

**DISCIPLINA**  
*Brazeltonov pristup*

**Edicija**  
*Brazeltonov pristup*

---

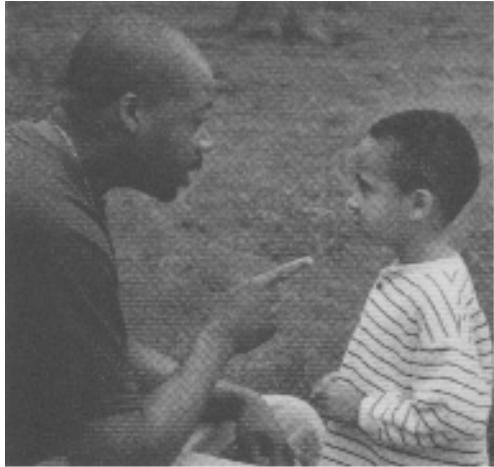
Spavanje

Uplakana beba

Hranjenje bebe i djeteta

Odvikavanje od pelena

Disciplina



# **DISCIPLINA**

## *Brazeltonov pristup*

T. Berry Brazelton, dr. med.  
Joshua D. Sparrow, dr. med.



OSTVARENJE

Biblioteka RAZVOJ DJETETA  
Naslov izvornika: **"DISCIPLINE - The Brazelton Way"**

Copyright © 2003 by T. Berry Brazelton, M.D. and Joshua D. Sparrow, M.D.  
Copyright © za hrvatsko izdanje: Ostvarenje d. o. o.

First published in the United States by Da Capo Press, A Subsidiary of Perseus Books L.L.C.  
Prvi izdavač je Da Capo Press, SAD, ogranak Perseus Books L.L.C.

Prijevod: Dunja Flegar  
Lektura: Snježana Horvat

Fotografije: str. ii (dolje desno) - Dorothy Littell Greco  
str. ii (gore i dolje lijevo), xiv, 34 i 84 - Janice Fullman  
str. ii (gore desno) - Marilyn Nolt  
str. 60 - Isabelle Bleecker

Urednica izdanja: Ilona Posokhova  
I. izdanje: kolovoz, 2008.

**Nakladnik:**

OSTVARENJE d. o. o.  
Pušćine 21, 10417 Buševac  
tel/fax: 01 62-55-314, 62-55-751  
<http://razvojdjece.crolink.net>  
[ostvarenje@hi.htnet.hr](mailto:ostvarenje@hi.htnet.hr)

CIP zapis dostupan u računalnom katalogu Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu pod brojem 670872
---

ISBN: 978-953-6827-79-4

Djeci i roditeljima od kojih smo tijekom  
svih ovih godina toliko toga naučili

Ovom knjigom nismo namjeravali nadomjestiti, nego samo upotpuniti savjete djetetova pedijatra. U njoj ne bi trebalo tražiti zamjenu za odgovarajuću liječničku pomoć. Autori su sve do njezinog izdavanja krajnjim naporima nastojali osigurati točnost navedenih podataka. Međutim, s obzirom na aktualna istraživanja i stalni protok informacija, uvijek postoji mogućnost da nova otkrića pobiju neke od podataka koje smo ovdje naveli. Prije nego što započnete bilo kakvu terapiju ili novi program, nužno se morate posavjetovati s liječnikom u vezi sa zdravljem, simptomima, dijagnozom i liječenjem vašeg djeteta.

# *Sadržaj*

<i>Predgovor</i>	ix
<i>Uvod</i>	xi
<b>Poglavlje 1. Prijelomne točke discipline</b>	<b>1</b>
Prijelomna razdoblja	2
Polaganje temelja discipline: prvih 6 mjeseci	3
Od 7. do 8. mjeseca života	7
Od 9. do 12. mjeseca života: čitanje roditeljskoga lica	10
Od 12. do 14. mjeseca života	14
Druga godina	16
Disciplina i djetetov emocionalni razvoj	21
Moralni razvoj	26
Samopoštovanje	28
Defenzivnost - cijena suočavanja sa stvarnošću	30
Od discipline do samodiscipline	32
<b>Poglavlje 2. Pristup disciplini</b>	<b>35</b>
Roditeljska sjećanja na disciplinu	35
Prilagođavanje discipline različitim temperamentima	36
Utjecaj roditeljskoga primjera	38
Cijena poniženja	40
Tjelesno kažnjavanje	41
Kako pridobiti djetetovu pozornost	43
"Čitanje" djetetova ponašanja	45
Prilika za iskupljenje zbog nepodopština	46

Snaga posljedica	46
Važnost "ujedinjene fronte"	52
Pomoć od drugih	57
<b>Poglavlje 3. Disciplinske strategije</b>	<b>61</b>
Strategije koje su obično vrijedne truda	62
Katkad korisno (ovisno o djetetu i situaciji)	71
Strategije koje nimalo ne pomažu	78
<b>Poglavlje 4. Najčešći problemi</b>	<b>85</b>
Stalno traženje pozornosti	85
Moljakanje i cmizdrenje	86
Ugrizi (udarci, naguravanje i grebanje)	89
Nasilništvo	91
Varanje	93
Prkos	94
Neposlušnost	96
Laganje	98
Odmjeravanje snaga	101
Bježanje od kuće	102
Problemi s razdvajanjem	104
Bratsko suparništvo	106
"Razmaženo" dijete	108
Krađe	109
Psovanje i nepristojni izrazi	113
Odvraćanje	115
Provale bijesa	117
Zadirkivanje	120
<i>Zahvale</i>	123
<i>Bibliografija</i>	124
<i>Kazalo</i>	126



