

PRIRUČNIK ZA NASTAVNIKE

KOJI REALIZUJU

PROGRAM OBRAZOVANJA

PRIPREMA ZA RODITELJSTVO

I PRVI KORACI



PRIRUČNIK ZA NASTAVNIKE

KOJI REALIZUJU

PROGRAM OBRAZOVANJA

PRIPREMA ZA RODITELJSTVO I

PRVI KORACI

Naziv:

PRIRUČNIK ZA NASTAVNIKE KOJI REALIZUJU PROGRAM OBRAZOVANJA *PRIPREMA ZA RODITELJSTVO I PRVI KORACI*

Priredili:

Anita Marić, diplomirani defektolog-logoped, Zavod za školstvo
Zorica Minić, diplomirani psiholog, Ispitni centar
Vanja Rakočević, profesor pedagogije, JU Gimnazija „Slobodan Škerović“
Darija Petović Bambur, psihoterapeut, NVO Udruženje „Roditelji“
Saša Klikovac, prof. južnoslovenskih književnosti, Radio televizija Crne Gore
Gordana Bošković, dipl. andragog, JU Centar za stručno obrazovanje
Ljiljana Garić, dipl. andragog, JU Centar za stručno obrazovanje

Koordinatori:

Ljiljana Garić, dipl. andragog, rukovodilac Odjeljenja za obrazovanje odraslih i cjeloživotno učenje, Centar za stručno obrazovanje

Gordana Bošković, dipl. andragog, Samostalni savjetnik I za obrazovanje odraslih, Centar za stručno obrazovanje

Izdavač:

JU CENTAR ZA STRUČNO OBRAZOVANJE

Novaka Miloševa, br. 18

Podgorica, Crna Gora

veb-adresa: www.cso.gov.me

e-mail: cso@gov.me

Za izdavača:

Duško Rajković

Lektura i korektura:

Nataša Brnović

Prevod:

Valentina Šaranović

Dizajn:

Radoje Vešović

Štampa:

IVPE

Tiraž:

500

Podrška Evropske komisije u izradi ovog priručnika ne predstavlja podršku sadržaju koji odražava samo stavove autora i Komisija ne može biti odgovorna za upotrebu sadržanih informacija.

Svi izrazi koji se u ovom priručniku koriste za fizička lica u muškom rodu, obuhvataju iste izraze u ženskom rodu.

Podgorica, oktobar 2021. godine

SADRŽAJ

Predgovor	4
O projektu „EPALE Nacionalni servis podrške za Crnu Goru (2019–2022)“	5

I POGLAVLJE

PORODICA I RODITELJSTVO	6
Kako definisati porodicu i objasniti njen razvoj?	6
Šta podrazumijeva roditeljstvo i kako da planiram porodicu?	14
Kako da se pripremim za roditeljstvo?	21
Šta to znači biti roditelj u svakodnevnom životu?	30

II POGLAVLJE

RODITELJSTVO U PRENATALNOM PERIODU	37
Šta da očekujem u periodu između začeća i rođenja?	37
Šta treba da znam o prenatalnom razvoju ploda (faze i rizici)?	40
Kako da se pripremi porodica za dolazak novog člana?	48

III POGLAVLJE

RODITELJSTVO U UZRASTU DJETETA OD 0 DO 2 GODINE	52
Šta je važno da znamo o razvoju tokom prve dvije godine života?	52
Značaj afektivne vezanosti za emocionalni razvoj djeteta	56
U čemu se ogleda značaj podrške?	58
Kako da razumijem osnovne karakteristike psiho-motornog razvoja i uspješno sprovedim ranu stimulaciju djeteta od 0 do 2 godine?	61

PRILOG 1

PRIMJERI RADIONICA – MODUL I – PORODICA I RODITELJSTVO	86
--	----

PRILOG 2

PRIMJERI RADIONICA – MODUL II – RODITELJSTVO U PRENATALNOM PERIODU	94
--	----

PRILOG 3

PRIMJERI RADIONICA – MODUL III – RODITELJSTVO U UZRASTU DJETETA OD 0 DO 2 GODINE- emocionalni razvoj	99
PRIMJERI RADIONICA – MODUL III – RODITELJSTVO U UZRASTU DJETETA OD 0 DO 2 GODINE- emocionalni razvoj	106

PRILOG 4

Program obrazovanja za razvoj digitalne ključne kompetencije – primjena digitalnih alata u online nastavi za odrasle polaznike	111
---	-----

PREDGOVOR

Porodica je sinonim za sigurno i podsticajno okruženje. Brojna istraživanja ukazuju na značaj zajedništva u porodici kao determinišućeg faktora za zdravo odrastanje djeteta, izgradnju povjerenja i jačanje samopouzdanja. Zato su podjednako važne obje roditeljske uloge.

U porodici se formiramo kao ličnosti i zadovoljavamo neke od svojih najbitnijih potreba koje samo u porodici i mogu da se zadovolje. Porodica je prirodna spona između pojedinca i društva i kao takva vrši više funkcija od bilo koje društvene grupe, pri čemu zadržava svoju vezu i opstaje i nakon zadovoljenja određenih potreba.

Ovaj priručnik je rađen kao svojevrsan vid podrške nastavnicima koji će realizovati program obrazovanja *Priprema za roditeljstvo i prvi koraci*, dajući im smjernice i preporuke kako podsticati jačanje roditeljskih kompetencija kod budućih polaznika. Priručnik sadržinski obuhvata tri razvojna perioda: prenatalni period, koji podrazumijeva planiranje roditeljstva i pripremu partnera za novu (roditeljsku) ulogu, natalni period (razvojne faze u trudnoći i odnosi među partnerima) i postnatalni period (rađanje djeteta i njegov razvoj do druge godine, uključujući partnersko roditeljstvo i izazove ove faze u životu porodice).

Priručnik je, prevashodno, namijenjen nastavnicima, međutim svojom strukturom i sadržinom poziva na širu upotrebu. Njegova osnovna namjena je da doprinese razvoju kompetencija roditelja koje se smatraju preduсловom kvalitetnog i uspješnog roditeljstva. Ideja je da se pomogne roditeljima u obavljanju njihove roditeljske uloge i da im se pruže važne informacije kojima će se nadomjestiti eventualni nedostatak znanja i vještina o roditeljstvu, zatim doprinijeti i razvoju kritičkog stava prema uticaju sredine i medija i pomoći u razumijevanju uticaja nasljeđa.

U aneksu priručnika predstavljen je i program obrazovanja ***Priprema za roditeljstvo i prvi koraci***, što izvođačima programa omogućava lakšu primjenu u praksi. Priručnik sadrži i primjere konkretnih radionica, koje nastavnicima mogu idejno koristiti ili uticati na podsticanje njihove kreativnosti i inovativnosti u praksi. Dokument tematski prati sadržaj programa obrazovanja i definisane ishode učenja.

Priručnik i program obrazovanja dio su aktivnosti koje se realizuju u okviru projekta „EPALE Nacionalna služba podrške za Crnu Goru“.

PROJEKAT „EPALE NACIONALNA SLUŽBA ZA PODRŠKU U CRNOJ GORI“

EPALE

Crna Gora

EPALE¹ je Elektronska platforma za učenje odraslih u Evropi. EPALE predstavlja višejezičku zajednicu profesionalaca koji se bave obrazovanjem i učenjem odraslih. Ulogu EPALE Nacionalne službe podrške u Crnoj Gori (NSS) ima Centar za stručno obrazovanje.

Od januara 2016. godine, NSS realizuje ovaj projekat u okviru Erasmus+ programa uz finansijsku podršku EU. Erasmus+ je program Evropske unije koji objedinjuje program cjeloživotnog učenja kroz programe: Erasmus, Leonardo da Vinči, Comenius i Grundtvig.

Erasmus + obezbjeđuje grantove za širok okvir aktivnosti u oblasti obrazovanja, obuke, mladih i sporta. Program daje podršku organizacijama da rade na transnacionalnim partnerstvima i razmjenjuju inovativne prakse u oblasti obrazovanja i obuke.

EPALE projekat u Crnoj Gori ima za opšte ciljeve:

- podizanje svijesti stejkholdera o značaju umrežavanja i korišćenja različitih resursa za učenje;
- promociju značaja obrazovanja odraslih na nacionalnom i međunarodnom nivou;
- motivisanje opšte i stručne javnosti za korišćenje elektronske platforme;
- promociju EPALE zajednice u Crnoj Gori;
- jačanje promocije obrazovanja odraslih, kako na nacionalnom, tako i na međunarodnom nivou.

EPALE zajednicu čini preko 100 000 nastavnika, instruktora, univerzitetskih profesora i drugih stručnjaka iz oblasti obrazovanja odraslih.

EPALE zajednicom upravlja Centralni servis podrške (CSS) koji koordinira rad 38 nacionalnih službi za podršku, iz ukupno 36 evropskih zemalja.

Uz podršku EPALE projekta, do sada je pripremljeno više tematskih publikacija i priručnika iz oblasti obrazovanja odraslih, a tokom 2021. godine projekat je podržao i izradu programa obrazovanja za razvoj roditeljskih kompetencija, „Priprema za roditeljstvo i prvi koraci“, njegovo pilotiranje u praksi kao i izradu ovog priručnika za nastavnike.

¹ <https://epale.ec.europa.eu/me>

PORODICA I RODITELJSTVO

KAKO DEFINISATI PORODICU I OBJASNITI NJEN RAZVOJ?

O porodici se može govoriti na mnogo načina i sa različitih stanovišta (pedagogije, psihologije, sociologije, prava, medicine i slično). Ipak, ovakvi pristupi su najčešće jednostrani i ne daju nam cjelovito objašnjenje ovog složenog društvenog fenomena. Upravo zato se, sve češće, u savremenoj naučnoj literaturi naglašava potreba interdisciplinarnog pristupa porodici.

U ovom priručniku ćemo se fokusirati na **pristup koji porodicu posmatra prvenstveno kao primarno okruženje za pojedinca**, u kojoj se pojedinac razvija i formira i, kao jednom od najznačajnijih faktora, koji oblikuje i usmjerava njegov razvoj tokom čitavog života. Pojedinac je jednako dijete, kao što je to i roditelj. Nadalje, ovaj pristup ukazuje da porodicu ne treba posmatrati kao zbir članova, već kao sistem u kom postoji stalna i trajna veza između svih njenih članova, sistem u kome svaki pojedinac djeluje jedan/na na drugog/u, a pritom i sam/ a biva izložen/na promjenama tokom cijelog života.

POJMOVNIK:

Jedna od najsveobuhvatnijih definicija koja na najbolji način objašnjava pojam PORODICA obuhvata sve njene karakteristike:

1. **Složene interakcije** tokom kojih se razvijaju modeli ponašanja članova;
2. **Izrazita osjećajna povezanost** članova i grupe u cjelini;
3. Jak **uticaj na razvoj** ličnog i grupnog **identiteta** i psihološkog integriteta osobe;
4. **Međusobni odnosi** koji su bogatiji, složeniji, intenzivniji nego u drugim tipovima grupe;
5. **Kontinuitet i trajnost veza** među članovima;
6. **Sticanje iskustava vaspitnog karaktera** koja su nužna za socijalnu integraciju, preuzimanje društvenih uloga i odgovornosti mladih članova;
7. **Podsticanje učenja**.

Prema: Mušanović i Rosić, 1997.

Ovo je nešto što porodicu čini jedinstvenom. U životu djeteta su, gotovo uvijek, najznačajnije odrasle osobe njegovi roditelji, biološki ili alternativni. Osnov za odnos roditelj-dijete je **PORODICA** sa svim svojim karakteristikama specifične društvene grupe. Naime, **unutar porodice se njeguju najznačajnije životne vrijednosti** koje su djetetu potrebne za uspostavljanje i održavanje odnosa, ali i obavljanje različitih uloga u svom životu. U porodici djeca stiču prva iskustva, formiraju stavove, razvijaju lične potencijale i interpersonalne odnose. Ovo su razlozi zašto je porodica važna za rast, razvoj i vaspitanje djeteta. S druge strane, rođenjem/usvojenjem djeteta i sami roditelji dobijaju jednu novu ulogu u životu o kojoj uče, kojoj se prilagođavaju i koja ih mijenja, te se s pravom može reći da i roditelji rastu.

KOJE SU OSNOVNE FUNKCIJE PORODICE?

Neke od **najvažnijih karakteristika porodice** su: ljubav, bliskost, razvoj, pripadanje, odgovornost između njenih članova, davanje doprinosa, zajednički život, ekonomska saradnja, brak, stvaranje potomstva... Porodica je grupa koja, pored svojih i društvenih potreba, zadovoljava i potrebe svih svojih članova. **Najznačajnije funkcije porodice**², koje možemo sresti u pedagoškoj literaturi, su sljedeće:

1. Reproductivna funkcija porodice

Ovo je stalna funkcija porodice koja će postojati dok god postoji porodica kao institucija. Funkcija objedinjuje nekoliko potreba supružnika: reproduktivnu, seksualnu i emotivnu. Naime, pored potrebe za potomstvom, odnosno reproduktivne funkcije, ova funkcija se odnosi i na zadovoljenje polnog nagona, ali je sadržina tog odnosa mnogo punija i sadržajnija jer ljubav partnera predstavlja podlogu njihove polne intimnosti. Brak se zaključuje iz ljubavi, a ako prestane ljubav i porodica prestaje da postoji. Makar u svom izvornom obliku. Dijete nije „samo“ sredstvo za produženje porodice i očuvanje imovine, već centar svih dešavanja u porodici. Zato je opravdana maksima da je djetetu potrebna porodica, a ne dijete porodici³.

2. Vaspitna funkcija porodice

Ova funkcija je neizostavna i nenadoknadiva i pored velikog broja ustanova i organizacija koje se bave vaspitanjem i obrazovanjem djece van okvira porodice, kako sada, a tako će biti i u budućnosti. Vaspitne obaveze porodice (roditelja/staratelja) prema djetetu su u najranijem uzrastu fokusirane na ishranu i njegu, pružanje zdravstvene zaštite, a zatim se fokus širi na pripremu za uspješno uključivanje u socijalnu sredinu, postavljanje temelja za formiranje ličnosti, stvaranje higijenskih i radnih navika, fizičku aktivnost i sticanje novih saznanja.

Vaspitna funkcija porodice spada u red najznačajnijih, ako ih uopšte možemo rangirati po značaju, jer najsnažniji uticaj na formiranje ličnosti ima porodica. Ona djeluje upravo onda kada se na dijete najviše može uticati, pa zato, u šali, za djecu u najranijem uzrastu kažemo da „upijaju kao sunderi“. Iako, naravno, kompletna porodična atmosfera utiče na cjelokupan razvoj djeteta, posebno je važan emocionalni odnos majke od koje dijete uči u najranijem uzrastu. Zbog izuzetnog značaja ove funkcije, o ovoj temi će biti riječi i u nastavku priručnika.

„Ako roditelj i vaspitač vole život i ljude i dijete će voleti svijet oko sebe, jer ljubav rađa novu ljubav. Dakle, roditelj i vaspitač su model djetetu svakog minuta u svakom danu“.

Vukomanović i saradnici, 1984.

3. Funkcija porodice u organizaciji slobodnog vremena (zabavno-rekreativna funkcija)

Značaj ove funkcije takođe je veliki jer provođenje zajedničkog slobodnog vremena roditelja/staratelja, djece i ostalih članova porodice doprinosi njihovom međusobnom upoznavanju, zbližavanju, jačanju emocionalnih veza, sticanju povjerenja... Sve ovo vodi ka poboljšanju porodičnih odnosa, usklađivanju vaspitnih postupaka roditelja/staratelja, ali i razvoju adekvatne komunikacije s djetetom. Ova funkcija ostvaruje se preko zajedničkih aktivnosti poput: šetnji, ljetovanja, posjeta pozorištu, gledanja TV emisija. Iako na prvi pogled ova funkcija može izgledati manje značajna, posebno jer mnogi shvataju slobodno vrijeme kao vrijeme bez ikakve fizičke i psihičke aktivnosti ili kao dodatno vrijeme za zaradu, vrijeme bez zajedničkog porodičnog života, ni u jednom uzrastu djeteta, nije dobro za njegovo odrastanje i vaspitanje.

4. Ekonomska funkcija porodice

Iako se umnogome promijenila do sada, ova funkcija se odnosi na obezbjeđivanje sredstava za izdržavanje porodice. Kako savremena porodica nije zajednica proizvođača, već potrošačka zajednica, važno je učiti dijete od najranijeg uzrasta da je kupovna moć ljudi ograničena. Druga strana porodične ekonomske funkcije podrazumijeva da svi članovi imaju svakodnevne kućne obaveze, a obaveze djeteta će zavisiti od njegovog uzrasta.

2 V. Minić, T. Kompirović (2014): Funkcije i problemi savremene porodice u vaspitanju dece ranog uzrasta, Zbornik radova Učiteljskog fakulteta, 8, str. 27–40.

3 Vukoje J. (2012): Osnovne funkcije savremene porodice, Naučno-stručni časopis SVAROG br. 4, str. 137–144.

KO SVE ČINI PORODICU?

POJMOVNIK:

PORODICA je bilo koja grupa osoba povezana brakom, srodstvom (krvnom vezom), usvojenjem ili seksualnom vezom u kojoj su ljudi povezani jedni sa drugima u intimnom odnosu. Članovi porodice vide svoj identitet kao značajno povezan sa grupom koja posjeduje sopstveni identitet.

Prema: Seibt, 1996.

Kada čujemo riječ porodica, obično su nam prve asocijacije na sliku porodice koju čine roditelji i djeca. Ipak, u posljednjih nekoliko decenija odigrale su se značajne promjene, te pojam porodica više nije samo sinonim za tradicionalnu nuklearnu porodicu. Danas fenomen savremene porodice prepoznaje i uključuje **netradicionalne porodice**:

- porodice sa jednim roditeljem (samohrani ili razvedeni roditelji i/ili dijete, odnosno djeca),
- rekonstruisane porodice (porodica kombinovana sa djecom iz različitih brakova (polubraća, polusestre, maćeha, očuh),
- porodice sa istopolnim roditeljskim figurama (porodice sa djecom iz prethodnih brakova, usvojenom ili dobijenom na neki drugi način),
- porodice sa jednim ili oba nebiološka roditelja (hraniteljske i usvojiteljske porodice),
- bračna zajednica bez djece kao porodica.

Svaka od ovih porodica, odnosno porodičnih modaliteta, uključujući i tradicionalnu porodicu, posjeduje specifične potrebe i susreće se sa specifičnim izazovima na koje ne mogu uvijek odgovoriti sami.

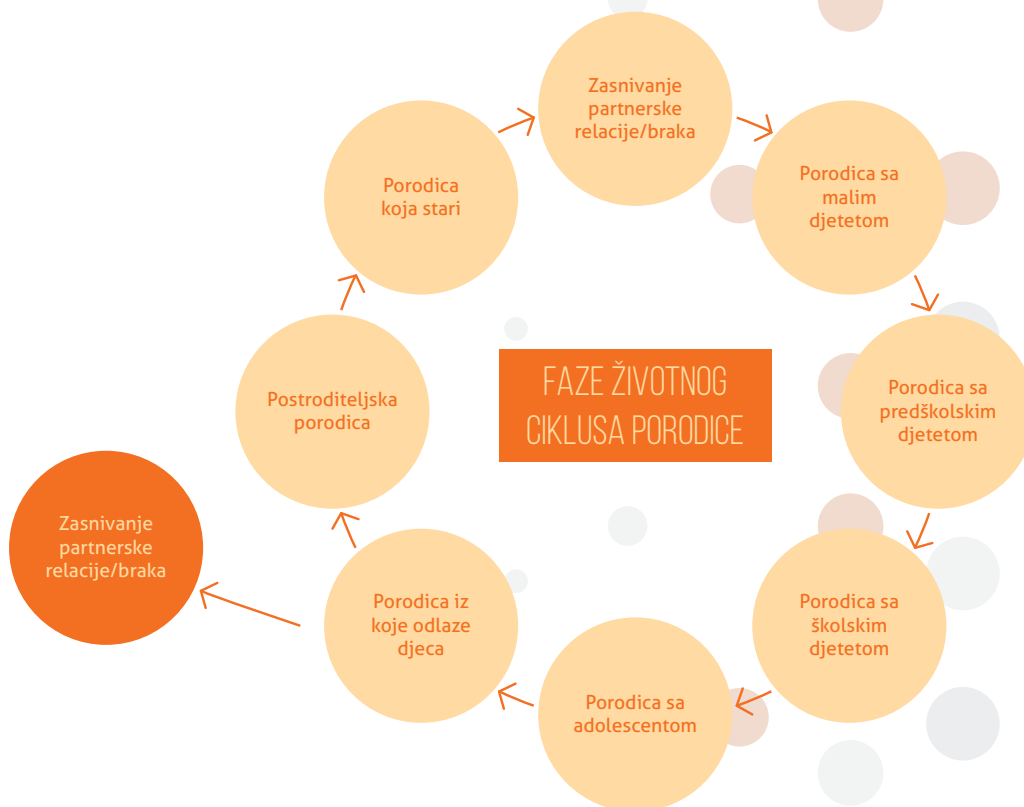
KAKO SE PORODICA RAZVIJA I RASTE?



Porodica je prva društvena grupa kojoj pojedinac pripada, a iz koje u jednom trenutku izlazi da bi formirao novu porodicu. Život porodice se tokom vremena odvija kroz specifične faze razvoja, kroz koje porodica prolazi, odnosno „raste“, a nazvani su **životni ciklus porodice**. Svaka od ovih faza „rasta i razvoja“ porodice ima svoje **predvidive i očekivane zadatke i izazove** koji se dešavaju upravo onda kada se mijenja broj članova porodice (rođenje djeteta, smrt, zasnivanje bračne/partnerske zajednice, razvod). Ti zadaci i izazovi se mogu nazvati i **razvojne krize**, ali je važno znati da su oni očekivani i zaista ih treba posmatrati kao izazove koji nam se u životu nameću kako bi porodica prešla u novu fazu.

Ono što je važeće za sve ove faze jeste to da svaka od njih testira funkcionalnost porodice: po završetku svake životne faze dešava se izvjesna promjena u porodičnom životu (destabilizacija), a da bi porodica prešla u narednu fazu, mora da se mijenja i prilagođava u odnosu na njene potrebe, potrebe svakog člana posebno, ali i potrebe okoline. Mijenjaju se uloge, odnosi, pravila, preispituju granice i uvjerenja. Porodica raste, definišu se novi prioriteti, stvaraju novi obrasci ponašanja, vrši rebalans snaga zajedništva i individualnosti, a sve u cilju postizanja ponovne stabilnosti porodice. Prevazilaženjem izazova postiže se ravnoteža i prelazi se na novi, viši, nivo funkcionisanja. Kada porodica zna u kom se životnom ciklusu nalazi, to joj nudi mogućnost da se svjesno uhvati u koštac s problemima koji se javljaju, adekvatnije i lakše prevaziđe izazove i krize, a samim tim i da kvalitetnije živi.

Porodica prolazi kroz osam razvojnih životnih ciklusa porodice⁴. Ovakva podjela je ipak više teorijska i uopštena, jer u savremenom društvu postoje brojni faktori koji mogu da poremete uobičajen, normalan, tok porodičnog životnog ciklusa.



Shema: Faze životnog ciklusa porodice

Opis faza životnog ciklusa porodice

1. Zasnivanje partnerske relacije/braka ili početna porodica je faza koja obuhvata vremenski period od početka zajedničkog života partnera do rođenja prvog djeteta. Ono što karakteriše ovu fazu jeste učenje partnera da žive u zajedništvu: izgrađuju stil komunikacije, dogovaraju organizaciju i podjelu obaveza, odgovornosti, uloga, preispituju i prepoznaju potrebe i definišu granice privatnosti. Pored toga, partneri postavljaju granice u odnosu na porodice porijekla, okoline (prijatelji). Ukoliko partneri ne uspiju da se prilagode na zajedništvo, najčešće dolazi do krize koja dalje vodi u razilaženje i razvod ili rođenje djeteta, što stvara privid rješenja i prenosi probleme u narednu fazu.

2. Porodica sa malim djetetom obuhvata trudnoću, rađanje prvog djeteta i period do njegovog predškolskog uzrasta (3-5 godina). Roditelji dobijaju novu ulogu, ulogu roditelja, i od partnera se očekuje da istovremeno zadovoljavaju zahtjeve roditeljstva i njihove partnerske relacije, ali bez miješanja ove dvije uloge i uz redefinisane granice naspram porodice porijekla koje su, takođe, dobile nove uloge (babe, djeda). Tokom ove faze je važno da partneri podijele zaduženja vezana za podizanje i vaspitanje djeteta, zaduženja vezana za domaćinstvo, ali i da izbalansiraju profesionalne potrebe, kao i potrebe za privatnošću, odmorom i provodom. Upravo zato je ovo jedna od najzahtjevnijih faza jer su partneri u riziku od velikog stresa, a ukoliko nijesu ispunjeni zahtjevi iz prethodne faze, može doći do razilaženja i razvoda. S druge strane, roditeljstvo pruža priliku i za osnaživanje i ličnih i partnerkih resursa, što vodi kvalitetnijim odnosima unutar porodice.

3. Porodica sa predškolskim djetetom traje do polaska djeteta u školu. Partneri se učvršćuju u svojoj ulozi roditelja odgovarajući na sve vaspitne potrebe djeteta i na njegovu socijalizaciju. Na sebe preuzimaju odgovornost modela za identifikaciju, kako kao zasebne ličnosti, tako i svojim međusobnim odnosom. Ova faza može da aktivira eventualne neriješene slične probleme kod roditelja i da uzrokuje probleme vezane za roditeljstvo, ali i aktivira bračne probleme koji nijesu rješavani u prethodnom periodu.

4. Porodica sa školskim djetetom započinje djetetovim polaskom u školu i traje do ulaska u pubertet. Ovo je veoma važna faza i potencijalna krizna tačka jer u porodicu ulazi školski sistem. Tada roditelji preispituju svoj vaspitni uticaj i udio u izgradnji djetetove ličnosti. Očekuje se prilagođavanje na zahtjeve spoljašnje sredine i sposobnost adaptacije i djeteta i roditelja na nove uslove. Roditelji u ovoj fazi imaju više vremena da se posvete svojim profesionalnim aktivnostima. Poteškoće koje se mogu javiti u vezi školovanja djeteta (problemi u učenju, sticanju radnih navika i slično) mogu biti i maska neriješenih partnerskih i roditeljskih konflikta iz prethodnih faza.

5. Porodica sa adolescentom je faza od djetetovog ulaska u pubertet i traje do njegovog izlaska iz porodice. Kao što je i sam pubertet buran, takva je i ova faza: porodica ulazi u novi proces reorganizacije u odnosu na hijerarhiju, raspodjelu moći i uloga. Adolescenti unose novine u porodicu (nove prijatelje, muziku, stavove...), izazivaju njene vrijednosti, traže promjenu, ali i podršku i sigurnost. Potreba za što propustljivijim granicama naspram spoljašnjeg svijeta polako dovodi do toga da su roditelji sve manje autoriteti. Bez obzira na njihovo „sticanje“ nezavisnosti i samostalnosti i pomjeranju granica, veoma je bitno zadržati granice i strukture da bi se omogućio kontinuiran razvoj porodice. Uz sve ovo, nerijetko se roditeljima u ovoj fazi dešavaju krize srednjeg doba koje mogu da rezultiraju preuređenjem odnosa u braku, ali i razvodom.

6. Porodica iz koje odlaze djeca je normalan proces i ovu fazu životnog ciklusa karakteriše odlazak najstarijeg djeteta iz roditeljskog doma, a najmlađe se sprema da ga napusti. U ovoj fazi se svi članovi porodice suočavaju sa odvajanjem, što je izvor stresa za sve porodice, pa i one koje su lako prelazile iz faze u fazu. Postupanje sa djecom kao sa odraslim osobama preduslov je kvalitetnog odnosa i zaista je važno jer način na koji djeca odlaze iz porodice nije bitan samo za odnos sa roditeljima, već i za njihovo osamostaljivanje i sposobnost za budući nezavisni život. U nekim porodicama ova faza se doživljava kao period uživanja u kojem roditeljski par može da se posveti sebi i svojim hobijima, ali kod nekih partnera može stvoriti osjećanje praznine i gubitka ili dovesti do depresije partnera.

7. Postroditeljska porodica

Sindrom „praznog gnijezda“ je faza u kojoj su sva djeca napustila roditeljski dom i u kojoj su partneri, kao na početku, okrenuti jedno drugom. Očekuje ih izazovan period u kome moraju reorganizovati zajednički život, ponovo se prilagođavati i preispitivati bliskost. U slučaju kada su zadaci iz prethodnih životnih ciklusa zadovoljeni i riješeni, ova faza može biti izvor zadovoljstva i mogućnosti, ali u slučaju da nijesu, može dovesti do sukoba među partnerima, udaljavanja, razilaženja. Ono što može otežati situaciju jeste to da se u ovom stadijumu izgubi partner ili kada se partneri ne mogu ostvariti u ulozi babe i djeda.

8. Porodica koja stari (ostarjela porodica)

Ovo je period kada dolazi do smanjenja ekonomskih prihoda, opadanja funkcionalnih sposobnosti zbog starosti i pojava bolesti. Ova faza nosi neminovnosti kao što su: odlazak u penziju, ekonomsko pitanje egzistencije, bolest, smrt jednog partnera, a sve navedeno utiče i na izgradnju drugačijeg odnosa s djecom i obostranom potrebom za adaptacijom na ovakve okolnosti. Kvalitet ovih odnosa zavisi od prethodnih, pa tako može doći do distanciranja, teškoća, sukoba ili do bliskih odnosa sa djecom i unucima i ispunjenošću ovim ulogama.

Pored navedenih, neki autori navode kao faze životnog ciklusa porodice još i fazu „Mlade nezavisne osobe“ i „Razvod“.

ŠTA MOŽE UTICATI NA (DIS)FUNKCIONALNOST PORODICE?

Porodica predstavlja sigurno utočište unutar kojeg pojedinac proživljava sve bitne etape svoga života, lijepe i manje lijepe, a koje vrlo rado dijeli s članovima porodice. Upravo zato su roditelji/staratelji, odnosno porodica i njihova podrška često ključni za preživljavanje pojedinca tokom velikih životnih kriza. S druge strane, porodica može da bude izvor najvećeg stresa i može da doprinese i da se pojedinac razvija u veoma nepovoljnim i otežavajućim okolnostima koje su u suprotnosti sa njegovim potrebama.

„Porodica nesumnjivo simbolizuje najdublje čovjekove snove (snove o bezuslovnoj ljubavi, sigurnosti, zaštićenosti, stabilnosti, intimnosti, progresu i uspješnom napretku), ali i različite strahove (strahove od neuspjeha, napuštanja, bolesti, mogućih gubitaka)“.

Segal, 1983.

Funkcionalna porodica nije samo ona porodica koja ispunjava ekonomske, vaspitne, socijalne ili reproduktivne funkcije, već ona porodica koja pokazuje tendencije rasta i razvoja, a posebno kroz teške periode koji su puni izazova i kriza⁵.

Kako smo mnogo puta čuli čuveni citat Tolstoja da su sve srećne porodice iste, a nesrećne različite na svoj način, postoji nekoliko **zajedničkih karakteristika⁶ funkcionalnih, zdravih porodica**: njeni članovi su povezani u jednu zajednicu koju karakteriše uzajamni odnos (zajedništvo), međusobno brinu jedni o drugima i pružaju podršku, poštuju individualne razlike i autonomiju jedni drugih, lojalni su porodici, članovi njeguju jedni druge, vode računa o socijalizaciji djece i brinu o ostalim ranjivim članovima, organizacija života i obaveza je stabilna, ali i fleksibilna po potrebi (u odnosu na unutrašnje i spoljašnje zahtjeve za promjenom), a stresne situacije se efikasno prevladavaju.

„Sve srećne porodice liče jedna na drugu, svaka nesrećna porodica nesrećna je na svoj način“.

L. N. Tolstoj

Nažalost, savremena porodica je sve više u krizi i izložena brojnim izazovima koji najčešće i budu uzrok problema i (ne)funkcionisanja u porodičnom životu. Različite situacije, bilo pozitivne ili negativne, kao i društveno-ekonomska i politička situacija, itekako mogu da donesu značajne promjene u funkcionisanju porodice i da stvaraju njenu nestabilnost. **Neki od najčešćih problema⁷** savremene porodice odnose se na siromaštvo i socijalnu isključenost, nasilje u porodici, porodičnu tjeskobu i pokušaj bjekstva iz porodice.

Usljed **siromaštva**, porodica se suočava sa brojnim teškoćama. Kao prvo, porodice nijesu u stanju da budu sigurno utočište, da zadovolje potrebe svih svojih članova, a posebno djece. Ovdje se, prije svega, misli na dostupnost kvalitetnom obrazovanju, pravilnu socijalizaciju, ali i onim što dolazi kao posljedica egzistencijalnih problema: spremnost na kompromis i saradnju, tolerantnost, prijateljstvo. Drugo, siromaštvo utiče na porodice na način da njeni članovi ne mogu na vrijeme da zasnuju nove porodice i da obavljaju pretpostavljene i očekivane uloge u životu. Dodatno, imamo uzajamnu vezu siromaštva koja doprinosi **socijalnom isključivanju**, te su ove porodice na marginama društva i onemogućene da potpuno učestvuju u društvu, a socijalno su isključene upravo zbog siromaštva i svih posljedica koje im je ono donijelo (nedovoljnog obrazovanja, životnih vještina ili kao posljedica diskriminacije). Uz sve to, siromašne porodice su obično brojne i nalaze se u nerazvijenim područjima, a gotovo uvijek najveću štetu trpe baš djeca.

⁵ Iako se termin „funkcionalni“ obično odnosi za nešto što je u stanju da ispunjava svoju svrhu, ne možemo napraviti analogiju i doći do definisanja funkcionalne porodice na takav način. Prema Goldner-Vukov (1988) funkcionalna porodica je zajednica u kojoj postoji osjećaj pripadnosti i solidarnosti. Takođe, jasna porodična pravila, neporemećene generacijske granice i stil koji podstiče udruživanje, dozvoljavaju da članovi porodice imaju svoju individualnost i sposobnost da odrede bliskost i distancu, da mogu podnijeti neslaganje i nesigurnost, slobodno i spontano komuniciraju i prihvataju razlike. U zdravoj, funkcionalnoj, porodici postoje propustljive granice, a njeni članovi imaju slobodu izbora povremenih uloga, koje nijesu rigidno definisane polnom pripadnošću.

⁶ Deca sa smetnjama u razvoju, Potrebe i podrška (2011), Marija Mitić (ur.), Republički zavod za socijalnu zaštitu, Beograd.

⁷ V. Minić, T. Kompirović (2014): Funkcije i problemi savremene porodice u vaspitanju dece ranog uzrasta, Zbornik radova Učiteljskog fakulteta, 8, str. 27–40.

Nasilje u porodici je najčešći, ali i najskrivljeniji vid nasilja koji postoji u svim vremenima i kulturama. Vjekovima se smatralo da je nasilje prema članovima porodice porodična, privatna stvar, pa su time njegove razmjere bile nevidljive. Razvojem svijesti o ljudskim pravima, te pravima djece, žena i starijih u porodici, u posljednje četiri decenije srušeni su brojni stereotipi o idealnoj porodici, kao što su, na primjer, uvjerenje o djetinjstvu kao najsrećnijem razdoblju života, o počiniteljima zlostavljanja žena i djece kao osobama koje su psihički nestabilne, o dostojanstvenoj starosti u krugu najbližih...

Nasilje nad djecom u porodici predstavlja istorijsku pojavu i globalni problem jer je postojalo i, nažalost, još uvijek postoji u svakoj zemlji na svijetu, u svim kulturama i klasama, bez obzira na porijeklo, stepen obrazovanja i/ili visinu prihoda roditelja. Kroz istoriju se bilježe različite forme iskorišćavanja i zlostavljanja djece, kako od blažih, fizičkih kazni, tako i do onih najsurovijih, koje za posledicu imaju djetetovu smrt. Postoje brojni tragovi koji potvrđuju pojave čedomorstva, napuštanja djece, teškog fizičkog zlostavljanja, dječje prostitucije i surove eksploatacije dječjeg rada (Žegarac, 2004). Ipak, iako su dobro poznati slučajevi zlostavljanja djece, u društvenoj svijesti i zakonskoj regulativi ovaj problem dugo se zaobilazio. Tradicionalno, djeca su posmatrana kao vlasništvo svojih roditelja. U tom smislu, nasilje nad djecom smatra se društveno prihvatljivim, bilo da se posmatra kao dio „tradicije“ ili se sprovodi prikriveno, u vidu „disciplinovanja“ djece. Ova tradicija rezultirala je time da je društvo sporo definisalo zlostavljanje djece i još sporije reagovalo na slučajeve zlostavljanja – negiralo se i postojanje problema i njegova učestalost, kao i vidovi zlostavljanja kojem su djeca bila izložena.

U stručnoj i opštoj javnosti još uvijek se nasilje u porodici posmatra kao „konflikt među partnerima“, a često se zanemaruje činjenica da su djeca u tim situacijama uvijek žrtve, bez obzira da li su svjedoci nasilja ili njegove direktne žrtve. Porodica, u odnosu na vaspitnu funkciju, ima najveći potencijal za zaštitu djece od svih vidova nasilja. Ako se djeci desi nešto loše u spoljašnjem svijetu, porodica treba da pruži pomoć i podršku. Takođe, porodica može osnažiti i naučiti djecu da se sama štite. Osnovna je pretpostavka Konvencije o pravima djeteta (1989) da je porodica prirodna sredina za rast i blagostanje svih njenih članova, posebno djece. Međutim, porodica, primarna društvena grupa koja djetetu treba da pruža neophodnu ljubav, sigurnost i osjećaj da je u njoj najzaštićenije, ujedno može biti i izvor njegove najintenzivnije ugroženosti. **Djeca koja žive u situaciji porodičnog nasilja** pate tiho i bez imalo podrške, žive u stalnom strahu i izložena su povećanom riziku: svjedoci su traumatičnih dešavanja, zanemarivana su, direktno zlostavljana, u riziku su da izgube jednog ili oba roditelja. Svi ovi rizici ostavljaju negativne posljedice na djecu i utiču na njihovo blagostanje, sigurnost i stabilnost⁸. Jedan od najvažnijih razvojnih zadataka u djetinjstvu je sticanje osnovnog povjerenja kroz povezanost u okviru porodice. Ukoliko odnosi sa roditeljima nijesu zadovoljavajući, gubi se vjera u sve ljude i dijete može postati nesposobno da voli, saosjeća i gradi emotivne veze u budućnosti. Na individualnom planu, nasilje može umanjiti potencijal za lični razvoj i dostignuće u životu, dok, na širem nivou, predstavlja finansijski trošak za porodicu i društvo u cjelini.

Još jedan izraženi problem vezuje se za **porodičnu tjeskobu i osjećaj bjekstva** koje se ogleda u tome da je porodica sve manje privlačno mjesto za život i sve manje poželjno utočište za njene članove. Razlozi najčešće leže u različitim željama, potrebama i očekivanjima od članova porodice, ali i porodice uopšte. Ovaj problem je posebno izražen od strane odraslih članova koji često osjećaju nedostatak slobode, usamljenost, manjak pažnje, odsustvo podrške, te se odlučuju da napuste porodicu i žive sami ili sa djetetom (djecom). S druge strane, uz gore navedene razloge i nedostatak adekvatne komunikacije i različitih shvatanja prava na individualnost i slobodu, djeca postaju frustrirana, pribjegavaju nasilju među vršnjacima, bježe u usamljenost, ravnodušnost, depresiju, traže utočište u drugim grupama ili su skloni obožavanju idola koji često mogu biti neadekvatni i krajnje štetni.

⁸ Zeković, B. i Rakočević, V. (2015): Priručnik za zaposlene u vaspitno-obrazovnim ustanovama o postupanju, prevenciji i zaštiti djece i mladih od nasilja u porodici, SOS telefon za žene i djecu žrtve nasilja Podgorica, Ministarstvo za ljudska i manjinska prava, Podgorica.

Današnji tempo života i finansijske potrebe za dodatnim poslovima, ali i fokusiranost roditelja ka jednom cilju (npr. ličnom napredovanju u karijeri) sve više vode ka još jednom problemu: **otuđenosti porodice**. Sve je manje vremena za svakodnevno zajedničko, porodično, provođenje slobodnog vremena, a pored nedostatka vremena, sve češće nedostaje i strpljenja.

Uz ove izazove i probleme savremenih porodica, nijesu rijetke i **porodice sa poremećenim odnosima** u kojima su najčešći problemi: alkoholizam, zapostavljanje djece, maloljetnička delinkvencija, bolesti zavisnosti, porodični stres, roditeljska nespremnost za podizanje djece sa teškoćama u razvoju, poremećaji djetinjstva, poremećaji mladosti, poremećaji majčinstva i poremećaji očinstva.

Uprkos prepoznatim problemima, prepoznata je i **rezilijentnost porodice** da se bori sa porodičnom krizom koja nije bez posljedica. Iako roditeljsko iskustvo može biti jedno od najradosnijih životnih iskustava, postoje situacije kada su zahtjevi i teškoće toliko veliki da izazivaju svakodnevni životni stres, a briga za pravilan dječji razvoj može biti toliko velika da predstavlja mogućnost da izazove osjećanje ljutnje i uznemirenosti roditelja. Ove tenzije su normalan, neizbježan dio porodičnog života, a roditelji treba da nauče kako da se ne osjećaju preplavljeni njima.

Reakcije porodice na spoljne pritiske i probleme određene su načinom kako porodica „iznutra“ funkcioniše. Porodica može, kao cjelina, da reaguje tako što će negirati problem, ili da mobilise sve svoje snage i usmjeri ih u njegovo rješavanje. Najvažnije je da smo svjesni da zdravu, funkcionalnu porodicu, ne čini porodica bez problema, već **porodica koja zna i može da se suoči s problemom**. Ovo je njena **snaga na kojoj počiva rast i razvoj porodice** koja se suočava, jednako sa očekivanim i neočekivanim, kriznim i stresnim životnim situacijama. Uz gore navedene zajedničke karakteristike zdravih, funkcionalnih, porodica koje možemo posmatrati i kao snage i kao vrijednosti porodičnog života, otvorena komunikacija doprinosi efikasnom rješavanju problema i različitih životnih situacija.

„Porodicama širom svijeta zajedničko je da su to mjesta gdje ljudi uče KO su i KAKO takvi da postanu“.

Žan Ilsi Klark

Naravno, da bi porodica mogla adekvatno da funkcioniše, važno je da, i pored resursa za osnovnu ekonomsku sigurnost, ima podršku šire porodice i prijatelja, kao i zajednice i institucija.

Generalna skupština Ujedinjenih nacija je 1993. godine proglasila datum 15. jun kao Međunarodni dan porodice, čime je istakla značaj porodice kao osnovne društvene zajednice. Prema njenim preporukama, porodica zahtijeva posebnu pažnju, zahtijeva pomoć i zaštitu kako bi mogla ispuniti svoje odgovornosti, posebno u situaciji kada je pogođena siromaštvom, invalidnošću njenih članova, nasiljem ili sličnim uticajima i okolnostima. Porodica zahtijeva dodatnu podršku za unapređivanje uslova života, posebno djece, cijeneći njihov najbolji interes, za ublažavanje posljedica siromaštva, socijalne isključenosti i poremećenih porodičnih odnosa. Ovakav stav je posljedica činjenice da porodicu shvatamo kao socijalnu grupu ili subsistem jednog šireg socijalnog sistema koji predstavlja državu, zajednicu i naciju.

ŠTA PODRAZUMIJEVA RODITELJSTVO I KAKO DA PLANIRAM PORODICU?

Iako se pojam „roditeljstvo“ različito definiše, u osnovi je u pitanju jedna od najvažnijih uloga koja obuhvata niz aktivnosti, a čiji je glavni i osnovni zadatak briga o djeci.

Roditeljstvo je najljepša, najodgovornija i najsvjetlija dužnost čovjeka, jer odgajajući dijete roditelj odgaja „oca čovječanstva“.

Roditeljstvo se uči, te stoga kroz proces edukacije i kroz životno iskustvo roditelji grade svoj identitet i roditeljski stil. Mnogo prije začeća, tačnije u momentu kada poželimo da postanemo roditelji i kada tu svoju želju osvijestimo, počinjemo graditi svoj roditeljski identitet.

Prvi naš korak ka uspješnom roditeljstvu je **planiranje porodice**.

„Djeca se vaspitavaju onim što roditelj jeste, a ne onim što govori“.

Karl Gustav Jung

ZAŠTO JE VAŽNO PLANIRANJE RODITELJSTVA?

