



Kako jačati psihološku otpornost djece?

Tatjana Žižek
mr.spec.školske i predškolske psihologije
Centar za odgoj i obrazovanje Čakovec



Djeca koju susrećemo u radu...





Sadržaj predavanja:

- Definicija psihološke otpornosti
- Rizični čimbenici
- Zaštitni čimbenici
- Značaj obiteljskog okruženja za razvoj otpornosti
- Kako dječji vrtić /škola može poticati otpornost kod ranjive djece?
- Uloga odgojitelja/učitelja u razvoju otpornosti kod djece
- Jačanje profesionalnih kompetencija odgojitelja/učitelja



Psihološka otpornost

- izostanak teže reakcije nakon izlaganja djeteta značajnoj prijetnji ili višestrukim nedaćama, ili pak, kad dijete ostvaruje postignuće pozitivne prilagodbe usprkos prijetnji razvojnim procesima
- posttraumatski rast
- popustljivost u odgoju umanjuje otpornost
- psihološke poteškoće javljaju se u sve ranijoj dobi



- temperament
- kognitivne vještine
- sposobnost samoregulacije
- kapacitet stvaranja trajne privrženosti

- interakcije unutar obitelji
- stil roditeljstva
- privrženost i obiteljska kohezija
- obiteljske vrijednosti

**individualne
karakteristike
pojedina**

**obiteljska
podrška**

**mogućnosti
iskorištavanja
resursa
zajednice**

OTPORNOST

- podrška izvan obitelji
- obrazovne prilike
- zdravstvene prilike



Rizični čimbenici

uloga društvene zajednice

- nepodržavanje i različite predrasude i osude

vršnjaci i predškolska/školska ustanova:

- vršnjačko nasilje ili zlostavljanje
- slaba potpora odgojitelja/ učitelja

obiteljski faktori:

- slaba obiteljska povezanost
- sukobi i netrpeljivost
- slabo ekonomsko stanje obitelji

individualni faktori:

- slaba socijalna prilagođenost
- niske kognitivne sposobnosti
- biološke karakteristike



Rizični čimbenici

**3 rizična
čimbenika**

• **50 %** mogućnosti za
razvoj psihičke poteškoće

**5 rizičnih
čimbenika**

• **75 %** mogućnosti za
razvoj psihičke poteškoće



Kumulativni efekt rizičnih čimbenika



- češća pojava agresivnosti kod učenika s LIT čiji roditelji imaju niži obrazovni i socijalni status i/ili su evidentirani kao konzumenti alkoholnih pića i kod kojih je zabilježeno nasilje u obitelji
- kod učenika koji postižu slabiji školski uspjeh primjećuje se lošija kvaliteta suradnje roditelja i škole, kao i da dolaze iz obitelji koje su korisnici socijalnih pomoći



Zaštitni čimbenici

- smanjuju negativan utjecaj stresnih i nepovoljnih životnih situacija koji mogu djelovati na pojedinca
- djeluju i na individualnoj, i na društvenoj razini





Zaštitni faktori:

INTRINZIČNI:

EKSTRINZIČNI:

Karakteristike samog djeteta:

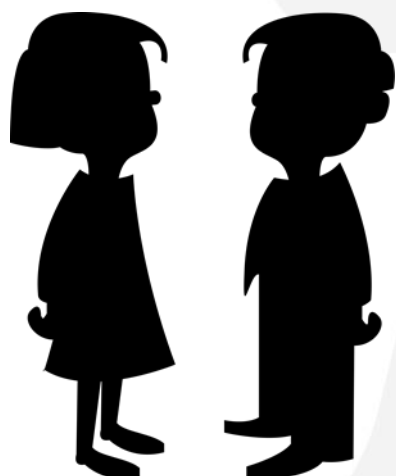
- pozitivno iskustvo koje dijete ima u vrtiću/školi/zajednici

- osjećaj sigurnosti i pripadnosti
- samopouzdanje

- djetetu dostupna šira socijalna podrška (obitelj, prijatelji)

- razumijevanje vlastitih snaga i ograničenja

- barem jedan siguran odnos privrženosti kojeg je dijete izgradilo (roditelj/skrbnik)





