



pripremili smo i/ili preveli za vas

# Značaj dodira u životu male djece

Nastavak članka iz prošlog broja

**Kakav je dodir primjeren i poželjan u ranom odgoju i obrazovanju? Kako naučiti dijete preuzimanju kontrole nad vlastitim tijelom? Koje su prilike u vrtičkoj svakodnevnicu pogodne za poticajan i pozitivan dodir? – ovo su neka od pitanja na koja smo dijelom odgovorili u prošlom broju, a u ovom donosimo nove savjete koji će svakom odgajatelju koristiti u praksi.**

## Nedostatak dodira u ranom djetinjstvu

Premda je dodir neophodan za život i razvoj privrženosti, djecu se u nekim predškolskim ustanovama ne dodiruje dovoljno (Thayer, 1988.; Field, 1999.). Jedan od razloga za nedostatak nježnosti jest uvjerenje koje prevladava u američkoj kulturi da pozitivan dodir, kao što je zagrljaj, kvari djecu. Sve od 1894. godine, razni napisi upozoravaju roditelje da ne kvare djecu pretjeranim maženjem (Lawson, 1998.; Field, 1999.). U američkoj kulturi odgajanja dodir je uglavnom sredstvo obuzdavanja i ukora, a primjeri pozitivnog dodirivanja u igri i tjelesnoj interakciji znatno su rjeđi. (Jourard, 1966.; Mill i Romano-White, 1999.).

Margaret Hooten, odgajateljicu u jaslicama St. Paul u Pittsburghu u Pennsilvaniji, ovaj trend zabrinjava: "Velik broj djece najveći dio dana provodi svezano u dječjim sjedalicama u svojim super-pelenama. Žao mi je roditelja koji ne osjećaju težinu pelena i koprcanje svojih beba. Brine me

Preuzeto iz časopisa 'Young Children', srpanj 2005.  
Napisala: Frances M. Carlson  
Prevela: Milena Benini  
Prilagodile: Helena Burić i Marina Vujčić

kad vidim kako se djecu ignorira u trgovinama, osim kad ih se povuče natrag jer ih je nešto na polici previše zainteresiralo." (osobni komentar, 26. siječnja 2004.).

Još jedan razlog za rjeđe grljenje, maženje i tapšanje po leđima u ranom djetinjstvu jest i strah da bi se ti dodiri mogli pogrešno shvatiti ili protumačiti. Neki odgajatelji ne shvaćaju što kod djece predstavlja odgovarajuće dodire, pa jednostavno ni ne dodiruju djecu. No, kad odgajatelji shvate kojim se dodire djeca uglavnom smatraju ugodnim i nenapadačkim, i da programi mogu pomoći u zaštiti djece

od zlostavljanja, svoje ponašanje mogu prilagoditi tako da dodirivanje djece u predškolskim ustanovama bude primjeren i učinkovito.

## Primjereni dodiri

Prva nužna spoznaja za odgajatelje jest ona da dodiri, kao i bilo koja komponenta dobrog predškolskog programa, moraju biti razvojno primjereni (Carlson, 2003.). Izraz *razvojno primjereni* odnosi se na ispunjavanje dječjih potreba na način koji je primjeren dobi i pojedinačnim potrebama (Bredenkamp i Cople, 1997.). Da bi dodirivanje bilo primjerenom, odgajatelji moraju uzeti u obzir djetetovu kulturu, prethodna iskustva s tjelesnim kontaktima, te individualnu razinu ugodne pri dodiru.

Pri određivanju prihvatljivosti tjelesnog kontakta, odgajatelji moraju promotriti kontekst u kojem se dodir odvija. Također je bitno znati što svako pojedino dijete osjeća prema različitim oblicima dodirivanja.

