

Savjeti za rad kod kuće s djecom s teškoćama u razvoju

Dragi roditelji, svi zajedno smo se našli u novoj i dosada nepoznatoj situaciji koja nas je zatekla nespemne. Vjerujem da smo se do sada već djelomično naučili na novonastale uvjete i prilagodili svoje svakodnevne aktivnosti cjelokupnoj situaciji.

U novim uvjetima došlo je do velikih promjena u vidu svakodnevnog života i funkcioniranja, a pred nas su stavljena različita ograničenja. Nikome od nas odraslih, a posebice djeci nije se lako nositi sa svim navedenim ograničenjima. I djeca i odrasli na različite načine će komunicirati različite osjećaje koje u njima pobuđuje novonastala situacija.

Kod djece s teškoćama u razvoju mogu se javiti neka nova ili neobična ponašanja koja imaju svrhu da im olakšaju nošenje s velikom promjenom u njihovom životu. Zbog preplavljenosti emocijama, izmijenjenoj svakodnevici, poremećaju svakodnevnih rutina i rituala može doći do promjena u komuniciranju i ponašanju.

U nastavku teksta slijedi nekoliko korisnih savjeta kako biste bolje razumjeli svoje dijete i mogli ponovno uspostaviti obiteljsku povezanost i pronaći nove rutine koje će svima olakšati prolazak kroz ovo razdoblje.

- Za početak sjetite se da vi niste djetetov trener, terapeut niti učitelj već je vaša primarna uloga da budete svom djetetu roditelj.
- Nadalje, imajte na umu da ovo nije vrijeme za instrukcije ili terapije kod kuće već idealna prilika za generalizaciju naučenih vještina u djetetovim prirodnim i svakodnevnim situacijama. Često smo svjedoci toga da djeca isključivo s određenom osobom ili u određenom prostoru i vremenu pokazuju uspjeh u pojedinim aktivnostima i zahtjevima koji su stavljeni pred njih, a promjenom nekog od tih faktora uspjeh izostaje. Ovo je prilika da se dijete uvježbava u različitim aktivnostima koje je radilo u vrtiću ili na pojedinoj terapiji i kod kuće u sigurnom okruženju. U svakodnevnim rutinama kreirajte prilike za vježbanje tih aktivnosti kroz igru, prateći djetetov interes. To je vrlo važno kako bi dijete bilo motivirano za suradnju te što duže ostalo u interakciji.
- Promatrajte vaše dijete u aktivnostima svakodnevnog življenja i aktivnostima brige o sebi. Kako se dijete snalazi i koliko je samostalno u obavljanju aktivnosti umivanja, pranja ruku, pranja zubi, češljanja, oblačenja i svlačenja odjeće i obuće te hranjenja. Nerijetko u svakodnevno i ubrzanom životnom ritmu ne uspijevamo pružiti djetetu dovoljno vremena da samostalno obavi aktivnost ili te aktivnosti obavljamo umjesto djeteta. Nastojte uključiti dijete u sve svakodnevne aktivnosti (postavljanje i raspremanje stola, pospremanje i čišćenje, Vodite se geslom pedagogije poznate Marije Montessori „Pomozi mi da to učinim sam“!



- Pri osmišljavanju aktivnosti vodite se djetetovim interesima i jakim stranama. Uzmite u obzir djetetov stupanj razvoja i razumijevanja, mogućnost održavanja pažnje i koncentraciju, te djetetovo trenutno raspoloženje i motivaciju. Bitno je da su sve osnovne fiziološke potrebe djeteta zadovoljene prije nego hoćete krenuti u uvježbavanje neke aktivnosti. Ako dijete nije naspavano ili je gladno vjerojatno će biti neraspoloženo i odbijati suradnju u nekoj aktivnosti.
- Djeca imaju veliku potrebu za kretanjem koja se u novonastaloj situaciji nije smanjila već dapače s obzirom na uvjete života, zatvorenost i ograničenja postala i veća. S tim u skladu razmišljajte na koji način u svojim domovima, balkonima i dvorištima možete zadovoljiti i tu dječju potrebu. Napravite motoričke poligone od stolica, kutija, konopa, traka i ostalih materijala koje sigurno imate kod kuće. Postavite užad kao niti vodilje poligona ili ih kredom nacrtajte na podu ili papiru koji ćete potom zalijepiti na pod. Omogućite djetetu aktivnosti penjanja, provlačenja, skakanja, vrtnje i sl.