## *Predgovor*

Otkad je 1992. godine objavljena prva od dvije knjige pod zajedničkim nazivom *Touchpoints* (u hrvatskom izdanju *Vaše dijete*; op. ur.), roditelji i stručnjaci iz različitih dijelova svijeta molili su me da napišem kratke i praktične knjižice o izazovima s kojima se roditelji najčešće suočavaju u podizanju svoje djece. Među najučestalijim izazovima su spavanje, plakanje, hranjenje, odvikavanje od pelena i disciplina - o tim temama govorimo u seriji knjižica *Brazeltonov pristup*.

Tijekom pedeset godina vlastite pedijatrijske prakse od mnogih sam obitelji naučio da se problemi u ovim područjima često pojavljuju predvidljivo, sukladno djetetovu razvoju. U ovim kratkim knjigama nastojao sam progovoriti o problemima s kojima su se roditelji primorani suočiti u periodima kada dijete nazaduje, a to su plakanje, spavanje, discipliniranje i hranjenje, i koji se događaju neposredno prije no što dijete krene prema svom sljedećem velikom razvojnom koraku.

Svaka knjižica opisuje "prijelomne točke" kada je riječ o plakanju, discipliniranju, spavanju, hranjenju i dr. i time roditeljima omogućuje bolje razumijevanje dječjeg ponašanja. Osim toga, u svakoj smo knjizi predložili kako pomoći djeci u svladavanju tih posebnih izazova, želeći time olakšati njihov neometan razvoj.

Kao i u radu na knjizi *Vaše dijete od rođenja do šeste godine*, pozvao sam dječjeg psihijatra Joshuu Sparrowa da mi bude suautor u

pisanju ove serije. Ove se knjige općenito usredotočuju na razdoblje od prvih šest godina života, premda se povremeno dotičemo i problema starije djece. U zadnjem poglavlju svake knjige govori se o posebnim problemima, iako se ovim knjižicama te teme ne namjeravaju obraditi iscrpno, niti su namijenjene tome da zamijene prvotne stručne dijagnoze i liječenja. Umjesto toga, nadamo se da će roditeljima one poslužiti kao lako uporabljivi priručnici, kojima će se moći okrenuti dok se suočavaju s boljkama djetetova odrastanja ili takozvanim "prijelomnim točkama" koje signaliziraju uzbudljive i velike razvojne korake.

Premda su teškoće poput odbijanja hrane, odvikavanja od dojenja i bočice te kaosa tijekom hranjenja mališana i učestale i predvidljive, roditeljima one predstavljaju velik izazov. Takvi su problemi uglavnom privremeni i nisu ozbiljni. Ipak, bez podrške i razumijevanja, obitelj može biti shrvana, a i djetetov se razvoj može poremetiti. Nadamo se da će konkretne informacije pružene u ovim knjigama pomoći da se spriječi nepotrebno "iskakanje iz razvojnih tračnica", a roditeljima ponuditi sigurnost u doba neizvjesnosti, tako da čak i u tim trenucima izazova mogu s užitkom i radošću pomagati malom djetetu da odraste.

## ***Uvod: Djetetov put do samodiscipline***

Disciplina je drugi važan dar koji roditelj daje djetetu. Pogađate da je ljubav prvi. No disciplina je bitna jer daje djetetu osjećaj sigurnosti. Naime, bez nje ne bi postojale nikakve granice. A djeci su granice potrebne jer im pružaju utjehu i pomažu da se osjećaju sigurno. Djeca shvaćaju da su voljena tek kad imaju priliku vidjeti koliko je roditeljima stalo do discipline.

Bit discipline je učenje, a ne kažnjavanje. To nije nešto što se može postići preko noći, nego je riječ o procesu koji zahtijeva stalnu vježbu i mnogo strpljivosti. Dugoročan je cilj discipline, što se roditelja tiče, pomoći djetetu da razvije samokontrolu, tj. da naposljetku nauči samo sebi postavljati granice i određivati pravila. To je dugogodišnji proces. U ovoj ćemo knjizi roditeljima pokušati ponuditi skicu onih prvih koraka i "prijelomnih točaka" ili "prijelomnih razdoblja" (engl. *touchpoints*) u razvoju discipline. Ranim strukturiranjem postojanih, ali obzirnih granica i pravila, roditelji pomažu djetetu oblikovati unutarnja mjerila koja će mu koristiti tijekom cijeloga života. Prilika za poukom u disciplini javlja se mnogo ranije nego što to roditelji slute - već prvoga dana djetetova života.