**N**eili (1991.) je otkrio da većina djece najviše voli blage dodire ruku i ramena, kao i glave i leđa. Jones i Yarborough (1985.) ustanovili su da djeca dodire ruku, ramena i gornjeg dijela leđa ne smatraju prijetućima. Naravno, djeca s poteškoćama senzorne integracije, kao što je *taktilna defanzivnost*, mogu svaki dodir smatrati nepoželjnim zbog svoje osjetljivosti (Cantu, 2002.; Royeen i Mu, 2003.), a djeca s poremećajem *indiskriminirajuće privrženosti* mogu koristiti i prihvaćati neprimjereni i nepromišljeno dodirivanje (Levy i Orlans, 1998.). Kad





se djecu pozitivno dodiruje (grli, mazi i sl.), bitno je da odgajatelji u obzir uzmu i osobne afinitete pojedinog djeteta, kao i njegova prethodna iskustva, razinu privrženosti i senzorno funkcioniranje.

### Učenje o dodiru

Predškolska djeca trebala bi imati priliku naučiti koje vrste dodira najviše vole, kao i koji ih dodiri dovode do nelagodje. Odgajatelji mogu pomoći u tome, pružajući priliku djeci da nauče nešto o kontroli vlastitoga tijela. Ovaj koncept počinje ubrzo nakon rođenja, kad ljudi počnu dodirivati dojenče. Učenje koncepta na ovom je stadiju jednostavno. Recite djetetu da ćete ga dotaknuti i navedite razlog. Na primjer, kad podižete dijete, naprosto recite: 'Sad ću te podići i zagrliti.'

Nadalje, kako biste produbili djetetov osjećaj kontrole nad vlastitim tijelom, odgovarajte na naznake koje vam dijete pruža kad mu je neudobno. Na primjer, ako se dijete koprcra, možete stalno govoriti dok provjeravate je li pelena mokra ili su odjeća ili pokrivači previše stisnuti. Dok mijenjate djetetu pelenu, objasnite mu da

ćete maknuti mokru pelenu i obrisati ga vlažnom maramicom.

Nikad nemojte grditi ni kazniti dijete koje izražava nelagodu pri promjeni pelena. Negativno prihvaćanje nelagodje moglo bi navesti dijete da povjeruje kako se neugodni dodiri moraju podnositi zbog straha od kazne.

**K**ad prohodaju, djeca mogu eksperimentirati svojim tijelom i istovremeno nastojati odrediti granice njegova kretanja. Odrasli mogu pomoći djeci u izražavanju ugodnih i neugodnih tjelesnih osjećaja. Dok se dijete svlači, razgovarajte o tome kako osjeća zrak na svojoj koži ili kako mu se pokreti mijenjaju u odjeći i bez nje. Zatim pomozite djetetu da izrazi svoje osjećaje riječima kao što su: 'Ne volim da su mi zakopčane hlače jer su uske'; ili 'Ugodno je kad mi se trljaju leđa prije spavanja.' Kontrolu nad vlastitim tijelom možemo potaknuti i time što djetetu koje raste prepuštamo više odgovornosti u skrbi i osobnoj higijeni. Djeca mogu pomagati pri promjeni pelena i odlasku na zahod skidajući se, odljepljujući vrpce pelena i perući ruke kad su gotovi.

### Odgajatelji bi trebali zatražiti dopuštenje prije dodira djeteta i poštivati njegovu eventualnu odluku odbijanja dodira.

Tijekom predškolskog razdoblja djeca postaju izbirljivija u odnosu na izbor prihvatljivog dodira. Da bi podržali ovu sposobnost osobnog izbora, odgajatelji bi trebali zatražiti dopuštenje prije dodirivanja i poštivati odluku odbijanja dodira. Neki odrasli, osobito roditelji, smatraju da smiju dodirivati dijete kad god to žele, no važno je da djeca nauče i shvate kako odrasli *nemaju* pravo dodirivati ih po svojoj volji. Shvaćajući da imaju kontrolu nad svojim tijelom, djeca se mogu zaštititi od zlostavljanja.

