

VAŽNOST RUTINA I RITUALA ZA UČENJE

Nikolina Herceg Beljak, logoped, DV Izvor Samobor

UVOD

Obitelj najviše utječe na razvoj djetetovih sposobnosti, usvajanja znanja i razvoja socio emocionalnih vještina bez obzira radi li se o djetetu tipičnog razvoja ili o djetetu s poteškoćama u razvoju. No utjecaj koji dijete s poteškoćom ima na obitelj je također značajan. Dijete s poteškoćom značajno utječe na svoju užu ali i na širu obitelj. Obitelji koje su međusobno snažno povezane jednako su pogođene činjenicom da dijete koje je pristiglo u obitelj ima neku vrstu razvojnog odstupanja. Vrlo brzo se život jedne obitelji promijeni – mijenjaju se prioriteti, planovi, rutine i rituali ovisno o tome kako se mijenjaju okolnosti roditeljstva. Čak se i u povoljnim uvjetima dolaskom neurotipičnog djeteta u obitelj značajno promijene mnogi rituali i rutine roditelja, zamjenjuju ih novi što kod roditelja stvara veći ili manji stres. Kod obitelji koja odgaja dijete s poteškoćom svakodnevni se život prije ili kasnije počne usklađivati primarno s potrebama tog djeteta. Ovisno o vještinama i kompetencijama roditelja, ali i o socio-ekonomskom statusu roditelja, neke obitelji više ili manje uspješno balansiraju novonastalu situaciju i više ili manje uspješno integriraju nove obaveze u postojeći obiteljski život.

Rutine pomažu uspostaviti podržavajući, dobri i kvalitetni interakcijski obrasci iz kojih će dijete učiti i razvijati se, ali i iz kojih će roditelj učiti poticati djetetov razvoj i jačati vlastite roditeljske kompetencije. Obiteljske rutine i rituali su idealna podloga za roditelja i ulaznica u svijet djeteta jer se događaju u svakoj obitelji na dnevnoj osnovi, neizostavan su dio obiteljskog života, odvijaju se u prirodnom okruženju djeteta - unutar obitelji u kojoj je dijete prihvaćeno i voljeno.

RUTINE

Postoje mnoge definicije rutina i rituala, a zanimljivo je da se i rutine i rituali gotovo uvijek spominju zajedno, da su neodvojivi i da se naglašava njihova važnost i uloga u stvaranju

obiteljskih uspomena, razvoju bitnih životnih vještina, dijeljenju važnih događaja i trenutaka unutar obitelji i njihov utjecaj na međuobiteljsku emocionalnu povezanost.

Tako rutine predstavljaju predvidljiva ponašanja koja se ponavljaju na više-manje isti način, svaki dan u više- manje isto vrijeme i s istom svrhom, a uključuju dva ili više članova obitelji (Spagnola i Fiese, 2002.). Rutine pomažu na dnevnoj bazi u organizaciji obiteljskih obaveza, zadataka, ali i potreba svih članova obitelji. Postaju dio uobičajenih ponašanja i podrazumijevaju trenutačnu povezanost među uključenima – rutine su nešto što se unutar obitelji mora obaviti da bi životni proces funkcionirao, nešto kao hladni obiteljski pogon. Dnevne rutine poput obroka, pospremanja, pranja zubića, igranja, spremanja za vrtić ili spremanja na spavanje događaju se svakodnevno i uključuju odrasle osobe. Tako nude mogućnost za poticanje razvoja komunikacije, govora, interakcije i općenito za učenje vještina.

Za obitelj rutine imaju višeznačnu ulogu:

- štede vrijeme jer su naučene i teku glatko, dijete točno zna što slijedi nakon npr.buđenja
- čine život lakšim u stresnim situacijama – zamislite samo kada u stresnoj situaciji za obitelj (dolazak bebe, izvanredni nenadani događaj, bolest, smrt...) ne bi imali rutine o kojima zapravo ne trebamo razmišljati i koje se ne unatoč trenutnoj promjeni nisu promijenile...
- daju osjećaj sigurnosti i kontrole što se najviše očituje upravo u stresnim situacijama
- pružaju prilike za učenje, usklade su s djetetovim mogućnostima, ali i s potrebama roditelja.

Nekako se kao najvažnija uloga ističe upravo **sigurnost** koju rutine pružaju. Roditelj poučava svoje dijete određenoj rutini na različite načine (fizičkim vođenjem, pokazivanjem, verbalnim uputama, socijalnim pričama, vizualnim rasporedom, pjesmicama...) te kod djeteta na taj način povećava osjećaj sigurnosti u sebe - dijete zna što slijedi i na koji način se nešto odvija i uspješnije je u obavljanju rutine. Također se povećava i osjećaj sigurnosti roditelja u vlastite roditeljske kompetencije što nije nebitna stavka u procesu poučavanja djeteta. Sve to posljedično povlači smanjenje stresa i za dijete i za roditelja u svakodnevnim aktivnostima. Sjetite se samo borbe oko oblačenja s mlađim djetetom i koliko vam je ta vještina koju ste

naučili dijete uštedjela vremena kasnije. Zamislite sad da još uvijek svako jutro prije škole morate oblačiti svoje dijete. Stresno...zar ne?

