

www.vulkani.rs
office@vulkani.rs

Naziv originala:

Joanna Faber and Julie King

HOW TO TALK SO LITTLE KIDS WILL LISTEN

Copyright © 2017 by Joanna Faber and Julie King

Originally published by Scribner, a Division of SIMON &
SCHUSTER, Inc.

Translation Copyright © 2021 za srpsko izdanje Vulkan izdavaštvo

ISBN 978-86-10-03986-3



Ova knjiga štampana je na prirodnom recikliranom papiru od drveća koje raste u održivim šumama. Proces proizvodnje u potpunosti je u skladu sa svim važećim propisima Ministarstva životne sredine i prostornog planiranja Republike Srbije.

DŽOANA FEJBER I DŽULI KING



Vodič za život sa decom od druge do sedme godine

Prevela Branislava Maoduš

Ilustrovali Koko Fejber, Trejsi Fejber i Sem Fejber Maning

VULKAN
IZDAVAŠTVO

Beograd, 2021.

„Osoba je osoba, ma kako mala bila!“
– Slon Horton
(dr Sjus)

„Način na koji razgovaramo s decom
postaje njihov unutrašnji glas.“
– Pegi O’Mara

Predgovor

Adel Fejber

Prvi nagoveštaj strasti koja će podstaći stvaranje ove knjige javio mi se kada je na mene bio red da vozim autore u vrtić.

Smestila sam svoju kćerku Džoanu u automobil, skrenula za ugao da pokupim Džuli, a zatim prešla još dva bloka, pa pokupila Robija. Uskoro su sva tri deteta sedela vezana pojasevima na zadnjem sedištu i veselo ćaskala. Iznenada se raspoloženje promenilo i izbila je žučna rasprava:

ROBI: Nije imao razloga da plače! Nije bio povređen.

DŽULI: Možda su mu osećanja bila povređena.

ROBI: Pa šta! Osećanja nisu važna. Moraš imati razlog.

DŽOANA: Osećanja su važna. Ona su jednako važna kao i razlozi.

ROBI: Ne, nisu! Moraš imati dobar razlog.

Slušala sam i divila se ovim malim ljudima. Nije bilo teško dokučiti odakle svakome od njih stav koji su pokazali. Robijeva majka bila je ozbiljna, trezvena žena. Džulina majka bila je učiteljica klavira i volela je da razgovara sa mnom o otkrićima do kojih sam došla na radionicama o roditeljstvu sa čuvenim dečjim psihologom doktorom Haimom Džinotom. Uvek je bilo mnogo toga o čemu je trebalo da se razmisli i što je trebalo probati sa svojom decom.

Ponekad su delovi naših rasprava dospevali u knjigu koju smo Elejn Mazliš i ja odlučile da napišemo. Obe smo iskusile velike promene u životu

i bile svedok mnogih transformacija u životima drugih u našoj grupi, pa se činilo pogrešnim da ne podelimo svoje putovanje sa što je moguće više roditelja. Najbolje od svega bilo je što smo imale blagoslov doktora Džinota. Pročitao je naše prve verzije i ponudio nam uredničku podršku.

Dvadeset pet godina kasnije objavile smo našu prvu knjigu: *Liberated Parents, Liberated Children: Your Guide to a Happier Family**. Knjiga je osvojila nagradu *Kristofer* za „književno postignuće koje afirmiše najviše vrednosti ljudskog duha“. Uslediće još sedam knjiga. Knjige *Kako da pričate da bi vas deca slušala – slušajte da bi vam deca pričala* i *Odgajati decu bez rivalstva* postaće bestseleri prevedeni na više od trideset jezika.

Devojčice koje sam vozila u vrtić su odrasle, potom se udale, i svaka ima po troje dece. Obe su živele u inostranstvu i proučavale različite oblasti. I dalje moram da se nasmešim kada se setim kako mi je Džuli pričala o razgovoru koji je vodila prilikom prvog stažiranja kada je radila kao pravni službenik u Agenciji za pravnu pomoć. Iznosila je slučaj parnice koja je, činilo se, bila utemeljena na nesporazumu.

„Možemo li da ih dovedemo da razgovaraju? Sigurna sam da će se razumeti ako uspeju da sagledaju tačku gledišta onog drugog.“

Šefa je njena naivnost iritirala. „Mi se time ne bavimo. Ne možeš da razgovaraš sa suprotnom stranom.“

I tada, rekla je Džuli, počela je da misli kako je promašila profesiju.

I moram da se nasmešim kada se setim žurnog telefonskog poziva od Džoane nakon jednog teškog dana sa decom sa posebnim potrebama u učionici.

