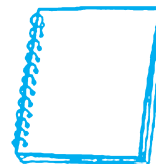


pripremili smo i/ili preveli za vas



Vrtić kao izvor podrške djetetu tijekom razvoda roditelja

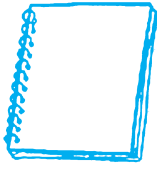


Razvod je teško i bolno razdoblje za svakog člana obitelji, a osobito bolno može biti za dijete. Razvod roditelja je proces koji dovodi do promjena koje dijete ne razumije, promjena koje smanjuju predvidljivost i stabilnost njegove okoline. U članku pročitajte kakvu ulogu u ovom procesu trebaju imati djelatnici vrtića.

▶ **Ivanka Jukić Lušić,**
psihologinja
Dječji vrtić 'Leptir'
Sesvete

Kako djeca reagiraju na razvod roditelja

Razvod braka je proces koji ponekad traje godinama i tijekom kojega se nižu neizvjesnosti i izazovi. Taj proces obično počinje svađama i sukobima prije razvoda, nastavlja se pravnim postupkom razvoda, a svađe i sukobi mogući su i nakon njega. Razvod roditelja kod djeteta izaziva osjećaj gubitka praćenog intenzivnim osjećajima nesigurnosti i bespomoćnosti. Kako će određeno dijete reagirati na razvod roditelja, ovisi o njegovoj dobi, kognitivnim kapacitetima za razumijevanje događaja, individualnim osobinama,



pripremili smo i/ili preveli za vas

prethodnim iskustvima u situacijama odvajanja, prethodnim iskustvima suočavanja s uobičajenim stresovima koji su dio svakodnevnog djetetovog života, o uvjetima u kojima dijete živi, o tome je li mu pružena podrška. Međutim, postoje neke očekivane reakcije koje su zajedničke većini djece predškolske dobi.

Kad se roditelji razvedu, javljaju se mnoge misli i pitanja u dječjoj glavi: Što će biti sa mnom?; Gdje ću ja živjeti?; Kad ću opet vidjeti tatu/mamu?; Hoće li se tata i mama pomiriti?; Hoće li me i dalje voljeti?... Javljaju se i vrlo različiti osjećaji: osjećaj tuge, uznemirenosti, zabrinutosti, zbunjenosti, osjećaj straha i ljutnje, osjećaj krivnje, osjećaj bespomoćnosti i usamljenosti. Uočavaju se i promjene u ponašanju djeteta: plačljivost, problemi kod odvajanja, ispadi bijesa, prkos, povlačenje od vršnjaka, regresije u ponašanju. Poneko će dijete reagirati kao da uopće nema promjena u njegovom životu i ostavljat će dojam mirnoće – 'kao da se ništa nije dogodilo' ili 'kao da ih se to ne tiče'. Navedeni osjećaji, misli i ponašanja su u danim okolnostima normalni – dijete može iskazivati sve ili samo neke od njih.

Prihvatanje promjena i prilagođavanje novim okolnostima življenja

Prilagođavanje djeteta na razvod roditelja dugotrajan je proces koji može potrajati i do dvije godine. Budući da su pred-

školska djeca ovisna o odraslima koji o njima brinu, i tijekom procesa razvoda roditelja trebaju pomoć odraslih. Djetetu najvažniji izvori podrške jesu njegovi prirodni pomagači: roditelji, drugi bliski članovi obitelji, odgajatelji, ali i vršnjaci. U procesu razvoda roditelja često je vrtić najstabilnije mjesto u djetetovom životu. U vrtiću se kontinuirano stvara okruženje pogodno za izgrađivanje i njegovanje osjećaja sigurnosti, postojanosti, prihvaćenosti, pripadnosti i poštovanja. Tu dijete uspostavlja stalne odnose s vršnjacima i odraslima i nalazi izvore podrške.

Da bi **odgajatelji** mogli pružati podršku djetetu, trebaju znati:

- koje su potrebe djeteta u procesu razvoda – neke od tih potreba, kao potreba za sigurnošću i potreba za ljubavlju i pripadanjem, temeljne su potrebe i tek se njihovim zadovoljavanjem može djetetu pomoći da zadovolji druge potrebe. Naime, dok dijete nije zadovoljilo ono što mu temeljno nedostaje, neće biti spremno zamijetiti poticaje korisne za njegov osobni razvoj, odnosno neće težiti ponašanjima koja bi mu mogla donijeti zadovoljstvo – stoga je zadovoljavanje potrebe za sigurnošću primarni zadatak;
- koje su očekivane reakcije djeteta na razvod – ta znanja odgajatelju

pomažu u razumijevanju promjena koje se javljaju kod djeteta i osjećaju profesionalne kompetencije u suočavanju sa stvarnim djetetovim reakcijama;