Značaj obiteljskog okruženja za razvoj otpornosti kod djece

- osobine roditelja
- roditeljski obrasci ponašanja
- njihove emocionalne reakcije i vještine uspostavljanja socijalnih interakcija
- kvaliteta odnosa sa vlastitim djetetom

 razvoj privrženosti





Značaj obiteljskog okruženja za razvoj otpornosti kod djece

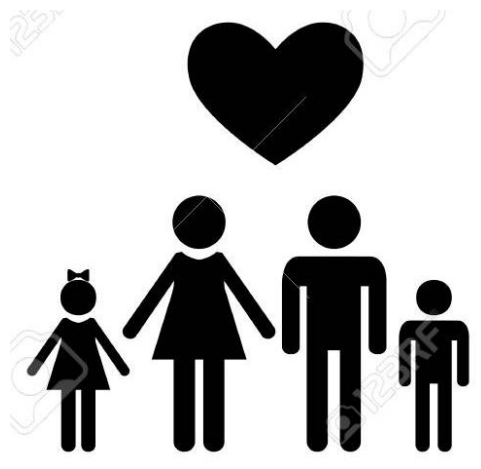
- važna uloga i ostalih članova obitelji (braća i sestre, bake i djedovi)
- održavanje bliskih veza unutar članova obitelji
- zajedničko rješavanje problema
- važnost podrške svih članova obitelji onom članu koji je doživio ili doživljava stresnu situaciju





Model obiteljske otpornosti

F. Walsh



- **kohezivnost**- emocionalna
povezanost među članovima

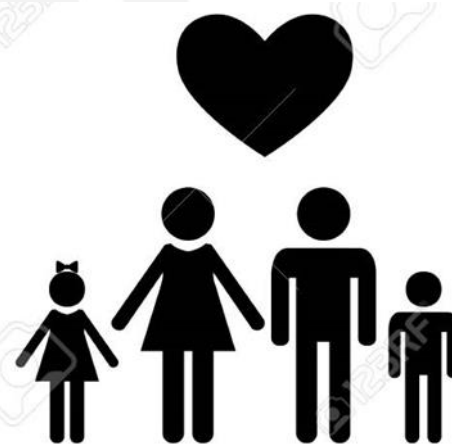
- **prilagodljivost**- sposobnost adaptacije
na različite situacijske promjene





Kohezivnost obitelji

- empatična uključenost
- roditeljska emocionalna uključenost u odgoj
- pokazivanje interesa za djetetove aktivnosti i njegova postignuća
- zajedničko vrijeme s djetetom





Prilagodljivost obitelji



- prilagodljivost na novonastale, nepoznate i stresne situacije
- u stresu se usmjeravaju na kohezivnost, održavanje veza i zajedništvo, ali su vrlo fleksibilne
- članovi obitelji slušaju i prihvaćaju prijedloge drugih, rješavaju probleme razgovorom te uključuju i najmlađe članove u obiteljske odluke
- i djetetu se daje prilika da i ono donosi odluke u skladu sa svojim uzrastom



Udomljavanje djece

- razlozi: bolest ili smrt roditelja, ozbiljno zanemarivanje ili zlostavljanje.
- da bi se dijete naviknulo na život u organiziranom kućanstvu i osjetilo pripadnost i podršku
- život u domu za nezbrinutu djecu krajnje je, ali ne i najprihvatljivije rješenje.





Individualni zaštitni čimbenici kod djece predškolske i školske dobi

- dobro genetsko nasljeđe
- razvijene kognitivne vještine
- laki temperament
- optimizam
- empatija
- fleksibilnost
- pozitivna slika o sebi...





Obiteljski zaštitni čimbenici kod djece predškolske i školske dobi

- pozitivno obiteljsko ozračje
- obiteljska kohezija i razvijena komunikacija
- privrženost roditeljima (skrbnicima)
- pozitivne roditeljske vještine
- uključenost oca u odgoj djece
- obrazovanje i zaposlenost roditelja
- dobar socio–ekonomski status





Okolinski zaštitni čimbenici kod djece predškolske i školske dobi

- polaženje vrtića/škole
- povezanost s vršnjacima
- prijateljstvo
- brižni odgojitelji/učitelji
- podržavajuća šira zajednica





