

*Niži razredi osnovne škole:* Vanja ima poteškoće u učenju. Srami se toga, traži mjesto u zadnjoj klupi da ga/ju nitko ne vidi, počinje vjerovati kako je glup/a. Sve slobodno vrijeme koristi za dodatno učenje. Nema puno prijatelja. Uglavnom šuti i drži se po strani.

*Izjava broj 1*

*„Draga gospođo/gospodine, Vanja je tako divno dijete. Ni ne čuje se u razredu. A ocjene, pa moglo bi bolje, ali tako pristojno dijete već dugo nismo vidjeli...“*

*Viši razredi osnovne škole:* Na zadirki- vanja o tome kako je glup/a reagira burno. Sve češće uzvraća vrijeđanjem i udaranjem. Ne osjeća se prihvaćeno u školi i počinje smišljati razloge nedolaska u školu, naposljetku počinje markirati. Upoznaje društvo koje se kreće oko škole, počinje konzumirati cigarete, alkohol...krade...

*Izjava broj 2*

*„Draga gospođo/gospodine, Vanja se ponaša neprimjereno, ometa nastavu, ima nekoliko negativnih ocjena na polugodištu, izostaje s nastave...“*

Nakon završetka nižih razreda osnovne škole razrednica je provela razgovor 1. s roditeljima. Pred završetak osnovne škole proveden je razgovor 2.

Tijekom cijelog tog perioda roditelji su imali mogućnost učiniti nešto od sljedećeg:

- \* pitati razrednicu, psihologa, pedagoga što to zapravo znači da je dobar/a; kako se slaže sa drugom djecom, u čemu treba podršku, što mu/joj predstavlja problem, a u čemu je jak/a
- \* razgovarati s Vanjom o tome kako se osjeća u školi i što misli o sebi
- \* otići kod doktorice opće prakse i zatražiti da se obave testiranja kako bi se utvrdilo koje poteškoće ima i koje su adekvatne metode pomoći

- \* dogovoriti redovite odlaske psihologu/ logopedu/socijalnom pedagogu u školi
- \* dogovoriti redovite odlaske roditelja i Vanje kod psihoterapeuta
- \* potražiti pomoć i podršku u centru za socijalnu skrb
- \* provoditi slobodno vrijeme s Vanjom u razgovorima koji se ne odnose na ocjene i sukobe u školi
- \* unaprijediti vlastite roditeljske vještine odlazeći na predavanja, radionice, edukacije

I da, postoji mogućnost da Vanja to sve prevlada i bez stručnjaka kao što su to prevladali i mnogi od nas. No što ako ne uspije. Što ako taj proces bude pretežak i što ako ostavi dugotrajne posljedice na sliku o tome što Vanja može i zaslužuje u životu.

Za više informacija,  
savjet ili edukaciju  
slobodno nam se obratite:



Udruga "Igra"  
Sveti Duh 55, 10000 Zagreb  
01/3704-537  
udruga.igra@zg.htnet.hr  
www.udrugaignra.hr

Autorica teksta: Sunčana Kusturin, dipl. soc. radnik  
Lektorica: Maja Vlašić  
Ilustratorica: Zrinka Ostović  
Dizajn: Bestias

# TAJNA MOĆI JE U TRAŽENJU POMOĆI



Ministarstvo zdravstva i socijalne skrbi Republike Hrvatske  
Projekt se provodi zahvaljujući darovnicima Programa za inovacije i učenje.



The World Bank

Centar za socijalnu  
skrb Zagreb



mppi  
modifikacija  
ponašanja  
putem igre  
RADIONICE I LETAK

RODITELJI = SUPERJUNACI?  
letak za roditelje

## Gdje potražiti pomoć?

Iako zvuči čudno, no na obje izjave razrednika vrijeme je da roditelji zastanu i malo istraže što se događa. Još nije jasno? No, evo, pojasnit ću.

Druga izjava jasno ukazuje na problem u ponašanju/učenju/komunikaciji koji ima Vaše dijete. No ujedno, ta izjava pokazuje da Vaše dijete nije zadovoljno svojim životom i da na taj neprimjeren način „tjera“ odrasle da se pozabave s njime. Istina, to dijete koristi, u najmanju ruku, za odrasle neugodne metode, ali ponekad odrasli jedino na to reagiraju. I koliko god to sve bilo neugodno, Vaše dijete će se izboriti za ono što mu je potrebno, ispoljit će svoju ljutnju i frustraciju i neće Vam se dogoditi da čujete onu rečenicu: „Pa kako se to (krađa, nasilje, ubojstvo, samoubojstvo...) dogodilo. On je bio tako divno dijete.“

Prva izjava, nažalost, ostavlja mogućnost da jednog dana čujete i tu rečenicu. Odrasli se, u pravilu, ne stignu baviti djecom koja su tiha, povučena, koja ne stvaraju probleme. Zapravo, oni ni ne znaju što se toj „divnoj“ dječici zbiva u glavi. Jesu li tužni, jesu li zabrinuti, muči li ih nešto/netko, jesu li usamljeni. Ta nevidljiva djeca ne stvaraju probleme odraslima, no ni ne znaju se izboriti za ono što im je potrebno i drže sve te osjećaje u sebi. U trenu kada pritisak svih tih emocija postane prevelik, nažalost, čine nešto iznimno drastično, sebi i/ili drugima.

