



Biti moramo trdni, a hkrati fleksibilni

Zakaj današnji starši toliko razpravljamo o vzgoji? So družbene razmere res toliko drugačne kot pred 30 leti, ko so nas vzgajali naši starši? Smo res vsi preveč fokusirani na otroka, permisivni in pripravljeni ustreči našim potomcem? In, ali se ta težnja ne potencira takrat, ko se nam težko pričakovani otrok rodi s hudo okvaro? Ali lahko takim staršem sploh govorimo, kako otroka vzgajati?

Ta in podobna vprašanja smo si letos zastavljali na srečanjih skupine staršev otrok s posebnimi potrebami. Mnenja so bila seveda različna. Nekateri se o vzgoji in o vzgojnih postopkih partnerja zelo radi pogovarjajo, želijo konkretne nasvete in recepte za zmanjšanje neželenega vedenja, nekateri raje govorijo o uporabi različnih terapevtskih postopkov in dejavnosti, ki spodbujajo otrokov razvoj.

V šoli srečujemo tudi otroke, ki ne sprejemajo skoraj nobenih pravil in omejitev. Želijo, da se jim izpolnijo vse želje takoj, v nobeno dejavnost niso pripravljene vložiti veliko truda, ne upoštevajo potreb drugih ljudi. Nekateri so tudi z gibalno oviranostjo. Seveda se vsi otroci kdaj grdo vedejo, saj je to del poti iskanja, kaj je sprejemljivo vedenje in kaj ne, pomembno pa je, da starši in učitelji damo otroku povratno informacijo, da to ni sprejemljivo. Vsako dopuš-

čanje neželenega vedenja to vedenje še okrepi.

Pomembno je, da vemo, kaj je cilj discipline: da se pri otroku razvije samodisciplina in občutek za meje, da preizkusi posledice svojega vedenja in da se uči iz svojih napak. Disciplina ne pomeni kaz-

V prvem letu življenja se ustvari med staršem in otrokom zaupen odnos, nekakšni temelji za njune interakcije v kasnejših letih.

novanja in preprirov med starši in otroci. *Disciple* je latinski izraz za »tistega, ki se uči«. Otroka torej učimo ustreznega vedenja in ga zaščitimo, dokler ne bo nekoč dovolj star in sposoben, da bo sam prevzel odgovornost za svoja dejanja. Naučiti ga moramo, da loči dobro od slabega, da bo dobil občutek varnosti, ki jih dajejo meje in pravila vedenja.

čutek varnosti, ki jih dajejo meje in pravila vedenja.

Razvojni pogled na disciplino

V prvem letu življenja se ustvari med staršem in otrokom zaupen odnos, nekakšni temelji za njune interakcije v kasnejših letih. Ali smo lahko pri otrocih s posebnimi potrebami prepričani, da se ustvari odnos sprejemanja, zaupanja in varnosti? Starši rojstvo otroka doživljajo drugače (Kubler-Ross, 1980): od žalovanja, zanikanja, racionalizacije, strahu in občutkov krivde. Šele, ko otroka sprejmejo takšnega, kot je, z vsemi njegovimi prednostmi in slabostmi, mu lahko pomagajo. To se lahko zgodi že v prvem letu življenja, lahko šele v šoli ali v obdobju odraslosti.

Med prvim in drugim letom otrok postaja osebnost s svojimi zahtevami in potrebami, ne več dojenček. Začne se premikati in

Med prvim in drugim letom otrok postaja osebnost s svojimi zahtevami in potrebami, ne več dojenček. Začne se premikati in testirati svojo neodvisnost. Starši mu moramo pomagati, da ugotovi, kaj je varno in česa ne sme.

Biti moramo trdni, a hkrati fleksibilni



testirati svojo neodvisnost. Starši mu moramo pomagati, da ugotovi, kaj je varno in česa ne sme. Otrok je osredotočen zgolj na svoje potrebe, ker še ne razume posledic, zato je dovolj nežen in odločen »ne«.

Z razvojem novih veščin (govora, hoje ...) lahko malčki razumejo pravila, niso pa še zreli za kontrolo svojega vedenja. Predšolski otrok že razume pravila, ki njegovo vedenje usmerjajo, vedno bolj pa se tudi zaveda posledic svojega vedenja. V šolskem obdobju že razume, zakaj imamo pravila; ta se internalizirajo, večja se občutek odgovornosti in samokontrole. Večina šolskih otrok je občutljivih na poštenost in pravico in so sposobni upoštevati potrebe drugih pri sprejemanju odločitev.

