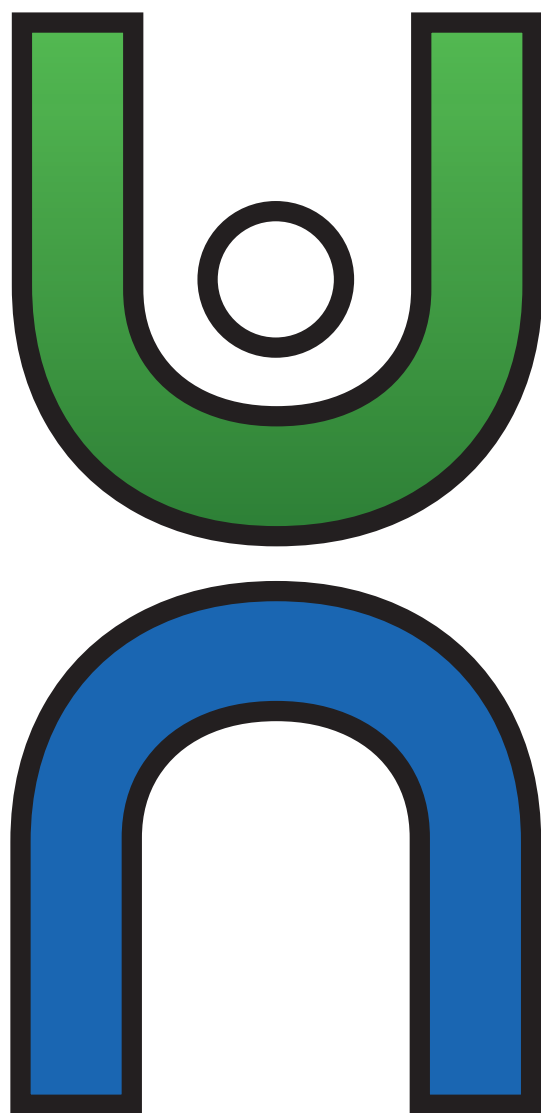




PROGRAM SEKUNDARNE PREVENCIJE



Program sekundarne prevencije realizira humanitarna organizacija „Genesis Project” iz Banje Luke, kao tehnički partner UNICEF-a Bosne i Hercegovine, a projekat se realizira pod pokroviteljstvom Vlade Švedske.



PROGRAM SEKUNDARNE PREVENCIJE

AUTORICE

Prof. dr. Slavica Tutnjević, doktorica psiholoških nauka, profesorica na Odsjeku za psihologiju Filozofskog fakulteta Univerziteta u Banjoj Luci

Prof. dr. Ivana Zečević, doktorica psiholoških nauka, šefica Odsjeka za psihologiju Filozofskog fakulteta Univerziteta u Banjoj Luci

SURADNICE

Doc. dr. Šejla Bjelopoljak, Pedagoški fakultet Univerziteta u Bihaću

Prof. pedagogije Dona Hrga, Osnovna škola „Fra Lovro Karaula“ Livno

LEKTORICA

Danijela Vasić

GRAFIČKI DIZAJN

Muris Halilović

Sadržaj

Šta je Program sekundarne prevencije?.....7

Kako funkcionira Program sekundarne prevencije?.....13

 Pravni okvir.....13

 Osnovni pojmovi Programa sekundarne prevencije.....14

 Evidencioni list.....14

 Lista ostalih faktora rizika.....17

 Dijete u riziku.....20

 Tipična procedura i koraci postupanja21

 Ko, kada i kako prijavljuje da je dijete u riziku?21

 Šta nakon što stručna služba sazna da je dijete u riziku?22

 Individualni plan podrške (IPP)23

 Individualni plan brige (IPB).....29

 Kako se vodi tim za podršku djetetu?31

 Kako se čuvaju podaci o djeci?32

 Grupni rad na prevenciji rizičnih ponašanja38

Kako identificirati djecu kojoj je potreban IPP i IPB?..... 43

 Lista neprihvatljivih oblika ponašanja (A-1--A-20)43

 Ostali faktori rizika43

 Poteškoće u učenju i ponašanju44

 Odnos sa vršnjacima u školi45

 Odnos učenika i nastavnika.....46

 Odnos učenika i roditelja46

 Odnos roditelja prema školi47

 Sposobnost nošenja sa problemima47

 Internalizirana ponašanja48

 Ostali načini prepoznavanja djece u riziku50

Kako motivirati učesnike u procesu prevencije?.....53

 Kako motivirati nastavnike?.....53

 Kako motivirati roditelje?.....55

 Kako motivirati stručne službe u zajednici?59

Tehnike rada sa djecom61

 Davanje povrtane informacije62

 Kako poticati adekvatno ponašanje?64

 Tehnike za početak rada sa djetetom.....66

 Motivacioni intervju.....67

Analiza dobiti i štete68

“Čudo” tehnika69

Tehnike za psihoedukaciju70

 Listići sa emocijama72

 Igra pantomime sa emocijama73

 Karta tijela73

 Šetamo sa emocijama74

 Događaji i emocije74

 Uzroci emocija i njihove manifestacije.....74

 Bijes75

 Anksioznost76

 Depresija.....76

Tehnike rada sa anksioznošću, depresivnošću i bijesom.77

 Tehnike rada sa anksioznom djecom77

 Sistematska desenzitizacija78

 Šta bi se moglo desiti? / Šta će se desiti?79

 Vježbe za pomoć u anksioznim stanjima80

 Tehnike rada sa depresivnom djecom81

 Antidepresivna kutija82

 Dnevnik aktivnosti i osjećanja82

 Postavljanje ciljeva83

 Planiranje aktivnosti84

 Tehnike rada sa djecom sa problemima u ponašanju84

 Kontrola bijesa85

 Niska tolerancija na frustraciju.....85

 Generalizacije.....86

Vježbe koje možemo koristiti u radu sa djecom bez obzira na njihov problem86

 Puna svjesnost.....86

 Prizemljenje.....87

 Planina87

 Duvanje balona87

 Osmica88

 Duga.....88

 Špageti test88

 Ekonomija žetona.....89

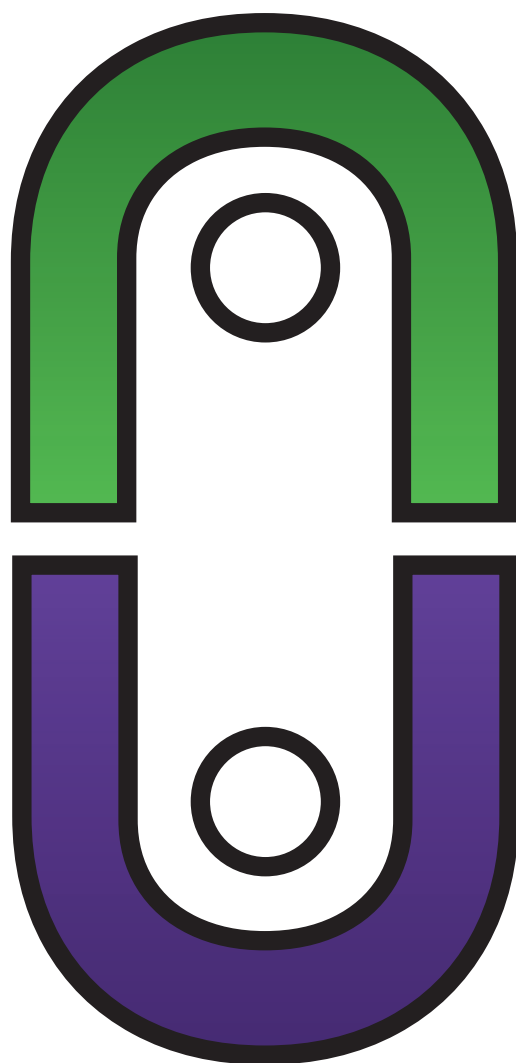
 Termometar emocija.....89

Kako pomoći odraslima da oni pomognu djeci?91

 Tehnike postavljanja granica za neprihvatljiva ponašanja92

 Neke česte greške u odnosima i kako ih ispraviti.....98

Najčešća pitanja i odgovori101



Predgovor

„Program sekundarne prevencije fokusiran na identificiranje i zaštitu djece od faktora rizika u osnovnim školama Unsko-sanskog kantona“ provodi se na zahtjev i uz suglasnost Ministarstva obrazovanja, nauke, kulture i sporta Unsko-sanskog kantona. Aktivnosti Programa sekundarne prevencije su usmjerene na to da učenik usvoji djelotvorna individualno i društveno prihvatljiva ponašanja, razvijajući vještine potrebne za sveobuhvatan rast i razvoj, te brižno ophođenje prema sebi, drugima i/ili okruženju. Program sekundarne prevencije realizira humanitarna organizacija „Genesis Project“ iz Banje Luke, kao tehnički partner UNICEF-a Bosne i Hercegovine, a projekat se realizira pod pokroviteljstvom Vlade Švedske.

Ovaj priručnik je koncipiran kao praktična alatka u kojoj se mogu pronaći odgovori na sva pitanja i nedoumice u vezi sa provođenjem Programa sekundarne prevencije u Unsko-sanskom kantonu, ali i ideje i tehnike za direktan rad sa korisnicima programa.

U prvom dijelu Priručnika izložena su osnovna načela Programa sekundarne prevencije i glavni razlozi za njegovo uvođenje u osnovne škole.

U drugom poglavlju, objašnjeni su svi ključni pojmovi i obavezni elementi Programa sekundarne prevencije, kao i tipična procedura i koraci postupanja za različite aktere Programa sekundarne prevencije.

U trećem su izložene smjernice za identificiranje djece u riziku, usklađene sa kategorijama rizika koje su propisane procedurom.

Četvrto poglavlje ima za cilj da pomogne u motiviranju različitih učesnika u Programu sekundarne prevencije, sa naglaskom na nastavnike, roditelje i kolege iz stručnih službi u zajednici.

U petom dijelu, izložene su tehnike rada sa djecom koje mogu pomoći stručnim službama škola u direktnom radu sa djecom u riziku, dok šesti dio nudi strategije i tehnike koje mogu pomoći odraslima, prvenstveno nastavnicima i roditeljima, u postavljanju granica i uspostavljanju odnosa sa djecom u riziku.

Na kraju, data je lista najčešćih pitanja i odgovora koje su pripremile mentorice-supervizorice Programa sekundarne prevencije, Šejla Bjelopolja i Dona Hrga.

Iskreno se nadamo da će vam Priručnik biti koristan i lak za upotrebu, te da će vam biti od pomoći ne samo za ličnu upotrebu, već i za provođenje kontinuiranog treninga nastavnog i stručnog osoblja za primjenu Programa sekundarne prevencije.

Priručnik kao i sve ostale prateće dokumente možete pronaći na sljedećim linkovima:

<http://vladausk.ba/v4/index/ministarstvo-obrazovanja-nauke-kulture-i-sporta/2>
<https://genesisbl.org/publikacije/>

Autorice

Šta je Program sekundarne prevencije?



Šta je Program sekundarne prevencije?

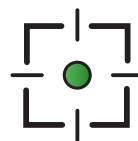
7

Šta je Program sekundarne prevencije?

Prije nego što objasnimo šta je Program sekundarne prevencije (u daljnjem tekstu: PSP), pogledajmo najprije šta podrazumijeva termin „sekundarna prevencija“. Svaki program prevencije podrazumijeva sistematičan pristup u sprečavanju nastanka nekih negativnih ili neželjenih ishoda. Kada je u pitanju školski kontekst, programi **primarne prevencije** predviđaju pravovremenu edukaciju djece, roditelja i nastavnika o mogućim rizicima za razvoj negativnih ponašanja. Naprimjer, „dani sigurnog interneta“ ili predavanja i radionice na temu zdrave ishrane, alkoholizma ili narkomanije dio su programa primarne prevencije. Programi **sekundarne prevencije** imaju za cilj da postojeći rizik od negativnih ili neželjenih ishoda kod djece identificiraju što ranije i na taj način osiguraju pravovremenu intervenciju. Ti programi temelje se prije svega na prepoznavanju djece koja možda još nisu razvila neželjena ponašanja i reakcije, ali su u riziku da ih razviju, ako im ne ponudimo adekvatnu podršku i brigu. Programi **tercijarne prevencije** uglavnom su usmjereni na smanjenje štete i sprečavanje nastanka većih problema kod one djece koja su već ispoljila neka problematična ponašanja.



Ako se osvrnemo na našu školsku svakodnevnicu, možemo reći da se u školi povremeno bavimo primarnom prevencijom, u smislu podučavanja djece adekvatnim reakcijama i ponašanjima u raznim rizičnim situacijama. Povremeno se bavimo i tercijarnom prevencijom, u smislu pedagoško-psihološkog rada sa djecom koja su već počela ispoljavati neadekvatna ili rizična ponašanja u školi. **Sekundarnom prevencijom, odnosno ranim prepoznavanjem djece koja su u riziku da razviju neadekvatna ili rizična ponašanja u školi, kako bismo im pružili podršku i brigu prije nego što do toga dođe, do sada smo se u školi rijetko bavili.** Drugim riječima, djeci povremeno održimo predavanja i radionice, nadamo se da će ta predavanja jednako doprijeti do svakog djeteta, a zatim „gasimo požar“ tamo gdje se problematično ponašanje već uvelike razvilo.



Faktori rizika, koji čine da neko dijete ima veće šanse da razvije neadekvatna ili rizična ponašanja, mnogobrojni su, a najčešći među njima su:

- **individualne karakteristike djeteta**
(npr. impulzivnost, slaba tolerancija na frustraciju, neuobičajena interesovanja, poteškoće u razvoju itd.)
- **faktori koji djeluju u porodici**
(npr. slabe roditeljske vještine ili zanemarivanje djeteta, konfliktan razvod, smrt ili gubitak itd.)
- **faktori koji djeluju u školi i vršnjačkim grupama**
(npr. neprihvatanje djeteta uslijed različitosti, neadekvatan pristup i metode nastavnog i stručnog osoblja...)
- **faktori koji djeluju u lokalnoj zajednici**
(npr. dijete je pripadnik manjinske zajednice...).

Činjenica da dijete ima jedan ili više faktora rizika tokom odrastanja ne znači da će ono neminovno razviti neadekvatna ili rizična ponašanja. Ovisno od međudjelovanja faktora rizika i različitih zaštitnih (protektivnih) faktora, snaga i resursa djeteta i njegovog okruženja, mogući su različiti ishodi. Školsko okruženje, pritom, ima dvojaku ulogu – ukoliko se u školi ne primijeti potreba za podrškom i brigom koju dijete ima, škola može i otežati i stvoriti dodatne probleme kod djeteta u riziku. S druge strane, ukoliko se u školi pruža pravovremena podrška i briga djetetu koje je u riziku, ona može postati faktor zaštite, sigurno mjesto na kojem dijete ima priliku jačati svoje snage i prevazilaziti probleme pred kojima se nađe. Naprimjer, dijete koje odrasta u domu za djecu bez roditeljskog staranja može doživjeti školu kao prevelik izazov, školsko gradivo kao kontinuirani izvor frustracije uslijed nedovoljnih prilika i vještina za učenje, a školsko okruženje kao neprijateljski nastrojeno, uslijed predrasuda koje se često gaje prema djeci iz institucija. U tom slučaju, kao što praksa često potvrđuje, **polazak u školu kod ovog djeteta predstavlja faktor rizika**, jer će dodatno

otežati njegov ionako kompliciran razvojni put. S druge strane, ako se ovo dijete u školi dočeka sa neophodnom dozom podrške i brige, ukoliko mu se na vrijeme pomaže da razvije učinkovite strategije učenja i adekvatne socijalne vještine, ukoliko stručna služba i učitelji na adekvatan način dočekuju specifične razvojne potrebe ovog djeteta, a roditelji i djeca se na vrijeme upoznaju sa mitovima i činjenicama na kojima se grade predrasude i stereotipi, **škola može postati faktor zaštite** – sigurno mjesto na kojem će se ovo dijete razvijati i rasti.

U načelu, sva djeca imaju slične potrebe tokom odrastanja. Zadovoljenje fizičkih potreba, kao što su hrana, voda, sigurno utočište i zdravstvena njega, neophodno je za fizički opstanak. Na sličan način, zadovoljenje psiholoških potreba neophodno za „psihološki opstanak“. **Topao i stabilan emocionalni odnos** sa odraslom osobom koja o djetetu brine, ali i **dosljedne i jasne granice** u ponašanju, neophodni su baš kao i hrana i utočište. Djeci školskog uzrasta, međutim, čak ni ljubav i granice koje roditelji postave nekada nisu dovoljni. Neobično snažne su u tom uzrastu i **potreba za pažnjom i potreba za dopadanjem drugima**, a da bi njih zadovoljila djeca su često spremna da testiraju, pa i probijaju granice.

Svako ko je proveo imalo vremena sa djecom zna da djeca o svojim potrebama nisu baš uvijek spremna da razgovaraju sa odraslima. Štoviše, često, baš kao i odrasli ljudi, nisu ni svjesna svojih potreba. Stoga, najjednostavniji i najčešći način da o njima nešto saznamo jeste **ponašanje**. Zapravo, možemo slobodno reći da je svako ponašanje način da dijete saopći nešto, a ne zna ili ne želi to da kaže. Naprimjer, umjesto da kaže: „**Pogledajte me, i ja sam tu i vrijedim nešto, iako su mi ocjene slabe!**“, dijete će sebi osigurati redovnu pažnju stalnim upadicama i remećenjem nastave. Neko drugo dijete će tu istu pažnju osigurati tako što će početi da se samoozljeđuje. Ukoliko to ponašanje na vrijeme prepoznamo i dobro tumačimo, možemo razumjeti i šta je zapravo potreba tog djeteta. Potom, koristeći i osnažujući sve raspoložive resurse u njegovom okruženju, možemo mu pokušati pomoći i da zadovolji svoje potrebe na adekvatan način. To je zapravo suština Programa sekundarne prevencije.

Program sekundarne prevencije ima za cilj pravovremenu **prevenciju razvijanja društveno neprihvatljivih i neprilagođenih ponašanja**, kao i **zaštitu djece od različitih oblika nasilja, zlostavljanja i zanemarivanja**. Okosnica Programa sekundarne prevencije je sistem **ranog prepoznavanja faktora rizika**, koji mogu dovesti dijete u rizik da postane počinitelac nasilja i drugih neprihvatljivih oblika ponašanja, ali i **žrtva različitih oblika nasilja, zlostavljanja, zanemarivanja, neadekvatne brige ili životnih prilika**. Ukoliko se procijeni da je dijete u riziku, Program sekundarne prevencije podrazumijeva niz jasno definiranih koraka kroz koje škola, u suradnji sa relevantnim službama iz zajednice, djetetu i porodici osigurava **pravovremenu brigu i podršku** za zdrav razvoj i adekvatno ophođenje prema sebi, drugima i okruženju.

I praksa i teorija već dugo ukazuju na neophodnost pravovremene intervencije u ovoj oblasti, još od prvog razreda osnovne škole. Budući da mnoge osnovne škole već imaju funkcionalne i iskusne stručne službe koje se ovim problemima bave već dugi niz godina, razumno je postaviti pitanje zašto uvoditi „toplu vodu“, odnosno šta je to novo što Program sekundarne prevencije donosi u odnosu na dosadašnju praksu. Pokušaćemo to prvo ilustrirati primjerom, a zatim i detaljno objasniti.

Evo nekoliko izjava članova stručnih službi osnovnih škola Unsko-sanskog kantona tokom treninga za Program sekundarne prevencije 2020. godine:

Osjećam se vrlo frustrirano jer uporno pokušavam djetetu pomoći, ali ti moji savjeti samo „uđu na jedno uho, a izađu na drugo“.

Imam dojam da odgojno-disciplinske mjere za djecu, a ni za roditelje, više nemaju nikakvog značaja.

Roditelji nekada neće, a još češće ne znaju da se pobrinu za svoju djecu kada im se desi neki problem.

Meni se čini da svi bježe od odgovornosti i samo žele „prebaciti lopticu“ odgovornosti za dijete na nekog drugoga

U mojoj školi imam dijete sa ozbiljnim problemom koje se šalje „od vrata do vrata“ različitih stručnjaka, a da ti ljudi nikada nisu zajedno sjeli i napravili zajednički plan oporavka za dijete.

Evo sada i jednog primjera iz prakse, obrađenog „tradicionalnom“ metodom, koja uključuje savjetovanje i odgojno-disciplinske mjere, a zatim tog istog primjera predstavljenog kroz Program sekundarne prevencije:

Dječak od 13 godina već nekoliko godina redovno ometa nastavu upadicama, zadirkuje drugu djecu i ne poštuje školska pravila, ali još nikada nije napravio nikakav veći prijestup. Svakodnevno testira kako nastavnici reagiraju na njegove upadice tokom nastave i redovno nalazi da je to odličan način da se nađe u centru pažnju. Iako ga nastavnici grde i pred drugom djecom se zgražavaju nad njegovim ponašanjem, dobit koju donosi poštovanje i smijeh vršnjaka veća je od gubitka poštovanja nastavnika. Dijete je već nekoliko puta bilo na razgovoru kod pedagoga, ali ti razgovori nisu mnogo utjecali na njegovo ponašanje. Razrednik, a zatim i pedagog, već su razgovarali sa roditeljima djeteta i zaključili su da ni oni nisu od velike pomoći. Iako razumiju da dijete pokazuje znake neprilagođenog ponašanja, nemaju konkretne roditeljske vještine kojima bi doprinijeli rješenju ovog problema. Budući da je problem još uvijek nije eskalirao, ne vide ni potrebu da se njime detaljnije pozabave. Dijete nastavlja remetiti nastavni proces, testirajući granice svaki put malo više, te će njegovo ponašanje postati česta tema u zbornici i redovan izvor frustracije nastavnika. Razrednik će u narednom koraku možda posegnuti za odgojno-disciplinskim mjerama, te će djetetu sniziti vladanje i dodijeliti ukor. Vrlo vjerojatno, za dijete ove mjere neće imati nikakvog stvarnog učinka, jer objektivno i dalje ne utječu ni na jedan njemu važan dio trenutnog života. Konačno, desiće se i njegov prvi ozbiljniji prijestup koji će u priču uvući i drugu djecu i njihove nezadovoljne i ljute roditelje.

Zvuči poznato? Sami zamislite nastavak priče..

Recimo sada da imamo ovo isto dijete, samo godinu ranije. Međutim, razrednik se, čim shvati da njegov repertoar odgojnih mjera nema učinka na ponašanje djeteta, obraća stručnoj službi. U evidenciji stručne službe se, za početak, bilježe podaci o djetetu, uz indikator „Učenik konstantno krši pravila škole“. Pedagog poziva učenika i zaključuje da običan savjetodavni razgovor u ovom slučaju neće biti dovoljan za promjenu ponašanja. Dijete, naime, ima više koristi nego štete od trenutnog ponašanja, jer još ne trpi nikakve posljedice kojima bi uvidjelo da to ponašanje za njega nije dobro. Potom, pedagog razgovara i sa roditeljima, za koje zaključuje da bi željeli da im dijete „ne pravi probleme“, ali da jednostavno ne znaju kako. Procijenivši da nisu u stanju sami izboriti sa ovim problemom, stručna služba roditeljima nudi timski pristup, kroz koji se neželjeno ponašanje uspješno može promijeniti, pod uvjetom da se svako drži unaprijed dogovorenog plana. Ovaj put, saziva se sastanak u kojem sudjeluju dijete, razrednik, pedagog i roditelji. Svako od njih ima jedinstvenu ulogu u ovom timu i svako ima pravo iznijeti svoju perspektivu problema i svoj prijedlog rješenja. Stručna služba škole, shodno svojim kompetencijama, koordinira ovaj proces i pomaže svakom članu tima da osmisli realistične ciljeve, ali i konkretne aktivnosti kroz koje se ti ciljevi mogu postići, kao i jasan vremenski okvir za njihovo postizanje. Svaki član tima daje pismenu suglasnost za sačinjeni plan podrške. Prati se napredak kroz redovnu komunikaciju članova tima, a aktivnosti se po potrebi prilagođavaju, sve dok se ciljevi ne postignu. Na kraju školske godine, evidencija o problematičnom ponašanju se eliminira kako ne bi ostavljala negativnog traga u dječijem školskom dosjeu.

Zvuči malo bolje?

Ovo je bio primjer relativno jednostavnog i lako rješivog problema: slabo kompetentni, ali roditelji koji surađuju, i dijete koje izmiče kontroli, ali još uvijek nije napravilo nikakav teži prijestup. U daljnjem tekstu upoznaćemo se i sa složenijim slučajevima, te mehanizmima brige i podrške koje podrazumijeva Program sekundarne prevencije, a koji prevazilaze obično savjetovanje. Ipak, ako opisano dijete i roditelje ostavimo bez podrške i pustimo da se stvari razvijaju svojim tokom, postoji objektivni rizik da će se stvari izmaknuti kontroli, a problem eskalirati. Svima nam je odavno poznato da je „bolje spriječiti nego liječiti“, pa suština Programa sekundarne prevencije možda i jeste ponovno „uvođenje tople vode“, ali ovaj put u sistem u kojem se već toliko dugo svi kupamo hladnom vodom da smo i zaboravili na blagodati tople vode.

Ukratko, cilj PSP-a je pružanje **konkretne i pravovremene podrške djetetu i porodici, umjesto određivanja sankcija**, kako je to u tradicionalnom školskom pristupu bilo uobičajeno. S jedne strane, kroz uključivanje samog djeteta, porodice, ali i nastavnog osoblja u proces prevencije, **na vrijeme se traga za uzrocima neprilagođenog ponašanja**. S druge strane, kroz **jasno definirane ciljeve i aktivnosti** koje vode ispunjenju tih ciljeva, zajednički se radi na smanjivanju ili otklanjanju neželjenih ponašanja, ali i na jačanju zaštitnih faktora i resursa koji postoje u okruženju djeteta. Evo šta o Programu sekundarne prevencije kažu stručni suradnici koji su ga već isprobali u praksi:

„Najveća prednost Programa sekundarne prevencije je uvezanost institucija, kontinuirana podrška i razmjena informacija s ciljem zaštite najboljeg interesa djeteta, senzibilizirano nastavno osoblje. Praksa je pokazala da PSP funkcioniра.“

„Program sekundarne prevencije mi pomaže da budem sistematična, pratim svoj rad i podršku koju pružam djeci“.

„Program sekundarne prevencije je unaprijedio koordinaciju svih aktera. Evidentno je da postojanje pravilnika, univerzalan obrazac za evidentiranje, definirani indikatori i plan aktivnosti doprinosi profesionalnosti i sigurnosti.“

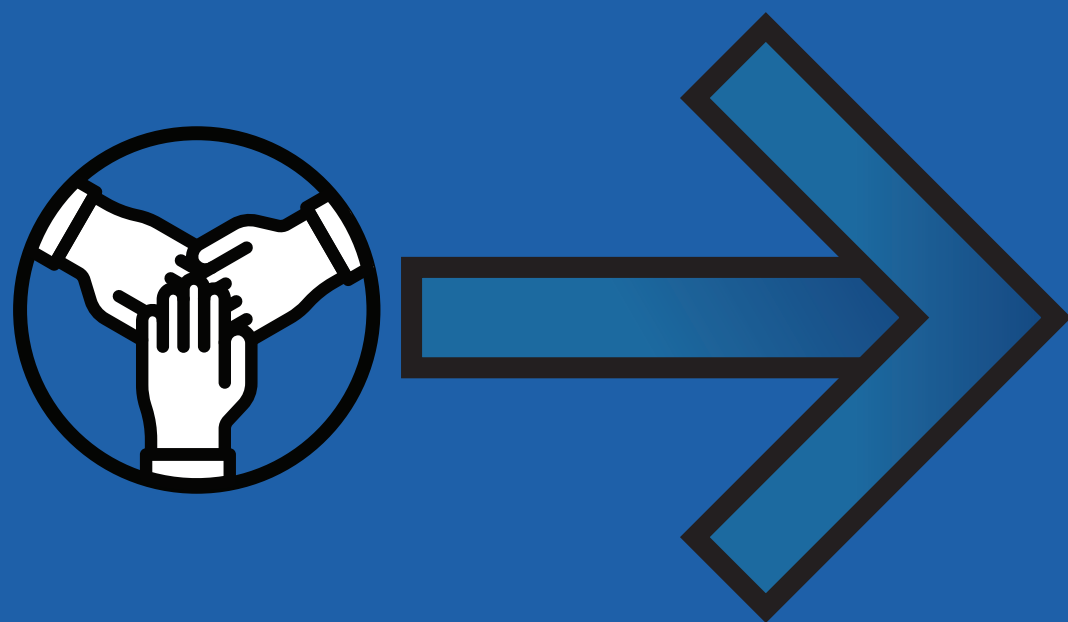
„Koristeći Program sekundarne prevencije i njegove smjernice uočila sam napredak u radu i postupanju sa djecom, naročito nakon održanih edukacija za nastavnike i održanih roditeljskih sastanaka za roditelje, gdje su upoznati sa Programom sekundarne prevencije, kao i pravilnicima“.

„Program sekundarne prevencije je ozakonjen kroz dva pravilnika, čime smo dobili ‘alat’ i uporište da djelujemo u interesu djeteta i ako naiđemo na nedovoljnu podršku roditelja i njihov otpor u djelovanju školske i stručnih službi u zajednici. To pokazuje i ovaj primjer ‘slučaja’ kada prije tri godine nismo imali uporište u Zakonu da ‘natjeramo’ roditelje da poštuju mjere stručne pomoći i podrške.“

Izvor: Sekundarna prevencija neprihvatljivih oblika ponašanja i zaštite učenika u osnovnim školama Kantona Sarajevo – studije slučajeva^[1]



[1] Dostupno na internet-stranici: <https://www.cprc.ba/resources>



Kako funkcionira Program sekundarne prevencije?



Kako funkcionira Program sekundarne prevencije?

U ovom dijelu teksta postepeno ćemo objasniti kako bi Program sekundarne prevencije trebao funkcionirati. Najprije ćemo se kratko osvrnuti na pravni okvir kojim je regulirana njegova upotreba. Zatim ćemo razjasniti osnovne pojmove: **Evidencioni list sa Listom neprihvatljivih ponašanja i Listom ostalih faktora rizika i „dijete u riziku“**. Potom ćemo detaljno opisati tipičnu proceduru i korake postupanja svih aktera koje PSP najčešće podrazumijeva kod individualnog tretmana djece, uz detaljan prikaz načina rada kroz **Individualni plan podrške i Individualni plan brige**. Na kraju poglavlja pojašnjena je i strategija prevencije kroz **grupni rad**, te je shematski prikazana cijela procedura.



Pravni okvir



Glavna načela Programa sekundarne prevencije zasnivaju se na čl. 7, 51, 54, 77. i 80. **Zakona o osnovnom i srednjem općem odgoju i obrazovanju** („Službeni glasnik Unsko-sanskog kantona“, br. 5/04, 7/10, 17/22 – dr. zakon, 11/15, 12/19 i 15/20). Na temelju člana 66. st. 1. i 2. Zakona o organizaciji organa uprave u Federaciji Bosne i Hercegovine („Službene novine Federacije Bosne i Hercegovine“, broj 35/05) u Unsko-sanskom kantonu donesen je **Pravilnik o vođenju evidencije o neprihvatljivim oblicima ponašanja i zaštiti učenika** („Službeni glasnik Unsko-sanskog kantona“, broj 13/21).

Navedeni Pravilnik poziva se na sljedeće ciljeve osnovnog odgoja i obrazovanja:

- *osigurati optimalni razvitak za svaku osobu, uključujući i one sa poteškoćama u razvoju, sukladno njihovom uzrastu, mogućnostima i duševnim i tjelesnim sposobnostima;*
- *promidžba poštovanja ljudskih prava i temeljnih sloboda i prava svake osobe za život u društvu koje poštuje načela demokracije i zakona;*
- *poticati razvoj učenika u cjelini, uzimajući u obzir sve njegove potrebe i promatrajući ga kao jedinstveno i kompleksno biće;*
- *voditi brigu o mentalnom zdravlju učenika;*
- *uočavati, prevenirati i poduzimati interventne mjere u slučaju neprihvatljivih oblika ponašanja kod učenika i zaštititi učenike od svih oblika nasilja / zlostavljanja u školi i oko škole;*
- *razvijati kod učenika osjećaj i empatiju prema drugima, i*
- *razvijati partnerstvo između roditelja / skrbnika / usvojitelja i škole.*

Pravilnikom se uređuju ovlaštenja stručne službe da vodi evidenciju o ponašanju djece, oblik i način vođenja evidencije, kao i njen sadržaj, koji će biti detaljno opisan u nastavku teksta.



Osnovni pojmovi Programa sekundarne prevencije

Evidencioni list

Za početak, u spomenutom **Pravilniku o vođenju evidencije o neprihvatljivim oblicima ponašanja i zaštiti učenika**, nalazi se **EVIDENCIONI LIST**, koji se sastoji se od dva dijela.

1. Prvi dio Evidencionog lista, naziva „**RANO PREPOZNAVANJE FAKTORA RIZIKA I ZAŠTITA DJECE OD NEPRIHVATLJIVOG OBLIKA PONAŠANJA**“, zapravo je lista rizičnih, odnosno neprihvatljivih oblika ponašanja:

TABELA 1: LISTA NEPRIHVATLJIVIH OBLIKA PONAŠANJA

Oznaka	Neprihvatljivi oblici ponašanja (ponašanja koja se primijete i bilježe u Evidencijski list)
A-1	Učenik / učenica je prkosan / prkosna i u konstantnom otporu prema školskim pravilima
A-2	Učenik / učenica konstantno (neopravdano) izostaje sa nastave
A-3	Učenik / učenica je nasilan/nasilna (verbalno, fizički i relacijski) prema vršnjacima
A-4	Učenik / učenica ugrožava vršnjake (... ili druge osobe) u digitalnom okruženju
A-5	Učenik / učenica pasivno svjedoči i snima nasilje (među vršnjacima)
A-6	Učenik / učenica se fizički sukobljava sa nastavnikom / nastavnicom
A-7	Učenik / učenica vrlo često za svoje loše postupke optužuje druge (neutralizacija)
A-8	Učenik / učenica je sklon(a) samoozljeđivanju (autoagresija)
A-9	Učenik / učenica pokazuje jake izljeve bijesa pri minimalnim podražajima
A-10	Učenik / učenica konstantno krši pravila škole
A-11	Učenik / učenica inicira i/ili učestvuje u tučnjavama
A-12	Učenik / učenica namjerno uništava javno dobro u i oko škole
A-13	Učenik / učenica u školi prisvaja tuđe stvari
A-14	Učenik / učenica konzumira cigarete i/ili alkohol
A-15	Učenik / učenica konzumira drogu
A-16	Učenik / učenica (za vrijeme nastave), provodi vrijeme u kafićima ili kladionicama
A-17	Učenik / učenica u školu unosi opasne predmete kojima može povrijediti vršnjake
A-18	Učenik / učenica skita i/ili prosjači
A-19	Učenik / učenica iznosi ksenofobne stavove i/ili upražnjava govor mržnje
A-20	Nešto drugo što nije navedeno u popisu, a tiče se ostvarenja principa najboljeg interesa djeteta - upisati

Kako bi svi učesnici u procesu prevencije bili sigurni da li određeno ponašanje zaista treba klasificirati pod jedan od ponuđenih indikatora, svaki indikator je detaljnije pojašnjen u samom Pravilniku,^[2] kao u sljedećim primjerima:

Neprihvatljivo ponašanje	
Primjećeno ponašanja	Detaljan opis i pojašnjenje za eventualnu evidenciju primjećenog ponašanja
Učenik / učenica je prkosan / prkosna i u konstantnom otporu prema školskim pravilima	Učenik / učenica na većini časova i u izvannastavnim aktivnostima pokazuje bunt prema pravilima.
Učenik / učenica konstantno izostaje sa nastave	Ovaj indikator se odnosi na bježanje učenika / učenica sa školskih časova, kao i stalno odsustvo s nastave za koje roditelji nemaju adekvatna opravdanja koja su u skladu sa školskim pravilnikom.
Učenik / učenica je nasilan / nasilna (verbalno, tjelesno i relacijski) prema vršnjacima	Ukoliko primijetite elemente verbalnog, tjelesnog ili relacijskog nasilja učenika / učenica prema vršnjacima, odnosno ponašanja s namjerom da se nekome od vršnjaka nanese emocionalna ili fizička povreda, ubilježite ovaj indikator, čak i ako se primijećeno nasilno ponašanje dijete manifestiralo samo jednom. Naprimjer, ukoliko učenik / učenica namjerno udari drugo dijete, isključuje ga iz grupe, vrijeđa vršnjake, ubilježite indikator (uključujući i ponašanja na internetu, npr. vrijeđanje na društvenim mrežama ili isključivanje iz grupe).
Učenik / učenica ugrožava vršnjake (ili druge osobe) u digitalnom okruženju (cyber-prostoru...)	Učenik / učenica putem interneta (Facebook, Viber, Instagram itd.) kontinuirano šalje uznemirujuće sadržaje, vrijeđa, hakira u tuđe profile, isključuje iz grupa, dogovara tuče, širi glasine, postavlja kompromitirajuće fotografije sa namjerom da nanese štetu svojim vršnjacima ili drugim osobama.
Učenik / učenica pasivno svjedoči i snima nasilje (među vršnjacima)	Učenik / učenica koristi mobitel kako bi snimio / snimila nasilje među vršnjacima ili svojim prisustvom potiče nasilje među učenicima i ne reagira niti prijavljuje nasilje učiteljima i stručnom timu škole.
Učenik / učenica se fizički sukobljava s učiteljem / učiteljicom	Učenik / učenica ispoljava fizičku agresivnost prema učiteljima.