I zapravo je roditeljima, koji često slušaju 1. izjavu, puno teže. Oni prekasno saznaju da njihovo dijete ima problema. No, pitanje je bi li činjenica da su saznali na vrijeme igrala ikakvu ulogu. Naravno da će svaki roditelj reći: „Ma da sam ja znao to na vrijeme, sve bih učinio.“... No, realnost je malo drugačija:

- \* Roditelji su spremniji potražiti pomoć ako su poteškoće veće/ozbiljnije i što je dijete mlađe. Na manje znakove problema uglavnom ni ne reagiraju, a što su djeca starija, probleme češće pripisuju pubertetu ili prolaznoj fazi.
- \* 1/3 roditelja ne prepoznaje znakove da njihovo dijete ima poteškoća (istraživanje Walter i Remschmidt, 1994. prema N. Koller-Trbović, 2004.)
- \* Samo 10 % roditelja čija djeca imaju poteškoća s agresijom i socijalizacijom smatra da je njihovim obiteljima potrebna pomoć, a samo 10% od njih je pomoć stvarno i potražilo (istraživanje Lehumkuhla i suradnika, prema Schmidt, 1998.).

Prema knjizi: *Poremećaji u ponašanju i rizična ponašanja: pristupi i pojmovna određenja*, Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet, Sveučilište u Zagrebu, Zagreb, 2004. Urednici: Josipa Bašić, Nivex Koller-Trbović, Slobodan Uzelac. Iz stručnog rada: Nivex Koller-Trbović: *Poremećaji u ponašanju djece i mladeži*

Razlog toj nespornosti roditelja da traže pomoć je u tome što su i roditelji samo ljudi. I oni osjećaju tugu, zabrinutost, sram, neugodu, strah od etiketiranja ako potraže pomoć. U trenu kada im nastavnik priopćava da njihovo dijete ima problema, roditeljima se cijeli svijet ruši. Njihova vriednost kao roditelja dolazi u pitanje, a nagon za obranom sebe i djeteta raste. Virginia Satir kaže da u trenucima kada smo pod stresom, kada je naš osjećaj vrijednosti ugrožen i kada smo nesigurni, odabiremo jedan od sljedećih načina čuvanja sebe: ublažavamo, pomirujemo, optužujemo, pametujemo, izbjegavamo, ometamo. U takvim situacijama koristimo ove i slične rečenice:

- \* „Sigurno je to prolazna faza. Pubertet počinje sve ranije i ranije.“
- \* „Znate, mi tako puno radimo i Vanja je često s bakom, a znate kakve su bake.“
- \* „Da. Vanja ne sluša. Ja sam prepopustljiva. Da, u pravu ste.“
- \* „Pa naravno da se Vanja tako ponaša kada ta profesorica iz fizike...“
- \* „Kada bi škola funkcionirala kako treba funkcionirati, u razredu bi bilo 10 učenika. I nastavnik bi se mogao prilagoditi svakom od njih. Individualizirani pristup je ključan u odgojnom radu.“
- \* „Ne mogu to povjerovati. Vanja je tako dobro dijete kod kuće.“
- \* „Da, ali znate li kako Vanja dobro pjeva. Jučer mi je otpjevao tako lijepu pjesmicu da smo svi ostali iznenađeni kako on lijepo pjeva.“

Gore navedeni osjećaji i načini suočavanja s problemom posve su prirodni i ljudski. Uglavnom nam služe da se zaštitimo/obranimo od poruka da smo loši roditelji ili da je naše dijete loše. Problem nastaje tek ako nikad ne prijedemo tu borbu protiv svih drugih koji su „krivi“. Naime, sve dok ih koristimo, mi se bavimo sobom a ne djetetom. Dijete i dalje u tom procesu naše borbe sa sramom ostaje samo i neshvaćeno.

**Važno je u svoje ruke uzeti svoj dio odgovornosti za nastalu situaciju, djetetu dati njegov dio, nastavnicima njihov i zajednički dogovoriti što će tko učiniti da se djetetu pomogne.** Ako je potrebno uključite i druge stručnjake. No u Vašim je rukama odgovornost da se stvari pomaknu, da inicirate razgovor o tome što biste Vi mogli promijeniti u svom pristupu djetetu i tko još osim Vas može pomoći. I još jednom ću ponoviti: **važno je da je i roditelj spreman na promijenu nekih svojih ponašanja.** Bez toga, sva pomoć koju djeca dobivaju neće biti dovoljna da se situacija u potpunosti promijeni. Roditelji ponekad kažu da su oni prestari za promijenu, iako znaju da bi nešto trebali promijeniti. Zamislite kako je djeci tek teško promijeniti sebe kada ona još uvijek nisu razvila

toliki stupanj odgovornosti i samokontrole koji je potreban za promjenu. Svojim primjerom im pokažite da je promjena moguća.