### Pozitivan dodir u vrtiću

Važno je da odgajatelji razumiju kako podučavati dijete kontroli nad vlastitim tijelom te da dodiru pristupaju s poštovanjem, omogućujući svakom djetetu slobodu izbora. To znanje omogućuje odgajateljima da dodir učinkovito uključe u okruženje odgoja i obrazovanja. Postoji više načina da se uvažavaju dodir primljeni u vrtiću. Premda popis koji slijedi nije potpun, trebao bi pomoći odgajateljima pri provođenju tjelesnog kontakta koji štiti i poštuje djecu.

- Tijekom jutarnjeg kruga, odgajatelj može dodirnuti djetetovu glavu, rame ili leđa da ga pozdravi i izrazi oduševljenje djetetovim dolaskom. Dodirivanje djetetove glave ili leđa može također poslužiti i kao neformalna provjera zdravstvenog stanja

### Masaža:

## Tehnika smirivanja

Švedska djeca već godinama neformalno masiraju jedna drugu u razredu. Sad je to dio kurikuluma u gotovo svakoj školi u Švedskoj. Cilj ove inicijative je smanjivanje stresa, povećavanje tolerancije i stvaranje opuštenije, prijateljske klime u razredu.

Masaža u razredu razvila se u skladu s kulturom koja je danas prihvatljiva u školama. Ovaj je program striktno ograničen na masažu među vršnjacima – jedno dijete masira drugo po leđima, rukama, glavi i ramenima. Mnoga djeca vole kad masažu prati njezna glazba. Učitelji ne masiraju dječju; oni posre-

duju i promatraju. Kako bi obitelji u potpunosti shvatile program, učitelji roditeljima prezentiraju na koji način djeca sudjeluju u ovoj aktivnosti. Roditelji imaju mogućnost isključiti svoje dijete iz ove aktivnosti, no to se rijetko događa. Čak i kad se roditelji odluče za to, ubrzo se predomisle, shvativši da njihovo dijete dopušta jedno iskustvo i da program ni na koji način ne predstavlja prijetnju.

Iz: Solveig Berggren,

*Masaža u školama smanjuje stres i tjeskobu*, u *Young Children* 59 (5) [rujan 2004.]: 67.



## pripremili smo i/ili prevleči za vas

djeteta.

- Glazba i aktivnosti s pokretom mogu pružiti prilike za dodir između odgajatelja i djece. Pjesme i igre u kojima djeca mašu rukama, drže se za ruke i plješu dopuštaju pozitivne i primjerene dodire. Nenatjecateljska verzija glazbenih stolaca, u kojoj se svaki put kad glazba stane uklanja po jedan stolac, na sva djeca i dalje sudjeluju u igri, pruža priliku za dodir kad djeca dijele preostale stolce.
- Igre na otvorenom koje nisu natjecateljske, aktivnosti kao što su štafetne utrke, traženje 'fanta'<sup>1</sup> ili uhvati 'peseka'<sup>2</sup> te grupne igre kao što je igra lovice, također pružaju priliku za dodir. Dodir tijekom skupnih igara nije neprimjeren i široko je prihvaćen, čak i u američkoj kulturi (Thayer, 1988; Del Prete, 1998.). Organizirane skupne igre i opće motoričke aktivnosti prilika su odgajateljima da porazgovaraju s djecom o primjerenom dodiru. Među pravilima za ove igre može se uključiti i 'samo nježni dodir' ili 'samo dodir po ramenu'. Također je važno da te aktivnosti ne budu natjecateljske, dopuštajući svakom djetetu da sudjeluje u njima bez isključivanja.
- Čitanje priča pruža formalne i neformalne prilike za dodir, kako odgajateljima tako i djeci. Umjesto velikih, grupnih čitanja priča, pokušajte s manjim, gostoljubivijim skupinama koje se usredotočuju na dijeljenje i zajedničko uživanje u priči. Bolji razvojni pismenosti potiče se i toplinom i otvorenosti grupnih interakcija između odraslih i djece (Willmarth, 2001.).
- Vrijeme odmora je možda najprirodnija i najočitija prilika u koju se može uključiti pozitivno, poticajno dodirivanje. Prije i tijekom vremena