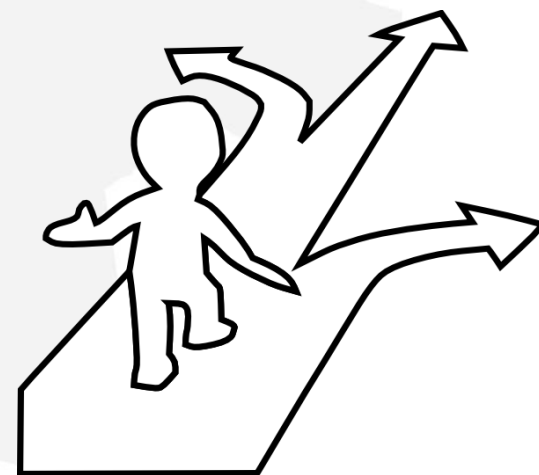
Kako dječji vrtić/škola može poticati otpornost kod ranjive djece?



Brižan odnos
odgojitelja/učitelja
i djeteta

Dijete kao
aktivni i utjecajni
sudionik

Visoka
očekivanja
odgojitelja ili
učitelja





Brižan odnos

između odgojitelja/učitelja i djeteta

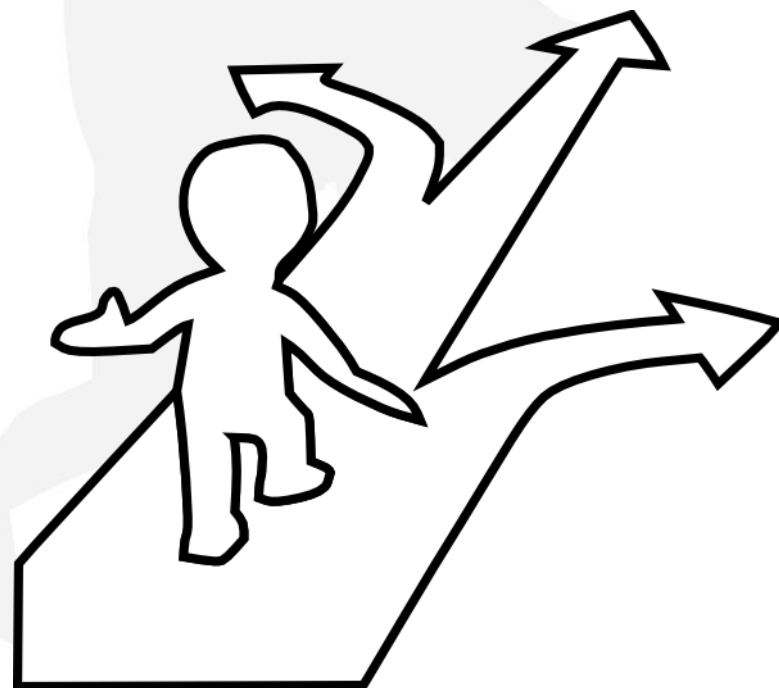
- pruža psihološku strukturu za rast i razvoj
- jača pozitivne interakcije s vršnjacima, regulaciju emocija, akademska postignuća i smanjuje broj problema u ponašanju
- posebno važan za djecu iz ranjivih skupina:
- pozitivan uzor za identifikaciju
- podrška u pozitivnim interakcijama s drugom djecom i s odraslima, bez nepotrebnoga stresa





Djeca kao aktivni i utjecajni sudionici

- prilika da budu u smislenim aktivnostima prilagođenima njihovim potrebama
- poticanje na preuzimanje veće odgovornosti za vlastito ponašanje i donošenje vlastitih odluka vezane uz vrtić/školu i društvo





Visoka očekivanja odgojitelja/učitelja prema svoj djeci

- uključujući i djecu iz ranjivih društvenih skupina
- od svakoga se djeteta očekuje da uči i postiže rezultate bez obzira na moguće poteškoće
- razvoj pozitivnog mišljenja i koncentriranja na snagu i uspjeh svakoga djeteta
- smanjivanje strukturalnih barijera u akademskom i socijalnom djetetovom razvoju





Uloga odgojitelja/učitelja u razvoju psihološke otpornosti u dječjem vrtiću/školi

- preuzimanje dijelom i roditeljske uloge za vrijeme djetetovog boravka u vrtiću i školi
- razvoj sekundarne privrženosti



Kako ojačati otpornost djeteta?



