

Prikaz knjige - Posljednja djeca u šumi – Zaštitimo našu djecu od poremećaja manjka prirode

(Book review - Richard Louv: *Last Child in the Woods: saving our children from Nature-deficit disorder*)

Nada John, Elvira Koić

Odjel psihijatrije Opće bolnice u Dubrovniku

Odjel psihijatrije Opće bolnice u Virovitici

Ključne riječi: djeca, priroda, ADHD, poremećaj prilagodbe, reaktivni poremećaj, stres reakcija, životni događaji, ekologija, ekofobija, ekofilija

Key words: children, nature, ADHD, Adjustment disorders, Reactive disorders, Stress reaction, life events, ecology, ecophobia, ecophilia

Richard Louv je u knjizi "Last Child in the Woods" opisao pojavu poremećaja koji je nazvao "Nature deficit disorders", a za koji smatra da se razvija u slučajevima kada se djecu sustavno odvaja od prirode. Knjiga opisuje broje slučajeve i znanstvena istraživanja kojima dokazuje kako je zdrav kontakt s prirodom potreba u razvoju djeteta i odrasle osobe. Uz to nudi i načine kako možemo promijeniti svoju zajednicu, obitelj i školski sustav. Knjiga nadahnjuje diskusiju o važnosti prirode u našim životima.

Posebno je zanimljivo razmatranje o tome kako izlaganje mladih prirodi može biti oblik profilakse ali i terapije poremećaja deficita pažnje i hiperaktivnosti, nespretnosti, depresivnih, anksioznih poremećaja i različitih oblika utjecaja negativnog stresa. Denaturirano djetinjstvo može lako dovesti do psihičkih i tjelesnih poremećaja, jer izaziva konfuziju i disocijaciju do derealizacije. Sterilna dizajnirana igrališta, ograđena dvorišta i elektronske igrice ne ostavljaju prostor za kreativnost, samostalnost, istraživanje, maštu i meditacije.

Značaj šetnje šumom, planinarenja, ribolova, promatranja ptica, uzgoja biljki, plivanja i pričanja priča oko logorskih vatri je nezamjenjiva u odnosu na računalne igre i sustavni gubitak kilograma kod pretile djece u zatvorenim igralištima. Tako se mijenja odnos apstrahirane prirode u direktnu povezanost s prirodnim svijetom, a što je bitno za buduće upravitelje Zemlje, koji neće smatrati da su stvorili nešto bolje od samog Stvoritelja.

Svaki pojedinac može pridonijeti većem uvažavanju i suradnji s prirodom. Poziv je to roditeljima i učiteljima ali i svima koji su odgovorni za okolinu da uvedu barem jedan "zeleni sat" u danu sve djece.

Richard Louv je dobitnik "Audubon Medal" za 2008. godinu, koja se od 1947.godine počasno dodjeljuje za značajan utjecaj i postignuća u prepoznavanju zaštite i očuvanja okoliša (<http://www.audubon.org/nas/medal/>). Autor je sedam knjiga o obitelji, prirodi i zajednici. Voditelj je "The Children & Nature Network" (<http://www.cnaturenet.org>). Honorarni je voditelj *The National Forum on Children and Nature*, *Ford Foundation's Leadership for a Changing World* award programa, *National Scientific Council on the Developing Child*, član je *Citistates Group* – organizacije urbanih promatrača.

Pisao je brojne članke i kolumne za različite magazine, poput *San Diego Union-Tribune*, *New York Times*, *Washington Post*, *Christian Science Monitor*, *Orion Magazine*, *Parents magazine* i druge novine. Pojavljivao se u brojnim radio emisijama i televizijskim programima.

(e-mail: rlouv@cts.com).