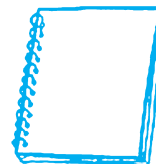
- informacije o tome što dijete zna o razvodu roditelja – osobito je važno doznati koliko je dijete obaviješteno o tome što se uistinu događa s obitelji, te koliko je o situaciji već razgovaralo s roditeljima. Važno je znati i koliko su roditelji informirani o očekivanim reakcijama djeteta na razvod i o djetetovim potrebama. Neki roditelji često misle da njihova djeca neće razumjeti što je to razvod pa uopće ne razgovaraju s njima o tome. Ali djeca se lakše prilagođavaju novoj situaciji ako znaju što se događa i ako imaju podršku bliskih osoba koje ih vole i koje oni vole (Buljan-Flander i Karlović, 2004.);
- kakva su djetetova ranija iskustva nošenja s uobičajenim svakodnevnim stresovima i frustracijama – pozitivno prevladavanje prethodnih stresova i frustracija donosi djetetu nove emocionalne vještine koje ga jačaju za buduće životne izazove.

Podrška djetetu u vrtiću

Prilagođavanje djeteta na razvod roditelja dugotrajan je proces. Ništa ne može ukloniti djetetove teške osjećaje u kratkom vremenu, ali pružajući mu osjećaj sigurnosti, prihvaćenosti i pripadnosti, dopuštajući mu da izrazi svoje osjećaje, potičući ga da razgovara o onome što mu se događa i što ga brine, pružajući mu stalnu podršku... možemo mu pomoći da razumije nastalu situaciju, da je prihvati i da joj se prilagodi. U vrtiću dijete to može dobiti. Kontinuitet dolazaka u vrtić, stalnost odgajatelja koji o njemu brinu, dnevne rutine, poznata struktura dana, predvidljivost događaja u bližoj budućnosti – sve su to sigurnosni preduvjeti koji djetetu vraćaju izgubljeni

U procesu razvoda roditelja **dijete** treba:

- sigurnost
- ljubav i osjećaj da je vrijedno ljubavi
- osjećaj prihvaćenosti i poštovanja
- informacije o tome što se događa s obitelji
- strpljenje odraslih za izražavanje osjećaja
- bliske ljude koji će odgovarati na njegova pitanja
- saznanje da nije odgovorno za razvod roditelja
- mogućnost razmjene iskustava
- vrijeme u kojem će prihvatiti činjenicu da je život sada drukčiji
- osjećaj da je sposobno
- imati vrijeme za sebe i svoje interese



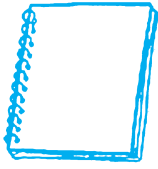
U procesu razvoda roditelja dijete treba ljubav i osjećaj da je vrijedno ljubavi

osjećaj ravnoteže i stabilnosti. Osobita pažnja i razumijevanje trebaju mu kod odvajanja od roditelja pri dolasku u vrtić ili ako se tijekom dana u grupi dogode neočekivane promjene poput dolaska nove odgajateljice na zamjenu, iznenadne promjene prostora i slično. Kako i planirane situacije mogu izazvati uznemirenost i osjećaj nesigurnosti, i tada mu je potrebna podrška i razumijevanje odgajatelja.

U vrijeme kad mu se roditelji razvođe, djetetu trebaju iskazi ljubavi, ohrabrenje i pohvala bez pretjerane popustljivosti i pretjeranog zaštićivanja. Dobro je s djetetom razgovarati o tome tko ga voli i o njemu brine, o tome koga ono voli. Ohrabrite ga na crtanje voljenih osoba.

Ako je odgajatelj razvio prislan odnos s djetetom, moguće je da će mu ono prije nego roditeljima povjeriti svoje osjećaje i brige. Nameće se dilema: potaknuti dijete vrtičke dobi na razgovor o problemu ili čekati da ga dijete samo spomene? Najbolje je da dijete započne razgovor, ali je moguće da ga inicira i odgajatelj tako što će djetetu dati do znanja da zna što se događa u njegovoj obitelji te da će mu rado pomoći bude li o tome željelo razgovarati. Aktivno ga slušajte i čujte što vam dijete ima za reći, učinite to onda kad ono ima potrebu povjeriti se, bez pretjeranog odgađanja, na ugodnom mjestu uz provjeru želi li to reći vama osobno ili svoja iskustva želi podijeliti i s djecom u odgojnoj skupini. Ukoliko se dijete ne želi