Čudno je kako puno hrabrosti i snage treba da bi se priznalo da smo pogriješili ili da smo nemoćni. Istina je da ako potražimo pomoć, neki ljudi ili djeca će se tome rugati. Nažalost, živimo u kulturi u kojoj je traženje pomoći, a time i pokazivanje vlastitih slabosti, neprihvatljivo. I uvijek će biti onih koji će sebe uzdizati tako da omalovažavaju druge.

No, to se može promijeniti odmah sada. Kada bi veći broj roditelja odlučio potražiti pomoć, odlasci psihologu, psihoterapeutu, socijalom radniku, savjetovatelju, psihijatru postali bi potpuno prihvatljivi. S vremenom bi i djeca prihvatila taj stav. Uostalom, što mislite od kuda djeci ideja da je odlazak stručnjaku samo za „glupe/lude“. Djeca samo reflektiraju i opiru se onome što kod njihovih roditelja uzrokuje nelagodu i sram.

Što ako zbog roditeljskog straha, nesigurnosti, nedostatka vremena ili novca, Vanja ne postane sve ono što može postati.

Znam da svi roditelji žele najbolje svojoj djeci, no isto tako znam da je ponekad teško suočiti se s tim da dijete treba pomoć, da mi trebamo pomoć kako bismo pomogli djetetu i da nismo savršeni i svemoćni. Roditelji ipak nisu superjunaci koji magično spase svijet u zadnji tren. Iako, s obzorom na to koliko uspješno balansiraju između posla, financija, privatnog života, i to sve u ovim zahtjevnim vremenima, možda u njima i čuče superjunaci. Samo nikad ne zaboravite da čak i najjači superjunaci imaju svoje pomagače i da je **tajna moći u traženju pomoći.**

**Škola:** Razrednik, profesori i učitelji, pedagozi, psiholozi, logopedi, socijalni pedagozi, socijalni radnici, ravnatelji osobe su koje Vam znaju i mogu pružiti pomoć i podršku ili Vas uputiti nekom drugom stručnjaku. Potražite ih.

**Poliklinika za zaštitu djece Grada Zagreba:** U poliklinici rade iskusni stručnjaci koji Vama i Vašem djetetu mogu pružiti savjetodavnu i terapijsku pomoć. Kontakti: Argentinska 2; tel: 01/ 34 575 18; www.poliklinika-djeca.hr

**Obiteljski centar Grada Zagreba:** U obiteljskom centru možete potražiti pomoć savjetovatelja, ali i sudjelovati na mnogobrojnim edukacijama za roditelje. Kontakti: Ulica grada Chicaga 13; tel: 01/ 45 77 194; www.ocgz.hr

**Centar za socijalnu skrb:** U centru za socijalnu skrb rade stručnjaci koji Vas mogu uputiti u druge ustanove, ali i koji Vam mogu pružiti savjetodavnu pomoć. Centar kroz mjeru nadzora nad roditeljskom skrbi pruža mogućnost roditeljima da jednom tjedno k njima u kuću dolazi stručnjak koji im može dati značajne smjernice u odgoju.

**Domovi zdravlja:** U domovima zdravlja potražite savjete doktora opće prakse, ali i psihologa koji tamo rade. Tamo se mogu napraviti značajna testiranja koja će Vam dati smjernice o tome koji oblik pomoći je potreban Vašem djetetu da bi moglo savladati školsko gradivo.

**Bolnice za djecu i mladež:** Potražite savjetodavnu pomoć, a kroz različita testiranja saznajte točnije s kojim poteškoćama se dijete susreće i kako mu možete pomoći. Kontakti: Klinika za dječje bolesti Zagreb, tel: 01/4600-111 Klaićeva 16; www.kdb.hr; Psihijatrijska bolnica za djecu i mladež, tel: 01/4600-111 Kukuljevićeva 11; tel: 01/ 4862 501; www.djecja-psihijatrija.hr

**Nevladine udruge:** Na području grada Zagreba djeluju različite udruge koje rade s djecom i roditeljima i pomažu im u odgoju. Potražite ih i raspitajte se kako Vam oni mogu pomoći. Popis udruga koje se bave djecom potražite na internetskoj stranici Koordinacije udruga za djecu u Hrvatskoj. www.kud.hr

**Privatne prakse psihologa i/ili psihoterapeuta:** Neke privatne prakse primaju korisnike i preko uputnice, no većina naplaćuje svoje usluge. Raspitajte se tko bi najviše odgovarao Vašim potrebama i Vašim financijskim mogućnostima.