Roditelji isprva teško mogu prihvatiti da bi jednom mogao doći dan kada će biti prisiljeni svome zahtjevnome djetetu prvi put

nešto ozbiljno zabraniti. Ali već negdje sa osam mjeseci dijete koje se normalno razvija počinje pokazivati jasne znakove svjesnoga neposluha. Kao da želi reći: "Znam da ne smijem, ali ipak hoću." Približavajući se vrućoj peći, dijete zastajkuje, podiže glavicu i pogledom traži tatu, očekujući, naravno, njegovo neodobravanje. Lagano naginje glavicu, smije se i njiše, prilično sigurno da će mu otac prići i zaustaviti ga.

Ovo je vatreno krštenje za svakog roditelja. Naime, idealna slika o djetetovoj bezazlenosti opasno je poljuljana i on postaje svjestan nove odgovornosti. Nije više dovoljno samo zadovoljiti njegove potrebe i čuvati ga od opasnosti koje vrebaju iz okoline. Odjednom se od nas traži da ograničavamo njegove želje i čuvamo ga od njega samog! Zabranjujemo za djetetovo dobro, no svojim ga ponašanjem svakako uznemiravamo, pa premda se radi o nečemu što je nužno za zdrav razvoj, ipak ne možemo reći da smo to priželjkivali otpočeka. Prema tome, roditelji su pod stresom jednako kao i djeca. Dok se suočavaju s djetetovom ljutnjom i pokušavaju razumjeti što ono od njih zapravo želi, shvaćaju što to uistinu znači biti roditelj.

U tome kako discipliniramo vlastitu djecu vidi se zapravo kakva smo osoba. Na vidjelo izlazi i naš vlastiti odgoj, jednako kao i posljedice koje su na nas ostavile disciplinske mjere naših roditelja, ili pak nedostatak istih. Osim discipline, djeca usvajaju i naš stav o njihovim sposobnostima, naše snove o tome što bi sve mogla postati, nade i strahove koje gajimo prema svijetu u koji ih se spremamo poslati. Naša disciplina također utječe na društvene vrijednosti jer moramo biti svjesni da će nas kao roditelje smatrati odgovornima za djetetovo moguće "loše ponašanje". Svjesni smo da će naše napore podizanja "pristojnoga" djeteta stalno pratiti budne oči drugih.

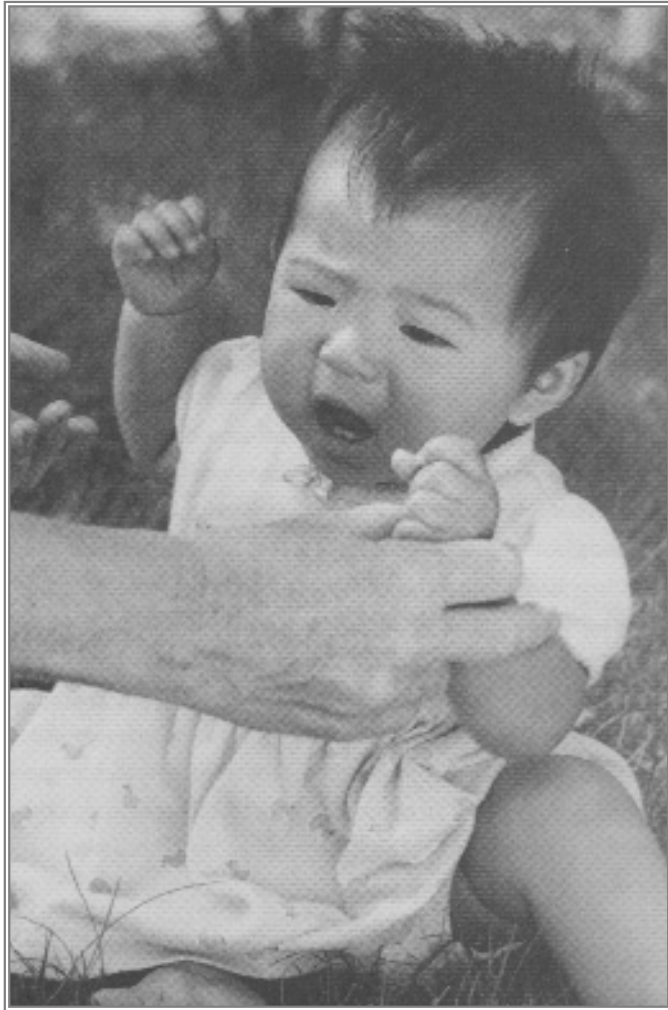
Različita društva različito shvaćaju disciplinu. U opasnome okružju disciplina podrazumijeva svladavanje vještine preživlja-

vanja. Tamo gdje se cijeni individualnost, roditelji primjenjuju disciplinu da bi se nagradilo isticanje vlastite osobnosti. Tamo gdje se traže individualna postignuća, disciplina se koristi da bi se nagradili djetetovi naponi da istupi iz gomile, ali ga se pritom možda neće pokušati spriječiti da gazi druge. U društvima u kojima se očekuje da pojedinac svoje potrebe podredi potrebama drugih ljudi, disciplina može pomoći da se dijete uklopi u određene okvire, ali pritom možda ta ista disciplina kažnjava nekonformizam, pa čak i slobodnu inicijativu.