POJMOVNIK:

Planiranje porodice podrazumijeva zajedničku odluku partnera o: veličini porodice, rađanju djece, vremenskom intervalu/razmaku između porođaja i, eventualno, novog začeća, definisanja najpovoljnije životne dobi oba ili jednog partnera za roditeljstvo, načina kontrole i čuvanja ploda, sprečavanja prenošenja genetskih bolesti na potomstvo i slično.

Stevanović (2000) kaže da se planiranje porodice vrši u svim kulturnim zemljama, te da stihijsko i neplanirano rađanje djece može predstavljati veliku poteškoću za porodicu i društvenu zajednicu.

Trudnoća je stanje kroz koje u punom smislu te riječi ne prolazi samo žena, koja se noseći dijete u sebi priprema za majčinstvo, već kroz uzajamni partnerski odnos i brigu o ženi i budućem potomstvu, muškarac stiče iskustvo tokom kojeg se priprema za ulogu oca.

Rođenjem djeteta partneri dobijaju novu životnu ulogu, postaju roditelji. Rođenjem djeteta dešava se još jedan čin rođenja, a to je *rođenje roditelja!* Istraživanja pokazuju da, uglavnom, svi ljudi žele da imaju potomstvo. Većina tu svoju želju i ostvaruje sa izuzetkom onih koji imaju problem sa sterilitetom i onih koji sa namjerom ne žele da postanu roditelji.

Planiranje porodice predstavlja zrelost međuljudskih odnosa za slobodno i odgovorno odlučivanje svakog pojedinca i svakog bračnog partnera prilikom planiranja potomstva. Planiranje porodice odraz je želje da se iz bračnog, odnosno partnerskog odnosa preraste u porodicu.

Planiranje porodice sa psihološkog i zdravstvenog aspekta predstavlja značajno širi pojam od samog sprečavanja trudnoće ili prekida neželjene trudnoće. Da bi roditelji pokazali odgovornost u procesu planiranja porodice koja će rezultirati, u najvećem stepenu, zdravim potomstvom, veoma važan faktor planiranja porodice je poštovanje „biološkog sata“ roditelja.

9 Priručnik „Azбуka roditeljstva“, Udruženje građana „Snaga prijateljstva“, Amity, Beograd.

ZANIMLJIVA ISTORIJA PLANIRANJA PORODICE

Stari Grci i Rimljani planirali su svoje potomstvo tako što su primjenjivali prekid trudnoće i koristili razna jednostavna kontraceptivna sredstva.

U srednjem vijeku skoro da se nije govorilo i pisalo o kontracepciji, a u narodu se o tome govorilo tajno (iskustva su se uglavnom prenosila usmenim predanjem).

U 19. vijeku, zbog velikih društvenih promjena, pojavila se "masovna želja" da se ograniči rađanje djece. Kako u to vrijeme nije bilo raspoloživih zaštitnih sredstava, ženama je preostajao samo prekid trudnoće. Posljedice su bile veoma teške, jer su "intervenciju" obavljale osobe bez potrebne stručne spreme. Mnoge žene su kasnije bile nesposobne da rode, a mnogo ih je i umrlo.

Danas, kada govorimo o planiranju porodice, mislimo na svjesnu i odgovornu roditeljsku brigu. To se odnosi na donošenje odluke bračnih partnera o tome koliko će imati djece i kada će se ta djeca roditi, ali osim toga, roditelji veoma odgovorno razmišljaju i analiziraju uslove u kojima žive, svoje mogućnosti za podizanje, adekvatnu njegu i brigu o svom potomstvu.

O čemu da razmišljamo kada planiramo porodicu sa partnerom?

- Šta nam je osnovna motivacija za roditeljstvom?
- Da li razmjenjujemo zdrave emocije sa partnerom, tj. da li otvoreno komuniciramo o svim potrebama, željama, strahovima koje vezujemo za roditeljsku ulogu?
- Da li, zaista, zajedno rješavamo izazove u životu prije nego smo donijeli odluku da želimo postati roditelji?
- Da li nam je od velikog značaja pol djeteta?
- Da li smo spremni da se mijenjamo i da mijenjamo prioritete nakon dolaska djeteta u porodicu?

KOJI SU NAJČEŠĆI IZVORI MOTIVACIJE ZA RODITELJSTVOM?

Vodeći se prevashodno svojim motivima (ma koliko se oni razlikovali od osobe do osobe), ljudi donose odluku da iz partnerskog odnosa stvore novu životnu ulogu zasnovanu na roditeljstvu. Mnogi se zalažu da se govori o „trudničkom paru“, a ne samo o ženi trudnici. Muškarac kao i žena, započinje formiranje svog identiteta roditelja prije rođenja djeteta. Najčešće se o muškarcu govori kao osobi koja pruža ili treba da pruži emocionalnu podršku ženi u trudnoći, pa zatim i o značaju te podrške i posljedicama ako podrška izostane. Posebno se ističe važnost podrške muškarca u prvoj fazi, kad se trudnoća još ne ispoljava spoljašnjim znacima i kada žena dijeli novost sa malim brojem ljudi, a ponekad samo sa partnerom.

„Najljepše što ljudske usne izgovore je riječ „majka“. Najljepše se doziva majka. Kratka i duga riječ, puna nade, ljubavi i nježnosti koju ljudsko srce nosi“.

K. Gibran

„Najvažnija stvar koju otac može napraviti za svoju djecu je voljeti njihovu majku“.

Theodore Hesburgh

POJMOVNIK:

Motiv za roditeljstvo predstavlja želju za rađanjem djeteta, bez obzira na broj željene djece i bez obzira na vrijednosti koje pojedinac vezuje za rođenje djeteta (Mira Čudina-Obradović i Josip Obradović, 1999).

„**Trudnički par**“ je pojam koji podrazumijeva uključivanje muškarca kao neizostavnog dijela stanja trudnoće, a ne samo njegovo posmatranje kao muža trudnice. On, takođe, prolazi kroz jedan specifičan period u svom životu dok očekuje dijete.

Motivi za roditeljstvo mogu se grupisati u četiri kategorije¹⁰:

- **Altruistična motivacija** uključuje nesebične motive za roditeljstvom kao što su: naklonost i želja za djecom, ljubav prema djeci, potreba za odgajanjem i brigom, želja da im se pruži ljubav i zaštita, potreba za bliskim odnosom s drugim ljudskih bićem i slično.
- **Fatalistična motivacija** se odnosi na uvjerenje da je reprodukcija neizbježna, odnosno stav da su ljudi predodređeni da imaju djecu, to smatraju zakonom prirode i dijelom ljudske sudbine i postojanja. Osjećaju potrebu održanja kontinuiteta ljudskog roda.
- **Instrumentalna motivacija** dijete koristi kao sredstvo kojim se mogu postići neki specifični roditeljski ciljevi, kao na primjer materijalna dobit, ispomoć u starosti, nasljedstvo, sam brak i drugo.
- **Narcistična motivacija** se odnosi na očekivanja da će dijete doprinijeti povećanju vrijednosti roditelja i njihovog osjećaja zadovoljstva sobom, i da će biti dokaz njihove seksualne sposobnosti, maskuliniteta, odnosno femininosti¹¹. Manje je vjerovatno da bi takvi pojedinci usvojili dijete, jer roditeljstvo gledaju iz drugačijeg aspekta od pojedinaca koji su altruistično motivisani. Nijesu vođeni željom za djecom, ljubavlju ili emocionalnim razlozima. Takvi ljudi često žele djecu da bi se dokazali, ali teško im je brinuti se za njih.

Očigledno je da kod istih osoba motivacija za roditeljstvom može biti uslovljena višestrukim i različitim razlozima. Ali, kao što se i moglo očekivati, u najvećoj su korelaciji bile instrumentalna i narcistična motivacija jer kod obje dijete služi za postizanje nekog roditeljskog cilja, bilo da je riječ o nastavljaju porodične loze, prenošenju porodičnog imena, osiguranju u starosti ili čak i dokazivanju vlastite vrijednosti¹².

Isto tako, postoje određeni prediktori ovih kategorija motivacije, pa tako npr.:

- **životna dob** dobar je prediktor **altruističke motivacije**, što se može objasniti tako da s godinama raste spremnost pojedinca za pružanje ljubavi, pažnje, brige i zaštite za djecu¹³;
- **obrazovanje** se smatra značajnim prediktorom za **fatalističku, narcističku i instrumentalnu motivaciju** za roditeljstvo, a značajno je povezano i s roditeljskim ponašanjem¹⁴. Majke sa većim nivoom obrazovanja su imale bolje rezultate na skalama prihvatanja, što se odražavalo na to da su manje psihološki i bihevioralno kontrolisale svoju djecu. Istraživanja su, takođe, potvrdila da su očevi, čije supruge imaju niže obrazovanje, skloniji psihološkoj kontroli¹⁵.

10 Rabin (1965) i Lacković-Grgin (2010).

11 Gerson (1983)

12 Tucak Junaković i Ahmeti (2012)

13 Bell, Bancroft i Phillip(1985)

14 Macuka (2010), Alwin (1984; prema Lacković-Grgin, 2010)

15 Keresteš (2001; prema Lacković-Grgin, 2010)

KAKO SPOLJAŠNJI FAKTORI DETERMINIŠU NAJBOLJE VRIJEME ZA RODITELJSTVO?

„Među ljudske težnje koje su utemeljene na biološkim kriterijima pripadaju i one koje u konačnici olakšavaju reprodukciju naših gena u djeci naše djece. To roditeljstvo čini najvažnijim ciljem“.

Kenrick

Spoljašnji faktori koji mogu značajno uticati na planiranje porodice i na konačnu odluku da je „pravi trenutak za bebu“ mogu biti:

- **bračno stanje** (istraživanja pokazuju da je usmjerenost partnera da planiranje porodičnog života i roditeljstva vidi u okviru bračne zajednice, dok je značajno manji procenat onih koji planiraju osnovati vanbračnu zajednicu i u okviru nje ostvariti se kao roditelji).
- **poslovna karijera** (značajno utiče na odluku za ostvarivanjem roditeljske uloge, prevashodno na to utiče odgovor na niz pitanja, a samo neka od njih su:

Da li se moram odmah vratiti na posao?

Da li ću moći da nađem posao sa malim djetetom?

- **finansijsko stanje** i druge poteškoće sa kojima se osoba može susresti (posebno na donošenje odluke o roditeljstvu utiču odgovori na pitanja koja se tiču stabilnog izvora finansija, kao što su:

Da li nam je dovoljan mjesečni izvor primanja?

Da li ćemo imati pomoć oko bebe?

Koliko „koštaju“ prvi mjeseci od rođenja djeteta i šta je sve potrebno obezbijediti u samom startu?

Kod seksualno aktivnih osoba, planiranje porodice može uključivati i korišćenje kontracepcije i drugih metoda kontrole **prokreacije**.

POJMOVNIK:

Spoljašnji faktori koji determinišu najbolje vrijeme za roditeljstvo su faktori koji značajno utiču na donošenje odluke partnera u pogledu njihove spremnosti da se ostvare u ulozi roditelja.

Maslovljeva piramida potreba je teorija iz psihologije koju je stvorio američki psiholog Abraham Maslov, koja ističe da se ljudske potrebe mogu razvrstati u grupe i da postoji jasna hijerarhija između tih grupa potreba. Niži nivoi potreba se moraju zadovoljiti prije nego što se aktiviraju potrebe viših nivoa. Maslovljeva hijerarhija ljudskih potreba se sastoji od pet grupa potreba, a to su, od najniže do najviše: fiziološke potrebe, potrebe za sigurnošću, potrebe za pripadnošću, potreba za uvažavanjem i potreba za samoostvarenjem.

Obično se prikazuje u vidu piramide podijeljene na pet nivoa, gdje svaka grupa predstavlja po jedan nivo.

Nepripremljenost za roditeljstvo podrazumijeva, prevashodno, strah od odgovornosti koju roditelji po prirodi imaju usljed sveopšte brige za potomstvo, kao i nepoznavanje onoga što uloga roditelja sa sobom nosi.

Prokreacija je latinska riječ i znači stvaranje i rađanje potomstva.

Drugi aspekti planiranja porodice uključuju polnu edukaciju, prevenciju i kontrolu polno prenosivih bolesti, savjetovanje prije začeća i kontrolu neplodnosti.

Sve veći broj žena u današnje vrijeme odlučuje se za rađanje u kasnijoj dobi, ali godine starosti nužno ne znače i veću spremnost za ono što u sebi i sa sobom nose trudnoća, porođaj, majčinstvo i roditeljstvo. Životne priče ljudi iz neposrednog okruženja svjedoče o tome da se brak i roditeljstvo sve češće odlažu zbog finansijske i materijalne nesigurnosti.

Jedan od glavnih motiva za odlaganje roditeljstva je zadovoljenje primarnih potreba partnera i to onih potreba koje su u temelju Maslovljeve piramide potreba. Time je razmišljanje partnera u ovom pravcu utemeljeno na teoriji potreba. Drugi česti razlog za odlaganje roditeljstva je nespripremljenost i nepripremljenost za roditeljstvo.

ZAŠTO JE VAŽAN BIOLOŠKI ASPEKT ZA PLANIRANJE RODITELJSTVA?

„Ostvarivanje mogućnosti roditelja da sami određuju broj djece i razmak između porođaja, jedno je od osnovnih ljudskih prava i držnosti“.

UN Rezolucija o planiranju porodice 1969.

Poznato je da se rast i razvoj kod žena završava sa napunjenom dvadeset petom godinom, a kod muškaraca u dvadeset sedmoj godini života. Pod uslovom zdravog psihofizičkog odrastanja, u tim godinama su žena i muškarac spremni za „prerastanje“ iz bračnog partnerstva u porodicu.

Rođenje prvog djeteta u tim godinama omogućava roditeljima planiranje rađanja ostale djece. Medicina kaže da je za prvu trudnoću najbolje vrijeme između 20. i 25. godine života jer je tada žena već potpuno tjelesno zre- la, pa trudnoća i porođaj prolaze skoro bez ijedne poteškoće. Djeca majki koje su rodile u ovom periodu manje su bolesne i imaju uslove za skladan tjelesni i emotivni razvoj. Pretpostavka je da će roditelji koji dobiju djecu u dvadesetim godinama dugo imati energije i zdravlja za podizanje djeteta. Ipak, treba uzeti u obzir da su u ranim dvadesetim djevojke često još nespремne za odgovornost koja dolazi sa bebom. Takođe, u ovim godinama ni odnosi sa partnerom još uvijek nijesu stabilni i zreli. Te stoga ovi faktori mogu uticati na odluku partnera da i pored biološki pogodnog momenta za roditeljstvo ovaj čin vremenski odlože.

Sa druge strane, ukoliko se iz nekih socioloških, ekonomskih ili drugih razloga odlaže začće, koje se npr. desi nakon 40. godine, medicinski podaci ukazuju na to da se tokom trudnoće i porođaja mogu javiti brojne komplikacije. Naravno, brojne te situacije su rješive, posebno sa aspekta medicinske i psihološke dijagnostike.

Ljekari ne preporučuju da žena zatrudni i rodi prije 18. godine. Utvrdili su da u tom uzrastu postoji opasnost i za majku i za bebu, a ta opasnost raste što je trudnica mlađa. Veliki broj istraživanja, i kod nas i u svijetu, dokazalo je da majke mlađe od 18 godina imaju češće razne bolesti jer je njihov imuni sistem veoma oslabljen. Takođe, i kod beba majki maloljetnica javljaju se razni zdravstveni problemi. Razlog tome je što ove majke još uvijek nijesu dosegle punu psihofizičku zrelost. Kako bi se spriječili mogući problemi, potrebno je da mlađe trudnice budu podvrgnute što temeljnijim analizama u trudnoći i poslije nje.

Posmatrano iz ugla zdravlja buduće majke i potomstva, najbolji razmak između rađanja djece/pojedinačnih porođaja je od dvije ili tri godine. Neka istraživanja su pokazala da postoji uzročna veza između trudnoće i porođaja, ali i slabijeg zdravstvenog stanja djeteta, ukoliko su se trudnoće ostvarile u veoma kratkim vremenskim razmacima.

KOJE SU METODE REGULISANJA POTOMSTVA NAJBEBZBEDNIJE I SA KOJIM SE KLJUČNIM IZAZOVIMA U PLANIRANJU RODITELJSTVA SUSRIJEĆEMO?

Ukoliko partneri iz određenog razloga ne žele ostvariti trudnoću u datom momentu, za njihovo zdravlje i buduće ostvarivanje začeca, najpreporučljivije je korišćenje prirodnih metoda regulisanja potomstva.

Regulisanje potomstva kao pojam je mnogo širi od pojma kontracepcija i zato je puno bolje i sveobuhvatnije koristiti pojmove „metode regulisanja potomstva“ ili „metode planiranja porodice“ u cilju punog razumijevanja njihove suštine i onoga na šta se odnose.

„Niko nije niti rekao da će biti lako, ali niko nikada nije rekao da će biti ovako teško...“

Coldplay, iz pjesme The Scientist

Metode za regulisanje potomstva možemo podijeliti na više načina, a jedan je prema njihovom porijeklu. Uzimajući kao osnov ovaj kriterijum možemo ih podijeliti na: prirodne i vještačke.

Prirodne metode regulisanja potomstva

- **Ogino-Knausova metoda** je metoda zasnovana na računanju plodnih i neplodnih dana. Dvojica ljekara - Ogino (Japanac) i Knaus (Austrijanac) ustanovili su da se kod onih žena koje imaju normalne menstrualne cikluse mogu utvrditi dani koji su najbolji za začeca (tzv. plodni dani). Počevši od prvog dana menstruacije, žena je neplodna 7 dana, a onda je od 8. do 19. plodna, te je opet neplodna od 20. do 28. (valja imati u vidu da granični dani nijesu potpuno sigurni). Za neredovne cikluse, potrebno je pratiti tijelo 6-12 mjeseci: od najkraćeg ciklusa se oduzme 18 za prvi plodni dan, a od najdužeg 11 da se dobije posljednji plodni dan.
- **Metoda bazalne temperature** (termička metoda) i nju su razvili Ogino i Knaus. Otkrili su da se prskanje Graafovog folikula (ovulacija) zbiva 14. dan prije početka naredne menstruacije. Potrebno je svako jutro, odmah još u krevetu, izmjeriti temperaturu (najbolje u ustima i svaki dan u isto vrijeme) i redovito bilježiti u kalendar. Nakon ovulacije, 1-2, povisi se temperatura za 0,5 do 1°C, a neplodno razdoblje nastupa tri dana nakon što je temperatura povišena.
- **Billingsova metoda** bazira se na posmatranju i promjeni cervikalne sluzi koju izlučuje žena tokom ciklusa. Prije ovulacije postaje elastičnija, prozirnija i obilnija, a nakon ovulacije postaje ljepljiva i gušća, a potom nestaje. Za vrijeme plodnih dana sluz je obilna, prozračna i elastična, a u vrijeme neplodnih dana gusta, tamna i ljepljiva.
- **Simptotermalna metoda** bazira se na kombinaciji termičke i Billingsove metode i tako joj se povećava uspješnost. Smatra se da je žena plodna pet dana prije i tri dana poslije ovulacije- Fertility care kalendar.
- **Persona** je metod pomoću kojeg se računa vrijeme ovulacije. Bazira se na mjerenju bazalne temperature i unošenju podataka u računar, kao i na testiranju urina (na bazi pripadajućih trakica dobijaju se rezultati). Preciznost metode je oko 94%, a potrebno je imati redovne menstrualne cikluse.
- **Prekinuti snošaj**

POJMOVNIK:

Regulisanje potomstva podrazumijeva primjenu svih metoda i tehnika kojima se želi izbjeći ili postići trudnoća.

Ključni izazovi u regulisanju potomstva su najčešće sterilitet, prevencija i kontrola polno prenosivih bolesti.

Kontracepcija podrazumijeva metode pomoću kojih se želi izbjeći začeca.

Prirodne metode regulisanja potomstva su metode planiranja porodice u kojima se ne koriste nikakva mehanička, hemijska i slična sredstva, nego se sve odvija na prirodan način i one same po sebi nemaju nikakvih neželjenih posljedica.

Vještačke metode regulisanja potomstva su metode planiranja porodice u kojima se koriste različita mehanička, hemijska i slična sredstva.

Vještačke metode regulisanja potomstva

- **Mehanička sredstva** (prezervativi i dijafragme) su: prezervativi za muškarce, ifemidomi (ženski kondomi) i dijafragme (gumene kapice koje se stavljaju u rodnicu).
- **Hemijska sredstva** (kreme, tablete, paste, gelovi...) se uglavnom nanose/unose neposredno prije polnog odnosa. Riječ je o različitim gelovima, pjenama, kremama, vaginalnim tabletama, koje imobiliziraju spermatozoide.
- **Hormonska sredstva** su sredstva za regulisanje potomstva u koja spadaju: hormonske tablete (na bazi hormona estrogena i progesterona), hormonske injekcije (obično se daju u mišić nadlaktice, svakih tri mjeseca ili češće ili rjeđe, zavisno od vrste, a najpoznatija je Depo-provjera), subdermalni implantati (zareže se rez od oko 2mm na koži nadlaktice i unese se cjevčica (kontraceptivna sigurnost je od 3-5 godina), hormonski flasteri (jednom sedmično se mijenjaju, a svake četvrte sedmice treba napraviti pauzu, uglavnom se lijepe na stomaku ili na stražnjici), vaginalni prsten (tri sedmice se drži u vagini, a onda sedam dana pauze kako bi se izazvalo vještačko menstrualno krvarenje).
- **Intrauterina sredstva** su ona sredstva koja se unose u matericu s ciljem sprečavanja začeća. Najpoznatija su: unutaruterinski sistem („spirala s hormonom“ ima oblik slova T i stavlja se u uterušnu šupljinu gdje ispušta male količine hormona i sprečava ovulaciju. Ako dođe do začeća, sprečava plod da se dalje razvija (ubija ga). Mora se mijenjati svakih pet godina jer postoji opasnost urastanja u tkivo. Spirala se sastoji od plastičnog tijela različitih oblika, koje je obavijeno bakrom. One smanjuju pokretljivost spermatozoida i sprečavaju oplodnju. Uzrokuju promjene na sluznici materice i ako dođe do oplodnje, spirala sprečava implantaciju jajašca (ubija zametak). Spirale mogu izazvati grčeve, upale, infekcije, krvarenja, pa i neplodnost...). Njihovo djelovanje zasniva se na upali materice (endometrija), odnosno dijela materice u koji se usađuje oplodeno jajašce, koja kao takva sprečava mogućnost implantacije oplodnog jajašca. Bakrena spirala ograničava preživljavanje spermatozoida. Trajnost im je 3-5 godina.
- **Abortivne pilule** su tzv. „hitna kontracepcija“, odnosno riječ je o piluli za „dan poslije“, a koristi se onda kada zakažu kontraceptivna sredstva ili se sumnja da je došlo do oplodnje. Moraju se uzeti u vremenu od 72 sata nakon polnog odnosa. Te pilule, ako je došlo do oplodnje, uništavaju oplodenu jajnu ćeliju (spajanje jajne ćelije sa spermatozoidom dešava se u ampuli jajovoda 5-10 minuta nakon ejakulacije, a za 3-4 dana se oplodeno jajašce smjesti u matericu).
- **Sterilizacijske metode** su metode pomoću kojih nije više nikada moguće začeti dijete. Kod žena tu spadaju: histerektomija (uklanjanje materice), podvezivanje jajovoda, spaljivanje jajovoda, zatvaranje jajovoda pomoću prstena ili hvataljke, dok kod muškaraca u ove metode spada: vazektomija (uklanjanje djelova sjemenovoda i njihovo podvezivanje).

OPREZI!

DIJAFRAGME mogu biti nesterilizovane, te mogu dovesti do infekcija, tako se može pomjeriti i samim tim usloviti neadekvatnu zaštitu od neželjene trudnoće.

PREZERVATIV može biti oštećen, umanjuje seksualno zadovoljstvo jer sprečava direktni dodir.

HEMIJSKA SREDSTVA nijesu potpuno pouzdana, mogu izazvati alergije, upale, infekcije... Uprkos njihovoj upotrebi, može doći do začeća, a tada ta hemijska sredstva ubijaju plod.

HORMONSKA SREDSTVA, poput vaginalnog prstena i slično, samo su neka koja za posljedicu mogu imati nepravilno krvarenje, visok krvni pritisak, dobijanje na kilaži, moždani udar, srčani udar...

KAKO DA SE PRIPREMIM ZA RODITELJSTVO?

KLJUČNE VJEŠTINE VAŽNE ZA USPJEŠAN PARTNERSKI ODNOS BUDUĆIH RODITELJA

Savremeni koncept roditeljstva podrazumijeva ravnopravno roditeljsko partnerstvo, te je stoga sam termin „roditeljstvo“ relevantniji od korišćenja termina očinstvo ili majčinstvo.

Prema tradicionalnom shvatanju, roditeljstvo je podrazumijevalo emocionalnu vezu majke i djeteta, samim tim roditeljstvo je izjednačavano sa majčinstvom. Stoga su ranija istraživanja uglavnom proučavala uticaja majke na dijete, a uloga oca bila je zanemarena.

Međutim, u novije vrijeme ovaj koncept se mijenja i tokom posljednje dvije decenije, istraživači analiziraju i pojam očinstva, i to prevashodno iz perspektive potencijalnog uticaja odsustva oca na socijalizaciju dječaka, zatim kao podršku majčinstvu, a u novije vrijeme i kao važan nezavistan vaspitni uticaj.

Istraživanja pojedinačnog majčinog i očevog uključivanja i bavljenja djecom pokazuju specifičnost odnosa majke i oca sa djetetom i različite uticaje njihovih postupaka na dijete.

Pokazalo se da ravnopravna podjela roditeljskih dužnosti pogoduje pozitivnom doživljaju roditeljstva kod oba roditelja.

Takođe, otac i majka unose različite kvalitete u djetetov život i svako od njih različito doprinosi razvoju djeteta. Iz tih razloga izuzetno je značajno što veće učestvovanje, uključenost i posvećenost oba buduća roditelja u životu svakog djeteta.

POJMOVNIK:

Partnerski odnos budućih roditelja podrazumijeva odbijanje tradicionalnih društvenih pritisaka, uvriježenih stereotipa majčinstva i očinstva, kao i rodno podijeljenih radnih uloga. Svakodnevnim dogovorom, zajednički i prilagođavajući se prilikama, oni odlučuju o podjeli dužnosti i poslova koje će imati oko djece, sa djecom i zbog djece, i to prema načelu svrsishodnosti, ekonomičnosti i pravedne raspodjele napora i vremena, umjesto prema načelu budućih majčinih i očevih zadataka.

Kompetencija roditelja (ključne roditeljske vještine) definiše se kao osjetljivost roditelja da interpretira djetetove signale, prepozna male promjene u njegovom ponašanju i adekvatno reaguje na djetetove potrebe (Kapor-Stanulović, 1985).

„**Emocionalno intoniranje**“ ili „**Emocionalno kalibriranje**“, određuje sposobnosti roditelja da djeci saopšte kako oni razumiju njihove osjećaje (Stern).

Kako bi roditelj bio uspješan u svojoj ulozi, treba biti kompetentan i posjedovati određene vještine. Subjektivna roditeljska kompetencija je roditeljev osjećaj koliko je sposoban i uspješan kao roditelj¹⁶.

Roditeljska kompetencija i subjektivni osjećaj zadovoljstva znatno zavise od toga šta su majke i očevi očekivali od roditeljstva prije rođenja djeteta.

Kada se govori o roditeljskim kompetencijama, tu se ne misli samo na intelektualnu nego i emocionalnu i socijalnu kompetentnost.

Spremnost roditelja da pozitivno odgovori na upućene signale predstavlja temelj roditeljskog uticaja na kognitivni, lingvistički, socijalni, emocionalni i svaki drugi razvoj djeteta. Roditelji mogu biti i jesu različito osjetljivi u interakciji sa svojom djecom. Dijete treba osjetiti da reakcija roditelja ima veze s njegovim emocionalnim

16 Čudina-Obradović i Obradović (2006)

doživljajem i da mu roditelji šalju poruku razumijevanja i prihvatanja. Od izuzetne je važnosti da dijete na taj način dobija potvrdu samog sebe i svoje egzistencije, ali i povjerenje u činjenici da se okolina odaziva na njegove potrebe¹⁷.

U prvoj godini je najvažnije uspostaviti djetetovu sigurnost, a to će postići oni roditelji koji jasno tumače djetetove poruke i svaki pokušaj komunikacije, te na njih odgovaraju neposredno, tačno i dosljedno¹⁸.

ZANIMLJIVI REZULTATI ISTRAŽIVANJA

Sigurnost će uspješnije uspostaviti roditelji koji više i češće učestvuju u ugodnim i prijatnim interakcijama s djetetom, grle ga, pokazuju ljubav dodirima i maženjem, privijaju uza se, bave se njime, blago postupaju za vrijeme kupanja i oblačenja, te okolinu organizuju u skladu s djetetovim i njihovim potrebama.

MIT O RADOSTI RODITELJSTVA I MEHANIZAM KOGNITIVNE DISONANCE

„Djeca su prilično zahtjevna, od momenta kada se rode pa do zauvijek“.

Biti roditelj je teško. Svako ko kaže drugačije ne govori istinu. Biti roditelj je emocionalno i intelektualno iscrpljujući posao i često zahtijeva profesionalna odricanja i dovodi do finansijskih poteškoća.

POJMOVNIK:

Kognitivna disonanca podrazumijeva zajednički mit o tome da je roditeljstvo izvor radosti, kako bi se opravdala ogromna ulaganja roditelja u svoju djecu i kako bi se očuvalo samopouzdanje i samopoštovanje.

Vjerovanje u roditeljsku sreću je psihološka odbrana-fikcija koju zamišljamo kako bi lakše podnijeli teške stvari koje roditeljstvo donosi. Drugim riječima, svi roditelji zajedno stvorili su mit o radosti roditeljstva jer u suprotnom ne bi imali kako da opravdaju ogromna ulaganja koja djeca zahtijevaju.

U psihologiji je ovaj mehanizam poznat i kao **kognitivna disonanca**. Koristimo je da opravdamo naše izbore i vjerovanja kako bismo očuvali samopouzdanje i samopoštovanje.

Ričard Eibah i Stiven Mok, istražili su ulogu samoopravdanja u uvjerenjima roditelja o izboru da imaju djecu. Fokuserali su se na ekonomske poteškoće i evo kako su istraživali troškove roditeljstva u laboratoriji: Uzorak je činilo 80 roditelja (očevi i majke) i svaki roditelj je imao bar jedno dijete uzrasta do 18 godina. Prosječan uzrast roditelja je bio 37 godina, a prosječan uzrast djece bio je 8 godina. Polovina roditelja čitala je vladin dokument u kome se tvrdi da troškovi podizanja djeteta uzrasta do 18 godina prelaze 190 000 dolara. Druga polovina roditelja je, pored ovog dokumenta, pročitala tekst o finansijskoj koristi roditeljstva, tj. činjenici da odrasla djeca često pružaju finansijsku i praktičnu podršku roditeljima u starosti.

Ideja je bila da će neki od roditelja pokušati da izračunaju dječje troškove, dok će drugi razmišljati o djeci kao o blagoslovu (sa finansijske strane gledano). Zatim su svi roditelji uradili psihološki test koji je posebno dizajniran tako da mjeri koliko idealizuju roditeljstvo (da li se slažu da nema veće nagrade u životu od podizanja djeteta, da li odrasli bez djece osjećaju prazninu u životu i tako dalje). Na kraju su ih pitali, kako bi izmjerili mentalnu i emocionalnu disonancu, da li osjećaju neprijatnost, nelagodu ili smetnju?

17 Hwang i Nilsson (2000: 134)

18 Čudina-Obradović i Obradović (2006)

Eibah i Mok su testirali nekoliko hipoteza. Prvo, smatrali su da će roditelji koji razmišljaju o troškovima roditeljstva osjećati nelagodu jer su rastrzani između stvarnosti koju su izabrali i troškova tog izbora. Drugo, očekivali su da će ova negativna osjećanja da ih motivišu da idealizuju roditeljstvo kako bi poništili ta ista negativna osjećanja. Hipoteze su potvrđene. Tačnije, pokazalo se da je razmišljanje o troškovima stvorilo emocionalnu nelagodu, što je motivisalo roditelje da se fokusiraju na radost roditeljstva, što je zauzvrat, poništilo emocionalnu nelagodu.

Naučnici ističu da ovi nalazi imaju smisla gledano iz istorijske perspektive: ranije su djeca imala ekonomsku vrijednost, radili su na farmi ili u kući, donosili su novac ali nijesu mnogo koštala. Emocionalne veze roditelja i djece nijesu bile toliko izražene i nježne, a djetinjstvo je bilo manje sentimentalizovano.

Paradoksalno, kako je vrijednost djece smanjena, a troškovi se povećali, javilo se i uvjerenje da je roditeljstvo emocionalno nagrađujuće. U tom smislu, mit o roditeljskoj radosti je moderan psihološki fenomen. Iako sve ovo zvuči prilično grubo, ipak nije besmisleno ni vrijedno zanemarivanja.

ZANIMLJIVA ISTRAŽIVANJA O RODITELJSKIM OSJEĆANJIMA

Istraživanja su pokazala da roditelji, u odnosu na odrasle osobe koje nemaju djecu, imaju manje pozitivnih osjećanja, brakovi su im manje srećni i češće boluju od depresije. Ipak, ti isti roditelji tvrde da su im djeca osnovni izvor sreće i da život bez njih nije ispunjen. Kako da pomirimo ovu protivrječnost? Dva psihologa sa Votterlu Univeziteta smatraju da su našli rješenje u kognitivnoj disonanci.

ZAŠTO JE VAŽNO DA SE PARTNERI ZAJEDNO PRIPREMAJU ZA RODITELJSTVO?

„Odluka da imate dijete slična je odluci o tetoviranju po licu i morate u potpunosti biti sigurni u svoju odluku“.

Odluka o djeci trebalo bi da bude zajednička, međutim to nije uvijek slučaj. Evo šta bi trebalo da radite ukoliko se nađete u takvoj situaciji:

Postoji određeni trenutak kada barem jedan od partnera u vezi ili, u najboljem slučaju, obje osobe, žele da naprave korak naprijed i uzdignu svoj odnos na viši nivo. Ponekad je to useljenje u zajednički stan, a ponekad ulazak u brak. Ipak, najveća od svih odluka s kojima se parovi suočavaju je odluka o zasnivanju potomstva. Nažalost, ponekad se dešava da jedna osoba želi dijete, a druga osoba se ne slaže s tom odlukom.

Najčešće jedan partner želi djecu, a drugi ne, dok se neki dvoume. Ne bi se smjelo insistirati na djetetu ukoliko partner to ne želi. Odluka o djeci trebalo bi da bude zajednička i potrebno je da oba partnera imaju želju za odgajanjem djeteta. Preporuke kako da se osoba koja želi dijete nosi sa problemom koji izazova suprotna želja partnera:

- **Nemojte forsirati razgovor na tu temu.** Situacija u kojoj jedno želi dijete, a drugo ne, prilično je problematična i teško je ne razgovarati o tome. Ipak, nije dobro baš svaki dan partneru nametati tu temu jer će na taj način stvari postati još gore. Treba mu dati malo vremena da razmisli o svemu. To ne mora da znači da je razgovor o toj temi završen, već da se i jednom i drugom daje malo prostora kako bi shvatili šta žele i koji su im dalji ciljevi u vezi/braku.
- **Kažite partneru kako se osjećate.** Kada već razgovarate o ovoj temi, dajte partneru do znanja kako se osjećate. Jednostavno mu direktno kažite da zaista želite dijete, ali pokušajte to da saopštite na lijep način, kako se ne bi osjećao kao da ga forsirate. Bez obzira na to da li je riječ o prvom djetetu ili već imate djecu, ako želite još jedno, jednostavno mu to recite. Kako god bilo, neka vaša komunikacija bude jasna i precizna jer muškarci ne vole okolišanje i preferiraju otvoren razgovor umjesto suptilnih naznaka.

- **Navedite partneru razloge zbog kojih želite da imate djecu.** Ponekad je dobro objasniti partneru zašto želite da imate dijete. Većina žena u sebi ima urođene majčinske instinkte i porive koji u određenom trenutku našeg života jednostavno isplivaju na površinu i osjećamo ih snažnije nego ikad. Pokušajte to da objasnite svom partneru. Možda osjećate kako je stiglo pravo vrijeme za dijete ili želite da vaša veza dobije jednu novu dimenziju. Navedite svom partneru konkretne razloge zbog kojih želite da imate djecu i možda će tada moći bolje da vas razumije.
- **Stanite sa raspravom na vrijeme.** Ako se vaša rasprava o djeci pretvara u svađu, onda je prekinite što prije možete. Nemojte da ulazite u žustre polemike o toj temi niti navodite svoje argumente. Taj razgovor trebalo bi da bude ozbiljan, ali smiren i bez povišenih tonova. Razgovarajte s partnerom i dajte mu neko vrijeme da razmisli. Muškarcima je obično potrebno malo više vremena da bi razmislili o ozbiljnim stvarima i velikim koracima.
- **Razmotrite emocije svog partnera.** Zastanite na trenutak i razmislite o tome kako se osjeća vaš partner jer su njegova osjećanja, baš kao i vaša, isto tako bitna. Pitajte ga zašto ne želi da ima dijete. Da li se boji? Možda misli da će to loše uticati na vaš odnos? Muče li ga finansijski problemi? Razloga može biti mnogo i svaki od njih je važan. Razgovarajte stoga s partnerom i saznajte o čemu je riječ.
- **Odgovorite na njegove brige.** Ako imate nešto da kažete vezano za brige vašeg partnera zbog kojih ne želi djecu, onda mu to i kažite. Na primjer, ako on osjeća kako bi dijete moglo loše da utiče na vaš odnos, podsjetite ga koliko je snažna vaša veza i slično. Ako su problemi zbog kojih ne želi dijete finansijske prirode, sjedite i napravite zajednički plan. Tako ćete ga možda razuvjeriti i natjerati da se predomisli. Ipak, nemojte mu nametati svoje mišljenje, već mu dozvolite da sam shvati šta zaista želi.
- **Pričekajte dok oboje ne budete za to.** Nemojte da prisiljavate svog partnera na dijete ako vam je jasno dao do znanja da ga ne želi jer bi to moglo da naškodi vašoj vezi. Za svako dijete najvažnije je da ima roditelje koji su spremni da mu se u potpunosti posvete. Vaš partner će se nakon nekog vremena možda predomisli, ali nemojte ga siliti da čini nešto protiv svoje volje jer vas to sigurno neće usrećiti na duže staze.

IZDVAJAMO SAVJET

Šta učiniti kada jedan partner ne želi djecu, a drugi da?

Takva situacija je prilično problematična i teška, pa partner ne bi trebalo da forsira i prisiljava drugog partnera da učini nešto što ne želi. Naime, takav rasplet situacije ne može da se završi dobro i problemi će prije ili kasnije isplivati na površinu.

Ako ni sami niste potpuno sigurni, a vaš partner još manje, onda nemojte da insistirate na djetetu. Kada dođe pravo vrijeme, onda ćete to znati jer će biti snažna želja, kako vas, tako i vašeg partnera.

ŠTA PODRAZUMIJEVA PARTNERSKO RODITELJSTVO?

„Vaša djeca nijesu vaša djeca. Ona dolaze kroz vas, ali ne i od vas, i premda su sa vama, ne pripadaju vama. Možete im dati svoju ljubav, ali ne i svoje misli. Jer, oni imaju vlastite misli. Možete udomiti njihova tijela ali ne i njihove duše, jer one borave u kući od sutra, koju vi ne možete posjetiti čak ni u svojim snovima“.

Halil Džubran

Partnersko roditeljstvo je važno za sreću u smislu da oba roditelja u podjednakoj mjeri provode vrijeme sa djecom. Pokazalo se da je to naročito značajno ako je dijete uzrasta od 6 do 12 godina. Učešće oba roditelja u životu djeteta važan je sastojak recepta za srećnu porodicu.

Najsrećnije su porodice u kojima roditelji i djeca veliki broj stvari rade zajedno.

Najznačajniji oslonac porodici su babe i djedovi i na njih porodice sa djecom najviše računaju kada imaju problem ili im je potrebna podrška. Oni, takođe, predstavljaju i glavni oslonac porodici za čuvanje djece. Ali rezultati pokazuju i značaj šire porodice, prijatelja i komšiluka, na koje se porodice oslanjaju kako za podršku tako i za druženje.

Partnerski odnosi su za mnoge ljude visoko na ljestvici prioriteta, u fokusu njihove pažnje, a ipak ostaju nejasni i nepoznati. Ljudi su rijetko zadovoljni svojim partnerskim odnosima. Očekivanja su obično velika, a kako su ti odnosi složeni, traže mnogo razumijevanja i učenja. Spontanost, koja je svjetlo i vodilja mnogima, pokazuje se nedovoljnom. Postoje neke karakteristične faze u mnogim partnerskim odnosima. Te faze se smjenjuju sa velikom pravilnošću. Njihovo trajanje se može razlikovati, ali su neka osnovna obilježja pojedinih faza stalna.

Na partnerske odnose djeluje mnogo različitih činilaca. Sugestibilnije osobe dozvole drugima da im pokvare njihove partnerske odnose, dok tvrdoglavije osobe spriječe druge da razbiju njihove iluzije. Dubina emocija sakrije, barem neko vrijeme, grubu stvarnost. Svako ima pravo na svoj partnerski odnos u skladu sa svojim stavovima i uvjerenjima. Svako ima pravo da bude ludo zaljubljen i da griješi. Svako ima obavezu da, nakon otrežnjenja, uredi svoj partnerski odnos u skladu sa svojim željama, ali ne i nauštrb želja i stavova onog drugog. Kako je takav zahtjev nemoguće dosljedno sprovesti, ljudi uređuju svoje odnose odričući se nekih svojih želja. Ako se i jedan i drugi stalno pomalo odriču, radi prilagođivanja, takav partnerski odnos smatramo zrelim i kvalitetnim. Ako se, međutim, jedan stalno odriče, a drugi povećava svoje zahtjeve, takav odnos smatramo patološkim.

ZANIMLJIVOST

Iako je koncept partnerskog roditeljstva prisutan, on i dalje počiva na tradicionalnoj podjeli uloga. Čak i kada oba roditelja u jednakoj mjeri provode vrijeme sa djecom, majka je primarno zadužena za vaspitanje djece čak u 79,2% porodica.

U zdravom odnosu obje strane se mijenjaju, s obzirom na zahtjeve koji proizilaze iz njega, pa u takvom odnosu i jedna i druga strana i dobija i gubi. U razumijevanju partnerskih odnosa, važno je znati i prepoznati u kojoj je fazi par, a potom i zaključiti da li su oboje u istoj jer nam se na taj način pruža mogućnost da poboljšamo odnose i da se ne plašimo kraja.

Neke faze su teške, neke liče na kraj, ali ako postoji razumijevanje i strpljenje, mnogi odnosi se mogu popraviti. Ljudi koji prekidaju odnos u jednoj od njegovih faza i ulaze u drugi odnos, često prolaze u tom drugom odnosu mukotrpno kroz sve one faze kroz koje su prošli i u prvom.

Ljudi koji mijenjaju partnere, ponavljaju iste faze s drugim partnerima i zapinju na istim greškama. Važno je uskladiti faze u partnerskim odnosima. Nerazumnim zahtjevima često kvarimo odnose i onda kad bismo ih htjeli popraviti.

Naravno da, osim faza, na odnose djeluje i niz drugih stvari. Ovo je jedan od aspekata partnerskih odnosa.

Posljednjih decenija povećava se broj jednočlanih domaćinstava, broj sklopljenih brakova opada, a broj razvoda se povećava. Nije mali broj ni onih koji se osjećaju usamljeno ili neuspješno u vezama koje imaju.

Ljubav je čovjekovo prirodno stanje i može se reći da je lako voljeti. Zašto onda ima toliko problema u partnerskim odnosima?

Veoma je važno upoznati svoje „slabe tačke“, steći bitna znanja, usvojiti nove stavove, ovladati korisnim vještinama i unaprijediti svoj emotivni život. Prevazići nezadovoljstvo, zbuđenost, tugu, ljubomoru, bespomoćnost. Prekinuti neuspješne veze i preduzeti korake za traženje partnera koji će odgovarati.

OPREZI!

Među porodicama koje sebe procjenjuju kao nesrećne ni u jednoj nije prisutno partnersko roditeljstvo!!! Velika većina porodica su srećne tamo gdje postoji partnersko roditeljstvo i gdje ne postoje jasne podjele na tradicionalne muške i ženske uloge!!!

