva tipa „hajde da...“; uputstva u obliku pitanja i uputstva sa dugačkim objašnjenjima.

Razlika između kazne i pozitivne discipline je u nameri: namera kazne je da se nanese bol, a namera pozitivne discipline je da se dete obuči u pozitivnom, prosocijalnom ponašanju. Pri tome je važno ohrabriti roditelja da bude smiren, da obezbedi pozitivnu pažnju detetu, da bude fer, odnosno da bude razuman i otvoren kako bi razmotrio posledice nepoštovanja pravila zajedno sa detetom. **Posledice** (logične, primerene uzrastu deteta, takve da dete može da razume) nisu kazna (ne povređuju, ne zbunjuju, ne stvaraju otpor), već prilika da dete nauči da njegove aktivnosti utiču i na njega i na svet i na ljude oko njega. Ovo, zauzvrat, pomaže deci da uče o preduzimanju odgovornosti i donošenju odluka. Karakteristike delotvornog korišćenja posledica pogledajte u Tabeli 22.

## Tabela 22. Delotvorno korišćenje posledica

Ne uzrokuju fizičku ili emocionalnu povredu ili štetu.

Specifične su, realistične i razumne.

Ne podrazumevaju bes, viku, poniženje ili pretnje.

Logični su rezultati ponašanja koje nije odobreno.

Poučne su, jer služe da se uvežbaju nedostajuće veštine.

Unapred su dogovorene i obostrano prihvaćene.

Jednostavno se zadaju i prate.

Dosledno se primenjuju.

Prate ih iskreni izrazi ljubavi i brige.

Bezbedne su, jer nikada ne uskraćuju osnovna prava deteta na hranu, sklonište, emocionalnu i fizičku sigurnost, ljubav ili obrazovanje.

**f) Reaguje „unapred“;** prati dete i prepoznaje kada je detetu potrebna podrška, tako da dete ostaje bezbedno u okruženju u kome postoje pravila i rutine i u kome se planira sprečavanje mogućih rizika. Pravila treba da budu realistična (jasna i sprovodiva), dosledno sprovedena (predvidivo vreme za obroke, igru, domaće zadatke, odmor) i zajednički dogovorena sa detetom kako bi ono razumelo razlog za postavljanje konkretnog pravila. Osim dogovorenih pravila i rutina, reagovanje unapred u svakodnevnoj interakciji podrazumeva da je roditelj vešt da, prateći dete, prepozna prve znake da dete više ne može da upravlja svojim ponašanjem ili osećanjima, da je umorno, da želi da promeni aktivnost i sl.

**g) Razvije odgovore za reagovanje na teške i krizne situacije.** To su situacije sa detetom u kojima dolazi do svađe, vrištanja, prekidanja, pa i durenja i plakanja. Sva ova ponašanja manifestuju duboku uznemirenost deteta, bilo da je kvalifikujemo kao privlačenje pažnje i tantrum ili uznemirenost usled fizičke i psihološke ugroženosti (bolest, doživljeno nasilje, poniženje, teška osujećenost ili nepravda). U tim situacijama roditelj treba:

- **da ostane smiren,** fokusiran na potrebe deteta (da razume i svoja i detetova osećanja); korisno je duboko udahnuti nekoliko puta ili se udaljiti ako je potrebno;

- **da pripremi odgovarajući odgovor** (bilo da je u pitanju pažljivo slušanje, zajedničko razmatranje načina rešavanja problema ili preusmeravanje pažnje) na miran i jasan način; pri tome je važno **biti fer** i pružiti detetu priliku da se angažuje u poželjnom ponašanju pre nego što se posegne za prirodnim i logičnim, a unapred dogovorenim i razumnim posledicama (korisno je ako se detetu pruži najmanje jedna prilika da se koriguje pre korišćenja posledica);
- **da pruži utehu** (biti tu za dete, zagrliti ga, uzeti manje dete u krilo, dodirnuti adolescenta po ramenu i sl.);
- **da pohvali** dete za naredno pozitivno ponašanje koje ispoljava ili za deljenje teških tema sa roditeljima (ponekad je korisno preusmeriti dete i posvetiti puno pozitivne pažnje željenim ponašanjima).

Ovo su tehnike modifikacije ponašanja koje roditelju mogu biti korisne u nekim situacijama (ali samo u sprezi sa ostalim tehnikama):

- **pregovaranje** i dolaženje do **kompromisa**,
- **gubitak privilegija** i
- **restitucija** (u vidu izvinjenja ili dodatnog zadatka kojim se nadoknađuje naneta šteta, što je pogodno za školsku decu i adolescente).

Generalno, dete treba da dobija mnogo pozitivne pažnje i ohrabrenja za ponašanja koja roditelj želi da podstakne i utvrdi. Kada je dete (ili adolescent) jako uznemireno ili ljutito, onda je izrazito ranjivo, pa roditelji treba pažljivo da biraju reči i vode računa o svojim postupcima. Korisno je da roditelj podstiče konverzaciju, a ne da ispituje dete, i da uz odgovarajući ton glasa koristi rečenice:

- **povezivanja** – „vidim da“ („...te to baš uznemirava“, „...je ovo teško za nas“, „... da ti je verovatno potrebno da budeš sam/a, pa možemo da porazgovaramo kasnije“ i sl.),
- **dolaženja do perspektive deteta** – „Pomozi mi da razumem kako ti to vidiš.“
- **podrške** – „Šta ti je potrebno da bi rešio/la ovo pitanje?“

Kada odgovara na nevolju ili neprihvatljivo ponašanje deteta, značajno je da roditelj izbegava:

- provokativne ili sarkastične izjave i stilove komunikacije,
- nenamerna „spuštanja“ deteta i korišćenje brutalnih činjenica i
- preterano asertivno ispitivanje deteta.

Sa druge strane, kada je dete realno ugroženo (npr. usled bolesti, nezgode, pretrpljenog straha ili nasilja) roditelj mu podršku mora pružati na takav način da dete oseti podršku i da oseti da je voljeno. Roditelj pri tome treba<sup>95</sup>:

- da ostane smiren i pribran kada odgovara na potrebe deteta u krizi;
- da se zapita se „Šta je mom detetu sada potrebno?“;
- da uveri svoje dete da je tu za njega;
- da prepozna i uvaži detetova i sopstvena obećanja;
- da bude otvoren i sasluša u čemu se sastoji nevolja deteta;
- da pohvali dete što deli teška osećanja i neprijatne događaje sa roditeljem,
- da uključi dete u reagovanje na krizu.

„Ostati smiren“ deluje kao preporuka koju je lakše izreći nego sprovesti u praksi, posebno kada su pred roditeljem burna problematična ponašanja dece. U tim situacijama izuzetno je važno da roditelj ne odreaguje automatski, već da prizove u pomoć svoj razumni um, odnosno razumne i konstruktivne roditeljske stavove i da svesno odabere kakav je odgovor najbolji po dete u datoj situaciji. Reakcija roditelja treba da pruži empatično razumevanje, da detetu jasno stavi do znanja šta je u njegovom ponašanju problematično, da pruži smernice za korekciju ponašanja odnosno da usmeri dete na ono što treba da uradi umesto problematičnog ponašanja, da ukaže na logične posledice ponašanja, ali i na njihovo smanjenje ukoliko se dete potruđi da postupi ispravno (Tabela 23).

---

<sup>95</sup> Payne, K. J. *Being at your best when your kids are at their worst: practical compassion in parenting*. Boulder, Colorado: Shambhala Publications, Inc. (2019).

**Tabela 23. Kako ostati miran i konstruktivan kada dete „šizi“?**

Stavovi
Stav 1. Želim da poučim svoje dete, a ne da ga kažnjavam.
Stav 2. Kada sam ljut/a, ne razmišljam jasno i ne dajem dobra uputstva i primere svom detetu.
Stav 3. Biram da ne budem ljut/a.
Veštine
Veština 1. Udahnuti duboko pre nego što se nešto kaže.
Veština 2. Prepoznati stanje i potrebe deteta i šta dete može da nauči iz date situacije.
Veština 3.
<input type="checkbox"/> Izraziti empatiju („Razumem da se osećaš.“)
<input type="checkbox"/> Imenovati neadekvatno ponašanje („Malopre si...“)
<input type="checkbox"/> Ukazati na ponašanje ili veštinu koju dete treba da koristi umesto nepoželjnog ponašanja („Ono što treba da uradiš je...“)
<input type="checkbox"/> „Pošto si izabrao/la da..., sada... (primerena logična posledica)
<input type="checkbox"/> „Ako želiš da se potruđiš / da uvežbaš ..., odmah ćemo (smanjiti negativne posledice na... ili sl.)

Ponekad osećanja toliko preplave roditelja da je njemu da teško odmah prizove svoj razumni um. Zbog toga roditelj treba da nauči veštinu upravljanja sopstvenim osećanjima. Kada roditelj konstruktivno upravlja svojim osećanjima, on detetu pruža model po kome ono može da nauči to isto, a istovremeno roditelj pomaže sebi da se oseća bolje. Savete za roditelja koji je jako uznemiren ponašanjem deteta možete pronaći u Tabeli 24.

## Tabela 24. Kada vas ponašanje deteta jako uznemiri,

**odložite reakciju**, jer osećanje dođe i prođe;

**prepoznajte i smirite svoja neprijatna osećanja.** Fokusirajte se na ono što osećate, na disanje i na telesna dešavanja. Napravite nekoliko sporih i dubokih udaha. Ponekad je to dovoljno da se smirite. Ako nije, nakratko se povucite iz situacije dok se osećanja ne smire. (Najbolje je da za to vreme sa detetom bude drugi roditelj ili druga odrasla osoba iz domaćinstva.);

**sagledajte situaciju očima deteta.** Kako se ono oseća? Koje potrebe izražava svojim ponašanjem? Setite se da je dete koje sada reaguje burno isto ono dete čije ponašanje u vama budi ponos i toplinu u nekim drugim situacijama;

**razmislite koja je reakcija najbolja po vaše dete.** Kako bi se vaša burna reakcija odrazila na njegova osećanja, a kakav bi mu odgovor od vas pomogao da se oseća bolje? Šta bi dete trebalo da nauči iz vašeg odgovora sada i na duže staze?

**odaberite najprikladniji odgovor na datu situaciju.** Kad ste se smirili i razmislili, omogućili ste sebi da svesno odaberete kako ćete postupiti u najboljem interesu deteta, umesto da odreagujete automatski na sopstvene trenutne potrebe;

**napravite plan za buduće situacije.** Uočite koji okidači izazivaju burna osećanja kod vašeg deteta i kod vas. Kada roditelj poznaje okidače, on sebi daje mogućnost da predvidi izazovne situacije i da spreči automatsko reagovanje. U tome vam, ako je potrebno, mogu pomoći stručnjaci koji se bave decom i porodicama.

Kao što je spomenuto u Modulu 2, jedan od važnih skupova opštih veština koje značajno mogu uticati na roditeljske veštine jesu interpersonalne veštine, odnosno veštine komunikacije.

**Asertivna komunikacija** (koja brani sopstveno pravo tako da ne ugrozi pravo sagovornika i pruža nehostilnu komunikacionu poruku) predstavlja funkcionalan vid sporazumevanja koji pomaže i u konkretnim interpersonalnim situacijama (u privatnim i poslovnim odnosima) i u jačanju samopouzdanja osobe koja ga koristi, što ima pozitivan uticaj na njeno mentalno zdravlje<sup>96</sup>. Asertivna komunikacija se suprotstavlja obrascima agresivnog reagovanja (napadanja prava drugih da bi se odbrani sopstveno pravo) te pasivnog, defanzivnog reagovanja (povlačenje i odsustvo odbrane sopstvenog prava kako se ne bi narušilo prava drugih), koji imaju nepovoljan uticaj na mentalno funkcionisanje i odnose sa drugima. Da bi se komuniciralo asertivno, treba poznavati asertivna prava i asertivne tehnike. Veoma je značajno usmeriti roditelj da se informiše o opštoj asertivnosti i da je vežba (literatura<sup>97</sup>, iskustveni kursevi o asertivnosti ili psihoterapijski rad koji obuhvata

<sup>96</sup> Jezdimir Z. *Veštine vladanja sobom (kada vam neko ide na živce) asertivnost – magična reč bez magije*. Zograf, Niš, 2005.

<sup>97</sup> *Ibid.*



asertivni trening), što se može pozitivno odraziti i na komunikaciju u odnosu između roditelja i deteta i na porodične odnose. Ovde bismo samo napomenuli izuzetnu važnost „tehnik otvaranja“, tj. tehnike „JA govor“. Na primer, umesto „TI si užasan partner jer provodimo vrlo malo vremena zajedno“, treba reći „JA se osećam tužno što provodimo vrlo malo vremena zajedno“. Ova tehnika skreneće fokus sa ličnosti na konkretno ponašanje sagovornika, a istovremeno će pomoći da prenesemo i dodatnu informaciju o tome kakva osećanja u nama izaziva to ponašanje. Tako sagovorniku omogućavamo da nas bolje razume, da saoseća sa nama i da zaista možda nešto i učini po tom pitanju. Nasuprot tome, „TI govor“ usmeren na probleme ličnosti izazvao bi hostilnost sagovornika i zatvorio komunikacioni kanal. Pored ove, postoje i druge tehnike koje nam pomažu da budemo asertivni (o tome više u gore pomenutoj literaturi).

Stručnjak treba da stavi fokus na pozitivne alternative koje roditelji već imaju u svom repertoaru, koje treba ojačati da bi se onda usvajale nove. Veoma je važno i podržavati roditelja u pogledu pozitivnih praksi koje već primenjuje kako bi se on osnažio i postigao doživljaj samokompetentnosti, kao i motivisanosti za učenje novih poželjnih praksi. Takođe, treba podsticati roditelje da ulože strpljenje i izdrže, da praktično probaju da primenjuju novonaučene metode i da uče tako što će ih testirati, uvežbavati i učvršćivati. U tom procesu naročito je važno da se od roditelja zatraže povratne informacije i da im se pruža stalna podrška i pomoć.

Na kraju ovog segmenta, **umesto rezimea**, pogledajte koja uobičajena problematična ponašanja roditelja treba zameniti kojim pozitivnim alternativama (Tabela 26), korake koje roditelj treba da učini da bi učvrstio poželjno ponašanje (Tabela 25) i redukovao nepoželjno ponašanje deteta (Tabela 27).

#### Tabela 25. Kako učvrstiti poželjna ponašanja deteta?

Odmah pohvalite poželjno ponašanje deteta koje ste uočili.

Izrazite zadovoljstvo. Budite entuzijastični i iskreni.

Opišite ponašanje. Recite tačno šta je dete dobro uradilo.

Naglasite korist (prednosti). Recite kako to ponašanje pomaže detetu (i drugima).

Dodir. Dodajte nežan dodir.

Doslednost. Ako ste se prethodno sa detetom dogovorili šta će da bude nagrada za poželjno ponašanje, ispunite obećanje.

Postupnost. Za neke nagrade može biti potrebno da dete nešto radi ili ne radi duže vreme. Za takve situacije je pogodno „skupljanje poena“

**Tabela 26. Uobičajene roditeljske prakse koje treba izbeći i prakse koje treba izabrati umesto njih<sup>98</sup>**

UMESTO	IZABERITE
Učitavanja ličnog razočaranja u ponašanje deteta: „Razočarao/la si me. Znaš da ne volim kad to radiš!“	Empatiju i podršku: „Mislim da je ovo teško za tebe. Proći ćemo kroz ovo zajedno, mislim da ti je potrebna moja pomoć da to uradiš!“
Okrivljujućeg jezika: „Zašto si to uradio/la?“, „Kako si mogao/la?“	Brižljivo istraživanje: „Izgleda da ti je bilo teško, zanima me šta se tamo dešavalo?“
Kažnjavajućeg ponašanja, kao što je tajm-out (dete se šalje da samo i mirno sedi negde određeni broj minuta)	Podržavajuća ponašanja, kao što je tajm-in (od deteta se traži da sedne negde u blizini, da izrazi svoja osećanja i da se „ohladi“); prisustvo roditelja i validiranje detetovih osećanja je sve što je potrebno
Nelogičnih posledica: „Nisi legao na vreme. To znači da sutra ne možeš da ideš na igralište.“	Prirodne i logične posledice: „Teško ti je da zaspiš noću? Mislim da to znači da ti treba pomoć da se malo smiriš. Pokušaćemo da skratimo vreme za igru pre spavanja da bi se opustio/la.“
Pokazivanja detetu koliko ste napora uložili u to da ono promeni svoje ponašanje	Pokazivanje ili ukazivanje da je u najboljem interesu deteta da razmisli o svom ponašanju
Insistiranja na razgovoru u situaciji kada je dete uzbuđeno	Način kako da porazgovarate sa detetom o problemu, a ne da problem ostane nerešen; kada se situacija smiri, razgovarajte o problemima u prikladnoj prilici (vožnja automobilom, čitanje priče pred spavanje i sl.).
Ostavljanja deteta da posle nesporazuma ili zabune samo razmišlja o tome	Ponovno povezivanje sa detetom posle nesporazuma što je pre moguće i kada je verovatno da će povezivanje biti uspešno
Nerazmišljanja unapred o situacijama u kojima će dete verovatno biti uznemireno, previše agitirano, nestimulisano i sl. (npr. lep ručak u mirnom restoranu može biti stresan za dete)	Skaliranje situacija da biste našli prikladne odgovore i pojačali nadzor, jer se tako povećava verovatnoća da će dete praktikovati poželjna ponašanja

## Tabela 27. Kako zaustaviti ili smanjiti nepoželjna ponašanja kod deteta?

Ako je ponašanje deteta nebezbedno i opasno (pretrčavanje ulice, naginjanje kroz prozor, diranje električnih uređaja i sl.), sklonite ga iz ugrožavajuće situacije i sačekajte da se oboje smirite. Tek tada razgovarajte sa detetom.

Objasnite detetu šta tačno treba da uradi – precizno i kratko, čvrstim ali ljubaznim glasom, koristeći „molim te“, pa onda recite šta da uradi.

Objasnite detetu zašto neko ponašanje nije dobro i upozorite ga na posledice ukoliko postupi na nepoželjan način. Ove posledice treba da budu logične i primerene, takve da dete može da ih razume; to ne smeju da budu kazne koje povređuju, zbunjuju i stvaraju otpor.

Pratite ponašanje deteta da biste bili sigurni da je uradilo ono što ste tražili. Ako jeste, pohvalite ga i redukujte posledicu, ako nije, istražite zašto to radi (posmatranjem i putem razgovora) i pomozite mu.

□ Ako ne ume da ispravi svoje ponašanje, ponudite razumevanje i pomoć („Čini mi se da ti ovo pada teško. Proći ćemo kroz ovo zajedno. Želim da ti pomognem da to uradiš!“)

□ Ako doživljava burna neprijatna osećanja, pokažite mu da razumete kako se oseća (npr. „Čini mi se da si ljut/a“) i pomozite mu da se smiri (zatražite da sedne blizu vas, da iskaže osećanja, dajte mu vremena da se „ohladi“; ponekad su dovoljni samo razumevanje, toplina i prisustvo roditelja).

□ Ako je dete umorno, gladno ili mu je neka druga bitna potreba nezadovoljena, važno je da se to odmah reši.

□ Ako dete koristi nepoželjno ponašanje da dobije ono što mu nije dozvoljeno, razmislite da li svojim reakcijama i sami to potkrepljujete (npr. kada dete počne da viče, protestuje, vi popustite i dozvolite mu da jede sladoled iako ima upalu grla ili da igra omiljenu igricu iako je već vreme za odlazak u krevet). Ako je tako, promenite pristup.

Ukoliko dete nastavi sa nepoželjnim ponašanjem, strpljivo ponovite šta treba da uradi i šta su posledice. Koristite znake upozorenja, potom sačekajte deset sekundi i ako dete ne posluša, primenite najavljeno.

Detetu ovo može teško pasti. Pomozite mu da shvati šta se dogodilo i da to u budućnosti može da promeni.

Ako je došlo do nesporazuma, razgovarajte o tome sa detetom, razjasnite stvari tako da ih ono razume.

Ako se problemi ponavljaju, razgovarajte sa detetom o njima u prikladnim svakodnevnim situacijama.

## Veb sadržaji

Dodatne informacije o tome kako sa roditeljima treba obrađivati glavne oblasti roditeljstva:

Pećnik, N. i Starc, B. (2010). Roditeljstvo u najboljem interesu djeteta i podrška roditeljima najmlađe djece. Zagreb: UNICEF za Hrvatsku. <https://www.unicef.org/croatia/reports/roditeljstvo-u-najboljem-interesu-djeteta-i-podrska-roditeljima-najmlade-djece> (CRO)

Dodatne informacije o pozitivnom roditeljstvu za stručnjake iz socijalne zaštite:

Pozitivno roditeljstvo: Priručnik za trenere/ice .(2020) Beograd: Centar za prava deteta. [https://cpd.org.rs/wp-content/uploads/2020/08/Prirucnik-Pozitivno-roditeljstvo\\_WEB\\_.pdf](https://cpd.org.rs/wp-content/uploads/2020/08/Prirucnik-Pozitivno-roditeljstvo_WEB_.pdf) (SRB)

Dodatne informacije o obuci roditelja i nastavnika u praktikovanju pozitivne discipline:

Positive discipline: a Training manual: Plan International  
<https://plan-international.org/publications/positive-disciplines-training-manual#download-options> (ENG)

Dodatne informacije o strategijama porodice za uspešnu komunikaciju i rešavanje problema (sa radnim listovima):

Strengthening Families Program by Dr Karol Kumpfer and Jaynie Brown, Handouts and Worksheets- 11 sessions, ages 7-17. [https://strengtheningfamiliesprogram.org/wp-content/uploads/2020/10/All-SFP\\_ENGLISH\\_Handouts\\_2020-10.pdf](https://strengtheningfamiliesprogram.org/wp-content/uploads/2020/10/All-SFP_ENGLISH_Handouts_2020-10.pdf) (ENG)

Dodatne informacije o podsticanju pozitivne interakcije između roditelja i dece (program INSPIRE zasnovan na dokazima)

Lachman, J. M., Doubt, J., Hutchings, J, Cluver, L., Gardner, F, Tsoanyane, S. and C. (2020) Parenting for Lifelong Health- ParentChat. Facilitator manual. [https://cdn.who.int/media/docs/default-source/documents/child-maltreatment/plh-for-young-children-facilitator-manual-fifth-edition-english-web.pdf?sfvrsn=d87758fc\\_2&download=true](https://cdn.who.int/media/docs/default-source/documents/child-maltreatment/plh-for-young-children-facilitator-manual-fifth-edition-english-web.pdf?sfvrsn=d87758fc_2&download=true) (ENG)

## KAKO RAZGOVARATI SA RODITELJIMA?

### DA

- Svaka situacija je prilika da dete uči. Dete može da uči jedino kada je prihvaćeno, zbrinuto, kada se oseća dobro i uvaženo. Dete ne uči iz kazni. Reagujte tako da dete može da razume i da uz vašu pomoć istraži šta može i treba drugačije da (u)radi.
- Pratite dete, budite korak ispred njega.
- Tehnike pozitivnog (nekažnjavajućeg) vaspitanja se uče. Hajde da ih zajedno razumemo i provežbamo.
- U vaspitanju je uvek prvi korak da situaciju razumemo iz perspektive deteta. Koje su situacije izazovne u vašoj porodici? Hajde da ih analiziramo iz ugla deteta.

### NE

- U principu, treba se ponašati nekažnjavajuće, ali poneka ćuška nije kazna i detetu neće ništa biti.
- I nas su vaspitavali raznim kaznama, pa smo ispali dobri. U redu je ponekad udariti dete, sve dok to nije svakodnevno.
- Kada su mala, deci ne vredi mnogo objašnjavati potencijalne posledice.
- Nebezbedno ponašanje mora da prestane, tada je u redu i viknuti i udariti dete da biste ga zaštitili.

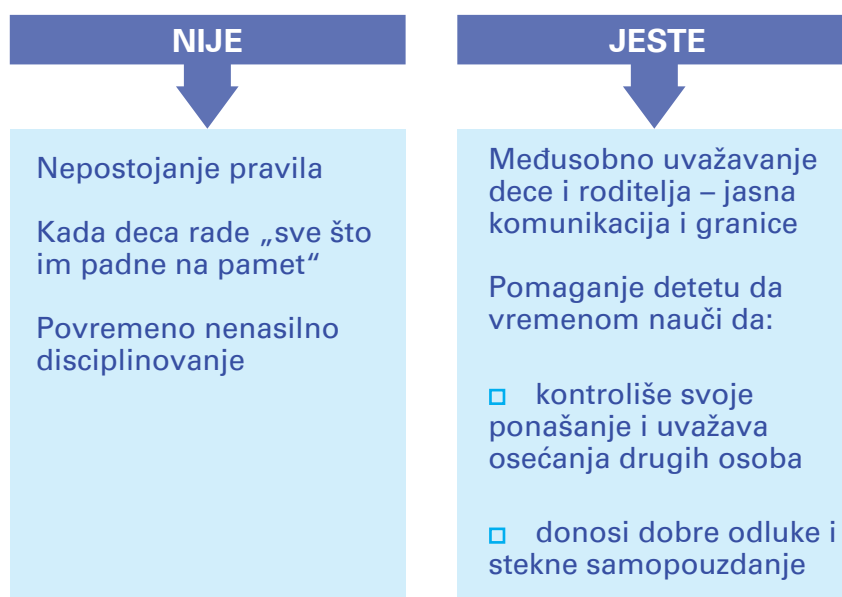
## MATERIJAL ZA RODITELJE - PRIMENI

Pozitivna disciplina je način za uspešno vaspitanje. Ona dete uči važnim veštinama kroz nenasilna ponašanja roditelja i kvalitetan odnos sa njim.

Pozitivnu disciplinu moći ćemo da primenimo ukoliko se fokusiramo na to koliko je ponašanje deteta prihvatljivo i bezbedno (umesto da dete tumačimo kao „dobro“ ili „loše“).

Što uspešnije uočimo i razumemo ponašanje i reagujemo na njega, uspešnije ćemo voditi i usmeravati učenje deteta.

### POZITIVNA DISCIPLINA



### *Tri najvažnija koraka*

**1. Prihvatimo dete.** Ne zaboravimo da ono ne mora da bude onakvo kakvo mi očekujemo da bude. Ono ima sopstveni temperament, svoje želje, navike, izvore radosti, brige ili ljutnje.

**2. Sagledajmo situaciju očima deteta.** Da bismo ga bolje razumeli, znali zašto radi to što radi i kako će shvatiti našu reakciju, treba da sagledamo stvari iz perspektive deteta.

**3. Budimo uvek korak ispred deteta.** Promišljajmo unapred uz davanje jasnih uputstava i pravljenje dogovora. Hvalimo uspeh, vodimo dete kroz teškoće i zajedno rešavajmo probleme.

## *Kako učvrstiti poželjna ponašanja kod deteta?*

- **Odmah pohvalite** poželjno ponašanje deteta koje ste uočili.
- **Izrazite zadovoljstvo.** Budite entuzijastični i iskreni.
- **Opišite ponašanje.** Recite tačno šta je dete dobro uradilo.
- **Naglasite korist (prednosti).** Recite kako to ponašanje pomaže detetu (i drugima).
- **Dodir.** Dodajte nežan dodir.
- **Doslednost.** Ako ste se prethodno sa detetom dogovorili šta će da bude nagrada za poželjno ponašanje, ispunite obećanje.
- **Postupnost.** Za neke nagrade može biti potrebno da dete nešto radi ili ne radi duže vreme. Za takve situacije je pogodno „skupljanje poena“.

## *Kako zaustaviti ili smanjiti nepoželjna ponašanja kod deteta?*

*Ne rešavajte ovakve situacije usput – privucite pažnju deteta i reagujte smireno.*

- Ako je ponašanje deteta nebezbedno i opasno (**pretrčavanje ulice, naginjanje kroz prozor, diranje električnih uređaja i sl.**), sklonite ga iz ugrožavajuće situacije i sačekajte da se oboje smirite. Tek tada razgovarajte sa detetom.
- Objasnite detetu šta tačno treba da uradi – precizno i kratko, čvrstim ali ljubaznim glasom, koristeći „molim te“, pa onda recite šta da uradi.

- Objasnite detetu zašto neko ponašanje nije dobro i upozorite ga na posledice ukoliko postupi na nepoželjan način. Ove posledice treba da budu logične i primerene, takve da dete može da ih razume; to ne smeju da budu kazne koje povređuju, zbunjuju i stvaraju otpor.
- Pratite ponašanje deteta da biste bili sigurni da je uradilo ono što ste tražili. Ako jeste, pohvalite ga i redukujte posledicu, ako nije, istražite zašto to radi (posmatranjem i putem razgovora) i pomozite mu.
- Ako ne ume da ispravi svoje ponašanje, ponudite razumevanje i pomoć (**„Čini mi se da ti ovo pada teško. Proći ćemo kroz ovo zajedno. Želim da ti pomognem da to uradiš!“**)
- Ako doživljava burna neprijatna osećanja, pokažite da razumete kako se oseća (**npr. „Čini mi se da si ljut/a“**) i pomozite mu da se smiri (**zatražite da sedne blizu vas, da iskaže osećanja, dajte mu vremena da se „ohladi“; ponekad su dovoljni samo razumevanje, toplina i prisustvo roditelja**).
- Ako je dete umorno, gladno ili mu je neka druga bitna potreba nezadovoljena, važno je da se to odmah reši.
- Ako dete koristi nepoželjno ponašanje da dobije ono što mu nije dozvoljeno, razmislite da li svojim reakcijama i sami to potkrepljujete (*npr. kada dete počne da viče, protestuje, vi popustite i dozvolite mu da jede sladoled iako ima upalu grla ili da igra omiljenu igricu iako je već vreme za odlazak u krevet*). Ako je tako, promenite pristup.
- Ukoliko dete nastavi nepoželjno da se ponaša, strpljivo ponovite šta treba da uradi i **šta** su posledice. Koristite znake upozorenja, potom sačekajte deset sekundi i ako dete ne posluša, primenite najavljeni.
- Detetu ovo može teško pasti. Pomozite mu da shvati šta se dogodilo i da to u budućnosti može da promeni.
- Ako je došlo do nesporazuma, razgovarajte o tome sa detetom, razjasnite stvari tako da ih ono razume.

*Ako se problemi ponavljaju, razgovarajte sa detetom o njima u prikladnim svakodnevnim situacijama.*



### ***Kako postavljati pitanja detetu da bismo ga bolje razumeli?***

- *Šta misliš o tome?*
- *Šta misliš da bi mogao/la da uradiš?*
- *Šta bi sledeći put mogao/la da uradiš drugačije?*
- *Šta bi voleo/la da si rekao/la?*
- *Kako bi ovo mogao/la da rešiš?*
- *Kako si se osećao/la zbog onoga što je [osoba] rekla ili uradila?*

### ***Kako aktivno slušati dete?***

- *Prekinite aktivnost kojom se tog trenutka bavite i posvetite punu pažnju detetu.*
- *Spustite se do visine deteta i uspostavite kontakt očima sa detetom.*
- *Povremeno ponovite ili prepričajte ono što je dete reklo i to kako se oseća. Tako mu pokazujete da ga slušate, a istovremeno proveravate da li ste ga dobro razumeli.*

***Pokažite detetu ljubav bez obzira na okolnosti.***

## ***Upravljanje osećanjima u roditeljstvu***

*Važno je imati na umu da ponašanja dece i roditelja nisu tek tako izazvana. Ona su rezultat osećanja, a osećanja su, u nekim situacijama, burna.*

**Razumeti ponašanje deteta, to znači razumeti i osećanja koja su u osnovi ponašanja.**

**Razumeti sebe kao roditelja, to znači razumeti vlastita osećanja i uvideti šta je do njih dovelo.**

A kada sve to razumemo, onda možemo i da utičemo na to kako postupamo – možemo da odaberemo reakciju koja je najbolja umesto da reagujemo u afektu ili automatski.