U društvima koja nalikuju našem, dakle u onima koja objedinjuju mnoge kulture, roditelji i stručnjaci moraju osvijestiti da disciplinsku praksu u prvom redu uobličuje kultura te samim time - na dosljedan i jasan način - vrijednosti i običaji svake pojedinke kulture.

Disciplina mora biti prilagođena individualnim potrebama djeteta te mora biti izbalansirana. Jasna i dosljedna pravila i očekivanja, uz posljedice koje se dosljedno primjenjuju u slučajevima kada se pravila ne poštuju, svakako su nezaobilazni čimbenici discipline. Ali jednako je tako nezaobilazno i razumijevanje djetetovih pobuda te toga koliko je ono - ovisno o dobi - sposobno shvatiti i osjećati. To je, dakako, roditeljima mnogo teže i napornije od puke strogosti ili puke popustljivosti. No krajnji uspjeh u podizanju moralno kompetentnog i emocionalno razvijenoga djeteta najveća je moguća nagrada i svakako mnogo poželjnija od obične uspješnosti u "proizvodnji" poslušne djece.

Poznata stručnjakinja za dječji razvoj Selma Fraiberg tvrdi da "dijete koje odrasta bez discipline u dubini osjeća da ga nitko ne voli". Ipak, teško da će roditelji doživjeti da im djeca javno zahvale za sav uloženi trud premda bi se to moglo dogoditi puno kasnije. Naime, kada djeca odrastu, zasnuju obitelj i sama iskuse sve radosti i izazove koje roditeljstvo sa sobom nosi.





## POGLAVLJE 1

# *Prijelomne točke discipline*

Kao što je već rečeno, disciplina je učenje. Sreća je u tome što prvih šest godina života nude jedinstvenu priliku za učenje. Dijete, naravno, mnoge lekcije može usvojiti i poslije, ali to će mu biti mnogo teže i bolnije. Nabrojiti ćemo rana postignuća u kojima disciplina igra ključnu ulogu:

1. samokontrola i prepoznavanje vlastitih poriva, onoga što ih izaziva, kako se pritom mogu povrijediti drugi ljudi, te kako se suzdržati od njih;
2. prepoznavanje vlastitih osjećaja i što ih sve izaziva, imenovanje i izražavanje osjećaja, suzdržavanje kada je to nužno;
3. zamišljanje osjećaja, razumijevanje njihovih uzroka, briga za osjećaje drugih ljudi, osvještavanje kako se vlastitim osjećajima može utjecati na osjećaje drugih ljudi;

4. razvijanje osjećaja za pravednost i obzirnost te motivacije za takvo ponašanje.
5. altruizam: otkrivanje radosti u davanju, čak i žrtvovanju za drugo ljudsko biće.

Sve su to sposobnosti od vitalnoga značenja kako za adolescenciju tako i za cijeli život, i treba reći da ih je teže steći u kasnijoj dobi. A bez njih se čovjek teže suočava s izazovima koje donosi budućnost.

## Prijelomna razdoblja

Kroz cijelu ćemo se knjigu pozivati na "prijelomna razdoblja", tj. na tipičnu pojavu kada neposredno prije sljedećeg velikog razvojnog skoka dijete u jednom razdoblju malo nazaduje. To su prijelazna razdoblja u kojima su roditelji pomalo tjeskobni, pa i nervozni. Tada se ukupna psihička ravnoteža obitelji može poljuljati, ali to je samo privremeno. Kada roditelji ustanove da dijete nije bolesno, mogu se opustiti i prepustiti izazov djetetu, te mu u najtežim trenucima ponuditi svoje ohrabrenje i podršku.

Premda mi nastojimo precizirati razdoblja u kojima će se te promjene najvjerojatnije dogoditi, treba naglasiti da se kod djece s posebnim potrebama prijelomne točke u razvoju mogu javiti različito. No, u svakom slučaju radi se o razdobljima u kojima se svaki roditelj pita treba li primijeniti disciplinu ili jednostavno opustiti.



## **Polaganje temelja discipline: prvih 6 mjeseci**

### ***Od samog početka: organiziranje***

Novorođenče od rođenja uči kako spavanjem, budnošću i plakanjem uskladiti vlastite potrebe sa zahtjevima okoline. Naučit će se uspavljivati kako bi se zaštitilo ili oporavilo od buke ili jakoga svjetla. Naučit će da plakanjem može skrenuti pozornost na vlastite potrebe, te da može na različite načine plakati, ovisno o vrsti potrebe. Naučit će intenzivno promatrati roditelja, i time ga bolje upoznati te pokazati koliko mu je važan. Svaka beba uspostavlja svoju individualnu ravnotežu na jedinstven način.

### ***Smirivanje i samosmirivanje***

Neka se djeca nauče brzo samostalno smiriti, bilo sisajući palac, bilo gužvajući dekiću, dok neka traže da im se šapuće, da ih se drži u krilu ili njiše. Svako ipak nauči kombinirati vlastite metode smirivanja s metodama kojima mu pomažu roditelji. To je možda najraniji preteča discipline i samodiscipline. Rano učenje o tome kako se nositi s plaćem i ostalim stanjima svakako je temelj za kasnije umijeće upravljanja vlastitim osjećajima i impulsima.