PRIHVATANJE PROMJENA U PRIORITETIMA I ULOGAMA U PARTNERSKIM ODNOSIMA TOKOM PROCESA OSTVARENJA RODITELJSKE ULOGE

„Roditeljska ljubav je jedina bezuslovna ljubav na svijetu“.

Dolazak bebe je jedan od najvažnijih događaja u porodici. Kada je planirana, beba predstavlja krunu ljubavi koju su izgradili roditelji. Logičan je korak dalje u njihovoj vezi/braku.

Međutim, nažalost ona je i razlog zašto mnogi brakovi pucaju. Istraživanja pokazuju da je najveća stopa razvoda brakova ili u prvim godinama nakon rođenja djeteta ili se sam čin razvoda desi kasnije, ali razdor u međusobnim odnosima traje još od rođenja djeteta.

Po čuvenom Gotman institutu, čak 67% parova navelo je kako im je zadovoljstvo vezom/brakom u velikoj mjeri opalo nakon rođenja djeteta. Zašto je to tako? Kako jedno tako malo, slatko, željeno, nevino stvorenje može unijeti toliko nezadovoljstva u do tada funkcionalne brakove?

Sedam razloga zašto dolazi do krize u braku nakon dolaska bebe:

- **Vaš odnos je sada zauvijek promijenjen.** Htjeli vi to da priznate ili ne, sa dolaskom bebe više nikad nećete biti isti. Vi sada niste samo muž i žena, vi ste i roditelj. I to ćete biti do kraja života, čak i ako se vaš brak raspadne. Ukoliko vam neko kaže da je sve isto kao što je bilo, laže. Puno toga nije isto, niti će biti. Vaša porodica sada ima novog člana, koji u prvim godinama zahtijeva većinu vaše pažnje. Oboje dobijate puno novih zaduženja i prioriteta koje niste imali dok ste bili sami.
- **Vi sada imate još jednu važnu ulogu.** Oboje ste sada i roditelji, a to je uloga koja će u mnogo čemu da vas promijeniti. Sada ste odgovorni za jedno malo stvorenje koje u potpunosti zavisi od vas. Želite da ono

izraste u jednog srećnog i korisnog člana ovog društva, a da svijet u kom živi bude bezbjedno i prijatno mjesto gdje će se razvijati. Nije iznenađujuće da ćete zbog toga, nerijetko, u velikoj mjeri mijenjati svoje stavove, ubjeđenja, vrijednosti, pa ćete se u nekim momentima zapitati ko ste sada vi, a ko je vaš suprug/supruga. Još kada te individualne promjene ne idu u istom smjeru, šanse za probleme postaju još veće.

- **Bebu volite više od partnera.** To je istina i od toga ne treba bježati. Iako su to dvije različite ljubavi, intenzitet svih prijatnih osjećanja koja gajite prema vašem čedu trebalo bi da bude nemjerljiv sa bilo kojim drugim. Beba partnerima treba da bude na prvom mjestu. Ne bi trebalo da postoji bilo kakvo takmičenje sa njom u dobijanju ljubavi, jer je priroda namjestila da je ona uvijek jedini pobjednik u toj igri. Nažalost, postoje mnogi parovi u kojima neki članovi ovu neminovnost ne prihvataju, pa se sa bebom takmiče za ljubav partnera ili se povlače jer ne dobijaju količinu ljubavi koju su imali prije rođenja novog člana porodice.
- **Očekivanja od roditeljstva vam se često neće podudarati.** Prije bebe ste se voljeli i vjerovatno pronašli u zajedničkim interesovanjima i osobinama i to je odlično. Možda ste pričali kakvi ćete biti kao roditelji, maštali o tome i zamišljali svoje jedinstvo na ovom zadatku. Onda je došla beba i vremenom ste krenuli sve više da se svađate oko načina njegovog vaspitanja. On hoće da ostavi bebu da plače, ona da „navikava bebu na ruke“. I tako se sve više razilazite oko pristupa roditeljstvu, a to su sve stvari koje realno čine veći dio vašeg dana. Pa krenete sve više da se svađate, da prebacujete jedan drugome, neko se i sve češće povlači iz komunikacije, ali na kraju većina dođe do najvećeg neprijatelja braka, prezira.
- **Tenzije će biti češće u prvim godinama nakon rođenja bebe.** Neispavani ste. Trošite mnogo više novca (koji nemate). Ne snalazite se u svemu oko bebe. Puno je tu pitanja, strahova, odgovornosti. A tu su i stotine novih dilema koje vam okupiraju dane: Da li je beba sisa? Da li joj je toplo/hladno? Zašto ne spava? Curi joj nosić. Kašlje...Gdje je tu vrijeme za vas? A za partnera?
- **Seks će se dešavati sporadično ili će biti samo lijepa uspomena koje se nostalgичno sjećate.** Većini žena trebaju nedjelje da se oporave od porođaja. Potom tu dolaze mjeseci nosanja, nespavanja i brige. A nekim muškarcima žena prestane da bude i privlačna nakon porođaja, jer „je sada majka njihovog djeteta“.
- **Desiće se da „izgubite sebe“.** I pored toga što nemate više vremena za sebe, vi se uporedo sa tim puno mijenjate. Mijenjate svoja uvjerenja, prioritete, navike, interesovanja. U narodu se i kaže da se rođenjem djeteta radate i vi.

ZANIMLJIVO ISTRAŽIVANJE JOHNA GOTTMANA

Četiri jahača apokalipse su četiri mitske figure i pojavljuju se u Bibliji u šestom poglavlju Otkrivenja Jovanovog. Stihovi opisuju četiri jahača i konja, od kojih svaki predstavlja jedno zlo i koji će se pojaviti na Zemlji na dan Apokalipse, nagovještavajući smak svijeta. Istaknuti psiholog i profesor John Gottman koristi ovu sintagmu da objasni četiri najveća neprijatelja braka:

- prezir,
- kritikovanje,
- opozicija opstrukcijom,
- odbrambeni stav.

Do ovih rezultata Gotman je došao tako što je većinu svog radnog vijeka analizirao bračnu stabilnost i ljubavne odnose. U svom institutu 40 godina proučavao je stotine parova i naposljetku uočio obrazac koji se ponavlja među rastavljenim parovima tj. emociju koja im je zajednička i nagovještava kraj ljubavi.

Kako onda biti onaj par koji se izborio sa svim ovim izazovima i koji je sačuvala brak?

Tako što ćete početi da primjenjujete neke od ovih šest savjeta:

- **PROMIJENITE UGAO GLEDANJA.** Sjedite i iskreno razgovarajte o svemu što ste bili i što ste sada, kao i o tome šta vas čeka. Neminovno je da ste se promijenili i koliko god vi željeli da sve stvari ostanu iste, to nije dovoljno da tako zaista bude. Prihvatanje takvih neminovnosti će ići lakše ako promijenite ugao gledanja. Na primjer, umjesto misli o tome što baš sada ne možete da idete negdje sa partnerom ili što on/ona sada izgleda baš oronulo i neprivlačno, vi se potrudite da fokus pomjerite na nešto što sa bebom radi baš dobro. Kada redovno jedno drugo hvalite, iznova se podsjećate zašto jedan drugog volite, održavate tu ljubav snažnom, a partner dobija poruku da ste i dalje tu, da i dalje za vas vrijedi.

„Ja sam samo još više zavoljela svog muža kada ga vidim kako smiri bebu ili je uspava na svojim grudima. U tim trenucima je bio još veći u mojim očima. Bonus za naš odnos je bio i kad ga naglas pohvalim za to ili mu u tom trenutku kažem kako ga volim. Em sam izrazila svoja osjećanja, em sam dala insentiv za njegovo roditeljsko samopouzdanje“.

- **VJEŽBAJTE „JA PORUKE“.** To su rečenice koje se odnose prije svega na to kako se vi osjećate povodom nekog zajedničkog problema. Ljudi su nekako navikli da kad im nešto smeta odmah krenu sa „ti porukama“ u kojima nerijetko optužuju, kritikuju ili negativno vrednuju drugu osobu. Ona se dalje osjeća napadnuto i sukob je neminovan. Kod „ja poruka“ nema dominacije, degradacije, niti optuživanja, pa se samim tim otvaraju vrata za dalju konstruktivnu komunikaciju.

„Značilo bi mi da malo pričamo o tome kakav je bio moj dan. I meni treba da se relaksiram“.
Umjesto:
„Ti si sebičan. Samo misliš na sebe. Gdje sam tu ja“?

- **UVIJEK PRVO RAZMIŠLJAJTE O TOME KOJI DIO ODGOVORNOSTI VI MOŽETE DA PREUZMETE.** U svađi svašta kažete. Usmjereni ste na to kakav je vaš partner bio u datoj situaciji i šta je to uradio pa vas je povrijedio. Onda se on osjeća napadnutim, pa vam uzvratiti isto ili duplom mjerom. Neko ima još suptilnije metode, pa iz uloge žrtve još više veliča svoju ispravnost, a dodatno naglašava grešnost partnera. Učite da mijenjate ovakav vid komunikacije jer on ne vodi nikud! Krenite od gore navedenih „ja poruka“ i usmjerite se na konkretno ponašanje partnera koje vas je povrijedilo. A još je bolje kad prije toga kažete gdje smatrate da ste vi pogriješili i koji dio odgovornosti vi preuzimate. Tako će partner početi da sluša bar na jedno uvo, a povećaće se vjerovatnoća da i on razmisli gdje je pogriješio. Ako ne odmah dok je u jakim emocijama, možda kasnije.
- **PAUZA OD POLA SATA, PA RAZGOVOR.** Nije uvijek dobro odmah razgovarati ne vodeći računa kakav će ishod biti. Nekad je dobro napraviti kratku pauzu, pa onda smirenije započeti razgovor. Psiholozi kažu da je prihvatljivo razdvojiti se i opustiti na nekih 20-30 minuta. Onda ćete biti dovoljno smireni da hladnije glave i širih vidika razgovarate o problemu. Ono što je najvažnije da izbjegnute je potpuni prekid komunikacije. Udaljavanje, ignorisanje, „poslovno“ komuniciranje u braku nikud ne vodi. Tačnije, vodi ka tome da se stvori prezir prema partneru, a prezir je, prema gore pomenutom Gotmanu, najbolji prediktor razvoda.

„Muž i ja smo npr. oboje impulsivni i izrazito osjetljivi, pa vježbamo da iskuliramo koji minut dok se ne stišaju strasti i tek onda krenemo u razgovor. Doduše, ne izdržimo dugo, pa još uvijek budemo pod jakim emocijama kad nastavimo sa pričom“.

- **NE TRETIRAJTE SEKS KAO JEDINI NAČIN OČUVANJA INTIMNOSTI.** Seks jeste važan. Ako na duže potpuno izostane iz vašeg braka, to svakako nije dobro. Ciljajte na „imamo ga rjeđe nego prije bebe, ali ga imamo“. Međutim, ne treba gledati na seks kao na jedinu razmjenu intimnosti. Za intimnost su važni i pogledi, dodiri, maženja, grljenja. A za njihov izostanak ni beba ne može biti izgovor.
- **PODRŽAVAJTE JEDNO DRUGO U POTREBI ZA „JA“ VREMENOM.** Pored toga što su vam važni zajednički trenuci, neophodni su i „ja trenuci“ za svakog od vas. Majkama je to možda teže u prvim godinama nakon porođaja, i one češće izgube sebe. Pomozite jedno drugom u održavanju tih pojedinačnih „ja trenutaka“. Njeguajte SEBE i VAS u braku.

ŠTA PODRAZUMIJEVA „ODGOVORNO RODITELJSTVO“?

„Odluka da imate dijete vrlo je značajna. To znači da ste riješili da pustite srce u svijet“.

Elizabeth Stoun

Pojam „**odgovorno roditeljstvo**“ obuhvata višestruku brigu roditelja za svoje potomstvo u svim fazama njegovog nastanka i razvoja i podrazumijeva samim tim roditeljsku odgovornost kod čina začeća, odgovornost kod rođenja djeteta/djece, brigu i podizanje djeteta/djece, roditeljsku nježnost i ljubav, nastojanje da djetetu/djeci pruže pravilno vaspitanje i slično. Odgovorno roditeljstvo se posebno odnosi na odgovoran pristup partnera prema prihvatanju potomstva (začecu djeteta), pa u tom smislu odgovorno roditeljstvo podrazumijeva odluku partnera koliko će djece imati i kada će ih imati.

POJMOVNIK:

Odgovorno roditeljstvo podrazumijeva cjelokupnu brigu roditelja za svoju djecu, od trenutka začeća, pa sve do njihove samostalne dobi.

Dobro roditeljstvo u ranom djetinjstvu je ono koje je osjetljivo na djetetove mogućnosti, te usmjereno na postizanje razvojnih zadataka u cilju postizanja optimalnog osjećaja sigurnosti kod djeteta, društvene kompetencije i intelektualnog razvoja.

U stručnoj literaturi mogu se naći brojne definicije odgovornog roditeljstva, a prema shvatanju Vuksanovića, odgovorno roditeljstvo se definiše „kao prvorazredna ljudska obaveza prema mladom ljudskom biću kojem je prijeko potrebna, ne samo tjelesna njega, nego i opšta klima ljubavi i predanosti u kojoj se može uspješno psihčki i moralno razvijati“ (Vukasović, 1994: 293).

Runkel (2007) kaže da u roditeljstvu nije riječ o djeci, nego o roditeljima. Odgovornim roditeljstvom, posmatrano iz perspektive djeteta, najvažnije je postići elemente ohrabrujuće, podsticajne klime za razvoj i učenje, navodi Spasojević (2011).

ZANIMLJIVE RASELOVE MUDROSTI ODGOVORNOG RODITELJSTVA

Dijete koje živi s ljubavlju uči da voli.

Dijete koje živi sa srećom pronaći će ljubav i ljepotu.

Dijete koje živi sa pohvalama uči da poštuje sebe.

Dijete koje živi sa ohrabrenjem uči se povjerenju.

Dijete koje živi učestvujući uči da bude uvidavno.

Dijete koje živi sa znanjem uči se mudrosti.

Iako se u navedenim mudrostima eksplicitno govori o djeci, zapravo se govori o **roditeljima**.

ŠTA TO ZNAČI BITI RODITELJ U SVAKODNEVNOM ŽIVOTU?

Kad u naš svijet uđe dijete i postanemo roditelji/staratelji, do kraja života u sebi nosimo posebnu ljubav, brigu i odgovornost za još jedno biće. **Roditeljstvo** obuhvata brojne aktivnosti i vještine roditelja/staratelja koji su odgovorni za brigu, vaspitanje i njegu djece. Neprestano se preispitujemo, analiziramo svoje postupke, razmišljamo da li i u čemu griješimo, šta uraditi naredno, a da se opet ne pogriješi, muče nas pitanja kakav je to dobar i odgovoran roditelj, a šta je odgovorno roditeljstvo... Ovo je samo mali dio onoga što gotovo svakodnevno brine roditelje/staratelje u želji da kvalitetno ispune svoju roditeljsku ulogu. Upravo zato, iako jedna od najljepših, ona je ujedno i jedna od najtežih uloga u našim životima. Ipak, tokom života se najmanje pripremamo za ulogu roditelja koja nam predstavlja izazov s unaprijed neizvjesnim ishodom.

Zadatak roditelja je da vaspita samostalnu, zrelu, odgovornu i emocionalno stabilnu ličnost, a to će postići ako dijete razvije dobru sliku o sebi, samopouzdanje i prihvati sebe. Da bi se sve ovo desilo, roditelji djetetu treba da pruže безусловnu ljubav, podršku i prihvatanje. Tada možemo govoriti o konceptu „pozitivnog roditeljstva“ koje, u odnosu na smjernice Savjeta Evrope, označava ponašanje roditelja utemeljeno na najboljim interesima djeteta, koje njeguje, osnažuje, nenasilno je i osigurava poštovanje i usmjeravanje djeteta koje uključuje postavljanje granica, primjerenih uzrastu, kako bi se omogućio potpuni razvoj potencijala svakog djeteta¹⁹.

ZAŠTO KAŽEMO DA DJECA I RODITELJI ZAJEDNIČKI RASTU?

Razlike u shvatanju porodice nekada i sada, a samim tim i vaspitanja koje se odvija unutar nje, proističu iz različitog i suprotnog shvatanja djeteta:

- tradicionalno shvatanje na dijete gleda kao na pasivnog primaoca socijalnih uticaja,
- savremeno shvatanje podrazumijeva interakciju djeteta i roditelja koji utiču jedni na druge (povratna sprega)²⁰.

„Porodica je najvažnije mjesto na kome se to „ja“ i lični integritet razvijaju, kod djece i kod roditelja podjednako“.

Jasper Jul

U suštini, **tradicionalni pristup posmatra roditeljstvo** iz ugla moći: muškarci imaju moć nad ženama, a odrasli nad djecom. Ponašanje roditelja i djeteta uslovljeno je određenim vrijednostima, ali i vaspitnim mjerama koje podstiču poniznost kod djece, bez poštovanja i podsticanja njihove individualnosti. Na ovaj način su se vjekovima, s generacije na generaciju, prenosile društvene vrijednosti, uvjerenja i norme ponašanja, a djeca su ih pasivno preuzimala i to se od njih i očekivalo. Ovaj pristup podrazumijeva da dijete, takođe, nema nikakve odgovornosti za proces svog razvoja i aktuelizacije.

Današnji pristupi zasnivaju se na **savremenom pogledu na roditeljstvo** u kom dijete utiče na odnose između roditelja, na njihovo ponašanje, a naglasak je na roditeljstvo koje vaspitanje posmatra kao uzajamni proces koji se odvija između roditelja i djeteta. U ovoj međusobnoj interakciji roditelja i djeteta, oni tumače ponašanje jedni drugih; imaju svoja očekivanja i ciljeve, ali se i prilagođavaju očekivanjima i ciljevima onog drugog (roditelj djeteta, a dijete roditelja). Ono što je poželjno u ovom uzajamnom djelovanju djeteta i roditelja jeste to da se mijenjaju i budu fleksibilni i dijete i roditelji.

I zato kažemo da i **dijete i roditelji zajednički rastu**. Dijete se osnažuje kroz svoj odnos sa roditeljem koji ne nameće moć, niti djeluje umjesto djeteta, a roditelji, dijeleći svoju moć sa djetetom, kroz ovakav odnos stiču nova znanja i iskustva koja ga, takođe, osnažuju i obogaćuju.

19 Tomašević, T., Golić Ružić, M. i Radulović, S. (2018): Mora da može drugačije. Recite NE telesnom kažnjavanju dece i DA pozitivnom roditeljstvu, Smernice za roditelje/staratelje kako bi lakše odgovorili na izazove koje roditeljstvo nosi, Centar za prava deteta, Beograd.

20 Despotović, V., Flander Buljan, G. i Petrović, M. (2020): Pozitivno roditeljstvo, Centar za prava deteta, Beograd

KOJI STILOVI PORODIČNOG VASPITANJA POSTOJE?

Pored toga što se za ulogu roditelja ne pripremamo, još jedna od „otežavajućih“ okolnosti, a svakako i izazov, jeste ta da smo u današnjem vremenu preopterećeni brojnim dvostrukim porukama i različitim preporukama. S jedne strane, svjesni smo značaja poštovanja dječjih prava, dobijamo informacije i preporuke da od rođenja isključivo vodimo računa o djetetovim potrebama i željama, nužnosti da uvijek pokazujemo razumijevanje za dijete i posmatramo ga kao nekog ko je nama ravan. Nasuprot tome, često su naša lična iskustva ili iskustva i poruke koji nam stariji članovi porodice žele prenijeti dijametralno suprotna i temelje se na tradicionalnom konceptu roditeljstva. Upravo zato je teško prihvatiti činjenicu da roditelji mogu išta da nauče od djece, da treba da reaguju na djetetove potrebe i razumiju ih, a istovremeno da snose odgovornost za dijete kao odrasli, stariji i mudriji. Kada tome dodamo brojne preporuke u svim medijima o tome kako biti savršen i idealan roditelj i kako se to postaje ulaskom djeteta u porodicu, a da je svaki naš vaspitni postupak od suštinskog značaja za rast i razvoj djeteta (a samim tim i budućnost), **pritisak koji se postavlja pred roditelje/staratelje je ogroman.**

„Tajnu vaspitanja otkrio je onaj koji je uspio da pomiri dvije osnovne suprotnosti: podsticati i obuzdavati slobodu djeteta“.

Prema: Medić, S., Matejić-Đuričić, Z. i Vlaović-Vasiljević, D., 1997.

U suštini, koliko god nam se tradicionalni i savremeni pristup roditeljstvu, a samim tim i pogled na dijete i njegovo vaspitanje, činili potpuno različitim i suprotnim konceptima, novije viđenje ne isključuje pozitivne aspekte tradicionalnog roditeljstva: **odgovornost, vođenje, brigu, poučavanje**. Dakle, savremenom pristupu se dodaju one vrijednosti koje su ranije bile zapostavljene u tradicionalnom pristupu, a pokazale su se kao nužne: **sigurnost, ljubav i toplina, odnosno brižno ponašanje roditelja, kao i osnaživanje djeteta i uvažavanje njegovog mišljenja, doživljaja i ponašanja, uz nezaobilazno usmjeravanje i postavljanje granica**²¹.

POJMOVNIK:

Stil porodičnog vaspitanja je cjelokupnost karakterističnih ponašanja, sredstava, komunikacija, odnosa, emocija, uticaja i ostalih međuzavisno povezanih komponenti vaspitnog procesa uslovljenog vaspitnom filozofijom, sklopom osobina ličnosti i pedagoškom kulturom roditelja/staratelja/ odgovorne odrasle osobe sa kojom dijete uspostavlja emocionalni odnos, starosnim i individualnim karakteristikama djeteta i bitnim obilježjima porodičnog i društvenog konteksta.

Prema: Ilić, 2008.

Ako za trenutak zanemarimo ovu dugačku definiciju u pojmovniku, najjednostavnije rečeno, stil porodičnog vaspitanja obuhvata istovremeno i **vaspitne stavove i postupke roditelja**, kao i **odnose između roditelja i djece**. Ogleda se i kroz govor tijela, temperament, ton glasa, emocionalne izraze, kvalitet pažnje koja se djetetu pridaje, a načini na koje roditelji postupaju prema djetetu trebalo bi da predstavljaju **relativno dosljedan model ponašanja i uspostavljanja odnosa sa djetetom**. Naravno, kako dijete raste, mijenjaju se i njegove potrebe, pa samim tim roditelji prilagođavaju vaspitne ciljeve i disciplinske zahtjeve, ali ono što je **konstanta jeste emocionalni odnos koji prožima porodično vaspitanje**.

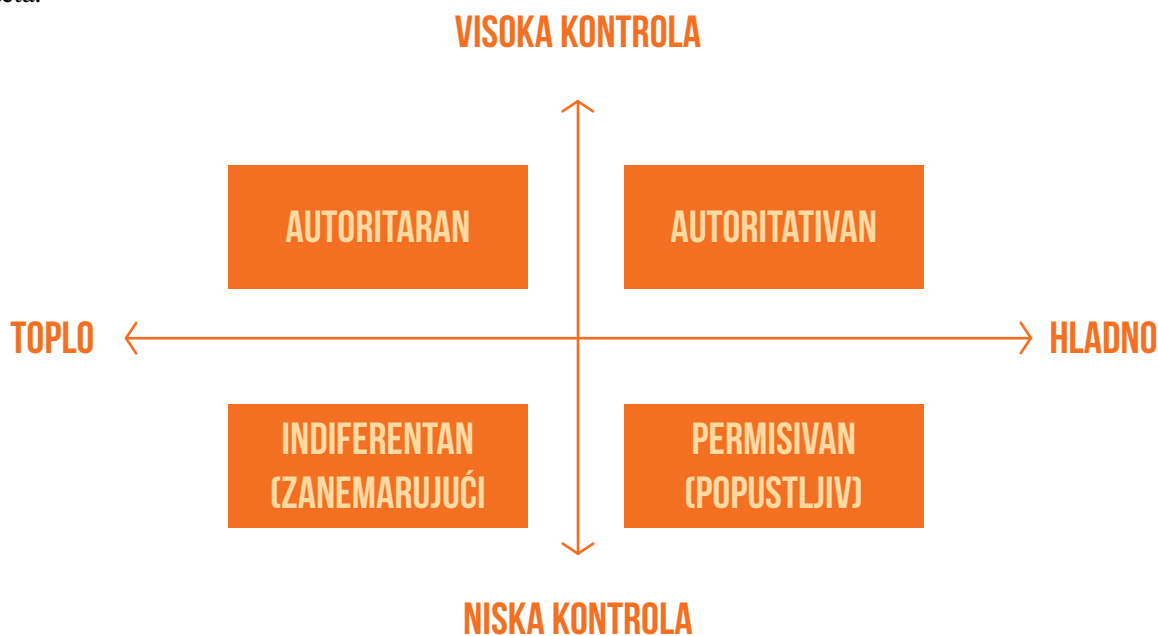
Da bismo shvatili suštinu i kakve sve osnovne vrste (stilovi) porodičnog vaspitanja postoje, polazimo od **dvije dimenzije na kojoj se vaspitanje zasniva: roditeljske topline i roditeljske kontrole**.

21 Ibid

Roditeljska toplina se odnosi na emotivni odnos prema djetetu i označava koliko smo kao roditelji osjetljivi na njegove potrebe. Ako smo osjetljivi, podstičemo samopouzdanje i individualnost kod djeteta. Tako što smo usmjereni na djecu, svjesni smo njihovih zahtjeva i potreba, pa im u pravo vrijeme pružamo i podršku. Upravo zato se ova dimenzija ogleda u tome da se na jednom njenom kraju nalazi otvoreno izražavanje ljubavi, emocija, jasna komunikacija, interakcija u odnosu odrasli-dijete, sigurna i stabilna privrženost između djeteta i roditelja/staratelja, dok na suprotnom kraju ove dimenzije sve to izostaje (iz krajnosti u krajnost, od toplog do hladnog).

Roditeljska kontrola, s druge strane, podrazumijeva nivo slobode i samostalnosti djeteta, odnosno roditeljske zahtjeve i očekivanje zrelog i odgovornog ponašanja djeteta primjerenog stepenu njegovog razvoja. Dakle, dimenziju kontrole čine roditeljski nadzor, disciplinovanje i usmjeravanje (koja se kreće iz krajnosti u krajnost, od visoke do niske kontrole). Ako su roditelji dosljedni u svojim očekivanjima, daju jasna uputstva i definisane odgovornosti, nadziru dječje aktivnosti, oni će svojim vaspitnim postupcima pozitivno uticati na razvoj samoregulacije ponašanja kod djeteta. Na taj način usmjeravamo djecu prema željenim ciljevima, pomažemo im da mijenjaju nezrelo i/ili neprijateljsko ponašanje, te podstičemo usklađivanje dječjeg ponašanja s očekivanim standardima ponašanja. Važno je znati na pravi način i u pravo vrijeme usmjeravati dječje ponašanje uz primjenu nagrada i kazni, a u skladu sa željenim ili zabranjenim ponašanjem. Još važnije, kada je u pitanju kontrola dječjeg ponašanja, nikada roditelji ne smiju poistovjećivati dječje ponašanje s djetetom (najjednostavnije objašnjenje: ako je dječje ponašanje „loše“, ne znači da je i dijete loše).

Ukrštanjem ovih dimenzija dobijamo **četiri porodična stila vaspitanja**²², a to su: autoritaran, popustljiv/permisivan, zanemarujući/indiferentan i autoritativan. Svaki roditeljski stil sadrži poseban skup ponašanja i svojstava koji ga razlikuju od ostalih stilova. Najjednostavnije rečeno, vaspitanje djeteta podrazumijeva **toplino, razumijevanje, ljubav, podršku i ohrabrenje** koje roditelj pruža djetetu, zatim kontrolu koju čine roditeljska očekivanja, zahtjevi i nadzor, ali se kontrola može protezati od potpune kontrole do zanemarivanja djeteta.



Shema: Model porodičnih vaspitnih stilova

²² Ovu roditeljsku tipologiju i tri vaspitna porodična stila kreirala je Diana Baumrind (1971) na osnovu istraživanja o interakcijama roditelja i djeteta, dok su je 1983. godine Maccoby i Martin dopunili i uveli i četvrti stil. Ova tipologija je jedna od najpoznatijih i rezultat je proučavanja literature, teorijskih razmatranja i opservacija porodične vaspitne prakse. Naravno, polazeći od različitih kriterija i razni drugi autori su ponudili različite tipologije stilova porodičnog (roditeljskog) vaspitanja i gotovo svaka naredna ima veći broj kriterija klasifikacije i broj stilova porodičnog (roditeljskog) vaspitanja. Međutim, povećavanje broja stilova kao teorijskih konstrukata ne mora dovesti do produbljenijih i primjenjivijih naučnih saznanja o njima.

Autoritarni roditelji podrazumijevaju visoku kontrolu i zahtijevaju poslušnost od strane djeteta, skloni su kažnjavanju djece, dok vrlo slabo pokazuju toplinu i razumijevanje i ne odgovaraju na njihove potrebe. Ovaj stil porodičnog vaspitanja predstavlja konstantnu borbu i nadmetanje ko je jači i ko ima moć, a jasno je da to uvijek moraju biti roditelji. Ova djeca su nesrećna i nestabilna, povučena s jedne strane, ali karakteriše ih i osjećaj straha, anksioznosti, nepovjerenja, neiskrenosti, lažnog poštovanja, čak znaju biti konfliktna i agresivna prema drugima i sebi.

Popustljiv (permisivni) roditelji mnogo više odgovaraju na potrebe djeteta, ali djeci ne postavljaju nikakve granice u ponašanju i ograničenja, niti ima definisanih pravila. Ovi roditelji se postavljaju kao drugari svojoj djeci. Djeca permisivnih roditelja su uglavnom samopouzdana i socijalno otvorena, međutim često krše ili ignorišu pravila. Takođe, često znaju biti nesigurna i ne snalaze se baš najbolje, ili s druge strane budu impulsivna i agresivna.

Zanemarujući stil porodičnog vaspitanja (indiferentan/ravnodušni) obuhvata one roditelje koji su nedovoljno uključeni u vaspitanje djece i koji rijetko reaguju na dječje zahtjeve, potrebe i ponašanja. Ovaj stil podrazumijeva odsustvo roditeljske uključenosti, sem brige o osnovnim potrebama djeteta (ishrana, odijevanje). Djeca zanemarujućih roditelja su neposlušna, neprijateljski raspoložena, zahtjevna, krše i odbijaju pravila, imaju nisko samopoštovanje, takođe, mogu biti usamljena i povučena, sa niskim postignućem.

Autoritativni roditelji su i osjetljivi na dječje potrebe, ali i dosljedno zahtijevaju od djece pridržavanje postavljenih normi ponašanja. Ovi roditelji su odlučni, obrazlažu i objašnjavaju djeci postavljene zahtjeve i kod njih razvijaju odgovornost. Atmosfera u porodici je emocionalno topla i podržavajuća i mnogi autori su saglasni s tim da je autoritativni porodični stil vaspitanja najčešće povezan sa pozitivnim ishodima vaspitanja djeteta i da se pokazao najproduktivnijim za zdrav psihosocijalni razvoj djeteta. Djeca ovih roditelja imaju samopouzdanje, energična su, sigurna su u sebe, imaju izraženu potrebu za postignućima, visok stepen samokontrole, nezavisna su, prijateljski naklonjena, emocionalno prilagođena, zadovoljna i društveno odgovorna.

Naravno, gotovo sva roditeljska ponašanja se mogu svrstati u neke od navedenih dimenzija roditeljstva, a stilovi se mogu mijenjati ili preklapati u zavisnosti od uzrasta djeteta i drugih faktora. Navedeni vaspitni stilovi u praksi nijesu prisutni u ovako opisanom doslovnom obliku, već je najčešće prisutna **kombinacija** njihovih karakteristika. Takođe, česta pojava je i to da jedan roditelj primjenjuje jedan vaspitni stil, a drugi roditelj drugi. Važno je da stil porodičnog vaspitanja stalno procjenjujemo i unapređujemo kako bismo bili najbolja verzija roditelja/staratelja za svoje dijete, ali i zato što se obrasci roditeljstva itekako mogu prenositi dalje s jedne generacije na drugu...

ŠTA ČINI KOMPETENTNOG I POSVEĆENOG RODITELJA/STARATELJA?

Kompetencija roditelja mogla bi da se definiše kao osjetljivost roditelja/staratelja da interpretira djetetove signale i reaguje na djetetove potrebe. Uspjeh u brizi o djetetu i igri sa njim zavisi u velikoj mjeri od prepoznavanja malih promjena u djetetovom ponašanju i adekvatnog reagovanja na te signale²³.

POJMOVNIK:

Najčešći faktori koji utiču na kvalitet roditeljstva, odnosno preduslovi za ostvarivanje vaspitnih zadataka porodice: individualne karakteristike roditelja, djeteta, porodični odnosi, socijalni i kulturni faktori.

Prema: Belski, 1984.

Roditeljstvo jeste privilegija, ali privilegija podjednako oba roditelja, ne samo majki, već i očeva. Međutim, da li će, i u kolikoj mjeri, i majke i očevi biti dobri roditelji, zavisi od brojnih faktora. Prije svega, zavisi od individualnih karakteristika roditelja: ko smo mi i kojim ličnim resursima raspoložemo (lična istorija i psihološki resursi, kakvo je naše lično iskustvo djetinjstva, odnosno iskustvo sa svojim roditeljima), koliko smo spremni da učimo, mijenjamo i prilagođavamo se, količine i kvalitet emocija prema djetetu...

Individualne karakteristike djeteta koje utiču na roditeljsko ponašanje i često mogu biti faktori koji utiču na kvalitet roditeljstva su: temperament, pol, uzrast i sposobnosti.

Pored ovih koji se vezuju za individualne karakteristike roditelja/staratelja i djeteta, izdvajaju se oni koji se vezuju za okruženje, npr. sredina u kojoj smo odrastali, kako dijelimo poslove unutar porodice, koji su običaji prisutni i u kakvoj sredini danas mi podižemo svoju djecu... Najbrojniji socijalni stresovi su: siromaštvo, fizička i mentalna bolest, povećanje stope razvoda, raspršenost proširene porodice i mreža podrške, nedostupne ili nedovoljne mreže podrške, konfliktni zahtjevi posla i kuće (posebno za majke), neprihvatljivost tradicionalnih mjera vaspitanja djece (odsustvo standarda ili nekog uzora roditeljstva), uz povećani uticaj vršnjaka i njihove kulture, zatim razvoj urbanih sredina u kojima su djeca izložena jakim spoljašnjim uticajima (uključujući medije).

Ako želimo da pokušamo da razmotrimo svoje lične kompetencije roditeljstva, mogu da nam posluže šest dimenzija kapaciteta za roditeljstvo za koje se smatra da su primjenljive na svu djecu, **bez obzira na njihov uzrast, različite potrebe i razvojni status** (prema: Okvir za procjenu djeteta u stanju potrebe i njegovih roditelja²⁴, UK Department of Health, 2000), odnosno odgovori na pitanja kakav je naš odnos prema ulozi roditelja:

- Da li kao roditelj obezbjeđujem djetetu **osnovnu njegu/brigu** (hranjenje, toplota, zdravlje, bezbjednost i čistoća)?
- Da li kao roditelj obezbjeđujem djetetu **bezbjednost i zaštitu od povrede i opasnosti** (zaštita od ugrožavajućih odraslih ili djece, samopovređivanja, prepoznavanje rizika i opasnosti vezanih za dom i spoljašnju sredinu)?
- Da li kao roditelj obezbjeđujem djetetu **emocionalnu toplinu** (zadovoljavam potrebu djeteta za sigurnim, stabilnim i toplim odnosima, adekvatan fizički kontakt, komfor i toplinu)?
- Da li kao roditelj ohrabrujem **razvoj dinamike vezivanja s djetetom**?
- Kakav stav imam kao roditelj prema **zadacima roditeljstva** (stavovi prema disciplinovanju, razvojnim očekivanjima od djeteta)?
- Da li kao roditelj prihvatam **odgovornost za roditeljsko ponašanje**?
- Da li je moje **ponašanje i odnos sa djetetom dosljedno i stabilno** (postoji kontinuitet brige i postojanost vezivanja, konsistentnost u emocionalnoj toplini i reagovanju)?

23 Kapor Stanulović, N. (2017): O roditeljima, Pedagoški centar Crne Gore, Podgorica.

24 Deca sa smetnjama u razvoju, Potrebe i podrška (2011): Marija Mitić (ur.), Republički zavod za socijalnu zaštitu, Beograd.

Ovo su samo neka od pitanja kojima se treba baviti ukoliko želimo da procijenimo svoje kompetencije, sigurno da nijesu jedina.

Ne treba zaboraviti, savršen roditelj ne postoji, a odgovor na pitanje kako se najpravičnije postaviti prema djetetu u različitim fazama njegovog odrastanja teško je dati. Vaspitanje je dinamičan proces koji zavisi od brojnih faktora i njihovog sadejstva. Osim krajnosti, koje čine previše strogi ili previše popustljivi roditelji, nalazi se zlatna sredina, majke i očevi koji djeci obezbjeđuju puno ljubavi, sigurnosti, podrške, razumijevanja, ali i jasnih smjernica, discipline, poštovanja pravila i postavljenih granica. Roditelji, za koji god tip vaspitnih postupaka se opredijelili, uvijek imaju dilemu da li su ispravno postupili. Ipak, roditeljske strategije koje doprinose vaspitanju zdrave i srećne djece predstavljaju pozitivne roditeljske stilove koji podstiču autonomiju djeteta, a ostvaruju se uz pomoć ovih jednostavnih smjernica:

- posvetiti se svom djetetu na najkvalitetniji mogući način. Uložiti vrijeme, strpljenje, energiju,
- pratiti i adekvatno odgovoriti na potrebe djeteta,
- pokazati djetetu što više ljubavi. Sigurnost koju mu roditelj/staratelj uliva svojom ljubavlju omogućava razvoj djeteta u samopouzdanu, vedru, osobu,
- podsticati pozitivna ponašanja i postavljati jasna pravila, sa jasnim očekivanjima,
- mnogo razgovara. Pratiti dijete u svim fazama odrastanja,
- misliti o sebi kao roditelju. Preispitivati svoje postupke, ne ustručavati se potražiti pomoć kada se osjetimo nesigurno,
- imati povjerenja u sebe. Slušati svoj unutrašnji glas. To je jedini način da se taj glas osnaži i ohrabri da ubuduće bude glasniji, a roditelj/staratelj sigurniji da ga taj glas ispravno savjetuje.

KORIŠĆENA LITERATURA I IZVORI ZA PRVI MODUL:

- Gordana, K., Gordana, K. J.**, Doživljaj kompetentnosti u roditeljskoj ulozi i sukobi između roditelja i adolescenata/Parenting sense of competence and parent-adolescent conflict, *Suvremena Psihologija / Contemporary Psychology*, 2011.
- Ivana T. J, Iva A.**, Motivacija za roditeljstvo i briga za mlade naraštaje u mlađih i sredovječnih roditelja, ORCID icon orcid.org/0000-0003-2166-1089; Sveučilište u Zadru, Zadar
- J. Stephen Bell, John B.**, Motivation For Parenthood: A Factor Analytic Study of Attitudes Towards Having Children, *Journal of Comparative Family Studies*, 1985.
- Katica L.G.**, Doživljaj i praksa roditeljstva u različitim životnim razdobljima, Zadar, 2010.
- Mira Čudina-Obradović, Josip Obradović**, Psihologija braka i obitelji, *Golden marketing – Tehnička knjiga*, Zagreb, 2006.
- P Hwang, B Nilsson, S Kaleb, N Gajanović**, Razvojna psihologija: od fetusa do odraslog, 2000. Priručnik „Azbuca roditeljstva“, Udruženje građana „Snaga prijateljstva“ – Amity, Beograd
- Sandra B. Guska**, Roditeljstvo kao prirodni instinkt ili izgrađena kompetencija: obrazovne potrebe budućih roditelja u koncepciji općeljudskih potreba, UDK 374.7 ISSN 1512-8784, *Obrazovanje odraslih, Časopis za obrazovanje odraslih i kulturu*
www.unicef.org
<https://www.unicef.org/serbia/media/6586/file/Sre%C4%87a%20i%20porodice%20sa%20decom%20u%20Srbiji.pdf>
<https://www.yumama.com/>
<https://slideplayer.info/slide/14724984/>
<https://aleksandrabirta.com/brak-raspada/>
- V. Minić, T. Kompirović** (2014): Funkcije i problemi savremene porodice u vaspitanju dece ranog uzrasta, *Zbornik radova Učiteljskog fakulteta*, 8, str. 27–40.
- Vukoje J.** (2012): Osnovne funkcije savremene porodice, *Naučno-stručni časopis SVAROG* br. 4, str. 137– 144.
- Deca sa smetnjama u razvoju, *Potrebe i podrška* (2011): **Marija Mitić** (ur.), Republički zavod za socijalnu zaštitu, Beograd
- Zeković, B. i Rakočević, V.** (2015): *Priručnik za zaposlene u vaspitno-obrazovnim ustanovama o postupanju, prevenciji i zaštiti djece i mladih od nasilja u porodici*, SOS telefon za žene i djecu žrtve nasilja Podgorica, Ministarstvo za ljudska i manjinska prava, Podgorica
- Tomašević, T., Golić Ružić, M. i Radulović, S.** (2018): Mora da može drugačije, *Recite NE telesnom kažnjavanju dece i DA pozitivnom roditeljstvu*, *Smernice za roditelje/staratelje kako bi lakše odgovorili na izazove koje roditeljstvo nosi*, Centar za prava deteta, Beograd
- Despotović, V., Flander Buljan, G. i Petrović, M.** (2020): *Pozitivno roditeljstvo*, Beograd, Centar za prava deteta
- Medić, S., Matejić-Đuričić, Z. i Vlaović-Vasiljević, D.** (1997): Škola za roditelje, socio-edukativni program za porodicu, Institut za pedagogiju i andragogiju Filozofskog fakulteta, Beograd
- Ilić, M.** (2008): Stilovi porodičnog ponašanja, *Norma*, XIII, 3/2008.
- Mihić, I., Zotović, M., Petrović, J. i Avić, B.** (2009): Vaspitni procesi u porodici: povezanost kvaliteta dijadnih i trijadnih odnosa, *Zbornik Instituta za pedagoška istraživanja*, br. 1, str. 100–115.
- Vodič za facilitatore, Pozitivno roditeljstvo** (2020): Centar za prava deteta, Beograd
- Milivojević, Z., Bilban, K., Kokelj, V., Kramberger, M., Steiner, T. I Kožuh, B.** (2015): *Mala knjiga ZA VELIKE RODITELJE*, Priručnik za vaspitavanje dece, Psiholopis Institut, Novi Sad
- Kapor Stanulović, N.** (2017): *O roditeljima*, Pedagoški centar Crne Gore, Podgorica

RODITELJSTVO U PRENATALNOM PERIODU

ŠTA DA OČEKUJEM U PERIODU IZMEĐU ZAČEĆA I ROĐENJA?

TRUDNOĆA – RAZVOJ ILI „BREME“?

Prva trudnoća je kao putovanje u stranu zemlju gdje ne znate njihov jezik, kulturu ni običaje.

U prethodnom poglavlju je bilo riječi o motivaciji za roditeljstvom koja prije samog rođenja djeteta dobrim dijelom određuje roditeljske stavove. Poznavanje motiva osobe da dobije dijete pomaže nam da razumijemo porijeklo roditeljskih i povoljnih i nepovoljnih stavova u odnosu na stvaranje optimalnih uslova za razvoj djeteta. Osjećanja trudnice i njeno shvatanje trudnoće kao normalne razvojne faze u životu, ili pak prolaznog „bolesnog stanja“, u velikoj mjeri su kulturološki uslovljeni.

Antropolog Margaret Mid (Mead, 1950) nalazi da su mučnina i povraćanje u trudnoći nepoznati simptomi trudnoće u nekim sredinama. Kod nekih su vezani samo za prvu trudnoću, kod nekih pak za svaku trudnoću. Većina žena će se uklopiti u okvire određene uloge koja preovladava u toj kulturnoj sredini i ispoljavati odgovarajuće simptome.

Česti nazivi za trudnoću su „drugo stanje“ i „bremenitost“ što ukazuje na promijenjenost trudnice, kako fizičku tako i psihološku. Trudnoća se doživljava i kao „breme“, za ženu, naročito u odmaklim fazama. I među teoretičarima je postojalo shvatanje da je trudnoća breme, teškoća, prepreka, nevolja koju treba prebroditi, da bi se zatim žena vratila na status „zdravog“. U dostupnoj literaturi preovladavaju tekstovi koji više ukazuju na teškoće i izazove trudnoće, a znatno je manje tekstova koji trudnoću predstavljaju kao priliku za uživanje i uspostavljanje odnosa sa bebom, partnerom i najvažnije sa sobom.