- Izgradite odnos s djetetom i ponudite pomoć i podršku.
- Okružite ga osobama kojima je stalo do njega.
- Naučite ga da je u redu zatražiti pomoć.
- Osnažite u djetetu izvršno funkcioniranje.
- Gradite u djetetu osjećaj da je sposobno i da može.
- Njegujte optimizam u razredu.
- Naučite ga postaviti problem u novi kontekst.
- Budite dobar primjer.
- Ne trčite u pomoć za svaku sitnicu.





- Poštujte trenutno stanje.
- Vjerujte da se ljudi mogu promijeniti.
- Naučite ga alate za rješavanje problema.
- Pustite ga da priča.
- Pitajte “kako” umjesto “zašto”.
- Učite ga odgođenom zadovoljstvu.
- Modelirajte zahvalnost.
- Bezuvjetno prihvaćajte.





Što čini dobre učitelje?

- posvećuju pozornost ne samo kognitivnim, već i socijalnim te emocionalnim potrebama djece
- prihvaćaju neizbježnost postojanja „loših” dana
- reagiraju u granicama vlastite odgovornosti





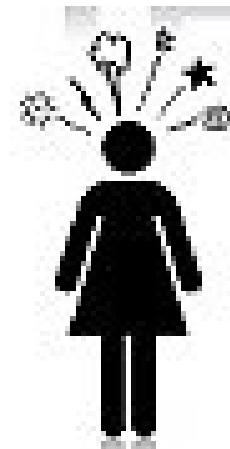
Odgojitelji/učitelji-otporni pojedinci

- predanost i intrinzična motivacija
- pronalaženje rješenja problema
- objektivnost i fleksibilnost
- pozitivno suočavanje sa stresnim situacijama i prilagođavanje novonastalim okolnostima





Stres u radu kod odgojno-obrazovnih radnika



- natprosječno češće korištenje strategija suočavanja sa stresom kod edukacijsko-rehabilitacijskih stručnjaka u Centru za odgoj i obrazovanje Čakovec, pedagoga, gimnazijskih nastavnika i odgojitelja predškolske djece u Međimurskoj županiji u odnosu na cjelokupnu populaciju
- kod odgojitelja predškolske djece i edukacijsko-rehabilitacijskih stručnjaka je utvrđena najveća izloženost stresu



Izvori stresa u njihovom radu:

- svakodnevna dostupnost roditeljima
- roditeljska velika očekivanja ili njihova potpuna nezainteresiranost
- rana dob korisnika- nesamostalnost, stalni nadzor
- velika odgovornost za djecu
- širok dijapazon razvojnih specifičnosti kod djece
- interdisciplinarni pristup
- rad u paru

(Žižek, Bacinger-Klobučarić, Glavina i Šimunić, 2014).

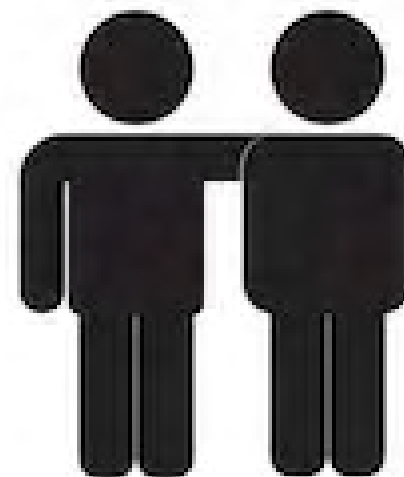
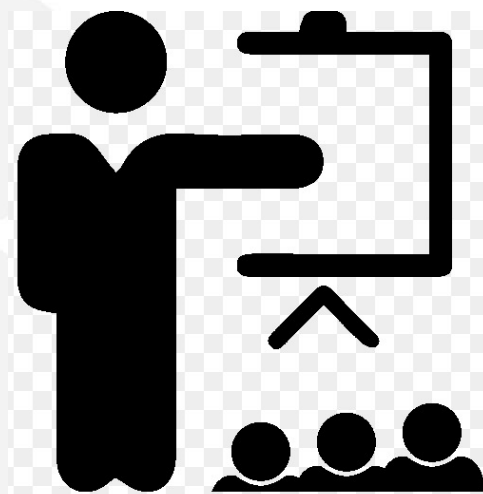