- Nagrađujte završene zadatke, izvršavanje naloga i aktivnosti te djetetovu suradnju nečime što vašem djetetu predstavlja nagradu npr. zagrljaj, pohvala, dati peticu, šakljanje, maženje, aktivnost ili igračka koju dijete jako voli i sl. Nastojte aktivnost koju dijete voli i za koju je visoko motivirano staviti iza aktivnosti za koju nije zainteresirano ili je puno manje motivirano – princip prvo pa onda (npr. prvo slagalica, pa onda spuštanje autića niz tobogan).
- Neće uvijek ići glatko! Osvijestite si da će do toga doći kako biste bili spremni kada se to dogodi da vas situacija ne zatekne. Sigurno je da će biti i teških i frustrirajućih momenata i za vas i za dijete u kojima ćete se pitati što radite krivo. Nemojte dopustiti da vas takvi trenutci obeshrabre, nastavite dalje. Na ovom svijetu ne postoji nitko tko vaše dijete voli više od vas ili mu želi više dobro od vas i sigurna sam da ste najbolji roditelj vašem djetetu što možete biti. Ne uspoređujte vaše dijete s drugim djetetom i ne uspoređujte sebe s drugim roditeljima. U svijetu društvenih mreža i u mnoštvu podijeljenih informacija putem interneta možete se osjetiti manje vrijedno dok gledate ili čitate što drugi roditelji rade sa svojom djecom, ali uvijek imajte na umu da su to izrežirani isječci iz života drugih. Budite najbolji roditelj što možete biti, dok ne budete znali bolje. Kad budete znali bolje, radit ćete bolje (*citat Maya Angelou*). Na kraju svakog dana razmislite što je u tom danu bilo pozitivno i na što ste ponosni kod vašeg djeteta ali i kod vas.
- Imajte na umu da je svako djetetovo ponašanje oblik komunikacije koji ima svoju svrhu i razlog. Djeca često imaju teškoća u komunikaciji kada su uzrujana, a to je posebno izraženo kod djece s teškoćama u komunikacijskom razvoju. Nepoželjna ponašanja su najčešće rezultat ograničenih djetetovih vještina i prethodno naučenih obrazaca ponašanja u određenom kontekstu. Svako nepoželjno ponašanje je naučeno i ima svoju svrhu i funkciju i u skladu s tim možemo na njega djelovati manipuliranjem okolinskih faktora i podučavanjem novih, a posebice funkcionalnih vještina.