Roditeljstvo je proces pokušaja i pogrešaka. Roditelji brzo nauče da na svaki djetetov jecaj ne treba odmah reagirati uspaničenim pokušajima smirivanja. Mudro je malo zastati i kratko promatrati dijete dok se pokušava samo osloboditi stresa. Često će se zapravo pokazati da mu vaša pomoć nije potrebna, pa će vam preostati samo da se divite njegovoj vještini samosmirivanja. U nekoj ćete drugoj prilici odmah znati da mu nužno treba vaša pomoć, smirivanje i držanje.

Nakon što reagira na vaše umirivanje, nemojte prestati s budnim promatranjem. Je li možda već spremno samostalno izići nakraj s novim, burnijim raspoloženjima? Ili se uvijek jednako uznemiri nakon što ga vratite u kolijevku? Možda se dojenče ručicom udara po obrazima, ili pak bulji u listove sobne biljke. Odlučite hoćete li ga vratiti u posteljicu ili ne.

Ako to učinite, opet bi moglo početi jecati. Probajte ga sada više ne podizati. Obratite mu se tihim i umirujućim glasom: "Ti to možeš. Možeš se smiriti. Sve je u redu." Umiri li se, nježno ga pohvalite: "Sjajno si to obavio." Oboje možete predivno komunicirati pogledima, smiješkom i tepanjem.

### ***Uspostavljanje i prekidanje kontakta: vodstvo prepustite djetetu***

Nakon minutu-dvije dojenče će odvratiti pogled i činit će se da više nije toliko zainteresirano. Već je naučilo da se u trenucima preopterećenja treba povući jer mu to omogućuje da se staloži. Osjetite li da je umorno, poštujujte njegovu potrebu za kratkim odmorom.

Takvim kratkim povlačenjem omogućujete mu da iskuša svoju unutarnju kontrolu. Kada mu bude trebala vanjska kontrola, okrenut će se prema vama. Ako potpuno preuzmete na sebe posao smirivanja, dojenče ne može učiti. Ako pak sav posao smirivanja prepustite dojenčetu, ono neće naučiti samostalno se smiriti i biti budno i zainteresirano za okolinu. Umjesto toga, moglo bi naučiti samo to da se stresa oslobađa isključivo povlačenjem u sebe. Takva ograničena strategija može rezultirati opasnim posljedicama, naime, da postane nepristupačno, što pak može onemogućiti potpuni razvoj.

U slučaju da roditelji ne razumiju ili ne poštuju potrebe dojenčeta tijekom prvog mjeseca života, u spomenutom smislu us-

postavljanja i prekidanja kontakta, tada ono propušta svoju prvu priliku da nauči kontrolirati razine vlastitoga uzbuđenja. Tepanje i škakljanje oduševljava dijete. Naposljetku uzbuđenje postaje prejako pa se dijete povlači, nakratko, kako bi se smirilo. Na neki način, samo sebi određuje svojevrсни *time out*. Obratite pozornost na te trenutke jer oni pružaju izvrsnu prigodu za učenje.

### ***Formiranje obrazaca ponašanja***

Do trećeg ili četvrtog mjeseca života dojenče se već zabavlja intenzivnim promatranjem igračaka koje mu vise iznad kolijevke, slušanjem zvečki ili zvonca, pa čak i pokušava dohvatiti igračke premda u tom naumu neće uspjeti još barem mjesec dana. Sada je već toliko svestrano da može odgoditi hranjenje za tri ili četiri sata, a i noću dulje spava. Ovi novi podvizi nisu ostvareni samostalno, nego uz suptilne roditeljske poticaje.

Kada se probudi, ili kad prvi put počne jecati, probajte malo pričekati pokraj kolijevke kako biste vidjeli hoće li se dijete ubrzo okrenuti svojim igračkama. Ako to učini, možete se tiho povući. Ne učini li to, pokušajte mu privući pozornost igračkama. Onda pažljivo pratite što će učiniti. Ne uspije li se usprkos tome smiriti, možda bi bilo dobro da ga podignete u naručje i zagrlite. Ali kada se smiri, pokušajte ga opet zainteresirati za gledanje i osluškivanje okoline jer mu to omogućuje stjecanje novih iskustava. U takvim vam se trenucima može činiti da ga zapostavljate. Ali to nije tako jer vi cijelo vrijeme budno motrite i znate kada je pogodan trenutak da se suzdržite, a kada nije, svjesni da tako dojenčetu omogućujete da se osloni na vlastite sposobnosti.

Iz ovoga što smo dosad rekli možete zaključiti da bi, prije nekog svjesnog prenošenja discipline, roditelji trebali nježno i obzirno poticati dojenče da se prilagodi određenoj dnevnoj i noćnoj rutini hranjenja i spavanja. Dakle, i prije nego što pitanje discipline uopće dođe na dnevni red, roditelji bi svoje tromje-

sečno dijete trebali poticati da se samostalno uspava, da produlji razmake između dva hranjenja, da se smiri kada je uznemireno i zabavlja kada mu je dosadno. Te rane navike predstavljaju temelj discipline i zapravo pripremaju dijete da je poslije bez teškoća prihvati. Ali od svega je ipak važnije to što dojenče od samog početka uči kako se vlastitim snagama i sposobnostima prilagodi ti svijetu koji ga okružuje.