V obdobju adolescence postanejo posamezniki odgovorni za svoje vedenje. Vzpostavljanje občutka samokontrole je proces, ki se razvija počasi in osnovni cilj discipline je pomoč otroku, da si izgradi svojo samokontrolo, ne pa da ugotovi zahteve odraslih.

Tako poteka razvoj pri otrocih brez posebnih potreb. Otrok s posebnimi potrebami se razvija na osnovi lastnih izkušenj in zagotovo se razvija drugače od ostalih otrok. Lahko da je na nekaterih področjih občutljivejši, zrelejši, bolj premišljen ali bolj intuitiven, na nekaterih področjih pa verjetno zaostaja za svojimi vrstniki. Nekateri oblike vedenja bo osvojil kasneje, nekaterih pa morda sploh ne bo. Če pri treh letih še ne govori, ga ne morate naučiti reči »prosim« in »hvala«. Ko bi ga lahko, je morda star že 5 ali 8 let in je

vmes osvojil že druge vedenjske vzorce, ki niso nujno sprejemljivi. Torej jih je treba najprej korigirati, preden lahko sploh začnete. Medtem je otrok že nekoliko starejši in se morda spet ne bo učil tako z lahkoto, kot bi se drugi mlajši otroci.

Otroci z lažjo motnjo v duševnem razvoju imajo težave na področju komunikacije, socialnih veščin in reševanja problemov. Proces dozorevanja je upočasjen, zato potrebujejo še posebno pomoč pri osvajanju vedenjskih pravil in ustreznih vzorcev socialnega vedenja.



Če se besede ne spremenijo v dejanja, dobi otrok občutek, da nam je vseeno.



Čeprav lahko traja veliko dlje, da otrok dojame, kaj lahko in česa ne sme, je pomembno, da se nauči spoštovati ista pravila, kakor preostali otroci. Ves čas moramo biti dosledni, saj bo za otroka dolgoročno težje, če bomo od njega zahtevali, da družinska pravila spoštuje le občasno.

Tudi za otroke je težko, saj so negotovi vase, ne obvladajo svojega telesa ne šolskega urnika ne socialnega vedenja. Lahko igrajo klovna, da bi bili sprejeti med sošolci, lahko si izbirajo napačne prijatelje. Večina jih ima velike težave pri prepoznavanju nebesednih vedenjskih vzorcev: nekateri se jih niso sposobni naučiti, nekateri jih ne osvojijo zaradi omejenih socialnih izkušenj z drugimi. Veli-

kokrat so tudi nezadovoljni in že kar depresivni, ker »ne spadajo k drugim«. Strah jih je prihodnosti, zavidajo drugemu otroku, ki po njihovem mnenju nimajo nobenih problemov.

Postavite meje

Starši se zalotijo, da se vzgoje otroka s posebnimi potrebami lotijo drugače, kot pri zdravem otroku. To je jasno, saj so zanj bolj zaskrbljeni, so tudi bolj izčrpani od vsega ostalega. Lahko pa se kaj hitro zgodi, da imajo za nesprejemljivo vedenje otroka izgovore, namesto da bi ga korigirali. Zato postaja z leti vse težje.

Meje je treba postaviti, saj pomenijo varnost in ljubezen. Pri otrocih z motnjo v razvoju jih je zaradi neštetihih faktorjev težje, ampak nedoslednost pravil in nedisciplin vodita v zmedo in občutek negotovosti. Če se besede ne spremenijo v dejanja, dobi otrok občutek, da nam je vseeno. Namesto, da bi si rekel: »To ni prav, tega ne smem narediti,« si lahko otrok misli: »Saj je itak vseeno, jaz lahko naredim vse, kar hočem. Nima veze. Nihče me nima v resnici rad in nikogar ne skrbi zame.«

Še huje je, ko so starši razumevajoči ali protislovni in zaradi otrokove prizadetosti vedno popuščajo in povzročajo še večjo zmedo.

Za razvoj otrokove samostojnosti in za oblikovanje njegove identitete je torej zelo pomembno, da meje preizkuša. Bolj so lahko zaskrbljeni starši, katerih otrok je pretirano ubogljiv in potrpežljivo sedi v vozičku.

Otrok s posebnimi potrebami se razvija na osnovi lastnih izkušenj in zagotovo se razvija drugače od ostalih otrok. Lahko da je na nekaterih področjih občutljivejši, zrelejši, bolj premišljen ali bolj intuitiven, na nekaterih področjih pa verjetno zaostaja za svojimi vrstniki. Nekateri oblike vedenja bo osvojil kasneje, nekaterih pa morda sploh ne bo.