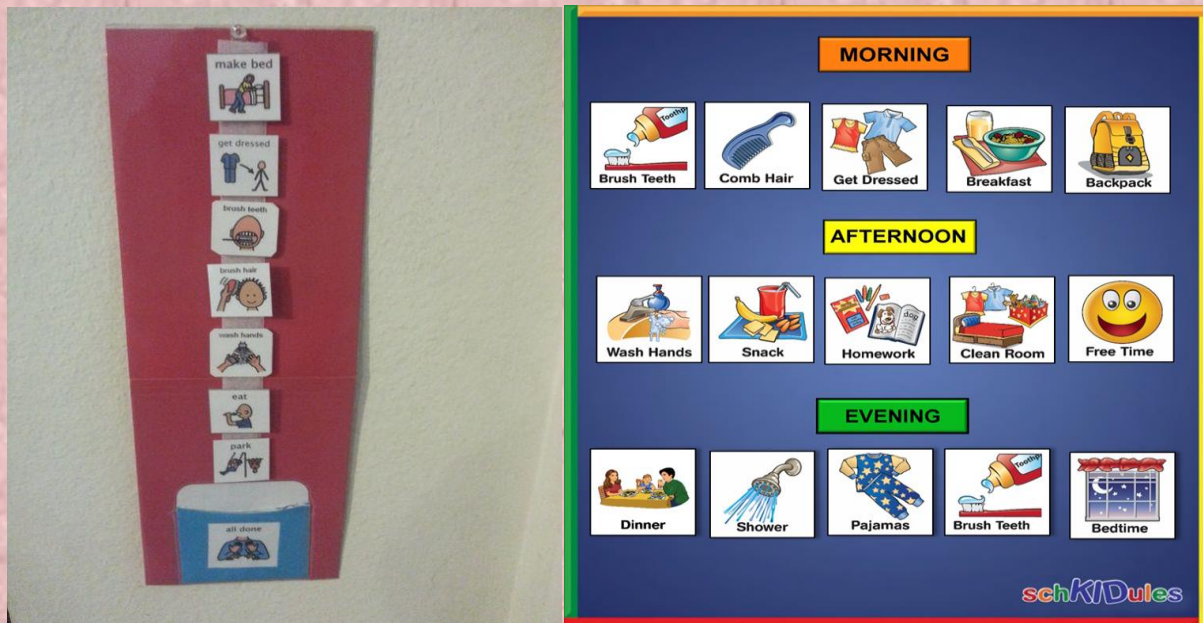


- Kako bi spriječili nepotrebne frustracije i nepoželjna ponašanja možemo utjecati na neke od okolinskih faktora. Vrlo je bitno djetetu osigurati ustaljen dnevni ritam, dnevne rutine i rituale koje mu omogućavaju predvidljivost te pružaju osjećaj sigurnosti i kontrole. Stoga vodite računa o tome pri osmišljavanju dana vašeg djeteta. Neka se dijete približno u isto vrijeme svakoga dana budi i ide na spavanje, jede obroke, obavlja aktivnosti koje osmišljavate vi ili vaši odgojitelji, asistenti i terapeuti te ima vrijeme za igru i kretanje. Kreirajte raspored koji će djetetu omogućiti uvid u to što ga čeka ujutro, popodne ili navečer. Zabilježite aktivnosti od kojih se sastoji djetetov dan (npr. oblačenje, higijena, igra građenja, obroci, popodnevno spavanje, plesanje, crtanje, gledanje crtića i dr.).



- Pri kreiranju dnevnih rutina uvelike pomaže korištenje vizualne podrške. Vizualna podrška se u brojnim znanstvenim istraživanjima pokazala kao izvrstan alat koji pomaže djeci sa i bez teškoća u organizaciji ponašanja, suradnji s drugima, razvoju jezičnih vještina i samostalnosti te smanjenju anksioznosti i nepoželjnih ponašanja. Ona omogućuje predvidljivost, konkretna je i temeljena je na djetetovim snagama. Informacija dobivena vizualno je jasna i nedvosmislena za razliku od govora, dulje se zadržava u pamćenju i lakše se priziva u sjećanje. Još jedna prednost takvog načina u kontekstu djece s komunikacijskim teškoćama čiji je primarni kanal učenja najčešće vizualnim putem. Nemojte se opterećivati kako sličice koje predstavljaju aktivnosti izgledaju. To je manje važno. Ako budete dosljedno koristili sličice, a to znači nakon pojedine slike ponudili djetetu istu aktivnost, dijete će brzo i lako povezati što pojedina slika znači. To mogu biti jednostavni crteži ili skice. Ne morate plastificirati slike, možete ih obložiti selotejpom kako biste ih mogli duže koristiti. Dobro je da vaš raspored bude lako prenosiv iz prostorije u prostoriju u stanu ili za vanjski prostor.

- Poželjno je da zajedno s djetetom pripremite njegov raspored. Neke aktivnosti odaberite vi (koje se ne mogu izbjeći), a neke prepustite djetetu da izabere i stavi na raspored. Pružanje izbora je uvijek poželjno i povećava djetetovu motivaciju da surađuje s vama.



Preporučam roditeljima djece iz spektra autizma, ali i roditeljima djece s drugim teškoćama u razvoju da prouče u nastavku navedenu internet platformu na kojoj se na tjednoj bazi stavljaju različiti besplatni webinar i na engleskom jeziku. Pri izradi ovog teksta korišteni su neki od materijala sa stranice <https://www.autism.org/> iz webinar-a autorice Angele Mouzakitis.

Na kraju sjetite se rečenog s početka ovog teksta vi ste roditelji i vaša osnovna uloga je omogućiti djetetu sigurnost i poticanje razvoja kroz svakodnevne situacije i igru. Nadam se da ste u ovom tekstu pronašli neke korisne savjete i strategije koje će ojačati vaše roditeljske kompetencije i ohrabriti vas u daljnjem radu s vašom djecom.

Vjerujem da vam dobre volje i motivacije za rad sa vašim djetetom ne fali. Naoružajte se strpljenjem i nemojte biti strogi u očekivanjima niti prema sebi niti prema vašem djetetu. Želim vam puno sreće i uspjeha! Za sva pitanja, savjete, nedoumice i podršku edukacijske rehabilitatorice vrtića stoje vam na raspolaganju kao i uvijek telefonskim putem ili putem maila.

Srdačan pozdrav uz želju da se što prije vidimo u našem uobičajenom vrtićkom okruženju,

Vaša edukacijska rehabilitatorica, Mia Perković