**Kada roditelj konstruktivno upravlja svojim osećanjima, on pruža detetu model po kome ono može da nauči to isto, a istovremeno roditelj pomaže sebi da se oseća bolje.**

### **Kad vas uznemiri ponašanje deteta,**

- **odložite reakciju, jer osećanje dođe i prođe;**
- **prepoznajte i smirite svoja neprijatna osećanja.** Fokusirajte se na ono što osećate, na disanje i na telesna dešavanja. Napravite nekoliko sporih i dubokih udaha. Ponekad je to dovoljno da se smirite. Ako nije, nakratko se povucite iz situacije dok se osećanja ne smire. (Najbolje je da za to vreme sa detetom bude drugi roditelj ili druga odrasla osoba iz domaćinstva.);
- **sagledajte situaciju očima deteta.** Kako se ono oseća? Koje potrebe izražava svojim ponašanjem? Setite se da je dete koje sada reaguje burno isto ono dete čije ponašanje u vama budi ponos i toplinu u nekim drugim situacijama;
- **razmislite koja je reakcija najbolja po vaše dete.** Kako bi se vaša burna reakcija odrazila na njegova osećanja, a kakav bi mu odgovor od vas pomogao da se oseća bolje? Šta bi dete trebalo da nauči iz vašeg odgovora sada i na duže staze?
- **odaberite najprikladniji odgovor na datu situaciju.** Kad ste se smirili i razmislili, omogućili ste sebi da svesno odaberete kako ćete postupiti u najboljem interesu deteta, umesto da odreagujete automatski na sopstvene trenutne potrebe;
- **napravite plan za buduće situacije.** Uočite koji okidači izazivaju burna osećanja kod vašeg deteta i kod vas. Kada roditelj poznaje okidače, on sebi daje mogućnost da predvidi izazovne situacije i da spreči automatsko reagovanje. U tome vam, ako je potrebno, mogu pomoći stručnjaci koji se bave decom i porodicama.

# MODUL 5. POTRAŽI POMOĆ

## KAKO POTRAŽITI PODRŠKU U RODITELJSTVU?

### CILJ MODULA

Osnovni cilj ovog modula je da stručnjaci razumeju kada je roditeljima najčešće potrebna pomoć, kako da ih usmere na resurse stručne i socijalne podrške te kako da roditelje vode do uspešne promene. Traženje pomoći može kod nekih roditelja da bude veoma složeno, oni to mogu odlagati ili opstruirati, pa podsticanju traženja pomoći treba posvetiti posebnu pažnju. Zbog toga stimulisanje roditelja da zatraže pomoć kada god se u roditeljstvu osete zbunjeno ili su zabrinuti, bilo za dete bilo za sebe same, ponekad nije jednokratna akcija, već osmišljen proces kome stručnjak mora da se posveti. Stručnjak svojim stavom i uspostavljanjem odnosa sa roditeljem, normalizovanjem traženja pomoći, preuokviravanjem traženja pomoći kao snage i spremnosti da se preuzme kontrola u svom životu (ili u oblasti u kojoj postoji problem) može da bude uspešan u motivisanju i ohrabivanju roditelja da potraži pomoć. Stručnjak u odnosu sa roditeljem, a posebno ako će dugoročnije raditi sa njim, treba da promoviše ideju o promeni, i to o promeni kao razvojnom i odgovornom reagovanju na teškoću.

## **Ključne poruke modula**

- *Roditeljima je potrebna pomoć kada imaju doživljaj neuspešnosti u roditeljstvu, smanjeno zadovoljstvo roditeljstvom, povećan nivo stresa u roditeljskoj ulozi, ako su zabrinuti za dete, ako imaju poteškoće sa sopstvenim funkcionisanjem u domenu mentalnog i telesnog zdravlja, odnosno u domenu socijalnog funkcionisanja (uključujući i probleme u porodici).*
- *Roditelj može sam prepoznati da postoji problem ili mu na to mogu ukazivati drugi, a postoji mogućnost da će doći do otpora roditelja i negiranja problema. Spremnost da se traži pomoć uslovljena je mnogim faktorima koji opstruiraju traženje pomoći. Stručnjaci treba da prepoznaju te uticaje i da budu spremni da ih rasvetljavaju sa roditeljima.*
- *Stručnjaci pomažu roditeljima kroz izgradnju odnosa poverenja sa roditeljem, kolaborativnu konceptualizaciju problema u odnosu između roditelja i deteta, uz informisanje roditelja o najvažnijim aspektima roditeljstva, kroz rad na motivaciji roditelja da prihvati pomoć te kroz informisanje roditelja o mreži podrške i usmeravanje na konkretne korake za traženje pomoći.*
- *Stručnjaci treba da prihvate da je stvaranje odnosa poverenja sa roditeljima prvi zadatak u kontaktu sa roditeljem i da bez strpljivog i posvećenog rada na tome delotvornost može biti upitna. Važno je poznavati osnovne načine i aktivnosti u stvaranju odnosa poverenja i biti spreman da se individualizovano pristupi svakom roditelju. Stručnjaci sami treba da razvijaju veštine i kreativne pristupe koji će im u tome pomoći.*
- *Stručnjaci treba da poznaju i da u radu sa roditeljima primenjuju aktivnosti na prepoznavanju oblasti u kojima je roditeljima potrebna podrška i pomoć, da budu spremni da sa roditeljima diskutuju o tim oblastima i da zajedno sa njima definišu oblasti funkcionisanja gde je podrška potrebna.*
- *Izuzetno je važno da roditelj zna koji resursi za podršku i pomoć postoje te kako da ih kreira i iskoristi da pomogne sebi i svom detetu. U tome roditelju pomaže stručnjak koji mu nudi osnovne informacije o stručnoj i socijalnoj podršci, u čemu pomaže kreiranje mape podrške.*
- *Stručnjaci treba da poznaju zakonitosti promene, da se oslanjaju se na njih u neposrednom radu sa roditeljem i budu spremni da ga motivišu i aktivno vode kroz svaki stadijum promene, primenjujući u svakom stadijumu primerene interventne tehnike i aktivnosti.*

# SADRŽAJ MODULA

## 1. U kojim je oblastima roditeljima najčešće potrebna pomoć?

Teškoće u roditeljstvu su najčešće povezane sa subjektivnim doživljajem roditelja da je neuspešan, sa doživljajem smanjenog zadovoljstva roditeljstvom i sa povećanim nivoom stresa u roditeljskoj ulozi. Iz perspektive roditelja, postoji nekoliko oblasti u kojima im je potrebna pomoć (Tabela 28).

**Tabela 28. Oblasti u kojima je roditeljima najčešće potrebna pomoć**

**Briga za dete.** Blagostanje deteta je središte roditeljskih prioriteta, a disfunkcionalnost deteta u različitim domenima (razvoj, mentalno zdravlje, telesno zdravlje, socijalno, porodično i školsko funkcionisanje) može dovesti do izrazite brige i distresa kod roditelja, zbog čega se javlja stručnjaku za savet ili pomoć. Dešava se i da roditelji ne prepoznaju da postoji problem u funkcionalnosti deteta, ali da problem uoči neko iz okruženja ili stručnjak. Najčešća ponašanja dece koja opravdano izazivaju brigu roditelja i koja traže da se roditelji jave stručnjaku navedena su u Modulu 3.

**Briga oko roditeljstva.** Izostajanje očekivanog odgovora deteta u odnosu sa roditeljem pokreće u roditeljima različita osećanja i tumačenja. Neki roditelji će biti zabrinuti da li primenjuju vaspitne prakse kako treba, neki će osećati manjak samopouzdanja i krivicu, neki će osećati da nemaju autoriteta i da ih deca ne poštuju, a neki će umanjivati i negirati problem u roditeljstvu i ishode pripisivati drugim faktorima. Neki roditelji će imati manje informacija o razvoju deteta i roditeljstva, neki će imati nerealna očekivanja od dece, dok će neki teško tolerisati osujećenja i primenjivati štetne obrasce u vaspitanju.

**Briga za sebe.** Ponekad će roditelji sami uočiti (ili će to primetiti neko drugi, neko iz porodice, neko od prijatelja ili stručnjak) da se ne osećaju dobro (da su dugo neraspoloženi, veoma zabrinuti i sl.) i da imaju problema sa funkcionisanjem u različitim domenima. Blagostanje roditelja jedan je od glavnih preduslova za responzivno roditeljstvo, pa se problemi u funkcionisanju roditelja (mentalnom, telesnom, socijalnom) mogu odraziti i na funkcionalnost u roditeljstvu. Ponekad kod roditelja postoje neinformisanost, otpor ili strah („da mi socijalne službe ne uzmu dete“), pa on ni sam ne primećuje da postoji problem i da mu je potrebna pomoć (ili to drži za sebe).

**Briga u odnosu sa drugim važnim osobama.** Nezadovoljstvo u partnerskim odnosima i teškoće u regulaciji ovih odnosa kao izvor stresa i nezadovoljstva mogu ozbiljno da utiču i na roditeljstvo i na stanje roditelja, ali i da znače odsustvo potrebne emocionalne i svake druge podrške iz odnosa u kojima se to očekuje. I odnosi sa bliskim članovima mogu da ugrožavaju funkcionisanje roditelja.

**Briga u odnosu na zajednicu.** Okruženje u kome se živi može biti izvor stresa za roditelja, bilo da je okruženje izvor opasnosti i rizika, ili da roditelj nema veštine da se snađe u zajednici i zastupa sebe i dete, ili ne ume da nađe način da zadovolji svoje potrebe, potrebe deteta ili svoje porodice.

**Praktična podrška.** Roditeljima može biti potrebna pomoć u brizi za decu (na primer, čuvanje), pomoć u osiguravanju boljih uslova života, pomoć u boljem upravljanju resursima porodice (finansijama, vođenjem domaćinstva) i sl.

Navedeni domeni međusobno su isprepletani i često se odražavaju jedan na drugi. Zbog toga je izuzetno važno da se, pored onog domena koji se inicijalno prepoznaje, pažljivo sagledaju svi domeni, odnosno da se ispita gde se sve problem manifestuje. Ponekad jedan domen problema može delovati kao primarni, ali se detaljnijim ispitivanjem može uočiti da primarni problem leži u drugom domenu, a da se zapravo samo ogleda kroz ostale domene (na primer, roditelj se javlja zbog anksioznih manifestacija kod deteta, a zatim se utvrdi da u porodici postoje bračni problem i duple poruke u roditeljstvu koji su okidač za zbunjenost i anksioznost deteta). Zbog toga se svaki problem sagledava kao deo šire celine porodičnog funkcionisanja.

### **Rezime segmenta**

*Roditeljima je potrebna pomoć kada imaju doživljaj neuspešnosti u roditeljstvu, smanjeno zadovoljstvo roditeljstvom, povećan nivo stresa u roditeljskoj ulozi, ako su zabrinuti za dete, ako imaju poteškoće sa sopstvenim funkcionisanjem u domenu mentalnog i telesnog zdravlja, odnosno u domenu socijalnog funkcionisanja (uključujući i probleme u porodici). Roditelj može sam uočiti da postoji problem ili mu na to mogu ukazivati drugi, pri čemu se kod roditelja mogu javiti otpor i negiranje problema.*

## **2. Kako pomoći roditelju da potraži i prihvati pomoć?**

U prethodnim modulima videli smo da se roditeljstvo razvija kroz vreme i da se na tom putu razvoja roditelj susreće sa mnogobrojnim izazovima kroz koje treba da usavrši sopstvene roditeljske veštine. Rezultat tog usavršavanja veština je stvaranje kapaciteta roditelja da se nosi sa problemima u ponašanju deteta i u odnosu sa detetom. Neki

problemi, međutim, prevazilaze veštine i kapacitet roditelja da se sa njima izbori, što dovodi do disfunkcionalnosti u efektima vaspitanja i odnosu između deteta i roditelja. Uzrok tome, s jedne strane, može biti u detetu odnosno izazovnim ponašanjima deteta koja su objektivni razlog za brigu i mogu biti povezana sa problemima psihološkog razvoja deteta. S druge strane, uzrok može biti u roditelju odnosno u deficitu opštih ili roditeljskih veština, što dovodi do toga da se roditelj ne snalazi u svojoj ulozi na funkcionalan način. Neretko, pak, disfunkcionalnost je uzrokovana sadejstvom faktora koji se tiču i deteta i roditelja, koji mogu jedni druge pojačavati, voditi eskalaciji i održavati jedni druge po principu začaranog kruga.

Ukoliko postoji disfunkcionalnost, roditelju treba pomoć. Ali traženje pomoći za neke ljude često predstavlja poseban poduhvat, naročito kada se radi o psihološkoj pomoći, teškoćama mentalnog zdravlja, aspektima funkcionisanja u odnosima, a posebno u domenu roditeljstva. Roditeljima traženje pomoći otežava, s jedne strane, uverenje da je roditeljstvo prirodna funkcija i da tu nema šta da se uči i menja, a sa druge strane, niz stavova o „traženju pomoći“ (traženje pomoći kao samostigmatizacija, uverenje da njihovi problemi nisu dovoljno ozbiljni, da probleme treba da rešavaju sami, jer ako traže pomoć, to će značiti da su slabi<sup>98</sup>, bez obzira na dosadašnju neuspešnost, neki roditelji ne veruju u pomoć stručnjaka itd.). Kao prepreka se može javiti i anticipacija anksioznih doživljavanja zbog iznošenja bolnih informacija nepoznatim osobama i zbog straha od promene, niz uverenja povezanih sa naučenom bespomoćnošću (zbog već postojećeg niza neuspelih pokušaja) ili pak doživljaj da su drugi krivi. Tu je i strah usled pretpostavke roditelja da se, ako se zbog problema u roditeljstvu obrati nadležnim službama, može desiti da im deca budu oduzeta<sup>99</sup>.

Roditelji koji su socijalno isključeni ili su u riziku od socijalne isključenosti (zbog siromaštva, neobrazovanosti, invaliditeta, mentalnog oboljenja, dugotrajne nezaposlenosti, etničke pripadnosti ili kulturne različitosti) predstavljaju poseban izazov za stručnjake. Oni najčešće ne veruju institucijama, ne poznaju ili slabo poznaju resurse u zajednici, imaju poteškoće u održavanju stabilnih odnosa sa drugima, socijalno i emocionalno su ranjivi, nemaju u svom krugu osobe na koje se mogu osloniti, imaju nisko samopoštovanje i nesigurni su. To slabi njihov roditeljski potencijal i predstavlja prepreku u traženju pomoći i razrešavanju teškoća koje imaju. Treba imati na umu i postojanje problema u komunikaciji kod roditelja zbog određenih obrazaca u ličnosti (preosetljivost, obrasci izbegavanja, sklonost agresivnim reakcijama), što može dovesti do toga da roditelji ne uočavaju problem sami i nisu otvoreni da čuju onoga ko im na problem ukazuje. Od značaja su i kulturne razlike, jer one mogu uticati na kreiranje uspešnog i saradničkog odnosa te na mogućnost uspešnog savetovanja roditelja.

Kako prevazići ove izazove? Ključni koraci za pomoć roditelju da dođe do pomoći navode se u Tabeli 29.

<sup>98</sup> Lana Bojanić, Ivan Gorski, Josip Razum, *Zašto studenti ne traže pomoć? Barijere u traženju stručne pomoći kod studenata s psihičkim smetnjama*. Sveučilište u Zagrebu, Filozofski fakultet, Odsjek za psihologiju, Zagreb.

<sup>99</sup> Abela, A. & Berlioz, G. *Supporting for parenting of children at risk of social exclusion*. (2007). U: Daly, M. (Ed.), *Parenting in contemporary Europe: a positive approach*. Strasbourg: Council of Europe, 87-101, prema „Pravo djeteta na život u obitelji“; priručnik, UNICEF Hrvatska.

**Tabela 29. Kako pomoći roditelju da potraži i prihvati pomoć?**

a) Uspostavljanje odnosa poverenja sa roditeljem

b) Kolaborativna konceptualizacija problema u odnosu između roditelja i deteta, uz informisanje roditelja o relevantnim elementima iz svakog modula

c) Rad na motivaciji roditelja da prihvati pomoć

d) Informisanje o mreži podrške i usmeravanje na konkretne korake za traženje pomoći

**a) Uspostavljanje odnosa poverenja sa roditeljem.** Odnos poverenja predstavlja osnov svakog rada sa ljudima, a posebno kada se radi o osetljivim sadržajima kakvi su roditeljstvo i mentalno zdravlje. Poverenje je potrebno da bi roditelj mogao da se otvori i primi sadržaje koje mu stručnjak nudi, da poveruje u njihovu važnost, da prihvati ponuđena rešenja i da se oko njih potruđi. Ostvarivanje ovakvog odnosa je složen proces koji je povezan i sa prethodnim stavovima stručnjaka te sa principima i etikom stručnog rada koje on kroz praksu promovise. Put ka odnosu poverenja podrazumeva da stručnjak na nedominantan način **poštuje** roditelja, **prihvata ga**, pokazuje za njega **brigu** i nudi mu zaštitu. Stručnjak prihvata roditelja kao osobu sa vrednostima i dostojanstvom, a ne kao problem, uvek pokazuje interesovanje i **razumevanje za njegova pozitivna i negativna osećanja**, kao i za njegovu ljudsku realnost i realnost njihovog ljudskog odnosa. Stručnjak je empatičan i strpljiv, ne osuđuje roditelja i podstiče ga da iznese svoje poglede, osećanja i stavove. Stručnjak treba da bude **iskren i autentičan**, da uliva nadu jer prepoznaje snage roditelja i mobilise ih<sup>100</sup>. Jedan od važnih aspekata u uspostavljanju odnosa poverenja jesu i veštine stručnjaka da **mobilise veštine roditelja da artikulisu ono što žele**<sup>101</sup> i osećaju i da im pristupi na **individualizovan način**, bez etiketiranja i ukalupljivanja u pojednostavljene modele i kategorije. Stručnjak mora biti svestan **kulturoloških različitosti**, uticaja sopstvenih vrednosti i orijentacije i mora se potruditi da ove principe primeni u praksi. Još jedan od važnih aspekata odnosi se na etiku saradnje, odnosno na **kolaborativni pristup** u kome profesionalac pruža stručne informacije, ali istovremeno naglašava i unošenje kompetencija i odgovornosti roditelja u odnos, što bi i roditelji trebalo da praktikuju u odnosu sa decom odnosno adolescentima.

**b) Kolaborativna konceptualizacija problema u odnosu između roditelja i deteta, uz informisanje roditelja o relevantnim elementima iz svakog modula.** Već smo spomenuli da je kolaborativni pristup jedan od glavnih aspekata za uspostavljanje odnosa poverenja sa roditeljem. Stručnjak zadržava svoju objektivnu stručnu perspektivu, a

<sup>100</sup> Nevenka Žegarac, *Od problema do prilika u vođenju slučaja*, priručnik za praktičare, 2015.

<sup>101</sup> Saleebey, D. *The Strength Perspective in Social Work Practice*. New York: Longman. (1997).



istovremeno uvažava način na koji roditelj razume problematiku i pomaže mu u tom razumevanju, uzima u obzir njegova pitanja, dileme i brige koji mogu proisticati iz ličnih iskustava, prethodnih informacija, poznavanja svog deteta i sopstvenih obrazaca ličnosti. Stručnjak najpre prikuplja bitne informacije o odnosu roditelja i deteta, o funkcionalnosti deteta, o funkcionalnosti roditelja, o roditeljskom savezu, o vaspitnim praksama te o širem kontekstu responzivnog staranja i roditeljstva uopšte, uključujući i faktore koji bi na njega mogli da utiču (više o tome u Modulu 2). Stručnjak evidentira teškoće ukoliko postoje, upoznaje roditelja sa najvažnijim informacijama iz prva 4 modula (uz davanje materijala za roditelje), fokusira se na one informacije koje su od posebne važnosti za evidentirane teškoće i produbljuje ih. Ovo informisanje treba da pruži roditeljima okvir iz koga će najbolje razumeti principe kvalitetnog responzivnog roditeljstva, a onda i da lakše prepozna i razume sopstvene teškoće u roditeljstvu. Prenoseći informacije roditeljima stručnjak im daje preciznije savete za eventualne probleme koji postoje, a ukoliko se ispostavi da je potrebna dodatna stručna pomoć, stručnjak ovom aktivnošću postavlja osnovu za prelazak na motivisanje roditelja i informisanje o daljim koracima.

**c) Rad na motivisanju roditelja da prihvati pomoć.** Kao što je već spomenuto, roditeljima nije uvek lako da prihvate pomoć u ovom domenu. Zato stručnjak posebnu pažnju treba da posveti samom traženju pomoći i da proveri kakav je odnos roditelja prema traženju pomoći (njegove stavove, doživljavanja, strepnje). Traženje pomoći treba da se „normalizuje“, treba mu dati značenje posedovanja posebnih snaga. Stručnjak treba da reguliše predrasude, a traženje pomoći predstavi kao spremnost da se prihvati odgovornost te da se napreduje i razvija. Još jedna od poželjnih perspektiva koju treba približiti roditeljima jeste da traženje pomoći predstavlja jedan od načina da se preuzme kontrola nad svojim životom i kontrola svojih problema i njihovog rešavanja. Tako stručnjak izbegava ona ponašanja i manevre kojima roditelj odgovornost za neuspeh napora na razrešavanju dosledno može prepuštati stručnjaku i zapravo ništa ne menjati, uz saradnju koja je samo formalnu. Ponekad roditelji i prepoznaju da im je teško, da ne mogu sami da reše postojeći problem, ali ne znaju „odakle da krenu“ jer ne razumeju šta je u osnovi problema. Tada im stručnjak može pomoći tako što će razložiti problem na različite mogućnosti i predočiti im strukturu koja može da posluži da se teškoće uredi po smislenim celinama, što u početku može bar malo da smanji doživljaj preplavljenosti i bespomoćnosti i da preusmeri mentalnu energiju roditelja na rešavanje problema. Rad na motivisanju roditelja za promene nije lak proces, a posebno može biti izazovan u domenu roditeljstva, gde se roditelj suočava sa vrlo osetljivom temom grešaka u sopstvenom roditeljskom ponašanju. Proces promene ima svoje specifične zakonitosti i može biti korisno da ih stručnjak poznaje kako bi bolje usmeravao intervencije. Faze u procesu usmerenom na promenu<sup>102</sup> prikazane su u Tabeli 30 (objašnjenje faza je prilagođeno radu sa roditeljima).

---

<sup>102</sup> Prochaska JO, Velicer WF. *The transtheoretical model of health behavior change*. Am J Health Promot. 1997;12(1):38-48.

### Tabela 30. Proces promene

1. **Prekontemplacija.** Osoba nije svesna da ima problem i nije pomišljala na promenu ili problem predstavljaju drugi i oni treba da se menjaju (na primer, dete treba da se promeni). U ovoj fazi roditelj može biti ljut, može pokazivati otpor prema stručnjaku, može biti negativan, a ako i ima doživljaj problema, nema ideju da upravo on treba nešto da menja. Stručnjak, u ovoj fazi, ima zadatak da razvija odnos poverenja, da prihvata roditelja takvog kakav jeste, da ga ne osuđuje i da mu pruža konkretnu početnu pomoć kad god je to moguće. Stručnjak je istrajan u objašnjavanju neophodnosti promene i uporan u prihvatanju roditelja, uprkos njegovom opiranju.

2. **Promišljanje.** Ovu fazu obeležava roditeljevo razmišljanje o promeni u bliskoj budućnosti. Na stručnjaku je tada da mu ulije nadu u mogućnost pozitivne promene, poverenje u snage roditelja, da sprovodi aktivnosti analize koristi i štete od promene i od ostajanja u aktuelnom stanju (više o tome u Modulu 2), da sa roditeljem diskutuje o posledicama. Stručnjak prepoznaje ambivalenciju i pokušava da motiviše roditelja da je razreši, odnosno da donese odluku o promeni. U tome mu pomaže motivacioni intervju\*.

3. **Priprema.** U ovoj fazi uspostavlja se plan za pravljenje promene („plan akcije“), radi se prioritizacija i postavljaju postepeni ciljevi. Stručnjak pomaže da se definišu konkretne akcije, navode se prepreke i nalaze načini za prevladavanje, radi se na izgradnji potrebnih veština, pregovara o oblasti i stepenu promene, definiše se šta je poželjna promena.

4. **Akcija.** U ovoj fazi dolazi do realizacije plana promene, odnosno dolazi do samih promena. Stručnjak treba da zna da promena nosi težinu, da razvija strah i nesigurnost od novog i nepoznatog. On tada ohrabruje roditelja, razume njegov strah, razume osećanje gubitka (roditelj „gubi sebe“) i uči ga da promena ponašanja ne znači gubitak sopstvenog identiteta, ističe koristi u dugoročnoj perspektivi, osvetljava roditelju snage koje on već pokazuje u promeni koju sprovodi, uči ga da to iskustvo proširi na slične situacije i jača njegovu sposobnost za samopomoć. Prve promene otvaraju prostor da se uče nove veštine, kao što su izbegavanje situacija visokog rizika, blagovremeno traženje pomoći i planiranje u svakodnevicu. Stručnjak pomaže roditelju da prevaziđe prepreke koje potiču od neuspeha i razočaranja (što neumitno prati proces menjanja) te od preteranog samopouzdanja, koje takođe može da se javi kao reakcija na uspešne efekte promena.

5. **Održavanje promene.** U ovoj, petoj fazi nastavlja se sa sprovođenjem promenjenih ponašanja i periodično se ponavljaju određeni koraci koji su u funkciji održavanja promene. Definišu se „potkrepljivači“ koji će promenu održati doslednom. Na tom putu mogu se javiti i nove potrebe roditelja – tada stručnjak treba da bude tu za roditelja, da mu pomogne u pronalazanju novih alternativa, ali i da mu navede mogućnost recidiva i pripremi roditelja kako ga eventualni recidiv ne bi vratio dramatično unazad.

**6. Recidiv.** Recidiv predstavlja regresiju na prethodne faze u procesu promene. Ukoliko je roditelj adekvatno pripremljen, recidiv se koristi da bi se učilo iz iskustva. Ukoliko se desi dugotrajnija regresija na prethodne obrasce ponašanja, to podrazumeva vraćanje na postupke iz prethodnih faza. Stručnjak treba sa roditeljem da napravi plan za prevenciju budućih recidiva, odnosno treba da ga uči strategijama mišljenja i ponašanja koje će i eventualni recidiv učiniti kratkotrajnim i bez ozbiljnih posledica.

**7. Terminacija (izlaz iz procesa promene).** U ovoj fazi promene su učvršćene i nadgrađene, novi način života je stabilizovan, recidiv je malo verovatan. Neki roditelji, međutim, ostaju u recidivu odnosno vraćaju se starim ponašanjima jer nemaju kapacitet za stvarnu promenu ili taj kapacitet ne postoji u aktuelnom trenutku. Stoga je važno da se razmotre uzroci i ciljano intervenišu (na primer, roditelj ima „kratak fitilj“ i uprkos uvidima i učenju novih veština, u izazovnim situacijama ne uspeva da smiri svoju reakciju i primeni pozitivnu praksu; tada se treba obratiti stručnjaku za mentalno zdravlje odraslih, koji će raditi sa roditeljem na kapacitetima za adekvatniju kontrolu impulsa).

**Motivacioni intervju**<sup>103</sup> je metoda koja pomaže korisnicima (pa i roditeljima) da uspešno prođu kroz napred navedene faze promene. On ostavlja prostor za kreativan i individualizovani pristup stručnjaka svakoj porodici ili pojedincu, kao i specifičnim problemima koji se identifikuju. Motivaciono vođenje razgovora primenjuje koncept savetovanja (bez teorije o uzrocima ili bolestima), predstavlja pripremu za rad na promeni i u znatnoj meri zavisi od stava stručnjaka (odnosno od atmosfere koju on uspostavlja) u smislu da se ne koriste hostile (agresivne) konfrontacije i da postoji zainteresovanost za unutrašnje motive, vrednosti i stavove roditelja, uz kolaborativnost. U ovom pristupu centrirana se celovitost ličnosti roditelja i njegovog života u okruženju, preporuke imaju direktivni karakter, motivacija se povećava razrešavanjem ambivalencije i povećanjem uvida u samoefikasnost roditelja, uz usmeravanje na promenu ponašanja kroz samoobavezivanje. Otpori se ovde posmatraju kao prirodan element svakog procesa promene i o njima se sa roditeljima govori otvoreno i eksplicitno, što je sastavni deo rada na promeni. Osnovne tehnike koje se koriste u motivacionom intervjuu koristi jesu otvorena pitanja, afirmacije, reflektivno slušanje i sumiranje (OARS). Više detalja o tome kako se stručnjak postavlja tokom primene motivacionog intervjuu navodi se u Tabeli 31.

<sup>103</sup> Miller WR, Rollnick S. *Motivational interviewing, Helping People Change (3rd ed.)*. The Guilford Press: New York, London; 2012.

**Tabela 31. Motivacioni intervju – karakteristike stručnjaka**

1. Stalno je u aktivnostima – vodi računa, diskutuje i zastupa promenu problematičnog ponašanja.

2. Pokazuje empatiju, odnosno razumevanje za misli i osećanja roditelja i ulaže napor da se „razume“ sa roditeljem.

3. Ima držanje i stav koji kontinuirano pružaju dokaze da stručnjak saoseća sa roditeljem, da je uljudan, da poštuje i ozbiljno shvata roditelja i njegove okolnosti, da brine o roditelju i da ponaša kao blagonakloni svedok promene.

4. Uspostavlja i održava atmosferu saradnje, timskog rada, svrhovitog partnerstva i praktičnog partnerstva usmerenog na dogovorene ciljeve.

5. Prihvata nezavisnost i podržava i ohrabruje roditelja u tome, trudi se da kod njega poveća doživljaj kontrole situacije i slobode izbora.

6. Stalno ohrabruje roditelja da artikulise motivisanost za promenu (pobuđuje motivaciju).

7. Vodi roditelja ka promeni, tako vodi razgovore, uz negovanje skladnog ambijenta (bez sukoba, straha, besa i povlačenja), uvažava otpor (ponašanje, osećanje ili govor) i razrešava ga.

8. Konfrontira se, osvetljava način na koji je postojeći problem u neskladu sa ciljevima i vrednostima roditelja i daje objašnjenja roditelju.