Trudnoća je period intenzivnih promjena koje mogu da dovedu do dezorganizacije, povećane anksioznosti, konflikta oko prihvatanja uloge pola, emocionalne razdražljivosti, pretjeranog povraćanja i slično) (Gunter, 1963). Za trudnoću se vezuju česte promjene raspoloženja koje variraju od osjećaja straha, umora, pospanosti, do uzbuđenosti i razdraganosti. Trudnoća je period povećane sklonosti osećanjima krize. Neki problemi se doživljavaju većim i važnijim i ličnost ne može da koristi uobičajeni repertoar svojih metoda za rješavanje tih i tako doživljenih problema.

U literaturi se često javlja termin *tokofobija* pod kojim se podrazumijeva specifično, uznemiravajuće stanje sa fobičnim izbjegavanjem trudnoće. Žene koje imaju tokofobiju odbacuju trudnoću usljed nemogućnosti uspostavljanja emotivnih veza sa fetusom i intenzivnog straha od predstojećeg porođaja.

Brojni teoretičari smatraju da je trudnoća prilika za razvoj i rast ličnosti žene. Bibring (Bibring, 1976) označava trudnoću kao biopsihosocijalnu krizu koja se javlja kod svake trudnice i koja, kao i svaka „normalna kriza“, pod povoljnim uslovima vodi u sazrijevanje. Ishod ove krize ima značajne efekte ne samo na majku već i na ranu afektivnu vezu majke i djeteta.

Suštinska razlika između ova dva pristupa sastoji se u tome što, u posmatranju promjena, pristup „trudnoća kao razvoj“ uključuje i razmatranje interpersonalnih odnosa i karakterističnih promjena u tim odnosima koje nastaju kao rezultat trudnoće i rođenja djeteta, a ne samo promjene u samoj ličnosti.



KOJI SU USLOVI ZA OPTIMALAN PRENATALNI RAZVOJ?

PSIHOLOŠKA VEZA MAJKE I DJETETA JE „VITAMIN RASTA“ U PRENATALNOM PERIODU

U cjelokupnom čovjekovom postojanju, devet mjeseci koje provede skriven od pogleda, unutar majčine utrobe, najznačajniji su za rast i razvoj.

Majka i beba u materici su neraskidivo povezane. Dijete je u utrobi majke zaštićeno od brojnih opasnosti, visokih i niskih temperatura, povreda, gladi, žeđi... ali ipak nije toliko zaštićena koliko se često misli. Beba doživljava sva emocionalna iskustva i stresove ravnopravno sa majkom iako ne postoji neposredna povezanost nervnog sistema majke i djeteta.

„Tokom devet meseci mašta žene je u cjelosti angažovana u nadanjima, snovima, strahovima i fantazijama o tome ko će biti njena beba, kakva će biti ona kao majka i njen suprug kao otac ...Žena je slobodna da projektuje sve vrste ideja na sceni svog uma o tome kako će izgledati život kad dođe beba. To je vitalna priprema da bi se postala majka“.

Stern, Bruscheilwr-Stern, 1997.



designed by Freepik

Kako rastemo?

Počinjemo kao zigot, jedna jedina ćelija veličine 1/15 milimetra u prečniku, težine oko 15 miligrama. Na rođenju se sastojimo od oko 2 milijarde ćelija i težimo, u proseku, oko 3250 grama. Promjene koje se dešavaju u obliku nijesu ništa manje značajne od povećanja veličine.

Eksperimentalno je dokazana veza između reakcija djeteta i nekih stanja majke kao što su umor, uznemirenost, loše raspoloženje... Kod majke, usljed straha, dolazi do promjena u radu žlijezda s unutrašnjim lučenjem kao i u metabolizmu ćelija. Hormoni iz majčine krvi preko placente prenose djetetu raspoloženje majke. Pored navedenog, značaj prenatalne vezanosti ogleda se posebno u tome što će trudnice koje razviju psihološku vezu sa bebom nastojati da obezbijede bolji kvalitet brige za dijete u toku trudnoće (zdrav život (ishrana, kretanje, čist vazduh...), redovne zdravstvene kontrole i slično) i biće spremnije da ostvare kvalitetniji emotivni odnos sa djetetom nakon rođenja, motivisanije preuzimajući i roditeljsku ulogu.



POJMOVNIK:

Prenatalna vezanost je specifična psihološka veza koja se tokom trudnoće razvija između majke i bebe.

ŠTA TREBA DA ZNAM O PRENATALNOM RAZVOJU PLODA (FAZE I RIZICI)?

Odnos roditelja prema djetetu započinje još od začeća i njegov kvalitet zavisi od toga koliko je dijete željeno. Ako dijete nije željeno, majka će od samog početka trudnoće biti emocionalno nezadovoljna, što će se štetno odraziti na razvoj djeteta. Prenatalni period, sa svojim podperiodima, daleko je značajniji nego što se često misli. Pošto je neposredno vezano za majku, dijete reaguje na razna njena stanja, pa i na neke draži iz okoline.

U stručnoj literaturi se mogu naći različite periodizacije prenatalnog razvoja, zavisno od toga šta se uzima za kriterijum (fizički razvoj, organske promjene, psihički razvoj). Periodizacija koju navodimo je psihološko-pedagoška. Obuhvata razvoj od samog začeća.

Promjene koje se događaju tokom 38 nedjelja trudnoće dijele se u tri osnovna perioda:

1. period zigota,
2. period embriona i
3. period fetusa.

Detaljnije ćemo razmotriti rizike po razvoj djeteta u svakom od ovih perioda.

Period zigota (ili ovuma)

POJMOVNIK:

zigot = „spojen“, „ujedinjen“, prvi stadijum u prenatalnom razvoju

Oplodena jajna ćelija se zove zigot. U ovoj prvoj fazi zametak zadržava oblik jajeta, otuda još i naziv ovarijalna faza (ovum - jaje). Period zigota traje dvije nedjelje od oplodnje do trenutka kada se plod ne implantira u zid materice, što mu omogućava pristup hranljivim supstancama iz majčinog organizma.

Po pravilu, u ovom trenutku, buduća majka ne registruje svoje „drugo stanje“, što predstavlja i najveću opasnost, jer može nenamjerno dovesti trudnoću u rizik. U slučajevima teških bioloških oštećenja ploda, događaju se spontani pobačaji koji za ženu prolaze sasvim nezapaženo, baš kao i sama trudnoća.

Kada se žena saživi sa ulogom trudnice, tada počinje da mašta o tome kako će izgledati njena beba, kakva će biti ona kao majka i njen partner kao otac. To se najčešće dešava u drugom trimestru trudnoće.



SLIKA x Promjene u veličini i obliku ljudskog tijela od 14 dana do 15 nedjelja nakon začeća (Adaptirano iz Arey, 1974).

Embrion

POJMOVNIK:

Embrion = „iznutra rastuće“ je drugi stadijum u prenatalnom razvoju

Period embriona traje od implantacije do osme nedjelje trudnoće.

Tokom ovog perioda žena postaje osjetljivija na promjene koje se dešavaju u njenom tijelu, a koje ukazuju na trudnoću (mučnina, umor, osjetljivost ili bol u grudima i donjem stomaku i drugo).

Zbog toga, navikavanje na nove okolnosti često prate i promjenljiva osjećanja od radosti do brige, od ushićenja do straha ili tuge.

Tokom ovih šest nedjelja događaju se najintenzivnije prenatalne promjene jer se u ovom periodu izgrađuju svi dijelovi tijela.

Na kraju embrionalnog perioda, embrion može da osjeti svijet koji ga okružuje. Reaguje na dodir, posebno u predjelu usta i tabana, može da se pokreće, ali je još uvijek premalen da bi njegove pokrete majka mogla da osjeti. Na početku trećeg mjeseca, embrion ima dužinu od 5 cm i težinu od 5.7 gr.

Kada trudnoća postane dio realnosti, trudnica mora da uspostavi vezu sa sopstvenim djetetom. Ovo se uglavnom po prvi put dešava onda kada majka vidi dijete na ultrazvuku, čuje otkucaje njegovog srca ili osjeti njegove pokrete u stomaku. Ovo su trenuci kada trudnica postaje svjesna svoje povezanosti i relacije sa djetetom i ono prestaje da bude „nešto“ što raste u njoj i postaje dijete sa kojim se izgrađuje odnos.

Period fetusa

POJMOVNIK:

Fetus je treći stadijum u prenatalnom razvoju.

Najduži prenatalni period je period fetusa, koji traje od devete nedjelje do kraja trudnoće. Glavni zadatak fetusa je rast (porast veličine i težine) i dalji razvoj već oblikovanih organskih sistema. Prosječni fetus će se roditi 266 dana nakon začeća s težinom između 3100 i 3600 gr i dužinom oko 50 cm.

Zahvaljujući razvoju mozga, već u trećem mjesecu, fetus može da se rita, savija ruke, zatvori šaku, da pomjera prste nogu, da guta... Na dodir reaguje pokretanjem cijelog tijela. U četvrtom mjesecu oči su osjetljive na svjetlost koja dolazi kroz očne kapke, a u petom glasan zvuk može izazvati reakciju. Do sedmog mjeseca veze u mozgu postaju dovoljne da kada mu se dotaknu usnice pokazuje refleks sisanja.

Od oko 15 miligrama do oko 3250 grama

Oko osmog mjeseca rast fetusa počinje da se usporava. Kada se brzina rasta ne bi smanjila, procjena je da bi fetus prilikom porođaja imao oko 90kg.

Fetus raste prema sve većoj samostalnosti, ali nije u stanju da preživi prije otprilike 23. do 24. nedjelje fetalnog uzrasta, uglavnom zbog toga što plućne alveole ne mogu da prenose kiseonik u krv. Kako fetus sazrijeva, pluća postaju sve sposobnija za obavljanje ove funkcije. U periodu između šestog i sedmog mjeseca fetus može da

preživi izvan majčinog tijela. Mozak je dovoljno razvijen da omogući makar delimičnu regulaciju disanja, gutanja i tjelesne temperature. Ipak, djetetu rođenom između sedmog i osmog mjeseca biće potreban dodatni kiseonik, moraće da uzima hranu u malim količinama i moraće nekoliko nedjelja da živi u inkubatoru radi kontrole tjelesne temperature.

U osmom mjesecu, sistem za varenje postaje sposoban da iz hrane iskorišćava hranjive supstance, a pojavljuje se i masno tkivo koje omogućava izolaciju, koja je važna za kontrolu tjelesne temperature. Tokom posljednjih mjeseci, fetus uzima od majke antitijela kako bi se u prvim mjesecima nakon rođenja zaštitio od infekcija. Treći trimestar trudnoće obilježen je psihofizičkim pripremama za porođaj i dolazak bebe. Česta pojava u ovoj fazi trudnoće je strah od porođaja.

Istraživanja psihičkog života fetusa.

Prenatalna psihologija, koja se bavi uticajem emocionalnog statusa trudnice, posebno uticajem stresa na razvoj, na osnovu brojnih istraživanja, dokazuje da ukoliko je majka imala neprijatne i burne dane u toku trudnoće da se djeca rađaju sa manjom tjelesnom težinom i da su ta djeca kasnije preosjetljiva i neuravnotežena.

Već sa oko 11 nedjelja fetus počinje da dodiruje svoje lice, zijeva, sisa, mijenja svoj položaj rotirajući se. Aktivnosti fetusa su pokazatelj zdravog neurološkog razvoja koji zatim podstiče veću prilagodljivost u djetinjstvu. Veća aktivnost fetusa u posljednjim nedjeljama trudnoće povezana je sa većom motoričkom aktivnošću dojenčeta u prvim mjesecima života, a za dječake sve do ranog odraslog uzrasta. U jednoj studiji je pokazano da fetusi koji su aktivniji tokom posljednja tri mjeseca, postaju jednogodišnjaci koji bolje podnose frustraciju, dvogodišnjaci koji su manje plašljivi (kontakt s nepoznatim odraslim osobama u laboratorijskim uslovima). Pred kraj trudnoće fetus počinje da pokazuje prva obilježja ličnosti.

Od 30. nedjelje fetus pokazuje da je naučio da razlikuje ton i ritam različitih glasova i zvukova: pokazuje sistemske promjene srčanog ritma, kao odgovor na razlikovanje muškog i ženskog govora, glas majke razlikuje u odnosu na glas stranca, razlikovanje poznate jednostavne melodije od nepoznate melodije.

De Kasperova vrlo zanimljiva studija odnosila se na ispitivanje sticanja ranog slušnog iskustva kod fetusa i pokušaj dokazivanja da postoji zapamćivanje naučenog i, shodno tome, da postoji uticaj na kasnije ponašanje novorođenčeta; prenatalno iskustvo se održava, odnosno „pamti“ i „reprodukuje“ u postnatalnom period (De Casper, 1983). Autor je u svoj eksperiment uključio 16 gravidnih žena koje su imale zadatak da tokom posljednjih šest i po nedjelja trudnoće svojim bebama, dva puta dnevno, iščitavaju jednu dječju pjesmicu („Mačka u džaku“, u slobodnom prevodu). Sve je izgledalo pomalo čudno i neozbiljno, ali dobijeni podaci su zaista vrlo zanimljivi. Nakon rođenja sve bebe su podvrgnute testiranju; mjeren je ritam njihove aktivnosti sisanja prilikom čitanja poznate pjesmice („Mačka u džaku“) i nove pjesmice („Kralj, miš i sir“, stihovi koja imaju drugačiju metrijsku strukturu). Ustanovljena je značajna razlika u reakcijama na stihove. Na pjesmicu koju su slušale u majčinom stomaku bebe su reagovale znatno intenzivnije i življe nego na nepoznate stihove.

Ako se neka pjesmica pušta bebama odmah nakon rođenja, ali tako da jednom slušaju glas majke, a drugi put glas neke nepoznate osobe, bebe reaguju 10 do 12 puta radosnije na glas majke. Znači, bebe su već u prenatalnom periodu upoznale glas majke. Prepoznavanje majčinog glasa je veoma značajno za formiranje odnosa majka-dijete poslije rođenja. Glas majke djeluje umirujuće na dijete u prvim satima poslije rođenja, kada je dijete promijenilo okruženje i kada sve njegove vitalne funkcije počinju da se odvijaju na drugačiji način. Jedino što je ostalo isto u ovim dramatičnim promjenama je glas majke.

PRENATALNI SREDINSKI UTICAJI

Iako imamo utisak da je svijet majčine utrobe zaštićen i nepromjenljiv, mnogi činioci mogu da utiču na embri- on i fetus. Uslovi u kojima živi buduća majka, način života, opšte zdravstveno stanje najdirektnije se odražavaju na povoljan tok i ishod trudnoće. Oko 96% novorođenčadi se rodi zdravo i bez ikakvih oštećenja. Važno je da trudnice imaju informacije i o negativnim uticajima, da bi ih preduprijedile. Nažalost, o tome koliko su spoljašnji faktori važni najčešće zaključujemo samo na osnovu negativnih posljedica koje proizvode nepovoljni sredinski uslovi. Otuda i potiče naziv teratogeni - teras je latinska riječ što znači nakaznost. Veliki dio negativnih uticaja na plod mogu proći bez znanja majke i bez ikakvih vidljivih posljedica po njeno zdravstveno stanje. Utoliko je značajnije poznavanje tih faktora i proučavanje mehanizama njihovog djelovanja.

Pojam teratogena se odnosi na bilo koji sredinski činilac koji može da proizvede oštećenje u prenatalnom periodu.

Negativni uticaji teratogena se ne odnose samo na tjelesna oštećenja nego jednako mogu da imaju i psihološke posljedice i posljedice na ponašanje. Istraživači u području psihoteratologije istražuju potencijalno štetne učinke teratogena preko ponašanja, a ne preko njegovih fizičkih posljedica. Otkriveno je da se posljedice po ponašanje mogu pojaviti čak i onda kada nema nikakvih fizičkih posljedica, što ukazuje da se o posljedicama dejstva teratogena ne mogu izvoditi jednostavni i direktni zaključci.

POJMOVNIK:

Teratogeni su činioci koji negativno utiču na razvoj ploda.

Faktori od kojih zavisi uticaj teratogena

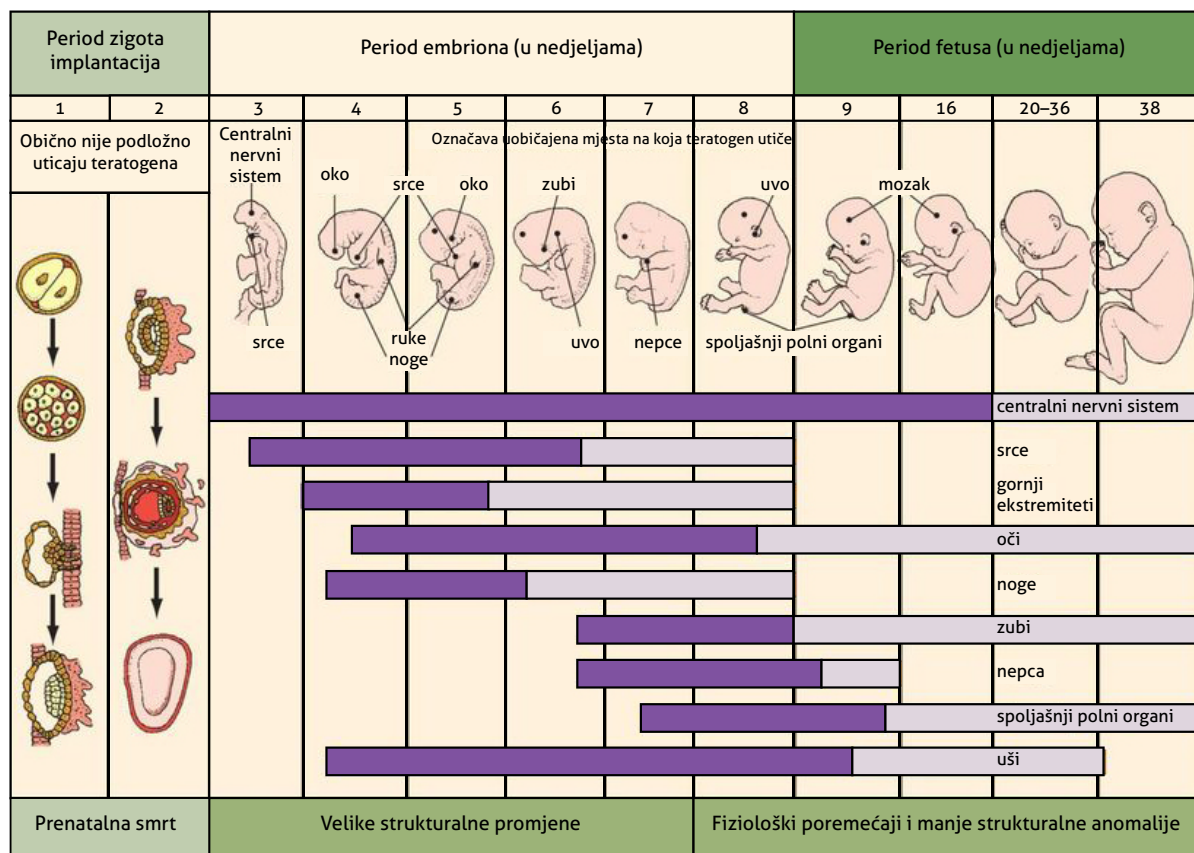
Nepovoljan uticaj teratogena zavisi od sljedećih činilaca:

1. **Količina.** Negativni učinci su veći što je količina teratogena veća, a izloženost duža.
2. **Nasljednost.** Genetski materijal majke i genetski materijal organizma u razvoju igraju značajnu ulogu. Neke su jedinke otpornije na štetne uticaje iz okoline nego druge.
3. **Drugi negativni uticaji.** Istovremena prisutnost više negativnih činilaca (loša ishrana, nedostatak medicinske njege...) i dodatni teratogeni, može pogoršati uticaj pojedinačnog štetnog uticaja. Iako svaki teratogeni faktor proizvodi specifične posljedice, različiti teratogeni mogu imati isto dejstvo.
4. **Uzrast.** Štetni učinak teratogena zavisi od uzrasta organizma u trenutku izloženosti. Da bismo ovo razumjeli pomaže nam koncept **senzitivnog perioda** tokom kojeg je plod posebno osjetljiv na uticaje iz okoline. Ako je okolina nepovoljna, nastaće šteta, a oporavak je težak, a nekada čak i nemoguć. Isti teratogeni faktor može izazvati različite posljedice zavisno od vremena u kome djeluje. U periodu zigota, prije implantacije, teratogeni rijetko imaju ikakav uticaj. Embriionalni period je najosjetljiviji period na djelovanje teratogena. Ranije smo rekli da se u ovom periodu formiraju organi, pri čemu svaki organ ima svoje specifične „embrionalne krize“, tj. vrijeme kada je najranjiviji na uticaj teratogena. Tada ostvaruju osnove za sve ostale sisteme. Tokom perioda fetusa šteta od teratogena je uglavnom manja. Međutim, organi kao što su mozak, uši, oči, zubi i genitalije mogu još uvijek da budu ozbiljno oštećeni. Senzitivni period je kritični period u razvoju neke funkcije ili organa u kojem je taj razvoj najintenzivniji.

POJMOVNIK:

Senzitivni period je ograničeno vrijeme u okviru koga je dio tijela ili ponašanje biološki pripremljeno za intenzivan razvoj.

Na Slici x sažeto su prikazani osjetljivi prenatalni periodi. Neki djelovi tijela, poput mozga i očiju, imaju dugo osjetljivo razdoblje. Neki drugi senzitivni periodi, kao npr. za udove i nepce, znatno su kraći. Na slici je, takođe, vidljivo da postoje neka opšta pravila o vremenu djelovanja štetnih uticaja.



Legenda: Tamno ljubičasta boja označava visoko osjetljiva razdoblja, kritičan period. Svijetlo ljubičasta označava razdoblja koja su nešto manje osjetljiva na teratogene, iako i u njima može doći do oštećenja.

<https://study.com/academy/lesson/teratogen-in-pregnancy-definition-exposure-examples.html>

Psihoaktivne supstance i prenatalni razvoj

Jedna pedantno vođena longitudinalna studija pokazuje da **ishrana** majke kojoj nedostaju vitalne bjelančevine, vitamini i minerali ili čija količina ne zadovoljava potrebni unos od oko 8400 džula (J) može dovesti do trajnih moždanih oštećenja kod djeteta (Winck & Noble, 1995). Nedostatak ili neadekvatna ishrana direktno utiču na proces formiranja neurona, čime se objašnjava trajni centralni deficit u postnatalnom periodu razvoja.

Prenatalni manjak ili neadekvatna ishrana utiču i na broj i na težinu (veličinu) neurona; kod neuhranjene djece poslije prve godine života, pak, obično se registruje samo smanjenje veličine neurona, pa ukoliko se naknadno uvedu adekvatna količina i kvalitet ishrane, negativni efekti su reverzibilnog karaktera.

Nonorođenčad majki koje su tokom trudnoće pušile **duvan** često se rađaju sa sniženom porođajnom težinom, a mogu da imaju probleme sa pažnjom i ponašanjem, kao i teškoće u učenju tokom ranog djetinjstva.

Majčino konzumiranje **alkohola** može da dovede do spektra fetalnih alkoholnih poremećaja (FASD). Fetalni alkoholni sindrom (FAS) uključuje usporen tjelesni rast, tjelesna oštećenja i poteškoće u mentalnom funkcionisanju. Blaži oblici, djelimični fetalni alkoholni sindrom (p-FAS) i neurorazvojni poremećaj povezan sa alkoholom (ARND), pogađaju djecu čije su majke konzumirale manje količine alkohola.

POJMOVNIK:

Fetalnih alkoholnih poremećaja (FASD). Fetalni alkoholni sindrom (FAS).

Djeca čije su majke korisnice **heroina, metadona ili kokaina** imaju povišen rizik za prijevremeno rođenje, sniženu porođajnu težinu i tjelesna oštećenja, pa se rađaju zavisni od droga.

Prenatalna izloženost zračenju, živi ili olovu, dovodi do tjelesnih i mentalnih oštećenja.

Među **zaraznim bolestima**, rubeola se pojavljuje kao uzrok širokog spektra abnormalnosti.

Djeca koja su prenatalno zaražena HIV-om ubrzano razvijaju AIDS, što dovodi do oštećenja mozga i rane smrti.

Mentalno zdravlje trudnice

Zašto su trudnice često nervozne? Šta učiniti?

Hormoni su čest, ali ne i jedini uzrok iznenadnih suza u očima trudnice. Zajedno sa hormonskom pozadinom žene, njen pogled na svijet, trudnoća i stav prema drugima, takođe se u potpunosti mijenjaju. Promjene u karakteru i ponašanju buduće majke najčešće osjećaju najbliži ljudi: djeca, suprug i roditelji. Postoji čak i mišljenje da na taj način žena instinktivno priprema rodbinu za nadolazeće poteškoće povezane s rođenjem djeteta.

Najnervoznija je žena u prvom i trećem tromjesečju. U prvom, ona ne može u potpunosti shvatiti sve promjene koje se događaju u njenom životu, jer ne samo da joj se mijenja raspoloženje, već i gastronomske preferencije, pa čak i ranije omiljeni mirisi mogu postati neprijatni.

Ljekari kažu da oko 10-12% budućih majki pati od stvarne depresije, a isti procenat zahvata i postporođajna depresija. Simptomi su isti: umor, uznemirujuće misli, tuga, suze... No, uz hormonske talase, s vremena na vrijeme, pojavit će se i hormoni radosti i raspoloženje će se povremeno poboljšavati, a suze će pratiti smijeh. Međutim, u slučaju da se tako depresivno stanje nastavi duže od dvije sedmice, a da ga ne zamijene pozitivne emocije, možda ima smisla kontaktirati stručnjaka. Sličan problem može se riješiti zajedno s psihoterapeutom, moguće uz pomoć antidepresiva, koji se mogu koristiti samo uz odobrenje ginekologa.

Sama depresija ne utiče na bebu, već je opasnost zapravo u tome što buduća mama najčešće počinje da zanemaruje zdrav način života, što za posljedicu ima lošu ishranu, pušenje, konzumiranje alkohola i korišćenje tableta. To je ono što nepovoljno utiče na bebu!

Međutim, česti nervni slomovi tokom trudnoće predstavljaju prijetnju zdravlju i životu bebe. Tokom napada bijesa, ženski hormoni se mijenjaju u tijelu, a to može dovesti do hipertoničnosti materice. U ranim fazama trudnoće ovo je stanje opasno jer može izazvati spontani pobačaj (pobačaj), a u kasnijim fazama jedan je od uzroka preranog porođaja.

Trajne negativne emocije u drugom ili trećem tromjesečju trudnoće mogu dovesti do fetalne **hipoksije**. Hipoksija je stalni nedostatak kiseonika i, naravno, to će uticati na razvoj djeteta: usporiće mu aktivnosti, a time i razvoj. Trudnice ne bi trebale biti nervozne u trećem tromjesečju jer to može dovesti do rođenja male bebe.

POJMOVNIK:

Hipoksija – nedostatak kiseonika

Takođe, praćenje beba čije su majke bile konstantno nervozne tokom trudnoće pokazala su da imaju i kao djeca **slab imunitet**, a podložniji su bolestima respiratornog sistema.

Motivacija za roditeljstvo

U prethodnom poglavlju je bilo detaljnije riječi o motivima za roditeljstvo. Podsjećamo da, po Rejbinu (Rabin, 1965; Rabin & Greene, 1968), suština motivacije za roditeljstvom leži u potrebama koje ljudi svjesno očekuju da zadovolje roditeljstvom. U tom smislu se razlikuju četiri motiva: altruistički (prosta naklonost i želja za djecom, potreba da se ona gaje, podižu i da se o njima brine, bez očekivanja bilo kakve druge koristi), fatalistički (produženje vrste je odrednica čovjekovog bića i njegova sudbina), narcistički (povećanje osjećanja samozadovoljstva i potvrda fizičkih, bioloških i psiholoških potencijala) i instrumentalni (djeca kao sredstvo za postizanje određenog cilja).

Loši razlozi da se postane roditelj

Donijeti na svijet novo ljudsko biće sa sobom nosi niz pozitivnih osjećaja i može biti jedno od najljepših životnih iskustava. Međutim, dešava se da se ljudi odluče za roditeljstvo i iz nekih pogrešnih razloga. Neki su već ranije pomenuti, ali ih ovdje naglašavamo zbog njihovog uticaja na ponašanje trudnice, na njen odnos prema svom zdravlju i zdravlju novorođenčeta.

Dijete kao spasilac braka - Dolazak djeteta, za vezu koja je loša, vrlo rijetko može popraviti situaciju. Zapravo će češće doći do pogoršanja odnosa. Briga oko djeteta i napor koji se zahtjeva na kraju može dokrajčiti loš odnos. Po pravilu, što je veza bolja to je dolazak djeteta više produbljuje.

Pritisak sredine, roditelja - Imati djecu da bi se zadovoljile želje roditelja nije mudra odluka niti ispravna motivacija. Roditeljski par treba planirati svoju porodicu i procjenjivati svoju spremnost za dolazak novog člana.

Biološki sat - Trudnoća donosi veliku promjenu u životu majke i zato odluka mora biti donijeta zbog želje da se rodi dijete, a ne zato što je to obaveza.

Dokazivanje - Djeci treba osjećaj sigurnosti, roditelji koji ih vole i osjećaj pripadnosti. Sasvim je u redu ako neko nema želju za djecom. Nije u redu pokušati uklopiti dijete, a znati da neće moći da zadovolji sve njegove potrebe.

Dijete kao dokaz vrijednosti - Neke žene smatraju da će im rođenje djeteta dati smisao života. Teško je predvidjeti kako će se osjećati nakon rođenja. Pogrešno je misliti o svom majčinstvu kao o još jednom izvoru razočaranja. Kako god se osjećali, ovakav stav stavlja prevelik pritisak na djetetovu psihu.

Dijete kao nastavljatelj imena i tradicije porodice - dijete kao zalag za budućnost porodice.

Dijete kao izvor ljubavi i života - očekivanje da će dijete voljeti majku najviše na svijetu, da će joj biti najbolji drug i da će je zaštititi od depresije.

Dijete kao idealno Ja - očekivanja majke da dijete bude što više nalik na nju, da je upotpuni kao osobu, da bude jedini objekat majčine ljubavi.

Dijete kao premija - odnosi se na očekivanja da će dijete biti poklon za supruga/partnera, kao i da će porodici učiniti idealnom.

Koje trudnice su u riziku od depresije?

Posebnu pažnju treba obratiti kada:

- je trudnica bila sklona promjenama raspoloženja prije trudnoće,
- je izgubila bebu tokom prethodne trudnoće. Napominjemo da negativne emocije mogu izazvati prijetnju prekidom trudnoće, te u tom slučaju imamo začarani krug.
- je trudnoća došla na nagovor supruga ili rodbine,
- je navikla da drži sve pod svojom kontrolom, ali što je bliže porođaju radna sposobnost se smanjuje. Često joj ljudi počinju pomagati iz najbolje namjere, ali ta pomoć je signal snažnoj ženi da je postala slaba.

Trudna žena često ne može kontrolisati raspoloženje, čak i kad zna da je to opasno za bebu.

Metode koje mogu da pomognu da se smanji stres

Povjeriti se nekome, razgovarati

Ne zatvarati oči pred problemom i pretvarati se da nije ništa. Tokom trudnoće, mnoge stvari se mijenjaju, a promjene mogu izazvati stres. Potrebno je razgovarati sa prijateljima, partnerom ili nekim od članova porodice. Olakšanje donosi saznanje da su i drugi prolazili kroz slična iskustva.

Trudnica treba da vodi računa o sebi

Većina budućih majki nastoji da pozavršava što više poslova prije dolaska bebe, a to doprinosi osjećaju stresa, neraspoloženja i iscrpljenosti, što su sve teratogeni, kako smo ranije pomenuli. Buduća majka mora pronaći vremena da ugodu sebi i da se relaksira.

Pravilna ishrana

Nedostatak nekih hranljivih materija, kao što su cink, gvožđe i vitamin B, mogu da izazovu umor, mučninu i uznemirenost. Prije uzimanja vitaminskih dodataka, obavezne su konsultacije s ljekarom.

Vježbe

Redovne, umjerene vježbe u trudnoći oslobađaju više endorfina, prirodnog sastojka koji popravlja raspoloženje. Joga za trudnice, plivanje i šetnja predstavljaju dobar izbor.

Potrebno je **dijeliti sa partnerom** doživljaje promjena u toku trudnoće, dijeliti osjećanja i maštanja vezana za bebu. Preporučuje se da roditeljski par ide zajedno na ljekarske preglede, naročito one koje uključuju ultrazvuk bebe. Gledanje snimaka bebe je poseban osjećaj za roditelje.

Par treba da **zajedno planira kupovinu** stvari za bebu i opremanje dječje sobe kao i **podjelu poslova** oko njege bebe.

Iz svega prethodnog se zaključuje da je izuzetno značajna uloga oca u smanjivanju stresa kod trudnica.

Uloga oca

Teoretičari prenatalne psihologije se zalažu da se govori o „trudničkom paru“, a ne o ženi trudnici. Muškarac je dio trudničkog para, a ne samo muž trudnice, pa i on prolazi kroz jedan specifičan period u svom životu dok očekuje dijete. I on, kao i žena, započinje formiranje svog identiteta roditelja prije rođenja djeteta. Dokazano je da je stepen zadovoljstva muškaraca u toku trudnoće povezan sa majčinim stepenom uživanja u djetetu.

Skladan partnerski odnos u periodu tranzicije od bračnog para ka roditeljskom paru je od podjednake važnosti kako za žene tako i muškarce. Muškarac kroz period ženine trudnoće prolazi kroz specifičan period koji nosi obilježje novog i nepoznatog ukoliko tom trudnoćom po prvi put postaje otac. U literaturi se navodi postojanje tzv. Couvade sindroma. Pojavljuje se kod značajnog procenta očeva (neki autori kažu 11-15%, a neki čak 65%) budućih očeva, a manifestuje se gubitkom apetita, glavoboljom, mučninom, razdražljivošću, poremećajem sna, strahom, anksioznošću... Simptomi se javljaju tokom ženine trudnoće, a nakon porođaja nestaju.

Trudnice koje imaju veću podršku partnera u toku trudnoće, nakon porođaja su emocionalno stabilnije, spremnije za preuzimanje uloge majke i ostvaruju bolju emocionalnu povezanost sa djetetom.

Analizama toka porođaja kojima su prisustvovali i očevi utvrđeno je da je porođaj u prosjeku kraće trajao, da je upotrijebljena manja količina lijekova protiv bolova, da parovi govore o većem stepenu zadovoljstva događajem, govore o doživljaju zajedništva i utisku da su jače emocionalno vezani poslije „zajedničkog“ porođaja. Otac koji više učestvuje u trudnoći, koji prisustvuje porođaju, prije, bolje i lakše prihvata ulogu oca (mjereno kvalitetom interakcije sa djetetom i dužinom interakcije, učestvovanjem u aktivnostima oko njege malog djeteta). Koristi ima i majka, ali i dijete koje ranije dolazi u bliži i intenzivniji kontakt s ocem (Entwisle, Doering et al. 1982).

Kuvad (couvade)

Muškarac koji se porođaju prati nizom radnji, različitih u različitim sredinama, koje imitiraju patnju žene koja se porođaju i takvim ponašanjem skreće pažnju na sebe i traži određene privilegije koje mu pripadaju kao mužu porodilje i ocu djeteta.

KAKO DA SE PRIPREMI PORODICA ZA DOLAZAK NOVOG ČLANA

Suštinska karakteristika roditeljstva jeste funkcija davanja, pružanja, zaštite. U periodu koji je prethodio roditeljstvu mladi otac i majka su bili ti koji su primali, uzimali, bili zaštićeni od svojih vlastitih roditelja, bili su djeca svojih roditelja. Prelazak sa pozicije primaoca na poziciju davaoca izaziva karakterističnu promjenu u ličnosti. Ova promjena se ne dešava automatski i jednostavno kod svih osoba. Obrasci ponašanja roditelja sačinjeni su od njihovih sadašnjih iskustava sa djetetom i sjećanja na sopstvenu vezanost za roditelja (George & Solomon, 2008).

Želja da se dobije dijete je, srećom, snažnija od strahova koji prate trudnoću, a o kojima smo pisali u prethodnom poglavlju. Svijest o tome da idealne uslove nije moguće obezbijediti, donekle relaksira. Loše i dobre faze će se smjenjivati, a optimizam da će one lošije proći, kao i vjera u smisao onoga što nam se dešava, najbolje su poruke koje dijete može ponijeti u svijet. Afektivna vezanost roditelja i djeteta je neka vrsta „lijepka“ koji pomaže da se povežu sve komponente razvoja djeteta – zdravlje, učenje, razvoj i sveukupna dobrobit djeteta. Kada veza između djeteta i majke, oca ili drugog primarnog staratelja nije sigurna, to može imati negativne posljedice po razvoj. Kada je u pitanju ostvarivanje afektivne vezanosti, pravovremenost ima suštinsku važnost. Rano povezivanje kroz kvalitetne interakcije nudi veće šanse za razvoj sigurne afektivne vezanosti.

Priprema za roditeljstvo uključuje pravljenje prostora za nov život, brigu o njemu i navikavanje na jednu od najznačajnijih uloga u životu.

Priprema za roditeljstvo je danas neodgovarajuća jer mladi nijesu izloženi iskustvima bliskih srodnika ili susjeda ovoj promjeni, niti su izloženi kontaktima sa malom djecom, pa su lišeni bilo kakvih saznanja o djeci i roditeljstvu. Preuzimanje uloge roditelja dešava se naglo, činom rođenja i ono što najviše opterećuje jeste činjenica da je roditeljstvo nepovratno, tzv. „životna uloga“ od koje ne može da se odustane i koja ne može da se mijenja. Bračna veza, zaposlenje ili započeto školovanje mogu da se prekinu ako osoba ustanovi da joj prethodna odluka ne odgovara. Mogućnosti prekida obaveza prema djetetu su male i skopčane s ogromnim moralnim i emocionalnim opterećenjima po roditelja. Obaveze prema djetetu su doživotne.

Uloga majke obojena je različitim značenjima i očekivanjima koje društvo ima. Tu spadaju unaprijed kreirani, podrazumijevani, obrasci očekivanja koji se ženi nameću. Sve što odstupa od očekivanog predstavlja povod da joj se nameće određena krivica. To nametanje krivice može suptilno, ali i otvoreno, doći s raznih strana: od rodbine, partnera, prijatelja, poslodavca, medija, pa sve do medicinskog osoblja.

Činjenica je da pozitivna iskustva iz porodice porijekla imaju značajan doprinos za razvoj prenatalne vezanosti. Doživljaj emocionalne sigurnosti u odnosu sa sopstvenim roditeljima značajan je za doživljaj iskustva roditeljske brige, te posljedično i za spremnost *sebe kao roditelja*. Rezultati istraživanja ukazuju na to da su u riziku za razvoj manje funkcionalnih radnih modela roditeljske uloge trudnice koje su imale nisko funkcionalne odnose sa majkom (iskustva manje dostupnosti i uključenosti majki), te da je briga o djetetu u ovoj grupi roditelja slabija već u trudnoći. U tom smislu, preventivnim radom, sa ciljem podrške kvalitetnijoj brizi o djetetu, svakako bi trebalo da budu obuhvaćene žene sa takvim iskustvima još u toku trajanja trudnoće. No iskustvo sa sopstvenim roditeljima iako važan, nije i jedini, a ponekad ni presudni faktor koji može da utiče na formiranje i kvalitet prenatalne vezanosti (Fonagy et al., 1991; Huth Bocks et al., 2004). Drugi važni faktori odnose se na socijalno okruženje i podršku koju trudnica ima od strane partnera i značajnih drugih. Shodno tome, uslovi u kojima trudnica živi i karakteristike njenog socijalnog okruženja mogu biti povezani sa kvalitativnom promjenom očekivanog obrasca brige kod trudnica.

Za bebu je sve novo kada napusti sigurnost majčine utrobe gdje je svaka percepcija bila filtrirana i prigušena. Sada bebu bombarduju jako svjetlo, glasni zvukovi, dodir, pokret, mirisi, kao i ukus majčinog mlijeka. Ukućani, posebno roditelji, su iscrpljeni, pokušavaju da pronađu način za „samoregulaciju“ i uspostave predvidive obrasce jela/hranjenja, spavanja i perioda budnosti. Dobijaju informacije sa svih strana, najčešće od porodice, prijatelja i medicinskog osoblja, kao i preko društvenih mreža, sa interneta i iz medija. Nekada i najdobronamjerniji savjet od porodice ili prijatelja može dovesti u stanje očaja i neuspjeha i više vam odmoći, nego pomoći.

Zato je važno:

- slušati i biti otvoren za nove ideje;
- raditi stvari koje su logične;
- imati strpljenja;
- razmišljati o pouzdanosti izvora informacija jer npr. na internetu može da piše ko šta hoće;
- dileme dijeliti sa svojim pedijatrom.

Osjećanja

U početku su roditelji preplavljeni jakim emocijama koje nijesu očekivali i mogu imati pomiješana osjećanja. Ljubav, radost i ponos se smjenjuju sa zabrinutošću, očajem, bijesom. Većina roditelja povremeno osjeća umor i zabrinutost što ih može dovesti do osjećaja krivice i sumnje da nijesu dobri roditelji. Međutim, u vrijeme velike promjene u životu, kakva je roditeljstvo, pomiješana osjećanja su uobičajena pojava.

Savršenstvo nije realno!

Mnogi parovi žele da budu „savršeni roditelji“, kao sa televizije ili reklama, pa o sebi mogu da misle loše kada shvate da njihov život ne odgovara zamišljenom.

Međutim:

- ne postoji „savršen roditelj“. Sve porodice prolaze kroz razne teškoće koje se spolja ne moraju uvijek primijetiti.
- najčešće je dovoljno da budu DOVOLJNO DOBRI RODITELJI!

Društvene mreže mogu da budu zabavan način na koji roditelji dijele svoja iskustva sa prijateljima i porodicom, ali je i mjesto gde mogu da dobiju kritike i osude, što može uticati na samopouzdanje roditelja. Poželjna je pozitivna podrška.

Britanski psiholog Džon Bler naglašava da je beba „gospodar roditeljskog vremena“. To znači da će novi član porodice „diktirati“ tempo obaveza u toku dana, kao i raspored spavanja. Nedostatak sna čini roditelje razdražljivim, nervoznim i manje raspoloženim da se posvete jedni drugima i široj porodici. Roditelji od početka treba da definišu koliko je za njih dvoje prijatno da šira porodica bude uključena u planove ili odluke.

KORIŠĆENA LITERATURA I IZVORI ZA DRUGI MODUL:

- Ainsworth, M. D. S., & Eichberg, C. G.** (1991): Effects on infant-mother attachment of mother's experience related to loss of an attachment figure. In C. M. Parkes, J.
- Bolbi, Dž.** (2011): Sigurna baza. Kliničke primene teorije afektivnog vezivanja, Beograd
- Bowlby J.** (1982): Attachment and Loss. Volume 1: Attachment. 2nd edition. New York: Basic Books
- Vuletić G., Vuletić T. (2016):** Odnos motivacije za materinstvom sa određenim sociodemografskim varijablama i rodnim identitetom, *Psihološka istraživanja*, Vol. XIX, *Filozofski fakultet Univerziteta u Beogradu, Odeljenje za psihologiju*
- Ivić I.** (1978): Čovek kao animal symbolicum, Nolit, Beograd
- Ivić, I.** (1984): Predstave o detetu i detinjstvu u savremenoj razvojnoj psihologiji, *Psihologija*, 3, 27–34.
- Kapor-Stanulovic, N.** (1985): Psihologija roditeljstva, Nolit, Beograd
- Pantić V.** (1989): Embriologija, Naučna knjiga, Beograd
- Pijaže Ž.** (1968): Psihologija inteligencije, Nolit, Beograd
- Radovanović M. i Marinović Mitrović S.** Od partnerstva do roditeljstva kako se psihološki pripremamo dok čekamo bebu, Institut za javno zdravlje Vojvodine, Novi Sad
- Smiljanić V.** (1996): Razvojna psihologija, DPS, Beograd
- Solomon, J., & George, C.** (2008): The measurement of attachment security and related constructs in infancy and early childhood. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 383–416), The Guilford Press
- UNICEF u Srbiji** (2019): Elektronsko izdanje
- Fonagy et al.,** (1991), Huth Bocks et al., (2004): Parental Reflective Functioning: Theory, Research, and Clinical Applications
- <https://scindeks.ceon.rs/article.aspx?artid=0025-81050404144B>
- <https://study.com/academy/lesson/teratogen-in-pregnancy-definition-exposure-examples.html>

RODITELJSTVO U UZRASTU DJETETA OD 0 DO 2 GODINE

ŠTA JE VAŽNO DA ZNAMO O RAZVOJU TOKOM PRVE DVIJE GODINE ŽIVOTA?