Jačanje profesionalnih kompetencija odgojitelja/učitelja

- osiguravanje prilika za usavršavanje
- socijalna podrška

Profesionalne kompetencije:

- fizičko i mentalno zdravlje
- pozitivna slika o sebi
- fleksibilnost
- strpljivost
- pružanje pozitivnog modela djeci
- otvorenost za učenje i usavršavanje
- uživanje i ljubav prema poslu





Kurikulum za razvoj psihološke otpornosti

- Glavne teme:
 - razvoj komunikacijskih vještina;
 - uspostavljanje i održavanje zdravih međusobnih odnosa;
 - razvoj pozitivnog mentalnog sklopa (pozitivne osobine i pozitivna subjektivna iskustva);
 - razvoj samo-određenja (vještine rješavanja problema, poticanje samostalnosti, razvoj asertivnosti);
 - upoznavanje i razvijanje svojih potencijala
 - pretvaranje izazova u prilike.
-
- kroz cjelokupni odgojno-obrazovni proces, u nastavnim i izvannastavnim aktivnostima i kroz međupredmetne teme



Zaključak



- velik utjecaj usvojenih načina suočavanja sa stresnim događajima iz ranog djetinjstva na kasniji razvoj
- važnost škole kao stabilnog, zdravog okruženja za ranjivu djecu
- pružanje profesionalne podrške učiteljima i razvoju njihove otpornosti





Literatura:

- Bašić, J. (2009). Teorije prevencije: prevencija poremećaja u ponašanju i rizičnih ponašanja djece i mladih. Zagreb: Školska knjiga.
- Berc, G. (2012). Obiteljska otpornost – teorijsko utemeljenje i primjena koncepta u socijalnom radu. Ljetopis socijalnog rada. 19 (1), 145 – 167.
- Brajša – Žganec, A. (2003). Dijete i obitelj. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Cefai, C., Miljević-Riđički, R., Bouillet, D., Pavin Ivanec, T. Milanović, M., Matsopoulos, A., Gavogiannaki, M., Zanetti, M.A., Cavioni, V., Bartolo, P., Galea, K., Simões, C., Lebre, P., Caetano Santos, A., Kimber, B., Eriksson, Ch. (2015). RESCUR: Na valovima – Kurikul otpornosti za predškolsku i ranu školsku dob – Vodič za odgojitelje i učitelje. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu.
- Cepanec, K. (2016). Uloga odgajatelja i roditelja u razvoju psihološke otpornosti na stres kod djece predškolske dobi. Završni rad. Čakovec: Sveučilište u Zagrebu, Učiteljski fakultet, Odsjek za odgojiteljski studij.
- Doležal, D. (2006). Otpornost i prevencija poremećaja u ponašanju. Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja. 42 (1), 87 – 102.
- Klarin, M. (2006). Razvoj djece u socijalnom kontekstu. Zadar: Sveučilište u Zadru; Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Maurović, I. (2015). Otpornost adolescenata u dječjim domovima. Doktorski rad. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Pravni fakultet.
- Profaca, B. (2016). Otpornost djeteta. /on line/
- <https://www.poliklinika-djeca.hr/za-roditelje/stresni-dogadaji/otpornost-djeteta> (posjećeno 1.2.2019.)
- Rijavec, M., Miljković, D., Brdar, I. (2008). Pozitivna psihologija. Zagreb: IEP-D2.
- Vasta, R., Haith, M.M., Miller, S.A. (2005). Dječja psihologija. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Žižek, T., Bacinger-Klobučarić, B. (2009). Agresivnost kod učenika s lakšim intelektualnim teškoćama i neke odrednice obiteljskog okruženja. Hrvatski časopis za javno zdravstvo, Vol 6, Broj 23, 07.07.2010.
- Žižek, T., Bacinger-Klobučarić, B., Glavina, E., Šimunić, I. (2014). Suočavanje sa stresom kod odgojno-obrazovnih stručnih radnika u Međimurskoj županiji. Agencija za odgoj i obrazovanje. Vodice: 1. konferencija psihologa u sustavu odgoja i obrazovanja.



**Razmislite o onome što
ste danas radili,
a da je druge učinilo
sretnima.**





Hvala na pažnji!