

PROUČI
I O DJECI I MLADIMA U RIZIKU
NAUČI



Tijekom odrastanja i razvoja djece i mladih, na njihove razvojne ishode utječu vrsta, količina i kvaliteta zaštitnih i rizičnih čimbenika koje možemo podijeliti (Fraser, 1997) na individualne (npr. biološki, psihološki), razinu užeg okruženja (npr. obitelj, vršnjaci, škola i sl.) te razinu šireg okruženja (npr. zajednica).¹

Čimbenici koji povećavaju vjerojatnost pozitivnih razvojnih ishoda, na neki način usporavaju i smanjuju učinke izloženosti te štite od negativnih posljedica izloženosti riziku zovemo **zaštitnim** čimbenicima.²

Primjeri **zaštitnih čimbenika**:

- pojedinac: pozitivna slika o sebi, vještine rješavanja problema, socijalne vještine, samodisciplina
- obitelj: blizak odnos između roditelja i djece, pozitivne obiteljske veze i adekvatne odgojne metode, prisutnost roditeljskog nadzora, povjerenje i zdrava komunikacija između roditelja i djece
- vršnjaci: podupirući odnosi s vršnjacima
- škola: omogućavanje uspjeha u školi, podržavajuće školsko okruženje
- zajednica: pozitivne i jasne vrijednosti u zajednici, preventivna politika, dosljedna primjena zakona


Čimbenike koji umanjuju pozitivne ishode i povećavaju vjerojatnost pojave poteškoća, a moguće i problema u ponašanju zovemo **rizičnim** čimbenicima.²

Primjeri **rizičnih čimbenika**:





- pojedinac: niska tolerancija na frustraciju, nedostatak empatije, nisko samopoštovanje, sklonost agresivnom ponašanju, impulzivnost, neadekvatne vještine rješavanja problema
- obitelj: nedostatak emocionalne bliskosti između roditelja i djece, slabija roditeljska skrb i nadzor, stil odgoja - autoritarni, permisivni, i indiferentan
- vršnjaci: problemi u odnosima s vršnjacima, povezanost i druženje s delinkventnim vršnjacima
- škola: školski neuspjeh, disciplinski problemi, neadekvatan nadzor učitelja, nedostatak suradnje na razini škola - roditelj
- zajednica: toleriranje kriminala, često prezentiranje nasilja u medijima, dostupnost sredstava ovisnosti, kriminal, siromaštvo






Termin **rizična ponašanja** se često koristi kako bi se opisala djeca i mladi suočeni s brojnim problemima koji prijete njihovom psihosocijalnom razvoju i uspješnoj prilagodbi društvu u kojemu žive, a definira se kao ponašanje koje povećava vjerojatnost nekog specifičnog neželjenog rezultata te koje ima potencijalno negativne posljedice na osobu koja manifestira takvo ponašanje.³

Jedan od oblika visoko rizičnih ponašanja djece i mladih osim delinkvencije, nasilničkog ponašanja, napuštanja škole, rizičnih seksualnih ponašanja je i zlouporaba alkohola i droga. Rizik od pojave ovisnosti o drogama ovisi o međudjelovanju različitih faktora (bioloških, psiholoških, socioloških) koji su u kombinaciji s rizičnim i zaštitnim čimbenicima.⁴

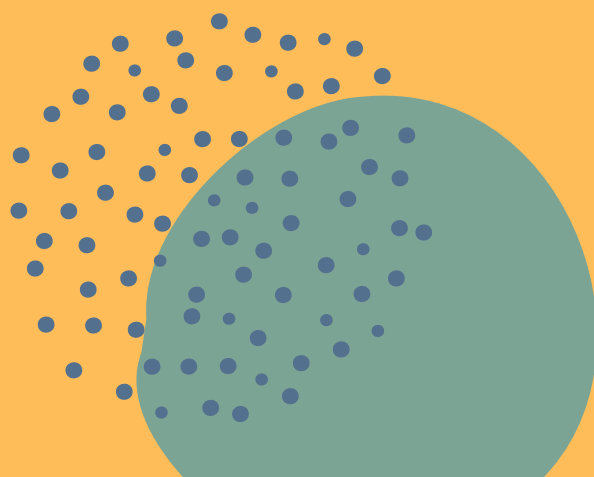




Kako to da neka djeca i mladi koja dožive brojne neprilike i stresove tijekom odrastanja uspješno prevladaju te poteškoće te se ostvare tijekom života unatoč teškim i rizičnim iskustvima?

U ovom kontekstu treba spomenuti i koncept **otpornosti** koja se koristi kako bi se upravo opisala djeca i mladi koji postižu pozitivne ishode, unatoč riziku kojemu su izloženi ⁵.

Otpornost predstavlja kapacitet koji osobi omogućuje umanjiti ili savladati štetne posljedice nepovoljnih događaja ili situacija s kojima se suočava (Grotberg, 1998, prema Doležal, 2006). Važno je otpornost gledati kao proces, a ne kao neko stalno obilježje. Na taj proces uvelike utječe način na koji pojedinci procjenjuju događaje i situacije u okolini kao i izbori koje donose u ključnim situacijama.⁵



Kako možemo poticati otpornost djece i mladih?

1. Osigurajte strukturu

Vrlo je važno djeci i mladima dati do znanja što mogu očekivati i što se od njih očekuje. Osim toga, struktura pruža osjećaj sigurnosti, ali i zajedničko definiranje pravila i posljedica nepoštivanja istih. Struktura se može uspostaviti i kroz svakodnevne rutine.