### Većina djece najviše voli blage dodire ruku, ramena, glave i leđa.

za odmor, pomozite djeci da se opuste gladeći, tapšući ili masirajući im leđa, ramena ili lica (Honig, 1999.). Dodirivanje na ovaj način je primjereno jer ne uključuje ranjive dijelove tijela, a dijete može dati ili uskratiti dopuštenje za dodir.

- Stimulativni umjetnički mediji i različiti materijali i tekture razmješteni po cijeloj sobi za dnevni boravak mogu potaknuti i poduprijeti dodirivanje. Slikanje prstima, plastelin, ljepilo i materijali za kolaž prirodno potiču dodirivanje. Pliš, baršun, filc, svila, koža, umjetno krzno, pamuk i vuna potiču taktilnu stimulaciju, kao i igra s vodom, pjeskom, sjemenkama za ptice, spužvom i drugim teksturama. Razmišljajte šire i uključite povoljne interakcije s taktilnim materijalima.
- Ljubimci u sobi dnevnog boravka, kao što su zečevi ili zamorci, također mogu poticati dodirivanje. Koristi od ljubimaca za dječju terapijsku igru su nedvojbene (Kaminski, Pellino, i Wish, 2002.). Već i obično gladenje životinjskog krzna pruža taktilnu stimulaciju. Djeca koja imaju iskustva s ljubimcima, iskazuju snižene indikatore stresa kao što su ubrzano kucanje srca, krvni tlak, i kortizol u slini. Jedno od pravila za brigu o ljubimcu mora biti i poštivanje prava životinje da je se ne dodiruje. Istražite, ali budite ipak oprezni: neka djeca imaju alergijsku reakciju na životinjsku dlaku ili prhut.

- Pozitivni dodiri mogu se dogoditi i neplanirano. Kad prolazite kraj djeteta, povremeno ga potapšajte po ramenu ili leđima da mu prenesete poruku vrijednosti i važnosti. Marston (1990.) procjenjuje da je za rast neophodno četrnaest zagrljaja dnevno. Djecu bi trebalo poticati da daju i primaju dodire kad god se osjećaju udobno kao davatelj ili primatelj dodira.

### Zaštita za djecu

Od ključne je važnosti da odgajatelji znaju kako dodirivati na način koji prenosi prednosti dodira, a da pritom ne izlažu djecu riziku. To zahtijeva zauzimanje stava ustanove u odnosu na ovo pitanje, postavljanje granica, i stručno usavršavanje. Programi s uputama o tome kako se koristi dodir suočavaju se sa znatno manje optužbi za zlostavljanje djece nego programi koji imaju malo ili nimalo uputa za korištenje dodira (Shakeshaft i Cohan, 1995.). Stručno usavršavanje je ključno. Promislite o ovome:

1. *Godišnji treninzi i radionice o primjerenom tjelesnom kontaktu.* Takvo bi obrazovanje trebalo omogućiti odgajateljima promišljanje o prednostima dodira i naučiti ih primjerenom tjelesnom kontaktu u predškolskim ustanovama.
2. *Treninzi o podučavanju djece primjerenom tjelesnom kontaktu.* Ovo bi obrazovanje trebalo uključivati i podučavanje djece kontroli nad vlastitim tijelom te pomoći djeci pri određivanju osobne razine ugone u tjelesnim kontaktima.
3. *Godišnji treninzi o sprječavanju i prepoznavanju zlostavljanja djece.* Odgajatelji bi trebali učiti o uočavanju znakova zlostavljanja, prijavljivanju sumnje na zlostavljanje, kao i o