[2] Za detaljno objašnjenje svih 19 indikatora pogledati Prilog 1 - Pravilnik

Teorijski kontekst, učestalost i razlozi javljanja svakog od navedenih rizičnih ponašanja mogu se pročitati u dokumentu *Program (sekundarne) prevencije neprihvatljivih oblika ponašanja i zaštite učenika u osnovnim školama Kantona Sarajevo – Materijal za obuku nastavnika i stručnih saradnika*^[3]

2. Drugi dio Evidencionog lista zove se „**OBRAZAC ZA EVIDENTIRANJE PRIMIJEĆENOG PONAŠANJA**“, zapravo je vrlo jednostavan formular za unošenje niza osnovnih podataka za svakog učenika kod kojeg je ustanovljeno neko od rizičnih ponašanja sa liste.

U ovaj formular upisuju se: ime i prezime svakog učenika kod kojeg je primijećeno ponašanje sa liste indikatora, ime i prezime nastavnika / učitelja koji je primijetio dato ponašanje, i datum vođenja evidencije.

OBRAZAC ZA EVIDENTIRANJE PRIMIJEĆENOG PONAŠANJA

Ime i prezime učenika	Primijećeno ponašanje (iz liste faktora rizika)
<u>Dino</u>	A-3 Učenik je nasilan (verbalno, fizički i relacijski) prema vršnjacima
<u>Dinović</u>	Objašnjenje: Na velikom odmoru ispred škole gurnao dječaka sa teškoćama u razvoju i stavio mu kesu na glavu.
	Ime i prezime nastavnika / učitelja koji je primijetio ponašanje: Maida Bosančić Datum: 25/05/2020

Ime i prezime učenika	Primijećeno ponašanje (iz liste faktora rizika)
<u>Marina</u>	A-4 Učenica ugrožava vršnjake (.. ili druge osobe) u digitalnom okruženju (cyber prostoru..)
<u>Marinković</u>	Objašnjenje: Druga djeca se žale da pravi viber grupe „X je glup“, iz koje se dijete X isključi, a zatim svim drugim učenicima šalju zlonamjerne lažne informacije i montirane fotografije X-a
	Ime i prezime nastavnika / učitelja koji je primijetio ponašanje: Tarik Filipović Datum: 24/03/2020



Lista ostalih faktora rizika

KLJUČNI POJMOVI

Šta je Evidencioni list?

Evidencioni list je formular koji sadrži **1)** listu neprihvatljivih ponašanja i **2)** obrazac za upisivanje podataka o svakom djetetu kod kojeg je primijećeno neko od tih ponašanja. Ukoliko se primijeti, svako ponašanje sa liste mora se upisati u Evidencioni list.



U prikazani obrazac za evidentiranje, kao što smo vidjeli, upisuju se **isključivo ponašanja sa Liste neprihvatljivih oblika ponašanja**. Međutim, pažljiv čitalac već je primijetio da postoji čitav niz drugih faktora zbog kojih se neko dijete može naći u riziku da razvije reakcije i ponašanja koja su štetna po njega i/ili njegovo okruženje, a koji nisu navedeni u ovoj listi.

Naprimjer, u jednom razredu možemo istodobno imati dijete iz izuzetno disfunkcionalne porodice i dijete koje je odvojeno od porodice i živi u domu za djecu bez roditeljskog staranja, a da nijedno od njih još uvijek ne pokazuje ponašanja koja se nalaze na gorespomenutoj listi. To, naravno, ne znači da ova djeca nisu u riziku i da ćemo „skrštenih ruku“ čekati da razviju neko ponašanje sa liste da bismo im ponudili pravovremenu podršku.

Ostali faktori rizika, kao i indikator koji detaljnije opisuju na koja ponašanja se oni odnose, prikazani su u sljedećoj tabeli. Ova ponašanja se **ne bilježe u Evidencioni list**, ali se tretiraju kao obavezna **zaštita učenika**, te također zahtijevaju preventivno pružanje podrške učeniku i njegovoj porodici i **obavezno zavođenje u postojeće interne evidencije škole**.



[3] Za Kanton Sarajevo dostupno na internet-stranici: <https://www.cprc.ba/resources>

TABELA 2: OSTALI FAKTORI RIZIKA KOJI ZAHTIJEVAJU PRUŽANJE PODRŠKE I BRIGE RADI ZAŠTITE UČENIKA

A	POTEŠKOĆE U UČENJU I PONAŠANJU
1.	Učenik / učenica pokazuje poteškoće u savladavanju nastavnog gradiva
2.	Učenika / učenica pokazuje specifične poteškoće čitanja, pisanja i/ili računanja
3.	Učenik / učenica je nezainteresiran(a) za nastavu (odsustvo motivacije za nastavu)
4.	Učenik / učenica ima poteškoće sa pažnjom i koncentracijom
5.	Učenik / učenica pokazuje impulzivno ponašanje (nema strpljenja, ne može mirno da sjedi na času, nemogućnost čekanja na red, odgovara prije nego li nastavnik završi pitanje)
B	ODNOS SA VRŠNJACIMA U ŠKOLI
1.	Učenik / učenica nije prihvaćen(a) od strane vršnjaka u odjeljenju ili on / ona ne prihvata vršnjake
2.	Učenik / učenica je izložen(a) nasilju (verbalnom, fizičkom i relacijskom) od vršnjaka
3.	Učenik / učenica se žali na ponašanje vršnjaka
C	ODNOS UČENIKA / UČENICE I NASTAVNIKA / NASTAVNICE
1.	Učenika / učenicu vrlo često moram upozoriti na njegove / njene postupke
2.	Učenik / učenica se vrlo često verbalno sukobljava sa nastavnikom / nastavnicom
3.	Nastavnik / nastavnica procjenjuje učenika / učenicu kao „teškim za suradnju“
D	ODNOS UČENIKA / UČENICE I RODITELJA
1.	Učenik / učenica je neuredno i neprikladno odjeven(a)
2.	Učenik / učenica je higijenski zapušten(a)
3.	Izostanak emocionalne bliskosti („hladan odnos“) između roditelja i učenika / učenice
4.	Vidljive povrede (modrice...) na tijelu učenika / učenice
5.	Učenik / učenica se žali na ponašanje roditelja
6.	Roditelj se žali na ponašanje učenika / učenice (svog djeteta)
7.	Pretjerano zaštitničko ponašanje roditelja prema učeniku / učenici
8.	Roditelj je nekritičan prema ponašanju učenika / učenice („slijepo mu / joj vjeruje“)
9.	Roditelj nema povjerenje u učenika / učenicu („sve provjerava“)
10.	Nastavnik svjedoči nasilju roditelja nad učenikom / učenicom
E	ODNOS RODITELJA PREMA ŠKOLI
1.	Roditelj ne dolazi na informacije i roditeljske sastanke
2.	Roditelj ignoriše sugestije školskog osoblja (razrednika, nastavnika i stručne službe škole...)
3.	Roditelj odbija suradnju sa stručnom službom škole (ne odaziva se na poziv)
4.	Roditelj je nasilan u kontaktu sa školskim osobljem (razrednikom, nastavnicima...)
F	SPOSOBNOST NOŠENJA SA PROBLEMIMA
1.	Učenik / učenica izbjegava tražiti pomoć od odraslih osoba
2.	Učenik / učenica je mišljenja da ne može utjecati na budućnost
3.	Učenik / učenica je mišljenja da drugi određuju njegov / njen život
4.	Učenik / učenica je mišljenja da je „sam(a) kriv(a) za sve“ i da mu / joj „nema pomoći“
5.	Učenik / učenica loše reagira kada pogriješi (ne može se smiriti: vrišti, plače...)

G	INTERNALIZIRANA PONAŠANJA
1.	Učenik / učenica ima poteškoće u komunikaciji sa vršnjacima (izbjegava kontakt, osjeća nelagodu)
2.	Učenik / učenica u komunikaciji izbjegava kontakt očima
3.	Učenik / učenica ne pokazuje interes za druge djeluje bojažljivo, nesretno i tužno
4.	Učenik / učenica djeluje usamljeno i izolirano
5.	Učenik / učenica konstantno grize nokte, štipa kožu, čupa kosu ili neke druge dijelove tijela
6.	Učenik / učenica je sklon(a) samoozljeđivanju
7.	Učenik / učenica pokazuje jake izljeve bijesa pri minimalnim podražajima
8.	Učenik / učenica pokazuje pretjerano seksualizirano ponašanje
9.	Uočavaju se tikovi kod učenika / učenice (nekontrolirane motoričke reakcije...)
10.	Uočavaju se nagle promjene u težini učenika / učenice
11.	Učenik / učenica često odlazi u toalet
12.	Učenik / učenica se konstantno žali na bolove u stomaku, glavobolje, mučnine ...
13.	Učenik / učenica pokazuje nelagodu pri fizičkom kontaktu (zauzima odbrambeni stav, neadekvatno reaguje...)
14.	Učenik / učenica pokazuje separacijsku anksioznost (nelagodu kod odvajanja od roditelja)
15.	Kod učenika /učenice se uočavaju poteškoće u kontroli eliminacijskih funkcija (mokrenja i pražnjenja crijeva)
16.	Kod učenika / učenice se uočavaju govorno-jezičke poteškoće (tapanje, mucanje, usporen razvoj govora ...)
17.	Kod učenika / učenice je primjetan specifičan sadržaj crteža i pismenih radova

I za ove grupe ponašanja, detaljniji teorijski kontekst, učestalost i razlozi javljanja mogu se pročitati u gorespomenutom dokumentu **Program (sekundarne) prevencije neprihvatljivih oblika ponašanja i zaštite učenika u osnovnim školama Kantona Sarajevo – Materijal za obuku nastavnika i stručnih saradnika**^[4]

KLJUČNI POJMOVI

Šta je lista ostalih faktora rizika?

Lista ostalih faktora rizika je lista sa najvažnijim indikatorima koji ukazuju da je dijete pod rizikom da razvije reakcije i ponašanja štetna prije svega za samo dijete, ali i za njegovu okolinu.

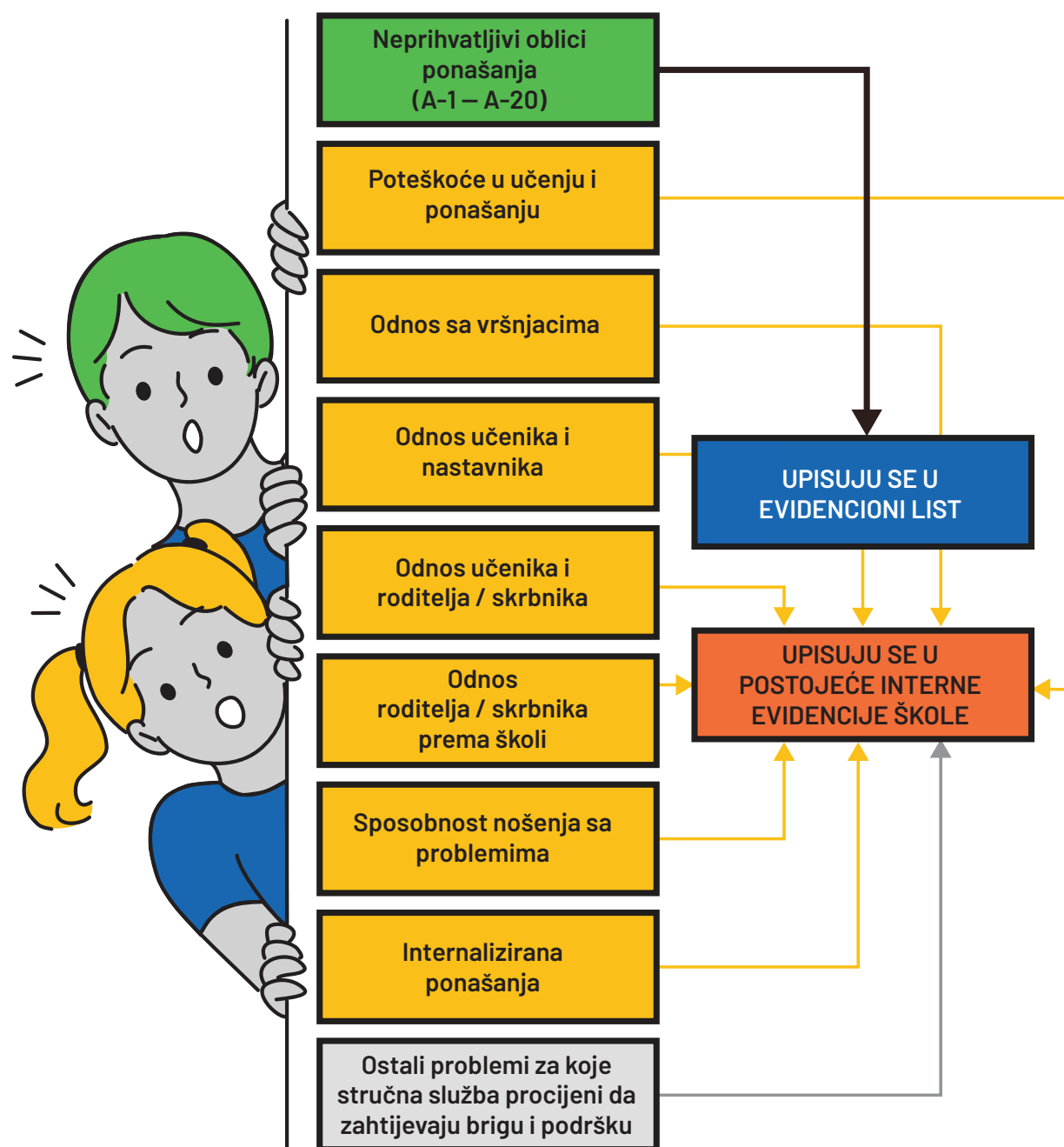
Ovi indikatori se koriste za procjenu rizika ali se ne upisuju u evidencioni list.

Navedena lista ostalih faktora rizika nije konačna. Drugim riječima, ako stručna služba procijeni da se učeniku treba pružiti podrška usljed bilo kog drugog relevantnog razloga ili okolnosti, bez obzira na to da što nisu navedeni među faktorima rizika, obavezna je da to i učini.



[4] Dostupno na internet-stranici: <https://www.cprc.ba/resources>

○ — Dijete u riziku



Svako dijete koje pokazuje ponašanja navedena na:

- a) listi neprihvatljivih oblika ponašanja,
- b) listi ostalih faktora rizika,

ili je izloženo problemima za koje stručna služba procijeni da iziskuju podršku bez obzira na to što se ne nalaze na navedenim listama, smatramo da je: **DIJETE POD RIZIKOM**, a stručna služba je obavezna da evidentira o kakvom riziku je riječ i koji vid podrške je djetetu pružen.

○ > Tipična procedura i koraci postupanja

Sada, kada imamo pravnu osnovu i obavezne elemente Programa sekundarne prevencije, prikazaćemo kako bi trebala izgledati procedura postupanja sa djecom za koju procijenimo da su u riziku.

Najprije, da bi PSP mogao funkcionirati, stručna služba škole dužna je na početku školske godine, i u drugim prilikama, po potrebi, **upoznati i sve učitelje i nastavnike sa svim osnovnim elementima Programa sekundarne prevencije i procedurom za njihovo korištenje**. Posebno je važno temeljito ih upoznati sa ponašanjima sa Liste neprihvatljivih ponašanja i Liste ostalih faktora rizika, te obavezom prijavljivanja primijećenih rizičnih ponašanja i okolnosti. Učitelji i nastavnici su često jedine osobe koje su u situaciji da na vrijeme primijete reakcije i ponašanja koja ukazuju da je dijete u riziku, pa je njihova redovna informiranost i razumijevanje svoje uloge od suštinskog značaja za uspješno provođenje Programa sekundarne prevencije.

Direktor škole na početku svake školske godine imenuje odgovornu osobu / osobe iz stručne službe koja je zadužena da prati vođenje evidencije i realiziranje Programa sekundarne prevencije, kao i da ispunjava godišnji izvještaj o broju djece kojoj je pružena podrška i vrsti pružene podrške.

○ — Ko, kada i kako prijavljuje da je dijete u riziku?

Ako učitelj ili razrednik primijete neku od reakcija, ponašanja ili okolnosti navedenih u Listi neprihvatljivih ponašanja (TABELA 1) i Listi ostalih faktora rizika (TABELA 2), dužni su odmah pozvati roditelja / skrbnika i sa njim porazgovarati o primijećenom ponašanju. Učitelj / razrednik tada ima zadatak uspostaviti odnos povjerenja sa roditeljem, kako bi zajedno s njim pokušao pružiti adekvatnu odgojno-obrazovnu podršku učeniku. **Ukoliko je rizično ponašanje primijetio predmetni nastavnik, obavezan je o tome usmeno obavijestiti razrednika** odjeljenja kojem učenik pripada, koji kontaktira roditelja kako bi se djetetu pružila podrška.

Učitelj / razrednik dužan je odmah obavijestiti stručnu službu škole, ukoliko:

- se roditelj / skrbnik ne odaziva pozivu učitelja ili razrednika,
- roditelj / skrbnik negira problem ili na neki drugi način nije spreman surađivati,
- učitelj i razrednik procjenjuju da problem prevazilazi njihove kompetencije,
- nakon mjesec dana, ili po potrebi dužeg ali razumnog roka, nema nikakvih željenih promjena u ponašanju ili reagiranju djeteta,
- ili iz drugog razloga koji je u najboljem interesu djeteta.

Čim se stručnoj službi prijavi rizično ponašanje koje se nalazi na Listi neprihvatljivih ponašanja (TABELA 1), ono se obavezno **upisuje u Evidencioni list** propisan Pravilnikom.

U svim drugim slučajevima, odnosno:

- **ako nastavnik / učitelj / razrednik stručnoj službi prijavi ponašanje sa Liste ostalih faktora rizika (TABELA 2),**
- **ako stručna služba učeniku pruži podršku nakon što roditelj ili samo dijete zatraže pomoć direktno od stručne službe,**
- **ako stručna služba procijeni da se učeniku treba pružiti podrška uslijed bilo kog drugog relevantnog razloga ili okolnosti, bez obzira na to što nisu navedeni među faktorima rizika, ponašanje se ne upisuje u Evidencioni list, ali je stručna služba dužna zabilježiti sve relevantne informacije o problemu i pruženoj podršci u postojeće interne evidencije škole.**

Izuzetno je važno informirati nastavno osoblje o ovim pravilima kako bi se izbjeglo da rizično ponašanje „prođe ispod radara“, ili da se ono iznese na sjednici nastavničkog vijeća kada je problem već eskalirao, a da stručna služba škole o njemu nije prethodno bila ni informirana od učitelja, nastavnika ili razrednika

○ **Šta nakon što stručna služba sazna da je dijete u riziku?**

Odmah po saznanju da je neko dijete u riziku, stručna služba je dužna usmeno i pismeno pozvati roditelje / skrbnike na razgovor u školu. Roditelju se pažljivo objašnjava o čemu je riječ i zašto je dijete u riziku, predlaže se pružanje odgojno-obrazovne podrške i, uz suglasnost roditelja, **pristupa se izradi Individualnog plana podrške (IPP).**



Ukoliko roditelj nije suglasan sa izradom IPP ili ne odobrava njegov sadržaj, stručna služba obavještava nadležni centar za socijalni rad, i izrađuje IPP bez suglasnosti roditelja. Iako je suradnja i sudjelovanje roditelja najbolji način da se djetetu pomogne, ukoliko roditelj to odbija, na ovaj način se djetetu ipak pruža podrška koja u okvirima mogućnosti škole. Istodobno, od nadležnog centra za socijalni rad očekuje se da potom poduzme korake za pružanje podrške porodici, jer se odbijanje suradnje pri pružanju stručne podrške djetetu tretira kao zanemarivanje djeteta i njegovog najboljeg interesa. IPP je prvi nivo individualne podrške na kojem se radi **u okviru stručnih kapaciteta škole.**

Individualni plan podrške (IPP)

Individualni plan podrške (IPP) jedan je od najvažnijih elemenata Programa sekundarne prevencije. U osnovi, riječ je o formularu koji služi kao konkretan vodič za rad tima za podršku, pri čemu je i samo dijete član tima. Formular ima pet glavnih dijelova:

- **Primijećeno ponašanje učenika / učenice i očekivane promjene ponašanja / postupanja učenika / učenice nakon realiziranja IPP-a**
- **Primijećeni kapaciteti učenika i okruženja**
- **Ciljevi, aktivnosti i vremenski okvir**
- **Učesnici u realiziranju Individualnog plana podrške**
- **Evaluacija postignutih ciljeva**

Formiranje tima za podršku i sačinjavanje IPP-a obavezno je za svako dijete kod kojeg je primijećeno i evidentirano jedno ili više ponašanja sa Liste neprihvatljivih ponašanja (TABELA 1 – LISTA NEPRIHVATLJIVIH OBLIKA PONAŠANJA A-1 – A-20), a savjetodavni razgovor sa djetetom i roditeljima nije doveo do poboljšanja u roku od mjesec dana.

Ukoliko se kod djeteta primijete neki od ostalih faktora rizika (TABELA 2 – OSTALI FAKTORI RIZIKA KOJI ZAHTIJEVAJU PRUŽANJE PODRŠKE I BRIGE RADI ZAŠTITE UČENIKA), koji se ne upisuju u Evidencioni list, stručna služba škole uz pomoć detaljne analize, strukovnih principa i principa najboljeg interesa djeteta, procjenjuje da li je i kada je potrebno formirati tim za podršku i sačiniti IPP.

Formiranje tima za podršku djetetu najvažniji je dio plana podrške. Kako bismo naglasili zašto je IPP koristan, još jednom ćemo ponoviti kako pružanje podrške izgleda u tradicionalnom modelu rada, koji se još uvijek primjenjuje u velikom broju škola. Nastavnik ili učitelj razgovaraju sa djetetom i koriste vlastiti repertoar pedagoških mjera kako bi usmjerili dječije ponašanje u željenom pravcu. Ako se problemi nastavljaju, razrednik poziva roditelje i od njih traži da reagira odgojnim mjerama koje su u njihovom domenu. Ukoliko se problem nastavi, dijete se šalje na razgovor pedagogu, psihologu, ili drugom članu stručnog tima, koji također mogu pozvati roditelje na razgovor. Konačno, ako razgovor i savjetovanje ne proizvedu željeni rezultat, slijede uobičajene odgojno-disciplinske mjere. Svi odrasli akteri u ovom procesu – roditelj, nastavnik, razrednik, pedagog, psiholog – smjenjuju se i pokušavaju svako na svoj način da ubijede dijete da se počne drukčije ponašati. Koraci koje svako od njih poduzima možda jesu dobronamjerni, ali ne vode nužno ostvarenju željenog cilja. Nekada su, zapravo, i kontraproduktivni. Pritom, nema koordinacije među aktivnostima koje poduzimaju, pa nekada poduzimaju i mjere koje su u koliziji jedna sa drugom. Naprimjer, dok pedagog smatra da se određeno ponašanje mora ignorirati, jer učenik to ponašanje koristi da bi bio u centru pažnje, nastavnik ga svaki put opominje i troši dio časa na pridiku i zgražavanje nad učenikovim ponašanjem, pružajući mu sve više pažnje. Istodobno, roditelj kao odgojnu mjeru koristi prijetnje da će djetetu oduzeti određene privilegije, ali prijetnje nikada ne provede, pa one nemaju efekta. Drugim riječima, iako nekoliko ljudi ulaže trud, rezultata nema, i nivo frustracije raste.

Primjena IPP-a podrazumijeva nešto drukčiji pristup. Prije svega, **svi relevantni akteri moraju se sastati kako bi zajednički sagledali potencijalni plan podrške.** Odgovorni član stručne službe, najčešće pedagog ili psiholog, u ulozi je voditelja tima, kako bi koordinirao međusobnu komunikaciju i aktivnosti članova tima. Voditelj ima zadatak da organizira zajednički sastanak svih članova tima, ali i individualne sastanke sa pojedinim članovima, ukoliko je to u interesu djeteta. Budući da različiti učesnici tima imaju različite perspektive i iskustva sa djetetom, a dijete obično ima svoju ličnu, nešto drukčiju perspektivu, voditelj tima ima zadatak da na temelju različitih informacija

formulira šta su to **primijećena rizična ili problematična ponašanja, kao i šta su željene ili očekivane promjene**. Naprimjer, sa stanovišta učitelja primijećeno ponašanje je da dijete svakodnevno remeti nastavu, a željena promjena može biti da dijete prestane ometati nastavu. Međutim, sa stanovišta roditelja, primijećeni problem je to što učitelj hvali isključivo djecu koja dobijaju petice, a željena promjena može biti da se njihovom djetetu osiguraju redovne prilike za pohvalu njegovih pozitivnih karakteristika i truda koji ulaže u zadatke, iako ne uspijeva biti odličan učenik.

Potom, na temelju informacija sakupljenih od svih članova tima, formuliraju se **pozitivne strane, resursi i kapaciteti učenika**. Ovaj korak izuzetno je važan, jer od samog početka smanjuje tendenciju da **dijete vidimo samo kao problem** koji treba riješiti, te nas podsjeća da svako dijete ima i pozitivne i negativne karakteristike, sposobnosti i interesovanja. Naime, veoma teško ćemo skorijeniti neko problematično ponašanje, ako istodobno ne radimo **na otvaranju mogućnosti za isticanje pozitivnih strana** učenika.

Najzahtjevniji dio IPP-a svakako je formuliranje ciljeva, konkretnih aktivnosti koje vode ostvarenju tih ciljeva, i vremenskog okvira za njihovu realizaciju, i to za svakog člana tima pojedinačno. Prije svega, **ciljevi moraju biti realistično postavljeni i izvodljivi** za svakog člana tima, a **svaka aktivnost mora jasno da vodi ka ostvarenju zadatog cilja**. Ponekad je neophodno da se dugoročni cilj razbije na nekoliko kratkoročnih ciljeva da bi bio dostižan. Izuzetno je važno da svi članovi tima sudjeluju u postavljanju ciljeva i aktivnosti koji ih se tiču, uključujući i samo dijete. Ako mu odredimo ciljeve i aktivnosti koje sami smatramo da su potrebni, dijete može biti nezainteresirano ili nemotivirano da radi na njima, ili se može osjećati nekompetentno i nesposobno da ih ostvari. **Neophodno je da se svaki član tima usuglasi sa postavljenim ciljevima i aktivnostima i potvrdi da je spreman da ih realizira**. Kako bi ovaj proces bio što ozbiljnije shvaćen, svaki član tima obavezan je da stavi svoj **potpis na predviđeno mjesto u IPP-u**, čime se obavezuje da prihvata svoju obavezu da pokuša da ostvari zadate ciljeve, tako što će poduzeti niz dogovorenih aktivnosti i zadataka.

Realiziranje IPP-a može imati različito trajanje, ovisno od složenosti problema o kojem je riječ. Voditelj IPP-a ima obavezu redovno pratiti realiziranje pojedinačnih ciljeva i pomaže članovima tima onda kada je neophodno modificirati ciljeve jer su previše visoko ili nisko postavljeni ili kada je potrebno izmijeniti aktivnosti jer se ispostavilo da one ne vode ka zadatom cilju. Poželjno je zajednički napraviti **periodični presjek stanja** kako bi se utvrdilo kako napreduju željene promjene i da li su svi članovi tima zadovoljni napretkom ili smatraju da se plan treba mijenjati. IPP je zamišljen kao **„živ“ dokument koji se može modificirati i prilagođavati** tako da u svakom trenutku on ima smisla i koristi za sve sudionike tima podrške. Na kraju, kada su dogovorene promjene postignute, **IPP se zajednički evaluira i po potrebi zaključuje, ili produžava** ukoliko se procijeni da je potrebno nešto dodati. Kada je IPP zaključen, ili se od njega iz nekog razloga odustalo, stručna služba škole obavezna je uništiti sve podatke iz njega.

KLJUČNI POJMOVI

Šta je individualni plan podrške (IPP)?

IPP je formular koji služi kao vodič za:

- a) formiranje tima za podršku
- b) procjenu opaženog ponašanja i željenih promjena,
- c) procjenu pozitivnih strana i kapaciteta djeteta
- d) planiranje ciljeva, aktivnosti i vremenskog okvira
- e) evaluaciju pružene podrške

Kako bismo detaljnije pojasnili proces izrade ovog dokumenta, slijedi primjer djelomično popunjenog IPP-a. Podaci u IPP-u su izmišljeni za potrebe edukacije za Program sekundarne prevencije, tako da prikazu jedan tipičan primjer djeteta kojem je potrebno pružiti ovaj vid podrške.



INDIVIDUALNI PLAN PODRŠKE ZA UČENIKA / UČENICU

IME I PREZIME UČENIKA / UČENICE: Alen Kovačević	RAZRED I ODJELJENJE: VIIa	UZRAST: 12	ADRESA STANOVANJA UČENIKA / UČENICE: Ulica lipa 23
			KONTAKT-TELEFON UČENIKA / UČENICE: 061/100-200
IME I PREZIME MAJKE / SKRBNICE: Mirna Kovačević	IME I PREZIME OCA / SKRBNIKA: Denis Kovačević		ADRESA STANOVANJA RODITELJA / SKRBNIKA: Ulica lipa 23
KONTAKT TELEFON MAJKE / SKRBNICE 061/200-300	KONTAKT TELFON OCA / SKRBNIKA: 061/200-300		

I PRIMIJEĆENO PONAŠANJE UČENIKA / UČENICE I OČEKIVANE PROMJENE
PONAŠANJA / POSTUPANJA UČENIKA / UČENICE NAKON REALIZACIJE IPP

PRIMIJEĆENO PONAŠANJE	OČEKIVANE PROMJENE PONAŠANJA/ POSTUPANJA (ISHODI)
Zbog čega je učeniku potrebna podrška?	Šta bismo htjeli da postignemo?
Dječak voli izazivati drugare, ismijavati ih, ali i da bude fizički nasilan (gura, bocka, udara djecu). Niko mu ništa ne smije reći, plaše ga se jer se naljuti i razbjesni za tren. Nasilno ponašanje se posebno manifestira prema djeci koju procijeni kao slabiju po različitim karakteristikama (povučeno dijete, fizički slabije dijete).	Alen treba shvatiti da je njegovo ponašanje štetno za druge, ali i za njega samoga. Alen treba prihvatiti pravila ponašanja u školi i razumjeti njihovu svrhu. Kod Alena je potrebno razvijati druga ponašanja koja bi ga zabavljala, a kojima ne bi nanosio štetu sebi i drugima.
Na nastavi u toku časa voli ismijavati i nastavnike. Također voli ometati čas, smijati se i pričati šale, dok nastavnik radi i tako ometa čas.	
U toku odmora voli skakati po stolovima i stolicama u učionici i nanositi materijalnu štetu, kako školi, tako i drugoj djeci, jer im uništava njihove stvari (npr. izgažene knjige, odvaljen naslon stolice)	

II PRIMIJEĆENI KAPACITETI UČENIKA / UČENICE I OKRUŽENJA

Šta su snage i resursi ovog djeteta i njegovog okruženja?

PREPOZNATE POZITIVNE KARAKTERISTIKE UČENIKA / UČENICE: (TALENAT, VJEŠTINE, AFINITETI I SLIČNO)	Snažan i spretan, okretan dječak. Dobar u skoro svakom sportu. Otvoren, voli zabavljati druge.
OKRUŽENJE UČENIKA / UČENICE: (RAZREDNO OKRUŽENJE, ŠKOLSKO OKRUŽENJE I OKRUŽENJE U ZAJEDNICI)	Odjeljenje u kojem je Alen ima nekoliko dječaka i djevojčica koji su vrlo podržavajući prema Alenu. Vole biti sa njim jer je zabavan, ali ga počnu izbjegavati kada je nasilan. Ponekad mu i sami ukazuju na njegova loša ponašanja.
KAPACITETI PORODICE I PORODIČNOG OKRUŽENJA:	Porodica je potpuna i roditelji redovno dolaze u školu na informacije i roditeljske sastanke. Roditelji surađuju.
KAPACITETI STRUČNE SLUŽBE:	Stručna služba škole ima pedagoga i psihologa.

III CILJEVI, AKTIVNOSTI I VREMENSKI OKVIR

CILJEVI KOJI SE ŽELE POSTIĆI IZRADOM INDIVIDUALNOG PLANA (CILJEVI BI TREBALI BITI REALNI, JASNI I PRECIZNI)				
ODGOVORNA OSOBA	CILJ / CILJEVI	AKTIVNOSTI / ZADACI	PREDVIĐENI VREMENSKI ROK	AKTIVNOSTI / ZADACI REALIZOVANI U SKLADU SA PREDVIĐENIM ROKOM (DA/NE I NAPOMENA ZAŠTO NE)
	Šta je moj cilj?	Da li ova aktivnost zaista vodi tom cilju?	Koliko mi realno treba vremena za to?	
UČENIK / UČENICA	Volio bih da budem dobar, ali volio bih i da mi bude zabavno u školi.	Ne zna. Predlaže da sjedi sa dobrim đakom.	Sedam dana	
RODITELJI / SKRBNICI	Cilj je da se Alen smiri i više koncentrira na učenje. Voljeli bismo da popravi ocjene.	Uspostavićemo nova pravila i da Alen tačno zna šta smije, a šta ne smije, kao i posljedice koje slijede ukoliko se pravila na ispoštuju. Pokušaćemo sa njim provesti više vremena i razgovarati o uzrocima lošeg ponašanja.	Tri mjeseca	
PEDAGOG / PEDAGOGINJA	Kod Alena je neophodno razviti pozitivna ponašanja na času i na odmorima, a eliminirati privlačenje pažnje prestupima. Cilj je i da poboljša opći uspjeh u školi jer je sposoban za više nego što sad pokazuje.	Obučiti nastavnike da ignorišu sitne provokacije. Neprihvatljivo ponašanje koje se ne može ignorisati povezati sa jasnom posljedicom koja je za Alena važna. Npr. posljedica za remećenje nastave je da odmor provede odvojen od razreda, pišući dodatni zadatak. Posljedica za grubo tretiranje druge djece je isključivanje iz sportskog tima na tjelesnom, ili sa zajedničkog školskog izleta. Za bolji uspjem, spremanje manjeg dijela gradiva pod nadzorom pedagoga, kako bi ga podučili efikasnim metodama učenja.	Mjesec dana probno, zatim procijeniti ima li efekta i modificirati po potrebi ili nastaviti.	
PSIHOLOG / PSIHOLOGINJA	Alen treba naučiti da kontrolira svoju ljutnju i frustraciju, da se zabavlja da drukčiji način i da zabava ne uključuje grubost prema drugima.	Niz grupnih radionica za cijeli ili dio razreda, o toleranciji na frustraciju, nenasilnoj komunikaciji i samokontroli. ABC model razumijevanja procesa ljutnje i bijesa.	Tri mjeseca	
RAZREDNIK / RAZREDNICA	Alen treba prestati da bude grub prema djeci i ometati časove nastavnicima i drugoj djeci u odjeljenju. Alen treba početi da uči.	Pratiću njegovo napredovanje u učenj, tako što ću sa ostalim kolegama dogovoriti njegovo usmeno ispitivanje. Puno toga je propustio pa mu sada treba vremena da nadoknadi.	Do kraja školske godine	
NASTAVNIK / NASTAVNICA (NAVESTI PREDMET) Tjelesni i zdravstveni odgoj	Iskoristiti svoj autoritet i Alenovu naklonjenost sportu za razvijanje zdravog sportskog duha.	Za svaki uspjem uz fer-igru i samokontrolu pred svima ga pohvaliti, za svaku grubost ili nefer ophođenje prema slabijima, isključiti iz tima na pet minuta.	Probati tokom tri sedmice pa po potrebi uvesti druge metode.	
DRUGE OSOBE (NAVESTI) NPR.				