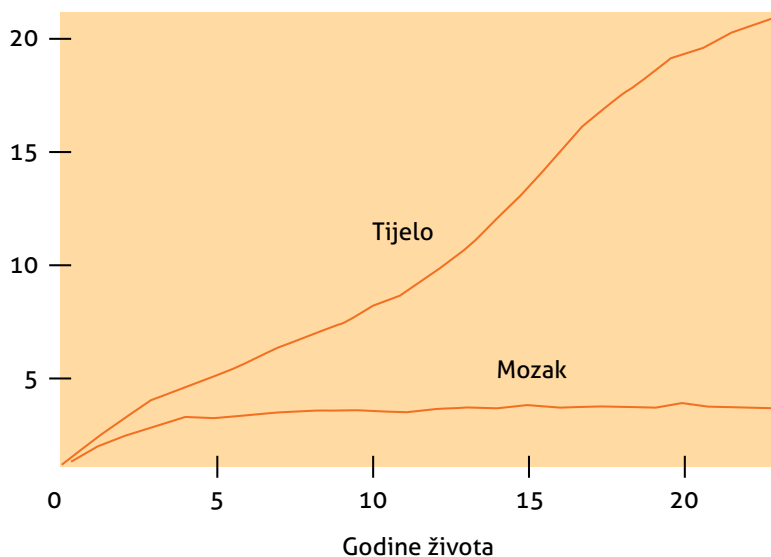
ZAŠTO SU PRVE GODINE TOLIKO ZNAČAJNE?

Razvoj djece u prvim godinama prati se kroz njegove različite aspekte: razvoj motorike, govorno-jezički, kognitivni i socio-emocionalni razvoj. Prije nego što se u narednom poglavlju osvrnemo na ove različite segmente razvoja, pokušaćemo da odgovorimo na pitanje: *zašto su prve godine najznačajnije?*

Ako ljudska bića mogu da se razvijaju i uče tokom cijelog života, u čemu je onda značaj učenja i razvoja koji se događaju baš u prvim godinama?

Jedan od razloga leži u činjenici da za razliku od tijela, koje se od rođenja do adolescencije razvija kontinuirano na gotovo ujednačen način, sa rastom mozga stvari stoje sasvim drugačije. Do četvrte godine života, djetetov mozak dostigne čak 90% svoje zrele veličine. Iz tog razloga, iskustva koja dijete ima u tom periodu presudno utiču na organizaciju mozga, a samim tim i na cjeloživotno funkcionisanje osobe, dalju mogućnost učenja i sazrijevanja.

RAST MOZGA NASUPROT RASTU TIJELA



Sljedeći važan razlog leži u činjenici da u razvoju mozga postoje tzv. *Senzitivni periodi* u toku kojih je mozak naročito podložan uticajima i ima mogućnost da razvije specifične potencijale. Ukoliko dijete ne dobije ono što mu je potrebno u konkretnom periodu, propuštena je prilika da mu se pomogne da razvije određene sposobnosti. Slično je i sa tijelom. Kada neko počne da se bavi sportom ili da svira instrument u dvadesetim godinama, teško da može postati toliko uspješan kao što bi bio da je počeo već u predškolskom ili ranom školskom uzrastu. U psihološkom smislu, to znači da ako se djetetu u ranom uzrastu ne pomogne da razvije sposobnost emocionalne samoregulacije, strpljenja, koncentracije i slično, to će mu puno teže biti kasnije. Dakle, efekti ranog učenja su trajni i nenadoknadivi.

POJMOVNIK:

Senzitivni periodi su tačno određeni periodi u razvoju tokom kojih je mozak naglašeno osjetljiv na uticaje određenog tipa. Pa tako postoje senzitivni periodi za razvoj govora, učenje emocionalne regulacije, razvoj socijalnih vještina i slično.

U literaturi se često navodi još jedan razlog kada se govori o značaju ranog razvoja. Naime, efekti iskustava koje dijete u ranom periodu ima nijesu konkretni, specifični, već opšti. U starijim uzrastima, djeca i odrasli uče specifične vještine i znanja, pa ako im za to ne ponudimo adekvatne uslove, izostanak tog jednog segmenta ne utiče toliko na razvijanje ostalih za koje je dijete imalo uslove. Ukoliko ne odgovaramo adekvatno na potrebe djeteta, u prvih nekoliko godina života, to ostavlja trajne posljedice na generalne sposobnosti, koje utiču na gotovo sve sfere funkcionisanja: sposobnost odgovora na stres, sposobnost učenja, rješavanja problema, uspostavljanje bliskih odnosa i slično.

„Djetinjstvo je roditelj čovjekove ličnosti“.

Frojd

KOJE SU FAZE I KARAKTERISTIKE EMOCIONALNOG RAZVOJA TOKOM PRVE DVIJE GODINE ŽIVOTA?

ŠTA JE VAŽNO ZNATI O EMOCIONALNOM RAZVOJU U PRVIM GODINAMA ŽIVOTA DJETETA?

Prvu godinu života mnogi autori nazivaju još i „*mi*“ fazom. To je tako zato što dijete u prvoj godini života sebe još ne doživljava kao odvojenu jedinku od majke. Za dijete, ono i majka su jedno, ono nema doživljaj svoga „*ja*“. Ova činjenica nam dosta može reći o tome kako za dijete izgleda ova faza i šta su njegove potrebe u ovom periodu. Neki autori to objašnjavaju kroz metaforu „*eksterne trudnoće*“: majka i dijete su najprije devet mjeseci bili vezani fizički, pupčanom vrpcom, a onda je potrebno još barem devet mjeseci kako bi otpočelo psihološko diferenciranje, koje će trajati tokom najmanje prve tri godine života. Taj period razvoja, kada majka²⁵ i dijete funkcionišu kao jedno, budući da ono nije u stanju da se stara o sebi, naziva se fazom *simbioze*²⁶. Kada dijete počne da istražuje prostor samostalno, da puzi i hoda, ono istovremeno kreće u upoznavanje sebe kao nezavisnog psihološkog entiteta.

ZANIMLJIVOSTI

Jedan interesantan način mjerenja stepena u kom dijete sebe doživljava kao psihološki odvojenu jedinku je tzv. „Ruž“ ili „Ogledalo“ test. Sve do uzrasta od oko 18 mjeseci, dijete ne razumije da je odraz koji vidi u ogledalu ono samo.

Da pogledate kako izgleda test samoprepoznavanja posjetite link:

<https://www.youtube.com/watch?v=M2I0kwSua44&t=1s>

²⁵ U kontekstu razvojnih faza, kada u ovom priručniku koristimo riječ „majka“, takodje, podrazumijevamo oca ili neku drugu odraslu osobu koja dominantno brine o djetetu (primarni staratelj). Biološki gledano, ta osoba je najčešće majka, ali ne mora biti.

²⁶ Margaret Mahler je u svojoj teoriji opisala stadijume ranog razvoja. Simbioza označava period tokom koga dijete isključivo zavisi od majke (ili druge osobe koja o njemu dominantno brine). Većina autora se slaže u tome da je ova faza najintenzivnije izražena tokom prvih 10 mjeseci bebinog života.

Tokom prve godine života, djetetu je za pravilan emocionalni razvoj potrebno što više prijatnih iskustava, kontakta koža na kožu sa majkom, dosta umirivanja, nošenja i majčino fizičko i emocionalno prisustvo.



Prema Pijaževovoj Teoriji kognitivnog razvoja, dijete tokom prve godine života ne razumije da objekat koji ona ne vidi postoji. Iz mjeseca u mjesec, njegovo razumijevanje trajnosti objekta se postepeno povećava.

Vidi: <https://www.youtube.com/watch?v=Hvp4BLFixCw>

Faza *separacije*, odnosno postepenog odvajanja od mame, počinje da se dešava u periodu kada dijete postaje sposobno fizički da se udalji od mame svojom voljom. Margaret Maler je prva opisala tri podfaze ovog procesa: fazu diferencijacije, fazu uvježbavanja i fazu ponovnog približavanja.

Period *diferencijacije* (od 6. do 12. mjeseca) je period u toku kojeg dijete počinje razlikovati sebe i majku i shvatati da nijesu jedno. U toj fazi se smanjuje djetetova fizička zavisnost od majke i dijete je u stanju biti na nekoliko sati odvojeno od nje.

Većina beba je sa sedam, osam, mjeseci spremna biti odvojena od majke na nekoliko sati. Tek sa 11 mjeseci, većina beba je spremna biti odvojena od majke tokom cijelog dana, ali ne i noći!

Jedna od karakteristika ovog perioda razvoja jeste da dijete razvija osjećaj povjerenja i sigurnosti u druge ljude i svijet, a to se postiže najviše kroz odnos sa majkom. Ovo je i period kada će se kod bebe javiti *separacioni strah*²⁷, koji je očekivan i sastavni dio razvoja. Djeca o svijetu donose zaključke oslanjajući se često na majčin izraz lica, kako bi procijenili koliko je neka situacija opasna, da li je osoba koju su sreli prijateljska i slično.

U ovoj fazi je važno da majka bude dostupna, da ne požuruje odvajanje kako bi dijete postepeno razvilo povjerenje u kontakt i bliskost. Ukoliko dijete ne dobije onoliko kontakta sa primarnim starateljem koliko mu je potrebno, jedan od mogućih ishoda je da otežano prolazi kroz period odvajanja.



27 Strah od odvajanja

Fazu *uvježbavanja* (od 11. do 18. mjeseca) karakteriše osjećaj veće samostalnosti i dijete postaje manje zavisno od majke (osim tokom noći). Većina beba će se u ovom periodu, vjerovatno, osjećati snažnije i moćnije nego što zaista jeste. Mnogi autori ovaj period nazivaju fazom primarne narcisoidnosti jer dijete ima doživljaj da su mama i svijet u njegovoj funkciji.

U ovom periodu, dijete ima intenzivnu potrebu da ima roditeljevu pažnju na sebi, da sa roditeljem dijeli svijet i svoje sposobnosti koje otkriva i kojima je često fasciniran.

Za roditelja, ova faza može biti prilično naporna, jer dijete aktivno istražuje svijet oko sebe, a većina djece istovremeno počne ulaziti u fazu *kontriranja* (fazu „neću“).

Za dijete je važno da od mame dobije osjećaj sigurnosti i dozvolu da istražuje, da ga ohrabruje, ali, takođe, i da ga ne požuruje. Dakle, da prati djetetovo tempo. U ovom periodu razvoja djeteta, roditeljima može biti od pomoći da prostor u kom žive uredi tako da bude bezbjedan za dijete, kako bi moglo slobodno da isražuje.

POJMOVNIK:

Fazu *kontriranja*, ili fazu „neću“ karakteriše intenzivno suprotstavljanje roditeljskoj volji.



Nakon ovog perioda, dijete polako postaje svjesno da nije toliko moćno, da je i dalje zavisno od mame i taj proces prirodno vodi u sljedeću podfazu, fazu ponovnog približavanja.

Ovaj period, period *ponovnog približavanja* (od 18. do 24/36. mjeseca), često karakteriše ponovno „vraćanje“ u majčino krilo, kroz razne vrste regresivnog ponašanja²⁸. Potreba djeteta u ovoj fazi jeste da još jednom potvrdi sigurnost u odnos sa majkom, prije nego što prirodno krene u konačno odvajanje nakon ove faze. Izazovi sa kojima se roditelji u ovoj fazi mogu susresti jeste sopstveni strah da se dijete „nikad neće odvojiti od njih“, da će ostati „nesamostalno“ i slično.

Roditeljstvo tokom prve tri godine života djeteta može biti iscrpljujuće, ali razumijevanje ovih prirodnih razvojnih potreba u velikoj mjeri može olakšati taj posao i roditeljima dati mir i samopouzdanje da svom djetetu pruže ono što mu je potrebno, uz poštovanje djetetovih i svojih potreba.

²⁸ Ponašanje koje je karakteristično za mlađji uzrast od onog na kom je dijete trenutno

ZNAČAJ AFEKTIVNE VEZANOSTI ZA EMOCIONALNI RAZVOJ DJETETA

ŠTA JE SIGURNA POVEZANOST I ZAŠTO JE VAŽNA?

Posljednjih decenija nauka je mnogo napredovala u pogledu saznanja o tome šta je i zašto je važna tzv. *afektivna vezanost* (povezanost/privrženost, *eng.* attachment).

Teorija afektivne vezanosti govori o tome da u zavisnosti od toga **koliko dobro roditelj odgovara na djetetove potrebe** u ranom uzrastu, dijete formira ili *sigurni* ili neki od tipova *nesigurne* vezanosti.

Djeca koja razviju **siguran** tip vezanosti su djeca koja kasnije u životu imaju veće samopoštovanje, bolju emocionalnu regulaciju, bolji akademski uspjeh, bolju sposobnost nošenja sa stresom, bolje odnose sa vršnjacima, bolje društvene odnose u adolescenciji i kasnije u životu, bolji odnos sa roditeljima, bolje leaderske vještine, veći doživljaj ličnog uticaja, partnerske odnose u kojima vlada osjećaj bliskosti, sigurnosti i povjerenja, imaju i bolje razvijenu empatiju, bolje socijalne kompetencije i veći stepen povjerenja u život²⁹.

BENEFITI SIGURNE VEZANOSTI

- VEĆE SAMOPOŠTOVANJE
- BOLJA EMOCIONALNA REGULACIJA
- BOLJI AKADEMSKI USPJEH
- BOLJA SPOSOBNOST NOŠENJA SA STRESOM
- BOLJI ODNOSI SA VRŠNJACIMA
- BLIŽA PRIJATELJSTVA U SREDNJEM DJETINJSTVU
- BOLJI DRUŠTVENI ODNOSI U ADOLESCENCIJI
- BOLJI ODNOS SA RODITELJIMA
- BOLJE LIDERSKE VJEŠTINE
- VEĆI DOŽIVLJAJ LIČNOG UTICAJA
- PARTNERSKI ODNOSI U KOJIMA VLADA OSJEĆAJ BLISKOSTI, SIGURNOSTI I POVJERENJA
- BOLJE RAZVIJENU EMPATIJU
- BOLJE SOCIJALNE KOMPETENCIJE
- VEĆI STEPEN POVJERENJA U ŽIVOT

POJMOVNIK:

Idejni tvorac **Teorije afektivne vezanosti** je John Bowlby, na temelju čijeg rada je njegova saradnica Marie Ainsworth dalje istražila tipove vezanosti.

Za razliku od toga, djeca koja imaju neki od tipova nesigurne vezanosti najčešće imaju poteškoća u nekim segmentima funkcionisanja - međuljudskim odnosima, u uspostavljanju odnosa bliskosti (kroz partnerske i prijateljske odnose), nekada su suviše osjetljivi na stres, a nekada nijesu u dodiru sa svojim unutrašnjim stanjem, što može voditi i do zdravstvenih problema. Nekada se takva djeca ponašaju izrazito agresivno ili izuzetno povučeno, imaju lošu samomotivaciju i slabije akademsko postignuće.

Za mlade roditelje je važno da razumiju što je to što dijete treba i kako da mu pruže većinu vremena. Svi roditelji griješe s vremena na vrijeme, i to je u redu. Djeci nijesu potrebni savršeni roditelji, niti takvi postoje, već je važno da imaju jasan pravac, kome se mogu vratiti kada stvari krenu kako ne treba.

²⁹ Daniel J. Siegel, Tina Payne Bryson, *The Power of Showing Up*, Ballantine Books, New York, 2020.

Još jedna činjenica u koju nam neuronauka pruža uvid jeste činjenica da ljudski mozak ima osobinu koju zovemo neuroplastičnost - sposobnost nervnog sistema da promijeni svoju strukturu tokom života, usljed promjena u okruženju, te da se obrasci vezanosti mogu promijeniti i u odraslim godinama.

Kada govorimo o vrstama povezanosti, dobro je znati i da djeca razvijaju različite tipove povezanosti sa svakom od figura sa kojima su u bliskom kontaktu i da je za djetetov pravilan razvoj najčešće dovoljno da jedan od staratelja zadovoljava njegove potrebe većinu vremena.

POJMOVNIK:

Neuroplastičnost je osobina mozga da se mijenja fizički i formira nove neuronske veze tokom cijelog života, na osnovu iskustva.

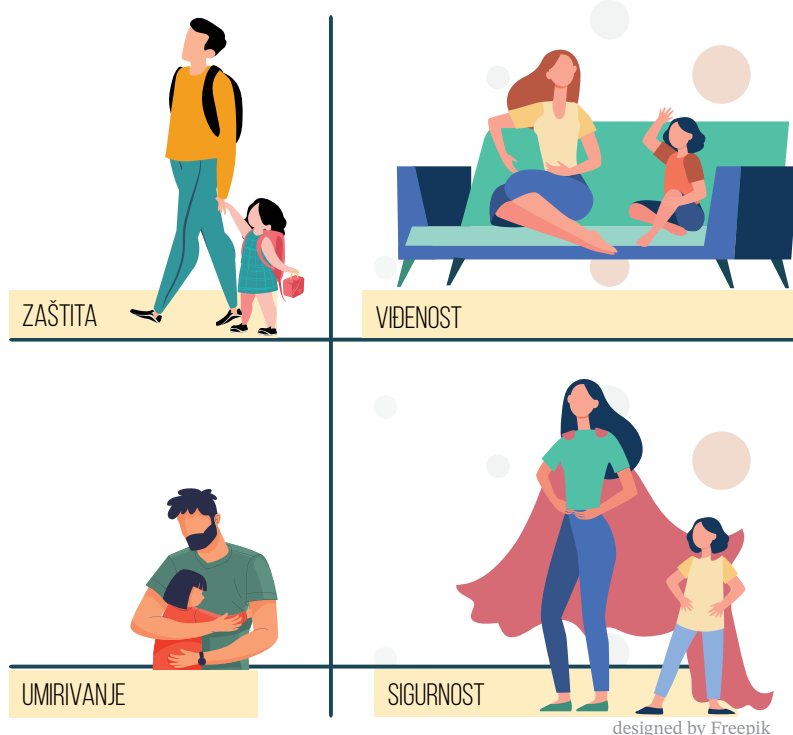
ŠTA JE POTREBNO DJETETU KAKO BI RAZVILO SIGURAN TIP VEZANOSTI I KOJE SU PRIMARNE PSIHOLŠKE POTREBE?

Na sreću, odgovaranje na dječje potrebe je nešto za što je većina sisara prirodno predodređena. No, uprkos tome, savremeni način života roditelje često odvlači u drugi smjer.

Jedan dio problema sa zadovoljavanjem djetetovih potreba može zavistiti od toga kako su roditelji i sami prošli u odnosu sa njihovim roditeljima i koji tip vezanosti su i sami razvili. Većina vodećih savremenih stručnjaka u oblasti roditeljstva, poput Daniel Siegela, često ističu da roditeljima može pomoći da, pripremajući se za roditeljsku ulogu, ispričaju priču o sopstvenom odrastanju u okviru lične psihoterapije.

Međutim, drugi dio prepreka u zadovoljavanju djetetovih potreba često dolazi iz zbunjenosti roditelja zbog oprečnih savjeta koje dobijaju iz svoje okoline i medija.

Kada govori o glavnim dječjim psihološkim potrebama, čijim zadovoljavanjem pomažemo djeci da razviju sigurnu vezanost, D. Siegel navodi da su osnovne četiri: potreba za zaštitom, viđenosti, umirivanjem i sigurnosti.



1. Potreba za **zaštitom** (fizičkom i psihičkom)

Bebe su bespomoćne i apsolutno zavise od odraslih kako bi preživjele, zato je sigurnost tako važna. To u praksi znači da je važno, sa jedne strane, da roditelj zaštiti dijete od bilo koje vrste povređivanja, fizičkog i emocionalnog, a sa druge strane, to znači da je potrebno da se potrude da oni sami **ne budu izvor straha** za svoje dijete. Vikanje i zastrašivanje aktiviraju kontradiktorne mehanizme u mozgu djeteta: strah signalizira djetetu da se povlači od osobe koja je izvor straha, ali istovremeno, strah navodi dijete da ode po zaštitu kod osobe od koje je zavisno. Ova vrsta unutrašnjeg konflikta narušava odnos roditelj-dijete, a temelj roditeljstva je upravo u odnosu.

2. Potreba da se osjete **viđenim**, da dožive da je roditelju stalo kako se osjećaju i da imaju njegovu pažnju na sebi. To znači da je djetetu potrebno da vidi da roditelj uočava što se u njemu događa. To se manifestuje kroz imenovanje emocija i podražavanje ekspresija (kroz mimiku i ton) i drugih subjektivnih doživljaja koje primjećujemo kod djeteta. Na primjer, kada dijete padne, roditelj će reći: „O, pao si! Sigurno si se *uplašio*“.

3. Potreba da ih roditelj **utješi/umiri** kad im je neophodno. Doživljaj da nijesu sami u bolu. To je poruka djetetu da je sve što osjeća u redu i da je roditelj tu za njega. Jedan česti primjer u uzrastu odojčeta jeste pojava grčeva (kolika). Bebini grčevi su za roditelje često uznemirujuće iskustvo jer se dešava nešto u čemu joj često ne mogu pomoći. Mnogi roditelji se osjete bespomoćnima i ponekad im bude teško da se i sami smire u takvim okolnostima. Međutim, ono što djetetu tada treba jeste da roditelj bude tu, onoliko miran koliko može biti i da mu pruži utjehu. To prirodno vodi, zajedno sa svim prethodnim, zadovoljavanju potrebe za sigurnošću.

4. Potreba da se osjete **sigurnim**, što se postiže kroz prethodna tri i predvidljivost u postupcima i ritmu. Osim rutinama i predvidljivošću, sigurnost se postiže i kroz spremnost roditelja da popravi stvar onda kada je napravio grešku ili nije izašao u susret nekoj od navedenih potreba.

Sve navedeno nedvosmisleno ukazuje na to da je **odnos** koji roditelj gradi sa djetetom osnova dobrog roditeljstva. Odnos povjerenja, sigurnosti, slobode za istraživanje i pružanje sigurne luke kojoj dijete u svakom trenutku može da se vrati kada mu je to potrebno.

U ČEMU SE OGLEDA ZNAČAJ PODRŠKE?

ZAŠTO JE VAŽNA PODRŠKA ZAJEDNICE?

„Bebama je za normalan razvoj potrebna posvećena pažnja jedne ili dvije osobe koje će se dosljedno starati o njima, a osobama koje se staraju o djeci potrebna je svakodnevna podrška brižne zajednice koja uviđa koliko su iscrpljujući zahtjevi sa kojima se suočavaju novopečeni roditelji i koja doprinosi olakšavanju tih zatjeva. Dok se odvijala evolucija naše vrste, ljudska bića nijesu živjela u svijetu u kojem je žena provodila dan sama sa svojim potomstvom dok je njen partner provodio dan u kancelariji“.

Brus Peri

Roditeljstvo je, naročito tokom prvih godina, fizički i emocionalno iscrpljujuće. To znači da osoba koja dominantno vodi brigu o djetetu i koja je za dijete primarna figura vezanosti, privremeno tokom ranog perioda mnoge svoje potrebe u određenoj mjeri stavlja po strani.

Djetetu je u ranom periodu potrebno fizičko i emocionalno prisustvo majke, što znači da majka svoje ponašanje u određenoj mjeri prilagođava potrebama djeteta. Ukoliko majka u tom periodu ne dobije podršku, drugim riječima, ako se druga odrasla osoba ili više njih ne staraju o potrebama majke, posljedično će patiti i majka i dijete.



No, podrška optimalnom dječjem razvoju se ne završava sa majkom koja brine o djetetu dominantno u prvom periodu i ocem koji brine o majci i djetetu. Govorimo i o podršci šire porodice, koja sve češće izostaje, ali i podršci cjelokupnog društva koja se mora temeljiti na razumijevanju potreba djeteta i mlade porodice.

Nekada se desi da se mladi roditelji suoče sa izostankom podrške šire porodice, prijatelja ili čak partnera. Nekada je to iz objektivnih razloga, na primjer, jer partner mora da radi ili je šira porodica u drugom gradu. Mladi roditelji se u takvim situacijama često mogu osjetiti usamljeno, izolovano, čak i bespomoćno. Zato je važno informisati roditelje o izvorima podrške i pomoći, u vidu različitih nacionalno akreditovanih servisa (savjetovališta za brak i porodicu, SOS linija i slično), koji mogu biti prvi korak u pronalazenu rješenja za situaciju u kojoj se nalaze.



KORIŠĆENA LITERATURA I IZVORI ZA PRVI DIO TREĆEG MODULA

Brus Peri, Maja Šalavic, *Dečak koji je odgajan kao pas i druge priče iz beležnice dečjeg psihijatra: čemu sve traumatizovana deca mogu da nas nauče o gubitku, ljubavi i isceljenju*, Karupović, Beograd, 2013.

Daniel Goleman, *Emocionalna inteligencija*, Geopoetika, Beograd, 2005.

Daniel J. Siegel, *Healing Trauma: Attachment, Mind, Body and Brain*, WW Norton & Co., New York, 2003.

Daniel J. Siegel, *Parenting From Inside Out: How a Deeper Self-Understanding Can Help You Raise Children Who Thrive*, TarcherPerigee, 2013.

Daniel J. Siegel, *The Developing Mind: How Relationships and the Brain Interact to Shape Who We Are*, The Guilford Press, New York, 2020.

Daniel J. Siegel, Tina Payne Bryson, *The Power of Showing Up: How Parental Presence Shapes Who Our Kids Become and How their Brains Get Wired*, Ballantine Books, 2020.

Daniel J. Siegel, Tina Payne Bryson, *The Whole Brain Child: 12 revolutionary strategies to nurture your child's developing mind*, Bantam Books, 2012.

Donald W. Winnicott, *The Child, The Family And The Outside World (Classics in Child Development)*, Perseus Publishing, December 1992.

Ljiljana Miočinović, *Pijažeova teorija intelektualnog razvoja*, Institut za pedagoška istraživanja, 2002.

John Bowlby, *Attachment: Attachment and Loss*, Volume I, Basic Books, New York, 1983.

John Bowlby, *Separation: Anxiety and Anger*, Basic Books, New York, 1976.

John Bowlby, *Loss: Sadness and Depression*, Basic Books, New York, 1982.

Margaret Mahler, Fred Pine, Anni Bergman, *The Psychological Birth of the Human Infant: Symbiosis and Individuation*, Basic Books, New York, 1975.

Rene A. Spitz, *The First Year of Life: A Psychoanalytic Study of Normal and Deviant Development of Object Relations*, International Universities Press, Madison, 1965.

Zoran Milivojević, *Emocije: psihoterapija i razumevanje emocija*, Psihopolis institut, Novi Sad, 2014.

KAKO DA RAZUMIJEM OSNOVNE KARAKTERISTIKE PSIHO-MOTORNOG RAZVOJA I USPJEŠNO SPROVODIM RANU STIMULACIJU DJETETA OD 0 DO 2 GODINE

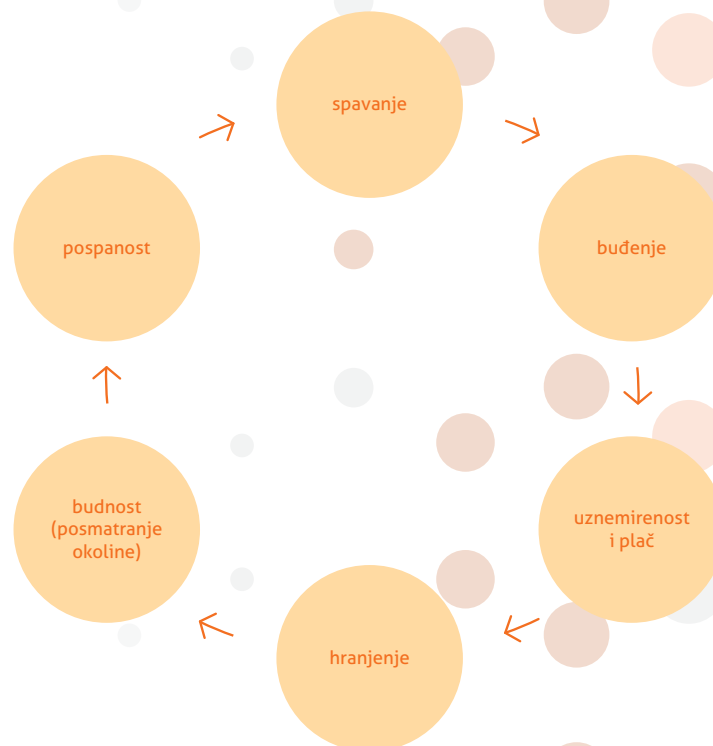
ŠTA ZNAMO O NEUROLOŠKOM RAZVOJU NOVOROĐENČETA?

Čin rođenja je najdramatičnija promjena u životu pojedinca. Novorođenče koje je rođeno u rasponu između 37. i 42. nedjelje trudnoće je donešeno novorođenče koje započne samostalan život uspostavljajući brojne fiziološke funkcije: disanje, varenje, izlučivanje, termoregulacija, san i budno stanje.

Prve dane života novorođenčeta Vigotski označava kao „najizrazitiji“ razvojni izazov koji odvaja period prenatalnog razvoja od perioda novorođenčeta. „Dramatična promjena sredine pri rođenju, kada novorođenče dospije u potpuno novu sredinu, mijenja čitav njegov život i obilježava početak perioda postnatalnog razvoja“ (Vigotski, 1996-IV str. 199).

Početak disanja proizvodi zvuk koji čujemo kao prvi dječji plač. Prvi izdah dovodi da toga da vazduh prolazi preko glasnica manifestujući se kao plač, zapravo je samoaktuelizacija novorođenčeta, dokaz da je spremno da prihvati novi izazov kakav je život van tijela majke.

Prvo hranjenje novorođenče obavlja urođenim refleksima sisanja i gutanja. Nekoliko časova po rođenju počinje i izlučivanje. Javljaju se i znaci koji ukazuju i na teškoće adaptacije na novu sredinu (nepravilno disanje, trzaji, kijanje, drhtanje).



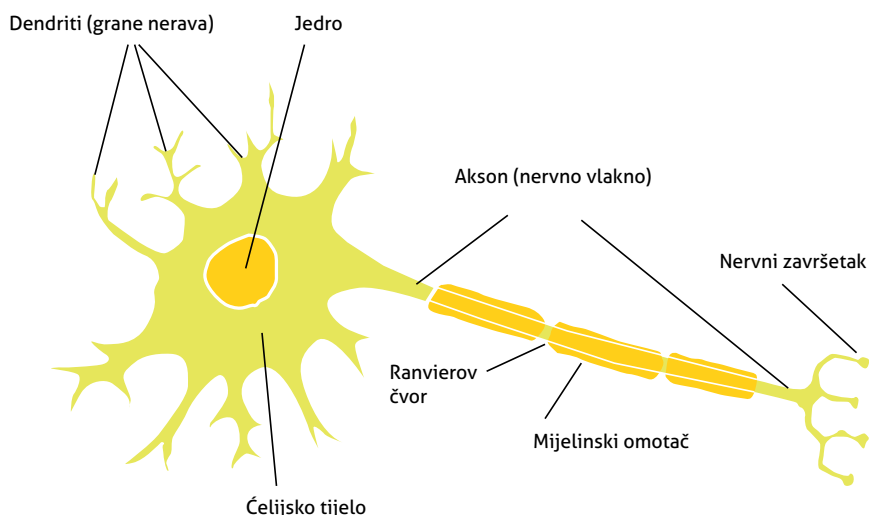
Slika 1. Tipičan ciklus kod novorođenčeta

Prosječna težina novorođenčeta je 3-4 kg; prosječna dužina 48-52 sm, koža je nabrana i ružičasta; oči su srazmjerno krupne, sive/plave (tek kroz mjesec, dva, dobijaju konačnu boju), pokreti očiju nijesu koordinisani; glava je srazmjerno velika u odnosu na ruke, trup i noge, na lobanji su meki, hrskavičavi djelovi (fontanele), što je olakšavalo tok rađanja djeteta; u poređenju sa odraslim ritam disanja i rada srca su skoro dva puta brži,

a krvni pritisak dva puta niži; mišići su slabi i meki i dijete ih još ne kontroliše. Neuroni se razvijaju ubrzano prije rođenja i njihov broj na rođenju je približno jednak broju neurona u mozgu odrasle osobe. Njihov broj se neće značajno uvećavati s uzrastom, zapravo, naučnici su dokazali da se neki neuroni stvaraju i nakon rođenja, ali u neznatnom broju u odnosu na broj neurona s kojima beba dođe na svijet.

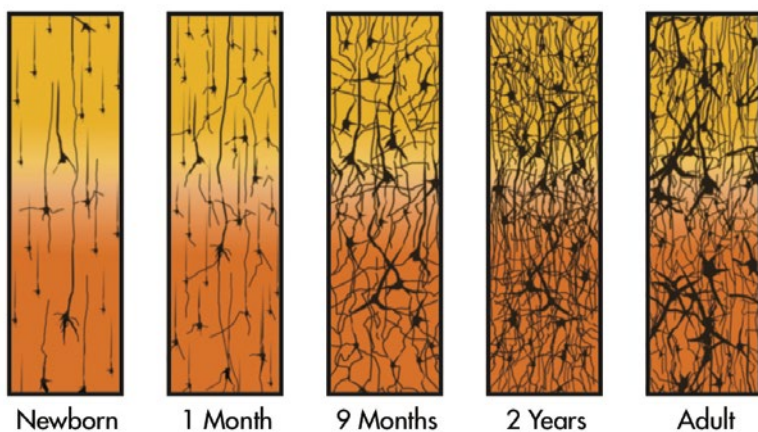
Mijelin je masna bijela supstanca koja oblaže aksone nervnih ćelija, formirajući izolacijski sloj koji omogućava brži protok informacija.

Promjena oblika i veličine nervnih ćelija, stvaranje sinaptičkih spojeva, te mijelinizacija nervnog sistema, odvijaće se sve do 16. godine.



ANATOMIJA NEURONA (NERVNE ČELIJE)

Slika 2. Anatomija nervne ćelije



Slika 3. Mreže sinapsi (novorođenče, 1. mjesec, 9. mjesec, 2. godina, odrasli)

Na rođenju ljudski mozak se tek priprema za svoje puno funkcionisanje. Neuroni u mozgu su većinom još odvojeni jedni od drugih. Glavni razvojni proces u prve tri godine se sastoji u uspostavljanju veza među neuronima u mozgu. Te veze su formirane kada neuroni šalju i primaju signale od drugih neurona. **Veze među neuronima se nazivaju sinapse.** Kako se dijete razvija, sinapse postaju sve složenije, kao drvo koje se sve više

grana. Neuron se razvijaju i broj sinapsi među njima raste. Broj sinapsi najintenzivnije raste u prve tri godine života, zatim se proces usporava jer je i učenje složenije, ali se nastavlja do 10. godine i to predstavlja glavnu biološku i neuralnu osnovu razvoja. One sinapse koje se intenzivno koriste postaju trajno dio mozga. Sinapse koje se ne koriste postepeno se gube. Ovladavanje novim vještinama i sticanje iskustva igraju važnu ulogu u uspostavljanju veza u mozgu. Djeci je potrebno omogućiti raznovrsne aktivnosti, različite čulne senzacije, perceptivna, emocionalna i socijalna iskustva, ponavljanje istih u svrhu trajnog učenja, pamćenja i **automatizacije** radnji, da bi sinapse koje su povezane sa tim iskustvima postale trajne.

Novorođenče vidi, čuje, osjeća dodir, osjeća promjene položaja tijela, ima sposobnost obrade složenih vidnih informacija, prati predmete u prostoru pokretima očiju, sposobno je da se brani od previše intenzivnih vizuelnih nadražaja, slušne sposobnosti su dobro razvijene, okreće oči i glavu prema izvoru zvuka, ima osjetljiv miris i ukus.

Automatizacija pokreta je proces stvaranja motornih obrazaca u centralnom nervnom sistemu. Ostvaruje se uvježbavanjem motornih radnji, te njihovim ponavljanjem koje se izvodi u dužem trajanju. Tako se formiraju motorni obrasci koji kada se učvrste i ustale, služe za izvođenje pokreta bez učešća svijesti (hodanje, penjanje uz stepenice, plivanje, vožnja bicikla, vožnja auta, pravilan izgovor glasova...).

Dodir je prvi razvijeni način komunikacije između novorođenčeta i osobe koja o njemu brine. Anatomske osnove za percepciju i prenošenje nadražaja bola iz kože do moždane kore prisutne su već u periodu fetusa, tako da je neupitno da novorođenče osjeća bol. Za mnogim prijatnim informacijama dijete samo aktivno traga.

Koji su bezuslovni refleksi novorođenčeta?

- **Refleks sisanja** - dodiranjem usana ili obraza dijete reaguje i počinju pokreti sisanja (nestaje u 3. ili 4. mjesecu);
- **Refleks hvatanja ili Darwinov refleks** kada se dodirne unutrašnja strana dlana novorođenče hvata i snažno stiska predmet (nestaje u 3. ili 4. mjesecu);
- **Refleks Babinskog** - kada se draže tabani javlja se lepezasto širenje palca i ostalih prstiju noge. Kod odraslih isto draženje izaziva plantarni refleks sa suprotnom reakcijom, skupljanjem prstiju (nestaje od 8. do 12. mjeseca);
- **Refleks grljenja ili Moroov refleks** - (nestaje u 3. ili 4. mjesecu) kada se u blizini djeteta, koje leži poleđuške na čvrstoj podlozi, izazove jak zvuk ono širi ruke i noge u stranu, a zatim ih vraća u luku kao da nekog grli. Istu reakciju izaziva izmicanje podloge (refleks je najizraženiji u 2. mjesecu, a do 7. mjeseca se gubi);
- **Refleks hodanja** - ako je novorođenče podignuto da nogama tek dodiruje tlo ono počinje da pokreće noge kao da hoda ili vozi biciklo. Refleks hodanja pomaže prilagođavanju fetusa na okolinu i omogućava mu obrtanje u uterus (nestaje u 3. ili 4. mjesecu);
- **Vratni tonični refleks** - ako djetetu koje leži poleđuške okrenemo glavu udesno podbradak se podiže, desna ruka ispruža, a lijeva savija. Vratni tonični refleks omogućava bebi da savlada problem praćenja i koordinacije glave, pogleda i ruke. Asimetričan sklop pokreta preći će u simetričan oko šesnaeste nedjelje (nestaje u 3. ili 4. mjesecu).

Većina opisanih refleksa je karakteristična samo za period novorođenčeta, nakon toga oni postepeno nestaju u prvih šest mjeseci odojčeta. Neki drugi refleksi se sa razvojem zadržavaju jer imaju i dalje funkciju prilagođavanja (npr. kihanje pri nadražaju nosnih puteva, zijevanje radi potrebe za dodatnim kiseonikom, kašljanje, širenje zjenica u tami).

Zašto je stimulacija potpora ranog razvoja mozga?

Istraživanja ranog razvoja mozga snažno potkrepljuju stav da su od rođenja pa nadalje djeca spremna za učenje koje počiva na opštem biološkom sazrijevanju i sazrijevanju nervnog sistema. To znači da odrasli moraju poznavati i razumjeti važnost ranog razvoja i načine kako se stimuliše učenje i razvoj djeteta.

Briga o djeci ranog uzrasta podrazumijeva izgradnju odnosa sa drugima i stvaranje optimalnih uslova za aktivnosti djeteta, uključujući i uspostavljanje dnevnih rutina i iskustava. Razvoj djeteta je jedinstven fenomen, a način i tempo razvoja zavisi od individualnih potencijala, karakteristika djeteta i rane stimulacije.

Izostanak adekvatnog podsticanja, razmjene emocija, razgovora u toku prvih dana, prvih mjeseci, prvih nekoliko godina, može dovesti do toga da dijete ne razvije sve potencijale kojima je bilo opremljeno. Rani razvoj ne teče uvijek tako da podstiče dječju radoznalost, kreativnost i samopouzdanje. Sinapse koje se prave u mozgu reaguju na hroničan stres, lišavanje ranog iskustva, razne vidove zanemarivanja i mogu imati loše posljedice za razvoj djeteta.

Ne postoji stroga pravila u pogledu razvojnih karakteristika uzrasta jer svako dijete ima periode ubrzanog i usporenog razvoja, a razvoj se u različitim domenima može odvijati različitom brzinom.

ZAŠTO POSEŽEMO ZA STANDARDIMA RANOG RAZVOJA?

Standardi razvoja mogu poslužiti kao efikasan alat da se utvrdi šta i koliko dijete može i na osnovu njih obezbijediti uslove u kojima će se dijete razvijati u skladu s mogućnostima i individualnim potencijalima. Definisani su u svrhu percepcije ključnih razvojnih postignuća sa jasno vidljivim i konkretnim obilježjima, na osnovu kojih zaključujemo da je dijete razvilo određenu kompetenciju.

Veliki značaj za sve aspekte razvoja ima sredina u kojoj dijete odrasta. Ona u velikoj mjeri oblikuje i usmjerava razvoj. Dijete je od početka socijalno biće, a osobe iz njegove okoline, reagujući na potrebe i ponašanje djeteta, daju smisao tom ponašanju (Aleksandar Baucal).

Djeca istog uzrasta se veoma razlikuju međusobno. Različiti tempo prolaska kroz razvojne faze ne znači odstupanje od poželjnog, već prirodni varijetet, individualnu karakteristiku razvoja određene jedinice. **Prema dominantno prihvaćenoj teoriji učenja i razvoja, učenje ne predstavlja kolekciju, sakupljanje određenih informacija, čulnih i perceptivnih utisaka, činjenica, već proces vlastite izgradnje znanja i umijeća kroz sopstevni aktivan odnos prema svemu onom što dolazi iz fizičke i socijalne sredine.** Jedini način da dijete dođe do novih saznanja o sredini koja ga okružuje je da u njoj aktivno sudjeluje.

Dijete je aktivni činilac vlastitog razvoja, a ne objekat na koji sredina djeluje i modeluje ga.

Da bismo objasnili rani dječji razvoj sagledavamo ga kroz pojedine aspekte: kognitivni, socijalni, emocionalni i fizički (da bi znanja bila konkretizovana, da bi se pokazali detalji, da bismo opisali konkretna ponašanja).

Osnovno načelo ranog razvoja i učenja jeste holistički, cjeloviti pristup djetetu.

Kada uvodimo novu zvečku u igru, ne stimulišemo samo kognitivni razvoj već i fizički, ali i socijalno emocionalni (davanje podrške, dodavanje zvečke, sakrivanje pa pojavljivanje, dodavanje igrovanih, muzičkih elemenata, afektivna razmjena koja prati igru: smijeh, razmjena zvukova, imitiranje zvukova koje dijete proizvede, držanje djeteta dok se uvodi igračka).

UZRAST 0-3 MJESECA

Razvoj motorike

- Počinje da diže glavu kada leži na stomaku. Okreće glavu na obje strane dok leži na leđima.
- Steže i drži vaš prst u ruci.
- Igra se rukama, prinosi ih ustima.
- Pogledom prati predmet koji se pomjera u stranu, usmjerava ruku u pravcu predmeta.

Stimulacija

Igrajte se svakodnevno s djetetom na podu, na leđima i stomaku.

Držite dijete uspravno sa nogama na podu, tvrdoj podlozi dok mu pjevate i pričate.

Postavite igračke ispred djeteta kada je budno i leži na stomaku, šušajte i zveckajte igračkom da bi dijete poseglo za njom.

Govorno-jezički razvoj/komunikacija

- Guče, oglašava se.

Stimulacija

Obradujte se i nasmijte djetetu kada se oglasi.

Pričajte i pjevajte djetetu svakodnevno.

Imitirajte zvukove koje proizvodi, koristite jasan govor.



U prvom mjesecu je dovoljno da, pored prijatnog okruženja u kome boravi, nasmijano lice roditelja bude ono što beba vidi kada je budna. Svjetlo treba da bude prigušeno, muzika utišana, glas kojim joj se obraćate prijatan, a važno je i da joj se ne unosite previše u lice.

Slika 4. Bebe po rođenju vide crno-bijelo tako da visilice iznad kreveta treba da budu predstavljene kao na slici

Kognitivni razvoj

- Reaguje na zvuk, okreće glavu prema izvoru zvuka.
- Pogledom prati osobu koja se kreće.