Nikad neću zaboraviti dan kad je šestogodišnji Danny stigao u 6 ujutro i smjesta počeo udarati djecu i bacati stvari i igračke s polica. Kad se bacio na još jedno dijete u centru za građenje, zagrlila sam ga i sjela s njim na pod. Počela sam mu masirati ramena i ruke i tiho mu govoriti: 'Danny, pokušaj se smiriti. Ne želim da se ozlijediš. Ne želim da ozlijediš drugu djecu.' Prestao je pokušavati udariti nekoga. Dok sam ga grlila, još se koprcao u mojem naručju, ali nije ustao iako sam mu rekla da ne mora ostati sa mnom. I dalje sam mu masirala ramena. Nakon nekoliko minuta briznuo je u plač i okrenuo se tako da je sad bio licem okrenut prema meni. Zabio je lice u moje rame i plakao. Kad je prestao plakati, opet sam mu rekla da može ići ako je sad dovoljno miran za igru u kojoj nikog neće povrijediti. Rekao je: 'Smijem li samo ostati ovdje i vi ćete me grliti?' Rekla sam: 'Naravno.' Sjedila sam s njim skoro 45 minuta. Naše 'vrijeme za grljenje' postalo je jutarnji ritual, a njegovo je agresivno ponašanje prestalo.

Lynne





## pripremili smo i/ili preveli za vas

### Uz snažne i poticajne upute, predškolski programi mogu ponuditi pozitivan dodir bez straha da će naškoditi djeci.

postupcima prevencije zlostavljanja.

Bez dogovorene programske politike i uputa, dodirivanje u predškolskim ustanovama može djecu – i odrasle – izložiti riziku. Jasne upute programske politike donose prijedloge kako ponuditi pozitivan dodir, kako podučiti djecu o primjerenom i neprimjerenom dodirivanju, kako urediti okruženje u sobi dnevnog boravka i osmisliti aktivnosti koje uključuju dodir bez ugrožavanja sigurnosti djece, te kako prepoznati indikatore mogućeg zlostavljanja djece. Uz snažne i poticajne upute, programi mogu ponuditi pozitivan dodir bez straha da će naškoditi djeci. Od ključne je važnosti da se djecu pozitivno dodiruje: njihovo tjelesno, emocionalno i kognitivno zdravlje ovisi o tome.

<sup>1</sup> Igra u kojoj svi igrači zatvore oči. Svi osim jednog sjede u krugu, dok je jedan u sredini. Voditelj igre (izvan kruga) jednom od igrača dodaje 'fant', predmet koji se skriva, i svi u krugu skrivaju ruke iza leđa. Igrač koji je u sredini zatim mora pogoditi tko ima 'fanta'. nap. prev.

<sup>2</sup> Igra u kojoj svi igrači osim jednog sjednu u krug. Onaj vanjski, 'pesek', hoda u krug dok djeca u krugu izgovaraju brojačicu, te u jednom trenutku dodiruje nekog iz kruga. Djete iz kruga zatim nastoji uhvatiti 'peseka' prije nego što ovaj sjedne na njegovo mjesto. Ukoliko ga ne uhvati, on postaje 'pesek'; a ako ga uhvati, vraća se na svoje mjesto. nap. prev.