IV UČESNICI U REALIZACIJI INDIVIDUALNOG PLANA PODRŠKE

UČESNIK	IME I PREZIME	KONTAKT-TELEFON	POTPIS
RODITELJI / SKRBNICI			
PEDAGOG / PEDAGOGINJA			
PSIHOLOG / PSIHOLOGINJA			
SOCIJALNI RADNIK / RADNICA			
RAZREDNIK / RAZREDNICA			
NASTAVNIK / NASTAVNICA (NAVESTI PREDMET)			
DRUGE OSOBE (NAVESTI)			

V EVALUACIJA POSTIGNUTIH CILJEVA

<i>Jesu li postavljene aktivnosti / zadaci doprinijeli ostvarenju ciljeva?</i> <i>Koje su prepreke identificirane u ostvarivanju aktivnosti i ciljeva?</i> <i>Postoje li aktivnosti koje nisu realizirane i zašto?</i> <i>Primijećeni napredak u odnosu na postavljene ciljeve?</i> <i>Zadovoljstvo saradnjom svih subjekata uključenih u IPP?</i> <i>Da li je potrebno nastaviti rad sa učenicom?</i>	
STRUČNA SLUŽBA ŠKOLE _____ (VODITELJ IPP-A) (MJESTO POTPISA) POTPISI SVIH SUBJEKATA UKLJUČENIH U KREIRANJE, REALIZACIJU I EVALUACIJU IPP-A:	DATUM SASTAVLJANJA PLANA:
	DATUM PRAĆENJA REALIZACIJE PLANA:
	DATUM FINALNE EVALUACIJE REALIZIRANOG PLANA:

Individualni plan brige (IPB)

Ukoliko IPP nije dao željene rezultate, odnosno **ukoliko se procijeni da je u tim podrške potrebno uključiti i stručne službe u zajednici, pristupa se izradi Individualnog plana brige (IPB)**. Međutim, ako stručna služba škole već na početku rada procijeni da **problem prevazilazi kapacitete škole**, može i odmah da se pristupi formiranju tima i izradi IPB-a. Naprimjer, ako znamo da je dijete već registrovano kao maloljetni prijestupnik, ako je aktivni korisnik centra za socijalni rad i zanemareno od strane roditelja, ili je dijete sa suicidalnim idejama, razumno je odmah pristupiti formiranju tima za pružanje brige koji uključuje profesionalce iz stručnih službi u zajednici.

Kao i kod IPP-a, **ukoliko roditelj nije suglasan** za izradom ili sadržajem IPB-a, ignoriše pozive i prijedloge stručne službe ili je nedostupan, stručna služba obavezna je o tome obavijestiti nadležni centar za socijalni rad, a zatim **pristupiti izradi i realiziranju plana brige i bez suglasnosti roditelja**.

U načelu, za izradu i realiziranje IPB-a nadležna je stručna služba škole.

KLJUČNI POJMOVI

Šta je individualni plan brige (IPB)?

IPB je dokument iste strukture kao i IPP, koji se izrađuje kada stručna služba procijeni da problem prevazilazi stručne kapacitete škole, te je neophodno uključiti i stručne službe u zajednici (npr. Centar za socijalni rad, Centar za mentalno zdravlje itd.).

Međutim, ako škola ne raspolaže neophodnim kapacitetima stručne službe za izradu IPB-a, ili je njegovim realiziranjem u okviru škole ugrožen najbolji interes učenika, i/ili je planirane mjere nemoguće realizirati u školi zbog visokog rizika, prirode podrške ili neadekvatnog tretmana za učenika, dužna je da za to traži pomoć stručnih službi u zajednici (centar za mentalno zdravlje, centar za socijalni rad itd.). Drugim riječima, bez obzira na eventualni nedostatak ljudskih resursa ili drugih otežavajućih okolnosti, dijete ne smije biti ostavljeno bez brige i podrške, a **obaveza je škole da obavijesti i pozove raspoložive resurse u zajednici kako bi dijete na vrijeme bilo adekvatno zbrinuto**.

IPB ima potpuno istu strukturu kao i IPP. Jedina razlika između ova dva dokumenta jeste sastav tima podrške, koji je u slučaju izrade IPB širi, te uključuje predstavnike stručnih službi u zajednici. Prijedlozi članova tima dati su u narednoj tabeli, a **sastav tima se može mijenjati shodno individualnim potrebama i okolnostima**:



Kako se vodi tim za podršku djetetu?



Nakon zaprimanja informacija da je djetetu potrebna pomoć i obavljenog razgovora sa roditeljima, odgovorni član stručne službe (najčešće pedagog, psiholog ili drugi dostupan profesionalac sa adekvatnim kompetencijama), preuzima ulogu voditelja tima podrške. Voditelj tima, po detaljnom pregledu i analizi dostupnih informacija, donosi preliminarnu odluku o tome ko su potencijalni članovi tima podrške. Ukoliko je potrebno, može najprije obaviti individualne razgovore sa pojedinim članovima tima, uključujući i samo dijete, kako bi se stekao uvid u kapacitete i mogućnosti svakog od članova. Međutim, od ključnog je značaja da voditelj organizira i **redovne sastanke na kojem će članovi tima zajednički razgovarati** o problemu, željenim ishodima, ciljevima i zadacima, te potencijalnom napretku. Iako ovo može biti logistički teže izvodljivo zbog usklađivanja rasporeda različitih članova tima, vrlo je važno održati komunikaciju i koordinirati rad različitih članova tima kako bi podrška djetetu bila smislena i cjelovita. Naravno, postoje i okolnosti u kojima je nužno **prilagoditi ovaj zahtjev najboljem interesu djeteta**, pa ne možemo dozvoliti da se značajno odgađa plan podrške samo zato što se tim ne može okupiti u željeno vrijeme. Isto tako, ne možemo prisiliti izuzetno stidljivo i anksiozno dijete da izražava svoje potrebe i želje na sastanku sa razrednikom, roditeljem i pedagogom, ukoliko procijenimo da je to za njega prevelik zahtjev. Drugim riječima, stručna služba dužna je pratiti osnovne zahtjeve izrade IPP-a i IPB-a, ali je isto tako razumno očekivati da ih prilagođava potrebama i najboljem interesu djeteta.

Nakon što sa svima obavi kraće individualne razgovore i najavi izradu IPP-a, pedagog preuzima ulogu voditelja tima i saziva sastanak na kojem se definiraju glavni elementi IPP-a: primijećeno ponašanje, željene promjene, ciljevi i aktivnosti svih članova tima i vremenski okvir. Međutim, nije uvijek realno za očekivati da će ciljevi i aktivnosti biti jasno definirani i adekvatno izabrani već tokom prvog sastanka. Osim toga, veliki broj ciljeva i aktivnosti može djelovati i kontraproduktivno ili preplavljujuće, pa **je nekada bolje definirati samo početne ciljeve, jednostavne aktivnosti, i rok od sedam dana za njihovo realiziranje**. Na idućem sastanku može se odmah vidjeti da li su ciljevi i aktivnosti dobro postavljeni, da li je bilo moguće realizirati ih za sedam dana, i šta je sljedeći prihvatljiv korak. Drugim riječima, ne očekuje se da voditelj tima na jednom sastanku od sat vremena može svim članovima tima pomoći da naprave detaljan i kompletan plan promjene. **Mnogo je važnije da plan bude realističan, izvodljiv, po potrebi promjenljiv i prihvatljiv za sve članove tima, nego da se formular za IPP ispuni samo reda radi**. Obaveza je voditelja tima da redovno kontaktira sve članove tima, provjerava kako napreduje realiziranje, po potrebi sa njima prilagođava ciljeve, aktivnosti i vremenski okvir, i predlaže izmjene ako trenutni plan ne funkcionira.

U slučaju IPB-a, zahtjev da se on izrađuje na sastanku na kom prisustvuju svi članovi tima može biti teško izvodljiv, jer suradnici iz stručnih službi u zajednici možda neće imati vremena da redovno dolaze na sastanke u prostorije škole. S jedne strane, **izuzetno je važno ostati fleksibilan kako bi se tim za brigu djetetu zaista oformio i funkcionirao**, te se po potrebi prilagođavati okolnostima i potrebama različitih članova tima. S druge strane, **po svaku cijenu je važno izbjeći dosadašnju praksu da se dijete „šalje od vrata do vrata“**, a da pritom stručnjaci koji rade sa djetetom u različitim ustanovama nemaju uvida u tretman koji se pruža djetetu van njihove ustanove. Stoga, iako je **zajednički rad svih članova tima za IPB od primarnog značaja**, modalitet tog zajedničkog rada mora biti fleksibilan i u najboljem interesu djeteta.

U svakom slučaju, zadatak stručne službe je da inzistira na zajedničkom radu i suradnji u granicama mogućnosti svih članova, koordinira taj rad, i prati realiziranje ciljeva i aktivnosti na trenutno mogući način. Naprimjer, ako je riječ o prezauzetom uposleniku centra za socijalni rad ili roditelju koji je na privremenom radu u inozemstvu, **telefonski ili online sastanci mogu po potrebi zamijeniti fizičko prisustvo**. Treba imati u vidu da nijedna strana ne smije imati mogućnost da u potpunosti sabotira pružanje pomoći djetetu. S jedne strane, odbijanje suradnje roditelja tretira se kao zanemarivanje djeteta i stručna služba je, prema Pravilniku, obavezna pružiti pomoć i bez suglasnosti roditelja. S druge strane, stručne službe u zajednici obavezane su potpisanim Sporazumom o suradnji – **Općinskim referalnim mehanizmom s ciljem pružanja multisektorske podrške djeci u srednjem i visokom rizikom** da daju svoj puni doprinos Programu sekundarne prevencije kroz direktnu suradnju sa školom.

III CILJEVI, AKTIVNOSTI I VREMENSKI OKVIR

CILJEVI KOJI SE ŽELE POSTIĆI IZRADOM INDIVIDUALNOG PLANA (CILJEVI BI TREBALI BITI REALNI, JASNI I PRECIZNI)				
ODGOVORNA OSOBA	CILJ / CILJEVI	AKTIVNOSTI / ZADACI	PREDVIĐENI VREMENSKI ROK	AKTIVNOSTI / ZADACI REALIZOVANI U SKLADU SA PREDVIĐENIM ROKOM (DA/NE I NAPOMENA ZAŠTO NE)
UČENIK / UČENICA				
RODITELJI / SKRBNICI				
PEDAGOG / PEDAGOGINJA				
PSIHOLOG / PSIHOLOGINJA				
RAZREDNIK / RAZREDNICA				
NASTAVNIK / NASTAVNICA (NAVESTI PREDMET)				
STRUČNJAK IZ CENTRA ZA MENTALNO ZDRAVLJE				
STRUČNJAK IZ CENTRA ZA SOCIJALNI RAD				
STRUČNJAK IZ ODGOJNOG CENTRA				
STRUČNJAK IZ PORODIČNOG SAVJETOVALIŠTA				
DRUGE OSOBE (NAVESTI) NPR._____				

○ Kako se čuvaju podaci o djeci?



Program sekundarne prevencije ima vrlo stroga pravila koja se tiču pohranjivanja, čuvanja i uništavanja podataka upisanih u Obrazac za evidentiranje primijećenih ponašanja u sklopu Evidencionog lista, a koja su definirana Pravilnikom. Ovdje ćemo ih kratko navesti, uz napomenu da se ova pravila odnose samo na Pravilnikom propisanu evidenciju sa Liste neprihvatljivih oblika ponašanja (TABELA 1), a ne i na ostala rizična ponašanja koja se ne bilježe u Evidencioni list.

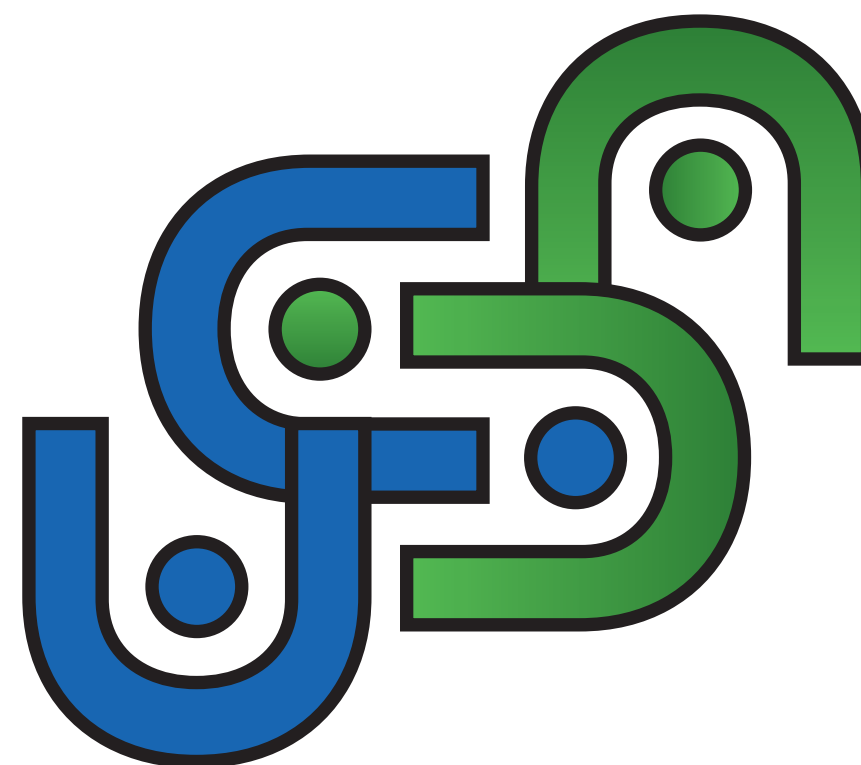
Evidencioni listovi čuvaju se u posebno formiranoj arhivi u prostorijama stručne službe škole. Direktor osnovne škole na početku svake školske godine imenuje osobu iz stručne službe koja vrši ove poslove. **Podacima iz evidencije raspolaže isključivo imenovana osoba**, a u skladu sa važećim zakonskim propisima, strukovnim standardima i s ciljem ostvarenja principa najboljeg interesa učenika.

Ova evidencija se potpuno uništava posljednjeg dana školske godine. Uništavanje evidencije vrši imenovana osoba, o čemu sačinjava zapisnik koji dostavlja direktoru škole u roku od tri dana od momenta uništavanja evidencije. Direktor škole pismeno obavještava Ministarstvo obrazovanja, nauke, kulture i sporta o ispunjenju obaveze, najkasnije osam dana od dana uništavanja evidencije.

Na početku svake nove školske godine štampa se novi Evidencioni list, a u njega se upisuju samo oni učenici kod kojih je prema uvjerenju nastavnika i stručnoj procjeni, u tom trenutku prisutno neko od ponašanja sa liste neprihvatljivih oblika ponašanja. Na taj način učenici se štite od etiketiranja kao „problematično dijete” i svake godine im je pružena mogućnost da „okrenu novi list”.

Kada je riječ o IPP i IPB, koji su izrađeni za djecu zavedenu u Evidencioni list, podaci iz njega uništavaju se tek onda kada taj plan uspije ili se od njega odustane iz bilo kog razloga. Isto ovo pravilo važi i za IPP i IPB sačinjene za onu djecu kod kojih su primijećeni ostali faktori rizika, koji se ne upisuju u Evidencioni list.

Podaci iz evidencije iz tekuće školske godine moraju biti sačuvani samo u obliku zbirnih podataka s ciljem analitičkog sagledavanja stanja u školi, bez navođenja ličnih podataka ili bilo kojih drugih karakteristika koji bi omogućili identificiranje učenika. Radi pravovremene pripreme i uštede vremena, evo kako izgleda zbirna evidencija koja se od svake škole traži na kraju školske godine:



NAZIV OSNOVNE ŠKOLE:						
UZRAST		6 DO 9			6-SEP	
		OPŠTA POPULACIJA	OPŠTA POPULACIJA	OPŠTA POPULACIJA	OSJETLJIVA SKUPINA	OPŠTA POPULACIJA
Ukupan broj djece u riziku (A + B) *						
A. Broj djece evidentirano u riziku						
VID PRUŽENE PODRŠKE	RAZGOVOR S UČENIKOM I RODITELJEM					
	GRUPNI RAD					
	INDIVIDUALNI PLAN PRODUŠKE					
	INDIVIDUALNI PLAN BRIGE					
B. ZAŠTITA UČENIKA Broj djece koja su identifikovana, ali nisu evidentirana						
VID PRUŽENE PODRŠKE	RAZGOVOR S UČENIKOM I RODITELJEM					
	GRUPNI RAD					
	INDIVIDUALNI PLAN PRODUŠKE					
	INDIVIDUALNI PLAN BRIGE					
UKUPNO						

Osjetljiva skupina ne govori puno...

Po mogućnosti razdvojiti na Romska djeca; Djeca sa invaliditetom; Djeca iz siromašnih porodica; i eventualno nešto što ne bilježite bitnim ako se neka od skupina osjetljive djece češće pojavljuju u riziku

Dodati odvojen red prije ovoga, sa - Ukupan broj djece identifikovane u riziku

[illegible]

NAZIV OSNOVNE ŠKOLE:

POL:		M			
UZRAST		6 DO 9	10 DO 12	13 DO 16	Ukupno M
Ukupan broj djece u riziku (A + B) *					
Broj djece kojoj je pružen neki vid podrške	Razgovor s učenikom / roditeljem**				
	Grupni rad				
	Individualni plan podrške				
	Individualni plan brige				
A - Broj djece čija su ponašanja evidentirana kroz evidencioni list propisan pravilnikom					
B - Broj djece koja su identifikovana zbog ostalih rizičnih ponašanja i reakcija					

* Sva djeca koja su na nivou škole identificirana **sa potvrđenim rizikom** bez obzira na to da li je djetetovo ponašanje evidentirano u Evidencioni list ili samo zabilježeno kroz interne evidencije škola

Od ukupnog broja pružene podrške (bilo koji vid od ponuđenih) procentualno odrediti kolika je:	
Podrška pružena online	
Podrška pružena uživo	

Ž				Ukupno (M+Ž)	Od ukupnog broja osjetljive grupe		
6 DO 9	10 DO 12	13 DO 16	Ukupno Ž		Djeca s posebnim potrebama	Djeca romske nacionalne manjine	Djeca iz siromašnih porodica

** Podrška djetetu je pružena na nivou razgovora s djetetom i/ili roditeljem. Razgovor je obavio nastavnik ili stručni suradnik.

Grupni rad na prevenciji rizičnih ponašanja

U prethodnom dijelu opisan je individualni pristup djeci za koju se utvrdi da su u riziku. Međutim, za određene probleme, stručna služba može procijeniti da je potreban i grupni rad na nivou razreda, pa čak i na nivou škole, kako bi se djetetu pružila što kompletnija podrška.

Naprimjer, ukoliko dijete ima problem sa odbacivanjem od strane vršnjaka zbog poteškoća u razvoju, neadekvatne socijalne kompetencij, ili recimo pripada marginaliziranoj grupi koja je pod pritiskom predrasuda, nije dovoljno pružiti podršku djetetu i porodici bez istodobnog rada na mijenjanju stavova i ponašanja ostale djece u razredu. U takvim, ili bilo kom drugom slučaju za koji je grupni rad u najboljem interesu djeteta, **integralni dio Programa sekundarne prevencije čini i grupni rad.**

KLJUČNI POJMOVI

Šta podrazumijeva grupni rad?

Grupni rad je integralni dio Programa sekundarne prevencije za djecu u riziku, koji se provodi uz pomoć unaprijed pripremljenog seta radionica.

Dakle, grupni rad je u ovom slučaju dio Individualnog plana podrške ili brige, kao jedna od mjera koja se preporučuje za određeno dijete.



Pored toga, grupni rad može se koristiti i kao grupna mjera za određeni broj djece koja su suočena sa sličnim faktorima rizika ili imaju slične razvojne ciljeve. Naime, **grupni rad sa manjim grupama djece koja imaju slične probleme**, pri čemu se ciljano radi na razvoju određenih vještina, odvikavanju od nepoželjnih oblika ponašanja ili razvijanju pozitivnih osobina ličnosti, pokazao se posebno uspješnim u sklopu Programa sekundarne prevencije koji se realizira u osnovnim školama Tuzlanskog kantona. Intervencija sa određenim grupama djece u riziku može se provoditi tokom cijele školske godine, kroz rad u malim grupama. Detaljan prikaz tog pristupa opisan je u dokumentu **Program sekundarne prevencije: priručnik za vođenje programa za Tuzlanski kanton**^[5], a ovdje ćemo iznijeti samo njegove osnovne odrednice.

Grupe sačinjava stručna služba, vodeći računa o individualnim potrebama djece, tipu problema sa kojima se suočavaju i uzrastu. Vrlo je važno **unaprijed dobro isplanirati ciljne grupne intervencije u odnosu na individualne potrebe, tip problema i uzrast djece**, jer pojedine radionice mogu biti kontraproduktivne za pojedinu djecu. Naprimjer, ukoliko stavimo jedno ekstremno socijalno anksiozno dijete u grupu sa djecom koja manifestiraju neprihvatljive oblike ponašanja, mogli bismo proizvesti kontraefekat još većeg povlačenja i još izraženijeg straha od socijalnih odnosa.

Preporučuje se da se grupni sastanci održavaju **jednom sedmično**, poslije ili prije redovne nastave, u trajanju do dva sata. Rad grupa odvija se u školi, pri čemu je škola dužna osigurati posebnu prostoriju za grupni rad, koju je po potrebi dozvoljeno i mijenjati postavljanjem plakata, crteža, pravila grupe itd. Vrijeme rada grupe se prilagođava nastavi i rasporedu učenika, te je najzgodnije organizirati rad u međusmjeni.

Ciljevi grupnog rada općenito su usmjereni na to da djeci omoguće **uspješnije funkcioniranje u odnosu na sebe, druge, i svoju okolinu.**

[5] PROGRAM SEKUNDARNE PREVENCIJE:

Priručnik za vođenje programa, dostupan putem internet-stranice <https://www.cprc.ba/resources>

Bez obzira na konkretnu temu koja se iskustveno obrađuje, svaki rad u grupi podrazumijeva:

- **usmjeravanje svih članova grupe na aktivno sudjelovanje u radu;**
- **tipične grupne procese: upoznavanje i povezivanje grupe, stvaranje identiteta grupe, stvaranje i osnaživanje grupne kohezije, razvoj grupne dinamike, proces rastanka;**
- **različite interakcije između grupe i pojedinca: uočavanje i razumijevanje značenja pripadnosti grupi, uočavanje rezultata koji se postižu radom u grupi, prihvatanje međusobnih razlika i sličnosti, komunikaciju unutar grupe, učenje zadovoljavanja ličnih potreba unutar zajednice bez sukoba, ukazivanje na potrebu prihvatanja pravila i normi grupe uz poštovanje vlastite individualnosti, učenje odgovarajućih oblika ponašanja u konfliktnim situacijama, učenje tolerancije i suradnje, te nošenje sa problemima i stresnim situacijama u grupnom okruženju.**

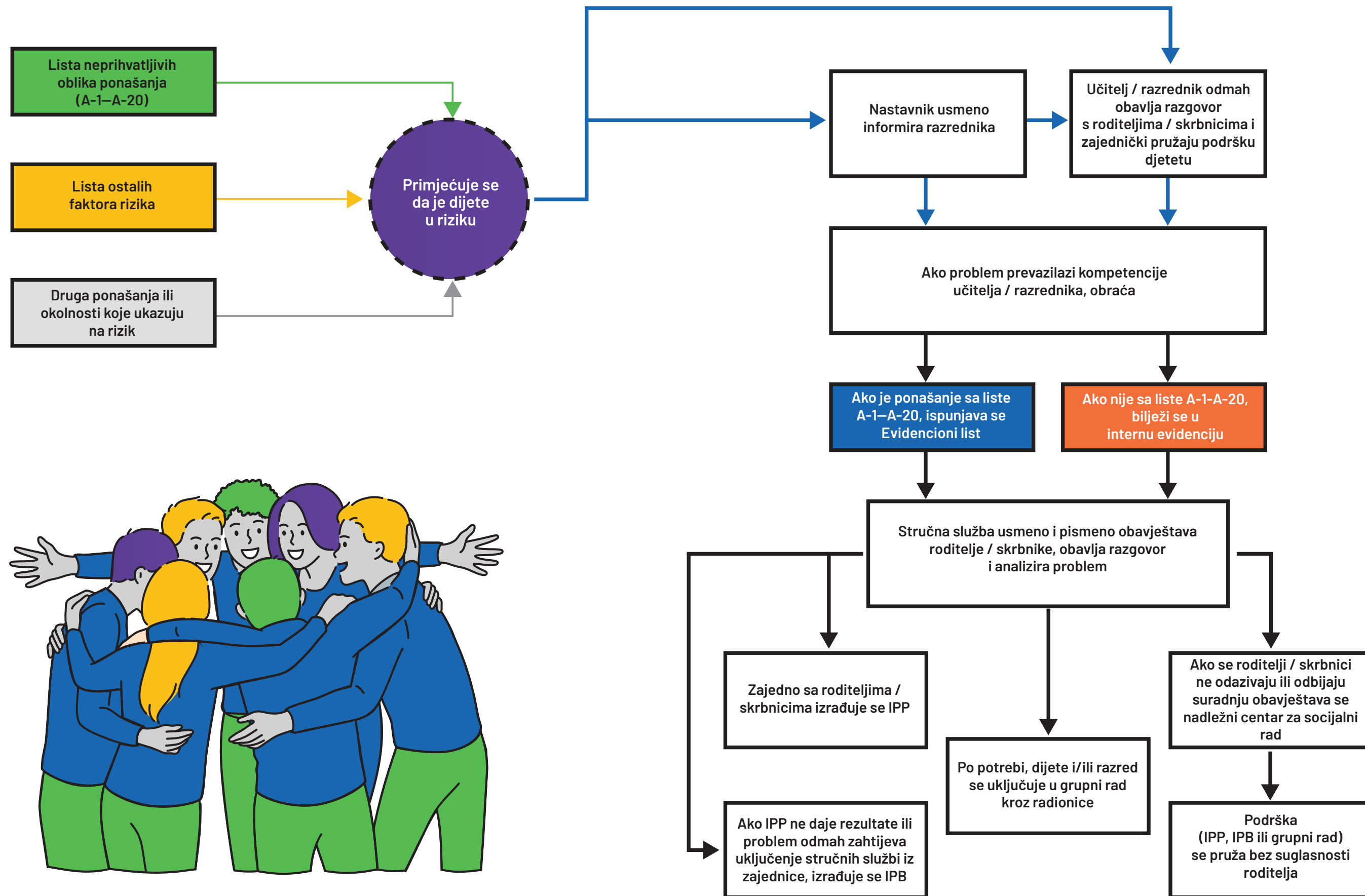
Grupni rad se realizira kroz **unaprijed pripremljen set radionica koje su na raspolaganju u dodatku ovog priručnika**^[6] a čiji je sadržaj jasno strukturisan i usmjeren na iskustveno učenje

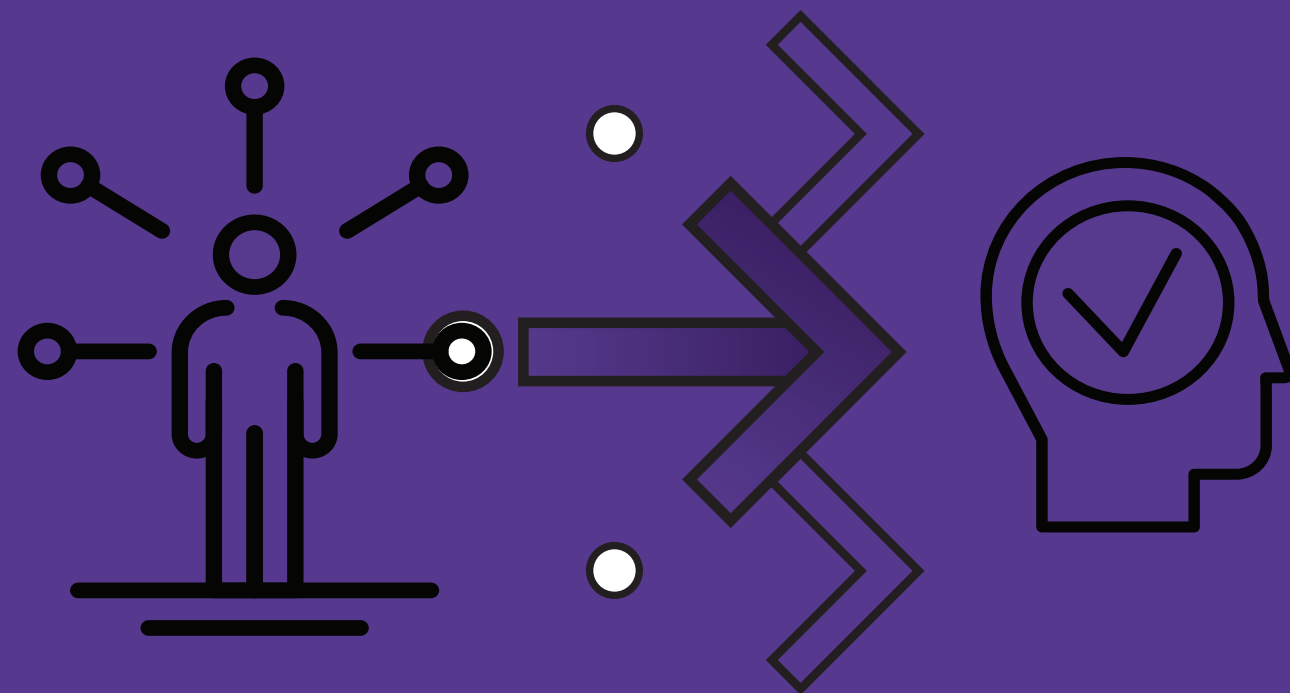
sljedećih tematskih cjelina:

- **Odnos prema sebi**
- **Odnos prema drugima**
- **Odnos između polova**
- **Emocije**
- **Porodica**
- **Škola**
- **Prijateljstvo**
- **Slobodno vrijeme**

[6] Set radionica dostupan je na USB stiku uz ovaj priručnik, ili putem internet-stranice <https://www.cprc.ba/resources>, u dokumentu PROGRAM SEKUNDARNE PREVENCIJE: Priručnik za vođenje programa.

SHEMATSKI PRIKAZ NAJVAŽNIJIH KORAKA U PROGRAMU PREVENCIJE





Kako identificirati djecu kojoj je potreban IPP i IPB?



Kako identificirati djecu kojoj je potreban IPP i IPB?



Lista neprihvatljivih oblika ponašanja (A-1--A-20)

Za početak, kao što smo vidjeli u prethodnom dijelu, sva ponašanja koja se nalaze na Listi neprihvatljivih oblika ponašanja (A-1 – A-20), automatski su indikator za okupljanje tima za podršku i izradu IPP-a ili IPB-a ukoliko je učešće stručnjaka iz zajednice odmah neophodno. Ova ponašanja su jasno opisana i u samom Pravilniku, a može ih primijetiti svaki učitelj ili nastavnik bez posebne obuke, jer se uglavnom radi o ponašanjima koja na neki način direktno ugrožavaju:

- **samo dijete (konzumacija alkohola, cigareta, droga, vrijeme provedeno u kladionici i kafićima, samoozljeđivanje itd.)**
- **drugu djecu (verbalno i fizičko nasilje, ugrožavanje drugih u digitalnom okruženju, tuče, otuđivanje stvari, govor mržnje itd.)**
- **okruženje (krši pravila škole, uništava javno dobro u i oko škole itd.)**

Prostor označen kao A-20 ostavljen je za slučaj kada učitelj ili nastavnik primijete neko drugo ponašanje za koje je jasno da ugrožava samo dijete, drugu djecu ili njegovo okruženje, a da pritom nije navedeno na ovoj listi. Time se ostavlja prostor da se neko ponašanje koje je definitivno za dijete i druge rizično, ne prepusti slučaju samo zato što nije na listi.

Međutim, možemo primijetiti da su neka od navedenih ponašanja sa liste zapravo relativno učestala, te u određenim supkulturama na prešutan način i društveno prihvatljiva. Takav je slučaj, naprimjer, sa vremenom provedenim u kafiću ili kladionici: „**Ma neće mu od tog ništa biti...**“, sa bezazlenim tučama ispred škole ili ugrožavanjem druge djece u digitalnom okruženju: „**Ma to je obična dječija igra, treba djecu malo pustiti da se čeliče...**“, ili sa skitnjom i prosjačenjem: „**Ma to njega šalju roditelji, ništa se tu ne može.**“



Izuzetno je važno kontinuirano obučavati kompletno osoblje o važnosti prevencije svih ponašanja sa liste, bez obzira na to da li ih nastavnici lično smatraju bezazlenim i prolaznim.

Odgovornost svakog nastavnika za pravovremeno prijavljivanje ovih ponašanja, te odgovornost stručne službe da pokrene tim za pružanje podrške ili brige ne smije biti stvar ličnog stava ili izbora, već obaveza svakog nastavnika i suradnika.



Ostali faktori rizika

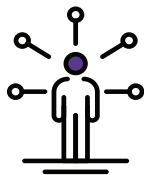
U daljnjem tekstu ćemo ukratko opisati najvažnije smjernice za obučavanje nastavnika za prepoznavanje i reagiranje na ostale faktore rizika. I ovdje jednako važno napomenuti da lista nije konačna. Ako primijetimo ponašanja ili poteškoće za koje je jasno da spadaju u neku od navedenih kategorija rizika, a da pritom nisu na listi, to nije razlog da djetetu ne osiguramo pravovremenu podršku.



Poteškoće u učenju i ponašanju

A	POTEŠKOĆE U UČENJU I PONAŠANJU
1.	Učenik / učenica pokazuje poteškoće u savladavanju nastavnog gradiva
2.	Učenika / učenica pokazuje specifične poteškoće čitanja, pisanja i/ili računanja
3.	Učenik / učenica je nezainteresiran(a) za nastavu (odsustvo motivacije za nastavu)
4.	Učenik / učenica ima poteškoće sa pažnjom i koncentracijom
5.	Učenik / učenica pokazuje impulzivno ponašanje (nema strpljenja, ne može mirno da sjedi na času, nemogućnost čekanja na red, odgovara prije nego što nastavnik završi pitanje)

Budući da su indikatori u ovoj kategoriji često prisutni kod djece koja imaju određene poteškoće ili poremećaje u razvoju, ovdje je važno napomenuti da veliki broj djeca koja nisu kategorisana kao djeca s poteškoćama u razvoju, također mogu pokazivati neke od ovih indikatora. Ove poteškoće mogu biti usko ograničene na samo jedan domen razvoja (kao što je slučaj sa disleksijom, diskalkulijom itd.), mogu biti stalne ili privremene (kao naprimjer kod djece koja su pod utjecajem traumatskog događaja pa privremeno imaju ometeno kognitivno funkcioniranje), a mogu biti i generalizirane, kao rezultat pedagoške ili odgojne zapuštenosti djeteta, pri čemu bi dijete imalo dovoljne kognitivne sposobnosti za savladavanje školskih zadataka, ali ima previše ozbiljne zaostatke u odnosu na svoju generaciju. **Najsigurniji kriterij za prepoznavanje da li za dijete potražiti pomoć od stručne službe jeste da ono ima značajno veće poteškoće pri savladavanju gradiva od većine djece svog uzrasta.**



I ovdje je važno zaštititi djecu od nekih ustaljenih **uvjerenja i predrasuda da su neka djeca „jednostavno loši učenici“**. Naprimjer, nije rijetkost da se dijete koje je iz funkcionalne porodice, bez ikakve anamneze poteškoća ili poremećaja u razvoju, kroz cijelu osnovnu školu „provlači“ kao izuzetno loš učenik, a da se nijedan nastavnik nije zapitao šta stoji u pozadini njegovog slabog školskog uspjeha. Etiketa „loš učenik“ vrlo se lako „lijepi“, a mnoga djeca bi uz adekvatnu timsku podršku koja se pruži već od prvih razreda osnovne škole mogla mnogo bolje da se nose sa školskim izazovima. O ovoj grupi indikatora posebno je značajno razgovarati sa učiteljima, jer je pravovremena intervencija od ključnog značaja.

Od posebnog je značaja da svaki učitelj i nastavnik bude upoznat sa osnovama i prepoznavanjem tipičnih poteškoća iz ove kategorije: disleksija, diskalkulija, disgrafija, dispraksija, disfazija, kao i sa osnovnim znanjima o poremećaju hiperaktivnosti i deficita pažnje, kako bi na vrijeme prepoznali simptome i organizirali podršku za dijete i omogućili mu da iskaže svoj potencijal na načine koji su za njega mogući. U tradicionalnom školskom sistemu, sva ova djeca etiketiraju kao „loši učenici“, njihovi roditelji često ni sami ne znaju o kakvim je poteškoćama zapravo riječ, a podrška u školi potpuno izostaje. Prilagođavanje nastavnih sadržaja, fleksibilnost u načinu ispitivanja i ocjenjivanja, te isticanje jakih strana djeteta, neke su od najčešćih metoda za podršku ovoj djeci, a zadatak je stručne službe da učitelje, nastavnike, ali i roditelje, na vrijeme upozna sa mogućnostima podrške.



