

Udo Ber i Gabrijela Frik Ber

# Kako deca osećaju

Prevela s nemačkog  
Jelena Mijailović

    Laguna

Naslov originala

Udo Baer, Gabriele Frick-Baer  
WIE KINDER FÜHLEN

Copyright © 2008 Beltz Verlag, Weinheim und Basel  
Translation copyright © 2011 za srpsko izdanje, LAGUNA

# KAKO DECA OSEĆAJU



Kupovinom knjige sa FSC oznakom  
pomažete razvoj projekta odgovornog  
korišćenja šumskih resursa širom sveta.  
SW-COC-001767  
© 1996 Forest Stewardship Council A.C.

## Sadržaj

<b>1 Deca osećaju. A kako!?</b> . . . . .	<b>9</b>
Uvod . . . . .	9
<b>2 Kako deca osećaju.</b> . . . . .	<b>13</b>
Ljubav . . . . .	13
Krivica i osećanje odgovornosti . . . . .	16
Pripadnost i prijateljstvo. . . . .	20
Ponos. . . . .	23
Osećanje pravičnosti . . . . .	26
Biti važan . . . . .	29
Izdaja, nepoverenje i osećanje poštovanja . . . . .	30
Odbojnost i gađenje . . . . .	33
Osećati se opterećeno i opuštено. . . . .	35
Tuga . . . . .	38
Stid . . . . .	40
Bespomoćnost i spremnost da se prihvati pomoć . . . . .	44
Ljutnja, bes, gnev i inat . . . . .	47
Divljenje i uplašenost. . . . .	50

Interesovanje i radoznalost . . . . .	52
Oduševljenje i strast . . . . .	54
Čežnja . . . . .	55
Radost i sreća . . . . .	58
Saosećanje i osetljivost . . . . .	59
Usamljenost . . . . .	63
Zavist i ljubomora . . . . .	66
Praznina . . . . .	69
Strah . . . . .	71
Bezosećajnost . . . . .	77
Sigurnost . . . . .	79
Pogrešiti i osećati se ispravno . . . . .	81
<b>3 Kako deca uče da osećaju i šta o osećanjima kažu istraživanja mozga . . . .</b>	<b>85</b>
<b>4 Kako deca postaju zatvorena . . . . .</b>	<b>93</b>
<b>5 Šta možemo da naučimo od emotivne dece . . .</b>	<b>97</b>
<b>6 Pet teza: šta je potrebno emotivnoj deci . . . .</b>	<b>101</b>
<b>7 Pet teza: šta je potrebno odraslima u ophođenju prema deci. . . . .</b>	<b>107</b>
Literatura . . . . .	113
Izjave zahvalnosti . . . . .	117
O autorima . . . . .	115

## 1.

### Deca osećaju. A kako!?

#### Uvod

Deca osećaju. To je poznata činjenica, verovatno ćete reći. Roditeljima je, međutim, jedva razumljiva stručna literatura iz oblasti dečje psihologije. Mnogi od njih posvećuju veliku pažnju ponašanju dece, njihovim problemima, a iznad svega problemima koje ona prave vaspitačima. Da bi razumeli zašto deca menjaju ponašanje, oni se obraćaju za pomoć i dečjem psihologu. U javnosti se, smatramo, malo pažnje posvećuje dečjim osećanjima pre svega tome kako deca osećaju. Mi želimo da ispravimo ove propuste. To nam je posebno važno zato što u terapiji sa odraslima često slušamo kako su im u detinjstvu osećanja bila omalovažavana i koliko su zbog toga patili. Radeći sa decom saznajemo da njihove emocije ne nailaze ni na kakvu ili samo na neznatnu reakciju, pa razočarana često prestaju i da pokazuju osećanja.

Mnoga deca koja dolaze kod nas na terapiju uopšte i ne ispoljavaju emocije zato što ih odrasli s kojima žive ne razumeju. Kada su u pitanju naša deca, iz sećanja nam izranjaju slike u kojima nas ispoljavanja dečjih osećanja duboko pogađaju i utiču na naš zajednički život – to su situacije u kojima nismo dovoljno ili nismo uopšte razumeli njihova osećanja, situacije koje su nas potresale, činile bespomoćnim i u kojima, zbog sopstvenih osećanja, nismo obratili pažnju na dečja osećanja. A u skoro svakom detetu odvija se bogat i raznolik emotivni život, u koji mi odrasli imamo, nažalost, samo ograničen pristup.