9. Koristi strukturisane kratke taktike.

10. Koristi se davanjem informacija i saveta, brižljivo i planski.

**d) Informisanje o mreži podrške i usmeravanje na konkretne korake u traženju pomoći.** Roditeljima se mora pružiti i informativna podrška u odnosu na pomagačke resurse. Pomagački resursi mogu se odnositi na stručne sisteme i na socijalnu mrežu.

Kada je u pitanju mreža **stručnih resursa**, roditelji treba da dobiju jasna usmerenja ko su i gde se nalaze stručnjaci koji im mogu pomoći (glavna uputstva sažeta su u Tabeli 32).

**Tabela 32. Stručnjaci kojima se roditelji najpre obraćaju za pomoć**

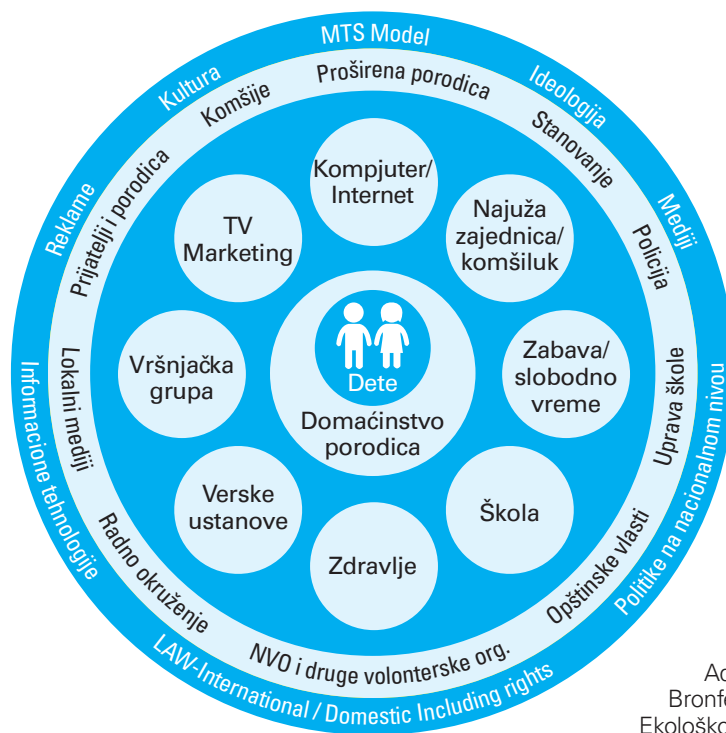
Ko
<ul style="list-style-type: none"><li>□ Lekar ili pedijatar, nastavnik/nastavnica, vaspitač/vaspitačica, socijalni radnik – mogu dati savet i dalje usmeriti roditelja u pronalaženju pouzdanih informacija i raspoloživih programa</li></ul>
Gde
<ul style="list-style-type: none"><li>□ Stručne službe u vrtićima i školama</li><li>□ Savetovaništa u domovima zdravlja i druga savetovaništa koja postoje u okruženju (kao što su savetovaništa za brak i porodicu u okviru sistema socijalne zaštite)</li><li>□ Centri za socijalni rad</li><li>□ Savetodavni telefon za roditelje (0800 007 000) ili sajt <a href="https://www.116111.rs/roditelji.html">https://www.116111.rs/roditelji.html</a></li></ul>

Kada se roditelji obrate nekom od navedenih stručnjaka, stručnjak treba da primeni sve korake opisane u ovom i prethodnim modulima. Ukoliko, pak, takva intervencija ne dovodi do funkcionalnih promena u roditeljstvu ili ukoliko stručnjak uoči da postoji problem mentalnog ili telesnog zdravlja kod roditelja, problem partnerskih odnosa među roditeljima ili širih porodičnih odnosa, odnosno poteškoće iz domena socijalnog i egzistencijalnog funkcionisanja, stručnjak treba da uputi roditelja na relevantne specijalizovane službe (zdravstveni sektor, sektor socijalne zaštite) koje će roditeljima pružiti dalje intervencije iz svog domena. Ukoliko se konstatuje sumnja na zlostavljanje i zanemarivanje, treba odmah reagovati prema uputstvima iz opšteg i specijalnih protokola za zaštitu dece od zlostavljanja i zanemarivanja za odgovarajući sektor (više o tome u Modulu 3).

Pored osnovnih informacija o tome kome roditelji mogu da se obrate, pristup se može produbiti kroz tzv. **mapu pomagača** (Shema 8). Ova mapa može da se kreira tako da se jedan njen deo unapred popuni poznatim informacijama o standardnim pomagačima, dok drugi deo ostaje nepopunjen, odnosno dopunjava se i kreira zajedno sa roditeljima (deo koji se odnosi na individualizovane elemente u mreži pomagača). Ova mapa predstavlja vid eko-mape (najpoznatija tehnika za organizaciju informacija o odnosima porodice i resursa u zajednici), kojom se vizuelno prikazuje eko-sistem koji obuhvata pojedinca i porodicu u neposrednom životnom okruženju. Ova tehnika se često upotrebljava za procenu odnosa između porodice i sredine<sup>104</sup>. To je pregledno organizovana informacija o resursima, ali i o intenzitetu i vrsti odnosa između pojedinca i sredine ili porodice i

<sup>104</sup> Žegarac, N. *Od problema do prilika u vođenju slučaja, priručnik za praktičare*. 2015.

sredine. Eko-mapu, koja nam daje pregled formalnih sistema, možemo razviti i obogatiti elementima koji su informativni u odnosu na neformalne sisteme podrške koje roditelj i porodica mogu imati. Tako je obogaćujemo sadržajem koji zapravo predstavlja ličnu ili porodičnu socijalnu mrežu.



Adaptirano iz Bronfenbrennerovog Ekološkog modela sredine

Shema 8. Obrazac za rad stručnjaka sa roditeljem: **mapa pomagača**

**Socijalna mreža** predstavlja socijalno okruženje jedne osobe; to su porodica, proširena porodica, susedi, prijatelji i sve druge osobe koje mogu imati ulogu u pružanju podrške ili pomaganju određenoj osobi ili grupi. Socijalna mreža je omotač koji okružuje osobu/grupu i postoji između osobe/grupe i šire zajednice<sup>105</sup>. Važno je imati informacije o socijalnoj mreži roditelja, jer ona s jedne strane može biti ozbiljan izvor podrške roditeljima ili porodici (ponekad i izvor teškoća i stresa), a sa druge strane može biti mesto intervenisanja stručnjaka u podršci i ojačavanju roditelja. Na primer, u socijalnoj mreži se može intervenisati na sledeće načine:

- **održavanje mreže** – strategija je usmerena na održavanje pozitivnih odnosa postojeće socijalne mreže;

<sup>105</sup> Save the children. Smjernice za primjenu programa podrške porodici djece uključene u život i/ili rad na ulici i djece u riziku, 2018.

- **proširenje mreže** – strategija koja, oslanjajući se na postojeće mreže i razvijajući nove socijalne kontakte, nastoji da proširi postojeću mrežu dodavanjem osoba/grupa koje imaju pozitivan uticaj; tako se na neki način stvara i nova socijalna mreža;
- **redefinisanje mreže** njenim produblivanjem – strategija koja za cilj ima da socijalne odnose unutar mreže unapredi i redefiniše u pozitivnom smeru; tako se unutar već postojeće mreže postižu kvalitativne promene;
- **saniranje mreže** – strategija koja radikalno menja postojeću socijalnu mrežu, na primer tako što se više ne učestvuje u aktivnostima mreže ili se prekinu kontakti sa članovima mreže;
- **jačanje okoline mreže** – strategija koja u životno okruženje uvodi nove sisteme podrške u zajednici sa ciljem jačanja zajedničkih potencijala; to može biti npr. izgradnja susedstva ili nekog drugog sistema podrške u zajednici sa ciljem jačanja zajedničkih potencijala, veza profesionalnih i neprofesionalnih sistema podrške i sl<sup>106</sup>.

Stručnjak treba da obrati pažnju i na nove aktere u socijalnoj mreži pojedinca, kao što su društvene elektronske mreže i drugi mediji. Sa roditeljem treba proveriti prirodu, intenzitet i sadržaj ovih aktera u životu porodice te da li roditelj brižljivo koristi ove resurse. Ovde se stručnjak trudi da vodi roditelja i sačuva ga od pogubnih uticaja tako što mu preporučuje izabrane sadržaje.

Na kraju, informacije iznete u ovom modulu tiču se osnovnih smernica za rad na motivisanju roditelja da potraže pomoć u roditeljstvu. Širi skup informacija o opštim veštinama stručnjaka potrebnim za rad i komunikaciju sa roditeljima predstavljen je u tekstu o specifičnim aspektima primene pet modula (Deo 3. Kako sa roditeljima o roditeljstvu?).

---

<sup>106</sup> Save the children. *Smjernice za primjenu programa podrške porodici djece uključene u život i/ili rad na ulici i djece u riziku*, 2018.

## **Rezime segmenta**

*Traženje i prihvatanje pomoći od strane roditelja može biti skopčano sa različitim teškoćama i izazovima. Zbog toga stručnjaci treba da pristupe roditeljima uspostavljajući odnos poverenja sa njima, uz kolaborativnu konceptualizaciju problema u odnosu između roditelja i deteta, uz informisanje roditelja o najvažnijim aspektima roditeljstva, kroz rad na motivisanju roditelja da prihvati pomoć te uz informisanje roditelja o mreži podrške i usmeravanje na konkretne korake u traženju pomoći. Stručnjaci treba da prihvate da je stvaranje odnosa poverenja sa roditeljima prvi zadatak u kontaktu sa roditeljem i da bez strpljivog, individualizovanog i posvećenog rada na tome delotvornost nije osigurana. Posebno je važno informisati roditelja koji resursi za podršku i pomoć postoje te kako ih može kreirati i iskoristiti da bi pomogao sebi i svom detetu. U tome roditeljima pomaže stručnjak, koji im nudi osnovne informacije o stručnoj i socijalnoj podršci, u čemu može biti od pomoći kreiranje mape podrške. Stručnjaci moraju poznavati zakonitosti promene i moraju aktivno da vode i motivišu roditelja kroz svaku fazu promene.*

## **Veb sadržaji**

Dodatne informacije o aktivnostima UNICEF-a u vezi sa brigom o mentalnom zdravlju dece i mladih, o spremnosti da se traži pomoć i preprekama na tom putu:

<https://www.unicef.org/serbia/kako-da-brine%C5%A1-o-svom-mentalnom-zdravlju>  
(SRB)

Dodatne informacije o podršci porodicama dece u riziku: <https://nwb.savethechildren.net/sites/nwb.savethechildren.net/files/library/Smjernice-za-primjenu-Programa-podrške-porodici.pdf> (SRB)

Dodatne informacije o modelima promene:

Ratkajec Gašević G, Dodig Hundrić D, Mihić J. Spremnost na promjenu ponašanja – od individualne prema obiteljskoj paradigmi. <https://hrcak.srce.hr/165869> (CRO)

Dodatne informacije o Bronfenbrennerovom ekološkom modelu:

<https://www.psychologynoteshq.com/bronfenbrenner-ecological-theory/> (ENG)



## KAKO RAZGOVARATI SA RODITELJIMA?

### DA

- Roditeljstvo ja lepa uloga, ali je i posao koji se uči. U redu je tražiti pomoć.
- Ako vam je stalo da dete bude srećno, potražite podršku.
- Danas se mnogo više zna o vaspitanju, u redu je pitati.
- Nenasilna disciplina je moguća. Pitajte kako.
- Svakodnevni stres je vaš neprijatelj i neprijatelj vašeg odnosa sa detetom. Potražite pomoć.
- Spremnost da se traži pomoć predstavlja sposobnost da se raste, napreduje i usavršava.
- Nemojte odustati od traženja pomoći, ko krene da traži pomoć, uvek će je naći i naći će rešenje.
- Roditelji greše, ali iz grešaka uče i napreduju.
- Niste loša osoba ako ste loše postupali. Potražite pomoć i menjajte se, rastite zajedno sa svojim detetom!
- I oni koji nisu roditelji mogu imati veoma važnu i lepu ulogu u životu deteta.

### NE

- Kako ste to mogli?
- Šta ste do sada čekali?
- Ja znam bolje!

## MATERIJAL ZA RODITELJE - POTRAŽI POMOĆ

Kada se pojave teškoće, kada smo usred problema, ponekad nije lako da sami nađemo dobro rešenje. U takvim situacijama obično doživljavamo jake, uglavnom neprijatne emocije, ne razmišljamo trezveno, vrtimo se ukруг i ne nalazimo izlaz.

### ***Kada potražiti pomoć?***

*Ako*

- *imate doživljaj neuspešnosti u roditeljstvu*
- *osećate smanjeno zadovoljstvo roditeljstvom*
- *imate povećan nivo stresa u roditeljskoj ulozi*
- *ako ste zabrinuti zbog svog deteta i njegove dobrobiti*
- *ako imate teškoće sa sopstvenim raspoloženjem, ako ste veoma zabrinuti ili dugo nerasploženi*
- *ako imate probleme u odnosima u porodici*
- *ako vas osoba od poverenja upozori na teškoće/probleme koje ima vaše dete ili koje imate vi*

***Ako imate teškoće u roditeljstvu, rešenje postoji.  
Niste sami, potražite pomoć.***

***To ne znači da ste slabi; naprotiv, to znači da imate snagu da unapređujete svoje prakse i da želite najbolje svom detetu.***

## *Situacije u kojima je posebno važno potražiti stručnu pomoć*

***Dete ima poteškoće da kontroliše osećanja i ima burne reakcije.*** Javljaju se iznenadni, neočekivani, učestali i jaki ispadi besa koji obično nastaju nakon osujećenja neke potrebe (vikanje, šutiranje, lupanje, psovanje i sl.), kao i pred osobama od autoriteta (nastavnici, druge odrasle osobe), a mogu da ugroze sopstvenu bezbednost deteta i tuđu bezbednost.

***Dete uporno ne odgovora na vaspitne mere roditelja.*** Uprkos doslednom postupanju roditelja, dete se i dalje izazovno ponaša bez obzira na posledice.

***Dete se problematično ponaša u vrtiću ili školi.*** Ponašanje koje kontinuirano ometa školski red i rad može ukazivati na poremećaj ponašanja ili poteškoće u učenju. Mogući znakovi upozorenja su izbacivanje sa časa, svađe na odmoru s vršnjacima i poteškoće u završavanju zadataka.

***Dete ima probleme u odnosima sa drugima.*** Ponašanje deteta onemogućava ga da uspostavi odnose sa drugima u okruženju (učestali vršnjački sukobi, odsustvo bliskih prijatelja, usamljenost itd.).

***Dete ima neprimereno seksualizovano ponašanje.*** Javljaju se prenaplašena zainteresovanost za seks ili seksualno ponašanje koje nije prikladno za razvojni nivo deteta.

***Dete je sklono samopovređivanju.*** Dolazi do lupanja glavom, grizenja, bodenja, namernog pravljenja opekotina, sečenja kože itd., što predstavlja zabrinjavajuće načine da se smire burna osećanja, a nosi i rizik po život deteta.

### ***Kome se obratiti za pomoć?***

- Stručnim službama u vrtićima i školama
- Savetovalištima u domovima zdravlja i drugim savetovalištima koja postoje u vašoj sredini (npr. savetovališta za brak i porodicu u okviru sistema socijalne zaštite)
- Centrima za socijalni rad

Uvek možete da se obratite lekaru ili pedijatru, nastavniku/nastavnici, vaspitaču/vaspitačici, socijalnom radniku za savet i dalje usmeravanje u pronalaženju pouzdanih informacija i raspoloživih programa.

Dobar početni korak je i da pozovete savetodavni telefon za roditelje (0800 007 000) ili da posetite sajt <https://www.116111.rs/roditelji.html> da biste pronašli više informacija.



# DEO II

## SPECIFIČNI ASPEKTI PRIMENE PET MODULA

U nastavku se opisuju dodatni aspekti koji su važni za primenu prethodno iznetih preporuka. Cilj prva dva dela je da približi dodatne informacije o specifičnostima **staranja o deci sa smetnjama u razvoju**, odnosno **o adolescentima**, kroz prizmu osnovnih pet modula obrađenih u ovom priručniku. Cilj trećeg dela je da stručnjacima pruži opšta znanja **o komunikaciji i radu sa roditeljima** te veštine koje im potrebne za to.

### KAKO SE SNAĆI U ULOZI RODITELJA DETETA SA SMETNJAMA U RAZVOJU

Termin smetnje u razvoju „obuhvata svu decu sa ograničenjima u funkcionisanju i razvoju do svog punog potencijala“<sup>107,108</sup>. To može biti usled invaliditeta, socijalne deprivacije ili drugih uslova. Kao osnova za procenu smetnji u razvoju / invaliditeta razvijena je funkcionalna procena, tj. procena funkcionalnih teškoća. Taj okvir procenjuje funkcionisanje osobe na telesnom nivou (telesne funkcije i strukture), na individualnom nivou (aktivnosti) i na socijalnom nivou (participacija). Funkcionisanje se shvata kao dinamička interakcija između zdravstvenog stanja pojedinca, faktora okruženja i ličnih faktora.

Roditelji su najznačajniji partneri u sprovođenju intervencija kod deteta sa smetnjama u razvoju, jer provode najviše vremena sa detetom, a istovremeno najviše znaju o interesovanjima i dnevnim rutinama deteta. U saradnju sa profesionalcima roditelj unosi

<sup>107</sup> SZO. *Standardizacija instrumenta za skrining razvoja male dece u okviru pilot projekta sistema rane intervencije u Srbiji*, Fond za otvoreno društvo, 2019.

<sup>108</sup> Nacionalna organizacija osoba sa invaliditetom Srbije (NOOIS). *Situaciona analiza: Položaj dece sa smetnjama u razvoju i invaliditetom u Republici Srbiji*. Beograd: 2017. <https://www.unicef.org/serbia/media/2631/file/SitAn%20položaj%20dece%20sa%20smetnjama%20u%20razvoju%20i%20invaliditetom%20u%20Srbiji.pdf> (SRB)

opažanja o sopstvenom detetu, podatke o porodičnoj istoriji, aktuelnim potrebama i prioritetima deteta i drugih članova porodice, a stručnjak unosi svoje generalno znanje o razvoju dece koje otvoreno deli sa roditeljima, kao i veštinu savetovanja sa roditeljima. U takvoj sinergiji saradnje roditelja i stručnjaka podiže se ukupan kvalitet života deteta i porodice. Roditelj će dobiti podsticaj da posmatra svoje dete i razmišlja o njemu iz drugačije perspektive.

Istraživanje kapaciteta domova zdravlja u Srbiji za podršku ranom razvoju pokazuje da je učešće dece koja su u riziku i imaju smetnje u razvoju u ukupnom broju predškolske dece 16,1%, odnosno da svako šesto dete ima rizik ili razvojnu smetnju<sup>109</sup>. Podaci istraživanja Standardizacija upitnika Uzrasti i stadijumi razvoja deteta (URD), koje su sprovedli Institut za psihologiju i Udruženje pedijatarata tokom 2018. i 2019. godine, ukazali su na to da u Srbiji u uzrastu do 5 godina imamo 5% dece koja zahtevaju dodatnu razvojnu dijagnostiku (sa smetnjama u razvoju) i još 8–12% dece kojoj je potrebno dodatno praćenje (imaju teškoće i razvojne rizike). Globalni podaci takođe pokazuju da je za oko 20% dece do 5 godina potrebna neka razvojna podrška, što je oko 60.000 dece u Srbiji, odnosno oko 17.000 dece sa potencijalnim razvojnim teškoćama u Beogradu<sup>110</sup>.

U Srbiji, u zakonima i javnim politikama ne postoji ujednačena definicija i klasifikacija invaliditeta i smetnji u razvoju, što otežava prikupljanje preciznih podataka. Posebno zabrinjava i činjenica da su deca sa smetnjama u razvoju u većoj meri ranjiva u odnosu na zlostavljanje i zanemarivanje od dece iz opšte populacije, naročito ako se nalaze u sistemu rezidencijalnog smeštaja (24,6% roditelja sumnja da je njihovo dete bilo izloženo nasilju ili zlostavljanju). Istraživanja ukazuju na to da je nasilje tokom života doživelo između 25% i 47% dece sa smetnjama u razvoju i invaliditetom, pri čemu su ona izložena četiri puta većem riziku da budu žrtve vršnjačkog fizičkog nasilja i tri puta većem riziku da postanu žrtve seksualnog nasilja. Iako su skoro svi anketirani roditelji preduzeli neku aktivnost kako bi zaštitili svoje dete od nasilja (najčešće su nasilje prijavljivali školama, u 60% slučajeva), tek je u četvrtini slučajeva osoba koja je vršila nasilje nad detetom sa smetnjama u razvoju i invaliditetom snosila posledice. U najvećem broju slučajeva nasilja roditelji smatraju da deci nije bila potrebna podrška u smislu rehabilitacije (64,4%). Ipak, u slučajevima kada su smatrali da je deci bila potrebna podrška, ona uglavnom nije pružena. Roditelji dece sa smetnjama u razvoju i invaliditetom su u povećanoj meri izloženi riziku od siromaštva, odnosno imaju značajne finansijske teškoće u obezbeđivanju adekvatne podrške za svoju decu<sup>103,104</sup>.

---

<sup>109</sup> Mitić, M. (ur.). *Deca sa smetnjama u razvoju, potrebe i podrška*. Beograd, 2011. <https://www.unicef.org/serbia/media/6441/file/Deca%20sa%20smetnjama%20u%20razvoju.pdf> (SRB)

<sup>110</sup> UNICEF *Podrška porodicama za podsticajnu negu dece ranog uzrasta, Modul 13: Praćenje i skrining razvoja*. Beograd, 2019. [https://www.unicef.org/serbia/sites/unicef.org.serbia/files/2019-09/modul\\_13.pdf](https://www.unicef.org/serbia/sites/unicef.org.serbia/files/2019-09/modul_13.pdf) (SRB)

Staranje o deci sa smetnjama u razvoju, invaliditetom ili zdravstvenim problemima, dakle, ima brojne specifičnosti koje mogu predstavljati poseban izazov kada je u pitanju primena roditeljskih praksi. Poput ostale dece, i deci sa navedenim problemima vaspitna disciplina pomaže da tokom razvoja uče važne veštine, samo što ovde primena može biti još kompleksnija i zahtevati dodatne napore. U daljem tekstu prikazane su specifičnosti staranja o deci sa navedenim problemima kroz pet osnovnih modula.

## 1. PRUŽI

### **Šta deca sa smetnjama razvoju, invaliditetom ili zdravstvenim problemima treba specifično da dobiju od svojih roditelja**

Život sa detetom sa smetnjama u razvoju može imati duboke efekte na celu porodicu, i to na roditelje, braću i sestre, kao i na članove šire porodice, što zauzvrat može uticati na zdravlje i dobrobit deteta. Stručnjaci koji rade sa ovim porodicama trebalo bi da budu dobro informisani o tome kako zdravlje dece utiče na porodicu i kako karakteristike porodice i resursi utiču na porodične odnose. Ovo iskustvo predstavlja jedinstveno zajedničko iskustvo svih članova porodice i može uticati na sve aspekte funkcionisanja. Sa pozitivne strane, to može proširiti vidike, povećati svest članova porodice o njihovoj unutrašnjoj snazi, poboljšati porodičnu koheziju i podstaći veze sa drugim grupama zajednice. Sa negativne strane, vremenski i finansijski troškovi, fizički i emocionalni zahtevi i logistička složenost povezana sa podizanjem deteta sa smetnjama u razvoju mogu imati dalekosežne efekte. Uticaji će verovatno zavisiti od vrste stanja i težine, kao i od fizičkog, emocionalnog i finansijskog stanja porodice i resursa koji joj stoje na raspolaganju. Sistem podrške deci sa smetnjama u razvoju i njihovim porodicama, na žalost, izuzetno je fragmentiran i njime je teško upravljati. Zbog toga najviše trpe deca i roditelji.

Roditelji dece sa navedenim problemima mogu imati poseban izazov u ispunjavanju osnovnih uslova za responzivno staranje – sopstveno mentalno i fizičko blagostanje. Rođenje deteta sa smetnjama u razvoju može povećati stres, uticati na mentalno i fizičko zdravlje, otežati pronalaženje odgovarajuće i pristupačne brige o deci i uticati na odluke o poslu, obrazovanju/obuci, daljem proširenju porodice i novoj deci, kao i o oslanjanju na podršku javnosti. To može biti povezano sa osećanjem krivice, samooptuživanjem ili smanjenim samopoštovanjem. Troškovi medicinske nege i drugih usluga mogu biti ogromni. Svi ovi potencijalni efekti mogli bi imati posledice na kvalitet odnosa između roditelja, njihovih životnih aranžmana, budućih odnosa i porodične strukture i, naravno, na njihove vaspitne prakse. Rođenje deteta sa smetnjama u razvoju takođe može uticati na raspodelu vremena i finansijskih sredstava roditelja, njihova očekivanja od zdrave

braće i sestara u smislu postignuća, odgovornosti i kratkoročnih i dugoročnih doprinosa domaćinstvu te na zdravlje i razvoj braće i sestara. Konačno, imati dete sa smetnjom u razvoju u porodici može uticati na odnos tih pojedinaca prema primarnoj porodici i na finansijsko, fizičko i emocionalno stanje. Svi ovi potencijalni efekti na porodice imaju implikacije po zdravlje i dobrobit dece sa smetnjama u razvoju.

Postojeće studije ukazuju<sup>111</sup> da rođenje bebe sa ozbiljnim zdravstvenim problemom ili rizikom povećava verovatnoću da će se roditelji razvesti ili živeti odvojeno, da majka neće raditi van kuće, da će otac raditi sa smanjenim radnim vremenom. Roditelji dece sa smetnjama u razvoju imaju niže stope društvenog učešća od roditelja bez deteta sa invaliditetom i manja je verovatnoća da će imati velike porodice. Možda su ovi efekti na porodicu samo vrh ledenog brega, jer zapravo još uvek postoji malo istraživanja koja obrađuju ovu temu.

Brojna specifična zdravstvena stanja deteta povezana su sa lošim ishodima mentalnog zdravlja roditelja i braće i sestara. Jedna nedavna metaanaliza<sup>112</sup> pokazuje da su vršnjačke aktivnosti i rezultati kognitivnog razvoja niži za braću i sestre dece sa hroničnom bolešću u poređenju sa kontrolnom grupom. Praktično se ništa ne zna o dugoročnim ekonomskim, demografskim i fizičkim zdravstvenim ishodima braće i sestara. Još jedna potencijalna važna, a nedovoljno istražena oblast jeste kako dečiji invaliditet utiče na dobrobit baka i deka i drugih članova šire porodice i kako odgovori tih pojedinaca na rođenje deteta sa invaliditetom u porodici utiču na roditelje deteta. Sve u svemu, potrebno je mnogo više istraživanja o tome kako zdravlje dece utiče na njihove roditelje, braću i sestre, bake i deke i članove šire porodice.

Uprkos nedovoljnoj količini istraživačkih podataka, ipak se zna da svoj deci trebaju ljubav, ohrabrenje i podrška, a deci sa smetnjama u razvoju takvo pozitivno potkepljenje može pomoći da izgrade i osiguraju doživljaj sopstvene vrednosti, samopouzdanja i odlučnosti da nastave dalje, čak i kada su okolnosti teške. Ovoj deci, kao i svojoj drugoj deci, treba pružiti podsticajnu negu i respozivno staranje (koji mogu zahtevati više ulaganja kada su u pitanju deca sa smetnjama u razvoju nego deca tipičnog razvoja).

Kako „pružiti“ najbolje u ovoj situaciji? U potrazi za načinima da se pomogne detetu sa smetnjama u razvoju treba imati na umu da roditeljska uloga nije da „izleči“ smetnje u razvoju, već da detetu dâ socijalne i emocionalne alate koji su mu potrebni za prevazilaženje izazova. Dugoročno gledano, suočavanje i savladavanje izazova kao što je smetnja u razvoju može pomoći detetu da postane jače i otpornije.

Roditelje treba podsetiti da način na koji se ponašaju i odgovaraju na izazove ima veliki uticaj na dete. Dobar stav neće rešiti probleme povezane sa smetnjama u razvoju, ali može kod deteta stvoriti poverenje i dati mu nadu da se stvari mogu poboljšati i da će na kraju uspeti u nekim važnim, a realno dostižnim ciljevima. Na roditeljima je da nauče dete kako da se nosi sa preprekama, a da ga to ne obeshrabri ili preopteretiti. Ono što je

<sup>111</sup> Mitić, M. (ur.). *Deca sa smetnjama u razvoju, potrebe i podrška*, Beograd, 2011. <https://www.unicef.org/serbia/media/6441/file/Deca%20sa%20smetnjama%20u%20razvoju.pdf> (SRB)

<sup>112</sup> Sharpe D, Rossiter L. *Siblings of children with a chronic illness: a meta-analysis*. J Pediatr Psychol. 2002 Dec;27(8):699-710.



zaista važno jeste da roditelji svom detetu pruže obilje emocionalne i moralne podrške i to treba vrlo jasno i dosledno da pokazuju na način koji dete sa ograničenjima može da razume. Roditelj najbolje poznaje svoje dete i treba ga osnažiti da preuzme odgovornost kada je u pitanju pronalaženje alata koji su mu potrebni da bi pomogao detetu.

Roditelj mora biti zagovornik svog deteta. Zbog toga je važno prihvatiti ulogu proaktivnog roditelja i poraditi na svojim veštinama komunikacije i prilagoditi ih baš tom detetu. Uticaj roditelja nadmašuje sve druge uticaje, a dete će uglavnom slediti roditeljsko vođstvo. Ako roditelj izazovima u razvojnim smetnjama pristupa sa optimizmom, napornim radom i smislom za humor, dete će verovatno prihvatiti roditeljsku perspektivu ili će bar videti izazove kao prepreku koja se može preskočiti, a ne kao slepu ulicu.

Roditelji dece sa smetnjama u razvoju se često pitaju da li bi njihovo dete moglo jednog dana da živi samostalnim životom. Stručnjaci kažu da se prvi koraci ka ovoj nezavisnosti prave kod kuće kada su deca mala. Zbog toga se, kada je u pitanju ono što roditelj treba da pruži ovoj deci, poseban akcenat stavlja i na pomoć deci u savladavanju veština brige o sebi. Ako je moguće, učenje dece da budu odgovorna za svoj veš ili druge kućne poslove pružiće veliko iskustvo i pomoći će u podizanju njihovog samopouzdanja; to decu podstiče da, savladavajući životne veštine, nastave da traže sopstvene uspehe. Zajednička vožnja javnim prevozom ili obavljanje zadataka takođe će pomoći da se dete adaptira na mesta sa većom gužvom i da mu postane udobnije da se kreće van kuće.

Veoma je važno da se podstiče obrazovanje dece sa smetnjama u razvoju; škola je teška za svu decu, posebno onu sa smetnjama u razvoju. Negovanje dobrih odnosa s školama, učiteljima i nastavnicima pomaže roditeljima da lakše prođu kroz period obrazovanja. Uključivanje deteta u grupne aktivnosti, kao što su umetnost, kampovi ili sport, daće mu priliku da se druži van kuće, da razvija samopouzdanje i stvara trajna prijateljstva. Osim toga, ostati aktivan uz vežbanje i učenje nove veštine – to je dragoceno za svaki um i telo u razvoju.