Odnos sa vršnjacima u školi

B	ODNOS SA VRŠNJACIMA U ŠKOLI
1.	Učenik / učenica nije prihvaćen(a) od strane vršnjaka u odjeljenju ili on / ona ne prihvata vršnjake
2.	Učenik / učenica je izložen(a) nasilju (verbalnom, fizičkom i relacijskom) od vršnjaka
3.	Učenik / učenica se žali na ponašanje vršnjaka



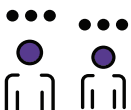
Uporedo sa radom sa djecom koja imaju sklonost nasilnom ponašanju i ugrožavanju druge djece, **jednako je važno raditi na osnaživanju djece koja nisu prihvaćena od svojih vršnjaka, odbačena su, izložena nasilnom ponašanju i drugim vidovima ugrožavanja od strane druge djece.** Prisjetimo se primjera gdje u školi imamo dijete koje je tokom odmora drugom djetetu silom navuklo kesu na glavu, pa su mu se svi smijali. Individualni plan podrške za dijete koje je to učinilo i ne razumije posljedice svog ponašanja na drugo dijete, jednako je važan kao i plan podrške za dijete koje je taj događaj pretrpjelo. Plan prevencije morao bi biti praćen i grupnim radionicama na kojima se iskustveno uči o tome da nije „glavni“ onaj koji će ugroziti drugoga, već onaj koji će ga odbraniti. U primjeru koji pominjemo, koji je nažalost stvaran i dogodio se nedavno, sve što je učinjeno je da je jednom učeniku sniženo vladanje i dodijeljen ukor.

Djecu koja nisu prihvaćena, usamljena su ili odbačena zaista nije teško prepoznati pa rana identifikacija ne zahtijeva posebnu obuku. **Ono što, međutim, zahtijeva dodatnu obuku jeste kada je zadatak učitelja i nastavnika da odreagiraju.** Vrlo često, posebno u našoj kulturi, ova djeca će ostati nezaštićena pod parolom „*neka se malo čeliči*“, „*neka se sam izbori*“ i slično. I dok svađe, nesporazumi i konflikti sa vršnjacima jesu važan dio socijalnog razvoja kroz koji djeca uče da se bore za svoje mišljenje, pregovaraju i dolaze do kompromisa, **nijedno dijete ne treba biti izloženo fizičkom i verbalnom nasilju, odbačeno ili na drugi način ugroženo, da bi se „čeličilo“**. Iako zvuči sasvim razumno, ovo nije izjava sa kojom bi se svaki učitelj i nastavnik složio, a još ih je više koji, iako se sa njom ne slažu, vjerovatno neće odreagirati, pravdajući se da su to „*samo obična dječija posla*“. Posebno je opasno opštevažeće načelo da se „*ne smije biti tužibaba*“, koje nerijetko promovišu i sami učitelji, a djeca ranog školskog uzrasta mogu vrlo ozbiljno da ga shvate i stoga prečute ugrožavanje ili nasilje kojem su izloženi ili kojem svjedoče. Vrlo je važno takva uvjerenja postepeno mijenjati, te **buditi svijest kod učitelja i nastavnika o tome kolika je zapravo njihova moć da ovoj djeci na vrijeme pomognu, a kakve su dugoročne posljedice koje pretrpljeno nasilje može imati na samopoštovanje, sliku o sebi i odnose sa drugima.**

Djeca mogu biti neprihvaćena iz raznih razloga, i različite će biti intervencije kojima im se može pomoći. Neka djeca su neprihvaćena jer nemaju razvijene socijalne vještine, pretjerano su **agresivna, impulzivna i nekontrolirana u svojim odnosima prema drugoj djeci.** Kod ovakve djece trebaće raditi na regulaciji emocija, samokontroli i osnovnim socijalnim vještinama. Neka djeca su neprihvaćena uslijed svoje **pretjerane povučenosti, preosjetljivosti, visoke socijalne anksioznosti i nesigurnosti u sebe**, pa će kod njih intervencija biti usmjerena na osnaživanje i olakšavanje procesa socijalizacije kroz usmjerene radionice i grupne aktivnosti. Neka djeca su izolirana uslijed okolnosti kojima sami nisu ni doprinijeli, kao što je slučaj **sa djecom iz marginaliziranih ili osjetljivih grupa.** Neka opet mogu biti neprihvaćena uslijed svojih **neobičnih interesovanja i atipičnosti, kao što je čest slučaj sa darovitom djecom**, koja sa vršnjacima teško nalaze zajedničke teme.

Bilo koji da je razlog u pitanju, **previše često u praksi se ova djeca jednostavno puštaju da se sama snalaze, posebno ako je riječ o djeci koja ne prave nikakve probleme nastavniku.** Tek kada neprihvatanje eskalira u nasilno ponašanje, uslijedi reakcija, uvelike zakasnjela.

O Odnos učenika i nastavnika



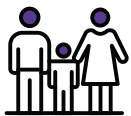
C	ODNOS UČENIKA / UČENICE I NASTAVNIKA / NASTAVNICE
1.	<i>Učenika / učenicu vrlo često moram upozoriti na njegove / njene postupke</i>
2.	<i>Učenik / učenica se vrlo često verbalno sukobljava sa nastavnikom / nastavnicom</i>
3.	<i>Nastavnik / nastavnica procjenjuje učenika / učenicu kao „teškim za suradnju“</i>

Ova lista ima samo tri indikatora, a odnose se na često remećenje procesa nastave, opiranje autoritetu i verbalno sukobljavanje sa nastavnikom. Ova lista ima samo tri indikatora, a odnose se na često remećenje procesa nastave, opiranje autoritetu i verbalno sukobljavanje sa nastavnikom. Ponašanja su lako uočljiva i svaki će nastavnik u njima prepoznati bar jednog svog učenika. Ono što veliki broj nastavnika neće uraditi, jeste da traži pomoć stručne službe kako bi popravio svoj odnos sa njima. Podrazumijeva se da nastavnik sam gradi svoj autoritet i sam se nosi sa ovakvim problemima. Problem je u tome što nastavnici koji se o ovakvim ponašanjima ne konzultuju sa stručnom službom na vrijeme, vrlo često koriste sasvim pogrešne metode, pa iako vjeruju da ga iskorjenjuju, oni zapravo još više potiču opisana ponašanja. O značaju izgradnje odnosa između učenika i nastavnika biće više riječi u dijelu „Kako pomoći odraslima da oni pomognu djeci“. Za sada, najvažnije je potaći nastavnike, i to posebno one mlađe, koji svoj autoritet i odnose sa učenicima tek izgrađuju, da to rade u stalnoj suradnji sa stručnom službom, kako bi dugoročno olakšali svoj posao i pomogli djeci.

O Odnos učenika i roditelja

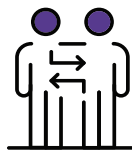
D	ODNOS UČENIKA / UČENICE I RODITELJA
1.	<i>Učenik / učenica je neuredno i neprikladno odjeven(a)</i>
2.	<i>Učenik / učenica je higijenski zapušten(a)</i>
3.	<i>Izostanak emocionalne bliskosti („hladan odnos“) između roditelja i učenika / učenice</i>
4.	<i>Vidljive povrede (modrice...) na tijelu učenika / učenice</i>
5.	<i>Učenik / učenica se žali na ponašanje roditelja</i>
6.	<i>Roditelj se žali na ponašanje učenika / učenice (svog djeteta)</i>
7.	<i>Pretjerano zaštitničko ponašanje roditelja prema učeniku / učenici</i>
8.	<i>Roditelj je nekritičan prema ponašanju učenika / učenice („slijepo mu / joj vjeruje“)</i>
9.	<i>Roditelj nema povjerenje u učenika / učenicu („sve provjerava“)</i>
10.	<i>Nastavnik svjedoči nasilju roditelja nad učenikom / učenicom</i>

Lista indikatora o odnosu učenika i roditelja nešto je duža i sastoji se od vrlo različitih problema. Mnoga od ovih ponašanja poznata su nam kroz primjere iz vlastite prakse i znamo da nisu dobra. Međutim, „zadiranje“ u porodični život, odgojne stilove i roditeljske odluke priličan je tabu u našoj kulturi. Čak i u situacijama kada je već došlo do nasilja, čak i kada sumnjamo na zlostavljanje ili zanemarivanje u porodici, rijetki su oni koji se usude reagirati, osim ako je situacija zaista alarmantna. Nasilni roditelji mogu biti prijetnja i za nastavnike koji bi se odlučili prijaviti to ponašanje, pa je sigurnije šutjeti. Stoga, nije upitno kako će učitelji nastavnici ova ponašanja prepoznati, već kako ih motivirati da na njih reaguju.



Jedan od osnovnih ciljeva Programa sekundarne prevencije i jeste da pružanje podrške djeci kod koje se primijete problematični odnosi sa roditeljima postane obaveza učitelja i nastavnika, a ne pitanje lične odluke. Pred stručnom službom je nezahvalan zadatak da dugoročno i kontinuirano obučava nastavnike i učitelje o važnosti, ali i obavezni da se na svako primijećeno ponašanje iz ove liste, ili bilo koje njemu slično, obavezno obrati stručnoj službi. Ovo je posebno veliki izazov u malim sredinama, gdje se ljudi međusobno poznaju, pa se porodični problemi utoliko jače skrivaju od pogleda javnosti.

O Odnos roditelja prema školi



Neke smjernice za motiviranje nastavnika da ozbiljno shvate i aktivno sudjeluju u procesu prevencije date su u sljedećem poglavlju, ali kada je u pitanju prijavljivanje slučajeva problematičnog roditeljstva, najvažnija će biti istrajnost u njihovoj kontinuiranoj edukaciji o značaju prijavljivanja.

E	ODNOS RODITELJA PREMA ŠKOLI
1.	<i>Roditelj ne dolazi na informacije i roditeljske sastanke</i>
2.	<i>Roditelj ignoriše sugestije školskog osoblja (razrednika, nastavnika i stručne službe škole...)</i>
3.	<i>Roditelj odbija suradnju sa stručnom službom škole (ne odaziva se na poziv)</i>
4.	<i>Roditelj je nasilan u kontaktu sa školskim osobljem (razrednikom, nastavnicima ...)</i>

Neadekvatan odnos roditelja prema školi vjerovatno je i najteža prepreka sa kojom se stručno osoblje škola redovno susreće pri rješavanju problema sa djecom. Odbijanje suradnje, ignoriranje sugestija nastavnog i stručnog osoblja, ignoriranje poziva, pa čak i nasilno ophođenje, psihološki su zid pred kojim i najdobronamjerniji profesionalci nekad ustuknu, budući da je zaista teško pomagati djetetu čiji su roditelji potpuno nespremni za suradnju. Identifikacija djece koja su pod rizikom uslijed problematičnog odnosa roditelja prema školi nije sporna, ali pravovremena reakcija nastavnog i stručnog osoblja može biti od kritičnog značaja za pomoć djetetu. U narednom dijelu Priručnika, koji govori o motiviranju različitih učesnika u procesu prevencije, dati su neki prijedlozi koji bi mogli biti od koristi pri pokušaju da se ovakvi roditelji pridobiju za suradnju. Međutim, možda i najvažnija novina koju Program prevencije nudi profesionalcima u školi upravo je dužnost da se, u slučaju odbijanja saradnje, IPP/IPB izrađuje bez suglasnosti roditelja, a nadležne socijalne službe obavijeste o odbijanju suradnje. Više informacija o postupanju sa djecom čiji roditelji odbijaju suradnju dato je u odjeljku o izradi IPP/IPB, kao i u dijelu sa najčešće postavljenim pitanjima.

O Sposobnost nošenja sa problemima

F	SPOSOBNOST NOŠENJA SA PROBLEMIMA
1.	<i>Učenik / učenica izbjegava tražiti pomoć od odraslih osoba</i>
2.	<i>Učenik / učenica je mišljenja da ne može utjecati na budućnost</i>
3.	<i>Učenik / učenica je mišljenja da drugi određuju njegov život</i>
4.	<i>Učenik / učenica je mišljenja da je „sam(a) kriv(a) za sve“ i da mu / joj „nema pomoći“</i>
5.	<i>Učenik /učenica loše reagira kada pogriješi (ne može se smiriti: vrišti, plače...)</i>

Ova grupa ponašanja ne spada u uobičajene školske probleme i rijetko se nastavnici i učitelji obraćaju stručnoj službi radi njih. Međutim, dugoročno gledano, sposobnost nošenja sa problemima jedna je od najvažnijih životnih vještina koje djecu možemo naučiti, vjerovatno važnija od velikog dijela gradiva kojem ih podučavamo. Srećom, svi navedeni indikatori spadaju u ponašanja koja se relativno lako i uspješno mogu mijenjati.



Traženje pomoći od odraslih osoba posebno je pod utjecajem učitelja i nastavnika jer svojim reakcijama na traženje pomoći mogu kod djeteta potaći ili obeshrabriti to ponašanje. Veoma je važno dijete ohrabrivati da traži pomoć kada osjeća da mu je potrebna, a da to ne doživljava kao znak slabosti. Naprimjer, dijete koje osjeti da je pod stalnim pritiskom i u strahu od dobijanja slabije ocjene može se obratiti razredniku tim povodom.

Razrednik mu može reći: **„Nije to ništa, samo ti vrijedno radi i dobijaćeš sve petice.”**, ili mu može predložiti da zajedno odu kod pedagoga ili psihologa kako bi im pokazao neke tehnike kojima se strah i anksioznost mogu smanjiti i kontrolirati: **„I ja sam bio takav kad sam išao u školu, ali onda me je jedan super pedagog naučio kako da smanjim taj strah. Šta misliš da zajedno odemo našem pedagogu da ti pokaže par takvih trikova?”** U prvom slučaju, anksioznost se neće smanjiti. U drugom slučaju, razrednik vlastitim primjerom pokazuje da je uredu tražiti pomoć, prikazuje problem kao rješiv i ohrabruje dijete da potraži pomoć. Ovo je relativno mala intervencija, ali može biti vrlo značajna.

Ostala četiri indikatora, ukoliko se na vrijeme primijete, spadaju u **reakcije koje se mogu oblikovati uz pomoć relativno jednostavnih psiholoških tehnika** kognitivno-bihevioralne orijentacije, o kojima će biti više riječi u dijelu o tehnikama rada sa djecom.

○ Internalizirana ponašanja

G	INTERNALIZIRANA PONAŠANJA
1.	Učenik / učenica ima poteškoće u komunikaciji sa vršnjacima (izbjegava kontakt, osjeća nelagodu)
2.	Učenik / učenica u komunikaciji izbjegava kontakt očima
3.	Učenik / učenica ne pokazuje interes za druge djeluje bojažljivo, nesretno i tužno
4.	Učenik / učenica djeluje usamljeno i izolirano
5.	Učenik / učenica konstantno grize nokte, štipa kožu, čupa kosu ili neke druge dijelove tijela
6.	Učenik / učenica je sklon(a) samoozljeđivanju
7.	Učenik / učenica pokazuje jake izljeve bijesa pri minimalnim podražajima
8.	Učenik / učenica pokazuje pretjerano seksualizirano ponašanje
9.	Uočavaju se tikovi kod učenika / učenice (nekontrolirane motoričke reakcije...)
10.	Uočavaju se nagle promjene u težini učenika / učenice
11.	Učenik / učenica često odlazi u toalet
12.	Učenik / učenica se konstantno žali na bolove u stomaku, glavobolje, mučnine ...
13.	Učenik / učenica pokazuje nelagodu pri fizičkom kontaktu (zauzima odbrambeni stav, neadekvatno reaguje...)
14.	Učenik / učenica pokazuje separacijsku anksioznost (nelagodu kod odvajanja od roditelja)
15.	Kod učenika / učenice se uočavaju poteškoće u kontroli eliminacijskih funkcija (mokrenja i pražnjenja crijeva)
16.	Kod učenika / učenice se uočavaju govorno-jezičke poteškoće (tapanje, mucanje, usporen razvoj govora ...)
17.	Kod učenika / učenice je primjetan specifičan sadržaj crteža i pismenih radova

Internalizirana ponašanja i reakcije spadaju u vrlo široku grupu reakcija kod kojih se **simptomi psihološkog pritiska usmjeravaju ka unutra, na vlastitu ličnost i izazivaju unutarnji osjećaj nelagode**. U internalizirane reakcije ubraja se širok spektar ponašanja od kojih su najčešća izraženo povlačenje u sebe, depresivnost, anksioznost, psihosomatske tegobe itd. Ova ponašanja razlikujemo od eksternaliziranih, pri kojima se simptomi psihološkog pritiska usmjeravaju ka napolje, u vidu agresivnog ponašanja, delinkvencije, antisocijalnog ponašanja, opiranja autoritetu itd. Važno je istaći tu razliku, jer je često riječ o istim ili sličnim uzrocima, ali suprotnim reakcijama. Djeca koja „eksternalizuju”, vrlo brzo dođu u centar pažnje nastavnika i stručnih službi jer svojim ponašanjem privlače pažnju. Zamislite kako to izgleda kada takve snažne, pa i agresivne reakcije i ponašanja usmjerimo ka unutra, na svoje tijelo.



Djeca koja „internalizuju”, odnosno sav psihološki pritisak „ispuštaju” u sebe, veoma često izmiču pažnji i nastavnika i stručnih službi. To su često djeca koja „ne prave probleme”, mirna su, tiha i povučena, eventualno se žale na glavobolju i bol u stomaku, ali u suštini ne remete nastavni proces, pa se niko na njih ne žali. Međutim, ovoj djeci je itekako potrebna pomoć. Svaki od indikatora na listi može biti važan u identifikaciji psihološkog pritiska i nijedan ne treba zanemariti, jer dugoročno „gutanje” pritiska može da ima posljedice i na psihološko i na fizičko zdravlje i sigurnost djeteta.

Naprimjer, vrlo anksiozno dijete u školi može izgledati kao „savršeno dijete”, dijete koje ima dobre ocjene i naizgled skladne odnose sa vršnjacima, iako je mirno i povučeno. Međutim, to dijete može osjećati kontinuirani psihološki pritisak i anksioznost u raznim, najobičnijim situacijama, u kojima ostala djeca i ne primijete da se nešto dešava. Recimo, kada učitelj kritizira cijelo odjeljenje jer su bili nemirni, ovo dijete to jako teško podnosi čak i ako ništa nije skrivilo. Sama pomisao da je dio grupe koji učitelj trenutno kritizira u njemu izaziva visok nivo stresa koji pokreće niz fizioloških reakcija (znojenje, drhtanje, uznemiren želudac, glavobolju itd.) Pritisak raste još više kada se nađe u situaciji testiranja, što je u školi svakodnevna pojava. Ako ga zadirkuju druga djeca, neće odreagirati, ali će pritisak još malo da poraste. Problem nastaje ako je dijete dugotrajno, godinama, izloženo kontinuiranom stresu, jer prirodni sistem reagiranja na stres u vidu lučenja „hormona stresa” drži tijelo u stalnoj napetosti. Reakcije se usložnjavaju, pa mogu dovesti do pojave tikova, prisilnih radnji, depresivnosti, a u ekstremnim slučajevima, posljedično, i do samoozljeđivanja i suicidalnosti.

Izuzetno je važno na vrijeme uočiti i stručnoj službi prijaviti djecu koja se bore sa internaliziranim reakcijama. Tehnike opuštanja, regulacija emocija i kognitivna obrada internaliziranih reakcija mogu u velikoj mjeri spriječiti eskalaciju problema, a uloga učitelja, nastavnika i roditelja zaista je od krucijalnog značaja u procesu pružanja podrške ovoj djeci



Ostali načini prepoznavanja djece u riziku

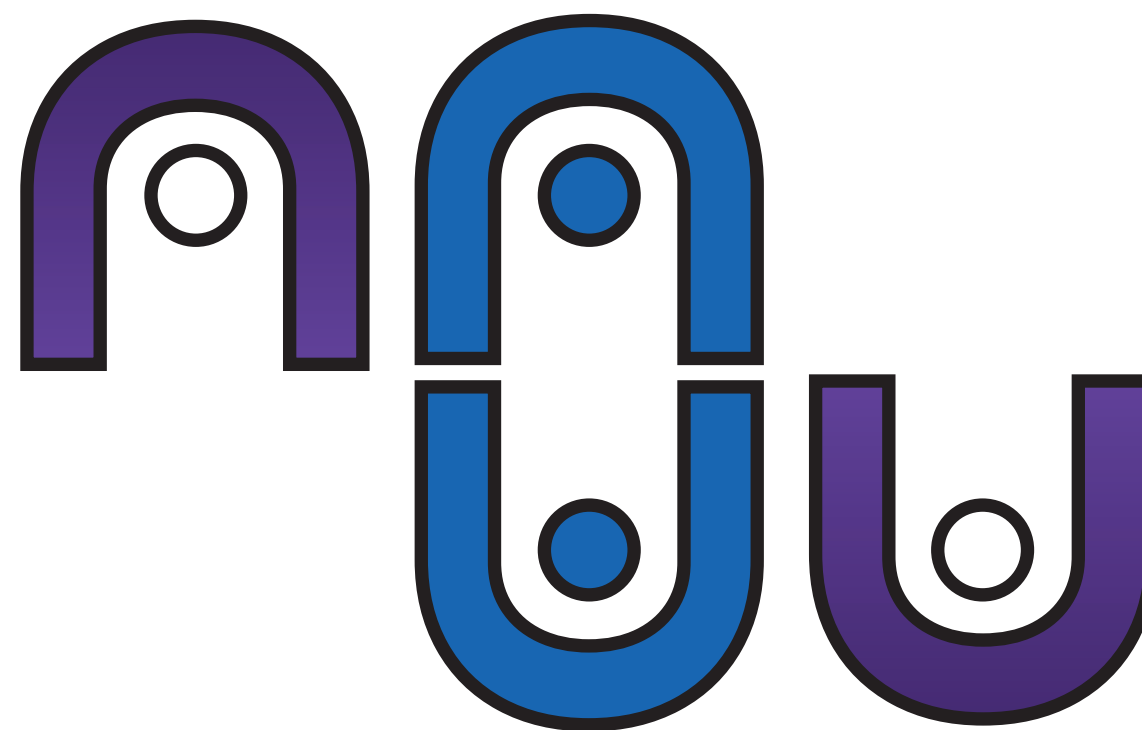
Veoma je važno još jednom naglasiti da ponašanja koja su nabrojana na Listi neprihvatljivih oblika ponašanja i Listi ostalih faktora rizika ne predstavljaju iscrpnu listu svih mogućih rizičnih ponašanja ili reakcija.

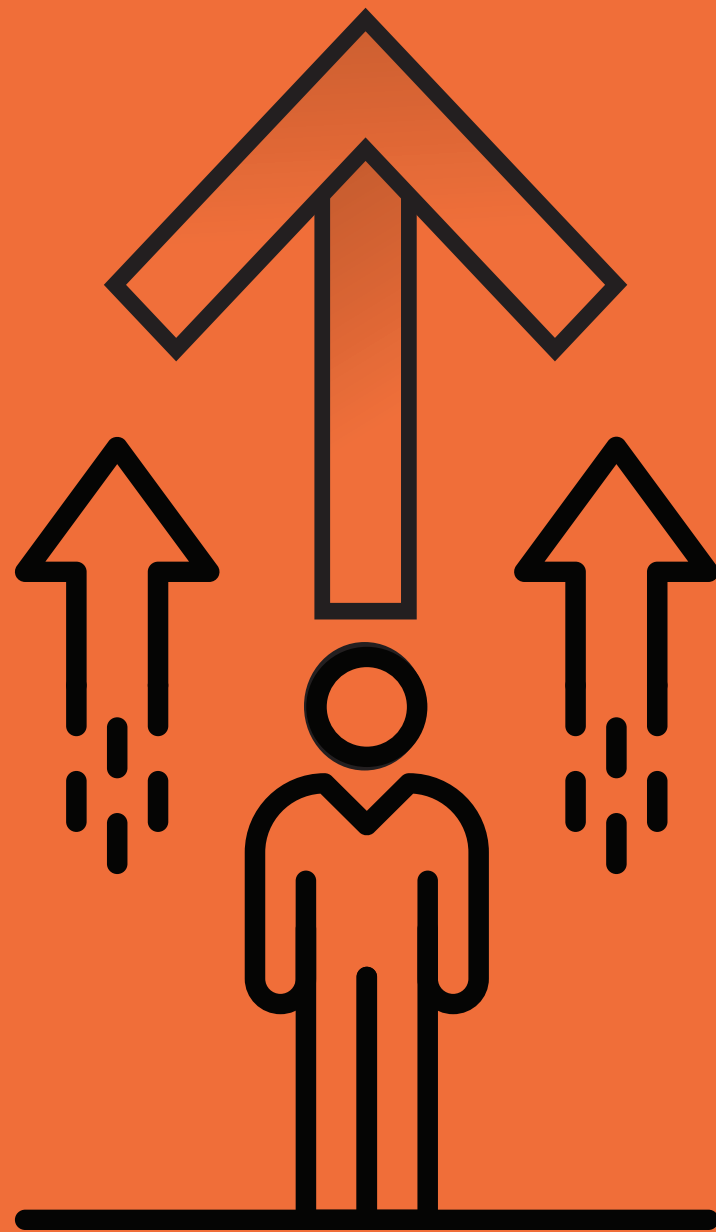


Naprimjer, desiće se da razrednik zna da je dijete iz visoko disfunkcionalne porodice iz koje su svi njegovi braća i sestre već imali različite probleme prilagođavanja. Međutim, trenutno se ne uočava nijedan indikator sa liste odnosa učenika i roditelja, niti dijete pokazuje vidljive reakcije iz drugih kategorija rizika. S jedne strane, budući da zasad za time nema potrebe, nemamo šta prijaviti stručnoj službi, niti ona ima elemente za predložiti za izradu IPP-a, ali s druge strane, bilo bi vrlo rizično jednostavno čekati da se pojavi simptomi ili indikatori sa liste. Slično je sa svom djecom koja odrastaju u akutno ili hronično disfunkcionalnim sredinama. U ovakvom slučaju, kada znamo da dijete jeste u riziku iako ga ne možemo „prepoznati“ ni u jednom konkretnom indikatoru sa liste, učitelj ili nastavnik treba dijete upoznati sa stručnom službom, koja može zatim procijeniti stanje i držati dijete „na oku“, uz redovne razgovore i praćenje.

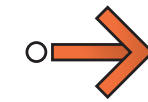
Isto tako, može se, naprimjer, desiti da roditelj dođe direktno u stručnu službu, na razgovor sa pedagogom ili psihologom, jer na to kao roditelj ima puno pravo. Naprimjer, roditelj može prijaviti da porodica prolazi kroz veliku krizu i da se plaši da će se to odraziti na dijete, iako ono to još uvijek ne pokazuje. Ukoliko se roditelj obrati učitelju, razredniku, ili stručnoj službi za pomoć jer procjenjuje da dijete ima problema, ali niko od nastavnika još nije uočio nijedan indikator sa već spomenutih lista, slučaj i dalje treba procijeniti, a porodici ponuditi podršku.

Konačno, iako relativno rijetko, i samo dijete može da se obrati stručnoj službi u potrazi za pomoći, u kom slučaju mu se obavezno treba pružiti podrška. Naprimjer, dijete može jako dobro naučiti da skriva svoje probleme, a da pritom osjeća da psihološki pritisak raste i da mu zaista treba pomoć. Zapravo, idealno bi bilo da svaka stručna služba istakne na vidnim mjestima u školi plakat ili redovno dijeli pamflete na kojima su jasno istaknuti: SOS telefon i/ili mejl-adresa na koju se dijete može samo javiti stručnoj službi ukoliko ga bilo šta muči ili osjeća potrebu da sa nekim porazgovara o svojim problemima. Na ovaj način, djetetu se olakšava proces traženja pomoći, a pritom može da se javi stručnoj službi bez rizika da ga druga djeca promatraju ili ispituju. Naravno, i u slučaju da im se samo dijete obrati, nastavno osoblje i stručna služba obavezni su pokrenuti proces pružanja podrške i brige.





Kako motivirati učesnike u procesu prevencije?



Kako motivirati učesnike u procesu prevencije?

Nakon čitanja prvog dijela Priručnika, iskusan stručni suradnik možda će prvo pomisliti da je sve to lijepo zamišljeno u teoriji, ali u praksi će teško funkcionirati. Djelomično je možda i u pravu. Nije jednostavno motivirati sve neophodne aktere da se aktivno uključe u proces prevencije. Ovdje je prvenstveno riječ o nastavnicima i roditeljima, jer sistem prevencije zaista teško može funkcionirati bez njihove suradnje. Dijete koje odbija poštovati pravila škole samo kod nastavnika matematike, dok kod drugih nastavnika dobro funkcionira, teško možemo „popraviti“ u stručnoj službi bez suradnje sa nastavnikom matematike. Dijete koje je rastrzano između vlastitih želja i sposobnosti, i pretjerano visokih očekivanja i pritiska roditelja, teško možemo „popraviti“ bez suradnje sa roditeljima.



Kako motivirati nastavnike?

Sagledajmo prvo stvari **iz perspektive nastavnika**. Školski nastavnici su se školovali prvenstveno za obrazovni dio svog posla. Pedagoško-psihološka grupa predmeta u relativno maloj mjeri je zastupljena na fakultetima, čak i na nastavničkim smjerovima, i objektivno ih ne priprema za odgojni, a još manje za psihološki rad sa djecom. Dakle, o psihološkim problemima i problemima u ponašanju oni uglavnom uče „u hodu“ i kroz iskustvo. S druge strane, zahtjevi kada je u pitanju prelaženje gradiva i ocjenjivanje često uvelike nadilaze vrijeme kojim raspolažu, pa je odgojni dio njihovog posla i formalno sveden na minimum. Nije onda čudo što ćemo u početku nailaziti na otpor kod pojedinih nastavnika koji smatraju da su ionako preopterećeni i da praćenje psihološkog života učenika jednostavno nije njihov posao. Njihov posao, smatraju oni, je da ih nauče gradivu iz svog predmeta, a ne da se bave njihovim problemima, životnim vještinama i psihološkim blagostanjem.



Neki nastavnici zato i dalje vide stručnu službu kao službu koja služi da, kada joj pošalju učenika koji ih na neki način ometa, „popravi“ učenika i vrati im ga na čas.

To bi bila dobra podjela posla kada bi mogla funkcionirati. Nažalost, u stvarnosti to jednostavno ne funkcionira.

Pripadnici stručne službe koji treba da provode Program sekundarne prevencije, kada se pitaju da li PSP može funkcionirati u praksi, najprije se sjete baš onih „najtežih“ nastavnika, za koje već unaprijed znaju da će biti teški ili nemogući za suradnju. Međutim, za početak, **izuzetno je važno prihvatiti činjenicu da sasvim sigurno, bar u početku, neće baš svi prihvatiti Program sekundarne prevencije i zdušno surađivati.** Stoga, nećemo odustati od Programa sekundarne prevencije zato što nekoliko „teških“ nastavnika ili učitelja u početku odbija sudjelovati i ignoriše zahtjeve PSP-a.



Treba dosta strpljenja i upornosti, učenja i vremena da se suštinske promjene uvedu u kompleksne sisteme kakav je škola, a otpor prema promjenama normalna je faza u uvođenju tih promjena.

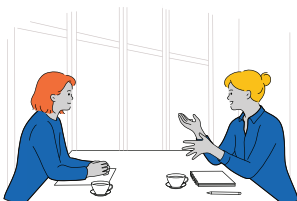
Slijedi nekoliko smjernica koje imaju za cilj olakšati posao za stručne suradnike koji su zaduženi za proces edukacije nastavnog osoblja, a koji je propisan i Pravilnikom.



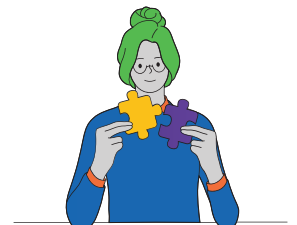
Prije nego što ih počnete obučavati ili savjetovati, stavite se ponekad na njihovo mjesto, doslovce, posebno ako nemate iskustva u nastavi. Preuzmite ponekad jedan čas i sagledajte razrednu atmosferu iz njihovih cipela. Bolje ćete razumjeti šta nastavnik može, a šta ne može, kako im ne biste postavljali neizvodljive zadatke.



Prihvatite činjenicu da jedno predavanje godišnje o Programu sekundarne prevencije neće ništa promijeniti. Predavanja, iako su nužna radi prenosa osnovnih informacija, općenito, nisu dovoljna da se ovakav program usvoji i prihvati. Da biste to ostvarili, nakon obaveznih predavanja **pokušajte ih obučavati postepeno, kroz radionice u manjim grupama, i to za nastavnike koji su zaista zainteresirani.** Možda će ih u početku biti malo, ali polako ćete stvarati „kritičnu masu“.



Da biste neku promjenu zaista prihvatili, morate pronaći unutarnju motivaciju. Promjena za vas mora imati smisla, biti vam zanimljiva, pa i korisna. Dajte priliku nastavnicima da u manjim grupama izlažu svoje lične priče i probleme koje su uspjeli da riješe sa učenicima, kao i one koji nisu. **Dajte im priliku da priču o Programu sekundarne prevencije povežu sa svojim pričama,** jer učenje će tako biti mnogo učinkovitije.



Osvijestite u njima značaj koji u životima djece zaista imaju. **Redovno razgovarajte o slučajevima kada je samo i isključivo učitelj / nastavnik bio u situaciji da neki problem primijeti na vrijeme.** Pripremite i istaknite slučajeve kada je nastavnik primijetio na vrijeme neki problem i time spriječio da se problem razvije.



Kada razgovarate o Programu sekundarne prevencije, podsjetite se na situacije kada se loše osjećamo. Nastavnici često zaborave da ni sami ne bi mogli paziti na nastavi i učiti za kontrolni ako su pod stresom, ako se kontinuirano osjećaju loše, neshvaćeno ili odbačeno. **Posebno ako je riječ o nastavniku koji mnogo drži do svog gradiva, važno je podsjećati ga da je praktično nemoguće učiti kada smo psihološki prenategnuti.**



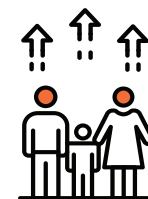
Kroz prikaze slučajeva gdje je ranom reakcijom spriječena eskalacija problema, **uvjerite ih da će i njihov posao biti lakši ako na vrijeme reagiraju na prve znake rizičnog ponašanja.** Što ranije reagiraju, to će manje problema imati, a atmosfera u učionici biće bolja.



Uvijek javno istaknite pred ostatkom kolektiva priče u kojima je neki nastavnik odigrao značajnu ulogu u procesu pružanja podrške, pomogao djetetu svojom pravovremenom reakcijom, ili izašao iz svoje zone komfora kako bi dijete na vrijeme bilo zbrinuto. **Redovno odvojte vrijeme za isticanje dobrih praksi** u Programu sekundarne prevencije na nivou vaše škole, kako bi značaj onih koji sudjeluju svima bio vidljiv i jasan.

Kako motivirati roditelje?

Pogledajmo sada i perspektivu roditelja čije dijete počinje pokazivati neka rizična ponašanja. Prije svega, neophodno je da realno sagledamo njihove kapacitete da pomognu svom djetetu. Neki roditelji možda nisu svjesni problema, negiraju ga ili umanjuju, ali ako im se na adekvatan način ukaže na problem, rado će prihvatiti suradnju. Neki roditelji su u otporu prema školi i njenim zahtjevima, ne vide nikakvu potrebu da se njihovo dijete mijena. Neki roditelji, uprkos želji, jednostavno nemaju kapacitete da svom djetetu pomognu. Neki su, opet, potpuno nezainteresirani i odsutni.



Kao i sa nastavnicima, i ovdje je važno unaprijed prihvatiti činjenicu da ne možemo sve roditelji natjerati da budu dobri suradnici u pružanju brige i podrške djetetu. Međutim, ekstremno je važno da baš od te djece ne dignemo ruke, razmišljajući kako se „**ništa ne može uraditi, jer sve je do kućnog odgoja**“. Jedna od ključnih karika Programa sekundarne prevencije i jeste mogućnost da se za dijete odmah organizira sistem podrške i brige čak i kada roditelji odbijaju suradnju.

Ali, pogledajmo neke smjernice za motiviranje onih roditelja za koje procijenimo da imaju kapacitete da pomognu svom djetetu. Prije svega, **pazite na način na koji im saopćavate problem.** Ukoliko se pribojavate da roditelj neće htjeti da dođe, ili ukoliko je već počeo izbjegavati vaše pozive, budite kreativni. Pogledajmo ove dvije formulacije. Razmislite, koju formulaciju obično koristite, a na koju biste se radije odazvali?



**Dobar dan, ovdje stručna služba škole.
Imamo problem sa vašim djetetom.
Da li biste mogli doći u školu na razgovor?**



**Dobar dan, ovdje stručna služba škole.
Pratimo kako nam se djeca ove godine snalaze u
razredima i vodimo preventivne
razgovore sa roditeljima.
Da li biste imali vremena da dođete na kraći razgovor?**



Imajte u vidu da roditelji čija djeca već pokazuju neke znake rizičnog ponašanja nekada sami ne vide problem u ponašanju svog djeteta, a ako ga vide, vjerojatno ne znaju kako taj problem da riješe. Da znaju, problema više ne bi bilo.

