

# rastimo zajedno Plus

## Program radionica – što, zašto, kako

Roditeljstvo može biti najljepša, ali i najzahtjevnija životna uloga. Zato budući roditelji o njoj maštaju, iščekuju je i pripremaju se za nju. Priželjkuju i nadaju se dolasku djeteta dobrog zdravlja i tipičnog razvoja. Život pak uči da gotovo 10 % djece u većoj ili manjoj mjeri, privremeno ili trajno, u ta se očekivanja neće uklopiti. Roditelji će se morati suočiti s neizvjesnošću ishoda, s iznevjerenim očekivanjima, s bolnim pitanjima na koja će tek postupno pronalaziti odgovore.

U dugogodišnjem radu s roditeljima naučili smo da je roditeljima lakše ako nisu prepušteni sami sebi, kad otkriju da u svojoj strepnji nisu sami, da su stručnjaci uz njih i da postoje brojni drugi roditelji koji su to već prošli i pronašli brojne izlaze. Ispunjeno i prilagodljivo roditeljstvo ne ovisi o obilježjima djeteta, već o roditelju.

Roditeljstvo je život s rizikom jer roditelj nikad ne zna kakav će biti dugoročni razvojni ishod bolesti ili stanja koja su zahvatila ono što je njemu najmilije, njegovo dijete. Niti za zdravo dijete roditelj nema jamstva da se neće dogoditi bolest ili nesreća koja će promijeniti

djetetovu razvojnu putanju. Ali roditelj djeteta urednog razvoja ne razmišlja o mogućim nepovoljnim ishodima. I to je dobro. On intuitivno zna da probleme učinkovito ne rješavamo u mašti, niti unaprijed, već onda kada na njih naiđemo. Tada se posvećujemo problemu takvom kakav jest u konkretnim okolnostima. Roditelj djeteta s razvojnim rizikom ili s razvojnom teškoćom često ima zakočenu intuiciju, gubi ovu intuitivnu ideju i njegovo roditeljstvo ima dodatak: strepnju u sadašnjosti i strepnju za budućnost. Taj smo dodatak nazvali „Plus“. Nismo rekli što taj „Plus“ uključuje jer se to razlikuje od roditelja do roditelja, ali i kod istog roditelja biva drukčije u različitim fazama roditeljstva. Stoga su ove radionice namijenjene osnaživanju roditelja da bi njihov dodatak roditeljstvu koje žive imao pozitivan predznak.

Svako dijete zaslužuje da bude prihvaćeno s oduševljenjem i da se razvije u sretnu osobu. Na tom ga putu prati roditelj koji nije odbio naučiti kako i u otežanim okolnostima roditeljstvo raste. Ovim su roditeljima namijenjene radionice „Rastimo zajedno Plus“

## Što? CILJEVI PROGRAMA:

Kao dio šireg programa UNICEF-a za podršku roditeljstvu „Prve tri su najvažnije!“ uz suradnju voditelja i roditelja razvijen je program radionica s roditeljima „Rastimo zajedno“ koje se provode s roditeljima najmlađe djece širom Hrvatske.

Uvažavajući specifičnosti i dodatne potrebe roditelja djece s razvojnim odstupanjima, dodatnim edukacijskim potrebama i razvojnim rizicima, osnovni je model radionica modificiran i upotpunjen novim temama. Novi *sestrinski* program radionica nazvan je „Rastimo zajedno Plus“. *Plus* u nazivu odnosi se na uvažavanje izazovnosti roditeljstva djeteta s razvojnim odstupanjima i dodatnim edukacijskim potrebama.

**Svrha** programa radionica s roditeljima „Rastimo zajedno Plus“ je omogućiti protok informacija, znanja, vještina i podrške koji roditeljima koriste u ispunjavanju njihovih roditeljskih odgovornosti te promiču rast i razvoj i roditelja i djeteta.



**Glavni cilj** Programa radionica je stvoriti poticajno i osnažujuće okruženje u kojem roditelji s voditeljicama radionica i s drugim roditeljima:

- razmjenjuju ideje o načinima na koje žive svoje roditeljstvo,
- upoznaju bolje sebe kao roditelja,
- prepoznaju učinkovite načine kako se nositi s dodatnim opterećenjima pod kojima žive,
- prepoznaju načine na koje se odnose prema svom djetetu te
- doznaju i za druge moguće načine odnošenja prema djetetu.

Jednako se tako upoznaju sa znanstvenim stajalištima:

- o pozitivnoj interakciji roditelja i djeteta i
- o roditeljstvu na dobrobit djeteta (i roditelja).

Na radionicama će se preispitivati vrijednosti u podlozi roditeljstva, učiti o potrebama djece i roditelja i načinima njihova zadovoljavanja, vježbati komunikacijske vještine i odgovarati na druga pitanja za koja roditelji izraze interes.