## **2. PREISPITAJ**

### **Šta su specifičnosti u preispitivanju roditelja dece sa smetnjama u razvoju**

Poznato nam je da je odgajanje dece avantura za svakog roditelja, ali putovanje za roditelje dece sa smetnjama u razvoju često ima još nekoliko preokreta – od identifikacije zdravstvenih stanja za koja mogu imati predispoziciju do obezbeđivanja najefikasnijeg obrazovanja, odnosno podrške koje mogu dobiti. Roditelji se vrlo često bore sa sopstvenim osećanjem krivice i preispitivanjem (zašto meni, zašto ja?), a vrlo često postoji i problem unutar proširene porodice gde svi imaju stav o svemu, a zapravo samo je roditelj taj koji nosi najveći teret (veoma često se radi o preispitivanju sopstvenih stavova i praksi i o distanci u odnosu na transgeneracijske uticaje). Roditelji su zbunjeniji

jer se neretko prvi put sreću sa takvim problemom u transgeneracijskom nizu, i za njih je veći izazov da li su im stavovi i prakse ispravni. Ni ovde nije izuzetak transgeneracijski prenos i verovanje sopstvenim roditeljima kao najjačem izvoru informacija, ali je kod ovih roditelja još naglašeniji značaj zdrave distance od onoga kako su postupali njihovi roditelji i okretanje stručnim izvorima informisanja (jer ne samo da se u prethodnim generacijama manje znalo o efektima nasilnih vaspitnih praksi, nego se manje znalo i o neurorazvojnim poremećajima i o tome kako postupati sa decom koja imaju ovaj problem).

Zbog toga se roditeljima savetuje da nauče sve što mogu o stanju deteta kako bi mogli da na vreme identifikuju potencijalne medicinske komplikacije i pomognu u razvoju deteta. Svakako je preporuka da se u traganju za informacijama konsultuju sa svojim pedijatrima ili drugim zdravstvenim radnicima kako bi izbegli poluinformacije, odnosno netačne, pa čak i štetne informacije. Primer za štetni efekat informacija je priča o uticaju MMR vakcine na razvoj autizma, koja može dete i drugu decu u okruženju da dovede u ozbiljan rizik. Mnoge smetnje u razvoju utiču na fizičko zdravlje deteta, i obrnuto; na primer, deca sa autizmom mogu da dožive napade, gastrointestinalne poteškoće, nesanicu i probleme sa ishranom<sup>113</sup>. Svest o ovim predispozicijama pomoći će roditelju da se zalaže za svoje dete kod kuće, u školi ili u ordinaciji.

Iz navedenih razloga stručnjaci treba da pomažu roditeljima da deci sa smetnjama u razvoju pruže upravo one mogućnosti i one aktivnosti za koje i sami prepoznaju da imaju najviše potencijala da se razviju i pomognu detetu kroz život, kao i da nikada ne odustanu od borbe za svoje dete.

### 3. PRESKOČI

#### **Koje su roditeljske/starateljske prakse posebno štetne po decu sa smetnjama u razvoju**

Iako se sve informacije iz Modula 3 odnose i na grupu dece sa smetnjama u razvoju, postoje neke specifičnosti zbog kojih ova decu mogu biti izloženija nasilnom postupanju, i to sa težim posledicama. Istraživanja pokazuju da su deca sa smetnjama u razvoju u proseku 3,6 puta podložnija fizičkom nasilju i 2,9 puta seksualnom zlostavljanju od ostale dece. Nažalost, sama priroda i težina njihovih oštećenja ili poremećaja utiče na verovatnoću da budu zlostavljani jer su manje u stanju da razlikuju prikladno od nepoželjnog ponašanja<sup>114</sup>. S druge strane, deca sa smetnjama u razvoju se i dalje smatraju manje pouzdanim svedocima, što dodatno otežava krivično gonjenje i olakšava prikrivanje počinitelja ovih loših postupaka. Podaci dobijeni iz centara za žrtve silovanja širom Evrope ukazuju na to da su osobe sa

<sup>113</sup> Ministarstvo zdravlja Republike Srbije. *Smernice za skrining, dijagnostiku i intervencije kod dece sa poremećajem iz spektra autizma*. Beograd, 2018. dostupno na <http://autizam.org.rs/wp-content/uploads/2019/06/smernice-autizam.pdf> (SRB)

<sup>114</sup> Španović I.-Radojković V. *Zaštita deteta od zlostavljanja i zanemarivanja. Primena opšteg protokola*. 2011.

invaliditetom koje im se obrate u najvećem broju slučajeva „više puta bile žrtve seksualnog zlostavljanja“ od osoba uobičajenog psihofizičkog razvoja koje dolaze u te centre.

Pored opštih formi i konteksta zlostavljanja i zanemarivanja, ova deca su, specifično, češće žrtve diskriminacije, segregacije, nepotrebnog vezivanja, seksualnog uznemiravanja za vreme svakodnevnog održavanja higijene, nasilja u toku pregleda ili terapije, nasilja predstavljenog kao terapija i preteranog davanja lekova radi trenutnog smirivanja<sup>115</sup>.

Deca koja žive u institucijama automatski imaju veće šanse da budu zlostavljana<sup>116</sup>. Deca smeštena u rezidencijalne ustanove, posebno deca sa smetnjama u razvoju i/ili invaliditetom, naročito su osetljiva na zlostavljanje, zanemarivanje i eksploataciju od strane pružalaca nege i drugih odraslih u okruženju institucije, vršnjaka i starije dece. O toj deci se često brine veliki broj pružalaca nege sa ograničenim obrazovanjem, u bezličnom okruženju, i zato ona nisu u mogućnosti da ostvare blizak odnos sa značajnom odraslom osobom koja pruža negu i koja može da im pruži zaštitu, kao i odnos odgajanja. Ta deca sve više kasne u svim aspektima razvoja, uključujući čak i fizički rast.

Otuda je veoma važno da stručnjaci roditeljima i starateljima dece sa smetnjama u razvoju objasne koje su prakse štetne i zašto, pokazujući istovremeno razumevanje za izazovne okolnosti u kojima se staranje odvija. Zadatak stručnjaka je i da prepoznaju svaki vid štetnog postupanja i pravovremenom intervencijom pomognu u zaštiti ove dece.

## 4. PRIMENI

### Koje su roditeljske prakse prikladne za decu sa smetnjama u razvoju

Roditelji dece sa smetnjama u razvoju suočavaju se sa svakodnevnom brigom o detetu, stalnim preispitivanjem da li su negde i sami pogrešili, tj. da li su odgovorni za problem deteta, kao i sa kontinuiranim neprihvatanjem okoline i preprekama koje moraju da savladaju ne bi li svom detetu, sebi i porodici obezbedili iole normalan život. U celoj toj kompleksnoj mreži izazova posebno im je teško da se snađu kako da vaspitavaju svoje dete sa smetnjama u razvoju ako misle ili da ono ne razume ništa ili da mu je sve dozvoljeno jer već ima smetnju za koju nije odgovorno.

Uprkos izazovima, roditelji dece sa smetnjama u razvoju neretko veoma posvećeno pružaju pomoć svojoj deci da razviju odgovarajuće društveno ponašanje, a disciplina je jedan od alata koje koriste za pružanje te pomoći. Važno je imati na umu da disciplina nije isto što i kazna, već je vitalni oblik vođenja kroz koji roditelji pokazuju svoju brigu.

<sup>115</sup> Opšti protokol za zaštitu dece od zlostavljanja i zanemarivanja, Zaključak Vlade Republike Srbije 05 broj: 011-5196/2005 od 25. avgusta 2005. godine (2005).

<sup>116</sup> Alexander Grund, *Child Protection Hub* (2016) na <https://childhub.org/sh/materijali-namjenjeni-djeci/nasilje-nad-decom-sa-posebnim-potrebama> (SRB)

Iako postoje neke osnovne činjenice koje se odnose na rešavanje problema u ponašanju kod sve dece, ona deca koja se bore u društvenom, bihevioralnom i akademskom smislu imaju koristi od specijalizovanog pristupa. Pristupi se naravno mogu razlikovati u odnosu na uzrast, kognitivne sposobnosti te na sam problem koji deca imaju (i zbog toga je posebno važno da stručnjak svaku takvu porodicu dobro upozna i pomaže joj na individualizovan način), ali tu su i opšte preporuke koje bi mogle pružiti prvu pomoć, od kojih se neke navode u nastavku teksta.

- **Uspostavite jasna osnovna pravila od najranijeg uzrasta.** Jedan od najvećih izazova za neku od dece sa neuro-bihevioralnim problemima predstavlja identifikovanje i pamćenje očekivanih oblika ponašanja. Pošto dete može biti toliko ometeno porukama iz svog unutrašnjeg sveta, ono možda ne obraća pažnju na probleme koje njegovo ponašanje izaziva. Kada roditelji daju ***mime i jasne informacije o tome koje ponašanje očekuju od deteta***, to pomaže da se smiri konfuzija i unutrašnja turbulencija koju dete možda oseća. Jasna uputstva imaju suštinski značaj za promovisanje detetove linearne obrade informacija i omogućavaju ulogu roditelja kao najvažnijeg učitelja deteta. Naravno, kada dete ima problem sa razumevanjem, mnogo je teže, a ponekad i nemoguće uspostaviti osnovna pravila. Onda se radi preusmeravanje, sklanjanje iz situacija koje su problematične, smirivanje i dr.
- **Vodite računa o tome kada i kako podižete glas, slušate dete, reagujete** na njegova ponašanja – deca uče i ***imitirajući model*** koji je za njih relevantan (a najrelevantniji model je roditelj odnosno staratelj). Deca sa smetnjama u razvoju neće razumeti ako im kažete: „Radi kako ja kažem, a ne kako ja radim“. Ona će imitirati upravo ono što posmatraju u svom okruženju.
- **Budite dosledni u svojim očekivanjima i nalogima.** Za mnogu decu sa smetnjama u razvoju učenje novih stvari može biti sporiji i teži proces. Međutim, ako se dâ nalog, on se mora sprovesti do kraja, uz pomoć roditelja ili bez njihove pomoći. Zbog toga roditelji moraju voditi računa o tome kakve naloge daju. Dosledna očekivanja u svim okruženjima i među negovateljima ključna su za osiguranje delotvornosti discipline u ponašanju.
- **Pohvalite ili nagradite dete što je pre moguće nakon željenog ponašanja.** Odnos uzroka i posledice jedan su od najranijih pojmova koje dete uči. Ako shvati da reagovanjem na neprimeren način dobija posebnu pažnju (čak i ako je ta pažnja negativna, odnosno u vidu kritike ili fizičkog sprečavanja ponašanja), takav način reagovanja će se učvrstiti kod deteta i biće prisutan u svakoj narednoj situaciji u kojoj ono želi pažnju. Umesto toga, korisno je naučiti dete da će željeno ponašanje dovesti do pažnje i pohvala koje mu prijaju. Kod dece sa smetnjama u razvoju posebno je važno da se roditelj u vaspitanju osloni na pozitivno potkrepljenje (nagrađivanje poželjnog ponašanja), dok se nepoželjno ponašanje ignoriše, ako je to moguće (ne

primenjuje se kažnjavanje jer ono, i inače kod dece, pokazuje manju efikasnost nego pozitivna disciplina, a može biti štetno). Ovo je jedna od najnežnijih i najpouzdanijih metoda promene nečijih postupaka. Pružajući pozitivno potkrepljenje u onim trenucima kada dete ispunjava očekivanja u ponašanju, roditelji stvaraju bezbedno, predvidivo okruženje. Važno je dati pohvalu ili nagradu što je pre moguće nakon željenog ponašanja (čak i ako se pozitivno potkrepljenje sastoji od zvezdice na zidnoj karti) i to dosledno ponavljati.

■ **Nepoželjna ponašanja ponekad se otklanjaju negativnim potkrepljenjem**, odnosno posledicama koje takođe treba da se dese **što je pre moguće** – tako će dete lakše razumeti sa kojim je ponašanjem posledica povezana. Vremenska ograničenja, iako su odlična za smirivanje, možda neće biti efikasna za regulaciju ponašanja ako dete ne razume da je posledica povezana sa ponašanjem. Ako dete baci igračku, ono mora da prekine aktivnost i da ode po igračku (uz pomoć roditelja ako je potrebno). Ako odbije da završi neku aktivnost, ne može da završi nijednu drugu aktivnost dok ne završi prvobitni zahtev (opet uz pomoć roditelja ako je potrebno). Važno je, dakle, da se posledice odnose na samo ponašanje.

■ **Ako se detetu mora ukazati da prestane da radi nešto što je nepoželjno**, to treba učiniti na pozitivan način. Na primer, ako dete zadirkuje brata, roditelj može da mu kaže: „Spusti ruku pored sebe“. Kada dete ima problem sa razumevanjem, ne čuje vas i/ili ne obraća pažnju na ono što govorite, **preusmerite njegovu aktivnost ili ga sklonite iz situacije koja je problematična**. Na primer, dete koje baca stvari može se preusmeriti na mekane plišane igračke koje su pogodne za bacanje.

■ Prekidanje aktivnosti koja je detetu zabavna može biti izvor bunta i odbijanja. U takvim situacijama možete koristiti **odbrojavanje** (npr. „još 5 minuta pre nego što...“, „još 2 minuta“, „još 10 sekundi“) ili **upućivanje na vizuelne ili slušne signale** (npr. „možeš da se igraš dok se tajmer/zvono ne uključi“ ili „kada kazaljka na satu dođe ovde, završavamo sa kupanjem“).

■ **Kad god je moguće, ponudite detetu izbor u rešavanju problema**. U situacijama kada dete treba da izvrši traženu radnju, a prema tome pokazuje otpor, korisno je da mu se ponudi izbor načina na koji će završiti tu aktivnost. Na primer, ako je vreme za kupanje i oblačenje pidžame, dete može da bira gde će spavati igračka koja mu je naročito važna, da li skakuće kao zeka ili se kreće kao medved niz hodnik i koju pidžamu želi da obuče. Ovo je odlična strategija za vraćanje kontrole detetu bez povlačenja.

■ Kada postoji nepoželjno ponašanje deteta, veoma je važno da se **utvrdi uzrok takvog ponašanja i da se deluje na taj uzrok**. Na primer, dete reaguje burno kada je gladno, neispavano, osujećeno u komunikaciji itd. U takvim situacijama treba biti korak ispred deteta i reagovati na vreme. Kada se burne emocije dese, roditelj treba da potvrdi emocije deteta, dâ uputstva detetu i pomogne mu da reši problem na

primeren način (u skladu sa razvojnim veštinama deteta). Na primer, „Vidim da te Pera ljuti kada ti uzima igračke, ali nije u redu da ga udariš. Ruke nisu za udaranje. Hajde da se dogovorimo sa njim koju igračku ćeš uzeti ti, a koju on.“

Sve ove prakse su korisne, ali za efikasno rešavanje problema najvažnije je razumevanje osnovnog uzroka i onoga što se dešava u mozgu deteta sa različitim izazovima. Jednom kada se identifikuje tačna priroda dečijih borbi, može se razviti prilagođeni pristup kako bi se osiguralo da dete dostigne svoj potencijal. Uloga stručnjaka podrazumeva da se posebna pažnja posveti ovom delu u radu sa roditeljima dece sa smetnjama u razvoju.

S druge strane, uloga stručnjaka je i da ukaže ovim roditeljima da nisu svi problemi u ponašanju njihovog deteta vezani za neurorazvojni problem koji ono ima. Neka prkosna ponašanja i testiranje granica predstavljaju normalan deo razvoja sve dece. Sva deca, pa i ona sa smetnjama u razvoju, kroz testiranje granica uče veštine i ostvaruju potrebu za nezavisnošću. Stručnjaci roditeljima treba da objasne da svaki roditelj, bilo da je njegovo dete zdravo ili ima smetnje u razvoju, prolazi kroz ovakve situacije, na ovaj ili onaj način. Ipak, stručnjaci ovo treba da čine sve vreme, uvažavajući činjenicu da nošenje sa nemirima, neadekvatnim ponašanjima dece sa smetnjama u razvoju u socijalnim okruženjima može biti posebno izazovno i pružajući roditeljima doživljaj razumevanja i individualizovanog pristupa.

## **5. POTRAŽI POMOĆ**

### **Zašto i kako roditelji dece sa smetnjama u razvoju mogu da potraže pomoć u vaspitanju**

Imati dete sa smetnjama u razvoju donosi izazove i zato je otvorenost ka traženju pomoći u vaspitanju i staranju o njima posebno važna u ovoj populaciji roditelja. Traženje pomoći ne znači da su oni pogrešili nešto u roditeljstvu, već da im je potrebno više informacija i dodatnih strategija koje mogu da dobiju od pedijataru u vezi sa upućivanjem na specijaliste, odnosno od vaspitača, učitelja, nastavnika i stručnih službi u vrtićima i školama u vezi sa dodatnim predlozima koji će pomoći detetu u usvajanju školskih veština. Podrška se može tražiti i od stručnjaka socijalne zaštite i od lekara.

Od posebne važnosti je podrška iz najužeg okruženja – od supružnika ili partnera u zajedničkom roditeljstvu, sa kojima mogu da se razmotre porodična rešenja. Osim toga, treba se obratiti i prijateljima i široj porodici kako bi roditelji mogli da napune baterije dok drugi nakratko brinu o njihovoj deci. Blagotvorno je ako se porodica shvati kao tim koji brine o detetu, ali i koji brine međusobno o svim svojim članovima, jer bez očuvanog mentalnog i fizičkog zdravlja staratelja nema ni respozivnog staranja. Neke od konkretnih preporuka koje mogu biti od pomoći u porodičnom okruženju navode se u Tabeli 33.

### Tabela 33. Porodica kao tim – preporuke za roditelje u staranju o deci sa smetnjama u razvoju

Svoj deci u porodici posvetite podjednaku pažnju. Uključite drugu decu u aktivnosti sa detetom sa smetnjama u razvoju, pohvalite ih i zahvalite im se na podršci.

Razgovarajte otvoreno sa partnerom, delite obaveze oko dece i trudite se da nađete vreme samo za vas dvoje – ponekad je sasvim dovoljno redovnih 15 minuta razgovora i zajedničke šetnje. Treba biti saosećajan i podržavajući slušalac i hvaliti i isticati snage i prednosti drugog roditelja.

Družite se. Dodatna podrška prijatelja je uvek dobrodošla. Posebno može pomoći druženje uz promenu sredine. Deca će imati koristi od promene pejzaža, a roditelji će dobiti energiju. Zamolite neke od prijatelja da na momenat budu sa vašom decom; pozovite decu vaših prijatelja da budu s vašom decom; možete zajedno da obavljate neke poslove, izadite zajedno. Vaša deca takođe imaju koristi od socijalizacije sa drugim decom.

Redovno odvajajte kratko vreme samo za sebe – uradite ono što vas opušta i pričinjava vam zadovoljstvo (popijte kafu, pročitajte nekoliko stranica iz inspirativne ili smešne knjige ili jednostavno nemojte ništa da radite). Važno je održavati i fizičku kondiciju (i 10 minuta kardio-vežbi ili istezanja dnevno može biti blagotvorno). Pomozite i svom partneru (drugom roditelju/staratelju) da za sebe učini to isto.

Na kraju, u sistemu podrške roditeljima dece sa smetnjama u razvoju veoma veliki značaj ima povezivanje i udruživanje sa drugim roditeljima koji imaju slična iskustva. To može da pomogne da se otkriju strategije bitne za suočavanje sa problemima deteta, da se steknu novi resursi i dobije podrška drugih roditelja koji „shvataju“ ili su već imali slična iskustva. Roditelji tako znaju da nisu sami u svom problemu, da nisu jedini koji se eventualno osećaju krivim zbog dodatnih izazova deteta ili koji su osujećeni jer je život sa detetom koje ima smetnje u razvoju težak. Samo saznanje roditelja da nisu jedini donosi emocionalno olakšanje i olakšava im da traženje pomoći dožive kao znak snage, a ne slabosti. Najvažnije poruke koje bi trebalo da čuje svaki roditelj dece sa smetnjama u razvoju navode se u Tabeli 34.

**Tabela 34. Dvadeset stvari koje bi trebalo da čuje svaki roditelj dece sa smetnjama u razvoju (prevod sa engleskog)**

Dr Darla Clayton

<https://www.abilities.com/community/parents-20things.html>

1) **Niste sami.** Možda ne postoji nijedno drugo dete sa istom simptomima kakve ima vaše dete, ali postoje ljudi sa sličnim izazovima. Pronađite te ljude. Svi roditelji veruju da nikada nisu sreli nikoga sa svim ovim izazovima kakve ima njihovo dete, ali je važno da imaju jaku mrežu unutar svake dijagnoze. Putem društvenih mreža možete se povezati sa drugim roditeljima

2) **I vi zaslužujete da se brinete o tebi.** Skoro stalno smo u poziciji da brinemo o drugima. Međutim, vi morate i zaslužujete da se brinete o sebi. To podrazumeva da zamolite prijatelje ili porodicu da vam s vremena na vreme donesu obrok ili da vam omoguće da odete npr. na pedikir ili da izađete ili bilo šta drugo u čemu uživate. Sve što će pomoći da se osećate posebno i zbrinuto, da odvojite vreme i uživate, vredno je toga!

3) **Niste savršeni i to je u redu!** Niko nije savršen. Svi pravimo greške. Svako može da se vrti u krug sa problemima ili da krene dalje! Pokušajte da promenite način razmišljanja – možda je postojao dobar razlog zašto ste nešto propustili ili pogrešili. Stalno osuđivanje sebe neće promeniti situaciju, zato pokušajte da nastavite dalje.

4) **Vi ste superheroj.** Možda nećete preskakati zgrade u jednom skoku ili trčati brže od metka, ali ste ipak superheroj. Svakodnevno se snalazite u situacijama za koje bi roditelj dece bez problema u razvoju mislio da su nemoguće. Vi se nosite sa besom i padovima. I najčešće uspevate da ne doživite bes ili da mu se prepustite. Podstičete svoje dete da radi stvari koje su vam doktori rekli da možda nikada neće uspeti, ali nikada niste izgubili nadu. Vi ste terapeut, medicinska sestra, doktor, prijatelj i poverljiva osoba. Vi niste običan roditelj.

5) **Terapija je igra.** Za decu je terapija igra, a igra terapija. Najbolji terapeuti pronalaze načine da stimulišu dete da se uključi u izazovne aktivnosti koje bi inače odbilo preko igre koju je dete želelo da igra. Isto primenite i kod kuće.

6) **Igra je terapija.** Svaka aktivnost je terapija. Stavljanje veša u mašinu, seckanje namirnica za jelo, slaganje igračkaka. Dete uči, zabavlja se i postaje jače. Pobedite, pobedite i pobedite!

7) **Odvojte vreme da uživate u svojoj deci.** Mi, superroditelji, obično smo prilično zauzeti i često previše planiramo. Međutim, iako je sve u vašem kalendaru važno, važnije je da odvojite vreme za igru, smeh, šašavost ili samo obično uživanje u svojoj deci. Čitajte im nešto, privijte se uz njih, bavite se onim što je važno u njihovim svetovima.



8) **Bićete obavezni da donosite srceparajuće odluke.** Moraćete da donosite bolne odluke koje će vam povrediti srce i ostaviti vas da preispitujete sve što ste mislili da znate ili razumete. Znajte da dajete sve od sebe. Razgovarajte o svojoj zagonetki sa drugima koji je razumeju i verujte sebi da ćete doneti najbolju odluku. Neka stvari ide dalje i kada se završe, nemojte ponovo razmišljati o tome. Lakše je reći nego učiniti, ali вреди pokušati!

9) **Nećete uvek dobro shvatiti.** Mnogi od izbora koje ste primorani da donesete nemaju pravo rešenje, nego su samo manje teški od teških i bolnih pogrešnih izbora. Daćete sve od sebe, ali nećete uvek uspeti bez obzira koliko neprospavanih noći provedete u agoniji oko toga kako da se nosite sa nekom situacijom.

10) **Oprostite sebi.** Da, ponekad ćete pogrešiti uprkos najboljim namerama. Nikakvo mučenje sebe neće učiniti da se osećate bolje niti će vam pomoći da donosite bolje odluke. Zapamtite da mnoge od najtežih odluka nemaju pravi odgovor.

11) **Teško je biti roditelj.** Biti roditelj detetu sa smetnjama u razvoju je naročito teško. To takođe može biti dodatna nagrada i učini nas dodatno strastvenim. I skoro uvek će život učiniti dodatno zanimljivim. Sa izazovima dolaze i nagrade. Ponekad morate pretražiti svoje srce za nagrade, ali one su tu ako ih tražite.

12) **Roditeljstvo kada dete ima smetnje u razvoju podseća na maraton.** Za one koji pokušavaju da pobeđu u maratonu nema pauza. Ako želite da ostanete u trci, ješćete i pićete dok trčite. Naš maraton će se nastaviti u doglednoj budućnosti i dalje. Zato zapamtite – ne morate da pobedite, samo dođite do kraja. Momak koji dolazi na poslednje mesto u maratonu pravio je pauze, stajao je i popio malo vode, zagrizao nešto na brzinu, a zatim se vratio na put. Omogućite sebi te trenutke koliko god bili kratki.

13) **Nemojte se izgubiti.** Ne dozvolite da to što ste roditelj deteta sa smetnjama u razvoju stvara ili preoblikuje vaš identitet. To jeste deo vašeg identiteta, ali to ne bi trebalo da bude sav vaš identitet. Kada ceo svoj život, sve svoje kontakte, sve svoje fokusirate na dete i njegove potrebe, može se desiti da izgubite sebe. Pronađite stvari u životu u kojima uživate, čašu vina, hobi ili kupovinu.

14) **Zadržite smisao za humor.** Ali ako niste pažljivi, možete postati preosetljivi na toliko stvari da će ljudi početi da vas izbegavaju. Mnogi kolokvijalizmi poput „samo što se nisam šlogirao“ ili „umalo da ne strefi srčka“ zbunjuju roditelje čija su deca zaista imala srčani ili moždani udar. Međutim, pokušajte da zapamtite da ljudi ne govore ovo da bi vas uvredili ili uznemirili.

15) **Proslavite male stvari!** Pohvalite se onim dostignućima koja drugima mogu izgledati mala, ali su velika za vašu decu! Vaša deca se razvijaju samostalno, kasno uče mnoge veštine, a neke nikada ne savladaju. Prst na nozi koji ranije nije mogao da migolji, reč, rečenica, osmeh, zagrljaj, šta god da je ta prekretnica, podelite je sa onima koji vole vas i vaše dete.

16) **Ne dozvolite da vas tipični roditelji iznevere.** Znam koliko je teško čuti od roditelja da njihovo dete šest meseci mlađe od vašeg hoda, a vaše ne. Ili da imate posla sa dobronamernim strancem koji pita zašto vaš dvogodišnjak luta okolo na zadnjici umesto da stoji na nogama. Pokušajte da zapamtite da ovim ljudima nedostaje kontekst u komi živimo. Objasnite im, podučite ih, budite strpljivi, podižite svest među onima koji to jednostavno ne razumeju. Zapamtite, i tipični roditelji zaslužuju pravo da se hvale i njihov ponos na dostignuća svog deteta nije zamišljen kao udarac našem detetu.

17) **Ne upoređujte. Ovo je još jedan izazov, ali vredi truda.** Sva deca su različita, tipična ili sa dodatnim izazovima i ona će rasti i razvijati se sopstvenim tempom. Ako razvojna prekretnica nije ispunjena kako mislite da bi trebalo da bude, svakako porazgovarajte sa lekarom vašeg deteta. Upoređivanje braće i sestara, rođaka, dece u okruženju ili čak poređenje dece sa istom vrstom invaliditeta retko služi da se osećate bolje. Vaše dete je jedinstveno i imaće svoje individualne snage i izazove.

18) **Ne morate da budete ONAJ roditelj.** Znete onog koji je jasno proveo 10 sati stvarajući neverovatnu užinu u obliku životinje. Onaj koji šalje preslatke kese sa poslasticama za svaki praznik. Onaj koji svake godine nađe najslade poklone za učitelje. I čije je dete uvek obučeno u najsladu odeću koja se nekako nikad ne uprlja. Prepustite slavu tim roditeljima, ne gubite energiju na beskorisna takmičenja!

19) **Odvojte vreme za svoj brak.** Brak je težak posao. Tako stvari stoje. Roditeljstvo je težak posao. Tako stvari stoje. Roditeljstvo kada dete ima smetnje u razvoju je posebno težak posao! Vi koji ste u braku ili u vezi, odvojte vreme za tu vezu, podalje od svoje dece.

20) **Verujte svojim instinktima.** Vi najbolje poznajete svoju decu. Lekari, učitelji, terapeuti su fantastični resursi, ali ako se ne osećate kao da ste saslušani ili su potrebe vašeg deteta zadovoljene, veoma je razumno da dobijete drugo mišljenje. Ne plašite se da se borite za svoje dete i njegove potrebe. Dok su profesionalci eksperti u svojim oblastima, vi ste ekspert za svoje dete.

## *Veb sadržaji*

Dodatne informacije o tome kakav je položaj dece i porodica dece sa smetnjama u razvoju u različitim sistemima:

<https://www.unicef.org/serbia/publikacije/položaj-dece-sa-smetnjama-u-razvoju-i-invaliditetom-u-republici-srbiji> (SRB)

Dodatne informacije o različitim konceptima sagledavanja dece sa smetnjama u razvoju:

<https://www.unicef.org/serbia/media/6441/file/Deca%20sa%20smetnjama%20u%20razvoju.pdf> (SRB)

Dodatne informacije o zlostavljanju i zanemarivanju dece i omladine:

[https://www.unicef.org/serbia/sites/unicef.org.serbia/files/2019-09/modul\\_14.pdf](https://www.unicef.org/serbia/sites/unicef.org.serbia/files/2019-09/modul_14.pdf) (SRB)

Dodatne informacije o zlostavljanju dece sa smetnjama u razvoju:

<https://childhub.org/sh/materijali-namjenjeni-djeci/nasilje-nad-decom-sa-posebnim-potrebama> (SRB)

-



## MATERIJAL ZA RODITELJE

### STARANJE O DECI SA SMETNJAMA U RAZVOJU

*Vaspitna disciplina je sastavni deo roditeljstva i odrastanja svakog deteta.*

*Vaspitna disciplina pomaže da dete tokom razvoja uči važne veštine. Na ovom putu deca i roditelji mogu se suočavati sa različitim izazovima. Smetnje u razvoju deteta, invaliditet ili zdravstveni problemi mogu izazove učiniti složenijim i zahtevati dodatne napore.*

*Doslednost i strpljenje u podsticanju željenih ponašanja i u korigovanju neželjenih ponašanja deteta*

- Uspostavite jasna osnovna pravila od najranijeg uzrasta.
- Mirno i jasno kažite kakvo ponašanje očekujete od deteta.
- Budite dosledni u svojim očekivanjima i nalogima.
- Vodite računa o tome kada i kako podižete glas, slušate dete ili reagujete na njegova ponašanja – deca uče, između ostalog, imitirajući ono što posmatraju u svom okruženju.
- Pohvalite ili nagradite dete što je pre moguće nakon željenog ponašanja.
- Posledice neprihvatljivog ponašanja takođe treba da se dese što je pre moguće – tako će dete lakše razumeti sa kojim je ponašanjem posledica povezana.
- Ako se detetu mora reći da prestane da radi nešto, učinite to na pozitivan način. Na primer, ako dete zadirkuje brata, roditelj može reći: „Spusti ruku pored sebe.“

- Kada dete ima problem sa razumevanjem, ne čuje vas i/ili ne obraća pažnju na ono što govorite, preusmerite njegovu aktivnosti ili ga sklonite iz situacije koja je problematična. Na primer, dete koje baca stvari može se preusmeriti na mekane plišane igračke koje su pogodne za bacanje.
- Prekidanje zabavne aktivnosti može za dete biti izvor bunta i odbijanja. U takvim situacijama možete koristiti odbrojavanje (npr. „još 5 minuta pre nego što...“, „još 2 minuta“, „još 10 sekundi“) ili upućivanje na vizuelne ili slušne signale (npr. „možeš da se igraš dok se tajmer/zvono ne uključi“ ili „kada kazaljka na satu dođe ovde, završavamo sa kupanjem“).
- Kada god je moguće, ponudite detetu izbor u rešavanju problema.