Stimulacija

Šuščajte igračkom, zveckajte zvečkom sa lijeve i desne strane bebe da bi počela da okreće glavu ka izvoru zvuka.

Socio-emocionalni razvoj

- Pojava socijalnog osmjeha – počinje da reaguje osmijehom na pojavu ljudskog lica.
- Umiri se kada ga uzmete u naručje. Opušta tijelo i privija se kada se nosi.
- Plače kada nešto želi (gladno je, umorno, pospano...).

Stimulacija

Odgovorite na djetetov plač koji je odraz njegovih potreba – fizičkih (nahranite ga, presvucite, provjerite da li mu je toplo/hladno jer još uvijek nije razvijena termoregulacija...) i emocionalnih (držite dijete u naručju, pokažite mu da ste tu, utješite ga...).

Posmatrajte i pratite reakcije djeteta u različitim situacijama, kada je gladno, pospano, opušteno, naučićete da razlikujete potrebe.

Razvijajte kod djeteta tzv. sigurnu bazu, uspostavljanjem čvrste veze sa njim, razvijanjem osjećaja povjerenja. Prve formirane veze određuju način uspostavljanja odnosa tokom cijelog života.

UZRAST 4-6 MJESECI

Razvoj motorike

- Drži glavu samostalno.
- Prevrće se na leđa dok leži na stomaku, okreće se, prevrće u oba pravca.
- Kada ga držimo uspravno odupire se vrhovima prstiju.
- Poseže za igračkom jednom rukom dok leži na leđima.
- Hvata predmet cijelom šakom, razgleda ga i tresu rukom.

Stimulacija

Igrajte se svakodnevno s djetetom na podu, na leđima i stomaku. Držite dijete uspravno sa nogama na podu, tvrđoj podlozi dok mu pjevate, pričate.

Postavite igračke ispred djeteta kada je budno i leži na stomaku, šuščajte i zveckajte igračkom da bi dijete poseglo za istom.

Govorno-jezički razvoj/komunikacija

- Proizvodi zvukove/oglašava se, guče kada čuje govor majke.
- Ostvaruje kontakt očima.

Stimulacija

Obradujte se i nasmijte djetetu kada se oglasi.

Pričajte i pjevajte djetetu svakodnevno kao vid povratne informacije.

Imitirajte zvukove koje proizvodi, koristite jasan govor.

Kognitivni razvoj

- Obrća pažnju na govor drugih.
- Prinosi ruke i predmete ustima (istražuje svijet oralno).
- Manipuliše predmetima i razgleda ih.
- Prati pogledom kružno kretanje predmeta.
- Proizvodi zvukove pomoću predmeta.

Stimulacija

Držite igračku u vidnom polju djeteta i zvečite/šuščajte istom dok je lagano pomjerate da je pogledom prati i okreće glavu. Držite igračku iznad dječje glave i tražite da je dijete dosegne pogledom, pokuša da je dodirne. Igrajte se „skrivanja“ iz vidnog polja, npr. „Gdje je ____?“ sakrijte se, „Evo ga“. Dozvolite djetetu da istražuje predmete tako što ih stavlja usta. Imenujte svakodnevne predmete iz okoline.

Socio-emocionalni razvoj

- Obrća pažnju na ljudska lica, obraduje se osobama koje poznaje, glasno se smije.
- Umiri se kad čuje zvukove, naročito glasove.
- Ljuti se ako mu se uzme igračka.

Stimulacija

Mazite se i pričajte sa djetetom tokom svakodnevnih aktivnosti.

Učvrstite dnevnu rutinu sa djetetom, s jasnim, dosljednim terminima i mjestom za obroke i spavanje.

Izbjegavajte česte i iznenadne promjene koje mogu uznemiriti dijete.

Pokušajte da trenutak ljutnje i negodovanja pretvorite u igru intonacijom koju će pratiti određena mimika i gestikulacija, pokušajte da djetetu preusmjerite pažnju od uzroka i/ili povoda ljutnje. Na ljutnju reagujete bez tenzije, umirite ga.

Obezbijedite vrijeme za igru sa djetetom, koje se odvija mimo osnovne brige i njege djeteta.

Uvažite pojavu različitih emocija kod djeteta, dajte mu do znanja da je to u redu, da ste tu, da razumijete, da ga smirite i utješite.

Pokažite npr. drugu igračku ili drugi način na koji može da zadovolji svoje potrebe.

Pokažite način na koji može da se ispolji, a da nije ugrožavajući za njega i druge.



Jake emocionalne reakcije prihvatite kao znak njihove želje da komuniciraju sa vama i svijetom koji ih okružuje.

Slike 5. 6.7. Stimulacija bebe na različite načine

UZRAST 7-9 MJESECI

Razvoj motorike

- Diže se u sjedeći položaj dok se drži za prste odrasle osobe.
- Održava ravnotežu u sjedećem položaju kraće vrijeme.
- Podiže se u poziciju za puzanje (na koljena i dlanove).
- Uzima predmete prstima i palcem, premješta igračku iz ruke u ruku.
- Sve baca na pod.

Stimulacija

Dozvolite djetetu da samostalno vježba ravnotežu u sjedećem položaju.

Sjednite ga u ugao krevetića ili poduprite jastučićima kako bi moglo samostalno da sjedi i vježba ravnotežu.

Ne izlažite dijete dugotrajnom boravku u statičnom položaju – krevet, ljuljaške...

Učite dijete uzročno-posljedičnim vezama kroz aktivnosti: „ubaci/izvadi“ kocku iz kutije, kotrljanje lopte, guranje autića.

Ne prekoričevajte dijete već tražite poželjna rješenja: umjesto „prestani“ = „vrijeme je za sjedjenje“, „vrijeme je za jelo“ ...

Govorno-jezički razvoj/komunikacija

- Proizvodi zvukove koji zvuče kao: „da“, „ga“, „ka“, „ba“ (ili već da-da, ba-ba).
- Počinje imitirati zvukove i gestikulacije/pokrete drugih.
- Razumije poneku riječ.

Stimulacija

Ponavljajte radnje, pokrete, glasove za djetetom. Vježbe „čekanja“, djetetove reakcije na pomenutu riječ.

Čitajte djetetu svakodnevno. Primjenjujte pričanje i razgledanje slikovnica, imenujte i opisujte predmete i boje.

Imenujte stvari i lica sa kojima je dijete svakodnevno u kontaktu.

Nagradite dijete kada brblja i igra se predmetima. Imitirajte zvukove i riječi koje dijete izgovara.

Vježbajte sa djetetom duvanje kroz slamčicu, gašenje plamena svijeće.

Kognitivni razvoj

- Istražuje rukama i ustima (stavlja predmete u usta).
- Poseže za predmetima koje uoči/želi.
- Udara predmetima o sto (druge predmete/površine).
- Voli da se ogleda u ogledalu.
- Traži predmete kada ih sakrijete.
- Počinje da pokazuje kažipstom (pojava pokaznog gesta).
- Oglašava se/reaguje na muziku.

Stimulacija

Dozvolite djetetu da istražuje svoju okolinu i predmete. Nastavite s igrom „skrivanja“. Opisujte predmete koji interesuju dijete, koje pokazuje prstom. Postavite ogledalo djetetu da može da se ogleda i napravite igru od toga. Puštajte djetetu muziku.

Socio-emocionalni razvoj

- Pruža ruke da ga podignete.
- Maše ili reaguje na „pa-pa“.
- Ima omiljenu igračku.
- Reaguje na svoje ime.
- Vezano je za jednu osobu, javlja se strah od nepoznatih.
- Strah od odvajanja je uobičajena i prolazana faza razvoja na ovom uzrastu.

Stimulacija

Nastavite sa jasnim dnevnim rutinama, stvorite djetetu osjećaj sigurnosti, njegujte toplu i prijatnu atmosferu. Pokažite da ste uvijek tu, sigurni i pouzdani.

Poštujte ukoliko je dijete vezano za određenu igračku/predmet koji mu uliva osjećaj sigurnosti (tzv. prelazni objekat).

Postepeno, opušteno i smireno uvodite dijete u situacije u kojima je strah izražen.

U novim situacijama i okruženju, dozvolite da traži blizinu, istovremeno objašnjavajući da ste tu, da je sigurno.



Dijete će prihvatiti i ponavljati one aktivnosti koje su izvor zadovoljstva, a izbjegavati one koje dovode do neprijatnosti.

Pozitivna ponašanja i aktivnosti djeteta treba hrabriti i potkrepljivati.

Stimulacija ne smije biti neprijatna za dijete, što se zaključuje posmatranjem ponašanja djeteta.



Slika 8. 9. i 10. Materijali različitih tekstura podstaći će razvoj čula dodira, dati mogućnost djetetu da odabere teksture koje mu prijaju.

UZRAST 10 -12 MJESECI

Razvoj motorike

- Ustaje samostalno (koristi namještaj/predmete/odrasle).
- Može samostalno da sjedne, puži.
- Stoji samostalno kad se pridržava.
- Iz stojeće pozicije spušta se u sjedeću bez padanja.
- Počinje da se kreće držeći se za namještaj.
- Uz držanje napravi bar četiri koraka.
- Počinje uzimati sitne predmete (pincetni hvat).
- Pokušava da šara po papiru.

Dijete će prihvatiti i ponavljati one aktivnosti koje su izvor zadovoljstva, a izbjegavati one koje dovode do neprijatnosti.

Pozitivna ponašanja i aktivnosti djeteta treba hrabriti, osnažiti i nagraditi.

Stimulacija

Dozvolite djetetu da samostalno vježba sjedenje, ustajanje, padanje, pridržavanje, cupkanje, tako što ćete osloboditi prostor za što bezbjednije izvođenje aktivnosti (pomjerite namještaj, zaštitite djelove koji mogu biti opasni, neka prostor bude u funkciji razvoja djeteta).

Motivirajte dijete da se kreće tako što ćete ga svojim učešćem i animiranjem pozivati da se kreće od tačke A do tačke B.

Ne dozvolite da se strah od povređivanja djeteta prenese na njega, može ga učiniti nesigurnim i manje sprečnim.

Ukoliko se desi da dijete padne, ne reagujete burno.

Nakon neuspjeha, verbalno i neverbalno, podstičite dijete na nove pokušaje.

Koristite sitne djelove hrane koju dijete voli da bi samostalno jelo i vježbalo motoriku šake i prstiju.

Organizujte zanimljive aktivnosti i aktivno učestvujte u igri.

Govorno-jezički razvoj/komunikacija

- Proizvodi puno različitih zvukova („mamamama“, „babababa“, „dadad“).
- Možda već koristi i jednostavne riječi („tata“, „mama“, „o-o“).
- Razumije „ne“, „dođi“.

Stimulacija

Imitirajte zvukove koje dijete proizvodi i obratno.

Pričajte djetetu dok ga hranite, presvlačite, kupate.

Govorite sporije, koristite kratke i jednostavne fraze.

Čitajte svakodnevno, zajedno razgledajte slikovnice, imenujte i opisujte predmete, likove, boje...

Podstičite razvoj motorike govornih organa: duvanje balončića od sapunice, duvanje u slamčicu, duvanje lakih loptica po površini vode dok se kupate).

Uvedite čvrstu hranu.

Kognitivni razvoj

- Počinje imitacija učestalih radnji odraslih.
- Svršishodno koristi predmete (pije iz čaše, kašikom miješa po tanjiru, prosipa tečnost iz čaše).
- Daje predmet na zahtjev.
- Traži predmete kada nestanu iz vidnog polja.
- Voli jednostavne društvene igre kao „Sad ću da te uhvatim“!
- Uči putem pokušaja i greške.

Stimulacija

Dozvolite djetetu da lupa predmetima o sto ili jednim o drugi predmet.

Sakrijte manje igračke i predmete i podstičite dijete da ih traži.

Igrajte se igara „moj red-tvoj red; prvo ja, pa onda ti“, „Sad ću da te uhvatim“, ili „Gdje je___/? Evo ga!“

Pušajte klasičnu i dječju muziku.

Ne izlažite dijete dugotrajnom sjedjenju i gledanju TV i internet sadržaja.

Socio-emocionalni razvoj

- Tapše rukama na poznatu melodiju.
- Razvija recipročne igre („tebi/meni “dodavanje, „ja-ti-ja-ti“ razmjena igračaka/ponavljanje radnje i tako dalje).
- Pokazuje interesovanje za djecu i odrasle.

Stimulacija

Obasipajte dijete pažnjom, vokalnim potkrepljenjem, odobravanjem, ohrabrenjem, poljupcima i maženjem za sva prikladna, željena ponašanja.

Ako se dijete ponaša neprikladno, recite jasno „NE“, ali ga ne kažnjavajte, ne koristite povišen ton i duga objašnjenja.

Stvarajte prilike za interakciju.

Briga o sebi

- Prinosi čvršću hranu ustima, jede prstima, žvače hranu.
- Pije iz šolje dok je pridržavate.

Stimulacija

Dozvolite djetetu da se samostalno hrani i rukama istražuje hranu različitih tekstura.

Podržite djetetovo samostalno izvođenje pojedinih radnji.



Slika 11, 12. i 13. Aktivnosti koje podstiču dječji razvoj

UZRAST 13-18 MJESECI

Razvoj motorike

- Stoji i može da se kreće uz namještaj.
- Pravi nekoliko samostalnih koraka.
- Trči u krug.
- Podiže predmete i nosi ih.
- Baca loptu u ciljanom pravcu.
- Otvara slikovnice tvrdih korica.
- Imitirajući vuče prave crte olovkom po papiru.

Stimulacija

Omogućite uslove za spontanu igru, ne sputavajte ih u kretnjama. Učinite prostor bezbjednim za hodanje, trčanje, skakanje, okretanje oko sebe.

Dajte djetetu interaktivne i igračke koje se guraju i vuku, imaju svrsishodne radnje.

Igrajte se kuvanja sa djetetom.

Čitajte djetetu svaki dan, neka okreće stranice (tvrdih korica) i pri tom mijenjajte redosljed pokazivanja, imenovanja, predmeta u slikovnicama (ja-ti-ja-ti).

Igrajte se kockicama, igračkama za umetanje oblika kroz otvore, puzlama i drugim igrama koje podstiču korišćenje obje ruke.

Dajte djetetu da boji i pokazujte kako da crta linije gore-dolje i lijevo-desno. Potkrijepite svaki pokušaj imitacije ovih radnji.



Slika 14, 15. i 16. Aktivnosti koje podstiču dječji razvoj

Govorno-jezički razvoj/komunikacija

- Funkcionalno koristi 4-6 riječi.
- Pokušava da imitira riječi koje izgovarate.
- Razumije jednostavne usmene i zahtjeve sa gestikulacijom: „daj“ + ispružena ruka.
- Upotrebljava frazu od dvije riječi.
- Počinje da razvija autonomiju i samostalnosti u odnosu na roditelje.
- Izražava neslaganje ili odbijanje, koristi gest i verbalno NE.

Stimulacija

Obraćajte se kratkim i jednostavnim frazama. Postavljajte jednostavna pitanja. Objasnjavajte radnje i imenujte predmete tokom zajedničkih aktivnosti: „Otvaramo česmu, kvasimo ruke, uzimamo sapun, peremo ruke, brišemo peškirom...“

Dovršite riječ koju dijete pokuša da izgovori i pri tom je proširite: dijete kaže „A“ ili „auto“ i pokazuje na „auto“, a vi kažete: „Jeste, to je auto. Uzmi auto. Vozi auto“.

Dozvolite djetetu da pokaže neslaganje i prihvatite ga kada je opravdano. Jednostavnim rječnikom objasnite zašto ne prihvatate njegovo ne.

Ponudite prihvatljiva rješenja: dozvolite da hoda samostalno na bezbjednim mjestima, a insistirajte da se na ulici drži za ruku i sl.

Kognitivni razvoj

- Imitira odrasle u jednostavnim radnjama, počinje simbolička igra „Kao da“.
- Istražuje okolinu.
- Pogleda u sliku ili predmet koji imenujete.
- Lako pronalazi skrivene predmete.
- Stavlja i vadi manje stvari u krupnije (stavlja kocke u korpu...).
- Pokazuje djelove tijela na sebi: nos, oko, stomak, glava, ruka, noga.

Stimulacija

Osmislite igre u kojima se imitiraju radnje i postupci drugih.

Učite dijete da pokazuje djelove tijela.

Pjevajte pjesmice prateći ih pokretima, izvodite ih zajedno.

Igrajte se igre sakrivanja predmeta.

Podržavajte djetetovu radoznalost i potrebu za istraživanjem u bezbjednim uslovima.

Socio-emocionalni razvoj

- Pokazuje strah od odvajanja od bliskih osoba, novih situacija i nepoznatih ljudi.
- Koristi jednostavne gestikulacije za „NE“ mahanje glavom, za „pa-pa“ maše rukom i tako dalje.
- Javljaju se znaci ljubomore (negoduje kada drugo dijete privlači pažnju na sebe).
- Organizuje svoju igru i samo se igra u prisustvu druge djece.

Stimulacija

Ohrabrujte pokušaje i pohvalite sva prikladna/željena ponašanja i ono što se od njega očekuje. Potkrijepite željena ponašanja umjesto kažnjavanja i preusmjeravanja.

Dijete ima potrebu za samostalnom igrom, ne insistirajte na dijeljenju.

Omogućite priliku da inicira igru sa drugom djecom odlaskom na igralište i sl.
Podstičite da dozvoli drugom djetetu da se igra njenim/njegovim igračkama.
Organizujte aktivnost u kojoj je neophodna saradnja, umjesto takmičenja.
Uvažite pravo na ljubomoru i ispoljavanje manje prijatnih emocija.
Posmatrajte u kojim situacijama dijete ima najsnažnije reakcije, te ih redukujte, ali budite svjesni da ne možete, niti je korisno, da zaštitite dijete od svih situacija koje izazivaju neprijatna osjećanja.
Na blizak način (slikovno, imitacijom, igrokazom) pokušajte da mu objasnite da i druga djeca/odrasli imaju svoje potrebe.

Briga o sebi

- Jede kašikom i pije samostalno (iako prosipa).
- Pomaže tokom oblačenja (ispruži ruku/nogu).
- Svlači cipele, čarape, rukavice.

Stimulacija

Ne požurujte dijete, ne radite stvari umjesto njega.

Budite strpljivi, omogućite da vježba samostalno hranjenje, oblačenje, svlačenje...



Slika 17, 18. i 19. Aktivnosti koje podstiču dječji razvoj

UZRAST 19-24 MJESECA

Razvoj motorike

- Trči, skače i šutira loptu, otvara vrata.
- Zna da se penje stepenicama, silazi uz držanje za ruku.
- Podiže predmet sa poda bez pridržavanja.
- Samostalno šara po papiru.

Stimulacija

Igrajte se šutiranja, kotrljanja, hvatanja, bacanja lopte...

Koristite interaktivne i igračke koje se guraju ili vuku.

Pravite balone od pjene da ih dijete hvata i kažiprstom rasprsne.

Govorno-jezički razvoj/komunikacija

- Izgovara više jednostavnih fraza ili rečenica od najviše tri riječi.
- Koristi po dvije riječi da bi komuniciralo: „Još keksa“, „Mama, dođi...“
- Izgovara svoje ime na zahtjev.
- Uživa u dječjim pjesmama i pokušava da ih pjevuši.
- Povezuje onomatopeje sa životinjama.

Stimulacija

Pjevajte dječije pjesmice, čitajte priče.

Pravilno se izražavajte, razgovorajte o slikama i tekstu.

Postavljajte jednostavna pitanja i koristite dvosmjernu komunikaciju.

Igrajte se igrice oglašavanja životinja (dijete pogađa „Kako/Što kaže krava?“ i „Ko kaže muuuu?“).

Dok se dobacujete loptom, ponavljajte: baci, hvataj, pade lopta, šutiraj, uhvati je...

Kognitivni razvoj

- Prati jednostavna uputstva („Donesi jastuk!“ „Vrati cipele!“ „Baci u smeće!“ „Dođi, sjedi!“).
- Imitira druge.
- Igra se svrsishodno igračkama.
- Pokazuje bar pet djelova tijela (oko, uvo, usta, zubi, glava, ruka, stomak, noga...).
- Učestvuje u paralelnoj igri (samostalno se igra pored druge djece, ne mora da se pridruži ali i ne kviri tuđu igru).
- Prepoznaje predmete iz svakodnevice i zna kako se koriste.
- Sparuje jednostavne predmete (čarape sa čarapama, životinje sa životinjama, sliku hrane sa slikom hrane, igračku sa igračkom).
- Ne zaboravlja naučeno.

Stimulacija

Igrajte se „sparivanja“, šta sa čim ide: identični predmeti, različiti predmeti iste svrhe, predmeti i slike predmeta...

Podstičite dijete da glumi, oponaša različite ljude i situacije, sami učestvujte u takvim aktivnostima (aktivnosti u kući, situacija kod doktora...).

Imenujte i objašnjavajte radnje i postupke u svakodnevnim aktivnostima.

Igrajte se pokretnih igara u kojima je zadatak pokazati i/ili imenovati određene djelove tijela (uz odgovarajuće dječje pjesme) ili kroz razgovor o tome čemu nam služe određeni djelovi tijela i gdje se nalaze.

Recitujte kratke pjesmice u kojima se pominju djelovi tijela.

U toku svakodnevnih aktivnosti, postavljajte pitanja djetetu o tome za što se nešto koristi (u kući, na ulici, u parku...), provjeravajući da li je razumjelo. Ukoliko je potrebno, dodatno mu objasnite, pružite još informacija.

Socio-emocionalni razvoj

- Ispoljava različite emocije: strah, ljutnju, krivicu, radost.
- Započinje faza ispoljavanja intenzivne ljutnje i negodovanja.
- Želi da upravlja drugima, traži da je u centru pažnje.
- Brani svoje stvari.
- Igra se samostalno pored druge djece, ne mora da se pridruži ali i ne kvari tuđu igru.

Stimulacija

Djetetu treba sigurna, predvidiva okolina, s jasnom strukturom da bi nesmetano nastavilo s istraživanjem, učenjem, optimalnim razvojem.

Hvalite i potkrjepite dijete za željena ponašanja.

Opisujte emocije koje iskazuje (npr. „Ti si srećna kada se kupaš!“).

Ohrabrujte empatiju i saosjećanje s drugima (kada neko dijete plače ohrabrite da ga zagrlji).

Briga o sebi

- Pije iz čaše češće nego iz flašice, jede kašikom samostalno.
- Postaje svjesno fizioloških reakcija i pokazuje nelagodnost kada je pelena „puna“.
- Sjedi na tuti.

Stimulacija

Ohrabrujte i podržavajte dijete da pije iz čaše, jede kašikom, bez obzira koliko se uprlja.

Pričajte djetetu o konceptu korišćenja toaleta samostalno i vježbajte kroz igru sjedjenja na WC šolji ili na tuti.

Ohrabrujte dijete da prepozna kada ga treba presvući, nagradite ga uvijek kada to saopšti.



Slika 20. i 21. Aktivnosti koje podstiču dječji razvoj

ZAŠTO JE IGRA NAJPRIRODNJI OBLIK UČENJA NA RANOM UZRASTU ?

Igra je najbolji i najprirodniji oblik stimulacije i podsticanja dječjeg razvoja.

Pravo djeteta na igru je odgovornost čitave društvene zajednice.

Dijete putem igre razvija vještine. Beba sama inicira brbljanje, ispušta glasove jezika koji treba da nauči, svakodnevnim ponavljanjem usavršava izgovor, boju glasa, intenzitet. Ponavljanjem nekih jednostavnih motornih aktivnosti dijete vremenom stiče sposobnost da puži, stoji i hoda, imitira ponašanje koje vide u svom okruženju.

U članu 31. Konvencije UN o pravima djeteta stoji, kao jedna od najvažnijih odredbi, da djeca imaju pravo na igru.

Beba u igri koristi svoje ruke i noge koje su pokretne i savitljive, prste koje može da kontroliše, prstima ruku može da dohvati prste na nogama, šaku i stopalo može da stavi u usta. Neke bebe preferiraju upoznavanje svijeta preko predmeta i odnosa među njima, dok su druge više usmjerene na ljude. Beba će se igrati predmetima i koristiti ih na sličan način na koji to čine odrasli u njenom okruženju. Manipulišući predmetima (ispušta i baca, vuče ih, otvara i zatvara, stavlja jedan u drugi) beba istražuje šta predmeti jesu, šta sa njima može da radi, odnose među njima.

Dijete upoznaje sebe kroz igru, sopstvenim aktivnostima potvrđuje sebe.

Zajednička igra djeteta sa bliskim odraslima u ranom periodu je važan potencijal. Model odnosa i situacije u igri koje je dijete gradilo sa bliskim osobama predstavljaju značajan resurs igrovnog i društvenog iskustva.

Ukoliko su rani modeli odnosa bili raznovrsniji dijete u novim igrama ima veći repertoar mogućnosti da se uskladi i prilagodi drugima. Bebe izgrađuju svijest o sebi kao bićima koja su zanimljiva drugima, plijene pažnju i mogu biti partneri u zajedničkoj igri. Igranje sa bebom u naručju, obraćanje bebi visokim glasom, savijanje bebinih nogu naprijed nazad, čini da ona uživa u predstavi odraslog. U drugoj polovini prve godine, bebe uživaju sa odraslima u igri „smiješnih lica“, zabavljaju se kada se to lice mijenja, kada povremeno nestaje i ponovo se pojavljuje (igra skrivanja).

Tokom druge godine, djeca se u igri kreću od imitiranja ka pretvaranju, igranju uloga. U simboličkoj igri dijete postupke i predmete zamjenjuje simbolima: (pije iz šolje-igračke), zatim predmeta (pije iz kocke), imitira radnje drugih ljudi (odlazak u kupovinu, kod frizera, u školu...) i simbolizacije u igri su sve kompleksnije. Pri tome koristi različite forme izražavanja, kao što su prerusavanje, pretvaranje, crtanje, pravljenje modela, ples, razgovor. Sve simboličke forme u igri predstavljaju vezu između realne radnje, neposredne praktične akcije u igri i razvijanja unutrašnjih, zamišljenih ideja i koncepata.

Primjer: Dijete uzima igračku telefon da pozove nekoga, kasnije će iskoristiti neki drugi predmet da bi pribjegli istoj igri, pa će kocka predstavljati telefon, a kasnije će samo skupljena šaka i riječ halo označavati telefonski razgovor.

Beba se igra svojim rukama i nogama, tako da je potrebno da igračke na ranom uzrastu liče na njih: meke su, savitljive, višedjelne, uklapaju se na različite načine, pogodne su za stavljanje u usta, mogu se sisati i žvakati. U drugoj polovini prve godine, igračkama, kao što su lopte, zvona, obruči, zvečke, beba povezuje čulo vida i čulo dodira. Pogodne su kutije, igračke za uklapanje, ređanje poput prstenova na stalak, voda, tvrde slikovnice,

igračke za kadu, kutije, kašike. Za igračke je važno da su bezbjedne, da imaju uglavnom kružni oblik, mekoću. Ovakve igračke su dio djetetove životne sredine. Način njihovog korišćenja beba uči i od bliskih osoba u svom okruženju. U prvoj godini života, za bebu je važno zajedničko bavljenje istraživanjem igračaka ili drugih materijala sa odraslom osobom.

U drugoj godini, igračke za dijete postaju više od oruđa za ispitivanje, postaju simbol. Dijete sve više igračku koristi u igri u skladu sa društvenom i fizičkom funkcijom koju ima, odnosno koristi predmete onakvim kakvi oni jesu. Lutku stavlja u krevetac, telefon igračku koristi za razgovor. Zbog toga je važno omogućiti igračke koje su modeli realnih predmeta, odnosno predstavljaju predmete onakvima kakvi jesu (telefone, lutke, autiće...) ili realne predmete kojima se ono može igrati, a da ne predstavljaju opasnost u igri (kašike, flašice, plastične tanjire, posude...). Dijete počinje da se igra dvjema igračkama ili koristi više njih istovremeno.

Materijali koji najviše podržavaju dječju simboličku i stvaralačku igru su nestrukturirani materijali, kao što su kartoni, papiri, folije, tkanine, kao i polustrukturirani materijali, jer nemaju unaprijed određenu funkciju, a imaju široki raspon različitih tekstura, boja, oblika i veličina. Igračke od prirodnih materijala, nestrukturirani prirodni materijali (lišće, voda, pijesak, zemlja) daju bogat izvor senzornih informacija (ako zalijepite kanap za kocku dobićete igračku koju dijete može da vuče, vrti, baca...)

Odrasli treba da učine materijale za igru dostupnim djeci, tako da mogu da biraju u odnosu na prioritet njihove igre. Na taj način odrasli pokazuju koliko podržavaju ili sprečavaju igru.

Čime se može igrati dijete od 0 do 2 godine?

Djecu u navedenom uzrastu mogu da zabave:

- meke igračke od platna,
- plastični predmeti: činije, kašike, poklopci,
- igračke koje se guraju i vuku, sa točkicama,
- tuneli od platna – čaršavi prebačeni preko stolica i stočića,
- vrteška za krevetac napravljena od šarenog papira i izrezanih djelova rolne od kuhinjskog ubrusa, koja visi iznad krevca,
- kutije od kartona raznih veličina koje su služile kao ambalaža,
- nacrtajte jednostavne slike koje će dijete da gleda, a kasnije će služiti da pokazuje ono što imenujete,
- plastificirane fotografije – poznati ljudi, porodica, ljubimci, životinje,
- igrice „Ku-ku!“ – naizmjenično skrivanje i pokazivanje lica i predmeta,
- stvari koje prave buku, muzički instrumenti – lupanje o šerpe, bubnjeve, prevlačenje prstiju po češlju i slično,
- muzički šejkeri koji prave različite zvuke – stavite različite količine školjki ili šljunka u konzerve s plastičnim poklopcima (zalijepite poklopce radi bezbjednosti),
- krpene lutke – napravite krpene lutke od čarapa i našijte dugmiće kao oči,
- papir (stari) koji može da se cijepa i gužva,
- prostor za puzanje – čist, bezbjedan, udoban,
- igre u kojima se koristi voda – velike plastične kante, plastične boce, plastične činije, sunđeri, sapun,
- lopte od sunđera ili lopte punjene starim čarapama – za vježbanje bacanja i hvatanja, velike korpe koje bi bile „koševi“,

- ćebad i platno za igru žmurke,
- igre uparivanja – uparivanje setova komadića obojenog papira, platna, slika,
- igre uparivanja oblika – isijecite komplete istih geometrijskih oblika,
- rekviziti za igru pretvaranja – odjeća za prerusavanje, šeširi, platno, stari kuhinjski predmeti (činija, kašika, šerpa), telefon igračka, lutke bebe,
- igre sortiranja – kolekcije većih predmeta (koji se ne mogu progutati), npr. kocke, lopte, veliki komadi obojenog kartona i slično, za igranje igre „sastavi iste predmete“,
- slagalice – uzmite neku jednostavnu sliku životinja, nečega što dijete voli, zalijepite je na parče kartona, a zatim isijecite sliku na tri dijela i dajte djetetu da je sastavi,
- torba iznenađenja – igra za imenovanje i prepoznavanje tekstura (stavljajte po jedan predmet u torbu iznenađenja i dajte djetetu torbu da je opipa i pogodi šta je unutra),
- igre pijeskom i vodom – pijesak može biti suv ili pomiješan s vodom,
- nabavite kašike, lopatice, kantice, plastične posudice, lijevke i cjediljke,
- igračke koje se voze – uzmite pravougaonu dasku i pričvrstite točkice na nju kako bi dijete moglo da je pomjera nogama.

KOJE USLOVE TREBA OBEZBIJEDITI ZA OPTIMALNO UČENJE NA RANOM UZRASTU ?

1. Siguran i njegujući ambijent za dijete. Potrebno je maksimalno smanjiti faktore rizika. To se odnosi na sve prostore u kojima se dijete može naći: u igraonicama, domovima, ulicama, vozilima, toaletima... Faktori rizika se procjenjuju u odnosu na zdravlje i fizičku sigurnost djece, koliki je broj djece u jednom prostoru, da li je prostor adekvatan i/ili dovoljan, ali uključuju i to da li je ponašanje odraslih odgovarajuće.
2. Fizičku i socijalnu sredinu, pa i aktivnosti učenja, treba prilagoditi razvojnim specifičnostima uzrasta. Na osnovu poznavanja razvojnih karakteristika djece, može se lako determinisati podsticajan ambijent za učenje i razvoj na ranom uzrastu.
3. Pažljivom procjenom i posmatranjem djeteta treba odrediti uslove za učenje, prepoznati šta je u najboljem interesu njegovog razvoja. Profesionalci koji rade s djecom razvijaju sposobnost uočavanja i shvatanja potreba djece na osnovu pažljive opservacije. I roditelji treba da stiču ovu vještinu, a uslov za tako nešto je provođenje vremena s djetetom u svakoj situaciji, kad je god to moguće. Imajte na umu sljedeće pitanje: Šta to dijete uči baš u ovom trenutku? Tada možete da ga podržite i pružite mu efikasnu i pravovremenu podršku.
4. Na ranim uzrastima neophodan je holistički pristup djetetu kroz koji se podstiču svi aspekti razvoja: fizički, socijalni, emocionalni i kognitivni (saznajni).
5. Učenje je interaktivan proces. Roditelji treba da stvaraju uslove za učenje kroz aktivno istraživanje i interakciju sa odraslima, drugom djecom i materijalima. Dozvoliti djetetu da upravlja svojom igrom jer tada osjećaju uspjeh.
6. Podsticanje samostalnih aktivnosti djece, u fizičkom i socijalnom okruženju, jedan je od ključnih uslova za optimalan razvoj. Ako samo odrasli odlučuju o tome na koji način će se dijete igrati i učiti neće se razviti dječja samostalnost, već će očekivati da se odrasli stalno igraju s njim i kontrolišu igru. Zbog toga se dešava da dijete kad ostane samo pada u iskušenje da radi ono što je zabranjeno, ne uspije da razvije samostalnu kontrolu svoga ponašanja.
7. Učenje na ranom uzrastu treba da bude visoko izazovno sa što manje stresa.

8. Didaktička sredstva i materijali koji se koriste za igru treba da odgovaraju interesovanjima djeteta. Kada listamo slikovnice i pokazujemo dešavanja u njima, potrebno je potkrijepiti neposrednim iskustvom.
9. Dati djeci slobodu izbora i izvođenja aktivnosti. Na taj način uče kako se preuzima odgovornost za vlastite odluke.
10. Dati dovoljno vremena i ne prekidati ih kako bi mogli da se užive u situaciju, da se u nju uključe mentalno i emocionalno i da istraju na datoj aktivnosti (npr. Prilikom pokušaja oblačenja ili obuvanja ne požurivati ih već dozvoliti da aktivnost izvedu do kraja. Često roditelji tada gube strpljenje ili im se žuri, pa nepotrebno rade umjesto djece, direktno narušavajući samostalnost djeteta.).
11. Obezbijediti dovoljno vremena za odmor. Djeca treba da uživaju u aktivnostima, a ne da ih okupiramo zadacima, različitim aktivnostima za koje smatramo da treba izvršiti sada i odmah. Postepeno uvođenje aktivnosti daje mogućnost djeci da uživaju u njima.
12. Aktivnosti koje stimulišu rani dječji razvoj treba da se odvijaju u zatvorenom i otvorenom prostoru. Naučnici smatraju da najmanje četiri sata dnevno na vazduhu pozitivno djeluje na razvoj.

KAKO TEČE GOVORNO JEZIČKI RAZVOJ U RANOM DOBU?

Govorna jezička razvijenost predstavlja osnovu razvoja djetetove ličnosti. Ovladavanje jezikom i govorom otvara vrata pojavi voljne radnje i pokreta koji je u nju utkan, u kojoj se ogleda jedna od najvažnijih funkcija govora i jezika - regulacija ponašanja.

Pojava mogućnosti i sposobnosti djeteta da razumije i reaguje odgovarajućim pokretom, odnosno ponašanjem na verbalnu poruku, prethodi buran i intenzivan razvoj čula, elementarnih psihičkih funkcija (pažnje i pamćenja), afektivne vezanosti i motorike.

Razvoj struktura koji podržavaju jezičke funkcije započinju u prenatalnom periodu. Relativno brzo po rođenju dijete postaje sposobno da razlikuje zvukove na osnovu promjena u glasu, artikulacije i intonacije. Prvi jasni znaci razumijevanja govora javljaju se u periodu od 8. do 10. mjeseca, što se ispoljava kroz odgovor na specifične, kontekstom podržane riječi ili fraze (zaustavljanje na NE, reagovanje na sopstveno ime, mahanje na pozdrav).

Receptivni rječnik se progresivno razvija tako da dijete oko prvog rođendana razumije oko 80 riječi, dok nakon prvih nekoliko mjeseci druge godine roditelji čak gube mogućnost da prate dalji razvoj razumijevanja. Prva „prava“ riječ se javlja oko 10. mjeseca. Prve riječi su nestabilne, mogu se pojavljivati i gubiti iz rječnika tokom razvoja, a značenja se mogu mijenjati kako dijete raste. Ako razumije manje od 50 riječi, dijete neće moći da produkuje ni više od 10 riječi, a baza od 100 riječi koje pasivno razumije omogućuje produkciju od oko 50 riječi. Kombinovanje riječi direktno je u korelaciji sa obimom rječnika.

Forma ranih rečenica određena je intenzivnim razvojem sintakse između 20 i 36 meseci, da bi sa tri/četiri godine dijete zvučalo kao kompetentni poznavalac jezika kojim se služi (Krstić, 1999).

Svaka majka, dok razgovara sa djetetom najranijeg uzrasta, upotrebljava složene rečenice, koje dijete nije u stanju da razumije. Vremenom ono samo počinje da ih shvata djelimično, a zatim i u potpunosti. Povećava se njegova prijemčivost za ono što ga interesuje. Pomažući djetetu da učini jasnim još nedovoljno formirana znanja stvaramo uslove za pojavu novih, neodređenih znanja koja pripadaju „Zoni narednog razvoja“.

Šta je Zona narednog razvoja?

Zona narednog razvoja podrazumijeva sposobnosti djeteta koje se nijesu još uvijek razvile, ali koje se mogu razviti uz stimulaciju i saradnju sa odraslim. Roditelj treba da ima razvijeno čulo za djetetove signale kako bi gradio „zonu narednog razvoja“, da zna šta dijete može, a šta ne može. Npr. dijete pokušava da dohvati igračku, „zona narednog razvoja“ bi u ovoj situaciji bila da roditelj samo približi igračku djetetu. Pogrešno bi bilo da mu je doda, stavi u krilo, u ruke... Koncept zone narednog razvoja počiva na podršci. Ne možemo mijenjati ili ubrzavati razvoj, već moramo čekati trenutak kad je dijete spremno za usvajanje novih vještina.

Ako bi majka govorila djetetu samo ono što dijete može potpuno da shvati onda bi to znatno smanjilo obim informacija koju dijete prima i moglo bi negativno uticati na njegov dalji intelektualni razvoj.

Zbog čega je važan pokazni gest?

Govor obuhvata impresivni govor (razumijevanje onoga što je izrečeno) i ekspresivni govor (kada se riječima iskazuju potrebe, želje, mišljenja, namjere).

Gestovi igraju veliku ulogu u razvoju govora i jezika. Oni su ti koji nam kazuju na koji način i kojom dinamikom će teći govorno jezički razvoj.

Da bi se ekspresivni govor razvio neophodno je razumjeti govor. Kada dijete razumije govor, stvorena je osnova da to što razumije aktivno upotrijebi u svom govoru. Ono što prethodi govoru, temelj govora, je iskustvo koje dijete stiče senzomotornim i ranim psihomotornim aktivnostima.

Iako izgleda da namjerna komunikacija započinje s pojavom prve riječi, komunikacija počinje mnogo prije toga. Sazrijevanjem motorike dijete uočava da može svojim tijelom da postigne mnogo više nego ranije – željeni predmet sada može i da dohvati, umjesto da ga samo gleda. Na ovaj način jasno komunicira bez riječi, ponavlja neku radnju (ponašanje) kako bi se odrasla osoba smijala ili komentarisala šta ono radi.

Gestovi igraju veliku ulogu u razvoju govora i jezika, ukazuju na koji način i kojom dinamikom će teći govorno jezički razvoj.

Gestovi se kod djece javljaju prije prvih riječi i podrazumijevaju pokrete tijelom kojima se prenose određene poruke. Javljaju se između 10. i 12. mjeseca.

Jedan od najranijih oblika gestova je pokazivanje.

Formiranje i upotreba pokaznog gesta vezana je za finu motoriku, vizuomotornu koordinaciju, auditivnu i vizuelnu pažnju.

Kada se mišići šake diferenciraju, dijete može voljno da ispravi kažiprst i započne korišćenje pokaznog gesta, čime izražava svoje potrebe i želje dok ne razvije govor na tom nivou da umjesto njega koristi riječi da izrazi potrebu.

Prstom pokazuje gdje mu je glava, oko, nos, a gdje su usta. Što više bude pokazivalo različite djelove tijela i dodirivalo ih bolje će upoznati svoje tijelo, a to je bitno za dobru komunikaciju na najranijem uzrastu. Dobro razvijena motorika omogućava djetetu izvršavanje naloga, što nam ukazuje na razumijevanje govora. Na nalog

„Pokaži gdje je tvoje oko?“, dijete mora razumjeti šta tražite od njega, imati pojam o tjelesnoj šemi i djelovima tijela, ali i posjedovati razvijen pokazni gest.

Za razvoj govora je potrebna razvijena sposobnost imitacije. Imitacijom pokreta tijela stvaraju se šeme kao osnova svjesne namjere, govora i jezika. Čestom stimulacijom nakon koje očekujemo dječju imitaciju podstičemo razvoj pokaznog gesta.

Koje aktivnosti podstiču formiranje pokaznog gesta?



- Kako bismo osvijestili upotrebu kažiprsta koristićemo meke materijale kao što su plastelin, glina, tijesto... Pomoći ćemo djetetu da ispravi prst, pokazati mu da bocka prstom po odabranom materijalu, tako da će dobiti taktilnu stimulaciju koja dovodi do stvaranja većeg broja sinapsi i automatizacije ovog pokreta.
- Na isti način može bockati prstom sunđer, prolaziti njime kroz vodu, kroz činiju punjenu sirovim pirinčem ili pasuljem.
- Dodirujete svojim kažiprstom djetetov, savijajući mu ostale prste, potkrijepite osmijehom i zadovoljstvom kada počne da vas imitira.
- Duvajte balone od sapunice, raspršite ih kažiprstom, a onda tražite od djeteta da vas imitira. Na taj način će dijete vježbati da izdvaja kažiprst od ostalih prstiju na ruci, kao i koordinaciju oko-ruka.
- Zalijepite papir u boji ili običnu ljepljivu traku na kažiprst djeteta i tako ga odvojite od ostalih prstiju. Dijete će zagledati ono što je zalijepljeno na kažiprstu i usmjeravati pažnju na ono što će tim prstom pokazivati.
- U igračku sa rupama veličine prsta dijete će stavljati kažiprst u svaku rupu, kada mu pokažemo.
- Gumene lopte sa bodljikavom površinom su zanimljive za pipanje bodlji kažiprstom. Tako jagodice kažiprsta dobijaju proprioceptivnu stimulaciju koja prija djetetu. Napravite ježa od sunđera i štapića ili slamčica koje će dodirivati „boc, boc, iglicama...“
- Kada dijete usvoji pokazni gest, uključite aktivnosti koje počinjete pitanjem: „Pokaži mi gdje je...“. Listajte knjigu i pitajte dijete da vam pokaže određenu životinju, predmet ili igračku. Tražite stvari po sobi, zahtijevajte da ih pokaže ili donese. Ovo je početak dijaloga između vas i djeteta, pokazni gest postaje funkcionalan.

Kada izostane pokazni gest potrebno je obratiti pažnju na tokove sazrijanog, motornog i razvoja komunikacije.

Kašnjenje pojave pokaznog gesta prvi je znak kašnjenja u razvoju govora, ali i kašnjenja u razvoju fine motorike i vizuomotorne koordinacije. Pošto ne koristi pokazni gest dijete neće obratiti pažnju na naš ispružen kažiprst prema nekoj stvari i osobi koju pokazujemo, što nam ukazuje na ograničene sposobnosti djeteta da komunicira sa sredinom. Ukoliko primijetite izostanak ili kašnjenje pokaznog gesta u odnosu na uzrasne norme, potražite stručnu pomoć logopeda i reedukatora psihomotorike.

Šta je združena pažnja i zašto je važna?