Ne manje važan je i osjećaj **kontrole** koje rutine pružaju prilikom svoje provedbe. Prilikom tranzicija tj. prelazaka iz jedne životne faze i situacije u drugu (vertikalnih: vrtić-škola i horizontalnih: promjena terapeuta ili aktivnosti) dobro postavljene i uspostavljene rutine unutar obitelji pomažu da dijete lakše prihvati prelaz te se na taj način opet reducira količina stresa za roditelje, braću i sestre kao i za samo dijete s poteškoćom. Zato stručni suradnici u vrtiću često roditeljima prije upisa u vrtić, na prvom razgovoru objašnjavaju vrtićke rutine i važnost uvođenja sličnih rutina kod kuće. Primjerice - sjedenje za stolom prilikom obroka, pranje ruku prije jela, oblačenje i svlačenje odjeće i obuće, popodnevni odmor i slične rutine koje se ponavljaju svaki dan i u vrtiću i kod kuće. Važno je pri usvajanju rutina početi pomalo i biti model djetetu. Primjerice kada želimo dijete naučiti da samostalno jede dati ćemo žlicu da ju samo drži u rukama i ponekad staviti djetetovom rukom i žlicom hranu u usta. Pomaže i ako je to hrana koju dijete baš jako, jako voli. 😊 Kada želimo dijete naučiti samostalnom oblačenju i svlačenju, svakako ćemo prvo početi od lakše aktivnosti – svlačenja. Ako se dijete voli kupati to je idealno vrijeme da krenemo pokazivati djetetu kako da se samo svuče dopuštajući mu da završi radnju (npr. čarapicu povučemo do pola, a dijete do kraja samo skine). U današnje užurbano vrijeme gdje je prilagodba trenutačnoj situaciji još jedna korisna vještina gotovo se nadrealna čini ona rečenica naših baka ili mama: „Dijete mora u krevet uvijek u isto vrijeme!“ ili „Ručak mora biti na stolu uvijek u XY sati!!“ I zaista, danas je to možda teško ostvarivo, no djeci su te rutine jako važan element razvoja sigurnosti pa im treba omogućiti neke rutine, ne vremenski uvjetovane, ali barem one koje se odvijaju uvijek na isti način.

Kada dijete zna i poznaje određenu rutinu roditelji i dijete dobiju priliku da se naučeno generalizira i proširi. Tu je sljedeća jako važna uloga rutina a to je **učenje**. Osjećaj uspjeha je najveći motivator za učenje i usvajanje novih znanja. Olakšavajući faktor kod rutina je taj što su one uskladive s djetetovim mogućnostima, ali i potrebama roditelja. To je posebno važno za djecu s teškoćama i njihove roditelje. Tako će dijete koje uči rutinu pranja ručica možda u početku trebati mamu ili tatu da sve odradi umjesto njih. U vrtiću će teta dignuti rukave, otvoriti vodu, oprati ruke i obrisati ih objašnjavajući djetetu što radi. Ponekad će trebati i vizualnu pomoć sličica i rasporeda rutine poput ove o pranju ruku. Polako će ta podrška biti sve manja, a dijete samostalnije i uspješnije u obavljanju ove i sličnih životnih radnji.

PRANJE RUKU



OTVORI VODU



SMOČI RUKU



UZMI SAPUNA



TRLJAJ RUKU



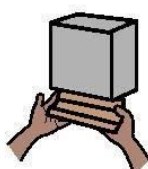
ISPERI SAPUN



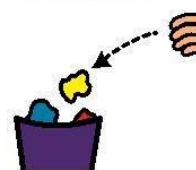
ZATVORI VODU



OBRIŠI RUKU



BACI U SMEĆE



Ona čarapica koju smo djetetu pomogli svući s nožice - ima toliko potencijala jer ju možemo svući uz pitanje „gdje je nožica?!“ ili „gdje su prstići?!“ pa tako učimo dijelove tijela. Možemo te prstiće prebrojati, možemo pomirišati tu čarapicu i zaključiti da „Fuuuuj, smrdi!!!“ i baciti ju u koš za prljavi veš, možemo reći kakve je boje i na kojoj je nožici bila (lijevoj-desnoj), možemo potražiti drugu i sve to ponoviti. Jedna čarapica, a toliko potencijala i prilika za učenje. Dijete će s vremenom imitirati roditelja, naučiti nove riječi, naučiti rutinu, tražiti vas da ponovite, razviti jači osjećaj bliskosti i privrženosti s roditeljem. Nebrojene su mogućnosti za učenje u obiteljskom domu, ne trebate se čak ni previše angažirati i kupovati didaktiku. Djeci je život igra, samo se mi odrasli moramo toga prisjetiti.