# Zašto?

## ISHODIŠTA PROGRAMA:

Program radionica za roditelje „Rastimo zajedno Plus“ oslanja se na nekoliko temeljnih pretpostavki:

- **Prve godine života osobito su važne za razvoj svakog ljudskog bića. Mozak djeteta najintenzivnije se razvija upravo u tom razdoblju. Ono što dijete doživljava ima ogroman utjecaj na razvoj njegova mozga, pa prema tome i na njegove kasnije životne mogućnosti.** Ako dijete raste u okolini bez dovoljno ljubavi, sigurnosti i roditeljske njege, ako je roditelj preplavljen brigom i ne odgovara na djetetove signale, u njegovom se mozgu mnoštvo sinapsi neće očuvati i bit će znatno drukčiji od mozga djeteta koje raste u osjećajno bogatom ozračju. Već u ranoj dobi vidljive su razlike u socijalnom i intelektualnom razvoju djece koje ne ovise o prihodima ni o obrazovanju roditelja, već o tome kako se roditelji bave djecom kod kuće, kako odgovaraju na njihove emocije, podržavaju njihovu znatiželju i učenje.
  - **Prve godine su važne i zato što se iskustvo o sebi i drugim ljudima iz prvih godina prenosi na kasnije godine života. To vrijedi za svu djecu, neovisno o njihovim razvojnim obilježjima ili zdravstvenim stanjima. U najranijim se godinama uspostavlja djetetova emocionalna sigurnost, odnosno temeljno povjerenje u sebe i druge, zalag kasnijeg duševnog i tjelesnog zdravlja.** Stoga su emocionalna privrženost, rana komunikacija i stimulacija jednako važni uvjeti razvoja kao i prehrana, briga o čistoći, zdravlju i sigurnosti od ozljeda.
  - **Roditelji ili primarni skrbnici djeteta imaju najvažniju ulogu u osiguravanju emocionalno toplog i podupirućeg okruženja za dijete kao i u usmjeravanju djetetova učenja i razvoja.** Oni zadovoljavaju temeljne potrebe djeteta, osiguravaju djetetovu sigurnost, pružaju ljubav, poticaj, vodstvo i granice. Roditelji pritom često imaju pitanja ili dvojbe koje pozivaju na stjecanje novih znanja i vještina ili na mijenjanje nekih stavova i uvjerenja. Roditelji su svojom domišljatošću važna podrška djetetovom učenju i otkrivanju svijeta. Iz iskustva
- znamo da s posebnom predanošću to rade roditelji djece s razvojnim rizicima ili razvojnim teškoćama. Vi ste u tome nezamjenjivi! No, roditelji u tome nisu sami jer se o djetetovu razvoju brinu i stručnjaci. Važno je znati da su roditelji i stručnjaci partneri, jer i jedni i drugi pridonose djetetovom razvojnom napretku, ali iz različitih uloga: roditelji to rade kao roditelji, a stručnjaci kao terapeuti i profesionalci. Važno je da roditelji ne preuzmu ulogu terapeuta. Dijete će u svom životu imati puno terapeuta, ali roditelj je samo jedan: jedna mama i jedan tata.
- **Društvo je prepoznalo koliko je „roditeljski posao“ važan, ali i koliko je zahtjevan, pogotovo u vremenu rastućih pritisaka na obitelj s različitih strana – od poslodavaca, medija, javnih službi i samih članova obitelji. Konvencija Ujedinjenih naroda o pravima djeteta kao pravo djeteta navodi da njegovi roditelji dobiju dovoljnu i odgovarajuću podršku i pomoć u podizanju djece.**
  - **Današnji roditelji podižu djecu u drukčijem svijetu nego što su to činili njihovi roditelji.** Društvo se promijenilo, uključujući promjene u svijetu rada (npr. sve dulje radno vrijeme, veća nesigurnost posla), promjene u sastavima obitelji (npr. sve više jednoroditeljskih obitelji i obitelji s djecom iz različitih brakova, sve veći broj obitelji koje podižu djecu s razvojnim teškoćama), promjene u shvaćanjima prirode djece i roditeljskog autoriteta. Društvena očekivanja od roditelja su velika, a **odgovornost društva je omogućiti svakom roditelju da se nosi s izazovima (suvremenog) svog roditeljstva** i ostvaruje pravo na pouzdane informacije, savjetovanje, materijalnu i drugu pomoć u brizi za djecu i njihov razvoj. Roditelji djece s razvojnim teškoćama ili razvojnim rizicima imaju pojačane potrebe za informacijama, ali i za osobnim osnaživanjem jer žive pod većim stresom negoli ostali roditelji. **Programom radionica za roditelje „Rastimo zajedno Plus“ roditelji dobivaju mogućnost da ostvare neka od svojih prava na podršku koja im pripadaju zato što su roditelji.**

# Kako?

## NAČIN RADA:

U životu s djetetom i ispunjavanju roditeljskih odgovornosti mogu se pojaviti različita pitanja. Na jedanaest grupnih susreta **roditelji će se baviti traženjem svojih odgovora na pitanja koja ih zanimaju, zajedno s drugim roditeljima, voditeljicama i korištenjem stručnom literaturom.** Roditelj najbolje poznaje svoje dijete i sebe, ali iskustva stručnjaka i drugih roditelja često su dobrodošla.

### Nitko sam ne zna sve odgovore na sva pitanja!

Na radionicama se koriste različiti oblici rada, ovisno o cilju i sadržaju pojedine aktivnosti. Bit će kratkih predavanja uz PP-prezentaciju ili plakate, vježbi i rada na različitim zadacima, a najviše će biti razgovora na određenu temu i razmjene iskustva u malim ili većim grupama. Svaka radionica „začinjena“ je i ponekom igrom.