#### **Je li moguće razmaziti dojenče?**

*Neki se roditelji brinu da bi dojenče mogli razmaziti pretjeranim uzimanjem u naručje. Ne vjerujemo da ga je moguće razmaziti prije 7. ili 8. mjeseca života. Dotad se roditelji i dojenčad uistinu trude učiti jedni od drugih. Roditelji bi trebali naučiti prepoznavati koje sve stvari dojenče može obavljati samostalno. Osjećate li potrebu da ga štitite baš uvijek kada je uznemireno, bez obzira na stupanj uznemirenja, morate znati da mu time otežavate samostalno učenje. Umjesto toga, malo zastanite i promatrajte. Nakon nekoliko jecaja, čak i nakon provale plača, možda će početi gužvati dekicu. Onda će možda početi zainteresirano motriti vaše lice - i smiriti se.*

*Sa 7 ili 8 mjeseci dojenče već počinje učiti regulirati svoja stanja, promatrati lica onim prodornim pogledom koji svaki roditelj toliko voli, samostalno se smiriti kada je uznemireno te utonuti u san radi povlačenja u trenucima kada ga preplave podražaji. Naravno da s tim postignućima neće sve teći glatko. S druge strane, dojenče kojem se nikad ne dopušta da se samostalno smiri i utihne - npr. ono koje uspijeva zaspati jedino na majčinim grudima - uglavnom se može smiriti samo uz tuđu pomoć.*

## **Od 7. do 8. mjeseca života: Javljanje potrebe za pravilima i ograničenjima**

Negdje tijekom 7. ili 8. mjeseca dojenče počinje puzati, što pak znači da je "gladno" discipline. Naime, rastrzano je između privlačnoga zova istraživanja novih teritorija i roditeljskih neu-moljivih upozorenja: "Ne prilazi peći (ili televizoru, ili svjetiljci)." Uskoro će naučiti da može očekivati reakciju pa će vam, prije nego što se uputi prema nekoj zabranjenoj zoni, uputiti prodoran pogled. Ako izraz vašeg lica govori "vрати se", dijete će najvećom brzinom pobjeći u zabranjenome smjeru - i mora biti apsolutno sigurno da ćete vi pojuriti za njim. Dakle, ono uči gdje su granice tako što ih iskušava.

### ***Sigurna pouka***

Sigurnost u kuhinji spada u prve lekcije. Stanite pokraj peći i pružite prst. Zatim ga odmah dramatično povucite uz povik: "Ah! Prevruće!" te stisnite oči glumeći da vas boli. Ako i dijete mora pokušati, dopustite mu da samo vrškom prsta dodirne peć, pri čemu prethodno morate vlastitim prstom provjeriti je li toplina možda preopasna. Zapravo je mnogo bolje da osjeti vrućinu kojom peć isijava. "VRUĆE!" Dijete mora znati da ovo *nije* igra, prema tome, potrudite se da to shvati. Ovakve biste lekcije morali davati ozbiljno i nepopustljivo, tako da dijete zna da se ne šalite. I svakako treba naglasiti da ga se u ovoj dobi nikako ne bi smjelo ostaviti samo blizu opasnih stvari jer neće odoljeti iskušenju da ih isproba.

### ***Hvat pincete - nova sposobnost i novi problemi!***

U ovoj dobi beba razvija jednu sposobnost svojstvenu samo ljudima i čovjekolikim majmunima. Sposobnost da stvari hvata palcem i kažiprstom, te da se tako tim prstima služi kao alatom, bebi daje nove "moći". Ona počinje insistirati na tome da se sama hrani, pa komadići hrane lete na sve strane. Roditelji u očaju počinju ozbiljno razmišljati da kućom hodaju u kabanici ili pod kišobranom. Sada je vrijeme da se pod prekrije zaštitnom ceradom i da se zabravi na skupocjene sagove.

Naravno da nećete biti sigurni je li dijete dovoljno pojelo. Ali počnete li mu braniti da se samostalno hrani, tu bitku nećete dobiti. Dajte mu po jednu žlicu u svaku ruku. Tada će možda nešto hrane ipak dospjeti u usta. Ispusti li žlicu iz ruke, a vi se sagnete kako biste je dohvatili, budite sigurni da ste započeli igru u kojoj će vas dijete itekako iskoristiti. Dok vi stenjete i saginjete se, tko ima kontrolu? Međutim, kada padnete od umora, pokazujete djetetu gdje su granice moći koju ima nad vama.

Roditelji mogu djetetu ponuditi hranu, ali ga ne mogu natjerati da jede. Baš kao i disciplina, i hranjenje mora postati djetetovo vlastito postignuće.

### ***Pokazivanje prstom***

Nekako u isto vrijeme beba otkriva još jednu moćnu namjenu svojih prstića: pokazivanje. Prije toga joj nije lako priopćiti roditelju svoje želje, pa je često frustrirana kada joj to ne uspijeva. No sada jednostavno podiže ručicu i prstićem pokazuje što želi. Roditelji su oduševljeni jer konačno mogu jasno razumjeti što dijete želi. Ali, prije ili poslije doći će trenutak kada će morati reći: "Ovo ne smiješ dobiti."