Težje pa je staršem tistih otrok, ki meje neprestano kršijo: prepriajo se za vsako najmanjšo stvar, vsaka zahteva postane razlog za spopad in boj, stvari ženejo do skrajnih meja, nočejo narediti tistega, do česar jim ni, odreagirajo agresivno ... Starši se počutijo izčrpane in poražene. Ne želijo, da otrok ne bi imel nobene pravice do odločanja, vendar pa morajo hkrati otroku dati vedeti, da ne more biti vse po njegovem in ne more dobiti njihove pozornosti zgolj z neželenim vedenjem. Starši morajo imeti v teh primerih meje še trdneje postavljene, vztrajati kljub velikemu uporu, otroke »loviti« v njihovih dobrih trenutkih in jih takrat nagrajevati s pozornostjo, da otrok uvidi povezavo med želenim vedenjem in pridobitvijo pozornosti ali kakšno drugo nagrado.

Postavite nekaj pravil

Postaviti je treba primerna in realna pravila, ki so prilagojena sposobnostim otroka, in jih izvajati. V mislih je treba imeti dejstvo, da vedno, ko dovolimo kršitev pravil, neželeno vedenje narašča. Zato jim je treba vedno znova dati vedeti, kaj ni dovoljeno in kaj je sprejemljivo. Otroku povejte, česa ne marate, povejte pa tudi, kaj bi želeli in kaj od njega pričakujete: »Ne maram, da pustiš računalnik prižgan in okoli njega ostanke hrane. Rada bi, da se odpelješ v kuhinjo po krpo, obrišeš mizo in ugasneš računalnik.« »Ne želim, da delaš domače naloge tako pozno zvečer, ko si utrujen in potem sitnariš tako dolgo, da ti jih nare-

di sestra. Nalogo narediš pred odhodom v fizioterapijo in samostojno. Če ne bo šlo, jih boš delal v varstvu.«

Problem je, da starši kar naprej govorimo, česa otrok ne sme delati (na primer v šoli: ne klepetaj, ne hodi po razredu, ne tepi se s sošolcem, ...), otrok pa v resnici vedno ne ve, kaj naj naredi namesto tega. Kakšna je alternativa telesnemu nasilju? Kaj naj stori, če ga sošolec izziva in ga pika s šestilom? Kako naj pospravi sobo? Njegova predstava pospravljenosti je povsem drugačna od naše (posebej v obdobju adolescence). Torej otrok

Čeprav se sliši paradoksalno, je težavne otroke treba nagrajevati.

potrebuje jasna navodila, kako in kaj naj naredi. Treba jih je ponavljati, da jih osvoji in da postanejo del njega.

V veliko pomoč so nam pravila, ki so zapisana. Vsaka družina lahko zapiše nekaj pravil, ki se jih držijo vsi člani družine, jih zapiše na velik list in se pod njih podpiše. Paziti je treba, da so uresničljiva, v pozitivni obliki in da vsebujejo tudi posledice, če se kdo pravil ne drži.

Kaj naredim, če pravil ne upošteva?

Veliko staršev se sprašuje, zakaj besede ne zaležejo. Otroke prosijo, vpijejo na njih, grozijo, jih podkupujejo. Vse to so načini, kako uničiti dobro komunikacijo z

otrokom. Neizpolnjene grožnje so izraz naše nedoslednosti in nemoči in otrok natančno ve, da jih ne bomo izpolnili. Kolikokrat ste pa izpolnili grožnje tipa: »Če takoj ne nehaš, gremo takoj domov z zabave; ne boš več nikoli gledal TV, ne greš ven do Novega leta.«

Čeprav se sliši paradoksalno, je težavne otroke treba nagrajevati. Pozitivna podkrepitev (nasmeh, pozornost, pohvala, ...) večja verjetnost, da se bo otrok v prihodnje vedel, kot mi želimo. Seveda pa se moramo pri nekaterih otrocih res zelo potruditi, da najdemo sprejemljivo vedenje in takrat s pohvalo morda malo pretiravati. Ampak šlo bo vedno lažje.

Vsak otrok si želi pozornosti in se trudi, da jo dobi, naša naloga pa je, da mu damo vedeti, da jo bo dobil z želenimi oblikami vedenja. Zato je treba včasih nekatere manj moteče (in nenevarne) oblike vedenja ignorirati in dati pozornost ustreznim. Ne pa obratno: ko je otrok »priden«, ga ne hvalimo, ko je »poreden«, pa takoj dobi našo pozornost.