Stoga, umjesto savjeta da „nešto urade“, radije im **ponudite da zajednički napravite plan za rješenje.**

**Morate ga malo pritisnuti kod kuće,
i vi znate da je najvažniji kućni odgoj!**



**Vaše dijete trenutno ne pravi nikakve velike probleme,
ali čini nam se da je vrijeme da napravimo mali plan
kako da ga naučimo da privlači pažnju na sebe na
pozitivan način. Šta vi mislite?**



**Vi morate nešto učiniti da pomognete
svom djetetu!**



**Čini mi se da vaše dijete trenutno ne uspijeva da
pokaže svoje prave kvalitete.
Šta mislite da napravimo jedan plan kako da mu
pomognemo da se malo bolje snađe?**



Ohrabrite roditelje i naoružajte ih strpljenjem.

Objasnite im da mnogo djece prolazi kroz razvojne krize ili teške faze, baš kao i njihovo dijete, i da za svaki problem može da se nađe rješenje.

**Ne brinite, svako dijete nekada
prolazi kroz krize.**



Roditelji se u vrijeme prevelikog prisustva digitalne tehnologije često osjećaju **bespomoćno**, kao da djetetu ništa ne mogu, iako su “sve probali”.

Uvjerite ih da baš svi roditelji i sva djeca griješe, i da nikad nije kasno da se ponovo uključe u brigu o svom djetetu.

**Svi roditelji nekad griješe,
uvijek ima prilike da se to popravi.**



Ukoliko ste u mogućnosti, **ponudite im kratke radionice za učenje konkretnih tehnika** narednog poglavlja.

Objasnite im da se i roditeljske vještine i tehnike uče, a pošto se uslovi odrastanja ubrzano mijenjaju, i vještine odgoja moraju da ih prate.

**Vremena se mijenjaju i stari načini odgoja
jednostavno „ne piju vode“.
Hajde da malo isprobamo neke nove...**



Ukoliko su prezauzeti i izbjegavaju dolaske ili ne žive u blizini, **ponudite im i onlajn ili telefonsku komunikaciju.**

Fizička odsutnost ne treba biti izgovor za psihološku odsutnost.

**Razumijem da ste jako zauzeti, ali nekad
će biti dovoljno i da se čujemo telefonom ili
Skypeom.
Važno je samo da budemo u kontaktu!**



Redovno ih obavještavajte o svakom i najmanjem pomaku ili poboljšanju kod njihovog djeteta.

Pokažite im da vam je do njihovog djeteta stalo. Svako voli da čuje dobre vijesti, a često imamo tendenciju obavještavati samo o problemima.

*Ove sedmice sam je malo pratila
i mnogo se bolje snalazi.
Izgleda da naš plan polako pokazuje
rezultate!*



Nekada će problem ležati i u neadekvatnom sistemu vrijednosti kod roditelja, koji značaj škole ne uviđaju ili obezvređuju.

Možete ih pokušati motivirati tako što ćete **prihvatiti njihov stav, ali ga učiniti manje isključivim.**

*Možda ste vi i u pravu da školski uspjeh i
ponašanje u današnje vrijeme više nisu važni,
ali hajde da vašem djetetu damo i tu opciju.
Nikad nije kasno od škole odustati!*



Kako motivirati stručne službe u zajednici?

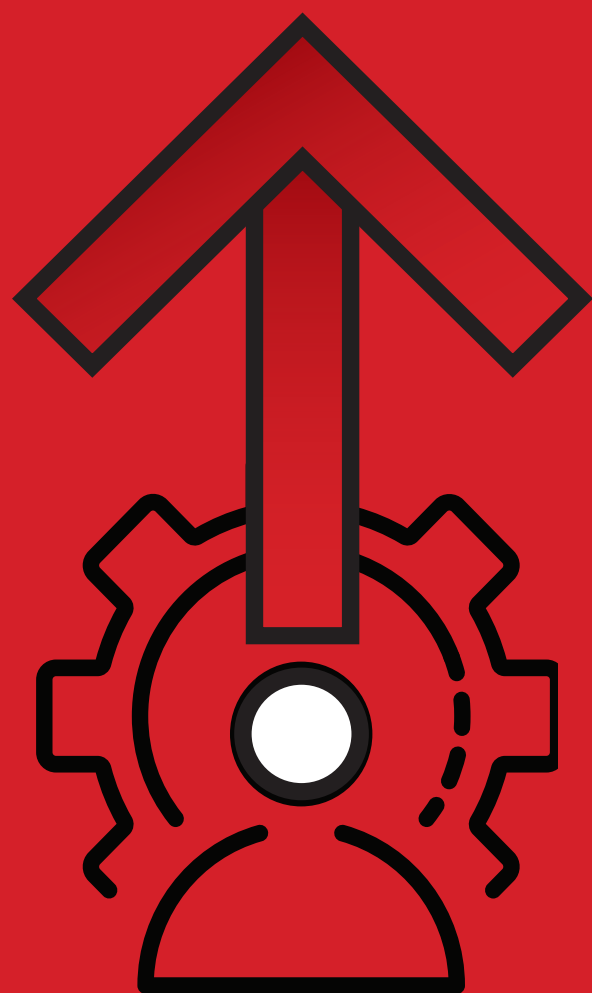
Motivacija stručnih saradnika iz zajednice zajednice koji sudjeluju u planovima brige također nekada može biti upitna. Pogledajmo stvari i iz njihove perspektive. Stručnjaci iz centara za socijalni rad općenito imaju visok stupanj profesionalnog sagorijevanja i preplavljeni su svakodnevnica i problemima najtežih slučajevima svake zajednice. Ponekad može biti teško naći mjesta i za sastanak o nekom djetetu koje praktično još i nema ozbiljnih problema. Stručnjaci iz centara za mentalno zdravlje nalaze se u sličnoj situaciji. Rijetko koji centar ima stručnjaka zaduženog za rad sa djecom, te su svakodnevno zaduženi za veliki broj ljudi širokog spektra problema. Čak i ako dobro razumiju koristi ranih koraka prevencije, rad na prevenciji možda neće biti prioritet u vrijeme kada rade sa hitnim slučajevima.

Općinski referalni mehanizam s ciljem pružanja multisektorske podrške djeci u srednjem i visokom riziku^[7] upravo iz ovakvih razloga predviđa **organiziranje koordinacijskih sastanaka, na nivou općine, radi razmjene informacija i iskustava najmanje jedanput mjesečno.** U koordinaciji bi trebali sudjelovati predstavnici: stručnih službi škola, imenovani predstavnik općinskog centra za socijalni rad (jedan uposlenik centra za socijalni rad na maksimalno četiri škole) i imenovani predstavnik nadležnog centra za mentalno zdravlje u zajednici, kao i ostale organizacije i relevantni resursi za zaštitu djece na nivou općine. Na taj način, zadatak uključivanja stručnjaka iz zajednice u proces prevencije zapravo je obaveza.

Ipak, ako hoćemo da svi učesnici u Programu sekundarne prevencije daju svoj maksimum, **članovi stručne službe škole, koji su najčešće u ulozi voditelja plana brige o djetetu, moraju biti fleksibilni i pokazati razumijevanje i otvorenost za različite modalitete suradnje sa profesionalcima iz zajednice.**

Konačno, ostaje još pitanje kako motivirati dijete, koje je neizostavna i najvažnija karika u timu. Stoga, načinima motiviranja i tehnikama rada sa djecom, posvećujemo kompletno naredno poglavlje.

[7] Dostupan na internet-stranici GENESIS PROJECT, link: <https://genesisl.org/publikacije/>



Tehnike rada sa djecom



Tehnike rada sa djecom

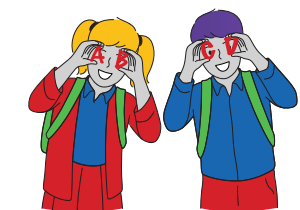
Da bi rad sa djetetom imao efekta i da bi dijete napravilo promjenu u svom ponašanju i reagiranju, neophodno je da osobe koje rade sa njim razviju kvalitetan odnos. Kvalitetan odnos omogućava sigurno okruženje u okviru kojeg je dijete spremno raditi na razvoju vještina, koje će primjenjivati u svakodnevnim situacijama. Karakteristike na kojima se temelji kvalitetan odnos između odrasle osobe sa kojom dijete radi na promjeni i djeteta su sljedeće:



1. Ovaj odnos treba biti partnerski, što znači da je dijete aktivno uključeno u rad na sebi, od formuliranja problema, postavljanja ciljeva, traženja rješenja, do evaluacije urađenog. Da bi došlo do izgradnje ovakvog odnosa vrlo je bitno da odrasla osoba bude svjesna da se jedino kroz komunikaciju sa djetetom i razvoj motivacije kod djeteta za promjenom, može doći do željenog cilja. U tom partnerskom odnosu vrlo je bitno imati na umu da svaka strana ima svoju ulogu i svoje zadatke, ali biti i svjestan kapaciteta one druge strane, kao i svojih kapaciteta. Također je važno znati da djeca mnogo bolje uče sadržaje do kojih dođu sama, bilo kroz iskustvo ili kroz neki proces zaključivanja, koji može biti podržan od strane odrasle osobe.



2. Rad sa djetetom treba biti prilagođen njegovom razvoju, kako kognitivnom, tako i socioemocionalnom, te fizičkom. Ovdje je važno imati na umu da dva djeteta istog kalendarskog uzrasta mogu pokazivati određene individualne razlike, pa se zato savjetuje da se svakom djetetu pristupa individualno i da se o njegovim kapacitetima zaključuje na temelju rada sa njim.



3. Da bi se dijete osjećalo sigurno uz odraslu osobu, odrasla osoba mu treba dati do znanja da ga razumije, da zna kako se dijete osjeća, te da razumije djetetova ponašanja. Zato je bitno u toku rada **imati empatiju za dijete**.

4. Rad sa djetetom treba biti zabavan za dijete, ali u isto vrijeme i kreativan, jer djeca, posebno manja, vrlo brzo osjete dosadu, ako je rad monoton i jednoličan.

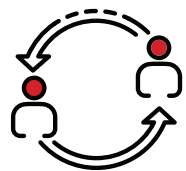
U radu sa djecom, kada su promjene u ponašanju i reakcijama u pitanju, veoma je važno davati im podršku, povratnu informaciju o napredovanju, kao i potkrepljivati ih, odnosno nagrađivati.

Narodna poslovice kaže da **lijepa riječ i željezna vrata otvara**. Neka djeca su navikla da pažnju privlače neadekvatnim ponašanjima, tako da je u procesu rada sa njima neophodno razbijati to uvjerenje i graditi novo, tj. uvjerenje da će zaista biti primijećeni i kada se adekvatno ponašaju.



Davanje povrtane informacije

Povratna informacija predstavlja **naše mišljenje** o nečijem (u vašem slučaju dječijem) ponašanju, a da bi ispunila svoj cilj, tj. da bi dijete napredovalo u radu na sebi, ona treba biti adekvatno data. Postoji sedam osnovnih pravila davanja povratne informacije:



1. Najaviti djetetu davanje povratne informacije

Ovo je prvi korak ukoliko želite da dijete kojem želite dati povratnu informaciju bude pripremljeno za to. Bez pažnje druge strane, mala je vjerojatnoća da će ono što želite biti saslušano, a još teže primenjeno u praksi. Dobar kontakt sa djetetom vam omogućava odnos poštovanja, povjerenja, otvorenosti i razumijevanja.

2. Odabrati mjesto i vrijeme

Mjesto saopćavanja povratne informacije može igrati važnu ulogu. Pohvalu možemo čuti bilo gdje, ali ukoliko trebamo čuti konstruktivnu povratnu informaciju, onda se preporučuje da to uvijek bude nasamo, jer u suprotnom može biti kontraproduktivno. Npr. u trenutku kada djetetu šaljete informaciju da u nečemu nije dobro pred drugima, njegova pažnja neće biti usmjerena na ono što vi imate da kažete, već se dijete može pitati i razmišljati šta drugi misle o njemu. Samim tim raste otpor da prihvati sugestije, a može se desiti i da pogrešno shvati namjeru saopćene informacije.

Povratnu informaciju treba saopćiti pravovremeno. Neki smatraju da je pravo vrijeme neposredno nakon aktivnosti na koju se odnosi, jer će tada data informacija biti svježija i učinkovita (zato je bitno da o ovome budu informirani i nastavnici koji rade sa tim djetetom i roditelji, jer ne mogu stručni suradnici biti uvijek tu, uz dijete sa kojim rade).

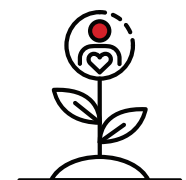
Po mišljenju drugih, ovo nije baš idealno rješenje zato što je osobi potrebno vrijeme da obradi i sagleda ishod svoje aktivnosti i bez povratne informacije. Ukoliko mu date povratnu informaciju odmah nakon akcije, moguće je da ga neće obraditi, jer je pod utiskom onoga što je prethodno radilo, posebno ukoliko ta aktivnost ima za posljedicu neželjeni učinak. Zato je korisno miješati ova dva pristupa.

3. Struktura povratne informacije

Forma u kojoj se daje povratna također je jedna od ključnih stavki pružanja povratne informacije. Mnogostruko se učinak povećava kada prvo istaknete pozitivne aspekte, pa tek onda ono što smatrate da treba biti bolje ili drukčije. Ovo radimo jer treba staviti do znanja da primjećujemo na prvom mjestu ono što je dobro (uvijek ima nešto pozitivno da se istakne), a i da bi smo „otvorili“ osobu da čuje kompletnu povratnu informaciju.

Jedna od formi koja se predlaže je forma pod nazivom „Dobro – bolje – najbolje“, čija struktura je sljedeća:

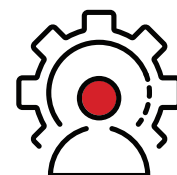
- **Navedemo ono što je dijete dobro uradilo.**
- **Navedemo ono u čemu dijete treba biti bolje, šta treba popraviti.**
- **Istaknemo ono što je bilo najbolje.**



Znači, „dobro“ se odnosi na nekoliko stvari koje su dobro urađene, „bolje“ su one slabe strane koje treba popraviti, ono što nije bilo dobro, a „najbolje“ ono što smatramo da je bilo najbolje. Počnemo i završimo sa pozitivnim aspektima, a u sredini se nalazi ono što nije bilo dobro. Na ovaj način primalac povratne informacije može uočiti pozitivne aspekte koje ste naveli, kao i pravac u kome treba da se razvija.

4. Fokus na ponašanje, ne na ličnost.

Prilikom davanja povratne informacije ne treba govoriti o djetetovim osobinama, karakteru, temperamentu, već isključivo o konkretnom ponašanju koju to dijete izvodi. Imajte na umu cilj vaše povratne informacije – a to je da učvrstite adekvatno ponašanje kod djeteta ili da uklonite neadekvatno, a ne da dijete uvrijedite. Bitno je da razmišljate na sljedeći način, ne postoje dobre i loše osobe, dobra i loša djeca, postoje samo dobra i loša ponašanja. Ličnosti ne možemo mijenjati, ali ponašanja možemo.



5. Orijentacija ka budućnosti, ne ka prošlosti

Razgovarajte sa djetetom o tome na koji način da učinite stvari boljima, a ne o tome šta sve ne valja i ko je za to kriv. Na kraju, ne zaboravite da na ono što se desilo ne možete utjecati, ali na ono što slijedi itekako možete, pa neka dobra povratna informacija bude prvi korak ka tome.



6. Kratko, jasno, nedvosmisleno i konstruktivno

Povratna informacija treba biti specifična. Govorite o pojedinačnom, specifičnom ponašanju ili situaciji koja se odigrala, a ne općenito o sličnim situacijama ili ponašanjima djeteta. Pružite onoliko informacija koliko je dijete spremno prihvatiti, a ne onoliko koliko ste vi spremni pružiti u tom trenutku.

Trudite da date one informacije koje će biti od koristi prvenstveno djetetu. Koristite otvorena pitanja, ne nudite savjete i gotova rješenja. Nećete vi biti ti koji će se nositi sa tim savjetima, već dijete. Savjet može biti i najbolji mogući, ali ukoliko dijete nema kapacitet da se sa njim iznese, uspjeha neće biti. Zato, budite podrška djetetu u radu na sebi i donošenju odluka, izbjegavajte nepotrebne savjete.

7. Vodite dijalog, ne monolog

Dajte prostor djetetu da „obradi“ informaciju i provjerite kako je razumjelo povratnu informaciju i šta će uraditi. Uključite dijete u ovu aktivnost, jer ćete ga time još više motivirati. Na ovaj način odgovornost za razvoj se dijeli između dvije strane.





Kako poticati adekvatno ponašanje?

U radu sa djecom na modifikaciji njihovog ponašanja, često se naglasak stavlja na posljedice, koje slijede nakon ponašanja. Kada želimo da dijete zadržava određena ponašanja u svom repertoaru ponašanja, onda je vrlo važno da mu kao povratnu informaciju damo nešto što će kod njega izazvati zadovoljstvo.

To znači da adekvatno ponašanje za posljedicu ima potkrepljenje. Osnovna funkcija potkrepljenja jeste da radi na zadržavanju ponašanja, jer povećava vjerojatnost njegovog javljanja, dok kazna ima funkciju uklanjanja ponašanja, jer smanjuje vjerojatnost njegovog javljanja.

U tabeli ispod predstavljamo vrste potkrepljenja i kazni.

	POZITIVNO	NEGATIVNO
POTKREPLJENJE	izlaganje prijetnim podražajima	uklanjanje neprijatnih podražaja

Šta znače ove informacije u tabeli?

One znače da nakon potkrepljenja dijete treba osjećati ugodu, dok nakon kazne treba osjećati neugodu. Međutim, ono što je vrlo važno imati na umu jeste to da ovi prijetni, odnosno neprijatni podražaji nikako nisu isti za svu djecu. Zato je u toku rada sa djetetom bitno utvrditi koje podražaje ono smatra prijetnima, a koje neprijetnima. Ukoliko to ne znamo, onda ne možemo adekvatno formirati vrste potkrepljenja i kazni.

Rekli smo da potkrepljenja povećavaju vjerojatnoću da će neko ponašanje koje je potkrijepljeno da se i zadrži u repertoaru ponašanja djeteta. To znači da ukoliko želimo da dijete nastavi da se ponaša na određeni način, trebamo to ponašanje potkrepljivati.

Kako to možemo raditi?

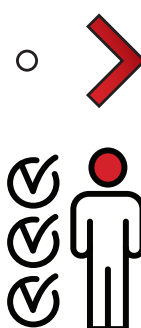
Tako što ćemo ga pohvaliti, nagraditi, tj. izložiti da prijetnim podražajima (**pozitivno potkrepljenje**). Također, možemo tom djetetu omogućiti da ne radi neku aktivnost koju ne voli, tj. da se ne izlaže situacijama u kojima se ne osjeća prijetno (**negativno potkrepljenje**).

Evo nekih primjera za ove dvije vrste potkrepljenja.

Npr. dijete radi na modifikaciji ponašanja kojima remeti nastavu (pričanje, neaktivnost na času, ometanje drugih učenika). Pozitivna potkrepljenja koja može dobiti ovo dijete, ukoliko ta ponašanja ne manifestira na časovima su sljedeća: pohvala pred odjeljenjem i dodatna pohvala za neometanje nastave i sl. Negativno potkrepljenje može biti da mu se omogući da jedno vrijeme ne radi neke stvari koje ne voli raditi: ukoliko ne voli brisati ploču kada je redar, da može preskočiti brisanje ploče sljedeći dan.

Potkrepljenja mogu biti i naši neprijatelji, kada slijede ponašanja koja nisu adekvatna. To se obično dešava odraslima u situacijama kada nemaju dovoljno strpljenja ili odraslima koji nisu u stanju postaviti granice djetetu. Evo primjera:

Dijete želi da mu majka kupi sladoled i traži to od nje, ali majka kaže da ne može sada da jede sladoled, jer će ubrzo ručak. Dijete počinje plakati i na reakciju majke da prestane, dijete pojačava plač. Ukoliko majka odustane od svoje odluke i kupi djetetu sladoled, majka direktno potkrepljuje djetetovo ponašanje, odnosno plakanje, u situacijama kada želi da se izbori za nešto. Majka može očekivati da će se njeno dijete u svakoj sljedećoj situaciji isto ponašati.



Kako reagirati na neadekvatno ponašanje?

Vidjeli ste iz prethodnog dijela Priručnika šta je potrebno da se radi u procesu modifikacije djetetovog ponašanja, kada manifestira adekvatna ponašanja. Šta se dešava kada dijete manifestira neadekvatno ponašanje? Postoji nekoliko mogućih reakcija.

Prvo koje nudimo jeste **restitucija**. Ona podrazumijeva usmjeravanje djece na razumijevanje vlastitih grešaka, preuzimanje odgovornosti na vlastita ponašanja, razvijanje samokontrole, te ispravljanje grešaka. Ona počiva na sljedećim principima:

- **većina grešaka može da se ispravi,**
- **svi ljudi čine greške i na greškama učimo,**
- **težište se ne stavlja na krivicu onoga ko je pogriješio, već na iznalaženje rješenja,**
- **svako ponašanje ima za cilj zadovoljenje neke potrebe,**
- **poštuje se ličnost djeteta.**

Proces rješavanja problema restitucijom zahtijeva nekoliko koraka:

- **razgovor sa djetetom koje je manifestiralo neadekvatno ponašanje,**
- **podsjećanje djeteta na adekvatna ponašanja, koja su u skladu sa sistemom vrijednosti koji kod djeteta razvijamo i pravila koja postoje,**
- **praćenje primjene restitucionog rješenja.**

Jedan primjer restitucije primijenjen na djevojčici iz osnovne škole.

Djevojčica je cijeli čas biologije pričala i ometala izvođenje nastave i svoje drugare da tu nastavu prate. Nastavnik joj je dao zadatak da za sljedeći čas pripremi tu nastavnu jedinicu i da je predstavi svojim drugarima.

Ponekad i pored restitucije dijete nastavlja sa neadekvatnim ponašanjem. Tada je neophodno izložiti ga situacijama u kojima se ne osjeća prijatno, ali je bitno imati na umu da te situacije ne trebaju biti preplavljujuće za dijete, da ga ne dovode u situaciju da sramoti, ponižava, tj. da na bilo koji način bude žrtva nasilja.

Dijete nije pisalo zadaću jedno vrijeme. Primijećeno je da se pretjerano zanimalo za društvene mreže i koristilo telefon. Uskraćivanje korištenja telefona na izvjesno vrijeme od strane roditelja, predstavlja izlaganje djeteta situaciji u kojoj se ne osjeća prijatno.

Da bi primjena ove mjere bila djelotvorna, neophodno je sa djetetom jasno utvrditi na koliko dana mu se oduzima telefon i šta se od njega očekuje.

Tako je ovom djetetu potrebno reći sljedeće: „Telefon nećeš moći koristiti sedam dana. Do tada trebaš uraditi sve zadatke koje si u zaostatku. Ukoliko to ne uradiš, telefon nećeš moći koristiti još tri dana dodatno.“

Pored navedenih, postoji još jedna mjera, koja se može primjenjivati prema djeci koja se ne ponašaju onako kako bi trebala. To je **ignoriranje**. Ignoriranje neadekvatnog ponašanja može biti produktivno i izazvati promjenu kod djeteta, jer pojedina djeca manifestiraju neadekvatna ponašanja upravo da bi bila primijećena. Zato je ignoriranje „melem“, jer im se na taj način daje do znanja da ih se ne primjećuje. Kada se ignoriranje neadekvatnih ponašanja miješa sa potkrepljenjem adekvatnih, to je dobar „recept“ za poboljšanje i napredak.

I još nešto treba znati o potkrepljenju. Kada dijete razvija neko potpuno novo ponašanje, onda potkrepljenje treba slijediti nakon svakog adekvatnog ponašanja, tj. treba biti **kontinuirano**. Kada uvidimo da je dijete usvojilo to ponašanje, onda prestajemo sa kontinuiranim potkrepljenjem i primjenjujemo varijabilno potkrepljenje, tj. potkrepljujemo dijete s vremena na vrijeme, odnosno kada napravi neki pomak na bolje.



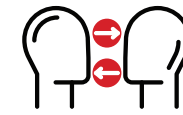
Tehnike za početak rada sa djetetom

Djeca rijetko sama traže pomoć, pa je zato jedan od prvih zadataka odraslih koji sa njima rade da procijene djetetovu spremnost za promjenu, kao i motivaciju za rad.

Neke od tehnika koje mogu biti vrlo korisne na samom početku rada sa djetetom su sljedeće:

- **Motivacioni intervju,**
- **Analiza dobiti i štete i**
- **„Čudo“ tehnika.**

Motivacioni intervju



Motivacioni intervju je tehnika koja ima za cilj da pojača unutarnju motivaciju kod djeteta, tako što se kroz sam proces odgovaranja na pitanja kod djeteta izgrađuju uvjerenja da je promjena moguća. Intervju služi da se djetetu pomogne da postavi cilj / ciljeve u radu sa odraslom osobom, kao i da razmišlja o samom procesu promjene. Struktura motivacionog intervjuja je sljedeća:

- **Koji je tvoj cilj?**
- **Koje koristi imaš od ostvarenja ovog cilja?**
Koje koristi imaju drugi ako ga ostvariš?
- **Navedi specifične korake koji su potrebni da bi ostvario svoj cilj.**
Koliko ti vremena treba za svaki korak.
- **Koji je krajnji rok za ostvarenje ovog cilja?**
- **Kako možeš sebe ohrabriti kako bi ostao posvećen ostvarenju cilja?**
- **Šta možeš sebi da kažeš?**
- **Koji su dokazi da napreduješ u ostvarenju svog cilja?**
- **Da li bi mogao / mogla imati poteškoće u ostvarenju svog cilja?**
Koje blokade stoje na putu ka ostvarenju cilja?
Navedi ih i razmisli o rješenjima.
- **Kada ostvariš cilj, koje specifične korake moraš poduzeti da bi održao usvojenu vještinu?**

Naravno, formulacija ovih pitanja treba prilagoditi rječniku i nivou razumijevanja djeteta.

Kada pred nama sjedi dijete iole spremno za rad, onda ga motivacioni intervju vrlo brzo usmjeri ka tome da vjeruje u moguću promjenu. U radu sa ovom djecom samo je važno poštovati njihove odgovore i postavljene ciljeve, iako nam se nekad mogu činiti nedostižnima u početku, jer je bitno da dijete samo zaključi da je sebi postavilo neki nedostižan cilj. Isto je i sa postavljenim rokovima. Međutim, ukoliko trebate raditi sa djetetom koje, ili ne vjeruje da je promjena moguća (npr. dijete koje je visoko anksiozno i boji se napraviti bilo kakvu promjenu u svom ponašanju ili reakcijama), ili nije svjesno svojih neadekvatnih ponašanja, onda je rad sa njima otežan. Ovo su djeca koja često ne žele ni da počnu sa radom, jer ne smatraju da bilo šta u svom repertoaru ponašanja i reakcija trebaju mijenjati.

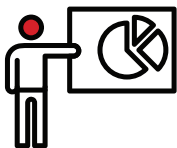
Tada se motivacioni intervju može koristiti na sljedeći način:

Imamo primjer djevojčice koja konstantno putem društvenih mreža vrijeđa svoje dvije vršnjakinje koje sa njom idu u odjeljenje. Piše im uvrede i navodi drugu djecu da ih vrijeđaju i izbjegavaju. Ona misli da ne radi ništa loše i da nema razloga da ide kod pedagoga ili psihologa. Ne želi surađivati. Bez obzira na to vi možete reći da razumijete da ona u tom svom ponašanju ne vidi ništa problematično, pa joj možete postaviti pitanje sa kojim ciljem se tako ponaša, šta želi da postigne sa tim, koje koristi ima od ostvarenja tog cilja. Odgovori na ova pitanja mogu vam ukazati na to zašto se ovo dijete ovako ponaša, koji motiv za to svoje ponašanje ima. Dalje od ovoga ne idete kada je motivacioni intervju u pitanju, ali razgovor možete nastaviti u cilju da dijete bolje razumije šta radi, te da joj ostavite prostora da razmisli da li je spremna da razumije nasilje u svom ponašanju i da mijenja svoje ponašanje.

Znajte da koliko god je promjena jedan proces, koji ima svoje trajanje, toliko je i odluka da se uđe u taj proces promjene isto tako jedan proces za koji treba vrijeme. Kada odrasli zatraže pomoć, oni su taj proces razmišljanja o promjeni već prošli, dok djeca često budu zatečena odlukom odraslih da nešto trebaju kod sebe mijenjati. Zato ih je bitno razumijeti i dati im da prostora da i oni promisle o tome žele li ući u proces promjene. Siliti ih, primoravati da to rade bez motivacije, neće dovesti do uspjeha.

Ovu tehniku možete koristiti i u toku rada sa djetetom u situacijama kada je potrebno da se formulira neki novi cilj ili revidira postojeći. Nije uvijek neophodno da se primjenjuje cijeli intervju, već se mogu primjenjivati i samo neki njegovi dijelovi.

○ ■ Analiza dobiti i štete



Ovo je tehnika kojom se radi na analizi razloga ZA i PROTIV postavljanja određenog cilja u radu sa djetetom. Ovo je vrlo bitan korak u radu sa djecom, bilo onom motiviranom za rad, ili onom koja nemaju motivaciju i o kojoj smo govorili prilikom opisivanja tehnike motivacioni intervju. Savjet je da se ova tehnika radi uz pomoć papira i olovke i da dijete zapisuje sve razloge ZA i PROTIV, kako bi svaki od njih uzimalo u obzir prilikom analize. Dijete treba da dobije list papira, na kojem će da nacrtat T tabelu na sljedeći način:

ZA	PROTIV

Nakon što dijete navede sve razloge ZA i PROTIV postavljanja određenog cilja, neophodno je da ih validira, tj. ocijeni ocjenama od 1 do 10, a kriterij za to ocjenjivanje je značaj tog razloga.

Ova informacija vam je vrlo korisna jer vam ukazuje na to šta su prioriteti djeteta sa kojim radite.

Evo primjera jedne tabele kako biste bolje razumjeli.

■ Cilj koji je postavilo dijete koje ima problema u ponašanju jer je stalno fizički nasilno prema drugarima, voli da ih udara i ne može da se kontrolira u tome glasi: „Želim naučiti da se obuzdam kada me nešto iznervira.“

ZA	PROTIV
Drugari će me bolje prihvatati. (8)	Neću biti glavni u društvu. (10)
Nastavnici me neće kažnjavati. (5)	Neće me se bojati neki opasni likovi. (10)
Roditelji me neće kažnjavati. (7)	Neki drugari će misliti da sam kukavica. (10)
Naučiću kako da se suzdržim. (3)	Neke djevojčice će misliti da sam mlakonja. (10)

Na temelju ove tabele možete zaključiti da je status u društvu, među vršnjacima, ovom djetetu veoma važan. Za početak rada ovo su korisne informacije, kako biste bolje razumjeli dijete sa kojim radite. Ovu tehniku možete koristiti i na samom početku rada sa djetetom, ali i kasnije, kada god želite da dijete promisli o svojim izborima, jer mu omogućava dobru argumentaciju i razumijevanje svojih ideja.

○ ■ “Čudo” tehnika

Ovo je jednostavna tehnika u kojoj dijete dobija zadatak da zamisli da se desilo čudo preko noći i da su svi njegovi problemi odjednom nestali. Kažete mu sljedeće:



„Zamisli kako se budiš ujutro, i kako se desilo čudo. Odjednom su svi tvoji problemi nestali. Opiši kako bi to tačno izgledao taj tvoj dan, dan u kojem su svi tvoji problemi nestali. Kako znaš da su tvoji problemi nestali, šta je to drukčije u tom danu? Šta bi sve radio / radila taj dan?“

Napravi plan kako bi ova priča mogla da se ostvari!”

Ovom tehnikom motiviramo djecu da zauzmu drugu perspektivu, iz koje svoj život promatraju rasterećen od trenutnih problema. Nju možete koristiti i na samom početku rada sa djetetom, ali i kasnije, kada god želite da dijete promišlja o tome kako bi njegov / njen život izgledao bez problema sa kojima se trenutno suočava.



Tehnike za psihoedukaciju

U radu sa djecom glavni cilj jeste da se dobije promjena na nivou emocija, jer ona onda daje mogućnost da se promjena desi i na nivou ponašanja. Zato je bitno da dijete prepozna, razumije i razlikuje emocije, svoje razmišljanje i svoja ponašanja. Također je bitno da dijete razumije da su fiziološke reakcije vrlo važan dio emocionalnih reagiranja i da ih prate. Emocije kod svih nas imaju jak utjecaj na ponašanje koje slijedi nakon njih i ova veza je vrlo bitna jer može biti glavni motiv za rad na emocionalnoj promjeni kod djeteta.

Za bolje razumijevanje emocionalnog reagiranja korisno je razumjeti kako emocije nastaju. Često imamo utisak da je određena situacija izazvala naše emocije, da su drugi ljudi odgovorni za ono što se nama dešava, međutim, nije tako. Naše emocije su produkt načina na koji mi doživljavamo stvari koje se oko nas dešavaju, situacije u kojima se nalazimo, ljude koji nas okružuju ili sa kojima smo u komunikaciji. Dvije osobe povodom iste situacije mogu doživjeti različite emocionalne reakcije i manifestirati različita ponašanja. Ovaj koncept je prikazan ABC modelom. Primjenom ABC modela kroz različite situacije, prepoznaju se uobičajene greške i iracionalna uvjerenja, te kroz rad sa stručnjakom, dijete uvježbava kako ih prevazići.



negativni aktivirajući događaj



uvjerenja o događaju



emocije, fiziološke promjene i ponašanje

Aktivirajući događaj (A) je bilo koja situacija koju percipiramo kao prepreku na putu ka našim ciljevima. Kada se prepreka javi, pokreću se misli i uvjerenja i različiti načini razmišljanja o situaciji imaju za cilj različite emocionalne posljedice.

Uvjerenja (B) su načini na koja mi doživljavamo tu situaciju, načini na koje mi tu situaciju interpretiramo. Ukoliko su razmišljanja koja su pokrenuta iskrivljena, nerealna, nelogična i nanose štetu, posljedice su disfunkcionalne emocije i disfunkcionalna ponašanja.

Reakcije (C) mogu biti: emocije, ponašanja i fiziološke reakcije. Kada je naš doživljaj situacije takav da su nam misli iskrivljene, nerealne, tada se javljaju emocije koje su disfunkcionalne i koje onda pokreću disfunkcionalna ponašanja. Evo jednog primjera:



Djetetu na ulici prilazi pas



Dijete pomisli da će ga ujesti



Dijete osjeća anksioznost (emocija), počinje trčati, plače i viče (ponašanja), srce mu ubrzano lupa, znoji se, drhte mu ruke i noge (fiziološke reakcije)

Da bi došlo do promjene, potrebno je doći do sljedećih uvida:

1. Ljudi nisu uznemireni neprijatnim događajima kao takvim, već svojim uvjerenjima o neprijatnom događaju.
2. I kada je neprijatni događaj davno prošao, ljudi ostaju uznemireni jer nisu promijenili uvjerenja. Tako se održava emocionalni problem.
3. Čak i kada imaju prva dva uvida, tek ako marljivo rade i vježbaju na promjeni iracionalnih uvjerenja, uporno im se odupiru i rade na usvajanju racionalnog razmišljanja, imaju šansu da postanu manje uznemireni i funkcionalniji.

Zbog svega prethodno rečenog vrlo je važno da se na samom početku rada sa djetetom jedan dio vremena usmjeri na njegovu psihoedukaciju, tj. da dijete nauči o emocionalnim reakcijama kako bi što bolje radilo na promjenama. Za psihoedukaciju postoji mnoštvo različitih tehnika, ali je prije svega neophodno utvrditi nivo djetetovog poznavanja emocionalnih reakcija. U ovom dijelu Priručnika ćemo dati neke od tih tehnika.

○ Listići sa emocijama

Tehnika koja se koristi u radu sa djetetom prilikom provjere koliko emocija dijete prepoznaje, kao i prilikom učenja prepoznavanja emocija. Instrukcija koja se djetetu daje glasi:

„Kako se osjeća dječak / djevojčica na ovoj slici?“



○ Igra pantomime sa emocijama



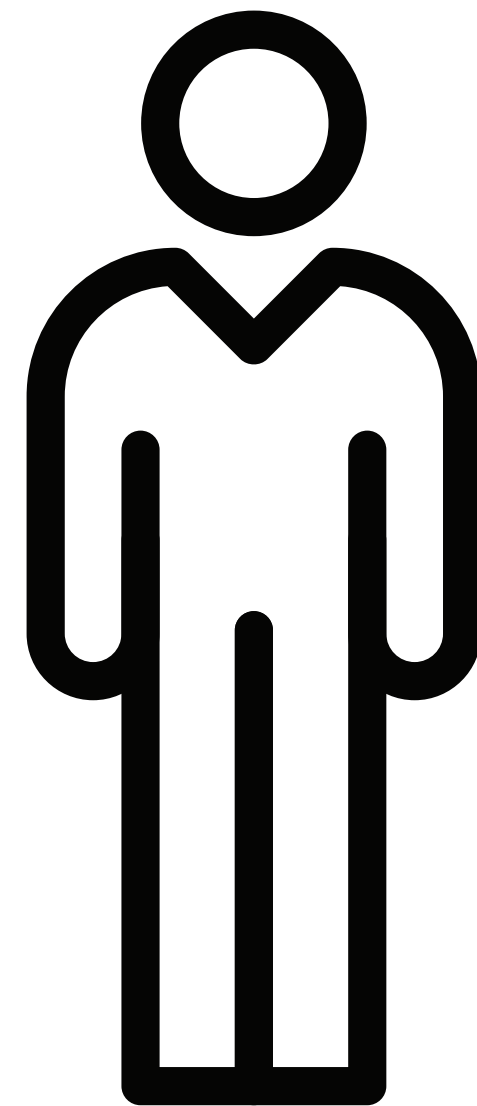
Ovo je tehnika kojom se dijete potiče na razmišljanje o ponašanjima koja su vezana za određene emocije. Izvodi se tako što se naprave kartice sa nazivima emocija, koje dijete izvlači i ima zadatak da svaku od tih emocija prikaže pantomimom, bez korištenja riječi.

