

Temeljne psihološke potrebe

Temeljne psihološke potrebe ima svako dijete i odrasla osoba – one su univerzalne (Ryan i Deci, 2000.). Njihova zadovoljenost važna je za osobnu dobrobit. Roditelji djece s teškoćama u razvoju i razvojnim rizicima moraju se ponekad posebno založiti da bi se sve temeljne psihološke potrebe njihovog djeteta skladno ostvarivale. Ritam različitih vježbi ili pregleda ostavljaju malo vremena za ostvarivanje povezanosti, za slobodu izbora i za ovladavanje znanjima i vještinama vlastitim tempom i na način koji djetetu daje osjećaj učinkovitosti. Puno toga jest i mora biti nametnuto djetetu i to nije jednostavno. Ipak, roditelji su domišljati i tu svoju domišljatost trebaju upotrijebiti da osiguraju svojem djetetu dovoljno prilika za ostvarivanje njegovih temeljnih psiholoških potreba.

Temeljne psihološke potrebe jesu:

- **Potreba za povezanošću s važnom osobom/osobama u okolini, za ljubavlju, prihvaćanjem, pripadanjem, za bliskim odnosom, za „sigurnom bazom“ te za sigurnošću, predvidivošću i stalnošću ove povezanosti.**
- **Potreba za autonomijom, samostalnošću, uvažavanjem, slobodom izbora.** Odnosi se na doživljaj vlastite inicijative, na slobodu izbora, na potrebu da osjećam da sam ja ta koja upravljam svojim ponašanjem i odlučujem o njemu (a ne da se ponašam pod prisilom i izvanjskim pritiscima).
- **Potreba za kompetentnošću, za sposobnošću utjecaja na ljude i stvari koji dijete okružuju, za ovladavanjem znanjima i vještinama.** Odnosi se na potrebu da se osjećamo učinkoviti, uspješni u svojim interakcijama (nastojanjima) s ljudima i stvarima.

Roditelji svojim stavovima i ponašanjem mogu u većoj ili manjoj mjeri podržavati zadovoljenje djetetovih psiholoških potreba (Grolnick i sur., 1997.).

Kako roditelj olakšava zadovoljenje djetetove potrebe za povezanošću?

Tako da se uključuje u život i svijet svog djeteta!

Roditeljeva osobna uključenost odnosi se na roditeljsku zainteresiranost za dijete i znanje o njemu te na to koliko roditelj sudjeluje u životu djeteta. Pokazivanje osobne uključenosti podrazumijeva davanje sebe djetetu, u emocionalnom i materijalnom smislu (provođenje zajedničkog vremena, pružanje pažnje, topline, sudjelovanje u djetetovoj svakodnevici i sl.).



Kako roditelj podupire zadovoljenje djetetove potrebe za autonomijom?

Tako da podržava djetetovu autonomiju!

Roditeljsko podržavanje djetetove autonomije odnosi se na aktivno podržavanje djetetovih inicijativa i pothvata, mogućnosti biranja (u skladu s djetetovom dobi, zrelošću i interesima) te pružanje potpore djetetu da riješi svoje probleme. Suprotno podržavanju djetetove autonomije je korištenje prisilom i pritiskom da bi se dijete motiviralo te rješavanje problema umjesto djeteta. Taj zadatak roditeljima nije lak jer je dijete s teškoćama više negoli su to ostala djeca primoravano raditi nešto što ne voli. Zato je ovu temu dobro raspraviti i sa stručnjacima koji rade s djetetom kako bi se doista odradilo sve što je korisno i potrebno, a da dijete ujedno bude podržano i u svojoj potrebi za autonomijom.

Kako roditelj podržava zadovoljenje djetetove potrebe za kompetentnošću?

Tako da pruža strukturu i usmjerava dijete!

Roditeljsko pružanje strukture i usmjeravanje odnosi se na osiguravanje stabilnosti i predvidivosti u djetetovu životu i okruženju (npr. svakodnevna rutina, rituali, siguran prostor) te na izricanje djetetu jasnih očekivanja, pravila i povratnih informacija o poželjnom i nepoželjnom ponašanju. Ova roditeljska ponašanja pomažu djetetu da stječe iskustva kompetencije, da doživi da je nešto uspješno svladalo.

Dijete roditeljska ponašanja uključenosti i pružanja strukture doživljava pozitivno ili negativno, ovisno o tome u kojoj mjeri roditelj podupire djetetovu autonomiju.

Tako velika roditeljska uključenost može biti doživljena kao nametanje, uplitanje i preplavlivanje djeteta ako roditelj ne uvažava dijete kao osobu i ne podupire njegovu autonomiju.

Jednako tako, veliko usmjeravanje i strukturiranje djetetovog ponašanja dijete će doživljavati negativno, ako roditelj pritom ne poštuje djetetovu autonomiju i sudjelovanje u odlučivanju.

Naravno, i djetetov doživljaj roditeljskih ponašanja za podršku autonomiji ili roditeljskog pružanja strukture i usmjeravanja ovisi o tome osjeća li dijete roditeljevu osobnu uključenost, prihvaćanje i emocionalnu toplinu.

