

Zahtjevne teme – 3. del

Obiteljska adaptacija

Tugovanje

Podrška

Prof. Dr. Marta Ljubešić

Praktikum zgodnje obravnave,

13.3.2015; Društvo Downov sindrom
Slovenija;

Rad u malim skupinama

Dajte odgovore na sljedeća pitanja nakon rasprave u malim skupinama

1. Koje promjene u obiteljskoj adaptaciji na dijete s teškoćama ste imali prilike uočiti u svom dosadašnjem radu
 2. Koje znakove teškoća u adaptaciji najčešće uočavate
-

Adaptacija (prilagodba)

- Adaptacija je biološki pojam, govori o evelucijskom *procesu* putem kojeg biće postaje sposobnije za život u svom obitavalištu
 - Adaptacija je težnja za uklapanjem u okolinu na načine koji pospješuju preživaljavanje (kvalitetu života)
-

Što otežava roditeljsku prilagodbu

- Stav da se radi o tragediji s negativnim ishodomima
 - Ideja “o smrti željenog djeteta” i praznoj koljevci
 - Ova ideja (iako je bila kritizirana) je obilježila gotovo 50 godina istraživanja i rada, te je isključila proučavanje pozitivne obiteljske adaptacije
 - Nepostojeći ili nedostatan sustav podrške za dijete i roditelje
-

Novi pogled na roditeljske reakcije

- Roditelji ne negiraju dijagnozu – oni negiraju osudu koja ide ruku pod ruku s dijagnozom
 - “Prkošenje” prognozama izrečenim uz djetovu dijagnozu otvara mogućnost da roditelji žive s nadom te da s optimizmom izdrže terapijski režim
 - To je novi pogled na roditeljska ponašanja koja su ranije smatrana roditeljskim negiranjem realnosti i koja su često interpretirana kao patološka (maladaptivna)
-

Stadiji adaptacije (N. Miller)

- preživljavanje
 - traganje (unutarnje i vanjsko)
 - smještavanje
 - odvajanje
-

Roditelji u različitim fazama prilagodbe

- Faze prilagodbe nikad ne idu samo u jednom smjeru, cirkularne su
- Zbog toga roditelji u pravilu imaju više dobiti iz grupnog rada nego inter-individualnog
- Prednosti grupnog rada proizlaze iz činjenice da je grupno iskustvo temeljno ljudsko iskustvo koje je prirodno i otvara uvid u stvarnost

Komunikacija s obiteljima: tugovanje – kako pomoći

- ❑ Roditelji djece s teškoćama često tuguju iz mnogih razloga
 - ❑ Tuga je prirodna reakcija na gubitak
 - ❑ U razgovorima treba biti fokusiran na neposredni povod za tugu, a ne na nešto iz prošlosti
 - ❑ Ljudi često ne znaju što reći u takvoj situaciji
-

Komunikacija s obiteljima: tugovanje – kako pomoći

- Imenovati razlog za tugu što izravnije: “Čula sam da Marko nije primljen u vrtić”
 - Pokazati osjećaje, biti autentičan: “Ne znam što da kažem, ali želim da znaš da brinem/razmišljam što poduzeti
 - Pitajte osobu kako se osjeća upravo sada (ne nagađajte) i pažljivo saslušajte odgovor
 - Ponudite pomoć: Mogu li što učiniti za tebe?
-

Što činiti

- ❑ Osigurati blizinu drugih; ako osoba pokazuje znakove depresije ne smije biti sama (gubitak apetita, zanemarivanje osobne higijene i sl.)
 - ❑ Slušajte i dozvolite tugujućoj osobi da kaže onoliko koliko ona drži da treba, budite podrška
 - ❑ Prihvatite sve osjećaje koje osoba iskazuje iako ih možda ne razumijete
 - ❑ Nikada ne sugerirajte kako bi se osoba trebala osjećati niti navodite primjere kako su se drugi osjećali ili ponašali
-

Što činiti (nastavak)

- ❑ Nikad ne umanjujte gubitak osobe i pokazujte empatiju (iako ne znate točno što osoba osjeća)
 - ❑ Potaknite preuzimanje nekih aktivnosti koji bi mogli osobu zaokupiti i opustiti. Nekad to ljudi prihvate, a nekada ne, što ne znači da odbacuju našu podršku.
 - ❑ Nikada ne govorite osobi da je snažna niti se divite snazi jer to proizvodi dodatni pritisak
 - ❑ Nudite pomoć i blizinu kroz duže vrijeme jer oporavak dugo traje; uključite okolinu
-