○ Karta tijela

Dijete dobije skicu tijela i ima zadatak da se prisjeti neke situacije u kojoj je doživjelo neku od emocija. Dijete ima zadatak da u različitim bojama označava dijelove tijela na kojima je doživljavalo određene senzacije, koje prate emocije.

Nakon toga se sa djetetom razgovara o situacijama u kojima se ta emocija javlja, a razgovor može da se proširi i na ponašanja koja tu emociju prate. Ovdje je bitno imati na umu da ova tehnika uči dijete vezi između emocija i fizioloških reakcija, te emocija i ponašanja koja prate.

Također, uz pomoć ove tehnike dijete može da uči kako prepoznati javljanje određene emocije, na temelju fizioloških reakcija, koje se prve prepoznaju, što mu / joj koristi kasnije u regulaciji emocija.





Šetamo sa emocijama



Ovo je tehnika koja se izvodi na sljedeći način. Dijete šeta po prostoriji, a osoba koja radi sa djetetom izgovori naziv jedne emocije. Dijete mora položajem tijela, načinom na koji hoda, izrazom lica, ponašanjima, pokazati kako se ta emocija doživljava i koja ponašanja je prate. I ova tehnika je kao i pantomima velika pomoć da dijete uveže neverbalnu komunikaciju i ponašanja sa emocijama.



Događaji i emocije

Ovo je tehnika za koju vam je potreban određen broj papirića na kojima su kratko opisane određene životne situacije, kao npr.:

- *Dijete je pozvano na rođendan.*
- *Dijete je dobilo poklon za rođendan koji je dugo vremena željelo.*
- *Dijete je prešlo u drugu školu.*
- *Dijete se probudilo u toku noći jer je čulo jak zvuk.*
- *Dijete se vratilo iz škole bez omiljene pernice.*
- *Dijete je u toku igre sa drugarima jedan od njih udario.*
- (...)



Budite slobodni da osmisлите još situacija, ali budite kreativni tako da to budu situacije u kojima se osjećaju različite emocije.

Nakon što dijete izvuče jedan papirić, ima zadatak da kaže kako bi se ono osjećalo u toj situaciji. Nakon toga razgovarate o tome. Ovu tehniku je također moguće koristiti i u radu sa grupom djece kako bi jedni od drugih učili da u istoj situaciji mogu imati različita osjećanja. Ukoliko radite individualno sa djetetom, onda je korisno da vi budete ti koji će reći da biste se drukčije osjećali u određenoj situaciji.

Ovo je vrlo bitno, jer djeca, posebno nižeg školskog uzrasta, vjeruju da se i drugi osjećaju isto kao i oni.



Uzroci emocija i njihove manifestacije



Sada slijedi tehnika koju možete koristiti u radu sa djecom kako bi bolje povezala emocije sa fiziološkim reakcijama, ponašanjem, ali i situacijama u kojima se javljaju.

U Priručniku vam je dat primjer za emociju bijes, ali iste zadatke koristite i za ostale emocije. Pored toga, osim za emociju bijes, ponudili smo vam i mali teorijski uvod za još dvije emocije koje se češće pojavljuju kod djece, a to su depresija i anksioznost. Ove uvode možete koristiti u razgovoru sa nastavnicima i roditeljima kako bi što bolje razumjeli djecu.



Bijes

U radu sa djetetom možemo početi na sljedeći način: *„Bijes je neprijatna emocija, koju svi nekada osjećamo. Kada smo bijesni ponašamo se na loš način i radimo neke loše stvari koje ne bismo radili da nismo bijesni. Ono što je važno da znaš, jeste da je normalno osjećati bijes. Bijesu je vrlo bliska ljutnja, samo što je razlika između bijesa i ljutnje u tome što kada osjećamo bijes teško možemo kontrolirati naše ponašanje. Zato je ljutnja mnogo bolja.“*

Ukoliko je dijete nižeg školskog uzrasta možemo mu dati da nacрта neku situaciju u kojoj je osjećalo bijes, dok starija djeca mogu prepričati tu situaciju. Nakon crtanja i prepričavanja situacije potrebno je sa njima razgovarati o tome šta sve prati njihov bijes, koja su to ponašanja i fiziološke reakcije. Starija djeca bi trebala to zapisivati, jer je uvijek bolje da se u toku razgovora o bitnim stvarima sve one zapišu, kako bi ih dijete imalo pred očima.

Crtež mog bijesa (za mlađu djecu)
ili Kako se ponašam kada sam bijesan / bijesna? (za stariju djecu)

Nakon toga se sa djetetom razgovara o tome šta je sve u stanju reći kada je bijesno. I ovo je aktivnost koju je dobro raditi uz papir i olovku, kako bi dijete zapisalo sve te riječi koje izgovara kada je bijesno. Djeca nekada nisu ni svjesna, kao ni odrasli, šta sve kažu u bijesu.

Šta sve izgovaram kada sam bijesan / bijesna?

Ovu aktivnost završavamo sa listom faktora koji kod djeteta izazivaju bijes, tako što dijete pitamo sljedeće: Šta sve kod tebe izaziva bijes? Šta te sve može razbjesniti?

Zatim pustimo dijete da na miru nekoliko minuta zapisuje odgovore. Ukoliko dijete sporo piše ili ne zna pisati, onda mu treba dozvoliti da nabraja, a osoba koja radi sa djetetom zapisuje. Ovo su vrlo bitni podaci jer vam ukazuju na to u kojim situacijama dijete potencijalno može osjećati bijes, te koji su to faktori koji bijes izazivaju. Kasnije ove situacije i faktore možemo koristiti kako bismo sa djetetom vježbali regulaciju emocije bijesa.

Šta sve kod mene izaziva bijes? Šta me sve može razbjesniti?

Anksioznost

Kada dijete učimo šta je anksioznost, važno je napraviti razliku između anksioznosti i straha. Strah predstavlja emociju koja se javlja u situacijama kada je osoba direktno izložena nekoj prijetnji ili povredi. Anksioznost je emocija koja se javlja kao reakcija na očekivanu ili neku potencijalnu prijetnju. To znači da se anksioznost kod ljudi javlja onda kada oni pretpostave da bi mi se moglo nešto loše desiti. I strah i anksioznost imaju zaštitnu funkciju za nas. Također, ono što im je zajedničko jesu fiziološke reakcije. Ponašanja koja prate anksioznost su: bježanje iz situacije, izbjegavanje situacije koju procijenimo kao potencijalno prijetecu, ali i napad. Osobe koje imaju visok nivo anksioznosti osjećaju se veoma neprijatno i češće izbjegavaju situacije koje percipiraju kao prijetecu.

Ukoliko radite sa djetetom koje koristi ponašanje koje spada u grupu izbjegavanja veoma je važno da djetetu objasnite zašto treba prestati sa tim ponašanjem i šta ono znači za održavanje anksioznosti. Naime, svaki put kada dijete osjeti anksioznost, jer pretpostavi da bi moglo nešto loše da mu se desi u određenoj situaciji i odluči izbjeći tu situaciju, ono nakon te odluke osjeti olakšanje. Ovo olakšanje je njemu / njoj „nagrada“ (negativno potkrepljenje) i zbog toga će dijete svaki sljedeći put primjenjivati to izbjegavanje.

Depresija

Depresija se vrlo često kod djece može prepoznati tako što dolazi do sniženog raspoloženja, gubitka energije, apetita, interesovanja, smanjenja tolerancije na frustraciju i smanjenja aktivnosti. Pored toga, depresiju prate i osjećaj krivice, bespomoćnosti, poteškoće sa koncentracijom i pažnjom, problemi u spavanju itd. Vrlo je važno razlikovati depresiju od tuge, koja predstavlja uobičajenu, funkcionalnu i poželjnu reakciju povodom situacija u kojima se doživljava gubitak ili neuspjeh. Neke osobe upravo razviju depresiju tamo gdje bi očekivana bila reakcija tuge. Kada je tuga u pitanju, ponekad je potrebno raditi i sa roditeljima na podizanju praga tolerancije na dječiju tugu, kako svojim reakcijama ne bi ometali dječiji način izražavanja i doživljavanja ove emocije. U radu sa djecom vrlo je bitno koristiti adekvatan rječnik i ne opterećivati ih stručnim terminima. Zato je ovdje savjet da u radu sa mlađim školskim uzrastom koristite termin tuga, ali da vi budete svjesni toga da je kod djeteta prisutno depresivno raspoloženje, a ne emocija tuge.

Na kraju ovog dijela, koji vam nudi tehnike za bolje razumijevanje kada se javljaju emocije, važno je da znate da sve druge emocije koje nisu ovdje razrađene kroz vježbe, možete, također, na isti ili sličan način razraditi. Vrlo je bitno da prije početka rada na sebi, dijete emocionalno opismenite, da ga naučite da prepozna emociju i da je poveže sa fiziološkim reakcijama i ponašanjima.

Tehnike rada sa anksiožnošću, depresivnošću i bijesom.

Nakon što se dijete upozna sa emocijama i svim onim što emocije prati, onda prelazite na rad sa emocijama koje se kod djeteta dominantno javljaju. Opet napominjemo da je veoma bitno da se dijete ne osuđuje jer osjeća pojedine emocije.

Svaki čovjek ima osjećanja, samo je pitanje načina na koji ih iskazuje i stupnja jačine tih emocija.

Tehnike rada sa anksioznom djecom

Djeca anksioznost, kao i odrasli, mogu osjećati u različitim situacijama. Ona je opisana u prethodnom dijelu Priručnika, a ovdje ćemo ponuditi različite tehnike kojima možete pomoći djetetu da je lakše prevaziđe. Cilj rada sa anksioznim djetetom trebao bi biti ublažavanje emocionalne uznemirenosti. U tekstu koji govori o anksioznosti napomenuli smo da je jedno od pratećih ponašanja izbjegavanje situacija za koje pretpostavimo da bi mogle biti „prijetecu“, ili „opasne“ (npr. kontrolni rad za koji dijete ili nije učilo ili pretpostavlja da će ga loše uraditi). Tehnike rada sa anksioznim djetetom upravo inzistiraju na tome da se dijete izlaže tim situacijama koje je izbjegavalo, uz adekvatnu podršku. Da bi došlo do promjene i da bi se anksioznost počela smanjivati, neophodno je razviti adekvatan sistem potkrepljenja.

Kod anksioznih problema, najčešće se procjenjuje vjerojatnoća da će doći do lošeg ishoda, katastrofizira se u vezi sa mogućim posljedicama i potcjenjuju se vlastiti kapaciteti za prevazilaženje situacije, kao i mogućnost da nam drugi pomognu. Neke od misli koje se kod djece javljaju u tim situacijama su:

Sutra imam kontrolni	→	Dobiću slabu ocjenu	→	ANKSIOZNOST
Moram proći pored dječaka koji mi se sviđa	→	Pomisliće da sam ružna i smotana	→	ANKSIOZNOST
Dijete je na koncertu sa drugarima	→	Pomišlja da ima previše ljudi i da će se ugušiti	→	ANKSIOZNOST

Anksioznost prate brojne fiziološke reakcije: lupanje srca, drhtanje, zamagljen vid, teško disanje, drhtavi glas, podrhtavanje nogu, mokri dlanovi, česti odlasci u toalet, leptirići u stomaku, knedla u grlu, suha usta, crvenilo lica, slabost, nesvjestica, glavobolje.

Organizam reagira kao da mu prijeti opasnost i tijelo se priprema za borbu ili bijeg. Krv se pumpa u mišiće, jer su nam oni potrebni za trčanje ili udaranje, a povlači se jednim dijelom iz dijelova tijela koji nisu neophodni i toj „opasnoj“ situaciji: glava, dlanovi, stomak, stopala, pa mi osjećamo različite senzacije uslijed toga.

Ove reakcije ne možemo kontrolirati, ali to i ne moramo, međutim, možemo kontrolirati misli koje izazivaju te reakcije, kao što su gorespomenute misli: „**dobiću slabu ocjenu**“, „**pomisliće da sam ružna**“, „**ima previše ljudi pa ću se ugušiti**“. Sve ovo se dešava instinktivno i mi ne možemo iskontrolirati ove reakcije, ali i ne moramo. One traju neko vrijeme i prolaze. Možemo iskontrolirati misli koje ih potiču.

U narednom dijelu teksta ćemo ponuditi neke tehnike rada sa anksioznom djecom.

● Sistematska desenzitizacija

Ovo je tehnika koja se koristi u radu sa djecom koja izbjegavaju situacije za koje pretpostave da bi mogle loše proći i zbog kojih, i prije nego što se one dese, osjećaju anksioznost (npr. izrada kontrolnog rada).

Sistematska desenzitizacija ima nekoliko koraka koji idu sljedećim redom, a koje ćemo upoznati kroz jednu izmišljenu situaciju. Naš glavni akter je dječak koji osjeća anksioznost kada mu priđe neki novi vršnjak, koga do tada nije imao priliku upoznati.

1. Identifikacija izazova – Ovo je faza u kojoj dijete ukazuje na to sa kojom anksioznošću se želi suočiti, koja ili koje su to situacije koje percipira „opasnim“, „neizdrživim“, ili „sa lošim ishodom“ i sl. **Naš glavni lik ovdje ukazuje na to da osjeća intenzivnu anksioznost (nivo 10) kada se mora upoznavati sa novim vršnjacima i da želi to da mijenja, jer će uskoro promijeniti školu.**

2. Razbijanje izazova na manje korake – U ovoj fazi se sa djetetom radi na tome da svoj izazov razbije na manje korake kako bi u njega ulazilo postepeno, a ne odjednom. **Sa dječakom dogovaramo zajedno korake tako što mu opišemo zašto je to za njega važno. Ovdje je bitno navesti da će mu biti mnogo lakše da ide polako. U radu sa djetetom osmišljavate korake, koji mogu biti sljedeći:**

a. Vježbanje upoznavanja pred ogledalom.
(Ovdje detaljno dogovorite šta će reći, npr.: „Zdravo ja se zovem..., kako se ti zoveš?“ Onda zamisli da mu se vršnjak predstavlja. „Drago mi je da smo se upoznali.“)

b. Vježbanje upoznavanja sa vama.
(Ovdje ponavlja situaciju, ali tako da je odigrava sa vama kroz igru igranje uloga. Na ovom koraku dijalog možete da proširite.)

c. Vježbanje sa drugarima, također kroz igranje uloga.

d. Upoznavanje nekog novog vršnjaka.

3. Prije nego što pređete na primjenu ugovorenih koraka, dijete dobija zadatak da razmisli na koji način bi moglo **razmišljati u tim situacijama** kako bi doživljavalo što niži nivo anksioznosti. U ovoj fazi rada mu / joj postavljate sljedeće pitanje: **Koje će ti misli pomoći da postigneš uspjeh?**
Ovdje u razgovoru sa dječakom razgovarate o tome koje misli bi mu pomogle da se opusti, koliko može, u toj situaciji. Koju god misao da dječak predloži vi je prihvatite. Nemojte ih procjenjivati niti mu davati prijedloge.

4. Veoma je bitno da se prije samog izlaganja dijete poduči **vježbama relaksacije**, kako bi prije svakog koraka uradilo neku od njih. Ove vježbe su predstavljene u Priručniku, pa od njih možete izabrati nekoliko.

5. Osnovno pravilo prelaska sa jednog koraka na drugi jeste to da je bitno da dijete u toku izvođenja aktivnosti osjeća nisku anksioznost. Zato je bitno da dijete stalno koristi Termometar emocija (predstavljen u Priručniku) i da nakon svakog puta kada izvede planirano ponašanje **izmjeri svoju anksioznost**. Na sljedeći korak se prelazi onda kada visina anksioznosti ne prelazi 2.

6. Naučiti dijete da se svaki put **pohvali i nagradi**, s vremena na vrijeme, kada uspješno izvede određeni korak.

● Šta bi se moglo desiti? / Šta će se desiti?

Karakteristika osoba koje osjećaju anksioznost jeste katastrofiziranje, zamišljanje situacija u kojima se dešava nešto loše. Oni vrlo često ostanu sa tim utiskom da situacije u kojima bi mogli da se nađu ili u kojima se nalaze neće dobro da se završe. Zato je sa djecom veoma važno raditi na tome da nauče propitivati svoja razmišljanja.

Jedna od vježbi za ovo je sljedeća:

*Kada te nešto brine, lako je zamisliti sve ono najgore što bi se moglo dogoditi. Ali u stvarnosti, te brige se ne moraju ostvariti. Ono što bi se **moglo dogoditi** nije isto kao ono **što će se dogoditi**. Šta te brine?*

*Ako razmišljaš o onome **šta će se dogoditi**, umjesto o onome šta **bi moglo da se dogodi**, može ti pomoći da se manje brineš. Kad god počneš da se brineš, prvo odgovori na ova pitanja: Pronađi neke znake koji ukazuju na to da se tvoje brige **neće** ostvariti.*

Ako se tvoje brige **ne** ostvare, šta bi drugo vjerovatno moglo da se desi?

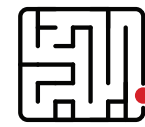
Ako se tvoje brige ostvare, kako ćeš ti s time izaći na kraj?
Hoćeš li na kraju biti OK?

Nakon odgovaranja na ova pitanja, kako su se tvoje brige promijenile?

Vježbe za pomoć u anksioznim stanjima

Postoji mnogo vježbi koje dijete može raditi kada je anksiozno, a ovdje navodimo neke od njih:

- 1. Duboko disanje 5-3-7** – Tehnika koja se izvodi na sljedeći način. Dijete udiše zrak na nos i broji u sebi do pet. Nakon toga zadržava vazduh u plućima i broji do tri, a potom izdiše na usta dok ne izbroji u sebi do sedam. Ovu vježbu može ponoviti pet i više puta.
- 2. Stani i slušaj** – O trenutku kada dijete shvati da osjeća anksioznost treba da svoje misli usmjeri na zvukove koji dolaze iz spoljašnje sredine. Dok osluškuje kojim zvukovima je okruženo, dijete treba odgovarati na sljedeća pitanja: **Koje zvukove čuje? Da li su glasni ili tihi? Čuje li neke zvukove koje do tada nije čulo?** Ukoliko se desi da čuje zvukove koje do tada nije čulo, potrebno je na njih da usmjeri pažnju.
- 3. Nacrtaj svoju anksioznost** – Tehnika koja od djeteta zahtijeva da nacrtaja svoju anksioznost. Pored toga što može simbolično predstaviti svoju anksioznost, dijete može razmišljati i o sljedećem:
 - a. Kako izgleda kada je anksiozno i kada je opušteno?**
 - b. Šta može uraditi da zaustavi anksioznost?**
 - c. Zbog čega je anksiozno?**
- 4. Pričaj o anksioznosti** – Tehnika u kojoj dijete priča priču o anksioznosti odgovarajući na sljedeća pitanja:
 - a. Zbog čega je anksiozno?**
 - b. Šta radi kada je anksiozno?**
 - c. Šta se desilo prošli put kada je bilo anksiozno povodom iste ili slične situacije?**
- 5. Pisanje srećnog završetka** – Obično kada smo anksiozni zamišljamo neke situacije koje se loše završavaju. Koristeći ovu tehniku dijete treba pisati o svojoj anksioznosti, ali da ta priča ima srećan kraj, da se pozitivno završava. Potrebno je napisati i kako je riješilo problem, kako se uspjelo opustiti, osjećati bolje i kako je uspjelo da savlada svoju anksioznost.
- 6. Omiljeno mjesto** – Tehnika koju dijete koristi na sljedeći način. Bitno je da se udobno smjesti u neku stolicu ili fotelju i da zatvori oči i zamisli neko svoje omiljeno mjesto. Dok zamišlja to svoje mjesto trebalo bi se potruditi da misli o svakom njegovom dijelu, pokušati da se uživi, da osjeća svim osjetilima i da vremenom polako počne osjećati opuštanje i popuštanje anksioznosti.



Tehnike rada sa depresivnom djecom

Prije nego što pročitate nešto o depresiji, bitno je da dobro razumijete terminologiju. Raspoloženje predstavlja dugotrajno i predvidljivo emocionalno stanje i njegove promjene su uobičajena pojava u svim periodima života. Mentalno zdrava osoba doživljava oscilacije raspoloženja, ali je sposobna da se sa njima nosi i da ih kontrolira (Boričević Maršanić, Raguž 2020).

Ponekad se dešava da period sniženog raspoloženja traje duže vrijeme, da za njega postoji neki razlog, ali i ne mora da postoji. To znači da osoba može osjećati niže raspoloženje bez ikakvog razloga, tj. da ni sama ne zna zašto. Tada se govori o depresiji. Depresija nije samo stanje malo većeg neraspoloženja, već je to stanje značajne promjene raspoloženja pod čijim utjecajem se mijenja sveukupno razmišljanje, opažanje, tjelesno stanje, ponašanje i socijalno funkcioniranje osobe (Boričević Maršanić, Raguž 2020).

Prirodna reakcija koju ljudi imaju na gubitak ili neki loš događaj (npr. dobijanje loše ocjene) jeste emocija tuge. Ona obično traje neko vrijeme, sve u ovisnosti od toga šta ju je izazvalo, ali depresija nije samo loše raspoloženje i povremena potištenost, već ozbiljan psihički poremećaj. Depresija je sve učestalije emocionalno stanje mladih u savremenom svijetu (Boričević Maršanić, Raguž 2020).

U radu sa djetetom koje ima problem sa depresijom treba biti vrlo oprezan i strpljiv. Postoji mnogo karakteristika koje opisuju depresiju, ali ono što se posebno ističe, kada je kognitivno funkcioniranje u pitanju, jeste sniženo samopouzdanje, negativan doživljaj sebe, neodlučnost, osjećaj bespomoćnosti, gubitak interesa.

Kako biste sa djetetom radili na tome da se desi poboljšanje da se uspije izboriti sa depresijom, važno je aktivirati ga. To se ne može raditi samo direktivama i savjetima, u smislu „pokreni se”. Oni su vrlo pogrešni, jer vi u stvari osobi koja nema volju i snagu da se pokrene, a pritom je niskog samopouzdanja i ima negativnu sliku o sebi, dajete zadatak koji ne može ispuniti. To je još više učvršćuje u tom osjećanju depresije. Zato je bitno ići korak po korak. Prvo je bitno sa djetetom uraditi vježbu, koju smo ranije predstavili, kako bi on / ona naučili šta je to depresija, tj. vježbu psihoedukacije.

Nakon toga možete raditi sljedeće vježbe.

Antidepressivna kutija

Dijete dobije zadatak da se prisjeti perioda kada se nije osjećalo depresivno. Da bi se prisjetilo treba odgovoriti na sljedeća pitanja:

- Šta je tada radilo?
- Šta ga je interesiralo?
- Čemu se smijalo?
- Sa kim je provodio vrijeme?
- Šta mu je tada bilo zabavno i važno?
- Koju muziku je slušao, koje knjige je čitao, koje filmove je gledao?

Svi odgovori se napišu na papirićima i ubace u kutiju. Ova kutija ima za cilj da im vrati nadu, a može biti i inspiracija za neke aktivnosti čak i tokom depresivnih faza.

Dnevnik aktivnosti i osjećanja

Ova aktivnost podrazumijeva vođenje dnevnika, koji svakodnevno prati raspoloženja djeteta, ali mu i pomaže da shvati da postoje i periodi u njegovom životu kada nije depresivno. Vrlo je bitno da dijete stekne uvid u to, jer su oni skloni da vjeruju da su stalno depresivni i da zanemaruju periode dobrog raspoloženja, kao i periode kada su imali neka druga osjećanja. Za vas ovaj dnevnik nudi mnoštvo informacija o tome na koji način se dijete osjeća svaki dan i koje aktivnosti obavlja. Dnevnik može da sadrži sljedeće podatke o djetetu kao u predstavljenom primjeru:

Datum	Sat	Aktivnost	Osjećaj	Jačina osjećaja (1-10)
27.7.2021.	9:00-10:00	Doručak	Potišteno	7
	10:00-12:00	Igranje igrice	Zadovoljno	6
	12:00-14:00	Ležanje	Dosadno	8
	14:00-15:00	Ručak	Dosadno	7
	15:00-17:00	Igranje igrice	Zadovoljno	8
	17:00-19:00	Šetnja sa roditeljima	Ravnodušno	7
	19:00-22:00	Dopisivanje sa prijateljima	Zainteresirano	7

Imajte na umu da je vrlo bitno da dijete koje popunjava ovaj dnevnik bude emocionalno pismeno, tj. da prođe psihoedukaciju, jer u protivnom nećete dobijati adekvatne podatke u dnevniku.

Postavljanje ciljeva

Osobe koje imaju problem sa depresijom teško postavljaju i ostvaruju ciljeve. Kako bi došlo do napretka u radu sa djetetom koje ima depresiju, vrlo je bitno da se sa ovom aktivnošću ide polako i sa dosta strpljenja. Ono što njima predstavlja veliku smetnju u postavljanju ciljeva i njihovom ostvarenju, jeste izostanak motivacije i energije, ali i to što ponekad postavte nerealne ciljeve pa ih njihovo neostvarenje još više baci u očaj.

Kakve ciljeve postavljati? Najbolji su oni koji uključuju aktivnost, jer su djeca koja imaju problem sa depresijom vrlo pasivna, povlače se iz društvenih aktivnosti, prekidaju odlazak na sport, u kino ili na koncerte.

Kako postavljati ciljeve? Cilj mora biti:

- 1. Mjerljiv** – da dijete zna da li ga je ostvarilo ili nije. Naprimjer, nije dobro reći da će raditi neku aktivnost „nekoliko” puta, već jasno treba reći **koliko**.
- 2. Uvremenjen** – da dijete zna koji vremenski rok ima za ostvarenje cilja. To znači da se ne može reći da će neka aktivnost trajati „određeno” vrijeme, već se to vrijeme treba **precizirati**, pa reći, npr. pet dana.
- 3. Dostižan** – da dijete taj cilj može ostvariti. To znači da je vrlo bitno da se prilikom njegovog postavljanja procijene **kapaciteti djeteta i njegove prethodne navike i aktivnosti**.
- 4. Adekvatan** – da je taj cilj za dijete važan. To znači da dijete nećemo tjerati da radi određene aktivnosti koje nije do tada radilo, ili koje njemu nisu važne. Vrlo je bitno da to budu aktivnosti za koje je dijete do tada imalo motivaciju, ili možda neke nove, ali koje dijete predloži.
- 5. Jasan** – podrazumijeva da dijete tačno zna na šta se cilj odnosi i šta taj cilj sve uključuje.

Sada ćemo dati dva primjera ciljeva, od kojih je jedan adekvatno formuliran, a drugi nije.

Cilj koji nije adekvatno formuliran
Više ću se družiti sa prijateljima.

Cilj koji je adekvatno formuliran
Družiću se sa prijateljima na igralištu svaki dan sljedeće sedmice dva sata.

Ovaj prvi cilj ne zadovoljava nijednu od gorenavedenih karakteristika adekvatno formuliranog cilja, dok se kod drugog cilja jasno ističe svih pet. Još nešto je važno imati na umu kada je formuliranje ciljeva u pitanju. Nije dobro djetetom formulirati više od tri cilja, jer bi to za dijete bilo opterećujuće, pa bi moglo brzo doći do zasićenja i odustajanja. Kao i kod rada sa anksioznim djetetom, vrlo je bitno naučiti depresivno dijete da se nagrađuje. Za ovo može koristiti tehniku Ekonomija žetona, opisanu u narednom dijelu Priručnika.

Planiranje aktivnosti

Imajući na umu karakteristike depresivnog djeteta, nakon formuliranja cilja ili ciljeva, vrlo je bitno krenuti sa detaljnim planiranjem aktivnosti. Osnovno pravilo kojeg se trebete pridržavati jeste „polako, ali sigurno“. Aktivnosti se mogu podijeliti u dvije grupe:

- **obavezne**
(*higijenske navike, hranjenje, održavanje sobe, učenje, odlazak u školu*)
- **ugodne**
(*slušanje muzike gledanje sporta, filmova, druženje, igranje igrica i sl.*)

Obavezne aktivnosti		Ugodne aktivnosti		
1.		1.		
2.		2.		
3.		3.		
Datum, vrijeme i aktivnost		Depresivnost (1-10)	Zadovoljstvo / ugoda (1-10)	Uspjeh
	Prije			
	Poslije			

* U ovoj tabeli se navode sve planirane aktivnosti. Emocije se mjere Termometrom emocija, dok se uspjeh opisuje navođenjem nekog postignuća.

○ Tehnike rada sa djecom sa problemima u ponašanju



Termin **problemi u ponašanju** predstavlja „kišobran“ pod koji mogu stati problemi različite ozbiljnosti, od onih koji nisu velike težine, štetnosti i opasnosti po sebe i druge, do onih koji se kažnjavaju zakonskim propisima. Poremećaji ponašanja predstavljaju trajno prisustvo obrazaca antisocijalnog, agresivnog i izazivačkog ponašanja. Ove poremećaje karakteriziraju emocija bijesa i agresivno ponašanje, te impulzivnost i niska tolerancija na frustraciju.

Rad sa djecom koja imaju probleme u ponašanju uvijek podrazumijeva i rad sa roditeljima, blisku suradnju sa školom. U tom radu važno je prepoznati i modificirati pogrešne odgojne stilove i obučiti roditelje kako da adekvatno postupaju kada se pojavi nepoželjno ponašanje kod djeteta. Bitno je znati da su ti roditelji često već vrlo frustrirani, jer osjećaju da nemaju kontrolu nad svojim djetetom, pa mogu problem preuveličavati, ali postoje i oni koji problem negiraju.

Kontrola bijesa

Bijes je emocija koja kod djeteta nastaje, između ostalog, kao posljedica rigidnih i iracionalnih apsolutističkih zahtjeva odraslih ili vršnjaka. Bijes je disfunkcionalna emocionalna reakcija, jer potiče na traženje krivca, osvetničko ponašanje i destruktivnost. Funkcionalna emocija koja se kod ljudi javlja u istim ili sličnim situacijama je ljutnja ili nezadovoljstvo, kao još niži stupanj emocionalnog reagiranja. Kada je nivo bijesa izuzetno visok, dijete ne može razmišljati, te je rezultat često ponašanje koje bi kasnije izbrisali, promijenili, da mogu.

U radu sa djecom, od presudnog je značaja da razumiju da ne izazivaju drugi ljudi njihov bijes. Dok god vjeruju u to da drugi izazivaju njihov bijes, ostaju pri uvjerenju da nemaju izbora osim da se tako osjećaju.

U radu sa ovom emocijom, kao i sa svim ostalim, vrlo je bitno sa djetetom prvo proći psihoedukaciju, kako bi dijete razumjelo kako emocija nastaje, a nakon toga se od već ponuđenih i opisanih tehnika može koristiti tehnika Analiza dobiti i štete. Pored toga, bitno je raditi na razvoju **asertivne (nenasilne) komunikacije**, učiti ih da komuniciraju bez vrijeđanja druge osobe, ali da opet ukažu na ono što im u toj komunikaciji smeta.

Za rad sa ovom djecom vrlo su korisne tehnike Pune svjesnosti (engl. Mindfulness), koje im pomažu da se umire, saberu misli i reagiraju mirnije. Ove tehnike će biti predstavljene u daljnjem tekstu Priručnika.

Niska tolerancija na frustraciju

Niska tolerancija na frustraciju podrazumijeva, kako se često kaže, „kratak fitilj“. Ona za posledicu ima veću sklonost emociji bijesa, ali i niže akademsko postignuće, probleme u socijalnim relacijama, kao i mnoge druge poteškoće u svakodnevnom životu. Veliki broj problema u djetinjstvu uzrokovano je niskom tolerancijom na frustraciju. Na školskom uzrastu niska tolerancija na frustraciju može biti uzrok sljedećih ponašanja:

- **Konstantno žaljenje na nešto i prenemaganje**
- **Stalno pronalaženje zamjerki i pridikovanje**
- **Manjak odgovornosti**
- **Stidljivost**
- **Povlačenje i izbjegavanje drugih**
- **Sklonost zloupotrebi alkohola ili narkotika.**

Sa ovom djecom je teško raditi iz nekoliko razloga: traže instant-rješenje, jer nemaju strpljenja da dočekaju promjenu i neko postignuće, vode se momentalnim zadovoljstvom i iz tog razloga su skloni izbjegavati rad, očekuju da će rad uvijek biti zabavan i lagodan, a zadaci lagani.

Generalizacije

Tipično uvjerenje kod djece niske tolerancije na frustraciju jeste **nepodnošenje**. Oni smatraju da su sve situacije koje oni vješto izbjegavaju, nepodnošljive.

U radu sa njima je vrlo bitno ukazati im na to da život nije samo osjećaj ugone, i da postoje periodi u životu, kada je teško, bolno, ali da su oni prolazni.

U razgovoru sa njima potrebno ih je vratiti na neke doživljaje iz života koji su bili teški, neprijatni, ali koje su „preživjeli“ i nastavili dalje. U ovom razgovoru je vrlo korisno koristiti sljedeću tabelu za rad, kako bi dijete što bolje razumjelo posljedice svog ponašanja, jer često se niska tolerancija na frustraciju završava nekim neadekvatnim ponašanjem.

Šta se desilo?	Kako sam razmišljao / razmišljala?	Kako sam se osjećao / osjećala?	Kako sam se ponašao / ponašala?	Kako je reagiralo moje tijelo?	Šta se onda desilo?
----------------	------------------------------------	---------------------------------	---------------------------------	--------------------------------	---------------------

Popunjavajući ovu tabelu dijete stiče uvid u to kako je reagiralo u određenoj situaciji, šta je izazvalo njegove reakcije (njegove misli), te koje posljedice su uslijedile. Ovo je za djecu koja imaju problem sa kontrolom ponašanja i emocijom bijesa vrlo bitno, jer često nisu svjesna šta rade u određenoj situaciji i uvijek odgovornost za svoja ponašanja pronalaze u drugima.

Vježbe koje možemo koristiti u radu sa djecom bez obzira na njihov problem

U ovom dijelu Priručnika predstavljamo vježbe koje se mogu koristiti u različitim fazama rada sa djecom i za rješavanje različitih problema.

Puna svjesnost

Tehnike pune svjesnosti^[8] nam pomažu da naučimo svoju pažnju usmjeriti prema nečemu i da primjećujemo sve što se događa upravo sada, iz trenutka u trenutak. Koristeći ove tehnike, pažnju možemo usmjeriti prema okolini koristeći naša osjetila (vid, sluh, dodir, miris i okus) ili našim unutarnjim stanjima (senzacije u tijelu, misli i osjećanja).



Kada svu svoju pažnju usmjerimo na nešto, tada detaljnije, jasnije, punije primjećujemo šta se trenutno dešava u nama i oko nas. Puna svjesnost podrazumijeva otvorenost i prihvatanje trenutnog iskustva bilo ono ugodno ili neugodno. To je suprotno od stanja kad radimo više stvari odjednom i to automatski, kao da smo na „autopilotu“ – naše tijelo radi jednu radnju, a naš um je negdje drugdje, te ili misli o prošlosti ili brine o budućnosti.

Vježbe pune svjesnosti su vrlo jednostavne. One se mogu raditi sjedeći, ležeći, stojeći ili u pokretu. Neke od njih su vrlo aktivne, a neke mirnije. Potrebno je samo usmjeriti pažnju na jednu stvar, kao što je npr. promatranje okoline, pokret ili disanje, i pokušati zadržati pažnju na tome. Kada se rade ova vježbe, pažnja može da odluta i da nam se um pokuša baviti nečim drugim. To je uredu i vrlo je bitno naučiti dijete da to ne treba omesti i prekuti u vježbanju, jer to ne znači da je nešto pogriješilo ili da je prestala vježba pune svjesnosti. Primijetiti da je pažnja odlutala i vraćati pažnju ponovno i ponovno na fokus i jeste puna svjesnost. Ono što posebno krasi ove vježbe jeste to što se one mogu raditi uvijek, gdje god da smo, jer za njih ne treba prostor, već samo volja.

Ovdje ćemo predstaviti neke od njih.