## *Porodica kao tim*

- Svoj deci u porodici posvećujte podjednaku pažnju. Uključite drugu decu u aktivnosti sa detetom sa smetnjama u razvoju, pohvalite ih i zahvalite se na podršci.
- Razgovarajte otvoreno sa partnerom, delite obaveze oko dece i trudite se da nađete vreme samo za vas dvoje – ponekad je sasvim dovoljno redovnih 15 minuta razgovora i zajedničke šetnje.
- Družite se. Dodatna podrška prijatelja je uvek dobrodošla.
- Ne zaboravite da redovno odvojite kratko vreme samo za sebe – radite ono što vas opušta i pričinjava vam zadovoljstvo.

## *Niste sami*

- Povežite se sa drugim roditeljima koji imaju slična iskustva kao i vi.
- Pitajte profesionalce za dodatne izvore informacija i za savete.

# KAKO SE SNAĆI U ULOZI RODITELJA ADOLESCENTA/ADOLESCENTKINJE

Adolescencija je period prilika, ali i period vulnerabilnosti. To je period burnih promena koje obeležavaju tranziciju iz detinjstva u početak odraslog doba. Roditeljima adolescenata neretko nije lako da se u tim promenama snađu, da odgovore na sasvim nove zahteve i ponašanja u odnosu na one na koje su navikli dok im je dete bilo mlade. Roditelje čeka učenje o adolescentima, ali i o samom roditeljstvu. Svako ko radi sa porodicama koje imaju adolescenta treba vrlo dobro da poznaje opšte biološke i psiho-socijalne karakteristike adolescencije, ali i da tumači „u kom grmu leži zec“ kada su u pitanju problemi koji se javljaju u odnosu između adolescenata i njihovih roditelja. U nastavku tekstu, kroz pet osnovnih oslonaca modela opisanog u ovom priručniku, prikazano je **šta** adolescentima treba pružiti, kako se preispitivati u roditeljstvu, šta treba, a šta nikako ne treba činiti i **šta** raditi kada ništa što roditelj pokuša ne pomogne.

## 1. PRUŽI

### Šta je adolescentima potrebno od roditelja

**a) Roditeljstvo.** Glavna poruka roditeljima adolescenata glasi: budite najpre roditelj, pa tek onda prijatelj svom adolescentu/adolescentkinji. Najbolji recept za uspešno roditeljstvo je bezuslovna ljubav, ali uz postavljanje određenih zahteva i granica u pogledu ponašanja. Adolescentima je neophodna sigurnost u doživljaju da ih roditelji razumeju, da ih cene, prihvataju i vole bez obzira na sve i to podseća na odnos bliskih prijatelja. Međutim, podjednako je važno i adolescentima potrebno da roditelji postave neke granice koje oni ne mogu da postave sami sebi, kao i da roditelji ponekad kažu „ne“<sup>117</sup>. Ako to rade prečesto, nešto nije u redu. Ali granice su adolescentima potrebne da bi se oslonili na roditeljsko vođenje u brojnim novim životnim situacijama. Dobri odnosi između roditelja i adolescenata su povezani sa boljim školskim uspehom i generalnim doživljajem sreće adolescenata.

**b) Ljubav i podrška.** Odnos između roditelja i deteta se u adolescenciji menja, ali roditelji (i dalje) imaju važnu ulogu. Adolescentima su (i dalje) neophodne ljubav i podrška roditelja, možda i više nego ikada ranije; sukobi između roditelja i adolescenata su normalni i imaju razvojnu funkciju, ali ne treba da naruše odnos roditelja i deteta. Stručnjak treba da savetuje roditeljima da ostanu mirni, da čuju perspektivu adolescenata i da razmisle šta je njima (roditeljima) zaista važno i na čemu će insistirati. Iako se trude da deluju veliki i odrasli, adolescentima je neophodno da budu voljeni, a za to nisu nikad dovoljno veliki.

<sup>117</sup> Krstić, K. *Doživljaj sebe u adolescenciji: uloga roditelja i vršnjaka*, Institut za psihologiju, Beograd. 198 str. (2017)

Roditelji ne treba da podrazumevaju da adolescenti znaju/osećaju koliko ih oni vole, već to treba svaki put da im kažu i pokažu (ne baš pred društvom ili u javnosti). Bezuslovna ljubav ne znači odobravanje svega što adolescenti rade ili žele. Posledica neadekvatnog ponašanja ne treba da bude uskraćivanje ljubavi – roditelj treba da voli adolescenta/adolescentkinju kao osobu, a da kritikuje pojedinačno ponašanje.

**c) *Mirna luka.*** Roditelji treba da budu umirujući partner u odnosu sa adolescentom, da mu pruže model kako se može smireno reagovati i vladati svojim emocijama. Potrebno je oko 90 sekundi da emocija koja se pokrene doživi vrhunac i počne da blede; porodica treba da bude mesto gde adolescenti mogu da se povuku kada im je najteže, gde će naći sigurnost i umirenje<sup>118</sup>.

**d) *Vodstvo i savet.*** Roditelji bi trebalo da pomognu adolescentima i da ih nauče da planiraju i predviđaju posledice, ali i da im dozvole da pogreše, bez osuđivanja, da im prenesu svoja životna iskustva, pokažu im da su i oni grešili, da ni oni nisu savršeni, da im pomognu i usmere želju adolescenata da isprobavaju različite stvari i preuzimaju rizike (na primer, kroz sportske aktivnosti), da ih podrže i ohrabre te da im daju prostora da ojačaju svoje prijateljske odnose i vršnjačke veze, što je neophodan deo njihovog odrastanja i razvoja nezavisnosti u odnosu na porodicu. Kada roditelji primete da njihov adolescent/adolescentkinja ima teškoće u određenoj oblasti, treba da ih podrže i poduče novim životnim veštinama. Oni im, takođe, moraju pružiti prilike da vežbaju da budu odgovorni i nezavisni. Fokusiranje na zdrave navike i obrasce tokom adolescencije opremiće ih potrebnim veštinama da brinu o sebi u budućnosti.

**e) *Otvorenost i dostupnost.*** Roditelji adolescentima treba da stave do znanja da ne postoji ništa o čemu ne mogu razgovarati sa njima te da će uvek biti tu da im pomognu koliko mogu, bez obzira na situaciju u kojoj se adolescenti nađu. Roditelji treba da budu otvoreni za razgovor, dostupni kada adolescenti požele o nečemu da razgovaraju i ne treba da izbegavaju nijednu temu (ako roditelj ne želi o nečemu da razgovara, adolescenti će naći nekoga ko želi, ali se roditelju ishodi tih razgovora na kraju možda neće svideti). Ako roditelji imaju otvorenu komunikaciju sa adolescentom, oni zadržavaju mogućnost da utiču na njih i odluke koje donose. U suprotnom, neće ni znati šta se dešava. U toj komunikaciji veoma je važno da i roditelj njih čuje, razume njihovu perspektivu i potrebe, pruži im informacije i savete koje traže, a ne da im drži lekcije, pridike, da ih kritikuje i sl.

**f) *Poštovanje i prihvatanje.*** Roditelji treba da poštuju adolescente, da ih prihvate takve kakvi jesu, koliko god da su nesavršeni, i ne treba da pokušavaju da ih promene i prilagode nekakvoj idealizovanoj slici! Važno je da roditelji poštuju mišljenje adolescenata, njihovu perspektivu, da prihvate mogućnost neslaganja; adolescenti će pre poštovati mišljenje roditelja ako roditelj poštuje njihovo. Kada roditelji poštuju njihovu ličnost i pravo na privatnost, adolescenti će biti otvoreniji da sa roditeljima podele ono što žele i za čim imaju potrebu.

---

<sup>118</sup> Arnett, J.J. *Adolescence and Emerging Adulthood: A Cultural Approach*. Pearson. (2012a).



**g) Interesovanje.** Roditelji treba da se interesuju za sve što se dešava adolescentima, šta oni rade u školi i van nje. Roditelji treba da nude podršku i vođstvo oko školskih obaveza, da nadgledaju gde su adolescenti, s kim su i šta rade, da ih podstiču da pričaju o tome kako se osećaju, ali da vode računa da to ne preraste u pritisak. Adolescentima treba pokazati interesovanje i ohrabriti njihova interesovanja, pohvaliti ih i nagraditi za napor i trud koji ulažu. Oni će sve manje vremena provoditi sa roditeljima, ali kada god to poželeva, roditelji treba da se potrudite da provedu kvalitetno vreme sa adolescentima: adolescentski uzrast je uzbudljiv i zabavan, pa i roditelji treba da uživaju sa njima i u njima<sup>119</sup>.

## 2. PREISPITAJ

### Kako se roditeljske prakse menjaju i rastu zajedno sa detetom

Prakse koje su bile prikladne tokom detinjstva ne moraju biti prikladne u ovom periodu. Zato je važno da roditelji preispitaju svoje roditeljske prakse, uoče koji postupci nisu u skladu sa potrebama adolescenata, a kojim postupcima i praksama doprinose problemima u odnosu između roditelja i adolescenta/adolescentkinje. Roditeljima u ovome mogu pomoći konkretna pitanja koja se navode u Tabeli 35.

#### Tabela 35. Kako pomoći roditeljima da preispitaju svoje prakse sa adolescentima?

Kako su se vaše roditeljske prakse promenile kada je dete ušlo u period adolescencije?

Kako biste želeli da se dete ponaša na ovom uzrastu? Kakva su vaša očekivanja od deteta u ovom periodu?

Dajete li dovoljno prostora i slobode adolescentu/adolescentkinji? Dozvoljavate li nova prava i odgovornosti adolescentu/adolescentkinji?

Kako podstičete i negujete autonomiju i nezavisnost svog deteta u adolescenciji?

Kako razumete emocionalne bure i promene raspoloženja i kako reagujete na njih? Šta vas najviše brine ili uznemirava?

Kako vi doprinosite učestalosti i intenzitetu sukoba?

<sup>119</sup> Benson, P. L., Scales, P. C., Hamilton, S. F., & Sesma, A. *Positive youth development*. In W. Damon & R. Lerner (Eds.), *Handbook of child psychology (6th ed.)* (str. 894-941). New York: Wiley. (2006)

### 3. PRESKOČI

## Koje su roditeljske prakse neprikladne za adolescente ili u čemu roditelji najčešće greše sa adolescentima

**a) Pojačavanje kontrole.** Najefikasnija strategija roditeljstva sa adolescentima je fokusiranje na kvalitet odnosa sa njima. Roditelji će kažnjavanjem samo odbiti adolescente od sebe i imaće sve manje informacija o tome šta se dešava u njihovom životu. Najveća prednost koju roditelji imaju u odnosu sa adolescentom je ljubav. Adolescentima vršnjaci postaju važni i važno im je šta vršnjaci misle o njima; zbog toga će ponekad donositi loše odluke ili dovoditi sebe u nezgodne/rizične situacije. Ali proći će i to!<sup>120</sup> Pojačavanjem kontrole i neprimerenim zabranama roditelji ne mogu sprečiti sve što ih brine; naprotiv, time će narušiti (blizak) odnos sa adolescentima, izgubiće njihovo poverenje i možda će ih baš podstaći da urade ono što roditelji ne žele. Bilo bi dobro da roditelji odustanu od kontrole i pokušaja da utiču na adolescente; što više pokušavaju da ih kontrolišu, oni će se više odupirati. Roditelji treba da prihvate da imaju sve manje kontrole nad adolescentima i da je to put da adolescenti postanu samostalne, odrasle osobe. Oni će odlučiti koliko će roditelji biti uključeni u njihov život, koliko će im stvari reći, koliko će roditelji moći da utiču na njih. Zbog toga je važnije da roditelji očuvaju dobar odnos zasnovan na poverenju i otvorenoj komunikaciji, a ne na kontroli. Ali u svemu tome je važno da roditelji bude tu za njih, da budu dostupan kada im se nešto desi ili im zatreba savet (čak i ako se pokaže da su pogrešili, a roditelji bili u pravu, važno je da roditelji ne drže predavanje, da im daju potrebne informacije, pruže im savet i podršku koja im je potrebna)<sup>121</sup>.

**b) Očekivanje apsolutne i bespogovorne poslušnosti.** Insistiranje na bezuslovnom autoritetu, nedozvoljavanje kritike, preispitivanja, diskusije, vođenje krilaticom „mora biti po mome“ – to nije korisno u odnosu između roditelja i adolescenata. Roditelji treba da puste adolescente da misle svojom glavom, da imaju drugačije mišljenje, da ne prihvataju mišljenje, stavove, odluke, pravila koji potiču od roditelja ili da ih dovode u pitanje. Ono što je prolazilo dok su bili deca („zato što ja tako kažem“), više nije dovoljno dobar argument. Roditelj ne treba da omalovažava adolescenta ili da mu se podsmeva; adolescenti su vrlo osetljivi na to. Roditelj nikada ne treba bude sarkastičan ili da pokazuje nepoštovanja i nikada, ali baš nikada ne treba da vređa adolescenta pred društvom ili u javnosti!

<sup>120</sup> Klajndinst A., Koraca L. *Ilustrovani ključ za tinejdžerske krize*, Kreativni centar, Beograd, 2019.

<sup>121</sup> Barber, B. K., & Xia, M. *The centrality of control to parenting and its effects*. In R. E. Larzelere, A. S. Morris, & A. W. Harrist (Eds.), *Authoritative parenting: Synthesizing nurturance and discipline for optimal child development* (pp. 61-87). Washington, DC: American Psychological Association. (2012)

**c) Roditelji ne dopuštaju veće slobode i nova prava i odgovornosti jer su preterano zabrinuti zbog mogućih problema i rizičnih ponašanja.** Period adolescencije se među laicima (i neiskusnim roditeljima) najčešće povezuje sa problemima, lošim uticajem vršnjaka, rizičnim ponašanjima. U realnosti nije tako – istraživanja nam pokazuju da velika većina adolescenata (preko 75%) prolazi kroz ovaj period bez većih problema, bez velikih, opasnih grešaka i posledica i bez upuštanja u rizična ponašanja koja roditelje toliko plaše<sup>122</sup>. Da, adolescenti popuštaju pritisku vršnjaka, ali je to najčešće u vezi sa načinom odevanja, muzikom koju će slušati, mestima gde će izlaziti, hranom koju će jesti kad nisu kod kuće i sl. Kada su u pitanju rizična ponašanja, kao što su preterana konzumacija alkohola ili upotreba droga, dobar, topao i otvoren odnos sa roditeljima je najbolji protektivni faktor. Zbog toga je veoma važno da roditelji razgovaraju sa adolescentima o tome šta ih brine i šta su opasnosti, ali i da imaju poverenja u adolescente, da prihvati da oni odrastaju i da im treba više slobode. Roditelji ne treba da se ustručavaju da pitaju gde je adolescent, s kim je i šta radi; oni treba da upoznaju najbliži krug prijatelja svojih adolescenata (i njihove roditelje) pa će imati bolji uvid i u njihove aktivnosti i u to kako zajednički provode vreme.

## 4. PRIMENI

### Koje su roditeljske prakse prikladne za adolescente, odnosno šta je prikladno roditeljstvo kada dete uđe u period adolescencije

**a) Bezuslovna ljubav i podrška.** Umesto preterane kritike i osude, adolescentima je potrebna ljubav i podrška roditelja više nego ikada ranije.

**b) Roditelj koji čeka.** Roditelj treba da bude dostupan kada zatreba, bez nametanja i gušenja, bez lebdenja nad adolescentom.

**c) Roditelj koji vidi i čuje.** Važno je da roditelji gledaju i slušaju adolescente, prate njihove signale, prepoznaju kada su im potrebni, da ih slušaju više nego što im pričaju, da iskoriste svaku priliku kada adolescenti žele da razgovaraju sa njima, da slušaju šta je to adolescentima zabavno i važno, o čemu razmišljaju, šta ih zasmehava, a šta brine.

**d) Roditelji treba da omoguće adolescentima nova prava, više slobode, da donose odluke koje se njih tiču, da pogreše, ali i da oni budu tu za njih kada pogreše** (bez osude, bez kritike, bez rečenice „lepo sam ti rekla“). Roditelji adolescentima, takođe, treba da dozvole da im se suprotstave (u sigurnoj zoni), da isprobavaju stvari i da iznose svoje mišljenje. Oni tako vežbaju da se suprotstave i kažu „ne“ kada nešto nije u

<sup>122</sup> Arnett, J. J. *Adolescent storm and stress, reconsidered*. *American Psychologist*, 54(5), 317-326. (1999) <https://doi.org/10.1037/0003-066X.54.5.317> (ENG)

njihovom interesu, što je važno za niz socijalnih odnosa u životu. Roditelji ne mogu i ne treba adolescentima da prenose sopstvena životna iskustva, već da ih puste da steknu svoja, da donose odluke, greše i uče iz svojih grešaka. Roditelji ne mogu (i ne treba) da štite adolescente od problema, posledica, nevolja, ne treba uvek da ih spasavaju, već treba da im pomognu da greške i posledice ne budu prevelike. Važno je da roditelji ne budu autoritarni (prestrog i previše zahtevni), ali ne treba da budu ni preterano zaštitnički nastrojeni.

**e) Prihvatanje autonomije adolescenta.** Roditelji treba da prihvate da adolescenti moraju uspostaviti nezavisnost i autonomiju u odnosu na njih, moraju im dati prostora da to urade, da istraže i razviju svoje mišljenje, stavove, vrednosti, što će sve na kraju, zapravo, najverovatnije ličiti baš na ono što su im preneli roditelji. Ali roditelji ne treba ni da guraju adolescente/adolescentkinje ni da traže od njih ono na šta oni još uvek nisu spremni, već da ih puste da ovladavaju ovim razvojnim zadatkom svojim tempom.

**f) Uključenost i nadzor.** Roditelji treba da uvedu kao svakodnevnu rutinu kratak razgovor sa adolescentima, npr. dok sređuju sudove posle obroka ili uz zagrljaj pred spavanje. Važno je da im pokažu ljubav i interesovanje, da ih pitaju, da saslušaju šta adolescenti imaju da im kažu. Pored toga, bilo bi dobro da roditelji uvedu i nedeljno vreme koje će provoditi sa adolescentima, u nekoj aktivnosti u kojoj zajedno uživaju, kao što su šetnja ili odlazak na sladoled. Danas je posebno važno da roditelji budu u toku sa sadržajima koje adolescenti prate i sa aktivnostima adolescenata na internetu i društvenim mrežama. Roditelji treba da pokažu interesovanje za te teme i sadržaje, da postave pitanja ili povedu razgovor o tome ne narušavajući privatnost adolescenata time što će im proveravati telefon<sup>123</sup>.

**g) Postavljanje granica.** Vaspitanje (i disciplinovanje) ogleda se u učenju, a ne kažnjavanju ili kontrolisanju adolescenata. Roditelji treba da razgovaraju sa njima i o prihvatljivom i o neprihvatljivom ponašanju. Roditelji adolescentima treba da postavljaju primerene i jasne granice i da ih suoče sa posledicama kada adolescenti donesu lošu odluku. Posledice treba da budu u vezi sa konkretnim postupcima, a ne sa ličnošću. Granice treba da budu fleksibilne, više nego ikada ranije, ali treba da postoje. Važno je da roditelji razgovaraju sa adolescentima o tim granicama, da im objasne zašto su granice važne, ali i da čuju šta o tome misle adolescenti. Roditelji bi trebalo da izbegavaju kazne i da pribegavaju dogovorima sa adolescentima. Ako adolescenti ponekad i prekrše dogovor, važno je razgovarati sa njima zašto se to desilo i šta mogu sledeći put da učine drugačije. Roditelji treba da izbegavaju i ultimatum i ucene, jer adolescenti to mogu da shvate kao izazov! U postavljanju granica roditelji treba da budu jasni i kratki, jer svaka dvosmislenost i nedorečenost ostavljaju prostora za različita tumačenja. Roditelji unapred treba da definišu šta su prioriteti i gde su spremni da popuste (na primer, soba adolescenta možda i ne mora uvek biti potpuno sređena, ponekad mogu ostati uveče malo duže i sl.). Važno je, međutim, da nema pregovora i popuštanja u pogledu ograničenja koja se tiču

<sup>123</sup> Lerner R.L. & Steinberg L., *Handbook of adolescent psychology*, New York: Wiley (2009)

bezbednosti, kao što su zloupotreba alkohola, droga, rizična vožnja ili rizično seksualno ponašanje.

**h) Postaviti zahteve i prilagođena očekivanja.** Adolescenti žele da budu najbolja verzija sebe, pa i roditelji treba to da očekuju od njih (da vode računa da oni ne budu samo verzija roditelja, već da to što roditelji očekuju bude u skladu sa željama i ciljevima adolescenata). Ako roditelji ništa ne očekuju i ne zahtevaju od adolescenata, to može prenositi poruku da im nije stalo do njih. Roditelji treba adolescentima da pokažu da ih vole takve kakvi jesu i da veruju da adolescenti mogu uspeti i postići ciljeve kojima oni sami streme. Važno je da se roditelji potrude da iste modele, iste aršine primenjuju i na sebe i na adolescente te da ne očekuju od adolescenata ono što ni oni sami kao roditelji nisu spremni da ispune. Umesto da se fokusiraju na postignuća (npr. na visoke ocene), roditelji treba da postave očekivanja kakva osoba žele da adolescent/adolescentkinja bude – ljubazna, saosećajna, brižna, tolerantna, da poštuje druge i sl. Kada su u pitanju neki svakodnevni ciljevi i postignuća, roditelji treba da imaju u vidu da adolescenti stiču samopouzdanje kroz svoje uspehe, što ih priprema i za naredne izazove. Roditelji ne treba da definišu ciljeve i postavljaju prečke koje adolescenti treba da preskoče, nego treba da pomognu adolescentima i da ih podrže da oni sami to odrede. Ako adolescenti ne uspeju da ostvare ciljeve, roditelji su tu da ih ohrabre, da im pomognu da se pridignu i pokušaju ponovo. Mnogo je važnije pohvaliti njihov trud i napor, nego krajnje rezultate.

## 5. POTRAŽI POMOĆ

### Šta činiti kada su roditelji zbunjeni, zabrinuti, preplavljeni i sl.

„Malo dete, mala briga...“. Kako dete odrasta, rastu i problemi i izazovi sa kojima se suočavaju roditelji. Roditelji se povremeno mogu suočavati sa nedoumicama kako da se ponašaju prema svom skoro odraslom detetu, mogu ih preplaviti brige i problemi usled promena ponašanja i učestalih sukoba sa adolescentima i sl.

Traženje pomoći ne znači slabost i neuspeh, već spremnost da se suočimo sa problemom kako bismo ga rešili i izašli iz krize adolescencije jači, uz očuvanje ili unapređenje dobrog odnosa sa adolescentom/adolescentkinjom.

Da bi neko bio dobar u roditeljstvu, mora voditi računa o sebi (pravilo u avionu kaže da roditelj treba prvo sebi da stavi masku, pa onda detetu). To je posebno važno u adolescenciji, jer vodeći računa o sebi, roditelji adolescentima pružaju primeren model kako da i oni vode računa o sebi, bilo da se radi o fizičkom (ishrana, spavanje i sl.) ili mentalnom zdravlju.

## MATERIJAL ZA RODITELJE

### STARANJE O ADOLESCENTIMA

#### *Kako se snaći u ulozi roditelja adolescenta/ adolescentkinje?*

#### *PRUŽI (šta je adolescentima potrebno od roditelja)*

*Budite najpre roditelj, pa tek onda prijatelj svom adolescentu/  
adolescentkinji.*

*Adolescentima je neophodna sigurnost u doživljaju da ih roditelji  
razumeju, prihvataju i vole bez obzira na sve. Istovremeno, podjednako  
je važno i adolescentima potrebno da postavite neke granice koje oni  
ne mogu da postavite sami sebi i da ponekad kažete „ne“.*

Iako se trude da deluju veliki i odrasli, njima su neophodne **podrška i ljubav**. Za to nikada nisu dovoljno veliki. Ne podrazumevajte da znaju i osećaju koliko ih volite. Iskoristite svaku priliku da im to kažete i pokažete.

**Bezuslovna ljubav ne znači odobravanje svega što rade ili žele; posledica neadekvatnog ponašanja ne treba da bude uskraćivanje ljubavi. Volite svoje dete kao osobu, a kritikujte pojedinačno ponašanje.**

Budite **otvoreni** za razgovor i **dostupni** kada oni požele o nečemu da razgovaraju i ne izbegavajte nijednu temu. Ako imate otvorenu komunikaciju, zadržavate mogućnost da utičete na njih i odluke koje donose.

**Poštujte** ih, **prihvatite** ih takve kakvi jesu, koliko god da su nesavršeni! Poštujte njihovo mišljenje, prihvatite mogućnost da se o nečemu ne slažete. Oni će pre poštovati vaše mišljenje ako vi poštujete njihovo. Poštujte pravo na privatnost. Tako će biti otvoreniji da sa vama podele ono što žele i za čim imaju potrebu.

Pokažite **interesovanje** za sve što im se dešava i šta rade. Ponudite podršku i vodstvo kad im je to potrebno, pratite gde su, s kim su i šta rade, podstičite ih da pričaju o tome kako se osećaju, ohrabrujte njihova interesovanja, pohvalite ih i nagradite za napor i trud koji ulažu.

## ***PREISPITAJ (kako se roditeljske prakse menjaju i rastu zajedno sa detetom)***

*Bilo bi dobro da i vi kao roditelj preispitate svoje roditeljske prakse te da uočite koji postupci nisu u skladu sa potrebama adolescenata i kojim postupcima doprinosite problemima u vašem odnosu sa detetom u periodu adolescencije.*

Neka od navedenih pitanja mogu vam u tome pomoći:

- Kako biste želeli da se vaše dete ponaša u ovom uzrastu? Kakva su vaša očekivanja od deteta u ovom periodu?
- Dajete li adolescentu dovoljno prostora i slobode? Dozvoljavate li adolescentu nova prava i odgovornosti?
- Šta vas najviše brine ili uznemirava?
- Kako vi, svojim ponašanjima i stavovima, doprinosite učestalosti i intenzitetu sukoba?

## ***PRESKOČI (u čemu roditelji najčešće greše sa adolescentima)***

*Kada se pomene adolescencija, najčešće se pomisli na probleme, loš uticaj vršnjaka i rizična ponašanja. U stvarnosti nije tako. Velika većina adolescenata prolazi kroz ovaj period bez većih problema, bez velikih, opasnih grešaka i posledica i bez upuštanja u rizična ponašanja koja roditelje toliko plaše.*

### **Pojačavanje kontrole**

- Pojačavanjem kontrole i neprimerenim zabranama ne možete sprečiti sve što vas brine; naprotiv, time ćete narušiti (blizak) odnos sa adolescentom i izgubiti njegovo poverenje.

- Postavljanje ultimatum a i ucena adolescenti mogu da shvate kao izazov i možda će ih to podstaći da urade baš ono što ne želite.
- Kažnjavanjem ćete ih samo odgurnuti od sebe i imaćete sve manje informacija o tome šta se dešava u njihovom životu.

### ***Očekivanje apsolutne i bespogovorne poslušnosti***

- Insistiranje na bezuslovnom autoritetu, nedozvoljavanje diskusije i insistiranje na tome da bude onako kako roditelj kaže („zato što ja tako kažem“) najčešće rezultira otporom i gnevom.
- Adolescenti su vrlo osetljivi na omalovažavanje, podsmevanje, vređanje, neuvažavanje i ignorisanje onoga što vam govore i to može da rezultira njihovim povlačenjem, gubitkom poverenja i udaljavanjem.

***Nedopuštanje veće slobode*** i novih prava i odgovornosti, usled preterane zabrinutosti od mogućih problema i rizičnih ponašanja

- Spasavanje, preterana zaštita i prenošenje vaših životnih iskustava neće adolescentima dati priliku da nauče da sami donose odluke i stiču samostalnost.
- Osude i kritike grešaka („lepo sam ti rekao/la“) neće ih zaštititi od problema, posledica i nevolja.
- Nametanje razgovora i saveta („gušenje“) adolescenti će češće ignorisati nego saslušati.

## ***PRIMENI (koje su roditeljske prakse prikladne za adolescente)***

*Najefikasnija strategija roditeljstva sa adolescentima jeste fokusiranje na kvalitet odnosa sa njima. Najveća prednost koju imate u odnosu sa adolescentima jeste ljubav. Prihvatite da imate sve manje kontrole nad njima i da je to put da oni postanu samostalne, odrasle osobe. Kontrolu zamenite prisutnošću, uključenošću, zainteresovanošću za njih i za ono što im se dešava u životu.*



### ***Prihvatanje nezavisnosti***

- Adolescentima je potrebno da uspostave nezavisnost i autonomiju u odnosu na vas. Dajte im prostora da to urade, da istraže i razviju svoje mišljenje, stavove i vrednosti. Videćete, na kraju će verovatno vrlo ličiti na vaše!

### ***Dozvoljene greške***

- Dajte im više slobode i dozvolite im da steknu sopstveno iskustvo u donošenju odluka koje se njih tiču.
- Kada pogreše, budite tu za njih bez osude. Neka greške budu izvor učenja.
- Vaša uloga je samo da im pomognete da greške i posledice ne budu prevelike.

### ***Uključenost i nadzor***

- Trudite se da svakodnevno, bar nakratko, razgovarate sa njima. Svaka aktivnost može biti prilika za to – dok se sređuju sudovi nakon obroka, vreme pred spavanje itd.
- Pokažite ljubav i interesovanje, postavljajte im pitanja i slušajte šta imaju da vam kažu. Ako tog trenutka nisu raspoloženi za razgovor, ne insistirajte, sačekajte pogodniji momenat.
- Nastojte da imate nedeljno zajedničko vreme sa adolescentom. To može da bude jednostavna kratka šetnja, odlazak u nabavku ili na sladoled, nešto što će oboma predstavljati užitek.
- Budite u toku sa sadržajima, temama i aktivnosti vašeg adolescenta na internetu i društvenim mrežama; pokažite interesovanje, ali ne narušavajte njihovu privatnost.