Nagrade niso podkupnina – so le način, da otrokom povemo, da so delo dobro opravili. Nagrada je nasmeh, objem, pohvala, telesni dotik, skratka socialna pozornost, seveda pa lahko uporabimo tudi manjše materialne stvari. Otroci, ki dobijo skoraj vse igrače, si tako najbolj želijo z očetom na ogled tekme in z družino na izlet. Nagrade morajo biti skrbno načrtovane, prilagojene otroku. Pri otrocih z ADHD (motnjo pozornosti s hiperaktivnostjo) lahko s strokovnjakom naredimo cel sistem tako imenovanega žetoniranja. Žeton

Vsak otrok si želi pozornosti in se trudi, da jo dobi, naša naloga pa je, da mu damo vedeti, da jo bo dobil z želenimi oblikami vedenja. Zato je treba včasih nekatere manj moteče (in nenevarne) oblike vedenja ignorirati in dati pozornost ustreznim. Ne pa obratno: ko je otrok »priden«, ga ne hvalimo, ko je »poreden«, pa takoj dobi našo pozornost.

Biti moramo trdni, a hkrati fleksibilni



(zvezdico, nalepko, žig ...) dobi otrok za upoštevanje pravila ali opravljeno nalogo in na koncu tedna jih, na primer, zamenja za druge nagrade.

Če se vam nagrajevanje z žigi, zvezdicami ali podobnim ne zdi primerno, poskusite na to gledati takole: nekateri otroci težje osvojijo vedenjska pravila in standarde vedenja in potrebujejo vso našo pomoč – od zunaj. Z natančnim spremljanjem in nagrajevanjem pozitivnih oblik vedenja dosegamo dvojno korist: otroka nagradimo s tem, da mu največ pomeni socialna pozornost (ustavili smo se, zaznali, da je nekaj dobrega naredil, se mu nasmehnil, mu čestitali, ga pohvalili in mu izročili drobno nagrado), poleg tega pa se moramo tudi sami držati pravil in svojega vzgojnega načrta. Kasneje

ga spodbujamo, da si zvezdice daje sam in se tako učiti ocenjevati in nagrajevati sam sebe.

Iz svojih izkušenj dela v šoli lahko rečem, da se pri večini učencev sistemi žetoniranja zelo dobro obnesejo, vendar je ključna beseda doslednost in lahko rečem, da se pomena doslednosti zavedajo tisti, ki menijo, da je vzgoja v resnici trdo delo in velika odgovornost.

Pri nekaterih otrocih z jasnostjo pri navodilih, doslednostjo, nagrajevanjem ne bo šlo. Uvesti bo treba posledice, ki so lahko odvzem različnih privilegijev (na primer telefon, TV, računalnik ...) in pri mlajših otrocih premestitev iz sobe, kjer bi otrok rad bil, v prostor, kjer ne želi biti. Ta odmor ali time out uporabljamo v primerih, ko otrok izgubi kontrolo nad svo-

jim vedenjem in potrebuje nekaj minut, da jo lahko vzpostavi nazaj. Odstranimo ga mirno in odločno, brez vrednotenja in sramotenja v prostor, ki je varen in nezanimiv.

Področja, na katerih se bomo bojevali z otrokom, moramo skrbno izbirati. Nekateri bitke so nepotrebne (z vidika njegovih posebnih potreb). Razmislimo, kaj je zares pomembno, da bo otrok znal in katera pravila naj osvoji. Je potrebno, da vztrajamo tam, kjer je njegovo šibko področje? Da bo vsakega lepo pozdravljal, če komaj govori? Zagotovo ne. Nekateri otroci znajo jasno povedati, da so oni tisti, ki so glavni v družini. Tak otrok se zelo težko vključuje v skupino vrstnikov. Če nam je glede tega vseeno, svojega vzgojnega načrta ne bomo spreminjali, če pa si želimo, da bi bil sprejet in da bi on sprejemal druge, pa bomo pridobivanju socialnih izkušenj in spretnosti namenili več pozornosti.

Biti moramo trdni, a hkrati fleksibilni, saj je treba vzgojne postopke spreminjati, ker so meje zato, da se testirajo in premikajo navzgor in temu se moramo prilagajati tudi starši ■

Literatura

Loseff Lavin, Judith. 2004: *Besondere Kinder brauchen besondere Eltern*, Oberste Brink, Ratingen

MacKonoche, Alison. 2006: *Izbruhi togote in druge oblike otroškega vedenja*, Ljubljana, Mladinska knjiga

<http://www.aboutour-kids.org/aboutour/articles/discipline.html> (4. 6. 2006)