[8] Tehnike opisane u ovom priručniku preuzete su iz priručnika pod nazivom "Mindfulness kratke vježbe za djecu" <https://www.poliklinika-djeca.hr/wp-content/uploads/2020/03/2020-Mindfulness-kratke-vje%C5%BEbe.pdf>

Prizemljenje

Ovu vježbu je korisno primijeniti kada se dijete osjeća jako uznemireno, anksiozno i kada ga hvata panika, ali i kada osjeća bijes i tugu.

Pogledaj oko sebe, primijeti i imenuj:

5 stvari koje možeš vidjeti oko sebe

4 stvari koje možeš sada dodirnuti

3 stvari koje možeš sada čuti

2 stvari koje možeš sada pomirisati

1 stvar koju sada možeš okusiti



Planina

Stani uspravno i raširi stopala u širini bokova

Ruke stavi uz tijelo

Zamisli da si planina... visoka, mirna, nepomična, dostojanstvena

Sunce, kiša, oblaci, oluje, snijeg dolaze i odlaze

A planina ostaje i dalje ista, mirna i nepromijenjena

I ti možeš biti kao planina

Miran i nepromijenjen

Uprkos svemu oko tebe i u tebi

Budi planina



Duvanje balona

Zamisli da je tvoj stomak balon

1. Duboko udahni na nos i primijeti kako se tvoj balon povećava

2. Lagano izdahni na usta i primijeti kako se tvoj balon smanjuje

3. Ponovi još nekoliko puta



Osmica



Zamisli da je tvoj kažiprst olovka

Počni od sredine osmice

Dok udišeš prati ili nacrtaj gornji ili lijevi dio osmice na svojim nogama ili stolu ispred sebe

Dok izdišeš prati ili nacrtaj donji ili desni dio osmice

Duga



I ti možeš napraviti svoju dugu. Počnimo! Zatvori oči ili ih ostavi otvorene, kako god ti odgovara. Sjedni uspravnih leđa na stolici s nogama na podu. Neka ti ruke vise sa strane. Zatvori i otvori svoje šake nekoliko puta da zagriješ svoje tijelo... Sada polako raširi ruke u stranu i istegni ih koliko god možeš, dlanovi neka budu okrenuti prema gore. Lagano podiži ruke prema gore do glave i istegni se još malo prema gore, ako to odgovara tvom tijelu... Sada spusti lagano ruke dok su dlanovi okrenuti prema gore da se vrate u početni položaj uz tijelo... Sada uz pokrete ruke usmjerimo pažnju na disanje. Raširi ruke u stranu, dlanovi su okrenuti prema gore, polako podiži ruke na udah prema gore do glave. Ako trebaš ponovno udahnuti dok podižeš ruke prema gore, slobodno udahni koliko god puta trebaš... Kada su tvoje ruke gore visoko, istegni se još malo prema gore, ako to odgovara tvom tijelu... A onda na izdah počni ruke polagano spuštati, dlanovi su okrenuti prema gore i uživaj u dugi koju stvaraš... Tvoja duga je izbljedjela. Hajde, napraviti još jednu. Udahni i polagano podiži ruke prema gore... A onda izdahni i gledaj kako nastaje još jedna duga dok spuštaš ruke prema dolje... Ponovi nekoliko puta... Za svoju sljedeću dugu ustani. Raširi ruke u stranu, okreni dlanove prema gore i podiži ruke na udah visoko gore... A onda na izdah, tvoje se ruke spuštaju... Možeš pokušati još jednom. Oči mogu biti zatvorene ili otvorene, kako ti odgovara. Uživaj u dugi koju si sam stvorio...

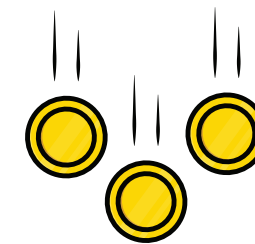
Špageti test



Ova vježba uči te da potpuno opustiš svoje tijelo. Opustiti tijelo da bude mekano kao špageti. Opuštanje je važno. Pomaže nam smiriti tijelo. Možeš vježbu raditi sjedeći na stolici ili ležeći na podu. Na tebi je da izabereš mjesto na kojem možeš udobno sjediti ili ležati... Potpuno usmjeren na sebe... na sebe i na svoje tijelo... Sada ćemo započeti s vježbom. Sjedeći ili ležeći, primijeti da sjediš ili ležiš sada i ovdje. Šta primjećuješ u ovom trenutku? Možda si svjestan svojih nogu ili svojih ruku... Možda zapažaš da ti je glava umorna od škole, učenja ili razmišljanja. A možda i ne osjećaš ništa posebno. I to je isto uredu... Sada zatvori oči. Čvrsto zažmiri kao da gledaš ravno u sunce. Čvrsto zažmiri i stisni zube, pritisni usnice jednu o drugu i zategni sve mišiće lica... A onda, onda opusti svu napetost. Potpuno opusti svoje lice... Oči ti se opuštaju, vilica ti se opušta... Usta, usnice i obrazi postaju potpuno meki, lice ti je cijelo meko i prijazno. Možeš li to osjetiti?... I sada kada ti je lice potpuno opušteno, stisni svoje šake... Stisni ih čvrsto i snažno koliko god možeš... Tvoje šake su napete, kao i tvoje ruke. Hajde, osjeti to... Mišići ti rastu i postaju snažni. Možda zapaziš da sada zadržavaš dah... I čim to osjetiš, opusti napetost u rukama... Hajde, opusti mišiće svojih ruku... Olabavi svoje ruke i svoje prste... Čak i mali prst, i njega opusti, neka bude opušten i mekan. Sva je napetost otišla... I kada su ti i ruke potpuno opuštene, možeš preusmjeriti pažnju na svoj trbuh... Sada uvuci trbuh da bude potpuno ravan kao daska.. Hajde, zategnite trbuh čvrsto... I čim opaziš da ponovno zadržavaš dah, opusti stomak...

S izdahom se tvoj stomak opušta i postaje mekan... Kada je stvarno jako mekan, bićeš svjesniji svog disanja... I nježnih pokreta trbuha gore dok udišeš i dolje dok izdišeš. Možeš li to osjetiti? ... I dok se tvoj trbuh nježno podiže i spušta, usmjeri svoju pažnju na svoje noge... Sada pritisni koljena jedno o drugo, pritisni ih čvrsto jedno o drugo... Stegni sve mišiće u nogama i u stopalima, pa i nožne prste skvrči. Osjeti napetost u svojim nogama... I onda, onda ponovno opusti napetost... Tvoje su noge ponovno meke, koljena odvojena, prsti na nogama opušteni... Cijelo ti je tijelo opušteno... Ostani gdje jesi. Opušten. Tačno tamo gdje jesi... Nema potrebe da odmah ustaješ. Nema potrebe da išta radiš. Položio si sada uspješno špageti test... A možeš ga ponoviti kada god treba opuštenost, možda neposredno prije testa u školi ili prije nekog drugog teškog trenutka ili kada god poželiš... Zvono će označiti kraj vježbe. Kada više ne čuješ zvuk zvona, protegni se i nastavi dalje svoj dan s osmjehom na umu i licu...

Ekonomija žetona



Tehnika Ekonomija žetona predstavlja sistem potkrepljivanja, koji je baziran na upotrebi žetona. Žetoni funkcioniraju kao novac. Žetoni mogu biti napravljeni od kartona ili papira i oblika koji dijete izabere. Oni se zarađuju izvođenjem adekvatnih ponašanja, a gube izvođenjem neadekvatnih. Također, žetoni se mogu mijenjati za neke nagrade, kao što su hrana, aktivnosti, privilegije i sl. Ovo je tehnika korisna za primjenu u situacijama kada se radi korekcija djetetovih reakcija ili ponašanja.

Nakon što se sa djetetom utvrdi cilj ili ciljevi kojima se teži u toku rada, te specifikuju ponašanja ili reakcije koji treba da se mijenjaju prelazi se na sljedeći korak, koji podrazumijeva jasno definiranje ponašanja za koja se mogu dobiti žetoni. Također, bitno je odrediti i maksimalan broj žetona koje je moguće dobiti za izvođenje pojedinačnog ponašanja. Nakon toga se određuju nagrade i broj žetona kojim se zarađuje svaka nagrada. Kako je nemoguće očekivati da će dijete manifestirati samo adekvatna ponašanja, potrebno je odrediti nepoželjna ponašanja, koja će biti kažnjavana oduzimanjem određenog broja žetona. Osim svega ovoga potrebno je odrediti i osobu koja će biti odgovorna za čuvanje žetona.

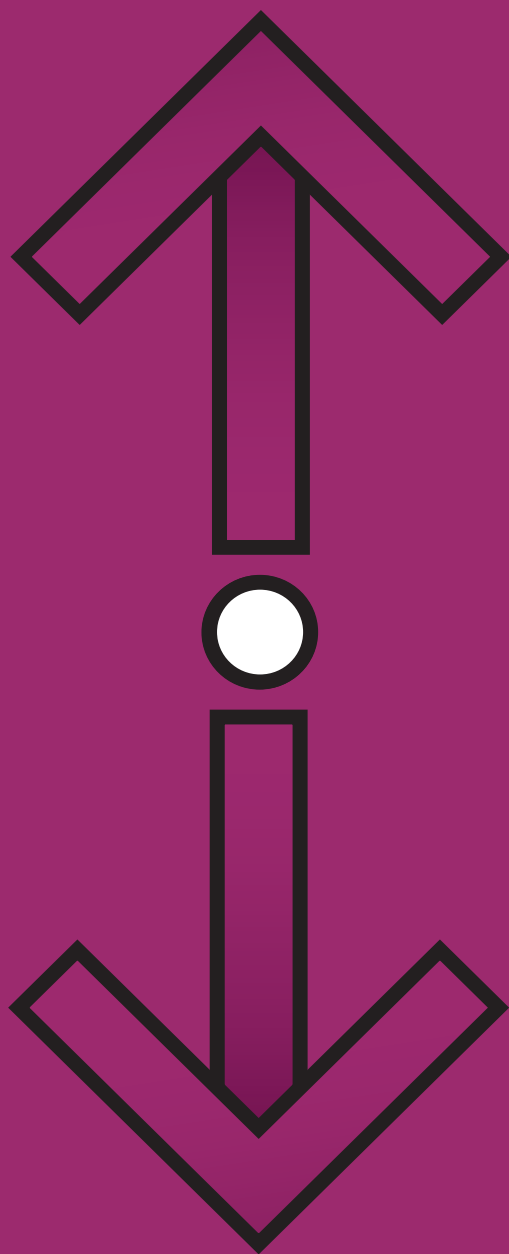
Ono što je bitno imati na umu jeste da se Ekonomijom žetona mogu modificirati jednostavniji oblici ponašanja, tako da ukoliko dijete treba raditi na modifikaciji nekog složenijeg ponašanja, onda je neophodno da se ono podijeli na jednostavnije (npr. razvijati naviku učenja).

Termometar emocija

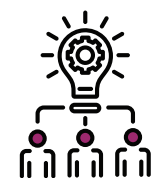


Ovo je tehnika koja djetetu i osobi koja sa njim radi ukazuje na nivo, tj. jačinu emocionalnog doživljaja i vrlo je korisna u svakodnevnom radu i kontroli emocionalnih doživljavanja. Najbolje je da uvijek imate kod sebe napravljen termometar sa 10 podjeljaka, od kojih 1 znači da je jačina emocije vrlo mala, dok 10 znači da je emocija intenzivna.

Kako pomoći odraslima da oni pomognu djeci?



Kako pomoći odraslima da oni pomognu djeci?



Prije nego što počnemo ovo poglavlje potrebno je razjasniti na šta uopće mislimo kada kažemo „pomoć odraslima“. Moramo biti svjesni da stručna služba ne može istodobno pružati stalnu podršku, „sitne popravke“ i kontinuiranu brigu i za djecu i za nastavnike i za roditelje. Jedini problem je u tome što mora. Jednostavno je teško postići promjene sa dječjim ponašanjem u školi ako istodobno ne radite sa njegovim učiteljem / nastavnikom i roditeljima. Ukoliko uspješno radite sa svima, uspjeh je zagarantiran. Ukoliko neka karika nedostaje, i dalje vrijedi raditi, ali promjena će se teže ostvariti. Dakle, **pod pomoći za odrasle u ovom priručniku podrazumijevamo različite principe i tehnike kojima stručna služba može podučiti učitelje / nastavnike i roditelje / skrbnike, kako bi onda zajednički uspješno provodili plan podrške ili brige za dijete.** Još konkretnije rečeno, ovaj dio trebao bi vam pomoći da, kada zajedno sa roditeljem i razrednikom osmisлите njihove ciljeve za IPP ili IPB, možete da im ponudite i neke aktivnosti i zadatke kojima te ciljeve mogu postići.

Roditeljske vještine i tehnike odgoja nisu nešto što svaki roditelj dobije kao uputstvo za upotrebu djeteta. One ovise od prethodnog iskustva sa vlastitim roditeljima, osobina ličnosti, partnerskih odnosa, materijalnih i egzistencijalnih uvjeta života i još mnogo toga. Slično važi i za vještine održavanja discipline na času koje posjeduje nastavno osoblje. Većina ih mnogo bolje poznaje predmet koji predaje nego dječiju psihologiju. Dodajmo tome i njihova lična iskustva, osobine ličnosti, životne okolnosti, i rijetko ćemo kao rezultat dobiti nekoga ko „zna sa djecom“. Jer, budimo realni, svako ko je ikad mislio da se sa djecom baš sve može riješiti samo običnim razgovorom, promijenio je mišljenje čim je zaista proveo više od jednog dana sa njima. Ovo poglavlje se djelomično oslanja na djelo jednog od poznatih stručnjaka za rad s „problematičnom“ djecom (Lata 2011)^[9], riječima:

„Kada imate djecu, kao da ste pozvali sve sile haosa u svoj život. Ne možete ništa bolje da se organizirate tokom ludila podizanja djece nego što biste se organizirali kada naiđe tornado. Kada vjetar krene, krenete i vi.“

Kada govorimo o pomoći roditeljima i nastavnicima, imajte u vidu da, ako su zatražili pomoć, kaos već počinje vladati, a pomoć je neophodna. Pa kako im možemo pomoći? Iako su vam vjerojatno već poznate teorije roditeljskih stilova, stilova privrženosti i njihovih efekata na razvoj djece, u praksi nam nisu od mnogo pomoći. Savjet: „**Promijenite svoj roditeljski stil.**“, vrijedi koliko i savjet: „**Od sutra postanite sretni.**“ Vrlo rado, ali kako? Imajte u vidu, **da su znali šta tačno trebaju raditi, vjerojatno ne bi ni stigli do vas.**

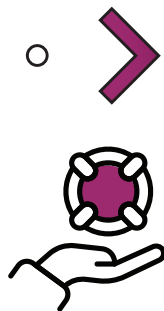
U ovom dijelu najprije ćemo se pozabaviti roditeljima djece koja su sklona **neprihvatljivim ponašanjima**, izazivanju autoriteta, kršenju pravila i sl. Većinu roditelja ove djece možemo ugrubo podijeliti u sljedeće kategorije: one koji su za dijete zabrinuti, ali **ne znaju postaviti granice** (nasilna djeca, sklona kršenju pravila itd.) i čija djeca nisu bila izložena adekvatnim posljedicama za neprihvatljiva ponašanja; roditelje koji iz raznih razloga potrebe svog djeteta **zanemaruju**, ne znaju šta im dijete radi, ili ih to i ne zanima, tako da ni ova djeca nemaju postavljene granice; roditelje koji su i sami skloni neprihvatljivim ponašanjima, u težim slučajevima i nasilni, pa djeca ne mogu jasno razgraničiti šta je prihvatljivo ponašanje, a šta ne.

Za zanemarujuće roditelje i one sklone neprihvatljivim ponašanjima biće nam vjerojatno potrebna pomoć službi iz zajednice. Za njih ćemo morati osmisliti ciljeve uz stručnu podršku službi za mentalno zdravlje i socijalni rad. Međutim, **roditelji koji djeci ne znaju postaviti granice su nam obećavajuća grupa, jer sa njima ima najviše prostora za poboljšanje.** Prikazaćemo problem jasnih postavljanja granica na jednom primjeru roditelja, a kasnije i na jednom primjeru nastavnika, jer je postavljanje jasnih pravila i granica često izazov i za nastavnike.

[9] Lata, Najdžel. 2011. Kako deci postaviti granice i pri tom sačuvati živce. Psihopolis. Novi Sad.

Lata, Najdžel. 2012. Tinejdžeri: Kako im postaviti granice i pri tom sačuvati živce. Psihopolis. Novi Sad.





Tehnike postavljanja granica za neprihvatljiva ponašanja

Roditelj koji nema jasne granice često imaju odnos sa djetetom koji ne liči na odnos roditelj – dijete. Naprimjer, mogu se ponašati prema djetetu kao da mu žele biti drug, kao da mu žele biti „tetka iz inozemstva“ koja sve probleme rješava poklonima, ili pak kao bespomoćna žrtva. Evo nekih tipičnih rečenica koje, kada ih čujete, otvaraju prostor za rad:

„Ja i moje dijete smo uvijek bili kao drugovi.“

„Mi ne želimo da naš odnos ima neka kruta pravila, valjda se sve može riješiti razgovorom.“

„Ja njoj jednostavno ništa ne mogu.“

„Sve smo mu pružili, baš sve, i stvarno ne znam gdje griješimo.“

Njima se jednostavno mora objasniti: **„Koliko god da ga volite, vi niste drug, već roditelj svom djetetu.“** Svakom djetetu očajnički treba neko ko je za njega uvijek tu i voli ga, ali je **sposoban reći ne, zna kada je dosta i dopušta da dijete iskusi posljedice svojih odluka i ponašanja**. U ciljeve IPP-a ovakvih roditelja jako je važno staviti uspostavljanje jasnih pravila. Morate im kao djetetu objasniti kako pravila funkcioniraju. Evo jednog primjera:

Maida ima 14 godina i smije ostati vani do 22:00. Tata ne živi sa njima, a mama se oduvijek trudi da imaju lijep i blizak odnos. Maida već nekoliko puta dolazi kući u 22:30, ali svaki put nađe neki razlog i kaže da se to neće više ponoviti. Već šetaju po naselju pa mama ne zna uvijek gdje se tačno nalazi. Mama počinje da se brine i ljuti, i svaki put kad se to desi, izgalami se na nju i bude uvrijeđena.

Kaže joj stvari poput: „Nisi fer, ja se stvarno zabrinem, kako to možeš da mi uradiš, i još lažeš da više nećeš, a onda opet.“ Maida se postepeno navikava na mamine žalbe i počinje dolaziti kući sve kasnije. Međutim, sada se slična stvar počinje dešavati i u školi, pa je mama pozvana na razgovor jer Maida često izostaje sa časa. Mama, na razgovoru sa pedagogom, sliježe ramenima i kaže: „Sve sam joj posvetila i imale smo divan odnos, stvarno mi nije jasno kako je do ovog došlo, ali ja njoj jednostavno ništa ne mogu.“

Mnogi roditelji, nakon što iscrpe svoje uobičajene odgojne tehnike, odluče se prepustiti osjećaju bespomoćnosti i tužno ponavljaju: **„Ja mu ništa ne mogu.“** Pa kako onda možemo pomoći Maidinoj majci da ostvari cilj uspostavljanja jasnih pravila? Prije svega, pravila moraju biti izvodljiva (npr. **„Više nikada nećeš izaći vani ako zakasniš“**, nije izvodljivo), ni previše labava (npr. **„Ako nastaviš da kasniš stvarno ću se ozbiljno naljutiti!“**, vrlo je labavo pravilo), ali ni previše kruta (npr. **„Nikad i ni pod kojim uvjetima više nećeš ostati vani iza 22:00, u protivnom nema džeparca do 18. godine.“**). Poželjno je da budu kratka i jasna. Evo primjera optimalno postavljenog pravila:

U kuću se ulazi u 21:00. Ako ti baš treba još 15 minuta, moraš mi se obavezno javiti. Ako zakasniš a da se nisi javila, naredni dan nema izlaska, a umjesto izlaska moraš uraditi jedan kućni posao (usisati, obrisati prašinu i sl.).

Ako poslije toga još jednom zakasniš, izlaz ti se trajno skraćuje na 20:30. Ako ni ovo ne budeš poštovala, ostaješ i bez telefona i bez izlazaka na sedam dana. Međutim, ako mi pokažeš da si odgovorna i da znaš poštovati ovaj dogovor, nakon mjesec dana možemo razgovarati o trajnom produženju izlaza od pola sata.

Ako se djetetu ovo izloži jasno, odlučno i hladne glave, velike su šanse da će samo izračunati šta mu se više isplati. Još su veće ako ova pravila budu napisana i istaknuta na vidnom mjestu. Ako ih dijete ne poštuje, jednostavno mora istrpjeti posljedice. Problem ovakvih roditelja je što u početku teško podnesu dječiju reakciju na uvođenje pravila, pa ih na to treba dobro pripremiti: **„Očekujte da će se dijete ljutiti, plakati, histerizirati, biti bijesno na vas, možda vam govori i da vas mrzi. To vas uopće ne treba brinuti. To je sasvim normalna reakcija. Vi samo morate ostati mirni i poštovati svoja nova pravila.“** Ukoliko radite sa roditeljima koji su umorni od svađa i uzaludnog kritiziranja, jako je važno istaći roditeljima prednosti ovakvog pristupa. Jednom kada imate jasna pravila, neće više biti potrebe za ljutnjom. Čak i ako dijete prekrši pravilo, ono će istrpjeti posljedicu, a vi ne morate biti ljuti. Možda će se dijete ljutiti neko vrijeme, ali proći će ga. A onda možete i da se posvetite zajedničkom vremenu uz neku zabavnu aktivnost.

Isti ovaj problem postavljanja jasnih pravila i granica imaju i učitelji / nastavnici, bilo da su oni koji žele po svaku cijenu biti drugovi sa djecom, bilo da su oni koji nemaju jasna pravila i posljedice za njihovo nepoštovanje, već samo neumorno djecu ruže, ljute se, na njih se žale i uprazno im prijete, te se prepuštaju osjećaju bespomoćnosti. Tačno je, arsenal mjera koje oni imaju na raspolaganju nešto je manji od roditeljskog, ali nije toliko mali kao što se čini. Da bismo to ilustrirali, pored uvođenja jasnih pravila, moramo uvesti i princip potkrepljenja.

Sva djeca su na svoj način gladna pažnje. Toliko su gladna pažnje da su često spremna učiniti bilo šta samo da je dobiju. Škola je idealno mjesto za dobijanje pažnje, pa **veliki udio problematičnih ponašanja u školi nastaje upravo radi dobijanja pažnje**. Neka djeca svojim dobrim ponašanjem i školskim postignućem već u početku dobiju pažnju na temelju koje grade svoje samopouzdanje u školi. Međutim, ona djeca koja se u početku ne snađu toliko dobro sa školskim zadacima, malo su sporija, imaju poteškoće u učenju, ili jednostavno nisu motivirana za školska postignuća, vrlo brzo počnu iznalaziti druge strategije za dobijanje pažnje.

Kada na neki način nagradimo dobro ponašanje, to zovemo **potkrepljenje**. To može biti bilo kakva **nagrada**, kao što je pohvala, pravo da bira sa kim će sjediti ili ukidanje nečeg što dijete ne voli, kao što je oslobođanje od zadaće. Potkrepljenjem se dobro ponašanje učvršćuje. To je logično. Ono što za odrasle nije logično, i nikako da shvate, jeste da je za dijete svako pridavanje pažnje zapravo nagrada. Ako ga pohvalite, dobilo je pažnju. **Ako na njega svakog časa galamite i zbog njega prekidate čas, dobilo je još više pažnje**. Vjerovali ili ne, i to je na izvjestan način pozitivno potkrepljenje, ali kojim učvršćujemo nepoželjno ponašanje.

Pažnja je kao hrana, zato **hranite ono što je dobro, a izgladnjujte ono što je loše**. Rekli biste da su pohvale i nagrade za pozitivno ponašanje normalna stvar. Iako ovo na prvi pogled zvuči kao nešto što svi radimo, u stvarnom životu zapravo **mnogo češće pažnjom „hranimo“ negativna ponašanja, nego ona pozitivna**.

Pozitivna ponašanja uzimamo „zdravo za gotovo“ i nemamo naviku da ih pohvalimo, osim ako izlaze iz okvira uobičajenog, tj. osim ako dijete ne uradi nešto „posebno“ dobro. **Za svakog roditelja i nastavnika od apsolutno ključnog značaja je da jasno i glasno svojom pažnjom „hrani“ ono što dijete radi dobro**. A pošto ovo nije nešto što prirodno radimo, potrebno je svjesno graditi naviku i vježbati da **dijete obavezno pohvalimo za pozitivno ponašanje, a ukidanjem pažnje „izgladnjujemo“ negativno ponašanje**.

Ali, ilustrirajmo to naprimjeru nastavnika:

Jan je pametno dijete, ali jako nemiran. Sposoban je da dobro uradi svaki školski zadatak, ali sve češće ih ne dovršava, sve radi površno, samo čekajući priliku da kaže nešto što će nasmijati ili iznenaditi cijeli razred. Neki nastavnici ga uspješno ignorišu, ali nastavnica matematike „ludi“ od njega. Svakog časa provede bar pet minuta držeći pridike Janu. I Jan i druga djeca već su potpuno „oguglala“ na njene pridike. Već je išao kod pedagoga na razgovor, a razrednik mu prijeti sniženim vladanjem. Ali Jan je zadovoljan. Na matematičari dobija svu pažnju koja mu je potrebna, pa i više. Koga briga za vladanje. Ako se nekad smiri na deset minuta, nastavnica ga gleda ispod oka očekujući sljedeći ispad. Neprekidno je ljuta na njega, a on jedva čeka da je opet iznervira.

Analizirajmo malo posljedice koje Jan trpi za svoje ponašanje. Jedna je pridikovanje nastavnice, a druga je puna pažnja cijelog odjeljenja i sve oči uprte u njega tokom najmanje pet minuta svakog časa. Prisjetimo se, kod drugih nastavnika Jan je „**malo nemiran, ali pametan dječak**“. Stoga, u plan podrške za Jana, neophodno je uključiti i nastavnicu matematike i pomoći joj da izmijeni i svoje ponašanje kako bi posljedice Janovog ponašanje bile adekvatne. Srećom, za hronično ljute i nezadovoljne nastavnike kojima ne pada na pamet da se oni mijenjaju kada su djeca ta koja prave problem, postoji i način na koji im možete to reći tako da i njima zvuči dobro. Predložite joj sljedeći dogovor: „**Ako dijete pravi problem, napravimo da to postane njegov problem, a ne vaš.**“

Jan neprekidno remeti čas. Trenutno, Janu je dobro, a nastavnica ima problem. Kako možemo obrnuti stvari tako da nastavnici bude dobro, a Jan se nađe u problemu ukoliko je nastavi provocirati? Probajmo iskombinirati dva prethodna principa: jasna pravila i hranjenje pažnjom dobrog ponašanja, a izgladnjivanje lošeg. Najprije ćemo se dogovoriti sa nastavnicom da, koliko god je to u njenoj moći, hladno ignoriše Janove upadice. Time ćemo početi „izgladnjivati“ loše ponašanje. Ali to je za nastavnicu težak zadatak, jer se čas i dalje remeti, a ona i dalje osjeća ljutnju, moramo je i dodatno motivirati. Nastavnici pomognemo da u plan uključimo izradu pravila za svako remećenje časa. Naprimjer, svaka neprimjerena upadica automatski znači jedan list zadatake više za Jana. To možemo probati tokom sedam dana. Naravno, može se desiti da dodatna zadatak nema nikakvog učinka na Jana i da mu je i dalje draže da se glupira pred razredom. U tom slučaju, pravilo moramo prilagoditi tako da i za Jana dobije značaj. Naprimjer, jedan list neurađene zadatke nagrađuju se dodatnom individualnom nastavom matematike od 15 minuta. To znači da će morati ostati u školi i raditi zadatke sa nastavnicom, umjesto da ide kući kad i druga djeca. Ovo vrijeme može se po potrebi produžavati ili skraćivati. To mu sigurno neće škoditi pa bi i roditelji mogli pristati na takav dogovor. Nastavnica, iako ne želi trošiti dodatno vrijeme na Jana, imaće satisfakciju da ga konačno kazni, a ako baš ne pristaje, dogovorite sa razrednikom da umjesto nje to obavi. Ionako neće biti potrebno više od jedan ili dva puta, jer ostajanje sa nastavnikom na dodatnoj nastavi definitivno nije na Janovoj listi želja. Sada se stvari za Jana već malo kompliciraju, a ovo polako postaje i njegov problem. Pametan je dječak, lako će odmjeriti posljedice i zaključiti šta mu se više isplati. Međutim, plan još nije kompletan. Nedostaje nam pažnja za primjereno ponašanje i prilika da stvari doista popravimo. Zato se sa nastavnicom možemo dogovoriti i sljedeće: svako primjereno ponašanje koje traje cijeli čas nagrađuje se ukidanjem jednog lista one dodatne zadatke. Nastavnicu ćemo zamoliti, ako može, da taj čas primjerenog ponašanja „nahrani“ još i iskrenom pohvalom: „Pa bravo Jane, danas si stvarno fer, iznenadio si me, baš ti hvala što se trudiš.“ Ako se zaista poštuje, takav plan ima velike šanse za uspjeh.

Ukratko, evo šta odrasli po pravilu ne znaju, pa ih vi morate naučiti ako želite da vam zaista pomognu:

- **Redovno potkrepljivati svako dobro ponašanje pohvalom, a izgladnjivati nepoželjno ponašanje ukidanjem pažnje.**
- **Napraviti jasna pravila sa adekvatnim posljedicama za svako neprimjereno ponašanje i adekvatnim nagradama za poželjno ponašanje.**
- **Uvijek pažljivo odmjeriti posljedice i nagrade tako da su one trenutno za dijete značajne. Ako nisu, neće funkcionirati.**
- **Dosljedno poštovati vlastita pravila, čak i ako se dijete ljuti ili protestuje.**
- **Ostaviti mogućnost da se, kao posljedica dječijeg ponašanja, pravila mogu mijenjati u njegovu korist ili na njegovu štetu.**

Ako ovo dosljedno primjenjujete „svoj“ problem ćete pretvoriti u problem djeteta, a ono će razumjeti da je samo odgovorno za posljedice svog ponašanja. Evo još jednog primjera korištenja navedenih principa:

Alma je u zadnje vrijeme popustila sa učenjem, stalno je umorna i rastrojena jer provodi i po pet-šest sati za ekranom. Ili gleda seriju ili je na Youtubeu, ili na Instagramu, ili igra igricu, ili se dopisuje sa drugaricama. Prema roditeljima je često drska i bezobrazna, ostavlja posvuda svoje stvari za sobom, a prestala je i da na vrijeme radi školske obaveze. Kao da je hipnotizirana ekranima i izgleda kao da bi sve uradila samo da drži neki ekran u ruci. Roditelji su pozvani u školu jer je Alma popustila sa pažnjom i počela redati slabije ocjene. Nemaju rješenje i plaše se da joj oduzmu telefon, između ostalog jer ga koristi i za školske obaveze i komunikaciju, a plaše se i da će biti izolirana od vršnjaka ako je jedina koja nema telefon.

Vrlo često **dijete raspolaže raznim privilegijama koje uzimamo zdravo za gotovo**. Naprimjer, posjedovanje i korištenje mobitela ili gledanje omiljenih serija možemo smatrati privilegijom. To je nešto što imamo na raspolaganju i volimo, ali mogli bismo sasvim lijepo živjeti i bez toga. Sagledati sve privilegije kojima dijete raspolaže vrlo je koristan način za iznalaženje adekvatnih posljedica nepoštovanja pravila. Obratite pažnju da **ukidanje privilegija nije isto što i kazna**. Ono je baš to što jeste – ukidanje privilegija. Sistem je jednostavan, jasan i učinkovit:

NEPOŠTOVANJE PRAVILA

UKIDANJE PRIVILEGIJA

Evo jednog plana aktivnosti koji se može predložiti Alminim roditeljima da bi se stvari vratile u kolosijek. Sastoji se iz niza jednostavnih pravila i posljedica nepoštovanja i poštovanja tih pravila. Djetetu omogućava da **zadrži privilegiju do koje mu je veoma stalo** (vrijeme za ekranom), ali samo ako poštuje pravila. Dovoljno je fleksibilan da **dopušta djetetu greške koje će se u početku dešavati, ali i način da popravi svoje greške i tako vrati svoje privilegije**. Ovakav plan jako dobro funkcionira ako i samo dijete, pogotovu ako je u pitanju tinejdžer, sudjeluje u njegovoj izradi i sa roditeljima pregovara o pojedinim elementima (ukupno vrijeme, aktivnosti za nadoknadu itd.). Na taj način mu se pruža prilika da preuzme odgovornost za svoje postupke i da dogovor smatra i svojim.

DOGOVOR O VREMENU KOJE ĆE PROVESTI ZA EKRANOM

UNAPRIJED ODREDITI SA DJETETOM ŠTA SVE SPADA U:

MINIMALNE OBAVEZE (npr. urađena zadaća i školske obaveze, spremljen krevet i soba itd.)
NEPRIHVATLJIVA PONAŠANJA (npr. ostavljanje nereda za sobom, drsko ponašanje itd.)

NAPRAVITI LJESTVICU SA PODJELJCIMA KOJI ODGOVARAJU UZRASTU DJETETA. NAPRIMJER, ZA DIJETE OD DEVET GODINA PODJELJCI SU MANJI, A UKUPNO VRIJEME JEDAN SAT, DOK SU ZA DIJETE OD 15 GODINA PODJELJCI VEĆI, A UKUPNO VRIJEME DVA SATA ILI VIŠE, OVISNO O DOGOVORU SA RODITELJEM.

PRIMJER LJESTVICE:

Lijevo su sati koje dijete može dnevno provesti online za zabavu (ukupno dva sata), podijeljeni u podjeljke od 15 minuta. Ovo vrijeme ne obuhvaća online školske obaveze. Trenutno je sa X obilježen najviši podjeljk, od kojeg dogovor uvijek počinje.

- 2 sata X
- 1 sat i 45 minuta
- 1 sat i 30 minuta
- 1 sat i 15 minuta
- 45 minuta
- 30 minuta
- 15 minuta
- 0

Za svako neprihvatljivo ponašanje ili neispunjavanje obaveze, oznaka se spušta za 15 minuta. Ako se od djeteta traži da nešto uradi, a ono to ne uradi za predviđeno vrijeme, ljestvica se spušta za još 15 minuta.

Ljestvica se može ponovo podići samo ako se uradi neka od aktivnosti za nadoknadu.

AKTIVNOSTI ZA NADOKNADU dogovaraju se za svako dijete i roditelja posebno, važno je samo da su u pitanju aktivnosti koje roditelj smatra korisnima. To mogu biti, naprimjer, pravljenje večere ili doručka za cijelu porodicu, kućanski posao koji ne spada u djetetove svakodnevne obaveze, detaljno sređivanje svog stola, učenje zaostalog gradiva itd.

PREPORUČUJE SE DRŽATI NA VIDNOM MJESTU U KUĆI, NPR. NA HLADNJAKU

Budući da je pretjerana upotreba digitalnih uređaja jedan od jako čestih problema, a koji se preliva u školski kontekst jer su djeca koja pretjerano koriste digitalne uređaje često neispavana, razdražljiva i veoma slabe koncentracije, evo još nekih smjernica koje možete dati u zadatak roditeljima čiji plan podrške podrazumijeva postavljanje granica u korištenju digitalnih uređaja, ali koji možete u vidu letka podijeliti i svim roditeljima:

Budite sigurni da dijete DOVOLJNO SPAVA (8–12 sati, ovisno o uzrastu), da je dovoljno FIZIČKI AKTIVNO (najmanje jedan sat, i da ima vrijeme svakog dana kada nije pred ekranom.

Zajedno odredite obavezne periode bez ekrana (npr. zajednička večera) i porodična šetnja.

Držite elektronske uređaje u zajedničkim prostorijama, gdje se može pratiti aktivnost djeteta. Držite isključen TV ako ga neko u tom trenutku aktivno ne gleda.

Telefone, računare i TV uopće ne držite u dječijoj sobi, posebno NE tokom noći.

Dobro pregledajte igrice i druge sadržaje prije nego što ih dijete dobije.

Pročitati recenzije, oznaku za uzrast
(EC – rano djetinjstvo, E – svako, E10+ – svako stariji od deset godina, AO – samo odrasli i sl.)

Sam isprobajte igricu i poigrajte je sa djetetom da steknete osjećaj o njoj prije nego dijete igra samo.

Provodite vrijeme sa svojim djetetom zajednički igrajući se, pretražujući internet i gledajući TV. Neka bar dio vremena pred ekranom bude vrijeme razgovora i druženja.

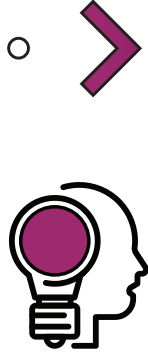
Pregledajte TV programe koje dijete gleda da biste bili sigurni da su adekvatni za njega.