### ***Postavljanje granica***

- Razgovarajte sa njima o prihvatljivom i neprihvatljivom ponašanju.
- Postavljajte primerene i jasne, ali fleksibilne granice. Razgovarajte sa njima o tome; objasnite im zašto su granice vama važne, ali i saslušajte zašto njima ne odgovaraju, odnosno šta im ne odgovara.
- U postavljanju granica budite jasni i kratki. Svaka dvosmislenost i nedorečenost ostavljaju prostora za različita tumačenja.
- Izbegavajte kazne, a umesto njih pravite dogovore i suočavajte ih sa posledicama loših odluka.

- Ako prekrše dogovor, razgovarajte sa njima zašto se to desilo i šta mogu sledeći put da učine drugačije.
- Nema pregovora i popuštanja u pogledu ograničenja koja se tiču bezbednosti (zloupotreba alkohola, droga, rizična vožnja ili rizično seksualno ponašanje).

### ***Postavljanje zahteva i prilagođavanje očekivanja***

- Pokažite im da ih volite takve kakvi jesu i da verujete da mogu uspeti i postići ciljeve kojima streme.
- Pomozite im da postave očekivanja, prvenstveno kakva osoba žele da budu (ljubazna, saosećajna, brižna, tolerantna, da poštuje druge i sl.), nemojte ih usmeravati samo na postignuća (npr. na ocene).
- Ako se suočavaju sa teškoćama u postizanju svojih ciljeva, ohrabrite ih, pomozite im da se pridignu i pokušaju ponovo. Uvek je važno pohvaliti trud i napor, a ne samo rezultat.

### ***Čekanje i slušanje***

- Stalno ih gledajte i slušajte, pratite njihove signale. Prepoznaćete kada ste im potrebni. Iskoristite svaku priliku kada žele da razgovaraju sa vama.
- Više ih slušajte. manje vi njima pričajte.
- Ne propustite da čujete šta je to njima zabavno i važno, o čemu razmišljaju, šta ih zasmehava, a šta brine – tako će uvek znati da vam je stalo do njih.

## **POTRAŽI POMOĆ (šta činiti kada ste zbunjeni, zabrinuti, preplavljeni i sl.)**

*Da biste bili dobar roditelj, morate voditi računa o sebi. Pravilo u avionu glasi da masku prvo stavljate sebi, pa onda detetu! Uz to, vodeći računa o sebi, pružate adolescentima primeren model kako i oni treba da bode računa o sebi, bilo da se radi o fizičkom (ishrana, spavanje i sl.) ili mentalnom zdravlju.*

„Malo dete, mala briga...“. Kako dete odrasta, rastu problemi i izazovi. Povremeno se možete suočiti sa nedoumicama kako se ponašati prema svom skoro odrasлом detetu ili vas mogu preplaviti brige i problemi usled promene ponašanja i učestalih međusobnih sukoba. Takva osećanja su normalna i većina roditelja prolazi kroz slična iskustva.

Ako vas strahovi i brige preplavljaju, ako imate osećaj da se ne snalazite ili da ste bespomoćni, ako ne uspevate da ostvarite ono što želite u svom odnosu sa adolescentom, potražite pomoć!

***Traženje pomoći ne znači slabost i neuspeh, već spremnost da se suočimo sa problemom kako bismo ga rešili i izašli iz krize adolescencije jači, uz očuvanje ili unapređenje dobrog odnosa sa adolescentom.***



# DEO III

## KAKO SA RODITELJIMA RADITI NA RODITELJSTVU?

**Ko sve radi sa roditeljima?** U svakodnevnom radu sa roditeljima se sreću stručnjaci i drugi pomagači iz obrazovanja, zdravstva, socijalne zaštite. To su vaspitači, učitelji, nastavnici, pedijatri i lekari drugih specijalnosti, medicinske i patronažne sestre, socijalni radnici, psiholozi, pedagozi, defektolozi, logopedi. Roditeljima neretko zatrebaju i pravna pomoć ili savet, a pomažu im i zdravstveni i kulturni medijatori, susreću se sa sportskim trenerima i animatorima i drugima koji se bave obrazovanjem, lečenjem, rekreacijom i pomaganjem deci i njihovim porodicama.

Oni su u prilici da sretnu, saslušaju, informišu, savetuju i upute roditelje sa čijom decom rade, da ih uteše ili da se zajedno raduju postignućima deteta. U svim tim situacijama roditelji manje ili više otvoreno, direktno ili indirektno saopštavaju svoje brige, preispituju svoja uverenja i roditeljske prakse, traže pomoć, podršku, potvrdu, savet ili uputstvo kako da najbolje odgovore na potrebe deteta.

Poznato je da uspešno uspostavljen odnos poverenja i saradnje roditelja sa profesionalcima u vrtiću, školi, domu zdravlja predstavlja snažan oslonac za porodice i doprinosi izgradnji sigurnog i podržavajućeg okruženja za dete<sup>124</sup>. Univerzalne usluge roditelji najčešće rado koriste, posebno ako su fleksibilne, ako ne stigmatiziraju, ako su prijateljske prema njihovim potrebama i centrirane na dete. Odnos poverenja koji roditelj uspostavi sa pomagačima sa kojima se kontinuirano i rutinski sreće predstavlja osnovu za uspostavljanje dobrog odnosa i sa onim profesionalcima koji pružaju intenzivniju ili specijalizovanu podršku kada je ona potrebna<sup>125</sup>.

---

<sup>124</sup> Social Exclusion Task Force. *Reaching Out: Think families. Analysis and themes from the Families at Risk Review*. London: Cabinet Office.(2007)

<sup>125</sup> Early Learning Partnership, Parental Engagement Group. *Principles for engaging with families: A framework for local authorities and national organisations to evaluate and improve engagement with families*.(2014) <https://www.socialserviceworkforce.org/resources/principles-engaging-families-framework-local-authorities-and-national-organisations> (ENG)

# 1. IZGRADNJA I ODRŽAVANJE ODNOSA SA RODITELJIMA

## *a) Karakteristike i kvalitet delotvornog odnosa sa roditeljima*

Uspešna saradnja roditelja i profesionalaca podrazumeva da profesionalac bude korak ispred roditelja (slično onome kako bi roditelj trebalo da anticipira potrebe deteta, o čemu je bilo govora u Modulu 4), da prepoznaje i uvažava „roditeljsku stručnost“, polazeći od uverenja da roditelj najbolje poznaje svoje dete i okolnosti sopstvenog života. To je osnova da se radi **sa** roditeljima, a **ne za** njih. Roditeljima je potrebno da imaju doživljaj da su aktivni učesnici i da rade za svoje dete u partnerstvu sa praktičarima. Ključni elementi ovog partnerstva predstavljeni su u Tabeli 36.

Tabela 36. Ključni elementi partnerstva
Zajednički cilj(evi)
Zajednički rad
Komplementarna ekspertiza
Uzajamno poštovanje
Otvorena komunikacija
Deljenje moći
Pregovaranje

Ovo podrazumeva da roditelji treba da:

- osećaju da su dobrodošli, uvaženi i saslušani,
- aktivno učestvuju u zadovoljavanju potreba svog deteta, a ne da budu neko kome se govori kako treba da uradi nešto,
- imaju doživljaj da profesionalci dobro poznaju njihovo dete (koje nije samo „slučaj“ i „broj“).

U savremenom pluralističkom društvu u kome raznovrsnosti roditeljskih stilova i života postaju sve vidljivije, tradicionalne profesionalne perspektive o odgajanju dece se često

smatraju paternalističkim, smatra se da ne uvažavaju roditelje ili da ih podrivaju, posebno one čije se kulturne vrednosti zasnivaju na različitim verovanjima i praksama. Kada se varijacije u odgajanju dece povezane sa rasom, etničkom pripadnošću i kulturom pomešaju sa razvojnim teretom siromaštva i diskriminacije, uz nejasne politike država šta je prag intervencije, odnosno koja sve stanja deteta i postupanja prema deci zahtevaju intervenciju (preventivnu, razvojnu ili zaštitnu), stručnjaci često imaju doživljaj da su im vezane ruke.

Savremena istraživanja pokazuju da **ne postoje bitne razlike** (statistički su beznačajne) u veštinama roditeljstva<sup>126</sup>:

- između muškaraca i žena (što je verovatno rezultat velike promene položaja polova na socio-kulturnom nivou), između onih koji su se ostvarili kao roditelji u mlađem ili u starijem životnom dobu,
- između roditelja sa više ili manje dece,
- između onih koji su u braku ili nisu u braku, bez obzira na to jesu li ikada bili u braku, a razvedeni roditelji izgledaju jednako sposobni kao i oni koji su još u braku, iako su njihova deca nešto manje srećna od dece roditelja koji nikada nisu bili razvedeni,
- između roditelja različitih rasa i etničke pripadnosti (ni jedno ni drugo izgleda ne doprinose mnogo roditeljskim kompetencijama),
- između roditelja različitih seksualnih orijentacija.

Utvrđeno je, međutim, da je obrazovanje roditelja karakteristika koja čini razliku: generalno govoreći, što je obrazovanje više, to je roditeljstvo „bolje“. To naravno ne znači da ljudi koji imaju malo obrazovanja nisu dovoljno dobri roditelji. Ovaj nalaz se tumači u svetlu okolnosti da se bolje obrazovani ljudi takođe trude da unaprede svoje roditeljske veštine na različite načine: čitaju o roditeljstvu, pitaju za savet i stručnjake i druge roditelje, preispituju svoje roditeljske prakse i koriste programe za obrazovanje roditelja.

I onda kada su roditelji voljni da unapređuju svoje roditeljstvo i obrate se profesionalcima za savet, postoje različiti problemi koji bi mogli da naruše mogućnost da oni zaista i dođu do pravog saveta. Različiti profesionalni pristupi, a katkada i kontradiktorne teorijske postavke ili nedovoljna upućenost u nova empirijska znanja i dokaze iz istraživanja, ostavljaju mogućnost da profesionalci daju kontroverzne, nejasne, pa čak i netačne informacije roditeljima. Sve navedeno može da negativno utiče na odnos partnerstva između profesionalca i roditelja i da učini intervencije suštinski neefikasnim. Zbog toga je važno da profesionalci kod sebe unapređuju kvalitete koji leže u osnovi pomagačkog odnosa i partnerstva<sup>127,128</sup> (Tabela 37).

<sup>126</sup> Epstein, J. L. *School, family, and community partnerships: Preparing educators and improving schools* (2nd ed.). Westview Press. (2011)

<sup>127</sup> Braun, D, Davis, H and Mansfield, P *How Helping Works: Towards a shared model of process*. London: Parentline Plus, Centre for Parent and Child Support, One Plus One.(2006)

<sup>128</sup> Vidi npr. SEN: *Working with Parents*, <https://www.teachearlyyears.com/a-unique-child/view/sen-working-with-parents> (ENG)

### Tabela 37. Kvaliteti profesionalaca u pomagačkom odnosu i partnerstvu sa roditeljima

**Poštovanje** podrazumeva da profesionalac vrednuje roditelje kao osobe, veruje u njihove temeljne sposobnosti da vode i unaprede sopstveni porodični život.

**Empatija** označava pokazivanje razumevanja za izazove i nedaće sa kojima se roditelji suočavaju i sposobnost sagledavanja situacije iz njihove perspektive.

**Iskrenost** znači biti osetljiv, pošten, nedefanzivan i od poverenja.

**Odmerenost** se odnosi na rad u kontekstu ravnopravnog odnosa i korišćenje sopstvenih i roditeljskih snaga, stavova i znanja u svakoj fazi rada.

**Odmeren entuzijizam** unošenjem prijateljske, pozitivne energije u odnos sa roditeljem i dosledno smiren, postojan i topao pristup.

**Lični integritet**, sposobnost profesionalca da, uz empatijski nastup, zadrži alternativne poglede i ponudi ih roditelju ako je potrebno.

**Stručnost** se odnosi na znanje i iskustvo koje profesionalac unosi u rad na razvijanju znanja i veština roditelja u izgradnji odnosa i tokom deljenja informacija i pružanja podrške.

Brojna istraživanja su utvrdila da je među najvažnijim faktorima uspešnosti usluga u oblasti ranog razvoja i socijalne zaštite **kvalitet odnosa profesionalca sa porodicom**. Kada praktičari znaju kako da se povežu sa porodicama, u stanju su da slušaju i otkriju šta se zaista dešava ispod površine, da uspostave poverenje i otkriju načine za zajedničko pronalaženje rešenja, što vodi ka boljim ishodima kod dece<sup>129</sup>. Odnos se ne podrazumeva, već se pažljivo gradi na osnovu dobro pripremljenog upoznavanja, srdačnog i profesionalnog ponašanja, otvorenosti za potrebe porodice i pokazivanja istinskog uvažavanja, što se javlja kao faktor i kod intenzivnih programa i usluga za porodice sa decom<sup>130</sup> i u okolnostima redovnog kontakta roditelja sa stručnjacima koji u određenom dužem periodu života rade sa njihovom decom (npr. učiteljica, pedijatar i sl.)<sup>131</sup>.

<sup>129</sup> Shonkoffa, J. P. and Fisher P. A. *Rethinking evidence-based practice and two-generation programs to create the future of early childhood policy*. *Developmental Psychopathology* 25(402): 1635–1653. (2013)

<sup>130</sup> Žegarac, N. *Evaluacija usluga za porodice sa decom sa smetnjama u razvoju – ishodi pilotiranja*. Beograd: Fakultet političkih nauka univerziteta u Beogradu, Centar za istraživanja u socijalnoj politici i socijalnom radu, 2017. Dostupno na: [http://www.fpn.bg.ac.rs/wp-content/uploads/2017/12/Evaluacija-usluga-za-porodice\\_v5\\_18.12.17.pdf](http://www.fpn.bg.ac.rs/wp-content/uploads/2017/12/Evaluacija-usluga-za-porodice_v5_18.12.17.pdf) (SRB)

<sup>131</sup> Turnbull, A. P., Turnbull, H. R., Erwin, E., & Soodak, L. *Families, professionals, and exceptionality: Positive outcomes through partnership and trust (5th ed.)*. Columbus, OH: Merrill/Prentice Hall. (2006)



Pri tome je važno da **profesionalac bude osoba od poverenja za roditelje** (Tabela 38): stabilan oslonac u odgajanju deteta na koga se roditelj može osloniti za informacije, podršku, savete, stručnu pomoć i vezu sa drugim stručnjacima i ustanovama. Poverenje je očekivanje koje se gradi na osnovu iskustva – ljudi računaju na osobe koje rade ono što govore i urade ono što su kazale da će uraditi.

**Tabela 38. Kvaliteti koje poseduje osoba od poverenja**

Pristupačna

Pažljiva

Ne osuđuje

Dostojna poverenja

**Poverenje između stručnjaka i roditelja nastaje<sup>132,133</sup>:**

- **kao rezultat korektnosti i pouzdanosti**, ispunjavanjem planiranog i dogovorenog,
- **na osnovu iskustva o efikasnosti intervencija**, jer postoje rezultati u zdravlju, ponašanju, učenju dece i doživljaju kompetentnosti roditelja (saveti stručnjaka koji „rade“), a stručnjaci se vide kao znalci koji su sposobni da razumeju kompleksnost problema,
- **kao rezultat angažovanosti i pridruživanja porodici i punog informisanja**, jer stručnjak je tu za roditelje, pokazuje razumevanje za njihove teškoće, dileme i potrebe, ne gubi fokus sa deteta i daje pravovremene, precizne i tačne informacije,
- **na osnovu uverenosti u poverljivost odnosa**, jer roditelji veoma cene stručnjake koji ne dele poverljive informacije bez dozvole,
- **kao rezultat zajedničkog iskustva**, a gradi se i stiče vremenom, zalaganjem i iskrenom zainteresovanošću stručnjaka za učešće u rešavanju problema porodica; to je vezano i sa doživljajem roditelja da li profesionalac ima pozitivnu percepciju njega (roditelja) kao ljudske osobe vredne pažnje.

<sup>132</sup> Žegarac, N. *Evaluacija usluga za porodice sa decom sa smetnjama u razvoju – ishodi pilotiranja*. Beograd: Fakultet političkih nauka univerziteta u Beogradu, Centar za istraživanja u socijalnoj politici i socijalnom radu. [http://www.fpn.bg.ac.rs/wp-content/uploads/2017/12/Evaluacija-usluga-za-porodice\\_v5\\_18.12.17.pdf](http://www.fpn.bg.ac.rs/wp-content/uploads/2017/12/Evaluacija-usluga-za-porodice_v5_18.12.17.pdf) (SRB)

<sup>133</sup> Briga o roditeljima i starateljima. *Program podrške za porodice sa malom decom za podsticajno roditeljstvo*. Priručnik za učesnike. Unicef i Lego Fondacija, 2019.

Da bi roditelj doživeo nekoga kao stručnjaka i bio spreman da podeli svoje najdublje roditeljske brige, on mora razviti veliko poštovanje prema stručnosti, mišljenju, iskrenosti, poštenju, zainteresovanosti i brižnosti profesionalca<sup>134</sup>. Pri tome roditelj posmatra kancelariju/ordinaciju/učionicu profesionalca, njegovo ponašanje i pojavu i tumači sve prikupljene informacije za stvaranje slike o profesionalnoj kompetentnosti i dobronamernosti. Roditelji, dakle, saraduju sa stručnjacima koje cene, što je rezultat kompleksnog profesionalnog nastupa i uvažavanja koje dožive od profesionalca.

Nasuprot tome, roditelji kao svoja **loša iskustva sa stručnjacima** navode nejasnu komunikaciju, nedostatak informacija, nepoštovanje, nepouzdanost i nedovoljno zalaganje, nipoštaavanje roditeljskih kompetencija i iskustava, čak i nedovoljno znanje.

Profesionalno mišljenje i preporuka se mogu razumeti kao **sredstvo dominacije i socijalne kontrole**, što je povezano sa prethodnim iskustvom roditelja sa pomagačkim službama, ali i sa reputacijom određenih službi i konkretnih stručnjaka koji u njima rade. Takođe, same ustanove i službe oblikuju način na koji ih roditelji doživljavaju, jer organizacije koje ne pokazuju dobrodošlicu roditeljima, ne brinu adekvatno o svojim zaposlenima (nesavladiv obim posla, nedostatak podrške i supervizije, loši i stresni međuljudski odnosi, loša organizacija rada itd.) mogu snažno uticati na kvalitet odnosa stručnjaka i roditelja<sup>135,136</sup>.

Napokon, rad na razvoju poverenja podrazumeva da **profesionalci zauzmu perspektivu roditelja** sa kojima rade i da im pomognu da razumeju (definišu) situaciju.

Za to je potrebno:

**vreme** (i to istinski posvećeno, makar i kratko, a ne tek odvojeno vreme),

**prisustvo,**

korišćenje **veština govora i slušanja,**

pokazivanje **uvažavanja** i očuvanje **dostojanstva,**

**pamćenje** prethodno izrečenog (da roditelj ne mora iz početka da objašnjava važne događaje i brige),

da profesionalci pokazuju **interesovanje za životne prilike** roditelja i

da profesionalci **adekvatno reaguju na celokupan kontekst** deteta i roditelja kroz ono što zaista doprinosi (koristi/vredi/pomaže) roditelju i detetu.

---

<sup>134</sup> Behnam, B. Trust Development: A Discussion of Three Approaches and a Proposed Alternative. *British Journal of Social Work* 38, 1425–1441. (2008)

<sup>135</sup> Falvo, D. R. *Effective Patient Education: A Guide to Increased Compliance*, 3rd edn, Boston, Jones and Bartlett Publishers. (2004)

<sup>136</sup> Shulman, L. *Interactional Social Work Practice: Toward an Empirical Theory*, Itasca, IL: F. E. Peacock Publishers, Inc. (1991)

Uspešna saradnja profesionalaca i roditelja nastaje kada se radi u **partnerstvu**, što znači da svaka strana prepoznaje i uvažava doprinos druge strane. Za dobar odnos je potrebno posvetiti vreme i imati na umu da, kao ni kod odnosa roditelja i deteta, kvalitet odnosa profesionalaca i roditelja nije povezan sa dužinom trajanja, već sa nepodeljenom pažnjom, iskrenim nastupom, uvažavanjem, posvećenim vremenom i okruženjem koje pokazuje dobrodošlicu za roditelje. Pri tome je važno da profesionalci i službe razviju svesnost i znanje o različitim porodicama i njihovim potrebama te da prilagode organizaciju rada roditeljima iz različitih manjinskih grupa (u pogledu lokacije, radnog vremena, načina rada i sl.). Službe treba da razrade i prigodan pristup ranjivoj deci i roditeljima. To su npr. roditelji dece sa smetnjama u razvoju (odnosi se i na poremećaje emocija i ponašanja kod dece), porodice pogođene siromaštvom, roditelji koji zloupotrebljavaju psihoaktivne supstance, oni koji se suočavaju sa nasiljem u porodici, hroničnim telesnim i mentalnim oboljenjima i sl. Pristup „mi tako radimo sa svima“ automatski isključuje neke roditelje, kojima usluge i neophodna pomoć ostaju nedostupne<sup>137</sup>.

Prevazilaženje prepreka za participaciju roditelja podrazumeva nekoliko elemenata, koji se zasnivaju na principima efikasne komunikacije sa roditeljima:

- pregovaranje i dogovaranje kao osnova odnosa sa roditeljima,
- granice odnosa između roditelja i profesionalca,
- održavanje odnosa pomaganja i podrške sa roditeljima.

## ***b) Efikasna komunikacija između profesionalaca i roditelja***

Efikasna komunikacija je osnov za uspostavljanje međusobnog razumevanja i poverenja, što omogućava zajednički rad roditelja i profesionalca koji podržava dobrobit i razvoj dece. Za profesionalce koji rade sa roditeljima i drugim odgajateljima dece pozitivno partnerstvo znači razmenu znanja i iskustva radi razumevanja situacije deteta i zajedničkog razvoja planova podrške detetu<sup>138</sup>. Komunikacija je efikasna kada je **konstruktivna**, a to znači da je *skladna, pozitivna, jasna, jezgrovita, obzirna, prijemčiva, otvorena, taktična, iskrena, poštena*. Nasuprot tome, **nekonstruktivna komunikacija** podrazumeva *nametanje sopstvenog stava, prigovaranje, deljenje lekcija i recepata („popovanje“), provociranje, povišen ton, vredanje, ismevanje, neprimeren humor, etiketiranje, ironisanje* i sl.

<sup>137</sup> Social Exclusion Task Force Reaching Out. *Think families. Analysis and themes from the Families at Risk Review*. London: Cabinet Office. (2007)

<sup>138</sup> Vidi npr. *Effective communication with parents and carers: for professionals*. Dostupno na: <https://raisingchildren.net.au/for-professionals/working-with-parents/communicating-with-parents/communication-with-parents> (ENG)

- **Komuniciranje sa poštovanjem** je temelj efikasne komunikacije sa roditeljima i porodicama. Poštovanje olakšava profesionalcima razumevanje roditelja i porodica sa kojima rade. To su porodice raznovrsnog religijskog i kulturnog porekla, maternjeg i govornog jezika, porodične strukture (jednoroditeljske, koroditeljske, porodice sa decom iz više brakova, gej porodice), različitih životnih stilova ili porodice koje žive u specifičnim okolnostima (duševno oboleli ili intelektualno ometeni roditelji, roditelji adolescenti, porodice sa brojnim i kompleksnim teškoćama, aktuelnim ili hroničnim). Kako komunikacija sa poštovanjem izgleda u praksi prikazano je u Tabeli 39.

#### Tabela 39. Komunikacija sa poštovanjem u praksi

Proveriti kako roditelji i deca žele da ih oslovljavate

Koristiti razumljiv, svakodnevni jezik umesto profesionalnog žargona

Obezbediti da štampani materijali prikazuju slike različitih porodica

Koristiti prevodioca kada je potrebno

Obavestiti se i konsultovati o načinima kako kulturna, jezička, društvena i ekonomska raznolikost može uticati na komunikaciju sa porodicama

- **Slušanje je jedan od ključnih uslova efikasne komunikacije.** Dobrim slušanjem se dobija više informacija o deci i njihovim porodicama. Roditelji najbolje poznaju svoju decu i oni su često najbolji izvor informacija. Profesionalac koji dobro sluša i čuje pokazuje roditeljima da ceni njihovo iskustvo, ideje i mišljenja i da ozbiljno shvata njihovu zabrinutost. **Aktivno slušanje** je jedna od najvažnijih profesionalnih i roditeljskih veština. Aktivnim slušanjem roditelja modelujemo i njegovo ponašanje prema detetu. Tada profesionalac shvata šta roditelj govori, pokazuje razumevanje, podstiče roditelja da kaže više i odgovara na ono što je rečeno. Kako da roditelji vide da ih profesionalci dobro slušaju prikazano je u Tabeli 40.

#### Tabela 40. Kako da roditelji vide da ih dobro slušate?

Koristite neverbalne znake slušanja. Stavite do znanja roditeljima da ih slušate i da ste zainteresovani tako što ćete klimati glavom ili se povremeno oglašavati zvukovima koji potvrđuju da ih čujete („a-ha“, „m-h-m“ i sl.). Koristite kontakt očima, govor tela koji pokazuje zainteresovanost.

Naučite da čujete i ne prekidate sagovornika. Pustite roditelje da dovrše ono što govore pre nego što progovorite. Zatim rezimirajte šta su roditelji rekli i proverite da li ste ih dobro razumeli.

Proveravajte i parafrazirajte. Proverite osećaj i sadržaj onoga što su roditelji rekli („Zvuči kao da ste... kada je... Je li tako?“).

Koristite otvorena pitanja da biste dobili više informacija, ako su vam potrebne. Otvorena pitanja daju ljudima priliku da prošire ono što govore, a ne samo da kažu „da“ ili „ne“. To su pitanja koja počinju sa „kako“, „gde“, „šta“, „ko“, „koliko“:

Pokažite empatiju. Pokušajte da razumete perspektivu roditelja, čak i ako se ne slažete sa onim što govore. Stavite se u njihovu kožu. Verbalne i neverbalne poruke profesionalca treba da poručuju roditelju:

- razumem šta mi govorite,
- zainteresovan sam i stalo mi je,
- prihvatam vas takvog kakvi jeste.

**Jasan i pažljiv govor** profesionalaca osnažuje partnerstvo sa roditeljima. To podrazumeva<sup>139</sup>:

- deljenje pozitivnih zapažanja o postignućima, ponašanju i iskustvima deteta, ali i roditelja,
- otvorenost i iskrenost, što se odnosi na davanje tačnih informacije roditeljima o vašim zapažanjima, pa i o onim ponašanjima kod deteta i kod roditelja koja izazivaju zabrinutost i/ili koja treba modifikovati,

<sup>139</sup> Povey, J., Campbell, A., Willis, L., Haynes, M., Western, M., Bennett, S., Antrobus, E., & Pedde, C. *Engaging parents in schools and building parent-school partnerships: The role of school and parent organisation leadership*. *International Journal of Educational Research*, 79, 128-141. (2016)

- da stručnjak razmisli pre nego što progovori, posebno kada sa roditeljima razgovara o teškim ili osetljivim temama,
- da stručnjak traži mišljenje roditelja o tome kako mogu zajedno pomoći detetu u određenom aspektu njegovog stanja i ponašanja,
- da stručnjak podržava roditelje da donose odluke na osnovu potpunih informacija; on može da predloži neka rešenja ili ideje, ali na roditeljima je da odluče šta dalje,
- da stručnjak, ako nije siguran šta treba da kaže sledeće ili kako da to kaže, ne mora odmah da odgovori („Voleo bih da razmislim malo o tome. Mogu li da vam se javim sutra?”).
- **Izražavanje zabrinutosti u komunikaciji sa roditeljem.** Stručnjaci su često u prilici da razgovaraju sa roditeljima o svojoj zabrinutosti u vezi sa ponašanjem, razvojem ili dobrobiti deteta. Razgovor o ovim temama se ne sme odlagati, jer problemi obično ne nestaju sami od sebe, i to je jedna od odlika uspešnog nastupa. Ukoliko se problemi nagomilaju, njihovo rešavanje može postati znatno teže.
- **Reagovanje na zabrinutost koju je izrazio roditelj.** Ovde se primenjuju osnovne veštine govora i slušanja, uz pokazivanje uvažavanja i osetljivosti. Usmeravanje na zabrinutost koju roditelj deli sa profesionalcem podrazumeva pružanje podrške roditelju i zajednički rad na ciljevima koji su važni za dobrobit deteta. Ponekad je roditelju potrebno samo da ga neko sasluša i prihvati. Nije uvek potrebno tragati za rešenjima.
- Kada roditeljima ipak treba pomoći u nalaženju rešenja, u komunikaciji sa njima koristi se **pristup rešavanju problema** (bez traženja krivca). Tako ujedno učimo roditelje da rešavaju probleme sa svojom decom, a oni bi potom trebalo da uče svoju decu da tako rešavaju sopstvene probleme. Koraci u rešavanju problema su sledeći:

- identifikovanje problema,
- razmatranje raznovrsnih rešenja (što više, to bolje),
- zajednička procena prednosti i nedostataka pojedinačnih rešenja,
- opredeljivanje za jedno (probno) rešenje,
- sprovođenje rešenja u delo,
- razmatranje efekta primenjenog rešenja nakon određenog vremenskog perioda.

Pri tome je korisno koristiti „jezik rešenja”, jer konstruktivno izražavanje zabrinutosti obično izazva konstruktivnu reakciju roditelja („Zabrinut sam zbog (ime deteta) (ponašanje, postignuće ili sl.)”. Komunikacija treba da olakša roditelju da vidi dete

kao biće koje se razvija, uči i napreduje, da ohrabri uverenja roditelja da može da doprinese razvoju deteta i da prepozna zainteresovanost i kompetencije roditelja da pomogne svom detetu (u učenju, zdravlju, ponašanju, u emocionalnom, fizičkom i socijalnom razvoju i sl.). Predlozi za primenu pristupa rešavanja problema u radu sa roditeljima navode se u Tabeli 41.

#### **Tabela 41. Predlozi za primenu pristupa rešavanja problema u radu sa roditeljima**

Pripremite se za razgovor o teškim pitanjima. Roditelji mogu da budu uznemireni i pod stresom tokom ovih razgovora. Unapred razmislite o tome šta treba da kažete, uz maksimalnu osetljivost i poštovanje.

Nastojte da zakažete susret u vreme kada je to najpovoljnije za roditelje, s obzirom na njihove poslovne i porodične obaveze.

Razgovarajte o ponašanju bez osuđivanja. Održavajte fokus na činjenicama, navedite da li je ponašanje prikladno.

Objasnite šta bi moglo doprineti ponašanju. To može pomoći vama i roditeljima da osmislite kako da dođete do pozitivne promene.

Proverite šta roditelji misle o tom pitanju. Shvatanje o tome šta je prikladno može biti različito u različitim kulturama ili kontekstima. Saznajte kako oni, njihova porodica ili kultura postupaju u sličnim situacijama.