#### Literatura:

1. Bee, H., & D. Boyd, (2002.): *Lifespan development*, 3rd ed. Boston: Allyn & Bacon.
2. Blackwell, P.L., (2000.): *The influence of touch on child development: Implications for intervention*, *Infants & Young Children* 13: 25-39.
3. Bowlby, J. (1969) , (2000.): *Attachment and loss*, New York: Basic.
4. Bredekamp, S., & C. Copple, eds., (1997.): *Developmentally appropriate practice in early childhood programs*, Rev. ed. Washington, DC: NAEYC.
5. Cantu, C., (2002.): *An introduction to early childhood sensory integration*, *The Exceptional Parent* 32 (4): 47-51.
6. Carlson, F., (2003.): *Incorporating touch to prevent child sexual abuse*, *National Child Advocate* 5 (2): 5-9.
7. Chapin, H., (1915.): *A plea for accurate statistics in children's institutions*, *Transactions of the American Pediatric Society* 180.
8. Del Prete, T., (1998.): *Getting back in touch with students*, *Professional School Counseling* 1: 62-65.
9. Field, T., (1999.): *Preschoolers are touched less and are more aggressive than preschoolers in France*, *Early Child Development and Care* (151): 11-17.
10. Field, T., (2001.): *Touch*, Cambridge, MA: MIT Press.
11. Field, T., M. Hernandez-Reif, S. Hart, O. Quintino, L. Drose, T. Field, C. Kuhn, & S. Schanberg, (1997.): *Effects of sexual abuse are lessened by massage therapy*, *Journal of Bodywork and Movement Therapies* 1: 65-69.
12. Field, T., S. Schanberg, & F. Scafadi, (1986.): *Tactile/kinesthetic stimulation effects on preterm neonates*, *Pediatrician* 77: 654-58.
13. Holden, C., (1996.): *Small refugees suffer the effects of early neglect*, *Science* 274: 1076-77.
14. Honig, A., (1999.): *The power of touch*, *Scholastic Early Childhood Today* 14 (3): 22-23.
15. Jones, S.E., & A. Yarborough, (1985.): *A naturalistic study of the meanings of touch*, *Communications Monographs* 52: 19-56.
16. Jourard, S., (1966.): *An exploratory study of body-accessibility*, *British Journal of Social and Clinical Psychology* 5: 221-31.
17. Kaminski, M., T. Pellino, & J. Wish, (2002.): *Play and pets: The physical and emotional impact of child-life and pet therapy on hospitalized children*, *Children's Health Care* 31 (4): 321-35.
18. Lawson, M.B., (1998.): *Physical contact between teachers and preschool-age children in early childhood programs*, Unpublished doctoral dissertation, University of Massachusetts, Amherst.
19. Levy, T.M., & M. Orlans, (1998.): *Attachment, trauma, and healing*, Washington, DC: Child Welfare League of America.
20. Marston, S., (1990.): *The magic of encouragement: Nurturing your child's self-esteem*, New York: Pocket Books.
21. Mill, D., & D. Romano-White, (1999.): *Correlates of affectionate and angry behavior in child care educators of preschoolaged children*, *Early Childhood Research Quarterly* 14: 155-78.
22. Montagu, A., (1986.): *Touching: The human significance of the skin*, 3rd ed. New York: Harper & Row.
23. Neill, S., (1991.): *Children's responses to touch*, *British Educational Research Journal* 17: 149-63.
24. Ross, J.B., & M.M. McLaughlin, eds., (1949.): *A portable medieval reader*, New York: Viking.
25. Rothbaum, F., J. Weisz, M. Pott, K. Miyake, & G. Morelli, (2000.): *Attachment and culture*, *American Psychologist* 55 (10): 1093-1104.
26. Royeen, C., & K. Mu., (2003.): *Stability of tactile defensiveness across cultures: European and American children's responses to the Touch Inventory for Elementary School Aged Children (TIE)*, *Occupational Therapy Journal* 10 (3): 165-74.
27. Shakeshaft, C., & A. Cohen , (1995.): *Sexual abuse of students by school personnel*, *Phi Delta Kappan* 76: 512-20.
28. Shore, R., (1997): *Rethinking the brain: New insights into early development*, New York: Families and Work Institute. Thayer, S. 1988. *Close encounters*. *Psychology Today* (March): 31-36.
29. Thayer, S., (1988.): *Close encounters*, *Psychology Today* (March): 31-36
30. Willimarth, C., (2001.): *Read with me: Reading aloud with children in early childhood settings*, Unpublished capstone project, Concordia University, St. Paul, Minnesota.