Dijete dijeli svoju pažnju između 9. i 12. mjeseca i počinje shvatati da svojim ponašanjima utiče na usmjerenost pažnje drugih osoba. Dijete prati pažnju, pogled, gest drugih osoba i na taj način s njima dijeli zajedničku tačku interesovanja. Kažete „Vidi maca!“ i izgovaranje rečenice ispratite pogledom i pokaznim gestom u smjeru mačke, dijete koje ima razvijenu združenu pažnju pratiće vaš pogled, gest pokazivanja i samo usmjeriti pogledi ka mački.

Korišćenjem gestova, vokalizacije, kontakta očima, dijete usmjerava pažnju drugih na neki predmet, radnju, događaj. Npr. dijete želi neki predmet koji u tom trenutku ne može samostalno da dohvati. Uz pomoć pogleda, gestova, vokalizacijom pokušava da usmjeri roditelje prema željenom predmetu pri čemu naizmjenično gleda predmet i osobu od koje očekuje pomoć.

Usvajanje jezika i učenje značenja novih riječi su u direktnoj vezi sa združenom pažnjom i ranim jezičkim razvojem.

Pasivni rječnik djece od 1. do 2. godine starosti je prilično razvijen, što potvrđuju brojne aktivnosti: na zahtjev odraslog dijete pronalazi različite predmete, izvršava jednostavne radnje, pokazuje, imitira i tako dalje.

Ako svakodnevno, s mjerom i pažljivo, stimuliramo dijete otvaramo široko polje napredovanja u raznim domovima dječje cjelovitosti.

Najveća radost za roditelja je kad odgovori na potrebe svog mališana i dobije povratnu informaciju o tome putem ispoljavanja ponašanja i aktivnosti koje su naučene i primjenjive, a koje će biti temelj na kome će se graditi nova znanja i vještine.

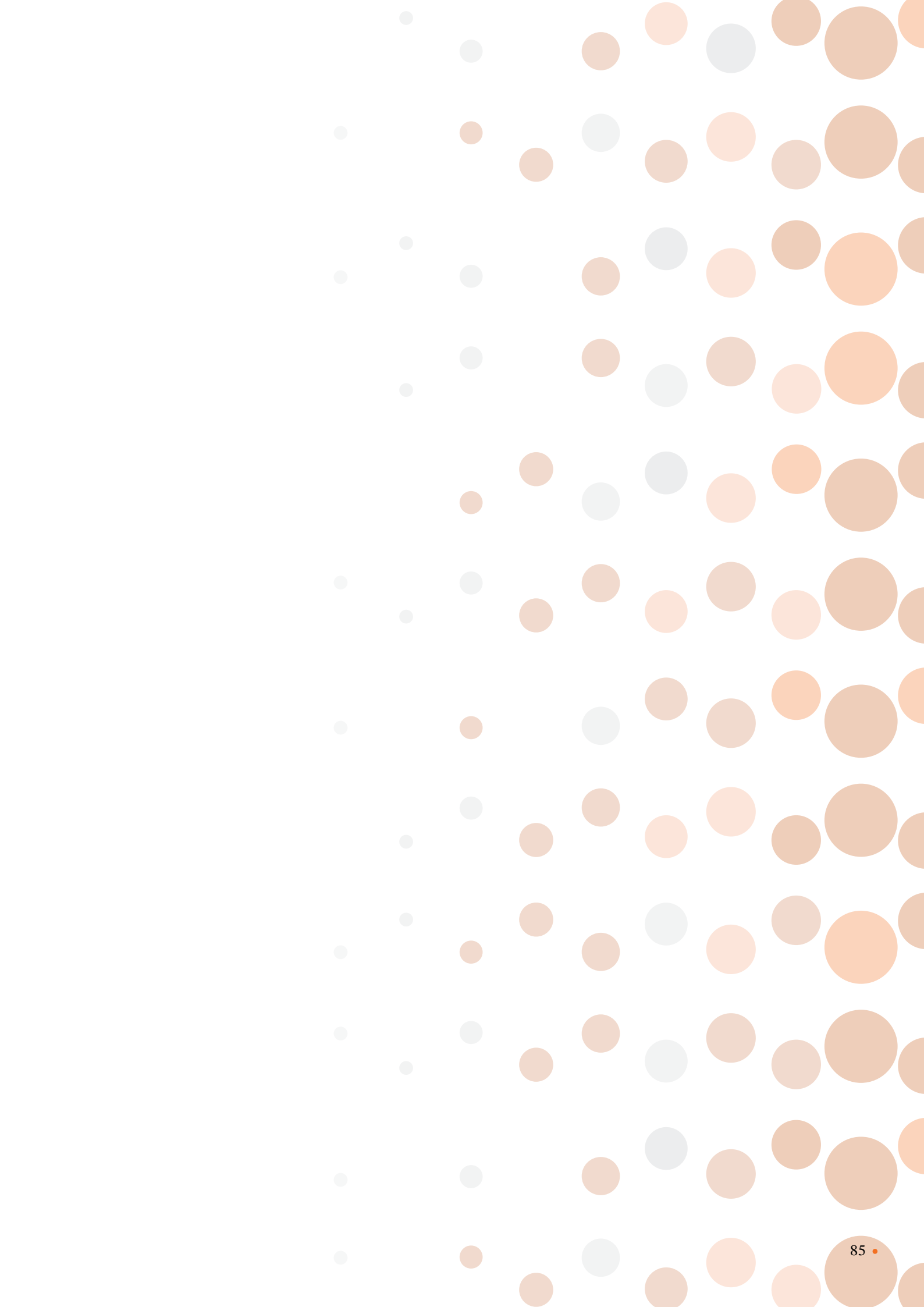
Investicija u rani razvoj je investicija u budućnost, prije svega djeteta, zatim porodice, a samim tim i društva. Ono što nauči dijete od rođenja do treće godine, ljudska jedinka nikada više, u tom kratkom vremenskom intervalu, neće moći da dosegne.

Zaključićemo, najljepša uloga čovjeka u njegovom bitisanju je uloga roditelja, ništa manje je i odgovorna.

Vjerujemo da će savjeti, koji su naučno utemeljeni, provjereni i stručni, osnažiti roditelje da budu još efikasniji, posvećeniji i spremni za kvalitetan podsticaj djeci.

KORIŠĆENA LITERATURA I IZVORI ZA PRVI DIO TREĆEG MODULA:

- Aleksandar, B. (2012., Beograd):** Standardi za razvoj i učenje dece ranih uzrasta u Srbiji
ŠTA TREBA ZNATI I KAKO POSTUPATI U ODNOSU NA RANI RAZVOJ DJETETA Razvojno-edukativna uputstva i informativni materijal, Unicef, Podgorica, 2016.
- Vigotski, L.S. (1996):** Problemi razvoja psihe. U A. Matjuškin (ur.) Sabrana dela, ZUNS
- Nirvana, P.,** Rani razvoj deteta: Šta treba znati **Slavica, B. , Sandra, R., Anita, P. (2012., Dubrovnik),** RAZVOJ DJETETA OD ROĐENJA DO TREĆE GODINE
- Svetomir, B.,** REEDUKACIJA PSIHOMOTORIKE ILI TRETMAN POKRETOM
Fakultet za specijalnu edukaciju i rehabilitaciju Medicinska fiziologija – predavanja
NEUROFIZIOLOGIJA: OPŠTI PRINCIPI http://www.fasper.bg.ac.rs/do2016/nastavnici/Kojic_Zvezdana/predavanja/2.2.%20Sinapsa%20i%20grupe%20neurona.pdf
<https://www.cognifit.com/sr/brain-plasticity-and-cognition>
<https://www.unicef.org/serbia/media/3126/file/Rani%20razvoj%20deteta.pdf>
https://pefja.kg.ac.rs/preuzimanje/Materijali_za_nastavu/2017/Rani_razvoj/novorodjence.pdf



PRIMJERI RADIONICA

MODUL I – PORODICA I RODITELJSTVO

SESIJA I – PORODICA

Ciljevi:

razumijevanje osnovnih karakteristika porodice, porodičnih modaliteta i njihovih specifičnosti, prepoznavanje faktora koji utiču na (dis)funkcionalnost porodice.

Trajanje: 90 minuta

Tok radionice:

I korak:

Prezentacija trenera, programa i načina rada

II korak:

Upoznavanje s učesnicima (roditeljska „Supermoć“)

III korak:

Definisanje očekivanja učesnika (rangiranje liste očekivanja u odnosu na ključne ishode programa obuke)

IV korak:

Brainstorming/Karte za asocijacije „Porodica je...“, refleksija

IV korak:

Kraći teorijski input: pojam, karakteristike, modaliteti, funkcije porodice

VI korak:

Rad u malim grupama – prepoznati faktore koji utiču na (dis)funkcionalnost porodice (snage i slabosti porodice), izvještavanje grupa i argumentacija iznesenih stavova

VI korak:

Refleksija i kraći teorijski input uz diskusiju o posljedicama faktora disfunkcionalnosti i njihov uticaj na organizaciju porodičnog života

Materijal: Mentimeter nalog, samoljepljivi listići, karte za asocijacije, papir, olovke

SESIJA II – ŽIVOTNI CIKLUS PORODICE

Ciljevi:

pojasni osnovne karakteristike životnog ciklusa porodice, razlikuje razvojne faze životnog ciklusa porodice, uoči izazove razvojnih faza porodice.

Trajanje: 90 minuta

Tok radionice:

I korak:

Uvodna diskusija o životu i rastu porodice, predstavljanje „Životnog ciklusa porodice“

II korak:

Rad u paru – Životni ciklus porodice (razvrstavanje razvojnih zadataka porodice po svim ciklusima porodičnog života – učesnici dobijaju materijal kompletno rastavljen na djelove koje sami sastavljaju i razvrstavaju; materijal u prilogu: Razvojni zadaci životnog ciklusa porodice)

III korak:

Analiza (parovi dobijaju kompletnu listu Razvojni zadaci životnog ciklusa porodice, upoređuju sa svojim odgovorima, pokazuju rezultat svog rada i obilaze ostale parove, uočavaju najčešća odstupanja i neslaganja, prepoznaju karakteristična odstupanja po fazama)

IV korak:

Kraći teorijski input o životnom ciklusu porodice praćen diskusijom (izdvojiti jednu relaciju roditelj-dijete i pratiti je kroz različite faze životnog ciklusa porodice) i primjerima ključnih zadataka i izazova razvojnih faza porodice

V korak:

Kratka refleksija na kraju radionice

Materijal: Razvojni zadaci životnog ciklusa porodice

Razvojni zadaci životnog ciklusa porodice

1. Brak – zasnivanje porodice

- Partneri uče kako da funkcionišu kao par
- Združivanje dvije porodice
- Traženje sklada između srodnih ili različitih obrazaca donijetih iz porodica porijekla
- Preispitivanje veze sa roditeljima, braćom, sestrama, prijateljima na nivou svakog partnera
- Izgrađivanje granica bračnog sistema
- Određivanje granica međusobne bliskosti i distance
- Definisane uloga i podjela obaveza
- Uspostavljanje pravila bračnog i porodičnog funkcionisanja
- Seksualno prilagođavanje
- Planiranje potomstva
- Uspostavljanje osnovnih modela komunikacije

2. Porodica sa malim djetetom
 - Otvaranje prostora (fizičkog i psihološkog) za novog člana porodice
 - Početno strukturiranje roditeljskih uloga i preuzimanje roditeljske odgovornosti
 - Razvijanje novog tipa komunikacije među partnerima sa usmjerenošću na dijete
 - Raspodjela moći i vaspitnog autoriteta
 - Izgrađivanje odnosa prema moći i autoritetu i vaspitnim uticajima iz proširene porodice (babe, djedovi)
 - Prihvatanje umnoženih porodičnih obaveza usljed povećanja porodice
3. Porodica sa predškolskim djetetom
 - Usmjeravanje, podrška i podsticanje intenzivnog ranog razvoja djeteta
 - Prevazilaženje deprivacije bliskosti među partnerima kod dolaska trećeg člana porodice
 - Nove kulturno-obrazovne potrebe porodice koje nameće dijete
 - Reorganizovanje obaveza oko čuvanja i podizanja djeteta
4. Porodica sa školskim djetetom
 - Prilagođavanje porodice na zahtjeve školske sredine
 - Prihvatanje prenošenja vaspitnih funkcija porodice na institucije društva
 - Otvaranje prostora za uticaj vršnjačkih grupa
 - Stvaranje propustljivih granica roditeljskog sistema sa novim pravilima komunikacije u kojoj dijete ravnopravno učestvuje
5. Porodica sa adolescentom
 - Prevazilaženje problema „generacijskog jaza“
 - Otvaranje porodice prema vrednosnim sistemima mladih
 - Stalni pregovori oko novih pravila ponašanja djece
 - Preispitivanje pozicije roditeljskog autoriteta
 - Podrška potrebi djece za slobodom, autonomijom i nezavisnošću
6. Porodica koju napuštaju djeca
 - Izgrađivanje odnosa sa djecom kao odraslim članovima porodice
 - Prevazilaženje kriza usljed trajnog odvajanja djece od porodice
 - Uspostavljanje ravnopravnosti u moći i autoritetu između roditelja i njihove odrasle djece
7. „Prazno gnijezdo“
 - Prihvatanje partnerskih relacija nakon odlaska djece
 - Ponovno regulisanje bliskosti i distance u braku nakon odlaska djece
 - Prihvatanje novih porodičnih uloga (babe i djeda)
 - Uspostavljanje odnosa sa novoformiranim porodicama djece i prihvatanje novih članova porodice
 - Završno definisanje granica prema porodicama svoje djece i relacija prema unučićima
8. Porodica koja stari
 - Priprema porodice za smrt ostarjelih članova
 - Njegovanje porodične solidarnosti prema ostarjelim članovima
 - (Preuzeto iz: Medić, S., Matejić-Đuričić, Z. i Vlaović-Vasiljević, D. (1997): Škola za roditelje: socio-educativni program za porodicu, Institut za pedagogiju i andragogiju Filozofskog fakulteta, Beograd)

SESIJA III – RODITELJSTVO I PLANIRANJE PORODICE

Ciljevi:

razumijevanje osnovnih karakteristika porodice, porodičnih modaliteta i njihovih specifičnosti, prepoznavanje faktora koji utiču na (dis)funkcionalnost porodice.

Trajanje: 90 minuta

Tok radionice:

I korak:

Diskusija u plenumu – Roditeljstvo: rađanje djeteta i nastajanje/planiranje porodice

II korak:

Kraći teorijski input – Roditeljstvo, pojam, značaj i funkcije

III korak:

Individualni rad – Zašto želimo i rađamo djecu? (učesnici na samoljepljivim listićima ispisuju odgovor na postavljeno pitanje iz lične perspektive)

IV korak:

Kraći teorijski input - predavljanje Rejbinove liste motiva za roditeljstvo

V korak:

Individualni rad i diskusija u plenumu: učesnici razvrstavaju odgovore na pitanje zašto žele/željeli su djecu u odnosu na Rejbinova četiri motiva; refleksija na individualni rad, eventualne korekcije razvrstanih odgovora; isticanje složenosti motiva za roditeljstvom (motivi su pomiješani/isprepletani), važno je prepoznati altruističke motive kao bitan element zrele motivacije)

IV korak:

Diskusija uz kraći teorijski input - Zašto je važno planirati roditeljstvo i koji ga faktori determinišu?

V korak:

Individualni rad – Roditeljska očekivanja (kratak test nedovršenih rečenica, materijal u prilogu: Test nedovršenih rečenica), diskusija nakon individualnog rada i povezanost (direktna ili indirektna) očekivanja sa ličnim motivima za roditeljstvo

VI korak:

Kratka refleksija na kraju radionice

Materijal: samoljepljivi listići, olovke, Test nedovršenih rečenica

Test nedovršenih rečenica

1. Posmatrajući kako moje dijete raste, važno mi je _____
2. Dok razmišljam o budućnosti djeteta, zaključujem da mi je od _____ važnije _____
3. Najvažnije mi je da moje dijete _____
4. Željela/želio bih da moje dijete _____

(Preuzeto iz: Medić, S., Matejić-Đuričić, Z. i Vlaović-Vasiljević, D. (1997): Škola za roditelje: socio-edukativni program za porodicu, Institut za pedagogiju i andragogiju Filozofskog fakulteta, Beograd)

SESIJA IV – PARTNERSKA PRIPREMA ZA RODITELJSTVO

Ciljevi:

razumijevanje značaja mita o radosti roditeljstva i mehanizma kognitivne disonance,
razumijevanje značaja zajedničke pripreme partnera za roditeljstvo,
razumijevanje značaja pripreme za prihvatanje promjena u prioritetima i ulogama u partnerskim odnosima u procesu ostvarivanja roditeljske uloge,
razumijevanje značenje pojma „odgovorno roditeljstvo“.

Trajanje: 90 minuta

Tok radionice:

I korak:

Uvodna diskusija – Da li se naši lični motivi i očekivanja od roditeljstva podudaraju s motivima i očekivanjima partnera/ki? U odnosu na šta je saglasnost najveća/najmanja?

II korak:

Rad u paru/Kahoot! Kviz: Učesnici biraju stepen saglasnosti u odnosu na ponuđene tvrdnje (od kojih su pojedine sastavljene i na osnovu rezultata naučnih istraživanja); nakon svake tvrdnje slijedi diskusija koja vodi ka uobličavanju slike o značaju partnerskog roditeljstva (Npr. „Roditelji su srećniji od onih koji to nijesu“, „Bliska mi je poslovice „Otac – kolac“, jer je prirodno da se majka bolje razumije u vaspitanje“, „Vrijedi stavljati dijete na prvo mjesto“, „Dovoljno je da je jedan roditelj zrela, sposobna, kompetentna osoba, pa da bude i „otac i majka“ svom djetetu“...)

III korak:

Kraći teorijski input – Partnersko roditeljstvo

IV korak:

Grupni rad: Opisati 24 sata u životu majke i oca na selu/u gradu; prezentacija i diskusija nakon grupnog rada

V korak:

Diskusija praćena kraćim teorijskim inputom o podjeli roditeljskih uloga i odgovornosti, prihvatanju promjena u prioritetima i ulogama u partnerskim odnosima

VI korak:

Kratka refleksija na kraju radionice

Materijal: papir, olovke, Kahoot! nalog

SESIJA V – VASPITNI ZADACI PORODICE I VASPITNI STILOVI

Ciljevi:

shvatanje važnosti principa „zajedničkog odrastanja“ roditelja/staratelja i djeteta, doživljavanje vaspitanja djeteta kao dvosmjernog procesa, razlikovanje karakteristika i efekata modela porodičnih stilova vaspitanja iz ugla prihvatanja i kontrole, samoprocjenjivanje stilova i stavova o vaspitanju, prepoznavanje faktora koji utiču na kvalitet roditeljstva.

Trajanje: 90 minuta

Tok radionice:

I korak:

Uvodna diskusija o tome kakvo je vaspitanje bilo nekada, a kakvo je sada; kako (planiramo da) vaspitavamo dijete: greške, uspjesi, šta promijeniti... uz kraći teorijski osvrt na vaspitni zadatak porodice, proces vaspitanja u porodici, vaspitanje kao dvosmjernan proces

II korak:

Individualni rad: Samoprocjena vaspitnog stila na osnovu materijala Upitnik za procjenu vaspitnog stila (Napomena: učesnici ispunjavaju Upitnik, ključ i objašnjenje kako da izračunaju rezultate koje dobijaju kasnije)

III korak:

Grupni rad: Nakon podjele u male grupe, učesnici dobijaju instrukciju da se prisjete jednog upečatljivog iskustva/situacije iz djetinjstva kada su bili NAGRAĐENI ili KAŽNJENI (Šta je bilo upečatljivo? Šta su osjećali? Šta im su bila povezana ta osjećanja?); slijedi diskusija u malim grupama o ključnim aspektima tih situacija (Šta su njihovi roditelji željeli da postignu (CILJ)? Kakvo je bilo dječje OSJEĆANJE i RAZUMIJEVANJE te situacije? EFEKAT na njih kao djecu, kako ovo iskustvo DANAS KORISTE/KORISTIĆE u odnosima sa djecom?

IV korak:

Diskusija u plenumu nakon iznošenja ključnih zapažanja na nivou grupa

V korak:

Kraći teorijski input – Stilovi porodičnog vaspitanja, praćen video zapisom o njihovim ključnim karakteristikama, kao i efektima koje imaju na razvoj djeteta

VI korak:

Individualni rad: učesnici dobijaju ključ i objašnjenje kako da izračunaju rezultate samoprocjene vaspitnog stila na osnovu materijala, Upitnik za procjenu vaspitnog stila; kraća diskusija o (ne)očekivanim rezultatima

VII korak:

Kraći teorijski input - Roditeljske strategije koje doprinose vaspitanju zdrave i srećne djece i predstavljaju pozitivne roditeljske stilove koji podstiču autonomiju djeteta

VIII korak:

Evaluacija i kratka refleksija na kraju Prvog modula

Materijal: Video zapis (npr. 5 Parenting Styles and Their Effects on Life, Sprouts, dostupno na: <https://www.youtube.com/watch?v=fyO8pvpnTdE>), Upitnik za procjenu vaspitnog stila

Upitnik za procjenu vaspitnog stila

Pažljivo pročitajte svaku stavku. Molimo Vas da ocijenite koliko često praktikujete dolje navedene postupke. Odgovori su rangirani od „Nikad“ do „Uvijek“ na šestostepenoj skali.

1. Reagujem na osjećanja i potrebe svog djeteta	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
2. Kada me dijete pita zašto mora nešto da uradi, odgovorim da je to zbog toga što ja tako kažem, jer sam ja roditelj ili je to zbog toga što ja tako želim	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
3. Uzimam u obzir želje svog djeteta prije nego što ga zamolim da nešto uradi	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
4. Kažnjavam svoje dijete oduzimanjem nečega što voli	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
5. Objašnjavam svom djetetu kako se osjećam u odnosu na njegovo dobro/loše ponašanje	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
6. Vičem kada ne odobravam djetetovo ponašanje	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
7. Teško mi je da disciplinujem svoje dijete	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
8. Trudim se da se ne uplićem u djetetov život	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
9. Ohrabrujem svoje dijete da govori o svojim osjećanjima i problemima	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
10. „Poludim“ od bijesa na svoje dijete	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
11. Ohrabrujem svoje dijete da slobodno govori, iako se ne slaže sa mnom	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
12. Udarim svoje dijete kada mi se ne sviđa šta je reklo ili uradilo	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
13. Uradim umjesto djeteta kada ono osjeća nelagodu da uradi sam	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
14. Od djeteta ništa ne očekujem	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
15. Dajem objašnjenje za svoja očekivanja	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
16. Kritikujem svoje dijete kada želim da korigujem njegovo ponašanje	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
17. Kada je moje dijete uznemireno, pružam mu utjehu i razumijevanje	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
18. Koristim prijetnje kao vid kažnjavanja	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
19. Pohvaljujem svoje dijete	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
20. Kažnjavam svoje dijete uskraćivanjem nježnosti	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
21. Popuštam svom djetetu	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
22. Razgovaram sa djetetom samo o rješavanju osnovnih stvari (hrana, novac, ukoliko se žali na bolest)	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
23. Uzimam u obzir ono što moje dijete voli da radi kada planiram porodični put	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
24. Otvoreno kritikujem dijete kada ne ispuni moja očekivanja	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
25. Poštujem mišljenje svog djeteta i ohrabrujem ga da ga iznosi	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
26. Dešava mi se da se trudim da promijenim djetetovo mišljenje i osjećanja	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
27. Tretiram svoje dijete kao ravnopravnog člana porodice	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
28. Osjećam potrebu da podsjećam svoje dijete na prethodno loše ponašanje, kako se takvo ponašanje ne bi ponovilo	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
29. Ignorišem djetetovo loše ponašanje	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
30. Ne osjećam potrebu da budem nježan prema svom djetetu	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
31. Objašnjavam svom djetetu šta od njega očekujem	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
32. Podsjećam svoje dijete da sam ja njegov roditelj	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
33. Sa svojim djetetom provodim tople i intimne trenutke	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek
34. Podsjećam svoje dijete na sve što sam radio i radim za njega	Nikad	1	2	3	4	5	6	Uvijek

Računanje rezultata:

Prvo saberite rezultat za sljedeće stavke pored svakog stila. Zatim ih podijelite sa brojem poslije zgrade. Stil koji ima najveću brojčanu vrijednost je stil koji dominantno koristite u vaspitanju djece.

AUTORITATIVNI (1,3,5,9,11,15,17,19,23,25,27,31,33) /13 = _____

AUTORITARNI (2,4,6,10,12,16,18,20,24,26,28,32,34) /13 = _____

POPUSTLJIVI (7,13,21,29) /4 = _____

IZBJEĞAVAJUĆI (8,14,22,30) /4 = _____

(Preuzeto iz: VODIČ ZA FACILITATORE, „Pozitivno roditeljstvo“, Centar za prava djeteta, 2020)

PRIMJERI RADIONICA

MODUL II – RODITELJSTVO U PRENATALNOM PERIODU

SESIJA I – TRUDNOĆA – BLAGOSTANJE ILI BREME

Ciljevi:

ostvarivanje uvida u različite teorijske pristupe trudnoći, razumijevanje promjenljivosti osjećanja trudnice, njenih očekivanja od trudnoće, od okoline, razumijevanje da su krizna stanja sastavni dio razvoja.

Trajanje: 90 min

Materijal: PP prezentacija, Upitnik o očekivanjima od trudnoće (Prilog 1), papir A4, kartice za podjelu na grupe.

Aktivnosti:**I korak** (5 minuta)

Predstavljanje učesnika (ukoliko im je ovo prva zajednička radionica) na neki zanimljiv način. Uz ime mogu navesti pridjev koji počinje istim slovom. Svaki učesnik treba da, prije nego što se predstavi, kaže sva imena i pridjeve onih koji su se prije njega predstavili.

II korak (5 minuta)

Ciljevi ovog modula obuke.

Ciljevi 1. radionice

III korak (10 minuta)

Učesnici nabrajaju sve sinonime za trudnoću: „drugo stanje“ (Čega?), „bremenitost“ (Zašto?), blagosloveno stanje...

Šta hoće da se kaže ovim terminima? Diskusija.

IV korak (15 minuta)

Video materijal (ili neki audio) koji govori o fizičkim promjenama trudnice, kao stimulus za diskusiju.

Polaznici izlistavaju koje su sve promjene kod trudnice, a vidljive su spolja. Voditelj bilježi na tabli i diskutuje njihov uticaj na raspoloženje trudnice, nastojeći da promjene stavlja što više u pozitivan kontekst. Ukazivati da kriza vodi razvoju. Nema razvoja bez krize.

V korak (25 minuta)

Polaznici dobijaju papir A4 i olovku. Zadatak je da pojedinačno na liniji, čiji je početak tačka saznanja o trudnoći, a drugi kraj porođaj, označe sve važne događaje koji se trudnici dogode, poput: saopštavanja partneru, prvog ultrazvuka, prvih otkucaja srca.....

Slijedi diskusija o emocijama, očekivanjima od roditeljstva i usaglašenostima među partnerima, te o tome koliko su ova iskustva slična ili različita među polaznicima, izvlačenje zajedničkih tačaka za sve učesnike. Zatim svako od njih ponaosob razmisli o tome ko je u tim tačkama podrška. Slijedi diskusija u grupama: kako je partner bio podrška, šta je radio pa su to percipirali kao podršku, koliko im je taj nivo podrške bio dovoljan, te kako su oni tražili podršku od partnera? Mogu sve grupe raditi isti zadatak, samo voditi računa kod izvještavanja da grupe izlistavaju po jednu stavku, da se ne desi da prva grupa sve kaže, a ostali nemaju šta dodati.

VI korak (30 minuta)

Popunjavanje upitnika o očekivanjima od trudnoće. (Prilog 1)

Povezati sa temom iz prethodnog modula o motivaciji za roditeljstvo. Majke obično očekuju da dijete koje nose ima određenu ulogu u njihovom životu i životu njihove porodice. Sljedeće tvrdnje govore o različitim očekivanjima koje buduća majka može imati u vezi djeteta.

Ukazati na pet komponenti potencijalno disfunkcionalnih očekivanja u odnosu na nerođeno dijete: Tražiti od polaznika da sami pronalaze tvrdnje (makar po jednu) za svaku od 5 kategorija.

Dijete kao kompenzacija narušene porodične strukture ili dinamike obuhvata očekivanja da će dijete imati ulogu porodičnog pomiritelja, zbližavatelja, zamjene za izgubljene članove porodice.

Dijete kao zalag za budućnost porodice obuhvata očekivanja da će dijete biti u funkciji održavaoca porodične tradicije, odnosno u funkciji napredovanja socijalnog statusa porodice.

Dijete kao izvor ljubavi i života – očekivanje da će dijete biti zaštita i da će voljeti majku.

Dijete kao idealno ja obuhvata očekivanja majke da će dijete ličiti na nju, da je upotpuni kao osobu i biti jedini objekat majčine ljubavi.

Dijete kao premija – dijete je poklon za partnera, učiniće porodicu idealnom.

Rezime:

Evaluacija, sugestije učesnika (usmeno)

SESIJE II i III - FAZE RAZVOJA PLODA I RIZICI PO RAZVOJ

Ciljevi:

ostvarivanje uvida u različite klasifikacije razvoja ploda,
razumijevanje uticaja teratogena,
usvajanje zdravih navika u toku trudnoće.

Trajanje: 180 min

Materijal: PP prezentacija, Upitnik o osjećanjima u trudnoći (Prilog 2), shema razvoja ploda i uticaja teratogena (u boji) (Prilog 3), papir A4, kartice za podjelu na grupe.

Aktivnosti:

I korak (10 minuta)

Ciljevi 2. radionice

PP prezentacija faza razvoja ploda

II korak (50 minuta)

Upitnik o osjećanjima u trudnoći. Pozivati učesnike na diskusiju o pojedinim stavkama po njihovom izboru. Obrada rezultata. Pravljenje grupnog profila.

III korak (30 minuta)

Učesnike podijeliti u grupe i dati im shemu razvoja ploda i uticaja teratogena. Zavisno od broja učesnika i broja grupa, kreirati zadatke. Npr. da uz pomoć sheme odrede kritične periode za razvoj 1. Čula 2. Organa za kretanje 3. Nervnog sistema 4. Organa za disanje 5. Srca....

Diskusija.

IV korak (20 minuta)

Učesnici se pozivaju da nabrajaju štetne uticaje (teratogene) na razvoj ploda. Voditelj zapisuje na čart papiru. PP prezentacija o teratogenima i faktorima njihovog uticaja

V korak (30 minuta)

U grupama iz koraka 3 učesnici povezuju uticaj teratogena sa razvojem određenih organa i zaključuju u kojem periodu trudnoće trudnica treba najviše da se čuva i uzdržava od upotrebe određenih supstanci.

VI korak (30 minuta)

PP prezentacija – siromaštvo kao teratogen.

Zdrava ishrana i kretanje

Učesnici po grupama prave zdrave jelovnike i programe fizičkih aktivnosti.

VII korak (10 minuta)

Diskusija o etičkim razlozima ispitivanja uticaja teratogena i rezime

SESIJA IV

Ciljevi:

sticanje znanja o uticaju mentalnog zdravlja trudnice na razvoj ploda,
razumijevanje strahova trudnice,
prepoznavanje sistema podrške.

Trajanje: 90 min

Materijal: PP prezentacija, Spisak strahova u trudnoći (Prilog 4), Upitnik o depresiji u trudnoći (Prilog 5), papir A3, krugovi raznih veličina i boja, kartice za podjelu na grupe.

Aktivnosti:

I korak (10 minuta)

Ciljevi 4. radionice

PP prezentacija o psihičkom razvoju ploda i o mentalnom zdravlju trudnice

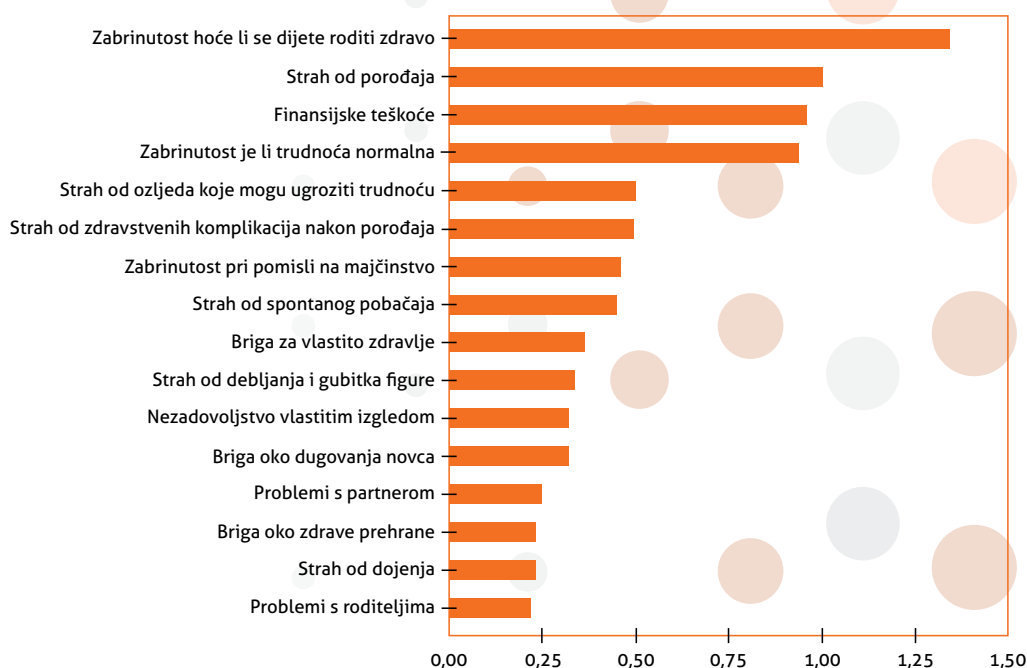
II korak (30 minuta)

Karo 16

Izjave o strahovanjima (njih 16) u trudnoći isjeći, svaku posebno, kao trakicu i svakoj grupi podijeliti po jedan paket izjava koje oni treba da poređaju u obliku karo 16, tako što na vrh stavljaju onu za koju smatraju da je najprisutniji i najizraženiji strah (1) kod trudnica, pa redom, kao na shemi, do one za koju smatraju da je najrjeđa (16).

1
2 _3_
4 _5_ _6_
7 _8_ _9_ _10_
11 _12_ _13_
14 _15_
16

Grupe će različito rangirati izjave, te je to prilika da se razvije diskusija i da svaka grupa da svoje obrazloženje. Nakon diskusije, voditelj prikazuje nalaze istraživanja na grafiku.



IV korak (30 minuta)

Upitnik o depresiji u trudnoći. Pozivati učesnike na diskusiju o pojedinim stavkama po njihovom izboru. Učesnici sami obrađuju svoje podatke.

Diskusija o simptomima i razlozima za liječenjem depresije.

V korak (20 minuta)

Mreža podrške. Učesnicima dati papir na kome je na njegovoj sredini nacrtan jedan krug koji predstavlja trudnicu, a njihov zadatak je da pozicioniraju ostale krugove i to tako što će one koji više pružaju podršku trudnici predstaviti većim krugom koji se nalazi bliže njoj, a one koji pružaju manje podrške dalje i manje. Nakon ovog dijela slijedi diskusija na nivou grupe o tome kako im je bilo da rade vježbu, o značajnosti podrške, načinima na koji je trudnica može tražiti, kao i tome koga procjenjuju kao najbolju podršku. Tokom ove diskusije, voditelj zapisuje odgovore na tabli, koje na kraju susreta ističe kao potencijalne načine traženja podrške, prilikom zaokruživanja susreta i isticanja značajnosti socijalne podrške (pored partnerove) i načina koji su se pokazali dobrim za traženje iste. Upravo navedeno činilo bi i jedan od osnovnih djelova „poruke za ponijeti“ sa ovog susreta.

PRIMJERI RADIONICA

MODUL III – RODITELJSTVO U UZRASTU DJETETA OD 0 DO 2 GODINE – – EMOCIONALNI RAZVOJ

SESIJA I – ZNAČAJ RANOG RAZVOJA

Ciljevi:

razumijevanje značaja ranog razvoja,
razlikovanje različitih aspekata razvoja tokom prve dvije godine života,
uočavanje izazova do kojih može doći tokom ranog razvoja.

Tok radionice: (60 min)

I korak:

Kratak uvod, plan dana i načina rada

II korak:

Emocionalna prijava učesnika

III korak:

Rad u grupi - prepoznavanje različitih aspekata ranog razvoja kroz rad na tekstu (razvoj motorike, govorno-jezički, kognitivni i socio-emocionalni razvoj)

IV korak:

Teorijski okvir – razlozi zbog kojih su prve godine najvažnije, diskusija

V korak:

Individualni rad - refleksija o potencijalnim izazovima tokom ranog razvoja, diskusija

SESIJA II – FAZE I KARAKTERISTIKE EMOCIONALNOG RAZVOJA TOKOM PRVE DVIJE GODINE ŽIVOTA

Ciljevi:

navođenje osnovnih karakteristika emocionalnog razvoja djeteta tokom prve dvije godine,
prepoznavanje faze simbioze (od 2 do 6 mjeseci),
prepoznavanje faze diferencijacije (od 6 do 12 mjeseci),
prepoznavanje faze uvježbavanja (od 10 do 16 mjeseci),
prepoznavanje faze ponovnog približavanja (od 16 do 20 mjeseci),
prepoznavanje faktora koji utiču na uspješan prolazak kroz fazu simbioze i otpočinjanje faze separacije,
navođenje znakova po kojima se prepoznaje završetak faze primarne simbioze i otpočinjanje faze separacije.

Tok radionice: (120 min)

I korak:

Uvodna diskusija - Šta je potrebno za pravilan emocionalni razvoj djeteta tokom prve dvije godine života?

II korak:

Teorijska prezentacija razvojnih faza (karakteristike razvojnih faza simbioze i separacije, razvojne podfaze: diferencijacija, uvježbavanje, ponovno približavanje)

III korak:

Rad u paru - faktori koji utiču na to koliko će biti uspješan prolazak kroz fazu simbioze i otpočinjanje faze separacije, prezentacija, refleksija

IV korak:

Video materijal - Ruž test i test Trajnosti objekta

V korak:

Grupni rad - razlikovanje razvojnih faza, završetka jedne i otpočinjanja druge, prezentacija, refleksija

VI korak:

Kratka refleksija

SESIJA III – ZNAČAJ AFTEKTIVNE VEZANOSTI ZA EMOCIONALNI RAZVOJ DJETETA

Ciljevi:

razumijevanje pojma afektivne vezanosti,
razlikovanje vrsta afektivne vezanosti,
prepoznavanje značaja uspostavljanja sigurne afektivne vezanosti za djetetov razvoj, ponašanje i odnos roditelj-dijete,
prepoznavanje mogućih grešaka koje roditelji prave i njihov potencijalni uticaj na uspostavljanje tipa afektivne vezanosti,
navođenje ključnih psiholoških, primarnih, potreba djeteta tokom prve dvije godine života,
demonstriranje primjera uspješnog odgovaranja na primarne psihološke potrebe.

Tok radionice: (120 min)

I korak:

Kratak teorijski okvir, uvod u pojam i značenje

II korak:

Video materijal - Marie Ainsworth, test „Čudne situacije“

III korak:

Teorijsko pojašnjenje implikacija različitih tipova vezanosti na djetetov razvoj i odraslo funkcionisanje

IV korak:

Grupni rad - opis problemske situacije i povezivanje sa ishodom - Da li su roditeljske reakcije adekvatne? Kako mogu uticati na formiranje tipa privrženosti i koji su mogući ishodi? Diskusija u grupi

V korak:

Grupna diskusija/analiza ilustrovanih priča koje demonstriraju adekvatno/neadekvatno zadovoljavanje primarnih psiholoških potreba (vidi prilog)

VI korak:

Kratak teorijski rezime primarnih psiholoških potreba

VII korak:

Završna refleksija

SESIJA IV – ZNAČAJ PODRŠKE

Ciljevi:

razumijevanje značaja koji otac/drugi staratelj ima u kontekstu vođenja brige o potrebama majke i djeteta u prvih godinu dana njegovog života,
prepoznavanje tipičnih izazova sa kojima se porodice suočavaju tokom prve dvije godine života i njihov uticaj na razvoj djeteta,
demonstriranje adekvatnog načina reagovanja porodice na potrebe majke i djeteta tokom prve dvije godine.

Tok radionice (60 min):

I korak:

Brainstorming, prepoznavanje vrsta i značaja podrške

II korak:

Metod sniježne grudve na temu tipičnih izazova sa kojima se porodice suočavaju tokom prve dvije godine života djeteta

III korak:

RolePlay metoda - adekvatan način reagovanja na potrebe majke i djeteta

IV korak:

Završne refleksije, feedback

PRILOG – ILUSTROVANE PRIČE

Umjesto da odmah pretpostavljate i osuđujete...



Budite znatiželjni i zaronite dublje.



designed via Freepik illustrations

Ne shvatajući, roditelji često učine da se djeca osjećaju manje sigurno.

Izlaganje strašnim roditeljskim svađama



Mi sami postajemo zastrašujući



Izlaganje neadekvatnim idejama i slikama



designed via Freepik illustrations

POSRAMLJIVANJE

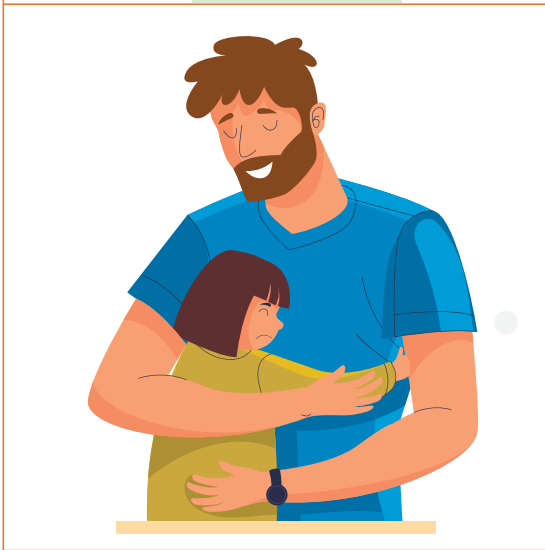
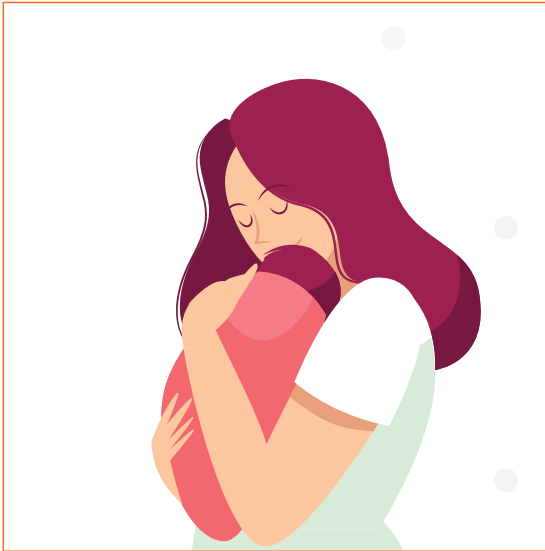


UVIĐAVNOST



designed via Freepik illustrations

Sigurnost je suprotno od prijetnje.



designed via Freepik illustrations

Usred bola, pokažite empatiju.



designed via Freepik illustrations

Čak i onda kada su riječi iste, Vaš ton može napraviti veliku razliku.



MODUL III – RODITELJSTVO U UZRASTU DJETETA OD 0 DO 2 GODINE – – PSIHOMOTRONI RAZVOJ I STIMULACIJA DJETETA

SESIJA I – PSIHOMOTORNI RAZVOJ BEBE OD 0 DO 3 MJESECA

Ciljevi:

shvatanje osnovnih karakteristika psiho-motornog razvoja djeteta uzrasta od 0 do 3 mjeseca, sprovođenje aktivnosti rane stimulacije od strane roditelja za uzrast djeteta od 0 do 3 mjeseca, razlikovanje razvoja djeteta koja su stimulirana na adekvatan način od onih kod koje je izostala stimulacija, razlikovanje faktora koji utiču na pravilan razvoj djeteta uzrasta od 0 do 3 mjeseca, navođenje modela uspješne saradnje među članovima porodice u angažovanju oko djeteta uzrasta od 0 do 3 mjeseca.

Tok radionice:

I korak:

Metoda brainstorming-asocijacija na temu: beba od 0 do 3, povezivanje rezultata i formiranje grupa koje će metodom evokacije nabrojati karakteristike bebe od 0 do 3 mjeseca; predstavljanje rezultata rada grupa.