Koristite opcije roditeljske kontrole na svim uređajima za blokiranje pristupa neželjenim sadržajima poput pornografije.

SAMI DOBRO PROUČITE a zatim aktivno podučavajte dijete principima sigurnosti na internetu i razumnoj upotrebi društvenih mreža.

BEZ EKRANA TOKOM OBROKA I NAJMANJE SAT, a idealno dva sata PRIJE SPAVANJA.

SAMI POŠTUJTE OVA PRAVILA



Neke česte greške u odnosima i kako ih ispraviti

Pored zablude da se sa djecom sve može riješiti običnim razgovorom, vjerojatno **jedna od najčešćih odgojnih grešaka jeste slijepo vjerovanje u tradicionalne tehnike odgoja utjerivanjem straha, prijetnjom i fizičkim kažnjavanjem**. Osnovni problem sa autoritetom i disciplinom temeljenim na utjerivanju straha jesto što će vas se dijete kad-tad prestati plašiti. Tu jednostavnu činjenicu nastavnici jako dobro znaju. Još jedan problem sa ovom odgojnom metodom jeste to što se djeca na prijetnje, zastrašivanje, pa čak i fizičko kažnjavanje naviknu. Otud se nekad susrećemo sa roditeljima koji kažu: „**Ja svaki dan galamim, grlo sam istrošila, čak ga i istučem i ništa, on sve po starom.**“ , ali i sa nastavnicima koji se žale da: „**Koliko god ja galamim i prijetim, njima to ništa ne znači, jednostavno im se ništa ne može.**“

Djeci, baš kao i odraslima, da bi zaista doživjeli odraslu osobu kao autoritet, potrebno je da sa njom izgrade odnos. Ne možete očekivati poštovanje ako se niste potrudili da ga zaradite. A poštovanje se gradi ulaganjem u odnos. Ili riječima iskusnog stručnjaka: „**Ako vladate pomoću straha, onda ćete na koncu morati za to odgovarati, i to je pravedno. Takva je sudbina svih velikih diktatora.**“ (Lata 2012). A evo šta o svojim nastavnicima koje poštuju kažu trinaestogodišnja djeca: „**Pokušava pomoći svakome ko ima problem. Često se šali sa nama i nasmijana je. Ne pita nas baš svaki detalj iz knjige. Imamo osjećaj da nas razumije...**“ Kada pravimo plan podrške sa roditeljem i nastavnikom, zaista je korisno preispitati kakav odnos imaju sa djecom i po potrebi u njihove ciljeve uvesti **građenje kvalitetnog odnosa sa djetetom**, te im pomoći da razumiju kako se to radi.

Pored autoriteta zasnovanog na strahu, čest problem je i **autoritet zasnovan na kupovini**. Prezauzeti roditelji prekomjerno posvećeni svojoj karijeri, ali i roditelji koji su sami odrastali u teškim materijalnim uvjetima pa žele da njihovo dijete ima baš sve što poželi, vrlo brzo upadnu u zamku. Lijepo ponašanje ne može se kupiti ni novcem ni skupim telefonom. Naprotiv, priuštiti svome djetetu baš sve što poželi najčešće je „put do pakla popločan dobrim namjerama“. Ovu djecu svaka nova igračka i novi aparat sve brže zasiti, vremenom postaju nesposobna tolerisati dosadu i da se sama zabave, pa uzbuđenje počinju tražiti u neprihvatljivim ponašanjima. Ako je vaš suradnik u timu za podršku jedan takav roditelj, izuzetno je važno pomoći mu da uvidi šta su stvarne potrebe njegovog djeteta, a šta su privilegije koje možda ne zaslužuje. Među ciljevima takvog roditelja korisno može biti uvođenje pravila čije kršenje znači ukidanje privilegija, ali i obavezan rad na izgradnji kvalitetnog odnosa kroz pronalaženje zajedničkih interesa i provođenje vremena sa djetetom.

Sasvim je drukčiji problem **hronično hladnih, distanciranih, previše krutih roditelja**, koji nisu u stanju svom djetetu pokazati ljubav. Oni svoje dijete vole, ali su vjerojatno odrasli u sredini u kojoj je izražavanje emocija bilo nepoželjno ili ismijavano. Djeca ovakvih roditelja mogu se okrenuti neprihvatljivim ponašanjima kako bi „iznudili“ bilo kakvu emociju od svojih roditelja. Bolje i ljutnja nego ništa. S druge strane, ova djeca sklona su i internaliziranim reakcijama poput samoozljeđivanja, kao očajničkog pokušaja da izazovu emocionalnu reakciju svojih roditelja. Ako vam se čini da je roditelj s kojim radite hladan, distanciran ili previše krut, pitajte ga: „**Kako vašem djetetu pokazujete da ga volite?**“ Ako je odgovor nešto poput: „**Ne znam. To se podrazumijeva. Pohvalim ga kad uradi nešto kako treba.**“, vjerojatno imate posla sa ovakvom osobom. Njima je neophodno objasniti da nije dovoljno samo iznutra voljeti dijete i u ciljeve unijeti jasnije pokazivanje ljubavi. Ljubav i toplinu pružamo kada djetetu pokazujemo da ga volimo sa svim njegovim dobrim i lošim osobinama i postupcima. A pokazujemo tako što mu to i kažemo, tako što ga zagrimo, poljubimo, potapšemo, tako što se radujemo njegovoj sreći i tješimo ga kad je tužno.

Ako ga volite ali mu to ne pokazujete, to nije dovoljno.

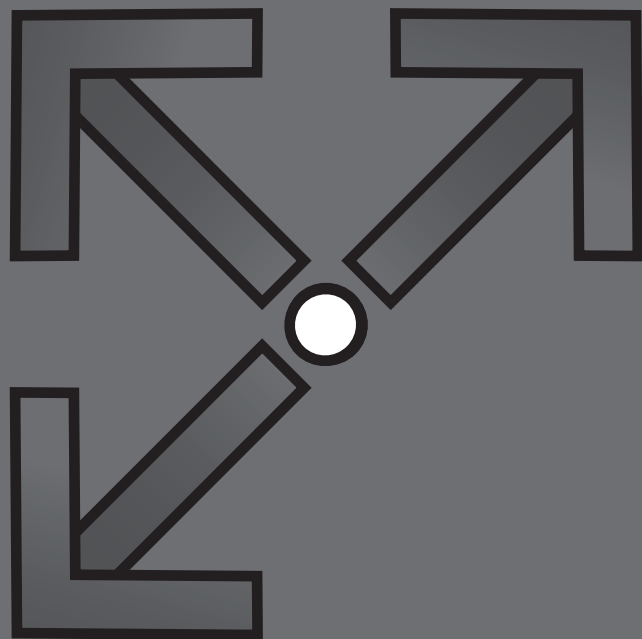
Djeca imaju potrebu za ljubavlju, ali i za dopadanjem. Ljubav se često podrazumijeva i djeca znaju da ih roditelji vole jer je to jednostavno tako. Ali **nisu uvijek sigurna da se svojim roditeljima dopadaju**. Riječima djeteta: „**Znam ja da ona mene voli, ali joj se ne sviđa kakva sam. Htjela bi da sam drukčija, da sam više kao moja sestra.**“ Ovakvim roditeljima možete reći: „**Pokažite svom djetetu da vam se dopada baš takvo kakvo je.**“ Ne mora vam se dopadati svaka njegova osobina ili postupak, ali trebalo bi da osjeti da vam se, u suštini, dopada takvo kakvo je. Ovaj osjećaj neprihvatanja vlastite autentičnosti često je izvor psiholoških problema i neprilagođenih ponašanja kod djece svih uzrasta.

Još jedna česta greška koja je posebno nezgodna jer je roditelj najčešće nije svjestan jesu **previsoka očekivanja od djeteta**. Naprimjer, može vam se desiti da razgovarate sa djetetom koje ima niz internalizirajućih reakcija (hroničan bol u stomaku i probleme sa probavom, visoku anksioznost tokom cijele školske godine, tikove, a sada i sve češće izbjegavanje časova) i sa njenom majkom. Majka objašnjava kako je djevojčica pod stresom jer neće imati sve petice i kako ona sama sebi nameće tako visoke zahtjeve. Što se majke tiče, njoj „**to uopće nije važno**“. Djevojčica samo tiho podrugljivo kaže: „**Aha, baš je tako.**“ Problem je što roditelji svoja visoka očekivanja često ne saopćavaju direktno, već su ih djeca svjesna na temelju njihovih reakcija i ponašanja. Naprimjer, mogu osjetiti oduševljenje u njihovom glasu dok pričaju o drugom djetetu koje ima sve petice, ili mogu biti ubijeđeni da njihova očekivanja „uopće nisu visoka jer znaju da dijete to može“. Ali to što nešto možemo ne znači da to i moramo, a ne znači ni da to želimo. Formulacija ciljeva i zadataka za ovakve roditelje može uključivati recimo formiranje razumnih očekivanja zajedno sa svojim djetetom i uzimanje u obzir i djetetovih želja i potreba, ali i osvješćivanje reakcija kojima nesvjesno šalju poruku o visokim očekivanjima.

Još jedna od čestih grešaka jesu **stalne svađe i rasprave, posebno sa tinejdžerima**. Ukoliko je odnos između roditelja i djeteta narušen stalnim svađama i ljutnjom, jedan od ciljeva za roditelje može biti **odgađanje vlastite reakcije za trenutak kada se „ohladimo“**. U bijesu i afektu svi govorimo stvari koje ne mislimo i donosimo odluke zbog kojih zažalimo. Sačekati da se „bura stiša“, pa tek onda odreagirati, jedan je od korisnih zadataka za svakog roditelja, ali posebno je značajan za roditelje adolescenata. Mozak adolescenta objektivno je podešen tako da se povremeno ponašaju kao da im „ključa mozak“, i to je sasvim normalno. Emocije ih savladaju do te mjere da su sposobni uraditi ili reći i stvari koje u „normalnom“ stanju ni sami nikada ne bi rekli. Problem nastaje ako roditelj dozvoli da i njemu „proključa mozak“. Mnogo je korisnije **privremeno tretirati svog adolescenta kao osobu koja je privremeno neuračunljiva** i ne uzimati za ozbiljno svaku stvar koju kaže ili uradi.

Iako ovo nije iscrpna lista, nadamo se da smo vam jasno prikazali **najvažnije strategije i tehnike za rješavanje najčešćih rješivih problema na relaciji dijete – odrasli**. Naravno, uvijek će biti problema koji nadilaze moći stručne službe, zbog kojih Program sekundarne prevencije predviđa obaveznu i kontinuiranu suradnju sa stručnjacima iz zajednice kad god problem prevaziđe mogućnosti škole.

Najčešća pitanja i odgovori



Najčešća pitanja i odgovori

Naredna lista pitanja i odgovora nastala je kao rezultat kontinuirane obuke profesionalaca za primjenu Programa sekundarne prevencije, odnosno njihovih pitanja i nedoumica na koje su nailazili tokom priprema za uvođenje PSP-a.

O PROGRAMU SEKUNDARNE PREVENCIJE

Da li je Program sekundarne prevencije dodatni posao za prosvjetne radnike?

Program sekundarne prevencije čini reagiranje na neprihvatljive oblike ponašanja koje ispoljavaju djeca u određenom vremenskom periodu tokom odrastanja. Uzroci tih ponašanja najčešće dolaze iz relacija koje imaju sa vršnjacima ili odraslim osobama (roditeljima, nastavnicima), ali mogu imati i pozadinu u vezi sa internaliziranim ponašanjima, načinima nošenja sa problemima ili poteškoćama koje nastaju tokom procesa učenja i poučavanja. Uzroka je mnogo, ali svaki se veže za odgojne metode koje primjenjujemo u školama u cilju davanja adekvatne podrške djetetu tokom razvojnih perioda. Odgajanje kao proces je neodvojiv od procesa obrazovanja, najvažniji segment rada prosvjetnih radnika i nije dodatni posao niti nastavnom osoblju niti stručnim suradnicima. Na sva prethodno opisana ponašanja dužni su reagirati na pedagoški prihvatljiv način, a PSP im to i olakšava.

Da li će primjenom Programa sekundarne prevencije nastavno osoblje i stručni suradnici biti dodatno opterećeni administrativnim poslovima?

Nastavnici i stručni suradnici izrađuju individualizirane odgojno-obrazovne programe (IPOP) za svako dijete za koje se procijeni da ima potrebu za podrškom u slučaju kada ima poteškoće tokom procesa učenja (razloga je mnogo: razvojne poteškoće, socioekonomske prirode i sl.). Tako, naprimjer, ukoliko dijete ima intelektualne poteškoće predviđa se izrada IPOP-a sa prilagodbama za kognitivno područje. Ukoliko je u pitanju cerebralna paraliza i dijete nema intelektualne poteškoće, te nema razvijenu preciznu motoriku, izrađuje se IPOP za psihomotorno područje. Dakle, na ova dva primjera vidimo da prilagođavamo uz pristup i nastavne sadržaje prema mogućnostima i tempu napredovanja djeteta. Ovaj proces zahtijeva od profesionalaca za odgoj i obrazovanje djeteta adekvatne individualizirane odgojno-obrazovne programe u kojima se planira podrška i prilagodba nastavnih sadržaja, potrebna djetetu. Na isti način, ukoliko dijete ispoljava neprihvatljive oblike ponašanja, ono šalje signale za pomoć, na koje smo u obavezi reagirati. U ovom slučaju planiramo prilagodbe za afektivno područje razvoja za koje na isti način prilagođavamo Program sekundarne prevencije. Tada izrađujemo Individualni plan podrške i/ili Plan brige (IPP/IPB). Na opisanim primjerima riječ je o ukupno tri obrasca u kojima je planiran odgojno-obrazovni rad na pedagoški profesionalan način i on ne predstavlja opterećenje, već olakšicu cjelokupnom planiranju i realiziranju odgojno-obrazovnog rada koji omogućava mjerljive odgojno-obrazovne ishode.

Da li se obim posla predviđen PSP-om kosi sa trenutnom 40-satnom radnom sedmicom stručnih suradnika?

Neposredna suradnja sa nastavnicima i djecom, posebno u domenu savjetodavnog rada podrazumijeva pedagoška nastojanja da se kroz ove radne zadatke pruži profesionalna podrška procesu učenja i ponašanja od strane stručnog suradnika. Provođenje Programa sekundarne prevencije kroz opservaciju i reagiranje, te izradu IPP-a/IPB-a, olakšava realiziranje radnih zadataka predviđenih Pedagoškim standardima stručnog suradnika. Oni su već u opisu radnih obaveza i ne kose se sa trenutnom 40-satnom radnom sedmicom stručnog suradnika.

Međutim, kako se stručni suradnik za ovakav način rada i školovao, postoji intencija da se uvrsti na eksplicitan način u Pedagoške standarde kako bi se priznala postojeća važnost i složenost prirode posla pedagoškog rada stručnog suradnika.

Kada se Program sekundarne prevencije može početi provoditi?

Početkom školske godine prilikom izrade godišnjeg programa rada škole (septembar), planiraju se komisije nastavnog osoblja i stručnih suradnika koje djeluju u domenu svoga rada tokom cijele godine. To je idealna prilika da se imenuje zvanična komisija zadužena za praćenje i provođenje PSP-a na početku godine, kao i da se na prvom nastavničkom vijeću predstavi način rada po Programu sekundarne prevencije ukoliko postoje radnici koji ranije nisu upoznati. Kako je septembar najčešće i početak nastavnog procesa kada se već opserviraju ponašanja djece te procjenjuje potrebna podrška za kognitivno, psihomotorno ili afektivno područje, ujedno je to i vrijeme početka primjene Programa sekundarne prevencije.

Da li novi uposlenici trebaju biti educirani o Programu sekundarne prevencije i od koga?

Edukacija svih novih uposlenika redovna je obaveza svake ustanove uključene u PSP. Svi općinski potpisnici Sporazuma o suradnji su se obavezali da će kontinuirano provoditi mjere podrške / stručnu pomoć za primjenu PSP-a, istakli teme za interne edukacije unutar svojih ustanova u cilju informiranja novih uposlenika, te kontinuirane edukacije postojećih. Protokol, također, opisuje očekivanja postavljena pred imenovanim osobama, tako da olakšava proces informiranja i uvoda u edukacije koje mogu realizirati članovi tima. Imenovani članovi resurse mogu rasporediti na kreativan način surađujući u mješovitim timovima kada educiraju veći broj uposlenika pozvanih iz svih ustanova koje su potpisnice Protokola na taj način ekonomično koristeći vrijeme i vlastite resurse.

Ovaj priručnik i svi prateći materijali mogu se koristiti u svrhu tih edukacija.

Koja je ključna uloga nastavnika i stručnih suradnika u provođenju Programa sekundarne prevencije?

Sva ponašanja o kojima govorimo u okviru Programa sekundarne prevencije važno je da budu primijećena i zabilježena. Ukoliko je to primijetio nastavnik, on je ima obavezu da obavijesti razrednika o tome. Razrednik po saznanju poziva roditelja, razgovara o primijećenom ponašanju, zajedno pružaju adekvatnu podršku. Ukoliko roditelj ne želi sudjelovati ili se ne odaziva na pozive razrednika, obavještava se stručna služba škole. Nadalje isto postupa, pokušava uključiti roditelja, te ukoliko roditelj ne želi da sudjeluje, uključuje centar za socijalni rad, koji preuzima ulogu trećeg roditelja. Izradom IPB-a u ovom slučaju, pristupa se planiranju podrške osiguravajući najbolji interes djeteta.

Na koji način se mogu educirati roditelji o Programu sekundarne prevencije i njihovim obavezama?

Nakon obuke nastavnog osoblja o provođenju Programa sekundarne prevencije nastavno osoblje i stručni suradnici su osposobljeni za davanje informacija o načinu funkcioniranja suradnje između svih aktera koji primjenjuju PSP. Dodatnom edukacijom na prvom nastavničkom vijeću na početku školske godine škola osigurava trajno i kontinuirano provođenje Programa sekundarne prevencije. Samim tim, razrednici mogu na prvom od četiri roditeljska sastanka koja realiziraju tokom školske godine posvetiti edukaciji roditelja o načinu i stilu rada unutar Programa sekundarne prevencije. Poželjno je da stručna služba organizira i ciljane edukacije za roditelje o načinu na koji PSP funkcionira, te o važnosti suradnje između škole i porodice, kao i o drugim temama koje procijeni korisnim za primjenu PSP-a.

IZRADA INDIVIDUALNOG PLANA PODRŠKE / BRIGE

Koji su poželjni načini identifikacije djece za koju je potrebno izraditi IPP/IPB?

Djeca mogu ispoljavati ponašanja ili reakcije za koje znamo da su indikatori rizika jer se već nalaze na Listi neprihvatljivih oblika ponašanja ili Listi ostalih faktora rizika, što je direktan signal za identifikaciju i pružanje pomoći ili podrške. Međutim, svaka situacija u odnosu sa djetetom može biti prilika za procjenu faktora koji ugrožavaju, nepovoljno djeluju na odgoj djeteta ili povećavaju vjerojatnoću pojave rizičnih ponašanja. Samo dijete, vršnjaci, roditelji, ili druge djetetu bliske osobe, također, mogu biti izvor informacija o problemima sa kojima se dijete suočava. Moguće da sve informacije nećemo vidjeti na temelju ponašanja djeteta, ali u školskom okruženju na relaciji stručni suradnik – razrednik – ostali nastavnici – socijalni radnik itd., mogu se steći saznanja i dobiti informacije koje olakšavaju identifikaciju rizika.

Da li se svi članovi tima za podršku djetetu pri izradi IPP-a/IPB-a moraju istodobno sastati i zajednički sačiniti plan podrške / brige ili voditelj tima obavlja pojedinačne razgovore tokom kojih svako popunjava svoj dio?

Preporučljivo je, kad god je to moguće, da se članovi tima koji uključuje i samo dijete sastanu i zajednički prave plan podrške / brige, a da sastanku koordinira voditelj tima (imenovani član stručne službe). Međutim, mogući su različiti scenariji gdje to neće biti moguće. Ako, naprimjer, neki član tima ne može doći, ne smije se dopustiti da se zbog toga značajno odgodi pružanje podrške. Ili, ako je dijete suviše zaplašeno na sastanku sa odraslima pa ne iskazuje svoje autentične potrebe i ciljeve, poželjno je ponuditi mu i individualni razgovor. Dakle, zajednički rad je poželjan i preporučljiv, ali ostavlja se voditelju tima da odluči kada takav način rada više nije u najboljem interesu djeteta.

Šta raditi ukoliko dijete samo ne definira cilj? (npr. odbija komunicirati)

Stručni rad sa učenikom koji ima poteškoće u ponašanju se odvija kroz savjetodavni rad nastavnika i stručnog suradnika. Kroz individualne i grupne oblike nastavnog rada oni upoznaju dijete i načine koji omogućavaju da sa djetetom uspostave kontakt. Na bazi povjerenja u kreiranom sigurnom okruženju moguće je ostvariti dijalog sa djetetom te mu pomoći da prepozna uzroke neugodnih osjećanja i potreba sa kojima su u direktnoj vezi neprihvatljiva ponašanja. Ukoliko dijete nije imalo priliku učiti ili komunicirati na ovakav način, mogu mu se ponuditi i prijedlozi između kojih samostalno bira i predlaže kao vid aktivnosti koje će poduzeti u svrhu promjene ponašanja. Resurs mogu biti i ostali predmetni nastavnici, stručni suradnici i druge osobe u koje dijete ima povjerenja i koja radi u najboljem interesu djeteta.

Šta ako su ciljevi djeteta različiti od ciljeva roditelja ili nastavnika, ili ako voditelj IPP-a/IPB-a smatra da su ciljevi nekog člana tima loše formulirani ili kontraproduktivni?

Ovo će često biti slučaj i sasvim je razumljivo ako se ima u vidu razvojna faza u kojoj se dijete nalazi i nedovoljna sposobnost sagledavanja uzroka i posljedica nekog ponašanja kod različitih članova tima. Uloga voditelja IPP-a/IPB-a je da svakom članu tima omogući da sam izrazi svoje ciljeve, ali i da im na adekvatan način ukaže na potencijalne probleme pri izvođenju nerealističnih ili neizvodljivih ciljeva, ali i ciljeva koji su socijalno neprihvatljivi ili mogu ugroziti druge osobe. S druge strane, nastavnici mogu imati previše krute ciljeve koji ne uzimaju u obzir razvojna dostignuća i mogućnosti djeteta, pa je zadatak voditelja tima da i sa njima radi na prilagodbi ciljeva da bi bili realistični.

Kako procijeniti da li su ciljevi za IPP/IPB dobro postavljeni, a vremenski okvir realističan?

Voditelj tima ima zadatak da svakom članu tima pomogne u osmišljavanju realističnih i izvodljivih ciljeva. Ciljeve koji su previše visoki i dugoročni treba razraditi na manje potciljeve čija se realizacija može pratiti najprije na sedmičnom, potom na mjesečnom nivou (npr. dugoročni cilj – razviti samopouzdanje, možemo pretvoriti u sedmični cilj – osigurati jednu priliku na času na kojoj će se dijete pokazati u pozitivnom svjetlu i dobiti pohvalu; dugoročni cilj – promijeniti odgojni stil, možemo pretvoriti u sedmični cilj – tokom sedam dana ne reagirati na provokaciju galamom, već mirno djetetu izložiti posljedicu za nepoželjno ponašanje). Ciljevi su dobri ako znamo kojim tačno aktivnostima i postupcima se sigurno krećemo prema tom cilju.

Šta ako nastavnik / učitelj odbija sudjelovati u timu podrške ili raditi na utvrđenim ciljevima?

Nastavno osoblje mora proći edukaciju za primjenu PSP-a, te podsjećanje na svakom početku školske godine na obaveze i odgovornosti u sklopu svog odgojno-obrazovnog rada. Međutim, ukoliko stručna služba procijeni da je učešće određenog nastavnika isforsirano u tolikoj mjeri da je kontraproduktivno, ili nije u najboljem interesu djeteta, taj nastavnik se može i isključiti iz IPP-a. U takvom slučaju, individualni razgovori sa spornim nastavnikom poželjni su kako bi se utvrdili razlozi za odbijanje i pružila konstruktivna podrška za njihov odgojni rad.

Šta ako roditelj odbija doći u školu, ne surađuje sa stručnom službom, ne prihvata ciljeve plana podrške / brige, neće da bude dio tima za podršku?

Odbijanje suradnje od strane roditelja otežava realizaci-ju pružanja podrške za dijete. Zbog toga se ovaj vid odbijanja suradnje roditelja sa stručnom službom tretira kao zanemarivanje djeteta, jer dijete i porodica ostaju uskraćeni za adekvatnu podršku pedagoga, psihologa i socijalnog radnika škole. Pod pojmom odbijanja suradnje podrazumijeva se neodazivanje roditelja na usme-ne i pismene pozive škole te neprihvatanje individualne ili grupne podrške za di-jete koju realiziraju stručni suradnici u školi (npr. individualni savjetodavni rad sa djecom i roditeljima, grupne radionice za djecu i roditelje i druge vidove podrške). Ukoliko su evidentni znaci zanemarivanja djeteta od strane roditelja / skrbnika, tj. ukoliko roditelji / skrbnici odbijaju suradnju sa suradnicima stručne službe, a samim tim i preporuke za pružanje dodatne podrške djetetu, odgovorna osoba u ustanovi pripremom odgovarajućeg pisanog akta obavještava nadležni organ starateljstva. Odbijanje suradnje od strane roditelja nije razlog da se za dijete ne počne izrada IPP-a/IPB-a, naprotiv, utoliko je važnije djetetu na vrijeme pružiti podršku / brigu, a Program sekundarne prevencije pruža i pravni okvir za takvo djelovanje.

Šta uraditi ukoliko se završi sa realizacijom IPP-a ili IPB-a, a u konačnici nismo zadovoljni sa postignutim rezultatom?

Primjena izrade Individualnog plana podrške i/ili plana brige podrazumijeva prethodni proces opservacije djetetovih ponašanja. Nakon evaluacije u kojoj smo procijenili da nismo zadovoljni postignutim rezultatima, timski pristupamo ponovnoj procjeni potreba i pružanju podrške kako bi dijete razvilo svoje pune kapacitete. Podsjetićemo da su u ovoj fazi, učesnici u izradi: dijete, roditelji, nastavnici i stručni suradnik škole. U pitanju je cirkularan proces koji ne završava dok god nisu postignuti odgojni rezultati.

Zašto se mora tražiti od svih sudionika izrade IPP/IPB da se potpišu i ostave svoj kontakt ?

Vlastoručni potpis stvara osjećaj obveze i odgovornosti. Preuzimanje odgovornosti za ispunjenje određenih ciljeva, aktivnosti i poštovanje vremenskih rokova je gotovo najvažnija stavka u IPP/IPB. Stoga je opravdano, pa čak i neophodno tražiti od svih sudionika izrade IPP/IPB da se potpišu i ostave svoj kontakt.

Da li izrađujemo IPP za dijete u slučaju kad su roditelji ovisnici ili se dovode u vezu sa određenim kriminalnim radnjama, a kod djeteta ne primjećujemo ponašanja koja bi zahtijevala posebnu podršku?

Dijete koje eksplicitno ne pokazuje nezadovoljstvo ili druge emocije koje osjeća zbog situacije u kojoj se nalazi, također treba podršku. Podrška u vidu informacije o načinima zaštite djece može biti data i na odjeljenskoj zajednici cijelog grupi tokom radioničkih aktivnosti kako dijete ne bi osjetilo da je izdvojeno. Također im se može ponuditi podrška na koju mogu računati ukoliko imaju potrebu za razgovorom ili imaju problem bilo koje vrste. Istodobno se mogu osigurati intervencije ostalih osoba / ustanova koje su procijenjene kao podrška u općinskom referalnom mehanizmu. Izrada Plana brige ne podrazumijeva nužno suglasnost roditelja ukoliko roditelj ne postupa u najboljem interesu djeteta, tako da u ovom slučaju i Individualni plan brige može biti adekvatna stručna pomoć.

Šta kad smo evidentirali jedan faktor rizika, ali u radu s djetetom doznamo za još jedan ili dva nova faktora sa Liste neprihvatljivih ponašanja (npr. najprije smo evidentirali jake izljeve bijesa pri minimalnim podražajima, a kasnije konzumiranje cigareta), hoćemo li uzeti novi Evidencioni list ili evidentirati u isti?

S obzirom na to da Obrazac za evidentiranje primijećenog ponašanja sadrži, između ostaloga, ime i prezime nastavnika koji je primijetio određeno ponašanja, kao i datum, poželjno je da se novo ponašanje s Liste neprihvatljivih ponašanja evidentira u novi Evidencioni list. Potom, u rubriku Primijećeno ponašanje djeteta već postojećega IPP/IPB, dodamo i opis novog ponašanja za koje smo doznali tokom rada na ranije evidentiranom riziku. Dakle, ne treba ispunjavati novi IPP/IPB obrazac, ali treba dodati još jedan obrazac za evidentiranje primijećenog ponašanja.

Koji su preporučeni načini obavljanja razgovora s djetetom ukoliko se uoče neki znaci zlostavljanja?

Nastavno osoblje obavještava stručnu službu o primijećenim znacima zlostavljanja djeteta. Ovakav problem najčešće prevazilazi kompetencije nastavnog osoblja, ali su često u pitanju osobe u koje dijete ima razvijeno povjerenje koje treba biti prisutno i u daljnjem procesu podrške. Ukoliko je osoba koja je primijetila znake zlostavljanja već obavila razgovor sa djetetom, stručni suradnik je može uključiti i u daljnji proces ukoliko procijeni da je to najbolji interes djeteta. Kako ovakav primjer podrazumijeva reakciju odrasle osobe da automatski po saznanju zaštiti dijete, djetetu će predložiti otvorenu podršku i osigurati sigurno okruženje u najboljem interesu po dijete u suradnji sa ostalim osobama predviđenim općinskim referalnim mehanizmom.

SURADNJA SA DRUGIM USTANOVAMA**Šta obavezuje ostale institucije da pružaju podršku u kontekstu Programa sekundarne prevencije?**

Potpisivanjem Sporazuma o suradnji, 25. juna 2021. godine u vidu općinskog referalnog mehanizma, sve ustanove koje djeluju u domenu zaštite, odgoja i obrazovanja djece su se obavezale na davanje podrške u realizaciji Programa sekundarne prevencije kako bi svako dijete imalo priliku odrastati u sigurnom i podržavajućem okruženju. Svaka škola ima kopiju potpisanog sporazuma u kojoj su navedene sve obaveze i način njihove realizacije za sve potpisnike sporazuma.

Šta učiniti ukoliko podrška ostalih institucija izostane?

Dinamika programskih aktivnosti predviđena Sporazumom o suradnji u vidu općinskog referalnog mehanizma podrazumijeva opis djelovanja tima, vrijeme i način davanja podrške, vremenski okvir sastajanja, te evaluaciju rada. Ukoliko jedna od strana partnerski ne doprinosi najboljem interesu djeteta, a dijete je ugroženo faktorima rizika, sačinjava se zapisnik te dostavlja odgovornoj osobi ustanove koja je imenovala tu osobu. Ovim načinom traži se reakcija ili imenovanje osobe koja će odgovarati.

Da li se mogu uključiti ustanove koje nisu predviđene Protokolom o suradnji, a prepoznate su da mogu doprinijeti rješavanju problema koje ima dijete i škola?

Protokolom o suradnji predviđeno je i naknadno uključivanje ustanova za koje se procijeni da mogu pružiti podršku u najboljem interesu djeteta. Protokol je razvojni dokument i odraz je istodobno fleksibilnog i partnerskog odnosa svih koordinatora imenovanih za podršku i provođenje aktivnosti Programa sekundarne prevencije. Ukoliko je uključivanje ustanove koja prvobitnim protokolom nije predviđena procijenjeno kao najbolji interes djeteta, onda je ono opravdano.

Treba li provoditi Program sekundarne prevencije ukoliko škola nema nijednog stručnog suradnika, socijalnog radnika, pedagoga, niti psihologa?

Da. Iako ovo predstavlja objektivan problem za primjenu PSP-a, iskustva s terena govore o tome da su učitelji i nastavnici voljni napraviti maksimum na mikrorazini i koristiti sve moguće raspoložive resurse u lokalnoj zajednici kako bi omogućili djeci u riziku adekvatnu odgojno-obrazovnu podršku. Nastavno osoblje svojim opisom radnih zadataka djeluje odgojno-obrazovno i u određenim slučajevima već pruža individualiziranu podršku djeci kojoj je to potrebno. Međutim, kako ne bi sva odgovornost bila na nastavnom osoblju, preporučuje se koristiti i resurse drugih škola, te stručne suradnike izvan ustanove koji su prepoznati kao podrška na općinskom nivou (imenovani su i navedeni u Sporazumu o suradnji – općinskom referalnom mehanizmu).

Kako realizirati PSP kada općina nema nikakve socijalne službe niti dom zdravlja, a škola nema nijednog stručnog suradnika?

U općinama koje imaju evidentan problem s nedostatkom stručnoga kadra, realizaciju PSP, tj. izradu IPP i/ili IPB mogli bi omogućiti stručni suradnici iz druge, najbliže škole, škole iz susjedne općine ili centra za socijalni rad iz druge općine, u smislu privremenog angažmana dok se u školama i centru za socijalni rad ne uposle neophodni stručnjaci. Za to vrijeme odgovorne institucije bi trebale činiti sve da se ovakav problem trajno riješi, tj. da poduzimaju sve što je u njihovoj moći kako bi omogućili zapošljavanje stručnog kadra te time stvorili neophodne uvjete za preventivno djelovanje uopće, a osobito kad govorimo o djeci koja su prepoznata kao djeca u riziku.

Šta kad je škola (stručni suradnik) evidentirala da dijete konstantno izostaje s nastave, roditelji se ne brinu o njemu (nikako ih nisu uspjeli animirati), a socijalna služba nema mehanizme pomoću kojih bi animirala roditelje?

Vrlo važno je o svemu uredno i pažljivo voditi evidenciju – od pisanih obavijesti i poziva upućenih roditeljima do onih koji su upućeni socijalnoj službi. Ukoliko nisu reagirali na to, a problem i dalje postoji ili postaje složeniji onda se mogu uključiti više instance, npr. nadležna ministarstva ili druge pravne osobe čija je uloga zaštita ljudskih prava. U svakom slučaju ne treba odustati od poduzimanja maksimalnih napora koji u fokusu imaju zaštitu najboljeg interesa za dijete, jer je škola i bez učešća roditelja dužna izraditi i pokrenuti IPP i/ili IPB sa raspoloživim resursima (nastavnici, razrednik, stručna služba). Ako se ipak i nakon toga u praksi ništa ne promijeni barem imamo dokaze o svemu što smo poduzeli i na što smo pravovremeno upozoravali.

Koga kontaktirati u slučaju novih pitanja i nedoumica u vezi sa provođenjem Programa sekundarne prevencije?

Mentori i supervizori Programa sekundarne prevencije mogu biti resursi koje nastavno osoblje i stručni suradnici kontaktiraju u slučaju pitanja i nedoumica u vezi sa provođenjem PSP-a. Uvažavajući zaštitu ličnih podataka djeteta konzultacije se odnose na objašnjenje dijelova PSP-a i davanje ideja u slučaju rješavanja problema u vezi sa ponašanjem djeteta. Resursom na sličan način mogu biti i aktivni stručnih suradnika.

Predgovor

Boričević Maršanić, Vlatka; Raguž, Ana. 2020. Sva lica dječije depresije i kako je prevladati?. Poliklinika za zaštitu djece i mladih grada Zagreba. Zagreb.

Grupa autora. 2018. Program sekundarne prevencije: priručnik za vođenje programa.

Kafedžić, Lejla i dr. 2019. Program (sekundarne) prevencije neprihvatljivih oblika ponašanja i zaštite učenika u osnovnim školama Kantona Sarajevo: Materijal za obuku nastavnika i stručnih saradnika. Ministarstvo za obrazovanje, nauku i mlade Kantona Sarajevo.

Lata, Najdžel. 2011. Kako deci postaviti granice i pri tom sačuvati živce. Psihopolis. Novi Sad.

Lata, Najdžel. 2012. Tinejdžeri: Kako im postaviti granice i pri tom sačuvati živce. Psihopolis. Novi Sad.

Tehnike opisane u ovom Priručniku preuzete su iz priručnika pod nazivom „Mindfulness kratke vježbe za djecu“. <https://www.poliklinika-djeca.hr/wp-content/uploads/2020/03/2020-Mindfulness-kratke-vje%C5%BEbe.pdf>

Sekundarna prevencija neprihvatljivih oblika ponašanja i zaštite učenika u osnovnim školama Kantona Sarajevo – studije slučajeva. 2020. Ur. Alijagić, Amila. Udruženje Centar za istraživanje politike suprotstavljanja kriminalitetu. Sarajevo.

Vasta, Ross; Haith, M. Marshall; Miller, A. Scott. 1998. Dječija psihologija. Naklada Slap. Zagreb.

Woolfolk, Anita. 2016. Edukacijska psihologija. Naklada Slap. Zagreb.