"Last Child in the Woods" ima ukupno 390 stranica, koje su podijeljene u sedam osnovnih poglavlja. Prvo poglavlje govori o novom odnosu između djece i prirode, darovima prirode, te kriminalizaciji igre u prirodi uz definiranje tzv. "treće granice" kojom označava nova polja djelovanja. Drugo poglavlje traži odgovor na pitanje zašto je mladima i nama ostalima potrebna priroda. Ovdje govori o penjanju na stablo zdravlja, životu i osjetilima, prirodi nasuprot "sve znam" -stanju uma, o osam inteligencija i geniju djetinjstva, te o tome koliko priroda njeguje kreativnost. Ovdje opisuje i poremećaj manjka prirode kao i restorativni okoliš. Treće poglavlje govori o najboljim namjerama koje su dovele do poremećaja, ali i o namjerama za popravak narušene ravnoteže. Louv se pita: Zašto se Johnnie i Jeannie više ne igraju vani? Govori o vremenu i strahu, o situaciji u kojoj je obrazovanje postalo zapreka prirodi. Zaključuje da budući upravitelji Zemlje dolaze iz prirode.

Četvrto poglavlje nudi mogućnosti za ponovno zajedništvo djece i prirode, u vidu brojnih ideja i načina kako koristiti prirodu kao moralnog učitelja pričanjem poučnih bajki i priča Kornjače koja govori. Slično tome, peto poglavlje nudi način reformiranja škola uz maksimalnu utilizaciju prirode, a u šestom poglavlju otvara zemlju čuda i četvrtu granicu edukacijom učitelja, dekriminalizacijom igara u prirodi, divljih gradova, te pokret povratka zemlji. U sedmom poglavlju obrađena je tema nužnosti prirode za duhovni razvoj mladih i potreba za izgradnjom pokreta koji bi pratio ove promjene.

Autor nudi i opširni popis korisne literature iz područja socijalne ekologije, kroz koju se razmatraju pitanja dominantno vezana uz potrebe djece.

U dodatku nalazimo popis 101 akcije koje bismo mogli provesti kako bismo promijenili svoje zajednice, škole i obitelji.

Također na kraju knjige nalazi se zanimljiv dio ponuđenih pitanja za poticanje diskusije o važnosti prirode u našim životima, koja su postavljena odraslima, djeci i mladima, zajednici.

Knjiga Richarda Louva inspirirala je i slijedeći članak za časopis Svjetlo riječi <http://www.svjetlorijeci.ba>:

E. Koić. Priroda – tako blizu, a tako daleko. Svjetlo riječi. Pogled u dušu. Br. 307, 2008. - Str. 24.-25.

Česta prva asocijacija na djetinjstvo je ključni smijeh koji prati veselu besciljnu trku čopora djece kroz polja, livade, vinograde i šume. Zato je čudno doživjeti da zdravi osmogodišnji dječak nakon deset minuta šetnje, zastane nasred ulice i tužno s primjesom ljutnje kaže: "Umorio sam se. Nisam navikao toliko hodati. Mogli smo to sve gledati na televiziji! Ti veliki ljudi oko nas. Stalno me guraju." Zbunjena teta odgovara: "Ali rekao si malo prije da više voliš igrati se u živo s malim bracom, nego ga gledati na ekranu.". "Ne." Odlučan je dječak, "Rekao sam da mi je bolja slika." Teško se snaći u takvim trenucima. Zbunjena teta ne odustaje: "Ali vidjet ćeš kako je lijepo gore u šumi, u prirodi, kako lijepo miriše i ima zraka." Dječak je nepopustljiv: "Priroda je prljava i opasna. Ima puno otrovnih životinja, bubica i cvijeća. Alergičan sam pa ću kihati. Gle, to sunce me stalno zadirkuje i ulazi mi u oči pa ne vidim. Trebala si ponijeti moje sunčane naočale." Razoružana teta odustaje i sjeda u prvi restoran "Ništa onda od šetnje, ručat ćemo." Tada dječak ispaljuje posljednje oružje: "Mislim da ovdje nema ni malo zdrave hrane. Bolje da idemo kući. Nisi vidjela moju novu video igricu.." i nastavi uzbuđeno pričati o izmišljenim čudovištima, japansko-engleskog dizajna i naziva, kojima je jedini cilj – uništiti jedni druge, čudotvornim moćima uma, posebnim tjelesnim vještinama ili prirodnim elementima, vatrom, ledom, zemljom, vjetrom ili strujom...Ne igra je samo uz monitor računala, već i u očevom automobilu, gdje je također postavljen jedan ekran. Da ne smeta tati pitanjima, dok vozi i obavlja poslove mobitelom.