Uloga je rane intervencije i stručnjaka da pouči roditelja na koji način iskoristiti svakodnevni život unutar svoja četiri zida, ali i u obitelji i zajednici u svrhu učenja i razvijanja sposobnosti kod vlastitog djeteta. Kako modulariti i prilagoditi okolinu, rutine i rituale da bi funkcionirali u skladu s djetetovim mogućnostima. Roditelj to intuitivno zna i radi, no tek kada osvijesti što radi može djetetu, a posebice djetetu s teškoćom biti podrška u usvajanju životnih znanja i vještina. Shvatljivo je da u tom procesu može doći do mnogih poteškoća i da se ponekad sami proces mora mijenjati u hodu, a ciljevi modulariti, ali sve je to vrijedno napretka

i u konačnici sreće djeteta. U tom procesu roditeljima može i mora pomoći stručnjak rane intervencije svojim savjetom, prijedlogom i razgovorom.

RITUALI

Rituali se nadograđuju na rutine, a nose značajne obiteljske i međuobiteljske interakcije koje prenose vrijednosti i uvjerenja pojedine obitelji i zajednice kroz generacije (slavlja rođendana, vjerska slavlja, odlasci na odmor, uključivanja u aktivnosti zajednice...). Autorice Schuck i Bucy (1997.) u svom radu o obiteljskim ritualima navode kako rituali daju osjećaj stabilnosti, identiteta i kako su odlično sredstvo socijalizacije. Obitelji koje za svog člana imaju dijete s teškoćom u razvoju svjesne su činjenice da je šira obitelj (koja je često dio obiteljskih rituala poput slavlja i tradicija) djetetu s teškoćom prvi „poligon za vježbanje“ socijalnih vještina i generalizaciju tih naučenih znanja i vještina. Drugi ljudi i drugačija okolina daju priliku za vježbanje i generaliziranje usvojenih rutina i rituala izvan sigurnosti primarnog obiteljskog doma, a opet u okruženju koje je podržavajuće i prihvaćajuće u odnosu na djetetovu poteškoću. Takvo okruženje prva je stepenica ka inkluzivnoj sredini koja u skladu s djetetovim mogućnostima, potrebama, ali i ograničenjima mijenja i prilagođava svoje rituale kako bi bolje funkcionirali za dijete s teškoćom, ali i dalje imali isto značenje za obitelj u cijelosti. Rituali su također promjenjivi i mogu se s godinama i potrebama šire obitelji ili jednog člana prilagođavati i mijenjati. Rituali koji se ne mogu prilagoditi izgube značaj za obitelj i ne osiguravaju obitelji više jednu od najbitnijih funkcija - stabilnost u stresnim situacijama.

Svoj djeci je obiteljsko okruženje primarno važno jer se unutar obitelji osjećaju sigurno, prihvaćeno, zaštićeno i sve to zajedno stvara bolju podlogu za učenje, rast i razvoj.

ZAKLJUČAK

Rečenica koju su Schuck i Bucy (1997.) u svom radu o rutinama i ritualima naveli čini se kao srž sročena u svega u nekoliko riječi: Rutine pružaju našim životima red, dok im rituali daju značenje.

Roditeljstvo je izazovan, zahtjevan, odgovoran „posao“ bez radnog vremena, godišnjeg odmora ili slobodnog dana. No to je ujedno i najvrednije plaćen posao – u osmjesima i sreći

djeteta. Ta sreća vlastitog djeteta snažan je motivator roditeljima da se bore sa svim poteškoćama, stresom i izazovima koje pruža roditeljstvo djetetu s poteškoćom. Nije istina da su obitelji djece s poteškoćom nesretne. Samo su drugačije, samo se veselimo drugačijim stvarima, samo imamo drugačije ciljeve i razvijamo drugačije strategije kako do tih ciljeva doći da bi u konačnici bili svi sretni.

LITERATURA:

Milić Babić, M. Franc, I. Leutar, Z. Iskustva s ranom intervencijom roditelja djece s teškoćama u razvoju. Ljetopis socijalnog rada 2013., 20 (3), 453-480 str.

Bohaček, A.M. (2017). Uloga rutina i rituala u ranom učenju i ranoj intervenciji. Završni specijalistički rad. Zagreb: Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet.

Ljubešić, M. (2014). Pravo na podršku roditelja djece s teškoćama u razvoju. 16-24 Rastimo zajedno plus. Roditeljstvo u najboljem interesu djeteta i podrška roditeljima najmlađe djece s teškoćama u razvoju. Zagreb: UNNICEF Hrvatska.

Ljubešić, M. (2020). Rana intervencija u djetinjstvu – pogled iz civilnog društva, Dijete vrtić obitelj, 2 (94), 2-5.

Pećnik, N., Starc, B., Ljubešić, M., Jeić, M., Pribela Hodap, S., Grubić, M. (2014). Rastimo zajedno plus. Program radionica s roditeljima djece s teškoćama u razvoju. Priručnik za voditelje. Zagreb: UNNICEF Hrvatska.

Schuck, L.A., Bucy, J.E. (1997). Family Rituals: Implications for Early Intervention. TECSE, 17 (4), 477-493.

Spagnola, M., Fiese, B.H. (2007). Family Routines and Rituals: A Context for Development in the Lives of Young Children. Infants & Young Children, 20 (4) 284-299.