Takva iskustva zaslužuju da se posvetimo baš dečjim osećanjima. Svet dečjih emocija pun je posebnosti, razlikuje se od sveta odraslih, iako nam se čini da su mnoga ispoljavanja dečjih osećanja slična našim i da su nam dobro poznata. Deca se razvijaju, svakoga dana uče, uče kako da osećaju i kako da na njima svojstven način izražavaju osećanja. Dakle, ona više nego odrasli napreduju u tom učenju, u vežbanju kako da osećaju i ispoljavaju osećanja, ali tu postoji jedna važna razlika: deca imaju manje prostora i manje mogućnosti za izbor od odraslih.

Deca ne mogu da promene mesto stanovanja ili da izaberu osobe s kojima će živeti. Ako se plaše roditelja, ne mogu da ga „trampe“. Odrasli, načelno, mogu da napuste partnera i potraže novog. Deca to ne mogu.

Želimo da pokažemo kako deca osećaju. Zato smo izabrali dvadeset šest osećanja, niz različitih osećanja koja želimo da posmatramo. To može da bude korisno.

Želimo da vas podstaknemo da vi, čitateljke i čitaoci, na osnovu sopstvenih iskustava, to bolje razumete.

U narednim poglavljima protumačićemo određene odnose i ono što stoji iza njih. Sledi poglavlje o tome kako deca uče da osećaju. Predstavićemo rezultate savremenog istraživanja mozga s obzirom na značaj osećanja za razvoj dece. Različitim vrstama osećanja, pre svega tome kako deca postaju zatvorena, posvetićemo jedno od narednih poglavlja. Zatim sledi poglavlje o tome šta mi odrasli možemo da naučimo od emotivne dece.

U zaključku ćemo, u prvih pet teza, izložiti šta je potrebno osećajnoj deci, a u narednih pet kako da se odrasli odnose prema dečjim osećanjima.

To su sažete teze, nastale iz iskustva nas kao roditelja, pedagoga i terapeuta. Ovde ne izlažemo sve, već ono što nam se čini da je najvažnije. Nadamo se da će vam ova knjiga pomoći da razumete dečja osećanja. Želimo da se dečje emocije ozbiljno shvate i trudimo se da vašu i našu pažnju usmerimo na značaj dečjeg emotivnog sveta.

Osim toga, oslanjamo se na iskustva različite vrste, pre svega na iskustva sa sopstvenom decom i na ona koja smo stekli u terapijskom radu sa decom i mladima. Važna su nam i iskustva odraslih, s kojima sarađujemo na terapijama i seminarima, koji nam pričaju o osećanjima iz svog detinjstva. Naposljetku, zato su svi odrasli „eksperti“ za dečja osećanja – ili bi, u najmanju ruku, to moglo da znači: mi odrasli prošli smo kroz detinjstvo, svi imamo iskustva kako smo se kao deca

osećali, šta nam je bilo potrebno da osećamo, a šta nije. Nažalost, ta iskustva su često potisnuta i negde sklonjena. Kada na seminarima ili u terapijskim procesima takva iskustva ponovo ožive ili ih ovoga puta pravilno posmatramo, ona mogu da budu pravi izvor mudrosti i razumevanja osećanja dece i mladih.

Mi ne znamo s kakvim ćete interesovanjem vi čitati ovu knjigu. Možda ćete biti zainteresovani kao roditelj koji želi da sazna više o osećanjima svoje dece i da se bolje prema njima ophodi, možda ćete biti zainteresovani kao terapeut koji će u ovome naći podstrek za profesionalni rad. U oba slučaja, prilikom čitanja nailazićete na situacije u vezi sa decom koje će vas sigurno podsetiti na neki doživljaj iz vašeg detinjstva. Sva ta iskustva zaslužuju ozbiljno razmatranje.

## 2.

### Kako deca osećaju

#### Ljubav

Deca vole. U svakom uzrastu. Ako se malo udubimo u to osećanje i otvorimo mu se, shvatićemo da je dečja ljubav čista i senzibilna. Ljubav jednog odojčeta je očigledna: iskren i jasan pogled prema majci koja ga doji, nemir kada voljena osoba odlazi, iskre radosti kada ga uzme i približi mu se. Deca su u potpunosti privržena osobi koju vole i kojoj veruju. Takvu privrženost retko možemo da uočimo kod odraslih.