otvoriti, ne treba inzistirati na tome. Ovisno o djetetovoj dobi, pokušajte razgovarati o njegovim brigama, o tome kako ono vidi razloge razvoda roditelja. Na sve načine dajte mu podršku i učinite da se dijete oslobodi mogućeg osjećaja krivnje i odgovornosti za razvod svojih roditelja. Jasno djetetu dajte do znanja da ti problemi između mame i tate i nemaju nikakve veze s njim, te da djeca tu ništa ne mogu popraviti niti postići da roditelji budu zajedno. Pokušajte razumjeti prirodu mogućeg djetetovog osjećaja krivnje. Objasnite djetetu da je normalno da se ponekad tako osjeća, ali da to nikako ne znači da je odgovorno za razvod roditelja. Potaknite razgovor o granicama djetetove moći osvješćujući



pripremili smo i/ili preveli za vas

mu činjenicu da ne može ništa učiniti da bi se situacija promijenila, da je razvod nešto što je između tate i mame i nama nikakve veze s djetetom.

Osvješćujte djetetu njegova prava – da ima pravo postavljati pitanja o tome što se događa u obitelji, da ima pravo pokazivati svoje osjećaje na svoj način, da ima pravo pričati o svojim brigama s kim želi ako to želi, da ima pravo zaštititi se na način da ne mora prenositi poruke roditeljima i da ne mora slušati kad govore ružne stvari jedno o drugome. Razgovarajući s djetetom najvažnije je pokazati empatiju, stvoriti osjećaj sigurnosti, ne gajiti lažne nade, dati odgovore koje znate i iskreno priznati ono što ne znate. Važno je također ne tjerati dijete da govori o onome o čemu ne želi govoriti.

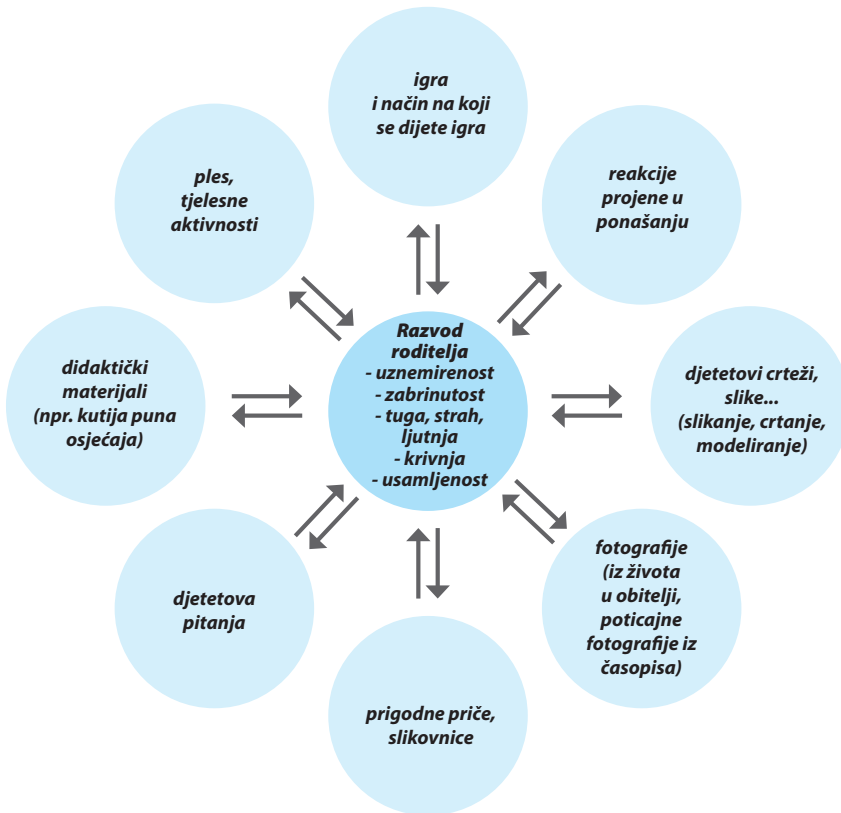
Ono što djeca misle i osjećaju jednako je važno kao i ono što se stvarno dogodilo – stoga je važno čuti ih, biti svjestan ne samo onoga što dijete govori, već i onoga što pokazuje svojim ponašanjem, u igri, crtežom ili pričom. Kad dijete nije u mogućnosti slobodno izraziti svoje osjećaje, ono može ostati 'zarobljeno' u svom strahu, tuzi, bijesu i povrijeđenosti, i tada se ne može osloboditi viška energije stvorene tim emocijama. Takvi neizraženi i potisnuti osjećaji ostaju u djetetovom tijelu, nagomilavaju se i mogu dovesti do smetnji i emocionalnih poremećaja. Osim toga, ako odrasli 'spašavaju' dijete od tuge, ljutnje, straha... (npr. počinju tješiti prije nego su ga saslušali), ono postaje bespomoćno i ovisno o drugima – kako u prepoznavanju i razumijevanju vlastitih