2. Pomozite djetetu u razvijanju pozitivne slike o sebi

Potaknite dijete da se sjeti svojih uspjeha i postignuća, kao i svojih jakih strana i snaga.

3. Razgovarajte o osjećajima

Važno je naučiti djecu o načinima izražavanja osjećaja, njihovom prepoznavanju te načinima kako si mogu pomoći i kako da se nose s njima neugodnim osjećajima. Također je važno naučiti kako uvažavati tuđe osjećaje.

4. Budite dobar model prilikom samokontrole i rješavanja problema

Djeca uče po modelu, gledajući svoje najbliže – najčešće roditelje. Gledajući vaše reakcije djeca uče kako se nositi s neugodnim emocijama (npr. kako reagirate kada ste ljuti ili frustrirani) i neugodnim situacijama te općenito rješavati probleme. Pri tome je važno poticati ih da sami pokušaju doći do određenog rješenja te im tijekom tog procesa pružati podršku i ohrabrenje.



5. Pomozite u unaprjeđenju komunikacijskih i socijalizacijskih vještina

Osim što je važno znati verbalizirati svoje osjećaje, važno je i jasno verbalizirati svoje potrebe, zauzeti se za sebe ili znati reći kako i kada nam je teško ili potražiti pomoć. Treba se znati konstruktivno posvađati, izgladiti nesuglasice, kao i stjecati prijatelje, ali i održavati dobre vršnjače odnose.

6. Njegujte bliske i podržavajuće obiteljske odnose

Topli i potičući odnosi unutar obitelji, uključivanje djece u donošenje zajedničkih odluka koje su skladu s njihovom dobi, zdrava komunikacija i adekvatne odgojne metode, povjerenje i uključenost roditelja u život djece, zajedničko provođenje slobodnog vremena uz zabavne trenutke kao i pružanje zaštite i podrške u kriznim vremenima svakako doprinose dobroj obiteljskoj klimi.

7. Povežite se sa zajednicom u kojoj živite

Istražite što sve nudi vaša lokalna zajednica - možda postoje neke zanimljive aktivnosti u koje se možete vi i dijete uključiti.

8. Ostvarite dobru suradnju s vrtićem/školom koju vaše dijete pohađa

Djeca veliki dio dana provedu u odgojno-obrazovnim ustanovama zato je važno biti uključen i upoznat s ljudima i aktivnostima unutar tih ustanova, a koji su uključeni u odgoj i obrazovanje vašeg djeteta. Budite informirani o tome kako vaše dijete napreduje u tom okruženju te zajedničkim snagama pružite mu podršku u tom procesu.





Ako niste sigurni kako pomoći djetetu, **možete se obratiti za pomoć stručnjaku.**

Danas većina vrtića i škola imaju stručne službe u kojima su zaposleni stručnjaci pomagačkih zanimanja kojima se možete obratiti za podršku i usmjeravanje (npr. pedagog, psiholog, logoped, edukacijski rehabilitator, socijalni pedagog).

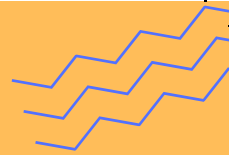
Ako vam stručnjaci nisu dostupni u okruženju u kojem dijete boravi, uvijek se možete obratiti liječniku obiteljske ili školske medicine, pedijatru, udrugama (nevladinim organizacijama), Centrima za pružanje usluga u zajednici, Obiteljskim centrima te Zavodima za javno zdravstvo koji se bave čuvanjem dobrobiti djece, mladih i roditelja u vašoj lokalnoj zajednici.

Većina navedenih organizacija usluge podrške uglavnom pružaju besplatno.



Izrada ove brošure financirana je od strane Grada Zagreba u sklopu projekta "POP Igra".





1. Kranželić Tavra, V. (2002). Rizični i zaštitni čimbenici u školskom okruženju kao temelji uspješnije prevencije poremećaja u ponašanju djece i mladih, Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja, Vol 38, br. 1, str. 1-12.
 2. Bašić, J. (2009): Teorije prevencije: prevencija poremećaja u ponašanju i rizičnih ponašanja djece i mladih. Zagreb: Školska knjiga
 3. Ricijaš, N., Krajcer, M. i Bouillet, D. (2010). Rizična ponašanja zagrebačkih srednjoškolaca. Odgojne znanosti, 12(1), 45-63.
 4. Mihić, J., Bašić J. (2008). Preventivne strategije - eksternalizirani poremećaji u ponašanju i rizična ponašanja djece i mladih. Ljetopis socijalnog rada, 15 (3), 445-471 str.
 5. Bašić, J., Koller-Trbović, N., Uzelac, S. (2004). Poremećaji u ponašanju i rizična ponašanja: pristupi i pojmovna određenja, Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet, Sveučilište u Zagrebu, Zagreb.
 6. Ivandić Zimić, J. (2011). Rizični čimbenici za pojavu ovisnosti o drogama s naglaskom na čimbenike u obiteljskom okruženju. Kriminologija i socijalna integracija. Vol.19. Br. 1, 1-130
- Bujušić, G. (2005). Dijete i kriza. Priručnik za odgajatelje, učitelje i roditelje. Golden marketing-Tehnička knjiga. Zagreb.
- Doležal, D. (2006). Otpornost i prevencija poremećaja u ponašanju. Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja, 42(1), 87-103.
- Fraser, M.W. (1997). The Ecology of Childhood:The Multisystems Perspective. (In) Fraser, W M. (ed):Risk and Resilience in Childhood: An Ecological Perspective. NASW Press, 1-9
- American Psychological Association (blog): 6 Things Parents Can Do to Boost Resilience in Kids