Još se samo rijetka djeca penju na stabla iz hira i samo zato kako bi isprobala svoje sposobnosti, bez obzira na to postoji li takmičenje i obećana nagrada. Kao da iščezava linija između mašina, ljudi i životinja i raste autistička izolacija pred digitalnim ekranom uz elektronsku igricu koja zamjenjuje iskustvo i fizički rizik. Osjeti su manje potrebni pa se ne koriste, a tako postepeno blijede i osjećaji. Hoće li atrofirati naša osjetila ako nastavimo koristiti nove generacije kompjutera i različitih bežičnih veza? Dostupnost informacija na svakom mjestu smanjuje potrebu za osobnim istraživanjem okoline i svijeta oko sebe, stjecanjem tzv. primarnog iskustva.

Ekopsihologija upozorava da bez primarnog, sekundarno iskustvo u djetinjstvu vodi ka depersonalizaciji ljudskog života. Za sada su "poremećajem manjka prirode" češće pogođena djeca u urbanim sredinama, pogotovo ako roditelji izlete u prirodu izvan grada smatraju

gubitkom novca i vremena, a igru u parku - ubijanjem vremena. Sve su popularnije komercijalizirane igraonice u zatvorenim centrima, bili oni sportski ili prilagođeni predškolskom uzrastu. U odnosu na slobodnu igru u prirodi i organizirani sport strogog rasporeda treninga ima sve više pristalica. Međutim, paralelno ga prati i epidemični porast dječje prekomjerne debljine. Sve je jasno kada djecu upitamo što je igra. Nikada ne odgovaraju da je to nogomet ili sati klavira. Takve aktivnosti doživljavaju kao rad. No običnu vožnju bicikla po parku – smatraju igrom i vole je više od sata tenisa. Nije lako biti roditelj ni teta, a još je teže biti dijete. Čut ćemo od različitih govornika o porastu svjesnosti i globalnog interesa za okolinu, globalno zatopljenje, nestajanje prašuma i voda, kisele kiše, ali o osobnom fizičkom kontaktu sa prirodom vrlo malo. Udaljenost između djece i prirode je sve veća, a socijalne, psihološke i duhovne posljedice te promjene ostavljaju tragove na okolišu. Osjeti i osjećaji blijede, uz doživljaj izolacije. Iskustvo, uključujući fizički rizik, preneseno je u digitalni oblik i elektronsku igricu. Neke studije su prikazale kako jedna trećina djece razgovara s roditeljima manje od pola sata, ali zato žive uz ekrane i do 6.5 sati dnevno! Gotovo puno radno vrijeme. Pri tome koriste više medija simultano, pa se mlade danas počesto naziva "Generacija M" (multitasking). Ponekad roditelji nehotice izazovu dječju ovisnost o televiziji uključivanjem TV programa kao svojevrsnog baby-sittera. No, prekomjerna izloženost može dovesti do ovisnosti o ekranima, preuzbuđenosti, problema s koncentracijom i spavanjem, pasivnosti, sporijeg razvoja općenito, a posebno govora. Ponekad se elektronička pomagala koriste u strahu od povrjeđivanja ili krađe kako bi djeca bila pod nadzorom dvadeset četiri sata dnevno. Međutim, koliko god strah bio snažan, dobro