II korak:

PPT prezentacija: Karakteristike neurološkog razvoja novorođenčeta i bebe od 0 do 3 mjeseca

III korak:

Upoređivanje rezultata rada grupa s informacijama dobijenih putem prezentacije

IV korak:

Rad u paru: Navedite faktore koji utiču na pravilan razvoj djeteta uzrasta od 0 do 3 mjeseca; predstavljane rezultata

V korak:

Rad u grupama: Dajte primjere stimulacije bebe od 0 do 3 mjeseca, navodi modele saradnje u porodici- refleksija

SESIJA II – PSIHOMOTORNI RAZVOJ BEBE OD 4 DO 9 MJESECI

Ciljevi:

prepoznavanje karakteristika djeteta uzrasta od 4 do 6 mjeseci,
sprovođenje aktivnosti rane stimulacije od strane roditelja za uzrast djeteta od 4 do 6 mjeseci,
razlikovanje razvoja djeteta koja su stimulisana na adekvatan način od onih kod kojih je izostala stimulacija,
uočavanje faktora koji utiču na pravilan razvoj djeteta uzrasta od 4 do 6 mjeseci,
navođenje modela uspješne saradnje među članovima porodice u angažovanju oko djeteta,
prepoznavanje karakteristika djeteta uzrasta od 7 do 9 mjeseci,
sprovođenje aktivnosti rane stimulacije od strane roditelja za uzrast djeteta od 7 do 9 mjeseci,
razlikovanje razvoja djeteta koja su stimulisana na adekvatan način od onih kod koje je izostala stimulacija,
uočavanje faktora koji utiču na pravilan razvoj djeteta uzrasta od 7 do 9 mjeseci,
navođenje modela uspješne saradnje među članovima porodice u angažovanju oko djeteta.

Tok radionice:

I korak:

PPT prezentacija: Karakteristike psihomotornog razvoja bebe od 4 do 6 mjeseci

II korak:

Rad u paru: Navedite faktore koji utiču na pravilan razvoj djeteta uzrasta od 4 do 6 mjeseci; predstavljanje rezultata

III korak:

Rad u grupama: Dajte primjere stimulacije bebe od 4 do 6 mjeseci – refleksija

IV korak:

PPT prezentacija: Karakteristike psihomotornog razvoja bebe od 7 do 9 mjeseci

V korak:

Rad u paru: Navedite faktore koji utiču na pravilan razvoj djeteta uzrasta od 7 do 9 mjeseci; predstavljanje rezultata

VI korak:

Rad u grupama: Dajte primjere stimulacije bebe od 6 do 9 mjeseci, navodi modele saradanje u porodici - refleksija

SESIJA III – PSIHOMOTORNI RAZVOJ BEBE OD 10 DO 18 MJESECI

Ciljevi:

prepoznavanje karakteristika djeteta uzrasta od 10 do 12 mjeseci,
sprovođenje aktivnosti rane stimulacije od strane roditelja za uzrast djeteta od 10 do 12 mjeseci,
razlikovanje razvoja djeteta koja su stimulisana na adekvatan način od onih kod koje je izostala stimulacija,
uočavanje faktora koji utiču na pravilan razvoj djeteta uzrasta od 10 do 12 mjeseci,
navođenje modela uspješne saradnje među članovima porodice u angažovanju oko djeteta,
prepoznavanje karakteristika djeteta uzrasta od 13 do 18 mjeseci,
sprovođenje aktivnosti rane stimulacije od strane roditelja za uzrast djeteta od 13 do 18 mjeseci,
razlikovanje razvoja djeteta koja su stimulisana na adekvatan način od onih kod koje je izostala stimulacija,
uočavanje faktora koji utiču na pravilan razvoj djeteta uzrasta od 13 do 18 mjeseci,
navođenje modela uspješne saradnje među članovima porodice u angažovanju oko djeteta.

Tok radionice:

I korak:

PPT prezentacija: Karakteristike psihomotornog razvoja bebe od 10 do 12 mjeseci

II korak:

Rad u paru: Navedite faktore koji utiču na pravilan razvoj djeteta uzrasta od 10 do 12 mjeseci; predstavljanje rezultata

III korak:

Rad u grupama: Dajte primjere stimulacije bebe od 10 do 12 mjeseci – refleksija

IV korak:

PPT - Važnost pokaznog gesta za razvoj komunikacije, stimulacija razvoja pokaznog gesta

V korak:

PPT Karakteristike psihomotornog razvoja bebe od 13 do 18 mjeseci

VI korak:

Rad u paru: Navedite faktore koji utiču na pravilan razvoj djeteta uzrasta od 13 do 18 mjeseci; predstavljanje rezultata

VII korak:

Rad u grupama: Dajte primjere stimulacije bebe od 13 do 18 mjeseci, navodi modele saradnje u porodici - refleksija

SESIJA IV – PSIHOMOTORNI RAZVOJ BEBE OD 19 do 24 MJESECA

Ciljevi:

prepoznavanje karakteristika djeteta uzrasta od 19 do 24 mjeseca,
sprovođenje aktivnosti rane stimulacije od strane roditelja za uzrast djeteta od 19 do 24 mjeseci,
razlikovanje razvoja djeteta koja su stimulirana na adekvatan način od onih kod koje je izostala stimulacija,
uočavanje faktora koji utiču na pravilan razvoj djeteta uzrasta od 19 do 24 mjeseca,
navođenje modela uspješne saradnje među članovima porodice u angažovanju oko djeteta.

Tok radionice:

I korak:

PPT prezentacija: Karakteristike psihomotornog razvoja bebe od 19 do 24 mjeseca

II korak:

Rad u paru: Navedite faktore koji utiču na pravilan razvoj djeteta uzrasta od 19 do 24 mjeseca; predstavljanje rezultata

III korak:

Rad u grupama: Dajte primjere stimulacije bebe od 19 do 24 mjeseca – refleksija

IV korak:

PPT – Razvoj neverbalne komunikacije i govora

PPT – Igra kao temeljni metod stimulacije i ranog učenja

V korak:

Rad u grupama: Navedite primjere stimulacije govora i komunikacije putem igre; predstavljanje rezultata rada grupa

VI korak:

Izrada igračaka od različitih materijala kao primjer didaktike za stimulaciju ranog dječjeg razvoja; predstavljanje izrađenih igračaka

PROGRAM OBRAZOVANJA ZA STICANJE ZNAJANJA I VJEŠTINA ZA LIČNI RAZVOJ

„PRIPREMA ZA RODITELJSTVO I PRVI KORACI“



Ministarstvo prosvjete
nauke, kulture
i sporta

SADRŽAJ

1. Opšte informacije o programu obrazovanja	115
2. Struktura programa obrazovanja.....	116
3. Moduli	117
3.1. Roditeljstvo	117
3.2. Roditeljstvo u prenatalnom periodu	119
3.3. Roditeljstvo u uzrastu djeteta od 0 do 2 godine	120
4. Uslovi za izvođenje programa obrazovanja.....	124
5. Referentni podaci.....	127

Napomena:

Svi izrazi koji se u ovom dokumentu koriste u muškom rodu, obuhvataju iste izraze u ženskom rodu.

1. OPŠTE INFORMACIJE O PROGRAMU OBRAZOVANJA

Naziv programa obrazovanja za sticanje znanja i vještina za lični razvoj:

Priprema za roditeljstvo i prvi koraci

Trajanje programa obrazovanja: 40 sati**Kreditna vrijednost programa obrazovanja: 2 kredita****Uslovi za upis, odnosno uključivanje u program obrazovanja:**

Lična motivacija za pohađanje programa obrazovanja

Cilj programa obrazovanja:

Sticanje znanja i vještina za uspješnu pripremu i ostvarivanje roditeljske uloge, kao i savladavanje izazova roditeljstva u prve dvije godine života djeteta.

Uslovi za napredovanje i završetak programa obrazovanja:

Programom obrazovanja predviđa se obaveza pohađanja minimum 80% sadržaja programa. Polaznici su obavezni da pohađaju prvi modul programa obrazovanja u cjelosti. Moduli se realizuju po redosljedu koji je predviđen programom obrazovanja.

Način provjere:

Programom nije predviđena provjera znanja i vještina polaznika.

Povezanost programa sa drugim programima i mogućnost napredovanja:

Trenutno ne postoji povezanost sadržaja ovog programa sa nekim drugim programom obrazovanja.

Ishodi učenja

Po završetku programa obrazovanja, polaznik će biti sposoban da:

- prepoznaje značaj životnog ciklusa porodice kao prirodnog konteksta unutar koga se oblikuje individualni identitet i razvoj njegovih članova/ica,
- objasni u čemu se ogleda zrelost međuljudskih odnosa za slobodno i odgovorno odlučivanje bračnih partnera prilikom planiranja roditeljstva,
- procjenjuje značaj partnerske pripreme za roditeljstvo,
- razlikuje vaspitne stilove,
- povezuje uticaj vaspitnog stila na ponašanje djeteta,
- navodi faze prenatalnog razvoja ploda i rizike koji ih prate,
- razumije značaj perioda između začeća i rođenja za budućeg roditelja i njegovo odgovorno i kompetentno roditeljstvo
- pojasni značaj pripreme porodice za dolazak novog člana,

- objasni ulogu primarnog staratelja u prvoj godini života,
- navede preduslove za uspješan prolazak odojčeta kroz fazu simbioze,
- pojasni značaj faze simbioze za otpočinjanje faze separacije,
- navede ključne psihološke razvojne periode u prve dvije godine života djeteta,
- prepozna i adekvatno reaguje na psihološke potrebe djeteta tokom prve dvije godine,
- uoči pokazatelje sigurne afektivne vezanosti,
- objasni ulogu i značaj ostalih članova porodice/domaćinstva za pravilan razvoj djeteta,
- primijeni korake rane stimulacije djeteta od 0 do 2 godine,
- uočava odstupanja u razvoju djeteta od 0 do 2 godine.

2. STRUKTURA PROGRAMA OBRAZOVANJA

Redni broj	Modul/jedinica učenja	Broj časova po oblicima nastave		
		T	P	Σ
1.	Roditeljstvo	6	6	12
2.	Roditeljstvo u prenatalnom periodu	6	6	12
3.	Roditeljstvo u uzrastu djeteta od 0 do 2 godine	8	8	16
Ukupan broj časova		20	20	40

T – Teorijska nastava

P – Praktična nastava

Σ - Suma (Ukupan broj časova)

3. MODULI

3.1. RODITELJSTVO

Broj časova:

Oblici nastave		Ukupno
Teorijska nastava	Praktična nastava	
6 sati	6 sati	12 sati

Cilj modula:

Osposobljavanje polaznika za pravilno razumijevanje i prihvatanje razvojnih zadataka i izazova koje donosi roditeljstvo.

Ishodi učenja:

Opšti ishodi učenja:

- prepoznaje značaj životnog ciklusa porodice kao prirodnog konteksta unutar koga se oblikuje individualni identitet i razvoj njegovih članova/ica,
- objasni u čemu se ogleda zrelost međuljudskih odnosa za slobodno i odgovorno odlučivanje bračnih partnera prilikom planiranja roditeljstva,
- procjenjuje značaj partnerske pripreme za roditeljstvo,
- razlikuje vaspitne stilove,
- povezuje uticaj vaspitnog stila sa ponašanjem djeteta.

Ishodi učenja	Sadržaj/Tema
<ul style="list-style-type: none">● Navede osnovne karakteristike porodice, porodične modalitete i njihove specifičnosti.	<ul style="list-style-type: none">● Pojam porodice● Karakteristike porodice● Porodični modaliteti
<ul style="list-style-type: none">● Pobjasni osnovne karakteristike životnog ciklusa porodice.	<ul style="list-style-type: none">● Životni ciklus porodice – osnovne karakteristike
<ul style="list-style-type: none">● Razlikuje razvojne faze životnog ciklusa porodice.	<ul style="list-style-type: none">● Razvojne faze životnog ciklusa porodice (npr. Divalova formulacija: Početna porodica, Porodica sa sasvim malim djetetom, Porodica sa predškolskim djetetom, Porodica sa školskim djetetom, Porodica sa adolescentom, Porodica iz koje odlaze djeca, Rasturanje porodice-odlazak djeteta od kuće, Postroditeljska porodica, Ostarjela porodica
<ul style="list-style-type: none">● Uoči izazove razvojnih faza porodice.	<ul style="list-style-type: none">● Zadaci i izazovi razvojnih faza porodice
<ul style="list-style-type: none">● Prepoznaje faktore koji utiču na (dis)funktionalnost porodice.	<ul style="list-style-type: none">● Faktori (dis)funktionalnosti porodice
<ul style="list-style-type: none">● Objasni osnovne odrednice i značaj roditeljstva, njegove zadatke i funkcije.	<ul style="list-style-type: none">● Roditeljstvo (pojam i značaj)

<ul style="list-style-type: none"> ● Navede ključne okosnice uspješnog roditeljstva. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Ključne okosnice uspješnog roditeljstva (ljubav, disciplina, stimulacija, bazična fizička njega, zaštita)
<ul style="list-style-type: none"> ● Objasni važnost planiranja roditeljstva 	<ul style="list-style-type: none"> ● Planiranje roditeljstva
<ul style="list-style-type: none"> ● Navede najčešće izvore motivacije za roditeljstvom kod žene i kod muškarca. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Motivacija za roditeljstvom
<ul style="list-style-type: none"> ● Navede faktore koji determinišu najbolje vrijeme za roditeljstvo. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Faktori koji determinišu roditeljstvo (Spoljašnji faktori: bračno stanje, poslovna karijera, finansijsko stanje, poteškoće s kojima se osoba može susresti i slično: biološki, psihološki i drugi faktori)
<ul style="list-style-type: none"> ● Objasni ključne izazove u planiranju roditeljstva. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Ključni izazovi u planiranju roditeljstva (Ključni izazovi: prevencija i kontrola polno prenosivih bolesti, sterilitet, kontracepcija i slično)
<ul style="list-style-type: none"> ● Objasni značaj mita o radosti roditeljstva i mehanizma kognitivne disonance 	<ul style="list-style-type: none"> ● Mehanizam kognitivne disonance – „radost roditeljstva“ (Mehanizam kognitivne disonance: svi roditelji zajedno stvorili su mit o radosti roditeljstva jer u suprotnom ne bi imali kako da opravdaju ogromna ulaganja koja djeca zahtijevaju. U psihologiji je ovaj mehanizam poznat i kao kognitivna disonanca. Koristimo je da opravdamo naše izbore i vjerovanja kako bismo očuvali samopouzdanje i samopoštovanje)
<ul style="list-style-type: none"> ● Objasni zašto je važno da se partneri zajedno pripremaju za roditeljstvo. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Značaj partnerske pripreme za roditeljstvo
<ul style="list-style-type: none"> ● Objasni značaj pripreme za prihvatanje promjena u prioritetima i ulogama u partnerskim odnosima u procesu ostvarivanja roditeljske uloge. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Prihvatanje promjena i novih uloga roditelja
<ul style="list-style-type: none"> ● Objasni značenje pojma „odgovorno roditeljstvo“. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Odgovorno roditeljstvo
<ul style="list-style-type: none"> ● Pojasni važnost principa „zajedničkog odrastanja“ roditelja/staratelja i djeteta. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Principi „zajedničkog odrastanja“ (Principi: stalno „slušanje“ djeteta, osluškivanje njegovih trenutnih potreba i vrijednosti, dvosmjerna komunikacija, pokazivanje tolerancije i razumijevanja, uz istovremeno zadržavanje roditeljskog autoriteta)
<ul style="list-style-type: none"> ● Doživljava vaspitanje djeteta kao dvosmjernan proces. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Vaspitanje kao dvosmjerni proces na relaciji roditelj-dijete-roditelj
<ul style="list-style-type: none"> ● Razlikuje karakteristike i efekte modela porodičnih stilova vaspitanja iz ugla prihvatanja i kontrole. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Modeli porodičnih stilova vaspitanja
<ul style="list-style-type: none"> ● Vršiti samoprocjenu roditeljskih/starateljskih kompetencija. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Samoprocjena roditeljskih/starateljskih kompetencija
<ul style="list-style-type: none"> ● Vršiti samoprocjenu stilova i stavova o vaspitanju. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Samoprocjena roditeljskih/starateljskih stilova i stavova o vaspitanju
<ul style="list-style-type: none"> ● Navede faktore koji utiču na kvalitet roditeljstva. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Faktori koji utiču na kvalitet roditeljstva, odnosno preduslovi za ostvarivanje vaspitnih zadataka porodice (Faktori: individualne karakteristike roditelja, temperament djeteta, porodični odnosi, socijalni i kulturni faktori)

3.2. RODITELJSTVO U PRENATALNOM PERIODU

Broj časova:

Oblici nastave		Ukupno
Teorijska nastava	Praktična nastava	
6 sati	6 sati	12 sati

Cilj modula:

Pravilno razumijevanje i prihvatanje činjenice da je sveukupni razvoj djeteta nakon rođenja nastavak razvoja prije rođenja.

Ishodi učenja:

Opšti ishodi učenja:

- razumije značaj perioda između začeća i rođenja za budućeg roditelja i njegovo odgovorno i kompetentno roditeljstvo,
- navodi faze prenatalnog razvoja ploda i rizike koji ih prate,
- pojasni značaj pripreme porodice za dolazak novog člana.

Ishodi učenja	Sadržaj/Tema
<ul style="list-style-type: none">● Razumije značaj psihološke veze koja se razvija u toku trudnoće između majke i fetusa na razvoj djeteta.	<ul style="list-style-type: none">● Uticaj psiholoških veza između majke i fetusa na razvoj djeteta
<ul style="list-style-type: none">● Navede faze razvoja ploda i poželjna ponašanja trudnice u pojedinim fazama.	<ul style="list-style-type: none">● Poželjno ponašanje tokom razvojnih faza trudnoće
<ul style="list-style-type: none">● Navede osnovna obilježja svake od faza.	<ul style="list-style-type: none">● Osnovna obilježja faza razvoja ploda
<ul style="list-style-type: none">● Identifikuje senzitivni period za razvoj pojedinih organa i funkcija.	<ul style="list-style-type: none">● Koncept senzitivnog perioda za razvoj
<ul style="list-style-type: none">● Razlikuje shvatanja trudnoće kao razvoja od shvatanja trudnoće kao prolaznog perioda, manje više neprijatnog i potencijalno opasnog.	<ul style="list-style-type: none">● Različite percepcije trudnoće (trudnoća kao problem i trudnoća kao razvoj)
<ul style="list-style-type: none">● Povezuje uticaje socijalne sredine na shvatanje trudnoće.	<ul style="list-style-type: none">● Uticaj socijalne sredine na shvatanje trudnoće
<ul style="list-style-type: none">● Objasnjava da je veza koja se razvija između majke i djeteta, neposredno nakon čina rođenja, rezultat prenatalnih psiholoških procesa.	<ul style="list-style-type: none">● Uticaj prenatalnih psiholoških procesa na vezu između majke i djeteta neposredno nakon čina rođenja
<ul style="list-style-type: none">● Identifikuje pozitivne i negativne uticaje na strahove trudnice za trudnoću i porođaj.	<ul style="list-style-type: none">● Strahovi tokom trudnoće (neizvjesnost ishoda trudnoće i slično)
<ul style="list-style-type: none">● Nabraja uticaje emocionalnog stanja trudnice na razvoj fetusa.	<ul style="list-style-type: none">● Uticaj strahova i stresa na razvoj fetusa
<ul style="list-style-type: none">● Objasni važnost podrške oca u periodu trudnoće.	<ul style="list-style-type: none">● Doprinos oca u optimalnom razvoju u periodu trudnoće
<ul style="list-style-type: none">● Poznaje pojam prenatalne psihologije.	<ul style="list-style-type: none">● Prenatalna psihologija – pojam i značenje
<ul style="list-style-type: none">● Prepoznaje na primjerima neadekvatna očekivanja od rođenja djeteta.	<ul style="list-style-type: none">● Neadekvatna očekivanja od čina rođenja djeteta (beba kao poklon partneru, beba kao spas za brak i slično)● Prihvatanje različitosti djeteta

<ul style="list-style-type: none"> ● Pojasni značaj podrške trudnici na kvalitet brige tokom drugog stanja. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Kako podrška trudnici utice na zdravstvenu brigu za dijete (redovne ginekološko-akušerske kontrole, zdrav stil života trudnice) ● Zdravstvena briga trudnice za plod ● Uticaj iskustva porodice porijekla na podršku trudnici
<ul style="list-style-type: none"> ● Opiše Couvade syndrome (Kuvad sindrom). 	<ul style="list-style-type: none"> ● Couvade syndrome (Kuvad sindrom) – pojam i značenje
<ul style="list-style-type: none"> ● Povezuje uslove u kojima trudnica živi i karakteristike njenog socijalnog okruženja sa promjenom njenog načina brige za dijete. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Društvena uslovljenost brige za dijete tokom trajanja trudnoće
<ul style="list-style-type: none"> ● Objasni uticaj sredine na uspostavljanje kvalitetnog emotivnog odnosa majke sa novorođenčecom. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Društvena podrška tokom trudnoće – emotivni odnos majke i novorođenčeta
<ul style="list-style-type: none"> ● Analizira povezanost između prenatalnih uslova i optimalnog razvoja djeteta. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Prenatalni uslovi i optimalni razvoj djeteta
<ul style="list-style-type: none"> ● Ima pravilan stav prema neminovnosti roditeljskih grešaka. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Neizbježnost i značaj roditeljskih grešaka ● Perfekcionista očekivanja ● Dovoljno dobro roditeljstvo
<ul style="list-style-type: none"> ● Ima pravilan stav prema izostanku podrške. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Šta kada podrška izostane? ● Servisi podrške trudnicama ● Tolerantnost na nedostajuće uslove

3.3. RODITELJSTVO U UZRASTU DJETETA OD 0 DO 2 GODINE

Broj časova:

Oblici nastave		Ukupno
Teorijska nastava	Praktična nastava	
8 sati	8 sati	16 sati

Cilj modula :

Osposobljavanje polaznika za razumijevanje i ispunjavanje razvojnih potreba djeteta uzrasta od 0 do 2 godine.

Ishodi učenja:

Opšti ishodi učenja:

- objasni značaj ranog razvoja,
- navede preduslove za uspješan prolazak odojčeta kroz fazu simbioze,
- pojasni značaj faze simbioze za otpočinjanje faze separacije,
- navede ključne psihološke razvojne periode u prve dvije godine života djeteta,
- prepozna i adekvatno reaguje na psihološke potrebe djeteta tokom prve dvije godine,
- uoči pokazatelje sigurne afektivne vezanosti,
- objasni ulogu i značaj ostalih članova porodice/domaćinstva za pravilan razvoj djeteta,
- primijeni korake rane stimulacije djeteta od 0 do 2 godine,
- uočava odstupanja u razvoju djeteta od 0 do 2 godine.

Ishodi učenja	Sadržaj/Tema
<ul style="list-style-type: none"> Objasni značaj ranog razvoja. 	<ul style="list-style-type: none"> Rani razvoj
<ul style="list-style-type: none"> Razlikuje različite aspekte razvoja tokom prve dvije godine života. 	<ul style="list-style-type: none"> Različiti aspekti razvoja
<ul style="list-style-type: none"> Uoči izazove do kojih može doći tokom ranog razvoja. 	<ul style="list-style-type: none"> Potencijalni izazovi tokom ranog razvoja
<ul style="list-style-type: none"> Navede osnovne karakteristike emocionalnog razvoja djeteta tokom prve dvije godine. 	<ul style="list-style-type: none"> Karakteristike emocionalnog razvoja u uzrastu od 0 do 2 godine
<ul style="list-style-type: none"> Prepozna fazu simbioze (od 2 do 6 mjeseci). 	<ul style="list-style-type: none"> Faza simbioze
<ul style="list-style-type: none"> Prepozna fazu diferencijacije (od 6 do 10 mjeseci). 	<ul style="list-style-type: none"> Faza diferencijacije
<ul style="list-style-type: none"> Prepozna fazu uvježbavanja (od 10 do 16 mjeseci). 	<ul style="list-style-type: none"> Faza uvježbavanja
<ul style="list-style-type: none"> Prepozna fazu ponovnog približavanja (od 16 do 20 mjeseci). 	<ul style="list-style-type: none"> Faza ponovnog približavanja
<ul style="list-style-type: none"> Prepozna faktore koji utiču na uspješan prolazak kroz fazu simbioze i otpočinjanje faze separacije. 	<ul style="list-style-type: none"> Faktori koji utiču na faze simbioze i separacije
<ul style="list-style-type: none"> Navede znake po kojima se prepoznaje završetak faze primarne simbioze i otpočinjanje faze separacije. 	<ul style="list-style-type: none"> Pokazatelji završetka jedne i početka druge faze
<ul style="list-style-type: none"> Objasni pojam afektivne vezanosti. 	<ul style="list-style-type: none"> Afektivna vezanost – pojam i značenje
<ul style="list-style-type: none"> Prepozna različite vrste afektivne vezanosti. 	<ul style="list-style-type: none"> Vrste afektivne vezanosti
<ul style="list-style-type: none"> Prepozna značaj uspostavljanja sigurne afektivne vezanosti za djetetov razvoj, ponašanje i odnos roditelj-dijete 	<ul style="list-style-type: none"> Uticaj afektivne vezanosti na razvoj djeteta
<ul style="list-style-type: none"> Prepozna moguće greške koje roditelji prave i njihov uticaj na uspostavljanje tipa afektivne vezanosti. 	<ul style="list-style-type: none"> Greške roditelja u kontekstu afektivne vezanosti
<ul style="list-style-type: none"> Navede ključne psihološke primarne potrebe djeteta tokom prve dvije godine života. 	<ul style="list-style-type: none"> Ključne psihološke potrebe djeteta od 0 do 2 godine
<ul style="list-style-type: none"> Demonstrira primjer uspješnog odgovaranja na primarne psihološke potrebe. 	<ul style="list-style-type: none"> Uspješni odgovori roditelja na primarne psihološke potrebe djeteta
<ul style="list-style-type: none"> Objasni značaj koji otac/drugi staratelj ima u kontekstu vođenja brige o potrebama majke i djeteta u prvih godinu dana njegovog života. 	<ul style="list-style-type: none"> Značaj oca/drugog staratelja u kontekstu vođenja brige o potrebama majke i djeteta u prvih godinu dana njegovog života
<ul style="list-style-type: none"> Prepozna tipične izazove sa kojima se porodice suočavaju tokom prve dvije godine života i njihov uticaj na razvoj djeteta. 	<ul style="list-style-type: none"> Izazovi za porodicu u prve dvije godine života djeteta
<ul style="list-style-type: none"> Demonstrira adekvatan način reagovanja porodice na potrebe majke i djeteta tokom prve dvije godine. 	<ul style="list-style-type: none"> Potrebe majke i djeteta u prve dvije godine života djeteta
<ul style="list-style-type: none"> Objasni značaj ranog razvoja. 	<ul style="list-style-type: none"> Rani razvoj
<ul style="list-style-type: none"> Razlikuje različite aspekte razvoja tokom prve dvije godine života. 	<ul style="list-style-type: none"> Različiti aspekti razvoja
<ul style="list-style-type: none"> Uoči izazove do kojih može doći tokom ranog razvoja. 	<ul style="list-style-type: none"> Potencijalni izazovi tokom ranog razvoja
<ul style="list-style-type: none"> Navede osnovne karakteristike emocionalnog razvoja djeteta tokom prve dvije godine. 	<ul style="list-style-type: none"> Karakteristike emocionalnog razvoja u uzrastu od 0 do 2 godine
<ul style="list-style-type: none"> Prepozna fazu simbioze (od 2 do 6 mjeseci). 	<ul style="list-style-type: none"> Faza simbioze
<ul style="list-style-type: none"> Prepozna fazu diferencijacije (od 6 do 10 mjeseci). 	<ul style="list-style-type: none"> Faza diferencijacije
<ul style="list-style-type: none"> Navodi osnovne karakteristike psiho-motornog razvoja djeteta uzrasta od 0 do 3 mjeseca. 	<ul style="list-style-type: none"> Karakteristike djeteta uzrasta od 0 do 3 mjeseca

<ul style="list-style-type: none"> ● Na osnovu datog materijala priprema aktivnosti rane stimulacije od strane roditelja za uzrast djeteta od 0 do 3 mjeseca. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Stimulacija djeteta uzrasta od 0 do 3 mjeseca
<ul style="list-style-type: none"> ● Razlikuje razvoj djeteta koja je stimulisana na pravi način i one kod koje je izostala stimulacija. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Uticaj stimulacije na razvoj djeteta uzrasta od 0 do 3 mjeseca
<ul style="list-style-type: none"> ● Navodi faktore koji utiču na pravilan razvoj djeteta uzrasta od 0 do 3 mjeseca. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Faktori koji utiču na pravilan razvoj djeteta uzrasta od 0 do 3 mjeseca
<ul style="list-style-type: none"> ● Navodi modele uspješne saradnje među članovima porodice u angažovanju oko djeteta uzrasta od 0 do 3 mjeseca. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Modeli uspješne saradnje u porodici sa djetetom uzrasta od 0 do 3 mjeseca
<ul style="list-style-type: none"> ● Na osnovu miljokaza prepoznaje odstupanja u razvoju i potrebu za angažovanjem podrške van porodice, od strane različitih institucija sistema. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Odstupanje u razvoju djeteta uzrasta od 0 do 3 mjeseca
<ul style="list-style-type: none"> ● Opiše osnovne karakteristike djeteta uzrasta od 4 do 6 mjeseci. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Karakteristike djeteta uzrasta od 4 do 6 mjeseci
<ul style="list-style-type: none"> ● Na osnovu datog materijala priprema aktivnosti rane stimulacije od strane roditelja za ovaj uzrast. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Stimulacija djeteta uzrasta od 4 do 6 mjeseci
<ul style="list-style-type: none"> ● Razlikuje razvoj djeteta koje je stimulisano na pravi način od onoga kod koga je izostala stimulacija. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Uticaj stimulacije na razvoj djeteta uzrasta od 4 do 6 mjeseci
<ul style="list-style-type: none"> ● Navodi faktore koji utiču na pravilan razvoj. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Faktori koji utiču na pravilan razvoj djeteta uzrasta od 4 do 6 mjeseci
<ul style="list-style-type: none"> ● Navodi modele uspješne saradnje među članovima porodice u angažovanju oko djeteta. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Modeli uspješne saradnje u porodici sa djetetom uzrasta od 4 do 6 mjeseci
<ul style="list-style-type: none"> ● Na osnovu miljokaza prepoznaje odstupanja u razvoju i potrebu za angažovanjem podrške van porodice, od strane različitih institucija sistema. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Odstupanje u razvoju djeteta uzrasta od 4 do 6 mjeseci
<ul style="list-style-type: none"> ● Opiše osnovne karakteristike djeteta uzrasta od 7 do 9 mjeseci. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Karakteristike djeteta uzrasta od 7 do 9 mjeseci
<ul style="list-style-type: none"> ● Na osnovu datog materijala priprema aktivnosti rane stimulacije od strane roditelja za ovaj uzrast. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Stimulacija djeteta uzrasta od 7 do 9 mjeseci
<ul style="list-style-type: none"> ● Razlikuje razvoj djeteta koja je stimulisana na pravi način i one kod koje je izostala stimulacija. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Uticaj stimulacije na razvoj djeteta uzrasta od 7 do 9 mjeseci
<ul style="list-style-type: none"> ● Navodi faktore koji utiču na pravilan razvoj. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Faktori koji utiču na pravilan razvoj djeteta uzrasta od 7 do 9 mjeseci
<ul style="list-style-type: none"> ● Navodi modele uspješne saradnje među članovima porodice u angažovanju oko djeteta. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Modeli uspješne saradnje u porodici sa djetetom uzrasta od 7 do 9 mjeseci
<ul style="list-style-type: none"> ● Na osnovu miljokaza prepoznaje odstupanja u razvoju i potrebu za angažovanjem podrške van porodice, od strane različitih institucija sistema. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Odstupanje u razvoju djeteta uzrasta od 7 do 9 mjeseci
<ul style="list-style-type: none"> ● Opiše osnovne karakteristike djeteta uzrasta od 10 do 12 mjeseci. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Karakteristike djeteta uzrasta od 10 do 12 mjeseci
<ul style="list-style-type: none"> ● Na osnovu datog materijala priprema aktivnosti rane stimulacije od strane roditelja za ovaj uzrast. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Stimulacija djeteta uzrasta od 10 do 12 mjeseci
<ul style="list-style-type: none"> ● Razlikuje razvoj djeteta koje je stimulisano na pravi način od onoga kod koga je izostala stimulacija. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Uticaj stimulacije na razvoj djeteta uzrasta od 10 do 12 mjeseci

<ul style="list-style-type: none"> ● Navodi faktore koji utiču na pravilan razvoj. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Faktori koji utiču na pravilan razvoj djeteta uzrasta od 10 do 12 mjeseci
<ul style="list-style-type: none"> ● Navodi modele uspješne saradnje među članovima porodice u angažovanju oko djeteta. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Modeli uspješne saradnje u porodici sa djetetom uzrasta od 10 do 12 mjeseci
<ul style="list-style-type: none"> ● Na osnovu miljkaza prepoznaje odstupanja u razvoju i potrebu za angažovanjem podrške van porodice, od strane različitih institucija sistema. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Odstupanje u razvoju djeteta uzrasta od 10 do 12 mjeseci
<ul style="list-style-type: none"> ● Opiše osnovne karakteristike djeteta uzrasta od 13 do 18 mjeseci. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Karakteristike djeteta uzrasta od 13 do 18 mjeseci
<ul style="list-style-type: none"> ● Na osnovu datog materijala priprema aktivnosti rane stimulacije od strane roditelja za ovaj uzrast. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Stimulacija djeteta uzrasta od 13 do 18 mjeseci
<ul style="list-style-type: none"> ● Razlikuje razvoj djeteta koje je stimulisano na pravi način od onoga kod koga je izostala stimulacija. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Uticaj stimulacije na razvoj djeteta uzrasta od 13 do 18 mjeseci
<ul style="list-style-type: none"> ● Navodi faktore koji utiču na pravilan razvoj. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Faktori koji utiču na pravilan razvoj djeteta uzrasta od 13 do 18 mjeseci
<ul style="list-style-type: none"> ● Navodi modele uspješne saradnje među članovima porodice u angažovanju oko djeteta. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Modeli uspješne saradnje u porodici sa djetetom uzrasta od 13 do 18 mjeseci
<ul style="list-style-type: none"> ● Na osnovu miljkaza prepoznaje odstupanja u razvoju i potrebu za angažovanjem podrške van porodice, od strane različitih institucija sistema. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Odstupanje u razvoju djeteta uzrasta od 13 do 18 mjeseci
<ul style="list-style-type: none"> ● Opiše osnovne karakteristike djeteta uzrasta od 19 do 24 mjeseca. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Karakteristike djeteta uzrasta od 19 do 24 mjeseca
<ul style="list-style-type: none"> ● Na osnovu datog materijala priprema aktivnosti rane stimulacije od strane roditelja za ovaj uzrast. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Stimulacija djeteta uzrasta od 19 do 24 mjeseca
<ul style="list-style-type: none"> ● Razlikuje razvoj djeteta koje je stimulisano na pravi način od onoga kod koga je izostala stimulacija. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Uticaj stimulacije na razvoj djeteta uzrasta od 19 do 24 mjeseca
<ul style="list-style-type: none"> ● Navodi faktore koji utiču na pravilan razvoj. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Faktori koji utiču na pravilan razvoj djeteta uzrasta od 19 do 24 mjeseca
<ul style="list-style-type: none"> ● Navodi modele uspješne saradnje među članovima porodice u angažovanju oko djeteta. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Modeli uspješne saradnje u porodici sa djetetom uzrasta od 19 do 24 mjeseca
<ul style="list-style-type: none"> ● Na osnovu miljkaza prepoznaje odstupanja u razvoju i potrebu za angažovanjem podrške van porodice, od strane različitih institucija sistema. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Odstupanje u razvoju djeteta uzrasta od 19 do 24 mjeseca

4. USLOVI ZA IZVOĐENJE PROGRAMA OBRAZOVANJA

4.1. PROSTOR, OKVIRNI SPISAK OPREME I NASTAVNIH SREDSTAVA ZA REALIZACIJU PROGRAMA

Redni broj	Naziv modula/jedinica učenja	Prostor, okvirni spisak opreme i nastavnih sredstava
1.	Roditeljstvo	<ul style="list-style-type: none">● Prostorija za 15 polaznika● Računar● Projektor● Projekciono platno
2.	Roditeljstvo u prenatalnom periodu	<ul style="list-style-type: none">● Prostorija za 15 polaznika● Računar● Projektor● Projekciono platno
3.	Roditeljstvo u uzrastu djeteta od 0 do 2 godine	<ul style="list-style-type: none">● Prostorija za 15 polaznika● Računar● Projektor● Projekciono platno

4.2. IZVOĐAČI PROGRAMA OBRAZOVANJA

Redni broj	Naziv modul/jedinica učenja	Profil i nivo obrazovanja izvođača programa obrazovanja
1.	Roditeljstvo	<ul style="list-style-type: none"> ● Kvalifikacija nivoa obrazovanja VIII1 (240 ECTS kredita) iz oblasti društvenih nauka (psihologija, pedagogija, andragogija, sociologija, defektologija, socijalni rad) ili ● Kvalifikacija nivoa obrazovanja VIII1 (240 ECTS kredita) iz oblasti humanističkih nauka i edukacija u psihoterapijskim modalitetima ili ● Kvalifikacija nivoa obrazovanja VIII1 (240 ECTS kredita) iz oblasti društvenih, odnosno humanističkih nauka i dokaz o završenom programu obrazovanja „Priprema za roditeljstvo i prvi koraci“
2.	Roditeljstvo u prenatalnom periodu	<ul style="list-style-type: none"> ● Kvalifikacija nivoa obrazovanja VIII1 (240 ECTS kredita) iz oblasti društvenih nauka (psihologija, pedagogija, andragogija, sociologija, defektologija, socijalni rad) ili ● Kvalifikacija nivoa obrazovanja VIII1 (240 ECTS kredita) iz oblasti humanističkih nauka i edukacija u psihoterapijskim modalitetima ● Kvalifikacija nivoa obrazovanja VIII1 (240 ECTS kredita) iz oblasti društvenih, odnosno humanističkih nauka i dokaz o završenom programu obrazovanja „Priprema za roditeljstvo i prvi koraci“
3.	Roditeljstvo u uzrastu djeteta od 0 do 2 godine	<ul style="list-style-type: none"> ● Kvalifikacija nivoa obrazovanja VIII1 (240 ECTS kredita) iz oblasti društvenih nauka (psihologija, pedagogija, andragogija, sociologija, defektologija, socijalni rad) ili ● Kvalifikacija nivoa obrazovanja VIII1 (240 ECTS kredita) iz oblasti humanističkih nauka i edukacija u psihoterapijskim modalitetima ● Kvalifikacija nivoa obrazovanja VIII1 (240 ECTS kredita) iz oblasti društvenih, odnosno humanističkih nauka i dokaz o završenom programu obrazovanja „Priprema za roditeljstvo i prvi koraci“

Napomene:

Andragoške didaktičke preporuke za realizaciju programa

Program obrazovanja koncipiran je po modularnom principu, prateći logički sljed procesa pripreme za roditeljstvo, ostvarivanja uloge roditelja i prve korake u roditeljstvu.

Prvi modul programa obrazovanja je tako koncipiran da polaznicima omogućava sticanje uvodnih teorijskih i praktičnih znanja i vještina iz ove oblasti. Sadržaje je potrebno obrađivati i realizovati uz visok stepen angažovanosti i aktivnosti polaznika i simulaciju konkretnih situacija, uz primjenu metoda kojima se podstiče samostalnost polaznika u izvršavanju konkretnih radnih zadataka. U skladu sa tim, moguće je prilikom realizacije modula prilagoditi grupi tempo rada, kontinuitet izvođenja kao i metode kojima se posebno podstiče asocijativno učenje i aktivno slušanje. Naredni moduli baziraju se više na praktičnim primjerima uz konkretne savjete za prevazilaženje izazova i konkretne primjere iz života trenera i polaznika. Potrebno je podsticati interaktivnu nastavu i kritičko mišljenje polaznika.

Tokom realizacije programa obrazovanja treba podsticati problemsku nastavu u kojoj je važno navoditi polaznike da sami dolaze do zaključaka prilikom rješavanja problema, čime im omogućava povezivanje teorijskih znanja sa praktičnom primjenom iz realnog života. Prilikom obrade određenih tematskih sadržaja polaznicima se mogu dati projektni radovi, koje mogu raditi individualno ili u timu.

Ključne kompetencije koje se razvijaju ovim programom

Kompetencija pismenosti (upotreba stručne terminologije u usmenom i pisanom obliku pravilnim formulisanjem pojmova, činjenica i pravila iz date oblasti, izražavanjem argumenata i kritičkog mišljenja na uvjerljiv način primjeren kontekstu; korišćenje različitih izvora znanja pretragom, prikupljanjem i obradom vizuelnih, audio/video i digitalnih informacija; poštovanje pravila i preporuka prilikom prezentovanja zadate teme i drugo).

Digitalna kompetencija (korišćenje informaciono-komunikacionih tehnologija radi pretrage, prikupljanja i upotrebe podataka iz ove oblasti, prepoznavanjem relevantnih stručnih tekstova i video zapisa; upotreba softverskih alata za izradu prezentacija na zadatu temu; razvijanje svijesti o značaju elektronskog učenja kroz različite vidove online nastave. Korišćenje foruma i društvenih mreža, u cilju razmjene stručnih informacija, poštovanjem pravila bezbjednosti i etike prilikom korišćenja Interneta i drugo).

Lična, socijalna i kompetencija učiti kako učiti (razvijanje tehnika samostalnog učenja, kao i učenja u timu kroz edukaciju i diskusiju, izradu projektnih zadataka, seminarskih radova i prezentacija na zadatu temu; razvijanje sposobnosti izražavanja sopstvenog mišljenja učešćem u konstruktivnoj diskusiji sa uvažavanjem drugačijih stavova; razvijanje tolerancije, kulture dijaloga i poštovanja tuđeg integriteta, u skladu sa etičkim pravilima; razvijanje tehnika istraživanja, sistematizovanja i vrednovanja informacija u cilju nadogradnje prethodno stečenih znanja, kao i otkrivanja novih; razvijanje sposobnosti učenja na sopstvenim greškama kroz samoprocjenu i samoevaluaciju; razvijanje svijesti o značaju vođenja zdravog života i drugo).

Građanska kompetencija (angažovanje u zajedničkom ili javnom interesu kroz različite društveno odgovorne aktivnosti; poštovanje prava, jednakosti, slobode izražavanja i mišljenja kroz debate, diskusije i podjelu na grupe; razvijanje svijesti o značaju savremenih događaja, kao i njihovu povezanost sa istorijskim; razvijanje svijesti o značaju održivog razvoja i odgovornog ponašanja prema prirodi i životnoj sredini, racionalnom primjenom odgovarajućih sredstava u radu, pravilnim odlaganjem otpada nakon izvedenih praktičnih zadataka; poštovanje pravila bezbjednosti i zaštite na radu prilikom izvođenja praktičnih vježbi i drugo).

Kompetencija kulturološke svijesti i izražavanja (razvijanje svijesti o značaju poznavanja i poštovanja lokalnih, nacionalnih, regionalnih, evropskih i globalnih kultura kroz povezivanje sa primjerima iz oblasti prava, posmatrano sa aspekta porodice kao osnovne ćelije društva; predstavljanje ideja putem različitih kulturoloških formi kao što su pisani, štampani ili digitalni tekst, film, dizajn i drugo)

5. REFERENTNI PODACI

Naziv dokumenta: Program obrazovanja za lični razvoj: USPJEŠNO RODITELJSTVO

Kod dokumenta:[Klik za unos teksta]

Datum usvajanja dokumenta:

Sjednica nadležnog Savjeta na kojoj je dokument usvojen:

Radna grupa za izradu dokumenta:

- Anita Marić, diplomirani defektolog- *logoped*, Zavod za školstvo
- Zorica Minić, diplomirani psiholog, Ispitni centar
- Vanja Rakočević, profesor pedagogije, JU Gimnazija „Slobodan Škerović“
- Darija Petović Bambur, psihoterapeut, NVO Udruženje „Roditelji“
- Saša Klikovac, prof. južnoslovenskih književnosti, Radio televizija Crne Gore

Koordinator:

- Ljiljana Garić, diplomirani andragog, JU Centar za stručno obrazovanje
- Gordana Bošković, diplomirani andragog, JU Centar za stručno obrazovanje

Ostale informacije:

Lektura: Magdalena Jovanović, samostalna savjetnica za odnose sa javnošću, organizaciju događaja i lektorisanje, Centar za stručno obrazovanje

Dizajn i tehnička obrada: Danilo Gogić, savjetnik I – administrator, Centar za stručno obrazovanje

Dokument je rađen uz podršku projekta „EPALE Nacionalna služba podrške za Crnu Goru“.