Kada deca porastu, ljubav često izražavaju poklonima ili, tačnije rečeno, biranjem poklona. Tada se braća i sestre došaptavaju i štede, listaju kataloge i idu sami u kupovinu – i pokazuju majci električnu cediljku za pomorandže kao izraz duboke ljubavi. Majka se osmehuje reda radi, dve takve cediljke, već pokvarene, stoje u podrumu. Za nju je ovaj poklon još jedan sasvim nepotreban aparat za domaćinstvo. Međutim, ona sluti da se

iza toga krije nešto mnogo značajnije, dobila je „tajni“ poklon, a ona zna koliko je taj poklon važan za decu. A važan je na poseban način – deca se raduju kada im majka iscedi pomorandže. Deca se čude majčinoj snazi i čak saosećaju s njom dok se napreže da okrene ručnu cediljku kako bi im udovoljila. Dakle, i deca žele njoj da udovolje, žele da joj olakšaju muke i time pokazuju ljubav. Poklon je važan i za majku, jer onaj njen osmeh reda radi sad postaje radostan i pun ljubavi.

U pubertetu ili nakon njega dečja ljubav prema roditeljima često nije nestala, čak i kada se desi da je tako prerusena da je možemo prepoznati samo uz pomoć durbina ili lupe. Naravno, ljubav se preusmerava prvenstveno ka prijateljima i prijateljicama. Međutim, ljubav prema roditeljima je tu kada deca pričaju o njima. Ona govore o njima ono što više ne mogu direktno da im kažu, zato što bi to bilo „detinjasto“. Mladi vole i cene roditelje, ali ta ljubav je sada drugačija, sramežljiva, skrivena.

Deca vole. Strasno. U obdaništu se često sklapaju prijateljstva koja prevazilaze doslovno shvatanje tog odnosa i zasnovana su na strasnoj ljubavi. Deca su prvo privrženica plišanima medama i omiljenim lutkama – detetu je teško kada je meda opran i ne miriše više kao ranije ili kada ga odrasli bace zato što je star i pocepan.

Strasnu ljubav deca kasnije osećaju prema učiteljici ili fudbalskom timu, Pokemon sličicama, stripovima ili određenim muzičkim grupama. Bilo da je čitava soba oblepljena slikama Anastasije, bilo da se voli konj ili morsko prase, ili fudbalske zvezde kao Ronaldo ili Deivid Bekam – sve to uvek priraste za srce. Posvećenost

je strasna i potpuna. To se kod dece često uoči, ali se, nažalost, ne ceni dovoljno. To je strasna ljubav, a ne hir ili samo zanesenost. Dečjoj ljubavi ne smemo da se podsmevamo.

Deca vole. Bezuslovno. Otac je jedanaestogodišnju Luciju izgrdio i udario – ona mu oprašta jer ga voli. Dečja ljubav je безусловna, večna i čvrsta. Ona se ne može potpuno uništiti grozotama, ignorisanjem, poniženjima, odbijanjem i naređenjem. Čak i kada odrasli besno i razočarano osuđuju ono što im je kao detetu jedan od roditelja uradio, čak i kada se čini da se ljubav očigledno pretvara u mržnju, ipak postoji ostatak dečje ljubavi – to mnogima može da izgleda čudno i neobično, ili se s takvim mišljenjem jednostavno ne slažu. Ta ljubav je deo dečjeg postojanja i nju treba prepoznati i ceniti. Ljubav je spontana i kao takva ona je važno osećanje u životu i za decu i za odrasle.

Deca vole. Nesebično. Odraslima povremeno mogu da izgledaju kao mala nezahvalna čudovišta koja gutaju ljubav i pažnju. Nekada se čini da deca izazivaju (roditeljsko) odbacivanje. Kada u svojoj ljubavi nisu odbacivana, prezirana i posramljena, spremna su uvek da, mnogo više nego na sopstvenu, paze na dobrobit majke, oca i svojih voljenih.

Dečja ljubav je nesebična, безусловna i veoma važna za njihov razvoj. Ona je (u najmanju ruku) duboko verna i zaslepljujuća. Deca, načelno, imaju sposobnost da se identifikuju s voljenim osobama, da ih razumeju, da ih podrže u svemu i da im opraštaju. U stanju su da predosete očekivanja voljenih osoba (i kada u tome manje ili više greše) i spremna su da ih ispune.