osjećaja, tako i u rješavanju vlastitih problema (Buljan-Flander i Karlović, 2004.). S druge strane, opasno je uopće ne reagirati na djetetove osjećaje i ne ponuditi osjećaje straha, ljutnje, povrijeđenosti, tuge, odbačenosti..., uči da njegovi osjećaji i potrebe nisu važni, uči ne vjerovati drugima i vjerovati da je dovoljno samo sebi. Stoga djetetu treba emocionalna dostupnost, pažnja i strpljenje odraslih, kao i okruženje sigurnosti u kojem će moći slobodno izražavati svoje osjećaje. Poželjno je ohrabrivati ga da govori o svojim osjećajima ili da ih izrazi kroz igru ili crtež, ali bez inzistiranja i 'kopanja' po djetetovoj nutрини ako dijete ne pokazuje spremnost za to.

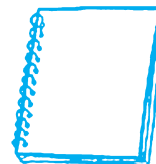
Priznajte i prihvatite njegove osjećaje bez prosuđivanja i požurivanja njihovog prevladavanja. Pokažite djetetu da ste dovoljno snažni nositi se s njegovim osjećajima kako se ne bi dogodilo da vam zbog straha prešuti neki problem ne bi li vas zaštitilo. No djetetu može biti teško spontano verbalizirati svoje osjećaje i brige. Mnogo je aktivnosti kojima se dijete može izraziti. Dobro je koristiti sve one načine koji nam mogu otvoriti vrata u djetetov unutrašnji svijet, a koji su ujedno i izlazi za dijete putem kojih, samo i uz našu pomoć, može prorađivati svoje osjećaje i iskustva.

I sami pred djecom izražavajte osjećaje i ne poričite kad ste tužni ili ljuti. Pričajte o svojim iskustvima, o tome kako ste se tada osjećali i što ste činili. Pokazujte pred djecom pozitivne načine nošenja s teškim i uznemirujućim emocijama (tugom, strahom, ljutnjom...) jer tako djeci predočavate osjećaj moći i kontrole nad životom. Tada i djeca od vas uče graditi svoju moć za uspješnije nošenje za životnim izazovima.

Razgovorom, a i na druge načine (npr. provođenjem projekata koje vode djeca), pokušajte djeci osvijestiti činjenicu da se život stalno mijenja, da se mijenjaju i druge obitelji na svoje načine, da ima još djece čiji roditelji su rastavljeni. Pokušajte



Grafički prikaz modela komunikacija o osjećajima i brigama s djetetom vrtičke dobi (ulazi u djetetov unutrašnji svijet – izlazi za dijete, mogućnost prorađivanja osjećaja i iskustava)



navesti primjere i za neke dobre promjene koje je donio razvod roditelja, stvari koje su se promijenile nabolje.

Ovisno o dobi djece, ukoliko je moguće stvarajte prilike za dijeljenje osobnih iskustava s vršnjacima. Jasna i otvorena komunikacija i stvaranje osjećaja zajedništva osiguravaju uvjete u kojima su vršnjaci podrška djetetu čiji se roditelji razvode. Njeguje socijalne interakcije i uključenost djeteta u život odgojne skupine. Jačajte djetetovo emocionalno 'ja' na način da verbalizira ono što kod sebe voli, u čemu je dobro, po čemu je posebno, na što je ponosno.... Pomognite mu u nastavljanju uobičajenih aktivnosti primjerenih njegovoj dobi. Poštujte njegovu potrebu za povremenim osamljivanjem tijekom dana, omogućite mu vrijeme u kojem neće biti opterećeno tuđim zahtjevima i potrebama. Njeguje njegove interese i osigurajte mu okruženje u kojem će ih moći iskazivati.

Podrška djetetovim roditeljima u vrtiću

Roditelji u procesu razvoda mogu biti pod prevelikim stresom i teško se nositi sa svakodnevnim problemima. Mogu biti preplavljeni i zaokupljeni svojim osjećajima i vjerovati da nemaju kontrolu nad svojim životom. Mogu imati smanjen kapacitet za razumijevanje djeteta i njegovih potreba. Tada je veća vjerojatnost da neće uspijevati zadovoljavati djetetove razvojne i posebne potrebe, te da neće obraćati pozornost na djetetove osjećaje, a mogu i emocionalno povrjeđivati dijete.