Disciplina također podrazumijeva i to da se djetetu pomogne suočiti s frustracijom i prevladati je. U ovoj dobi možete mu

pokušati odvratiti pozornost nekom igračkom premda ne zadugo. Uskoro će moći dobro pamtiti što je željelo, čak i kada mu ta stvar više nije pred očima. To pak znači da su dani lakog odvrćanja od frustracije odbrojani. Na nesreću, to se događa prije nego što dijete nauči nove načine prevladavanja frustracije. Oni *će doći* tek kasnije, s razvojem govora.

### ***Strah od stranaca***

Osim tih novih sposobnosti, dijete je sad spremno suočiti se s novom dimenzijom svijeta: razlikovati poznato od nepoznatoga. Već nekoliko mjeseci uočava i reagira na razlike između roditelja i drugih ljudi, čak i stranaca. No u ovoj dobi odjednom kao da uistinu postaje svjesno "stranaca". Kad god se neki stranac približi kolijevci, ono počinje plakati, okreće se i traži roditeljsku blizinu. To bježanje i plakanje predstavljaju regresivno ponašanje koje normalno prati ovo prijelazno razdoblje u kojem dijete počinje na nov način razumijevati ljude i njihovu specifičnu ulogu u svojem životu. Neugodne i zbunjujuće situacije nije moguće izbjeći, recimo kada dijete odlučno odbije povrijeđene bake i djedove koji - s najboljim mogućim namjerama - ne mogu odustati od toga da ga i dalje vabe.

U ovoj prijelomnoj točki vrijeme je da se disciplina pribroji djetetovim razvojnim dosegima. Ne možete ga prisiliti da prihvati stranca ako to ne želi. Stranac pak mora razumjeti da iza te burne reakcije zapravo stoji nova eksplozija djetetova razumijevanja i inteligencije. Dopusti li se djetetu da upoznaje stranca vlastitim tempom, osjetit će da ono kontrolira situaciju. Tako će se prilagoditi toj novoj sposobnosti raspoznavanja poznatih ljudi od nepoznatih, koja ga je isprva jako plašila. Za pristojnost još ima vremena.

## Od 9. do 12. mjeseca života: čitanje roditeljskoga lica

S devet mjeseci života pojavljuje se značajan razvojni doseg poznat kao "uspostavljanje društvenih odnosa". Dijete u izrazu roditeljeva lica traži informaciju koju sada lako može dešifrirati - u svakom pojedinom slučaju, čak i o vlastitome ponašanju. Ova nova sposobnost javlja se u pravo vrijeme jer sada već mnogi uspješno puze uokolo. Nakon što ih je zadesila iznenadna pojava straha od stranaca, bebe sada mogu iz roditeljskih neverbalnih gesti dobiti utjehu, smirenje i upute kako reagirati.

Dok dijete puze prema televizoru, željno da se poigra zabranjenim tipkama, zaustavit će se nakratko i upitno pogledati roditelja. Već sasvim dobro raspoznaje kada izraz lica govori "ne". I već je možda naučilo da je televizor zabranjeno područje. No svako dijete koje je u istinskom iskušenju mora se na to podsjetiti provjeravanjem izraza roditeljeva lica jer jedino tako može rastjerati konfuziju u kojoj se nalazi. Sada se od vas traži da budete nepokolebljivi.

Tijekom prvih godina života djeca ulažu neizmjernu energiju da bi obavila zadatak koji se, kada njime jednom ovladaju, uzima zdravo za gotovo. Naime, u razumijevanje ne samo riječi nego i tona glasa, izraza lica i gesta. Roditeljima mnogo znači ako shvate koliko se jako djeca naprežu u ovome poslu, koliko toga moraju naučiti i u kojoj mjeri i o nama ovisi koliko će to kvalitetno otkriti i naučiti iz našeg ponašanja. Uspijemo li to shvatiti, tada možemo i razumjeti da je neposluh samo dječja metoda učenja na temelju pokušaja i pogrešaka, dakle da nije usmjeren protiv roditelja. I tada možemo shvatiti koliko je važno da roditelji na takav neposluh reagiraju dosljedno.



U tom ranom periodu *najvažnije* su jasne i nedvosmislene poruke, što znači da u istoj situaciji uvijek trebate reagirati isto. Dogodi li se da na djetetov pokušaj diranja tipke za regulaciju jačine zvuka na televizoru majka reagira smiješkom jer je zabavlja takav razigrani neposluh, dijete će, naravno, misliti da mu je dopušteno nastaviti pa će pojačati zvuk dokle god bude moguće. Učinit će to unatoč mogućoj razdraganoj majčinoj zabrani ("Ne diraj to!"). Ako već ona prva majčina reakcija nije bila jasna, dijete će ponovo pokušati, čak i kada mu ona to opet zabrani mnogo ozbiljnijim tonom. Dijete reagira s obzirom na roditeljevu nejasnu poruku, koja je u ovom slučaju bila zbunjujuća, stoga i teško razumljiva djetetu.