je znati da djeca u razvojnoj dobi nužno trebaju boravak u prirodi, izloženost otvorenom prostoru i aerobnim aktivnostima koje povećavaju potrošnju kisika, te slobodne igre kojima će ustanoviti samostalnost od kontrole odraslih. Slobodne igre u prirodi tome znatno pomažu i trebale bi biti normalne a ne dio pomodarstva poput trčanja ili hodanja. Socijalna ekologija teorijom biofilije dokazuje kako živi organizmi pomažu drugim živim organizmima, instiktivno osjećajući ljubav prema životu i živim sustavima, aktivnostima u prirodnim ambijentima, što je preduvjet opstanka čovjeka i izaziva iskonski osjećaj duboke povezanosti s prirodom. Na primjer, sve odrasle instiktivno privlače mladunčad drugih, a bebe opet imaju povjerenje u odrasle. Slično je za sve sisavce, bez obzira na vrstu. Taj pozitivni emocionalni odgovor odraslih prema mladunčadi i drugih vrsta povećava mogućnosti preživljenja svih. Dobro znamo da i obični ljudi ponekad riskiraju svoje živote kako bi spasili domaće ili divlje životinje, biljke, cvijeće i često ih drže oko svojih domova. Drugim riječima, naša ljubav prema prirodi i životu održava život općenito. Strah i averzija prema prirodi i drugima ponekad može doseći razinu fobije, bliske paranoji, a tada lako postaje destruktivna i prema prirodi i prema nama. Bitno je osvijestiti ovaj problem i sustavno povezivati djecu sa svijetom izvan kućnih vrata, biljkama, životinjama i ekosustavima koji su stvarni. Ne samo zato što je "uživo bolja slika" već zato što ih to štiti i daje im veće šanse za preživljenje, povećava kvalitetu života, a smanjuje mogućnost razvoja različitih psihičkih poremećaja, od banalnih ili ozbiljnih fobija, poremećaja pažnje i hiperaktivnosti, do različitih kliničkih slika shizofrenije. Sustav odgoja i obrazovanja kakav danas nudimo, potiče upravo razvoj osjećanja disocijacija od emocija i prirode i derealizacija i života u nestvarnim svjetovima elektronskih igara. Na primjer, zahtjevi za razvojem apstraktnog mišljenja postavljaju se vrlo rano, pa nije čudo da je fobija od matematike česta pojava. Primjerenije biološkom razvoju bilo bi usmjeriti se na povezivanje s prirodom u ranoj dječjoj dobi. No i tada je važnije postići kod djece osjećaj pripadnosti prirodnoj okolini i razviti odgovornost prema onome što ih u lokalnoj sredini okružuje, više nego razvijati strah od ekoloških problema na globalnoj razini. Tako ćemo brigom za svoj vrt, psića, šumu u blizini i životinje u njoj, direktno sudjelovati i u

sprječavanju topljenja snijega na polovima i zaustaviti uništenje prašume, s ljubavlju i bez razvijanja osjećaja moći i potpune kontrole nad prirodom, koji i tako nije stvaran. Tome nas brzo pouče različiti uragani i druge katastrofe, koliko i znanstvenici koji su utemeljili naš način razmišljanja. Na primjer, mada je bio ateist, Freud je uočio "oceanski osjećaj" potpune zaštićenosti i zajedništva sa prirodom, sličnog sigurnosti utrobe majke, kojem svi teže usprkos različitim animalističkim impulsima koji nas pokreću, a Jung je prikazao kolektivno nesvjesno i arhetipove zajedničke svima, koje prepoznajemo u snovima i sjećanjima. Bez obzira na znanost i učenja, stvarnost koje smo svi svjesni je da dijelimo prirodni vrt s drugim božjim stvorenjima i skrbimo njima. Upravo je to naše nasljeđe i dio svrhe svakog ljudskog života. Naše duhovno lice razvija se ogledanjem u vodama, oblacima i očima drugih živih bića.