Roditeljima vrtić (odgajatelj, psiholog ili neki drugi stručni suradnik) može pružiti podršku i pomoć u osvješćivanju važnosti:

- zatamljivanja negativnih osjećaja prema bivšem supružniku radi zaštite djece;
- iznalaženja snage za zajedničko razgovaranje i planiranje kako bi potrebe njihovog djeteta došle na prvo mjesto;

- razlučivanja partnerskog od roditeljskog odnosa;
- poznavanja očekivanih i prepoznavanja i uvažavanja vidljivih djetetovih reakcija na razvod;
- poznavanja, prepoznavanja i zadovoljavanja djetetovih potreba tijekom razvoda;
- poznavanja i življenja djetetovih prava na informacije, na pitanja i odgovore, na iskazivanje osjećaja, na zaštitu od roditeljskih svađa, međusobnih optužbi, na zaštitu od uloge prenositelja poruka među roditeljima.

Roditelji trebaju smoci snage, hrabrosti i nesebičnosti da prevladaju osobnu bol kako bi zaštitili svoje dijete. Bez obzira na činjenicu da se razvode, oni će doživotno biti roditelji svom djetetu i zato je važno da se dogovaraju i zajednički donose odluke koje se odnose na dijete. Uloga djelatnika vrtića u procesu rastave jest pružiti i roditeljima i djetetu maksimalnu podršku kako bi dijete što bezbolnije prevladalo tu situaciju. Važno je s roditeljima razviti odnos povjerenja i pružiti podršku, ali biti neutralan i ne svrstavati se ni na jednu stranu. Interes odgajatelja i stručnog suradnika treba

Literatura:

1. Bujšić, G. (2005.): *Dijete i kriza*, Golden marketing - Tehnička knjiga, Zagreb
2. Buljan-Flander, G. i Karlović, A. (2004.): *Odgajam li dobro svoje dijete?*, Marko M., Zagreb
3. Buljan-Flander, G. i Karlović, A. (2004.): *I mama i tata – kad se roditelji rastaju*, Hrabri telefon – telefon za zlostavljanu i zanezanu djecu, Zagreb

ostati na problemu, usredotočiti se na dobrobit djeteta i ne upletati se u druge odnose u obitelji. Roditeljima treba tumačiti djetetove osjećaje, potrebe i prava, približiti im dječji način razmišljanja, objasniti kako dijete doživljava ovu situaciju, te prenositi spoznaje o djetetovom razvoju. Bitno je osvijestiti im važnost njihova prisustva u djetetovom vrtićkom životu, osobito roditelja s kojim dijete ne živi. Osobitu pozornost treba pridavati informiranju roditelja o važnim događajima iz djetetova života u vrtiću, o razvojnim uspjesima, o osobitim doživljajima i djetetovim iskustvima, o njegovim interesima, prijateljima... Poželjno je uputiti roditelje na važnost zajedničkog dolaska na roditeljske sastanke ogleđnog tipa i druženja djece i roditelja jer se tako nastavlja izgrađivanje odnosa s djetetom. Ukoliko je potrebno, treba ih podsjetiti na štetnost međusobnog kritiziranja pred djetetom.

Kada tražiti pomoć

Pružanje podrške djetetu kojem se roditelji razvode i roditeljima u procesu razvoda nije lak zadatak. Svaki razvod je poseban i težak na svoj način. Svako dijete drukčije proživljava tu situaciju. I uz najbolju pripremu možete imati nedoumica. Kako biste pomogli sebi u tim situacijama, posavjetujte se s kolegicama koje imaju sličnih iskustava u radu s djecom, sa stručnim suradnikom u vrtiću. Znajte da odgajatelj ne treba biti terapeut i valja znati procijeniti kad problem nadilazi vašu stručnu kompetenciju, te kad i od koga potražiti pomoć (stručnog suradnika u vrtiću ili stručnjaka izvan vrtića).

Svakako se preporučuje potražiti pomoć za djecu ukoliko je do razvoda njihovih roditelja došlo u osobito stresnim i nepripremljenim okolnostima ili ukoliko je razvod popraćen i nekim drugim stresovima i traumama (npr. nasilje u obitelji). Toj djeci i njihovim roditeljima često je potrebna dodatna stručna pomoć i podrška.