### ***Pokušaji i važnost ponavljanja***

Djetetu su potrebni roditelji koji uporno ponavljaju "ne", sve dok se lekcija ne usvoji pa ono više nema potrebu iskušavati. Ono uči ponavljanjem. Roditelji su često frustrirani pa čak i obeshabreni kada mališan ponavlja ista ponašanja, bez obzira na izričite zabrane. Budući da je djetetu pravilo već poznato, čini se da naprosto uživa u izbezumljivanju roditelja. Zašto svako dijete mora izazivati? Ono iskušava zato što pokušava razumjeti - je li nešto uvijek i bez iznimke zabranjeno? Je li to zabranjeno samo kad se zabrani ovako? Ili onako? Vrijedi li ta zabrana i u kuhinji? Vrijedi li ta zabrana i kada su prijatelji u posjetu ili samo kad je dijete samo? Možda zabrana uistinu vrijedi u prvom, drugom i trećem slučaju, ali ne i u četvrtom i petom. Dijete se pita neće li se možda u tim slučajevima njegova upornost isplatiti.

Da bi zbrka bila veća, zabrana se katkad ne može prenijeti iz jednog konteksta u drugi. Primjerice, djetetu isprva sve tipke na televizoru izgledaju isto - treba ih samo pritisnuti ili okrenuti da mama poludi. Ali nešto kasnije mališan nauči da pritiskom na jednu tipku televizor počinje bučiti, da se pritiskom na drugu mi-

jenja slika, a pritiskom na treću sve nestaje. Sada se postavlja pitanje vrijedi li ona jedna zabrana za sve tri tipke.

"Ne smiješ sjediti u mom krilu tijekom večere!" To pravilo vrijedi u kući, ali ne i u restoranu gdje nema visokih dječjih stolica, kao ni u bakinoj kući gdje dijete pokušava izmigoljiti iz prijenosne dječje stolice slijedeći neodoljiv zvuk neistraženih područja, prepunih za nj opasnih predmeta i lomljiva blaga.

Jednake zabrane ne mogu vrijedi za bebu i ostalu braću ili roditelje. Dojenče koje puzi prema televizoru mora naučiti da su tipke zabranjene *njemu*, ali ne i drugima. Ono mora razumjeti da pravila ne moraju biti ista za sve. Naravno da time od djeteta te dobi puno tražimo! (Čak i roditelji koji se opiru ovakvome stavu ne zahtijevaju nužno da za sve vrijede ista pravila. U određenim će fazama za svako dijete u obitelji vrijediti druga pravila, ovisno o sposobnostima i potrebama svakog pojedinog djeteta.)

Tome treba pridodati i neizbježnu činjenicu da se pravila i očekivanja mijenjaju kako dijete odrasta. "Sada kada znaš kako se pojačava zvuk smiješ dirati tu tipku!" Dijete će možda ostati zadivljeno, ali možda neće ostati samo na tome. "Možda to znači da smijem dirati i tipke na peći!"

Postoji također vjerojatnost da zabrane iz usta različitih odraslih osoba ne djeluju ili ne zvuče isto, te da nisu vezane za istu stvar. Zabrana koju izgovara roditelj koji je cijeli dan kod kuće može zvučati dosadno, ali kada tu istu zabranu izgovara roditelj koji cijeli dan izbiva iz kuće, onda ona neće zvučati toliko dosadno pa će vjerojatno naići na bolji odziv. Zabrana starijega brata može zazvučati pomalo oporo, a zabrana iz usta bake ili djeda izaziva potpunu nevjericu!

Roditelj koji je cijeli dan kod kuće može zabraniti borbu jastucima prije spavanja, dok će roditelj koji se tek vratio s posla to možda dopustiti. Zabrinuti će roditelj možda zabraniti igru hrvanja. No, ako drugi roditelj cijeni asertivnost s ciljem samozaštite,

dijete neće moći ne prepoznati prešutno dopuštenje u njegovu obješenjačkom pogledu i pritajenom smiješku. Roditelji često otkrivaju da imaju različita očekivanja kada se radi o djetetu. Logičan su rezultat toga kontradiktorne poruke.

Ako duboko promislimo i shvatimo koliko mnogo tražimo od djece, onda će nam biti jasno zašto su ponavljanje, dosljednost, kao i jasne i nedvosmislene poruke, tako važni.

#### **Definiranje jasnih i dosljednih pravila**

1. Definirajte pravila.
2. Prilagodite pravila svakom djetetu ovisno o njegovim sposobnostima i potrebama - ne moraju biti ista za svako. Vi morate pomoći djetetu da razumije zašto je pravedno da se pravila razlikuju.
3. Ustanovite slaže li se i drugi roditelj s tim pravilom.
4. Pravilo djetetu priopćite riječima, tonom glasa, izrazom lica i gestama.
5. Očekujte da će dijete pokušati testirati pravilo.
6. Svaki put isto reagirajte. Zbog varijacija dijete postaje radoznalo i počinje se pitati što će se sljedeći put dogoditi.
7. Očekujte da vas dijete dobije na prepad zahvaljujući svojim novim sposobnostima.
8. Planirajte redovito redefiniranje i prilagođavanje pravila i očekivanja. To je nužno jer dijete raste i razvija se.

*(nastavlja se na sljedećoj stranici)*