Ponudite realne, individualizovane strategije, prilagođene konkretnoj porodici i detetu.

### ***c) Tipovi konsultacije sa roditeljima***

Način na koji profesionalci pružaju konsultacije roditeljima tesno je povezan sa specifičnim zahtevima porodice, institucionalnim kontekstom u kome se konsultacije odvijaju (vrtić, škola, dom zdravlja, razvojno savetovalište, specijalizovana klinika, centar za socijalni rad, savetovalište ili klub za roditelje i sl.) i nivoom ostvarenog partnerstva i saradnje. Poznato je i potkrepljeno dokazima iz istraživanja da saradnja roditelja sa vaspitačima, nastavnicima, zdravstvenim osobljem, socijalnim radnicima, psiholozima i drugima podstiče socijalni, emocionalni, kognitivni i akademski razvoj deteta<sup>140</sup>. Kada uoči da se između pomagača i porodice razvija pozitivan odnos, dete prepoznaje da važni ljudi u njegovom životu rade zajedno i veruju jedni drugima, što je snažna osnova za doživljaj sigurnosti, stabilnosti i prihvaćenosti kod deteta.

<sup>140</sup> Avvisati, F, Besbas, B. & Guyon, N. *Parental Involvement in School: A Literature Review*. *Revue d'économie politique*, 120, 759-778. (2010)

Konsultacija ili podrška pomagača roditeljima može biti<sup>141</sup>:

- **kratkotrajna i direktna**, kada profesionalac jednokratno (intaktno) ili u kratkom vremenskom periodu pruža direktnu podršku za podsticajnu i pozitivnu roditeljsku praksu ili za rešavanje problema koji identifikuje, a zatim napušta vezu i prekida uslugu;
- **preskriptivna**, kada profesionalac procenjuje problem (posmatranjem, testiranjem, intervjuom), propisuje šta treba da se uradi i u okviru kontrolnog pregleda/susreta sreće roditelja (i dete) da bi ponovo procenio koliko je porodica napredovala i koliko je dobro funkcionisao propisani plan;
- **informaciona**, kada profesionalac pruža informacije porodici u vidu objašnjenja, materijala za čitanje, video-zapisa ili brojeva telefona i adresa gde se mogu naći te informacije. Porodica može sama tražiti potrebne informacije ili stručnjak može zaključiti da su takve informacije potrebne roditeljima. Roditelji i porodica sami tumače ponuđene informacije i primenjuju ih u vreme i na način koji smatraju prikladnim;
- **kolaborativna**, kada stručnjak uključuje roditelje i porodicu u raspravu o onome što treba da se reši. Porodica i profesionalci pregovaraju ko treba da prikupi potrebne informacije i razmatraju opcije za rešavanje problema. Oni se međusobno dogovaraju ko će primeniti određeni deo plana i razgovaraju o tekućim nalazima u vezi sa napretkom u planu i zapaženim promenama. Dobra kolaboracija podrazumeva partnerstvo, koje često omogućava pojavu novih ideja, jasno traženje i davanje pomoći i podrške, empatiju i nedvosmisleno međusobno poverenje i uvažavanje.

Znaci uspostavljene kolaboracije prikazani su u Tabeli 42.

#### Tabela 42. Kolaboracija je prisutna kada roditelji i profesionalci:

jedni druge slušaju i uvažavaju perspektive drugih,

posmatraju različitosti kao prednosti,

fokusiraju se na zajedničke interese,

dele informacije da bi zajedno izgradili razumevanje,

uzajamno poštuju veštine i znanja, traže mišljenje i ideje,

zajedno planiraju i donose odluke koje se odnose na potrebe roditelja, stručnjaka i dece,

ne traže krivce među pojedincima, već zajedno rešavaju problematične situacije,

proslavljaju zajednička postignuća.

<sup>141</sup> Videti npr. *Family-Professional Relationships*, <https://www.ifspweb.org/module2/relationships.php> (ENG)



## d) Odnos roditelja i stručnjaka na kontinuumu modela partnerstva

Mada se ti termini ponekad koriste naizmenično, **kolaboracija** se razlikuje od **kooperacije** i **koordinacije**. Na kontinuumu modela partnerstva, kolaboracija je najintenzivniji vid partnerstva, jer podrazumeva viši nivo međuzavisnosti, rizika i nagrade, doprinosa i posvećenosti (Shema 9).



Shema 9. Kontinuum saradnje<sup>143</sup>

Profesionalci treba da prepoznaju na kom nivou partnerstva saraduju sa roditeljima u svom profesionalnom nastupu i okruženju. Nivo saradnje roditelja sa profesionalcima i drugim pomagačima zavisi od brojnih okolnosti:

- **organizacionog konteksta** u kome se odvija praksa namenjena deci i roditeljima (lečenje, poučavanje, razvoj veština, dijagnostika, tretman, materijalna i socijalna pomoć, psiho-socijalno savetovanje i terapija),
- **društvenog podsistema** koji obezbeđuje usluge: zdravstveni podsistem (primarni, sekundarni, tercijarni), obrazovni podsistem (predškolski, osnovnoškolski i srednjoškolski, univerzitetski, celoživotno obrazovanje), podsistem socijalne zaštite (univerzalna, selektivna, indikovana), rekreativni podsistem (sport, umetnost i sl.),
- **stanja i potreba deteta**, jer uzrast, nivo razvoja, individualne karakteristike i specifični problemi dece (u zdravlju, razvoju, učenju, navikama, ponašanju, emocijama, karakteru i sl.) zahtevaju specifična znanja profesionalaca,
- **karakteristika i životnih okolnosti roditelja**, jer pored otvoreno saradljivih i zainteresovanih roditelja, ima i onih koji imaju negativna iskustva i očekivanja, a

<sup>142</sup> McDonald M, Rosier K. *Interagency collaboration Part A: What is it, what does it look like, when is it needed and what supports it?* Australian Family Relationships Clearinghouse (AFRC) Briefing, 2011 (No. 21-A): 1-10. [https://aifs.gov.au/sites/default/files/publication-documents/bp21a\\_0.pdf](https://aifs.gov.au/sites/default/files/publication-documents/bp21a_0.pdf) (ENG)

i onih koji se suočavaju sa brojnim složenim problemima koji mogu da naruše njihove roditeljske kompetencije (finansijski, stambeni, bračni, zdravstveni problemi, zloupotreba supstanci, nasilje u porodici, socijalna izolacija, nasilje i sl.),

- **znanja i veština** profesionalaca i drugih pomagača, jer specifična obuka i profesionalno iskustvo razvijaju kompetencije u određenim oblastima vezanim za roditeljstvo,

- **posvećenosti i kompetencija** profesionalaca i drugih pomagača da prepoznaju i adekvatno odgovore na potrebe roditelja i deteta, da uspostave, grade, održavaju i na profesionalan način završavaju odnos saradnje, reciprociteta, uvažavanja, poverenja i podrške sa decom i porodicama u skladu sa zajednički usvojenim ciljevima rada,

- sposobnosti i veština profesionalaca i drugih pomagača da **postave i održavaju adekvatne profesionalne granice.**

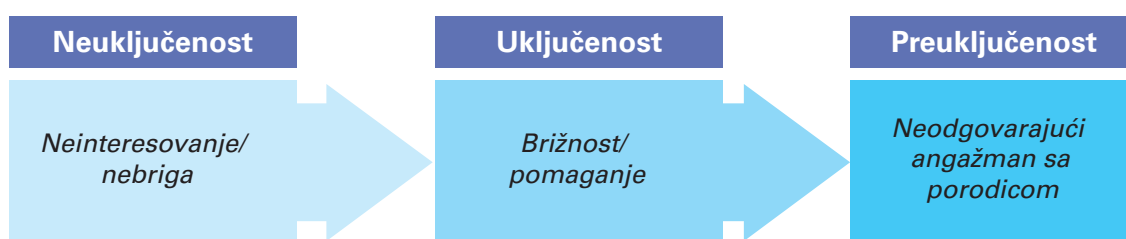
## ***e) Postavljanje i održavanje primerenih granica u odnosu sa roditeljima***

Svim pomagačima treba obuka i podrška u razlikovanju ličnih i profesionalnih odnosa, što se ogleda u pojmu **profesionalnih granica**. Profesionalne granice pomažu da se napravi razlika između aktivnosti koje su profesionalno prikladne i onih koje su neprikladne ili neprofesionalne. One su manje egzaktno od etičkih principa, koji opisuju šta profesionalci moraju ili šta ne smeju da rade. Profesionalne granice su situacione i variraju u zavisnosti od okolnosti, vrste programa/usluge, od konteksta lokalne zajednice i kulture.

Na Shemi 10 prikazan je kontinuum odnosa uključenosti profesionalca u radu sa detetom i porodicom, koji ilustruje manju jasnoću profesionalnih granica u odnosu na etičke principe. U određenim profesionalnim i kulturnim okruženjima neuključenost (distanciranost) imaće dobar efekat po roditelje i dete, a negde će se takav odnos smatrati hladnim ili izveštačenim. Takođe, određena nijansa preuključenosti vodi do gubitka objektivnosti profesionalca, pogotovo u manjim lokalnim i kulturnim zajednicama koje neguju bliske i uvezane međusobne odnose i u netradicionalnim profesionalnim okruženjima.

Iako profesionalne granice variraju, one postoje u svim kontekstima rada sa roditeljima i decom. Profesionalci poseduju stručno znanje, imaju pristup osetljivim informacijama i zajednica ih je ovlastila da se staraju o deci i da leče, obrazuju i zbrinjavaju decu, odnosno da štite njihova prava. Oni imaju potencijal da značajno utiču na život deteta tokom razvoja i moć da podrže ili ometaju sposobnost svake porodice da neguje svoje dete. Porodice u ovom odnosu imaju drugačiju moć od profesionalaca. Većina porodica zna manje o razvoju, učenju, zdravlju, lečenju, ponašanju, vaspitanju i zaštiti dece različitog uzrasta od stručnjaka, ali porodica poznae svoje dete bolje od svih ostalih. Od roditelja se traži da podele svoje lične podatke sa stručnjacima koji su možda iz druge etničke, jezičke, kulturne ili društveno-ekonomske sredine, a koji imaju snažan uticaj na aktuelni i budući život njihovog deteta.

Profesionalne granice treba da obezbede da stručnjaci na dobar i pošten način koriste svoju moć. Stručnjaci shvataju da je svrha njihovih znanja i veština stvaranje odnosa koji podržava razvoj dece i rade u partnerstvu sa porodicama u vezi sa zdravljem/obrazovanjem/vaspitanjem/zaštitom dece. Roditelji najbolje saraduju kada veruju da stručnjaci koriste svoja profesionalna znanja i veštine za rad u najboljem interesu deteta i porodice. Da bi zadržali poverenje roditelja, stručnjaci moraju da se uzdrže od radnji koje bi mogle da ugroze odnos deteta i porodice, kao i od traženja lične koristi na račun porodice. Oni treba da se angažuju u izgradnju odnosa koji poštuje i štiti dostojanstvo, autonomiju i privatnost porodice, nezavisno od konteksta prakse ili dužine interakcije.



Shema 10. Kontinuum uključenosti profesionalca u odnos sa porodicom

Adekvatna prezentacija i profesionalno ponašanje pomagača u interakciji sa roditeljima, decom i drugima omogućava uspostavljanje dobrog saradničkog odnosa, smanjuje mogućnost nanošenja štete, nepoverenja i žalbi, što sve štiti decu. Snažan saradnički odnos sa roditeljima i decom ne podrazumeva drugarstvo i lične odnose<sup>143</sup>. Profesionalne granice ogledaju se u sledećem:

- **adekvatno korišćenje jezika** podrazumeva *izbegavanje* neodgovarajućeg oslovljavanja deteta i roditelja, neprimerenih komentara o izgledu i ponašanju, neuvažavajućeg ili diskriminatornog ponašanja, seksualnih aluzija, insinucija ili šala, ponižavanja, vulgarnosti (govorne ili gestovne), klevetanja i sl.
- **profesionalno deljenje informacija** podrazumeva izbegavanje razgovora o detaljima ličnog života (sopstvenom, drugog osoblja ili korisnika/učenika/pacijenata). Ti detalji se u odgovarajućoj meri i formi mogu deliti isključivo kada je to neposredno relevantno za temu profesionalne intervencije i uz pristanak onih o kojima je reč. To se odnosi i na fotografisanje, audio-snimanje ili snimanje roditelja i deteta za bilo koji medij bez odgovarajućih odobrenja rukovodioca i bez saglasnosti roditelja. Ovo obuhvata i druge aspekte čuvanja poverljivosti u svim okolnostima.
- **uvažavanje ličnog prostora** podrazumeva izbegavanje iniciranja, dozvoljavanja ili traženja neprikladnog ili nepotrebnog fizičkog kontakta sa roditeljem ili detetom (zagrljaji, poljupci, golicanje, igra, gurkanje, šljapkanje) ili situacija koje nepotrebno dovode do bliskog fizičkog kontakta, čuvanje privatnosti stana porodice i sopstvenog stana (izbegavanje druženja, kućne posete porodici samo u skladu sa svrhom i mandatom rada) i sl.
- **pošten tretman**, bez favorizovanja i bez diskriminisanja.

Pri tome je važno zadržati fokus na klijentu (korisniku/pacijentu/učeniku/roditelju), ograničiti deljenje informacija o sebi te izbegavati dvostruke i višestruke odnose. Granice se čuvaju i radom u okviru sopstvenog polja kompetencija (razumevanje i objašnjavanje svrhe i ograničenja svoje uloge), traženjem saveta od drugih profesionalaca i upućivanjem, brigom o sebi (sopstvenom nivou stresa, svom ponašanju, emocionalnom ispoljavanju i izgledu). O tome kako razmišljati o granicama možete se informisati u Tabeli 43, dok se u Tabeli 44 daju primeri aktivnosti koje predstavljaju prelaženje odnosno kršenje profesionalnih granica.

---

<sup>143</sup> Doel, M., Allmark, P., Conway, P., Cowburn, M., Flynn, M., Nelson, P., & Tod, A. *Professional Boundaries: Crossing a Line or Entering the Shadows?* *British Journal of Social Work* 40 (6): 1866–889. (2010)

#### **Tabela 43. Razmišljanje o profesionalnim granicama**

Razmislite o svojoj profesionalnoj ulozi i njenim granicama.

Razmislite šta porodica može ili treba da očekuje od vas dok radite sa njihovim detetom.

Planirajte kako ćete postaviti granice i razgovarati sa porodicama o njima.

Ponovo postavite (resetujte) zamagljene granice kada dođe do prekoračenja (npr. kada treba da radite sa roditeljima koje od ranije poznajete i sl.).

Razmislite o razlikama između prijateljskog nastupa i prijateljstva.

Opreделите se da ne pokazujete posebnu naklonost nijednom detetu (ili grupi dece) i nijednoj porodici (ili grupi porodica).

Odredite lične podatke koje možete ili želite da podelite sa porodicama kako biste podržali svoje profesionalne odnose sa njima i pažljivo koristite društvene mreže.

#### **Tabela 44. Prelaženje granica i kršenje profesionalnih granica**

##### **Prelaženje granica**

druženje (npr. odlazak na porodičnu zabavu)

spasavanje (npr. vožnja deteta kući kada je roditelj zauzet)

traženje usluga od roditelja

prozelitizam (ubeđivanje u određene stavove i uverenja)

otkrivanje ličnih informacija roditeljima

davanje saveta izvan svoje uloge ili stručnosti (npr. davanje bračnih saveta koji nisu povezani sa detetom)

kršenje poverljivosti (npr. postavljanje slika deteta i roditelja u okviru svojih profila na društvenim mrežama)

##### **Kršenje granica**

favorizovanje ili pokazivanje pristrasnosti

prihvatanje većih poklona ili usluga

stupanje u intimnu vezu

Postavljanje i održavanje granica je zadatak profesionalaca, a ne roditelja i dece, i varira u zavisnosti od organizacionog i kulturnog konteksta, ali može biti vezano i za specifičnost problematike deteta i porodice i za uzrast deteta<sup>144</sup>. Granice daju samopouzdanje profesionalcima da se prema roditeljima i deci ponašaju s poštovanjem, u jasnim, prikladnim i kulturno senzitivnim okvirima, omogućavaju im da izbegnu dvostruke odnose ili da pažljivo upravljaju njima i čuvaju ih od neprikladnih fizičkih i finansijskih odnosa.

### ***f) Kako stručnjaci mogu bliže da se upoznaju sa okolinostima života deteta, roditelja i porodice***

Stručnjacima su često neophodni podaci i znanja o načinu života deteta, roditelja i porodica. Ti podaci daju kontekstualni smisao saznanjima o potrebama deteta, pa lekari, medicinske sestre, vaspitači, učitelji, razredne starešine, socijalni radnici, psiholozi, pedagozi, logopedi i drugi neretko treba da znaju:

- koliko dece ima u domaćinstvu,
- ko sve brine o deci osim roditelja,
- s kojim se teškoćama roditelj suočava kada je u pitanju dete.

Do ovih podataka se ponekad dolazi spontano, ali je osnova profesionalnog nastupa strukturisano prikupljanje podataka o detetu i porodici, u skladu sa osnovnim zadacima stručnjaka i ustanove u kojoj on radi. Na samom početku zajedničkog rada, nakon predstavljanja detetu, roditeljima i porodici i upoznavanja sa načinom rada, stručnjak treba da prikupi podatke o:

- **okruženju porodice i domaćinstvu** – šta se dešava kod kuće, ko još živi u kući (suprug/a ili partner/ka, baba/deda, srodnici, neko drugi), na koga sve porodica može da se osloni u pogledu određenih vrsta podrške,
- **odnosu deteta i roditelja** – kakva je svakodnevica života sa detetom, kakav je odnos roditelja i deteta, izazovi sa kojima se roditelj suočava kada nastoji da reguliše ponašanje deteta, druge teškoće koje otežavaju roditeljstvo.

---

<sup>144</sup> Zur, O. Introduction: The multiple relationships spectrum. In: O. Zur (Ed.) *Multiple relationships in psychotherapy and counseling: Unavoidable, common, and mandatory dual relations in therapy*. New York, NY: Routledge. (2017)

## 2. RODITELJSKE TEME I DILEME

### *Rad sa roditeljima kako bi oni zadovoljili potrebe svoje dece*

Ovaj tematski blok na iskustveni način prolazi sa profesionalcima teme kojima su se bavili drugi moduli. Roditeljske prakse imaju tri glavna cilja<sup>145</sup>:

- obezbediti rast, razvoj, zdravlje i bezbednost deteta,
- pripremiti dete za produktivan život u društvu u odraslom dobu i
- preneti detetu kulturne i društvene vrednosti.

Podsetimo se osnovnih kvaliteta dobrog roditeljstva koje uvek treba imati na umu u radu sa roditeljima (Tabela 45).

**Tabela 45. Osnovni kvaliteti dobrog roditeljstva**

Pružanje ljubavi i pokazivanje naklonosti deci

Ohrabrivanje dece da postanu nezavisna i samostalna

Održavanje dobrog odnosa sa drugim roditeljem

Upravljanje nivoom sopstvenog stresa

Rad sa roditeljima podrazumeva uspostavljanje partnerstva i efikasnu komunikaciju, o čemu je već bilo reči u ovoj tematskoj jedinici, kao i modelovanje ponašanja koje stručnjak želi da vidi.

**Modelovanje** je osnovni način na koji roditelji poučavaju decu (kao što je spomenuto u Modulu 2), bilo to namerno (svesno) ili nenamerno (nesvesno), u manje ili više željenom pravcu. Profesionalci koji promovišu podsticajne i pozitivne roditeljske prakse u svom radu oslikavaju taj proces u okviru odnosa prihvaćenosti i poverenja, aktivnog slušanja i davanja pozitivnih uputstava, uvažavanja i pohvaljivanja korisnih (poželjnih) roditeljskih

<sup>145</sup> American psychological association. Parenting. Dostupno na: <https://www.apa.org/topics/parenting> (ENG)

ponašanja. To se znatno razlikuje od davanja instrukcija šta roditelji ne treba da rade, kritikovanja, posramljivanja, ignorisanja njihovih potreba i briga.

Zato profesionalci:

- daju se pozitivna, konkretna uputstva o ponašanju koje žele da vide kod roditelja,
- nakon prepoznavanja pozitivnog ponašanja ili namere ne koriste „ali“ kao uvod u kritiku određenog aspekta ponašanja roditelja (radije koriste „a“ i „i“, a izbegavaju „ali“ i „ili“),
- pohvaljuju konkretna ponašanja roditelja („vi dolazite na vreme“, „baš ste se potrudili oko...“ i sl.),
- zahvaljuju roditelju na poverenju i deljenju izazovnih tema, prepoznaju i uvažavaju osećanja roditelja,
- ostaju smireni i fokusirani na ono što roditelj ima da im saopšti, uz spremnost da saslušaju i prihvate izrečeno i da uzmu u obzir osećanja.

Takođe je značajno povezivanje sa roditeljima, posebno kada su oni ranjivi. Ranjivost se neretko ispoljava kao ljutnja, što zahteva senzitivan i brižan odgovor stručnjaka: „Vidim da vam je ovo teško / da vas to uznemirava / da tu baš nije sve dobro“ i sl.

Rad sa roditeljima na pozitivnom i podsticajnom roditeljstvu odvija se u više **oblasti**. U profesionalnom radu sa roditeljima stručnjaci imaju priliku da saslušaju i prihvate roditelje kao vredne osobe i najbolje poznavaoce svoje dece, da pokažu razumevanje za roditeljske brige i dileme, da vrednuju i podrže podsticajne i pozitivne roditeljske prakse, da pruže informacije, savete, uputstva i da povežu roditelje i dete sa drugim službama. Stručnjaci su u svom radnom okruženju često u prilici da<sup>146</sup>:

- **zajedno sa roditeljima označe osnovne zahteve za zdrav razvoj njihovog deteta** (npr. hrana, sklonište, ljubav i pripadnost, disciplina, učenje i ovladavanje veštinama, razvoj karaktera) te da utvrde kako se te potrebe zadovoljavaju aktuelno i u kojim aspektima je potrebna promena,
- **podstaknu roditelje da razviju načine za pokazivanje naklonosti i brige** (pokazivanje ljubavi kroz zagrljaj, igru, zajedničko vreme i aktivnosti, humor i sl.),
- **pomognu roditeljima da identifikuju nekoliko prirodnih i logičkih posledica** kao deo pozitivne disciplinske strategije za reagovanje na nepoželjno ili neprilično ponašanje deteta,

---

<sup>146</sup> Edison Knapp, S. and Jongsma, A. E. *The Parenting Skills Treatment Planner: With DSM-5 Updates*. New Jersey: Hoboken, John Wiley & Sons, Inc. (2015)



- **podrže roditelje da naprave razliku između problema koji pripadaju odraslima** (nagomilani kućni poslovi, zagubljene stvari po kući, događaji na poslu) **i problema koji pripadaju deci** (npr. školske obaveze, odnosi sa vršnjacima),
- **osnaže roditelje da identifikuju okidače za sopstvene nekonstruktivne reakcije** (ishitrene, ljutite, neprimerene, kritičke, ironične, odbacujuće i druge emocionalno i fizički nasilne reakcije); to su reakcije koje izazivaju posramljenost, doživljaj krivice, odbacivanja, nevoljenosti, neuvažavanja i niske sopstvene vrednosti kod dece, a najčešće nastaju na osnovu sopstvenog iskustva roditelja iz detinjstva i aktuelnih ličnih procesa i međuljudskih odnosa,
- **nauče roditelje da koriste proaktivne strategije** („ja“ rečenice, prirodne i logične posledice, ograničavanje okruženja, prikladno ograničavanje izbora) da bi preoblikovali svoja ponašanja koja stvaraju teškoće, **kao i intervencije podrške** (npr. aktivno slušanje, empatija, ohrabrenje, zajedničko promišljanje problema i načina za njihovo rešavanje) da bi odgovarajuće nastupili kada problem pripada detetu,
- **zaduže roditelje da slušaju i reflektuju svoja osećanja, da pokazuju uvažavanje i zainteresovanost** te da jačaju odnos sa detetom **pokazujući saosećanje i empatiju,**
- **ohrabre roditelje da podstiču dete na samostalno rešavanje problema** („Mislim da ti to možeš/znaš/umeš“ kada dete traži previše pomoći u rešavanju problema),
- **potraže sa roditeljima strategije za podršku detetu da obavlja zadatke samostalno** (da roditelj nudi smernice po potrebi i traži od deteta da opiše kakva mu je pomoć potrebna),
- **poduče roditelje o ciljevima „lošeg“ ponašanja dece** (traženje pažnje, zadobijanje moći, osveta i/ili prevazilaženje osećanja neadekvatnosti) i **da im pomognu da identifikuju ciljeve takvog ponašanja njihovog deteta,**
- **odrede sa roditeljima kako oni podstiču „loše“ ponašanje deteta svojim reakcijama** i da zajedničko pronađu primerenije načine reagovanja,
- **pomognu roditeljima da analiziraju obrazac ponavljanja negativnog ponašanja deteta** (npr. izazivanje događaja, dete reaguje negativno, odrasli kritikuje dete, negativna reakcija deteta eskalira) i zajednički razrade strategije za prekid tog obrasca mirnim i racionalnim reagovanjem,
- **upute roditelje kako da uče decu izborima u skladu sa uzrastom,** npr. kako da odrede limitirane izbore i ohrabre odgovorno donošenje odluka („Hoćeš li da se igraš sa kockama ili figuricama“ za mlađu decu ili „Hoćeš li da raskloniš sudove ili da pomogneš sestri oko domaćeg“ kod adolescenta),

- **ohrabre roditelje da usmeravaju ponašanje dece modeliranjem i jasnim saopštavanjem šta je očekivano i željeno ponašanje,**
- **upute roditelje da pomognu detetu u rešavanju problema** korišćenjem procesa koji mu omogućava da razvije veštine rešavanja problema:
  - dete imenuje problem,
  - roditelj pruža podršku koristeći aktivno slušanje i empatiju,
  - dete navodi potencijalna rešenja,
  - roditelj nudi dodatna moguća rešenja,
  - roditelj i dete razmatraju opcije i moguće ishode,
  - dete bira strategiju, a roditelj daje potrebnu podršku,
- približe roditelju sve one oblasti na koje se odnose Moduli 1-5.

Roditeljstvo je proces brige, podrške, slušanja, usmeravanja, preispitivanja, podučavanja i pregovora. Svim roditeljima dođu trenuci kada im nedostaju vreme, veštine ili strpljenje da ove stvari urade kako treba<sup>147</sup>. Kako se suočavaju sa novim izazovima, roditelji menjaju roditeljske strategije i konstruišu nove aspekte svog identiteta. Ciljevi i zadaci roditelja se vremenom menjaju kako se njihova deca razvijaju, a u tome im profesionalci senzitivno pomažu, uzimajući u obzir navedenu dinamiku. Profesionalci **pomažu roditeljima da razviju odnose i ponašanja za svakodnevni život sa decom** tako što ih osposobljavaju da razumeju osećanja i ponašanje dece i da odgovore na njih, daju roditeljima podršku u pozitivnoj interakciji sa decom, razvijaju znanja roditelja o tome kako podržati igru, učenje i kreativnost dece, rade sa roditeljima na pronalaženju pozitivnih načina za zadovoljavanje fizičkih potreba dece itd. Aktivnosti u kojima profesionalci roditeljima pružaju vođstvo i podršku kreću se od obezbeđivanja ishrane i skloništa do modeliranja dobrih odnosa i socijalnih veština i podsticanja zdravog načina života, uz različite oblike obrazovanja, duhovnog vođenja i informisanja dece o očekivanjima i normama koje će im pomoći da se kreću kroz društvo kasnije u životu (što je vezano za kulturni kontekst i vrednosti koje se roditeljskom ponašanju pridaju u njemu)<sup>148</sup>.

Posebno mesto u ovom vođstvu zauzima rad profesionalaca na negovanju podsticajnih i pozitivnih roditeljskih praksi koje su prikazane u Tabeli 46.

<sup>147</sup> Crittenden. P. M. *Attachment Theory, Psychopathology, and Psychotherapy: The Dynamic-Maturational Approach*. *Psicoterapia*, 30, 171-182. (2005)

<sup>148</sup> Karlsson L., Antfolk J. *Good Parenting Qualities*. In: Shackelford T., Weekes-Shackelford V. (eds) *Encyclopedia of Evolutionary Psychological Science*. Springer, Cham; 2019.

**Tabela 46. Rad profesionalaca na negovanju podsticajnih i pozitivnih roditeljskih praksi**

prepoznavanje snaga roditelja,

podsticanje roditelja da izgradi bezbedno i stimulatívno okruženje za rast, razvoj i učenje dece (što obuhvata i ukazivanje roditeljima na značaj igre fokusirane na decu, značaj rutina, pomaganje roditeljima da slušaju decu, podržavanje roditelja da prepoznaju osećanja dece i sl.),

poučavanje i ohrabrivanje roditelja da koristi podsticajne, asertivne, a ne kažnjavajuće i nasilne disciplinske strategije, kako bi podstakli pozitivna ponašanja dece i usvojili autoritativno roditeljstvo u praksi,

usmeravanje roditelja da razvijaju razvojno realistična, a pozitivna očekivanja od dece i od sebe kao roditelja,

upoznavanje roditelja sa efikasnim strategijama prevladavanja i rešavanja problema,

podučavanje roditelja kako da brinu o sebi,

razvoj socijalnih mreža podrške i

upućivanje i povezivanje roditelja kojima je potrebna dodatna podrška sa uslugama mentalnog zdravlja.

*Kada profesionalci pomažu roditeljima?* Profesionalci odnosno pomagači koriste svaku priliku kada su u kontaktu sa porodicom da roditeljima pomognu u primeni glavnih elemenata opisanih u modulima ovog priručnika. Te prilike mogu biti:

- **svakodneвне** (usputne i inkorporirane u uobičajenu praksu i komunikaciju sa roditeljima),
- **planirane** (dogovorene i razvijene za rad na podsticajnom i pozitivnom roditeljstvu u okviru redovne prakse) i
- **koordinisane** sa drugim službama i profesionalcima.

Tokom ovih susreta roditelji uče kontinuirano, slojevito. Roditelj najbolje uči kada se nađe njegova **zona proksimalnog razvoja**, što zavisi od stepena svesnosti o tome koliko mu je ponašanje maladaptívno i kako tumači sopstvene somatske, afektivne i kognitivne informacije. Od čega zavisi kako će roditelji učiti i menjati se pogledajte u Tabeli 47.

## Tabela 47. Kako roditelji uče i menjaju se

Učenje zavisi od toga kako roditelji obrađuju informacije.

Intervencije moraju biti usklađene sa spremnošću roditelja da uči i da se menja.

Roditelji sa brojnim problemima ponekad nisu u stanju da napreduju u određenim oblastima.

