



Kvaliteta života obitelji

U Centar za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti Zavoda za javno zdravstvo Krapinsko-zagorske županije nerijetko dolaze osobe kojima je ovisnost ili konzumacija sredstava ovisnosti tek vrh ledene sante koji proviruje iznad površine. Ispod nje je široka baza raznolikih i dugotrajnih problema. Zbog neznanja ili nesnalažljivosti pri traženju pomoći, Centar za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti ovim je mladim ljudima i njihovim obiteljima prvo mjesto na kojem istinski počinju sagledavati situaciju u kojoj se nalaze. Problemi koji ih pritišću mogu se u najmanju ruku nazvati slojevitima. A kako su ti slojevi nastajali i počeli se taložiti jedan preko drugoga?

Ritam suvremene svakodnevne nesmiljen je i članovi obitelji današnjice ne stižu se međusobno baviti jedni drugima na način i u vremenskom trajanju kakvo je bilo moguće prije nekoliko desetaka godina. U to se vrijeme znala poveznica između rada i zarade, cijenile su se osobine poput poštenja, dobrote, iskrenosti, ljudi su bili otvoreni jedni prema drugima, međusobno su si pomagali, bili mnogo solidarniji. Znalo se da od nerada nema budućnosti, da se ne laže, ne krade, znalo se što nije moralom ni zakonom dozvoljeno i znalo se da se neprihvatljiva ponašanja sankcioniraju. Životne vrijednosti njegovale su se, a prirodnim slijedom roditelji su, prije svega podučavajući vlastitim primjerom, razvijali kod djece socijalne vještine iako mnogi i nisu znali da je struka tome što rade dala ime. Prema Svjetskoj zdravstvenoj organizaciji životne (socijalne) vještine su sposobnosti prihvatljiva i prilagodljiva ponašanja. Važno ih je savladati kako bi se mogli suočavati sa svakodnevnim ali i iznimnim teškoćama i problemima, kako bi rješavali probleme i ostvarivali svoje ciljeve bez povređivanja drugih. Proučavajući i vježbajući životne vještine razvijamo sposobnost donošenja odluka i rješavanja problema, kreativno i kritičko mišljenje, komunikaciju i interpersonalne vještine, samosvijest i empatiju, sposobnost prepoznavanja i izražavanja emocija i odgovarajućega reagiranja u stresnim situacijama. Učeći djecu životnim vještinama pomažemo im da se nauče brinuti o svom tjelesnom i duševnom zdravlju, da preuzmu odgovornost za vlastita ponašanja te da nauče kako uvijek imaju mogućnost odabrati i donositi odluke za sebe, uz druge i sa drugima.

Sljedeće učenje odnosi se na sve članove obitelji, a riječ je o specifičnostima razvojnih faza u životu te kvalitetnom međugeneracijskom ophođenju. Ukoliko dobro proučimo koje su karakterističnosti razvojnih faza života pojedinih ukućana, lakše ćemo ih razu-

mjeti i uspostaviti kvalitetniju komunikaciju. Ponekad možemo biti pogrešno uvjereni da se kod našega djeteta desila neka strašna promjena uzrokovana vanjskim faktorima jer je postalo otresito ili ne reagira ni na peto dozivanje, ne želi s nama razgovarati na način kako je to činilo prije, često koristi neprimjerene izraze... U fazi adolescencije to su uobičajena ponašanja, a da bismo znali razlikovati ponašanja koja nisu uobičajena za određenu dob, moramo se dobro informirati. S druge strane, za starije ukućane mlađi ponekad kažu da su nemogući, tvrdoglavi pa i zločesti. Jesu li ili je to samo karakteristika staračke dobi?

Mnogi će saznanja o svemu ovome potražiti kod prijatelja, raspitujući se kako u njihovoj obitelji funkcioniraju odnosi i ponašanja, neki će informacije potražiti na internetu i u popularnim časopisima. Pitanje je koliko su informacije koje dobivaju točne i koliko su preporuke koje se nude adekvatne i učinkovite. Dio će objašnjenje potražiti u stručnoj literaturi, određeni broj će razgovarati sa stručnjacima ili posjetiti neko predavanje dok još uvijek mnogo njih neće potražiti savjet već će funkcionirati od dana do dana, od problema do problema.

Kako bismo ove teme približili javnosti, godinama organiziramo predavanja, tribine i radionice za roditelje i učenike, ali i radio emisije koje se emitiraju svaki tjedan već šest godina. Budući da je kalendar Hrvatske mreže zdravih gradova i županija predvidio veljaču 2008. godine kao mjesec zdravlja djece i mladih, odlučili smo u šest radioemisija obraditi po cjelinama pojam kvalitete života

obitelji te smo održali radionicu za mlade konzumente droga na temu "Što želimo i možemo učiniti za sebe?". Kako bismo direktno mogli progovoriti sa zainteresiranim građanima o kvaliteti života obitelji ali i o ovisnostima, organizirali smo Dane otvorenih vrata Centra za prevenciju ovisnosti i izvanbolničko liječenje ovisnosti za što su u najvećem broju bili zainteresirani roditelji. Da bismo o kvaliteti života obitelji progovorili i za stručnjake, u suradnji sa Obiteljskim centrom Krapinsko-zagorske županije organizirali smo tribinu za stručne djelatnike vrtića u Krapinsko-zagorskoj županiji. Budući da godinama imamo intenzivnu suradnju sa školama, a također i sa socijalnom službom i pravosuđem, zajednički smo se odlučili za vrtiće kao mjesta gdje stručnjaci imaju izravnu svakodnevnu vezu s roditeljima u prvih nekoliko, možda i najvažnijih, godina života. Međuinstitucionalna, međusektorska i intersektorska suradnja pokazale su se osnovom za početak rješavanja brojnih problema, a njenim razinama na području Krapinsko-zagorske županije već uistinu možemo biti zadovoljni. Ono što i nama stručnjacima, ali i građanima, preostaje jest podići razinu kvalitetne komunikacije u poslovnom i osobnom životu, informirati se što više o svemu što nas okružuje i na taj način podići za još koju stepenicu kvalitetu, kako našeg osobnog života, tako i kvalitetu življenja naših obitelji i zajednice.

Nataša Koradžija, dipl. soc. radnica, koordinatorka Centra za prevenciju i izvanbolničko liječenje ZZJZ KZZ
 zeljko.koradzija1@zg.t-com.hr