Važan je i kontekst u kome se odvija učenje podsticajnog i pozitivnog roditeljstva, pa je izuzetno značajno da profesionalci razumeju **nivoe porodičnog funkcionisanja**<sup>149</sup>:

**1. nezavisno i adekvatno;**

**2. ranjivo** usled krize (do 6 meseci);

**3. popravljivo** (1–3 godine), moguća je restauracija porodičnog funkcionisanja u zoni proksimalnog razvoja roditelja. Fokus intervencije je na onome što roditelji mogu da urade i na aktuelnim okolnostima, pri čemu ključni značaj imaju dobri saradnički odnosi sa pomagačima. Stoga sa ovim roditeljima ne treba da radi mnogo profesionalaca, već im je potrebna podrška u periodu između jedne i tri godine, pri čemu se intenzitet i nivo uključenosti profesionalaca prilagođava okolnostima porodice i ciljevima tretmana;

**4. potrebna je dugoročna podrška** (1–20 godina), jer sa postojećim sredstvima i znanjima možemo da održavamo i podržavamo ove porodice, ali ne i da ih pomerimo iz stanja u kome se nalaze. To su porodice kojima je potrebna višegodišnja podrška, sve dok i poslednje dete ne izađe iz kuće;

**5. neadekvatno**, jer i uz najbolji pristup resursima i uslugama, deca ne mogu da ostanu u kući. Prisutni su visoki rizici za decu, bez obzira na to šta profesionalci rade.

<sup>149</sup> Crittenden, P. M. *Using the Dynamic-Maturational Model (DMM) of Attachment & Adaptation for Parents' Treatment Planning*, [https://www.youtube.com/watch?v=7H\\_DSH68AZA](https://www.youtube.com/watch?v=7H_DSH68AZA) (ENG)

### 3. PREPREKE ZA RAD SA RODITELJIMA

#### *Rad sa nekooperativnim roditeljima*

Posebno su izazovne okolnosti kada treba organizovati rad sa roditeljima i porodicom za koje je poznato ili otkriveno da ne saraduju. Profesionalac u tim slučajevima treba da razmotri moguće razloge za nekooperativan ili neprijateljski stav roditelja. Ovo podrazumeva razmatranje svih dostupnih informacija, a posebno aktuelna i prethodna iskustva roditelja sa obrazovnom, zdravstvenom i socijalnom službom u zajednici. Porodice mogu razviti povećan otpor ili neprijateljstvo prema uključivanju u zajednički rad ako smatraju da ih profesionalac ne uvažava, da ga ne interesuju njihove potrebe i potrebe njihovog deteta, da je nepouzdan, ili ako veruju da poverljivost jeste ili može biti prekršena van dogovorenih granica. Niz društvenih, kulturnih i psiholoških faktora utiče na ponašanje roditelja. Što je porodica manje kooperativna, veća je verovatnoća da su glavni uticaji psihološki. Roditelji nastoje da održe ili povrate kontrolu nad svojim životima, ali ih mogu preplaviti bol, depresija, anksioznost i krivica koji su nastali usled ranijih gubitaka u životu. Paradoksalno, nekooperativno ponašanje može biti pokazatelj momenta u kome osoba razotkriva svoja (iako negativna) osećanja i zapravo (uglavnom nesvesno) traži pomoć<sup>150</sup>. Mogući razlozi za nesaradljivost roditelja prikazani su u Tabeli 48.

**Tabela 48. Mogući razlozi za nesaradljivost roditelja**

Ne žele ugrožavanje privatnosti.

Odbijaju da veruju da imaju problem.

Uvredljivo im je mešanje okruženja u porodični život i roditeljstvo.

Ne razumeju šta se od njih očekuje.

Kulturne razlike doprinose nerazumevanju i strahu roditelja.

Imaju loše prethodno iskustvo sa profesionalnim pomagačima.

Nešto kriju.

Nepoverljivi su zbog promene osoblja.

<sup>150</sup> Department of Education. *Working together to safeguard children: Statutory guidance on inter-agency working to safeguard and promote the welfare of children.* (2018) [https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment\\_data/file/942454/Working\\_together\\_to\\_safeguard\\_children\\_inter\\_agency\\_guidance.pdf](https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/942454/Working_together_to_safeguard_children_inter_agency_guidance.pdf) (ENG)

Nepoverenje ili strah od autoriteta.

Strahuju da će im oduzeti decu.

Strahuju da će biti ocenjeni kao loši i neadekvatni roditelji (npr. usled problema sa mentalnim zdravljem, zloupotrebe supstanci, životnog stila, seksualnog opredeljenja).

Otpori roditelja mogu se javiti u različitim formama, a za profesionalce je važno da poznaju **četiri tipa nesaradljivosti: ambivalenciju, izbegavanje, konfrontaciju i nasilje.**

**1. Ambivalencija.** Zapaža se u ponašanju roditelja koji npr. kasne, propuštaju sastanke, traže izgovore za nedolazak (na pregled, roditeljski sastanak, susret sa socijalnim radnikom), izbegavaju razgovore o nekim temama i zauzimaju distanciran telesni stav. Svi roditelji mogu da budu ambivalentni u određenoj fazi procesa pružanja pomoći i potrebno su im vreme i podrška da vide šta se od njih očekuje i da zaista mogu da dobiju pomoć. To može odražavati kulturološke razlike, nejasnoće šta se očekuje ili loša iskustva iz prethodnih susreta sa profesionalcima. Ambivalencija se može prevazići pažljivim i iskrenim nastupom profesionalaca koji prepoznaje i uvažava potrebe roditelja.

**2. Izbegavanje.** Ovo je česta forma nekooperativnosti, a obuhvata izbegavanje zakazanih termina, propuštanje sastanaka i skraćivanje poseta zbog drugih važnih aktivnosti, pa se stiče utisak da roditelj beži od profesionalca. Mogući razlozi za takvo ponašanje su teškoće sa kojima se roditelji suočavaju, strah od osude, nelagodnost zbog mešanja profesionalaca u porodični život, potreba da se nešto sakrije ili odsustvo poverenja u novopridošlog profesionalca nakon dobro uspostavljenog odnosa sa prethodnim („stara učiteljica / doktorka / patronažna sestra je bila sjajna“ i sl.). Izbegavanje prestaje kada roditelji shvate da je profesionalac odlučan i zainteresovan za njihovo dete, kada shvate brigu stručnjaka za njih i želju da im pomognu.

Specifična strategija izbegavanja je **prividna saradljivost** roditelja<sup>151</sup> (engl. *disguised compliance*), gde oni tobože saraduju sa profesionalcima, pokazuju (lažnu) zainteresovanost za zajednički rad, prividno slede instrukcije i savete, a zapravo odbijaju sva nastojanja profesionalca. Ovi roditelji neretko pokušavaju da izbegnu okolnosti u kojima njihovo ponašanje može da se protumači kao sumnjivo. To su roditelji koji razvijaju strategije za odvlačenje pažnje profesionalca od problema i rizika kojima je izloženo dete kako bi minimalizovali intervencije, što je njihov način da se odupru promenama. Neki od primera prividne saradljivosti roditelja prikazani su u Tabeli 49.

<sup>151</sup> *Working with Families Who Display Disguised Compliance*. Policy briefing No. 197. February, 2017 [https://greatermanchesterscb.proceduresonline.com/pdfs/policy\\_briefing\\_No-197.pdf](https://greatermanchesterscb.proceduresonline.com/pdfs/policy_briefing_No-197.pdf)

**Tabela 49. Primeri prividne saradljivosti roditelja**

Izbegavanje kontakata, ponovljeno otkazivanje i zakazivanje sastanaka.

Profesionalcima govore ono što ovi žele da čuju i naizgled se slažu oko potrebnih promena, a ulažu malo napora u bilo kakvu promenu.

Selektivno angažovanje – roditelji rade tek toliko da drže stručnjake podalje.

Manipulisanje situacijama i otežavanje stručnjacima da viđaju dete/decu nasamo.

Sporadična saradljivost – nagli porast pohađanja škole, prisustvovanje sastancima ili dobro angažovanje sa nekim stručnjacima u ograničenom vremenskom periodu.

Odvraćanje pažnje, npr. kritikovanjem drugih radnika.

Kontrolisanje diskusije – prebacivanje fokusa na roditelje i njihove sopstvene teškoće, izbegavanje razgovora o potrebama deteta.

Prividna saradljivost je i strategija koju neki (nasilni) roditelji koriste da bi sprečili profesionalce da sagledaju ozbiljnost povrede ili štete koja se nanosi detetu, pa dete ostaje nevidljivo, neslušano i nezaštićeno<sup>152,153</sup>. Samo jedan broj roditelja, međutim, zlostavlja, zanemaruje i ugrožava svoju decu, a tek neki od njih koriste strategiju prividne saradljivosti da bi izbegli sumnjičavost profesionalaca i intervencije nadležnih službi. To znači da se ne preporučuje da profesionalci unapred sumnjiče i „isleđuju“ svakog roditelja. Uvažavanje, prihvatanje roditeljske nesavršenosti, spremnost za slušanje roditeljskih dilema i pokazivanje razumevanja za njihove teškoće predstavljaju osnovne postulate rada sa roditeljima. Pri tome je važno sačuvati otvorenost da se misli o nezamislivom<sup>154</sup>, da se kritički preispituju informacije koje pružaju roditelji, uz fokus na dete i njegove potrebe.

**3. Konfrontacija.** Suprotstavljanje, neslaganje i izazivanje rasprava (prepucavanje), preispitivanje, izazivanje profesionalaca, ekstremno izbegavanje (npr. neotvaranje vrata, neodazivanje na telefonske pozive) ukazuju na ovaj tip nesaradljivosti. Često je u pitanju duboko ukorenjeni nedostatak poverenja roditelja koje dovodi do konfrontativnog odgovora

<sup>152</sup> Brandon M, Belderson P, Warren C, Howe D, Gardner R, Dodsworth J, Black J. *Analysing Child Deaths and Serious Injury Through Abuse and Neglect: What Can We Learn? A Biennial Analysis of Serious Case Reviews 2003-05*. DCSF-RR023. Department for Children, Schools and Families: London. 2008.

<sup>153</sup> Ferguson, H. *How Children Become Invisible in Child Protection Work: Findings from Research into Day-to-Day Social Work Practice*. The British Journal of Social Work, 47(4), pp. 1007–1023. (2017). <https://academic.oup.com/bjsw/article/47/4/1007/2622323> (ENG)

<sup>154</sup> Ferguson, H. *How Children Become Invisible in Child Protection Work: Findings from Research into Day-to-Day Social Work Practice*. The British Journal of Social Work, 47(4), pp. 1007–1023. (2017). <https://academic.oup.com/bjsw/article/47/4/1007/2622323> (ENG)

na teške situacije, tj. do borbe, a ne bekstva (što je odgovor kod izbegavanja). Roditelji mogu biti uplašeni (ponekad osnovano) da će im deca biti oduzeta, da će biti kažnjeni ili osuđeni u društvu. Neki roditelji ne veruju dobrim namerama i znanju profesionalaca i mogu biti sumnjičavi prema njihovim motivima. Zato je važno da profesionalac bude jasan kada roditeljima objašnjava svoju ulogu i svrhu svog rada, da pokaže zainteresovanost da pomogne i da bude spreman da neki roditelji ne mogu da imaju otvoren i saradljiv odnos na početku, već da treba uložiti više napora u uspostavljanje poverenja. Postoje okolnosti u kojima se nesaradnja mora preispitati, a roditelji suočiti sa njenim posledicama tako da postanu svesni da profesionalac i ustanova/sluzba neće odustati. To su okolnosti u kojima nesaradljivost roditelja stvara rizike po sigurnost, razvoj i dobrobit deteta (o kojima je bilo više reči u Modulu 3).

**4. Nasilje.** Zaprećeno ili prisutno nasilje je najteži (mada i najređi) oblik nekooperativnog ponašanja sa kojim se profesionalci i službe mogu suočiti. Nasilno ponašanje roditelja prema profesionalnim pomagačima neretko ukazuje na snažan, dubok i dugotrajan strah koji projektuje mržnju prema autoritetima. Pomagači se u takvim slučajevima često povlače, izbegavaju konflikt, zanemaruju znake teškoća kod deteta i sopstvene nelagodnosti. Profesionalcima su potrebni podrška (supervizora i organizacije), zaštita i obuka za reagovanje na nasilničko ponašanje i zastrašivanje, uznemiravanje i uhođenje.

Kakvo je postupanje profesionalaca u radu sa nekooperativnim i nasilnim roditeljima? Važno je precizno i uvremenjeno dokumentovanje nasilnih ponašanja, kao i procene stanja i potreba deteta koje se otežano realizuju. Pri tome je neophodno održati fokus na dete, preispitivati sopstveni doživljaj ugroženosti u okviru tima i zapitati se kako se dete oseća sa tim roditeljem i u toj kući kada se profesionalac oseća uzdrmano, poljuljano ili uplašeno. Treba preispitati da li je neprijateljstvo koje roditelj ispoljava univerzalno ili je rezervisano samo za određene profesionalce i službe i razviti konstruktivan združeni međuinstitucionalni nastup. Profesionalcima je neophodna dobra timska, supervizorska i organizaciona podrška za rad sa nekooperativnim, a posebno sa nasilnim roditeljima. Podrška omogućava profesionalcima da prepoznaju, razumeju i prevladaju sopstvene nekonstruktivne reakcije iz modusa borba, bekstvo ili zaleđenost<sup>155</sup>.

- **Borba** kao modus predstavlja viđenje svake situacije kao potencijalne pretnje ili preterano (pre)ispitivanje roditelja, čime se uvećava tenzija između stručnjaka i porodice. Takve reakcije mogu istovremeno i zaštititi profesionalce i izložiti ih daljem riziku. Stvaranje slike o roditelju kao nekome ko predstavlja pretnju može usmeriti profesionalce na samozaštitu, a smanjiti njihovu osetljivost za patnju dece i nivo nasilja u kući.

---

<sup>155</sup> Working with Families Who Display Disguised Compliance. Policy briefing No. 197. February, 2017 [https://greatermanchesterscb.proceduresonline.com/pdfs/policy\\_briefing\\_No-197.pdf](https://greatermanchesterscb.proceduresonline.com/pdfs/policy_briefing_No-197.pdf) (ENG)



- **Bekstvo** kao modus predstavlja negiranje negativnih informacija ili minimiziranje obima i uticaja negativnih iskustava dece kako bi se izbeglo preispitivanje nasilnih roditeljskih praksi. Ovo može dovesti do toga da profesionalci izbegavaju teške posete (posebno kućne) ili sastanke sa roditeljima. Takve reakcije razvijaju doživljaj bespomoćnosti ili paralisanosti dilemom u odlučivanju da li treba ući u tešku situaciju ili odustati.

- **Zaleđenost** kao modus reagovanja profesionalaca na nasilne roditelje vidi se u prevelikoj opreznosti i osetljivost na pretnje roditelja (što profesionalce ometa u prikupljanju i analiziranju informacija) te u nezameranju i udovoljavanju roditeljima kako bi se izbeglo provociranje njihovog nepoželjnog reagovanja prema profesionalcu.

Pri tome je važno da profesionalci ostanu bezbedni i da zajedno sa svojim rukovodiocima i timom rade na aktivnostima koje će im osigurati bezbednost, na primer:

- planiranje poseta i razmatranje pitanja bezbednosti,
- izbegavanje potencijalno rizičnih poseta na kraju radnog vremena,
- ugovaranje susreta na neutralnom mestu,
- prisustvo kolege / drugog stručnjaka prilikom susreta,
- upoznavanje rukovodioca i kolega sa time gde se ide i kada se očekuje povratak.

U suštini, treba biti pripremljen, pratiti i anticipirati potencijalno opasne situacije, tražiti pomoć, sa po potrebi i napustiti preteće okruženje. Rukovodioci imaju obavezu da razmatraju pitanja bezbednosti osoblja, da budu svesni slučajeva koji izazivaju zabrinutost kod profesionalaca za sopstvenu bezbednost, da stvaraju klimu otvorenosti i poverenja za razgovor o doživljaju ugroženosti i da razvijaju procedure za smanjenje rizika. Šta treba, a šta ne treba činiti u slučaju nasilnog incidenta prikazano je u Tabeli 50.

**Tabela 50. U slučaju nasilnog incidenta:**

<b>TREBA</b>
ostati miran i kontrolisati osećanja
odmah kontaktirati rukovodioca
odlučiti da li ostati ili otići bez odlaganja
poštovati dogovorene procedure nakon incidenta (prijava, dokumentovanje i sl.)
<b>NETREBA</b>
shvatati incident lično
razbesneti se
tražiti opravdanje za roditelje
zaključiti da porodici nije potrebna pomoć
misliti da je porodica sama kriva
misliti da sve možete sami da rešite

Roditelji mogu postati nesaradljivi te uvećati otpor ili neprijateljstvo ukoliko smatraju da je profesionalac nepouzdan i da ih ne uvažava. Otpor i neprijateljski nastup se smanjuju kada se profesionalci ponašaju u skladu sa kodeksom struke, politikom i procedurama svoje ustanove i kada tretiraju korisnike sa uvažavanjem, na pošten način i bez diskriminisanja<sup>156</sup>. Profesionalci treba da budu svesni i da nekim porodicama mogu biti nejasne procedure i postupci u vezi sa zaštitom dece, šta su odgovornosti stručnjaka i na koji način prava deteta usmeravaju dužnosti roditelja. Ponekad kulturne različitosti izazivaju nerazumevanje, pa profesionalci moraju biti svesni i moraju se konsultovati sa poznavaoocima informacija o glavnim religijskim praznicima i običajima, rodnim normama, prikladnim načinima pozdravljanja, obraćanja, oblačenja i sl<sup>157</sup>. Kako unaprediti saradnju sa nekooperativnim roditeljima pogledajte u Tabeli 51.

<sup>156</sup> Bar-On, A., *Restoring Power to Social Work Practice*. British Journal of Social Work, 32, pp. 997-1014. (2002)

<sup>157</sup> Koprowska, J. *Communication and interpersonal skills in social work (3rd ed.)* University of York. Exeter: Learning Matters. (2008)

### Tabela 51. Kako unaprediti saradnju sa nekooperativnim roditeljima?

Održati topao, a formalan odnos, uz jasne znake da je cilj rada usmeren na dobrobit deteta.

Jasno navođenje ovlašćenja, profesionalnih i zakonskih.

Kontinuirana procena motivacije i sposobnosti roditelja da saraduju u interesu deteta.

Konfrontiranje roditelja koji se nekooperativno ponašaju na licu mesta.

Podrška i nadzor rukovodioca i supervizora za primereno angažovanje.

Konsultacije sa drugim profesionalcima i službama (npr. policija, specijalisti za mentalno zdravlje).

Pomaganje roditeljima da prevaziđu svoja ukorenjena neprijatna osećanja uz istovremeno pružanje podrške za odgovornu brigu o deci.

Svesnost o mogućem snažnom otporu (maskiranom prividnom saradljivošću).

Spremnost za preduzimanje odgovarajućih mera za zaštitu deteta.

Zadatak stručnjaka je da obezbede da roditelji razumeju šta se od njih traži i kakve su posledice neispunjavanja ovih zahteva. Stoga je važno razmotriti da li je roditelju:

- potrebna verbalna, a ne pisana komunikacija, usled niskog nivoa pismenosti,
- potreban prevod i tumačenje celokupne komunikacije ili njenog dela,
- potreban kratak rezime svrhe, urađenih stvari i narednih koraka nakon svakog sastanka.

**Na samom kraju**, profesionalni i drugi pomagači u svakodnevnom susretu sa roditeljima takođe primenjuju **model 5P** koji se odnosi na podsticajne profesionalne prakse podrške pozitivnom roditeljstvu:

**1. PRUŽI**, jer stručnjak je u poziciji da roditelju pruži podršku, ohrabrenje, razumevanje, informacije, stručni savet, tretman i sl.

**2. PREISPITAJ**, jer podsticajno i pozitivno roditeljstvo može da podrži stručnjak koji na visoko profesionalan i kompetentan način preispituje:

- sopstvena lična uverenja i stavove (o roditeljstvu, partnerskim odnosima, rodnim ulogama, vaspitanju u porodici porekla i transgeneracijskim uticajima, sopstvenom roditeljstvu, deci i detinjstvu, životnim vrednostima i prioritetima),
- sopstvena ponašanja (u kontaktu sa klijentima i kolegama, primerenost verbalnih i neverbalnih poruka, etičko ponašanje, uspostavljanje i održavanje i saradničkog odnosa i odgovarajućih profesionalnih granica),
- znanja i postulate struke koji su podložni razvoju i promeni (primenjuju se najbolja postojeća znanja zasnovana na dokazima iz istraživanja u vezi sa roditeljskim praksama, potrebama i razvojem deteta).

**3. PRESKOČI**, jer da bi stručnjaci bili podrška podsticajnom i pozitivnom roditeljstvu treba da izbegnu odnosno napuste neke prakse koje su se iskustveno i u istraživanjima pokazale kao nekorisne ili štetne:

- prevazilaženje uobičajenih odnosa moći, gde je stručnjak onaj koji zna, a roditelj treba da sledi ono što mu se kaže, jer po pravilu greši (šta god da uradi ili ne uradi). Napuštanje ekspertske pozicije podrazumeva sposobnost da se uspostavi saradnički odnos i da se roditelj tretira kao kompetentni poznavalac i zastupnik sopstvenog deteta kome su potrebni podrška i informacije kako bi odgovorio na potrebe deteta;
- varijacija ekspertske prakse u kojoj se stručnjak ponaša kao univerzalni znalac kompetentan da o svemu dâ sud. Prepoznavanje, imenovanje i deljenje granica sopstvenih kompetencija, iskustava i odgovornosti doprinosi uspostavljanju dobrih saradničkih odnosa i vrednovanju podsticajnih, negujućih i pozitivnih praksi konkretnih roditelja;
- praksa neadekvatnih profesionalnih granica koje dozvoljavaju neprimeren uticaj ličnog, preuključenost profesionalaca, narušavanje privatnosti i ličnog prostora, deljenje saveta izvan sopstvene profesionalne uloge ili ponašanja na granici kršenja etičkog kodeksa (u pogledu dvostrukih uloga, poverljivosti, nepristrasnosti i sl.).

**4. PRIMENI**, jer stručnjaci treba da upotrebe širok spektar generičkih (opštih), konkretnih i i specijalističkih znanja i veština u pogledu:

- dečijeg razvoja i ponašanja,
- roditeljstva, faza, tema i dilema roditeljstva dece sa određenim karakteristikama, podržavajuće, negujuće i pozitivne roditeljske prakse te u pogledu veština i odgovarajućih tehnika,
- uspostavljanja saradničkog odnosa i održavanja profesionalnih granica,

- veština aktivnog slušanja i rešavanja problema,
- veština procene, planiranja i donošenja odluka u okviru profesionalne ekspertize (lečenja, učenja, negovanja, modifikacije ponašanja ili navika, terapije i sl.),
- zakonskih okvira, procedura i protokola koji usmeravaju rad stručnjaka.

**5. POTRAŽI**, jer stručnjaci treba da traže timsku i supervizorsku pomoć, konsultacije i podršku, i to rutinski i u situacijama neizvesnosti, unutar i van svoje ustanove. Briga o sebi i prevencija izgaranja (sagorevanja) predstavlja sastavni deo odgovornog profesionalnog ponašanja i nastupa.

## ***Veb sadržaji***

Snimak kompletnog predavanja Patricije Crittenden o načinima rada i planiranju tretmana sa roditeljima i porodicama u skladu sa njihovom zonom proksimalnog razvoja i na osnovu procenjenog nivoa porodičnog funkcionisanja:

Crittenden, P. M. Using the Dynamic-Maturational Model (DMM) of Attachment & Adaptation for Parents' Treatment Planning. [https://www.youtube.com/watch?v=7H\\_DSH68AZA](https://www.youtube.com/watch?v=7H_DSH68AZA) (ENG)

Zvanični Vodič za međuagencijsku saradnju službi za zaštitu dece na lokalnom nivou u Engleskoj (škole, policija, socijalne i zdravstvene službe i sl.), koji između ostalog reguliše i međuagencijsku saradnju sa neresponzivnim ili neprijateljski orijentisanim roditeljima:

Department of Education (2018). Working together to safeguard children: Statutory guidance on inter-agency working to safeguard and promote the welfare of children. [https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment\\_data/file/942454/Working\\_together\\_to\\_safeguard\\_children\\_inter\\_agency\\_guidance.pdf](https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/942454/Working_together_to_safeguard_children_inter_agency_guidance.pdf) (ENG)

Dodatne informacije sa uputstvima za profesionalce o uspostavljanju i održavanju efikasne komunikacije sa roditeljima:

Effective communication with parents and carers: for professionals. <https://raisingchildren.net.au/for-professionals/working-with-parents/communicating-with-parents/communication-with-parents> (ENG)

Dodatne informacije o pojavi, uticaju na decu i o načinima prepoznavanja i reagovanja stručnjaka u situacijama prividne saradljivosti roditelja:

Working with Families Who Display Disguised Compliance. Policy briefing No. 197. February, 2017. [https://greatermanchesterscb.proceduresonline.com/pdfs/policy\\_briefing\\_No-197.pdf](https://greatermanchesterscb.proceduresonline.com/pdfs/policy_briefing_No-197.pdf) (ENG)

Informacije o sindromu sagorevanja na radu (burn out): <https://www.psihoterapijaisiholoskosavetovanje.rs/sindrom-sagorevanja-na-radu-burn-out/> (SRB)  
<https://psihologbeograd.rs/oblasti/anksiozni-poremecaji/sta-je-sindrom-izgaranja-i-kako-ga-prepoznati/> (SRB)



## Još neke važne poruke roditeljima

Priđi, zagri dete da se smiri (do uzrasta 10–11 godina),  
tako ne smiruješ samo dete, smiruješ i sebe.

Primeni ono što već dobro znaš da radiš.

Vaspitanje je proces – snažno drvo sporo raste.

Nerealno je odmah očekivati promenu. Koliko godina, toliko reči.  
Trebaju vremena da deca nauče neke stvari, to zavisi od uzrasta. Potrebno  
je ponavljanje i strpljenje.

Kada nismo sigurni koju metodu primeniti, uvek najpre treba ući u  
perspektivu deteta, to je prvi korak ka pravom putu. Perspektiva deteta  
i principi podsticajne nege pomoći će nam da osmislimo  
pravi pristup u izazovnoj situaciji.

Roditeljstvo ne znači perfekciju, već progres. Roditelji u savremeno  
doba očekuju suviše od sebe, što (nesvesno ili svesno) prenose i na decu.

„Dajte mi dobro dete, pa ćete videti kakav sam ja roditelj.“  
Duško Radović

„Deca su naša druga šansa da uspostavimo  
sjajan odnos između roditelja i deteta.“  
Laura Schlessinger

„Deca često ne slušaju odrasle, ali nikada ne pogreše kada ih imitiraju.“  
James Baldwin

„Ne brinite što vas deca ne slušaju,  
zabrinite se što vas stalno posmatraju.“  
Robert Fulghum

Biti dobar roditelj ne znači nikada ne biti ljut, već biti roditelj koji  
izražava svoju ljutnju bez povređivanja detetove duše, uma i tela.

Roditelju treba podrška da se odrekne  
ideje o perfekcionizmu i samookrivljanja.

Kada su deca ljuta, prkosna, plačljiva, zahtevna ili pokazuju druge  
„probleme u ponašanju“, to nije uvek neprimereno traženje pažnje.  
To može da bude znak da dete svoju istinsku potrebu  
stavlja ispred bolnih posledica lošeg ponašanja.

Deca se ne rađaju sa lošim namerama da opterete, sekiraju i izazivaju  
roditelje, već sa potrebom za ljubavlju, povezanošću i pripadanjem.

„Jedna generacija puna roditelja koji su podsticajni i duboko privrženi  
promenila bi mozak sledeće generacije, a time i svet.“  
Charles Raison

„Disciplina pomaže detetu da reši problem.  
Ako kaznite dete, ono pati zato što ima problem.“  
L. R. Knost

„Deci je potrebna ljubav, posebno kada je ne zaslužuju.“  
Harold Hulbert



## **Još neke važne poruke profesionalcima**

**Svaki roditelj je važan**

**„Društvo koje vrednuje svoju decu, mora da neguje njihove roditelje.“**

**John Bowlby**

**Deca zavise od roditeljske ljubavi i brige i ni u kakvim okolnostima ne mogu da „zasluže“ batine, ćuške i šamare.**

**Deca ne napreduju samo na osnovu odnosa koje roditelji imaju prema njima, već i na osnovu odnosa koje roditelji imaju između sebe i odnosa roditelja prema sebi.**

**Roditelji mogu da budu, i često jesu, najbolji zastupnici i zaštitnici prava svoje dece, a uloga profesionalaca je da ih u tome podrže, pouče i ohrabre.**

**„Odustanite od ideje da imate ekskluzivno pravo na istinu i znanje.“**

**Paulo Freire**

**Profesionalci ne treba da čekaju da ih roditelj pita**

**Da bi komunikacija između stručnjaka i roditelja bila podsticajna za detetov razvoj, ona treba da bude pozitivna, svrsishodna, recipročna i dosledna.**

**Profesionalci su saradnici i partneri roditeljima kada rade zajedno sa njima na pronalaženju načina za unapređenje roditeljskih praksi. Brojni roditelji već primenjuju različite podsticajne i pozitivne roditeljske prakse sa svojom decom. Drugi uz odgovarajuća uputstva mogu da nađu načina da unaprede svoje roditeljstvo. Zadatak stručnjaka je da pomognu roditeljima da sami nauče kako da postignu svoje ciljeve.**

**„Roditelje treba posmatrati kao dobronamerne, a ponekad loše informisane i usmerene.“**

**Patricia Crittenden**

**„Najviše možemo naučiti od nezadovoljnog klijenta.“**

**Bil Gejts**

**Nastup profesionalaca treba da podstiče roditelje da traže pomoć kada im je potrebna, a ne da probleme doživljavaju kao pokazatelj roditeljskog neuspeha.**

CIP - Каталогизација у публикацији  
Народна библиотека Србије, Београд

37.018.1(035)  
376-056.24/.34-053.2(035)  
159.922.72-056.24/.34(035)

**BUDI ruka koja voli i reč koja sokoli** : priručnik za profesionalce koji rade sa roditeljima / [autorke Nevenka Žegarac

... [et al]]. - Beograd : Društvo za dečju i adolescentnu psihijatriju i srodne struke Srbije DEAPS, 2023 (Beograd : DMD).

- 223 str. : ilustr. ; 21 cm

Podaci o autorkama preuzeti iz kolofona. - "Publikacija je nastala u okviru zajedničkog projekta „Integrisani odgovor na nasilje

nad ženama i devojčicama u Srbiji III", koji sprovode UNICEF, UN Women, UNFPA i UNDP u partnerstvu sa Vladom Republike

Srbije, uz podršku Vlade Švedske."--> kolofon. - Tiraž 500. - Napomene i bibliografske reference uz tekst. - Bibliografija uz pojedina poglavlja.

ISBN 978-86-916687-7-8

1. Жегарац, Невенка, 1968- [аутор]  
а) Родитељство -- Приручници б) Деца са посебним потребама -- Родитељи -- Приручници в) Породично васпитање -- Приручници

COBISS.SR-ID 110498057



ISBN-978-86-916687-7-8



9 788691 668778