„Neće da prestanu da se svađaju. Ovo je kaos. Ne mogu da radim! Šta da radim?“

Nisam ni ja znala. „Pa, znaš šta ja obično radim kada zapnem, ali...“

„Oh, misliš na rešavanje problema. Dobro, hvala. Čao!“ a zatim je prekinula vezu.

Narednog jutra se dala na posao, i Elejn i ja smo sa oduševljenjem uvrstile neverovatne rezultate njene nove taktike kada smo pisale knjigu *How to Talk So Kids Can Learn: At Home and In School***.

* *Oslobođeni roditelji, oslobođena deca: Vodič za srećniju porodicu.* (Prim. prev.)

** *Kako da pričate sa decom da bi bolje učila: kod kuće i u školi.* (Prim. prev.)

Kako da pričate da bi vas mala deca slušala

Najzad se svaka od njih našla u situaciji da reaguje na hitne potrebe za radionicama za roditeljstvo u svom delu sveta: Džoana na istočnoj obali, Džuli na zapadnoj. Nakon što su godinama pomagale roditeljima, od kojih su mnogi imali malu decu sa kojom su prolazili kroz brojne izazove, odlučile su da udruže snage i same napišu knjigu:

Kako da pričate da bi vas mala deca slušala
Vodič za život sa decom od druge do sedme godine

Elejn i ja očekujemo da ćete biti oduševljeni svim otkrićima na koja ćete naići na ovim stranama i da će vas ona prosvetliti.

Srećno čitanje!

Kako je sve počelo

Džuli

Moj dvogodišnji sin piškio je na tepih ispod krevca... *ponovo!* Šta da radim? Diplome iz javne politike i prava nisu mi bile od koristi. Iznenađila sam se koliko me je brzo jedna mala osoba koja je bila suviše mala da bi vozila – ili čak i vezala pertle – bacila na kolena.

Nisam planirala da obrazovanje roditelja pretvorim u karijeru. Mislila sam da ću se majčinstvom baviti sa strane dok budem razvijala karijeru. Ali kada su mi rekli da moje prvo dete ima značajne zastoje u razvoju,



Džuli i Džoana tokom ranije saradnje.

a zatim i drugo, shvatila sam da za mene roditeljstvo neće biti aktivnost „sa strane“. Shvatila sam da se sve više posvećujem beskrajnim pregledima sa medicinskim stručnjacima i fizioterapeutima i da se borim za prava dece sa neurorazvojnim razlikama.

Na moju veliku sreću, odrasla sam sa najboljom prijateljicom Džoanom, čija je mama, Adel Fejber, vodila radionicu o roditeljstvu sa velikim dečjim psihologom Haimom Džinotom. Njena mama i moja mama su takođe bliske prijateljice i svoje nove roditeljske strategije testirale su na nama. Nisam ni slutila da će me ove metode spasiti toliko godina kasnije, kada sam se suočila sa izazovima odgajanja tri deteta.

Kako da pričate da bi vas mala deca slušala

Kada je predsednik odbora za obrazovanje roditelja u predškolskoj ustanovi mog sina tražio nekoga ko bi organizovao događaj za roditelje, dobrovoljno sam se javila da vodim radionicu na osnovu Adeline knjige *Kako da pričate da bi vas mala deca slušala*. Moja prva osmonedeljna grupa bila je toliko uspešna da su me zamolili da nastavim da vodim grupu još osam meseci, pa još osam... i naposljetku smo se sastajali četiri i po godine! Putem preporuka su i drugi došli do mene i zamolili me da vodim radionice, što se pretvorilo u karijeru koju nikada nisam ni zamišljala.

U međuvremenu se nastavilo moje prijateljstvo sa Džoanom. Nas dve se na mnogo načina razlikujemo. Ona voli otvoren prostor i pse (videćete da se u knjizi često spominju psi), a ja volim da sedim za klavirom i sviram klasičnu muziku (zbog čega me Džoanine reference na pop muziku često razljute). A ipak oduvek imam osećaj da mogu sa njom da razgovaram o svemu, i ona me zaista sluša i razume. Premda sada živimo na različitim obalama, čitavu poslednju godinu zajedno smo pisale, a rezultat je ova knjiga.

Nadam se da će ove informacije i vama preobraziti život kao što su meni preobrazile, i nadam se da ćete se jednako mnogo smejeti čitajući je koliko smo se i mi smejale dok smo je pisale. Sa svoja tri deteta upoznaćete vas u petom poglavlju, gde možete više da pročitate o iskustvu roditeljstva i podučavanja dece koja nisu neurotipčna.

Kako je sve počelo

Džoana

Moram nešto da priznam. Odgajala me je majka koja je napisala najprodavaniju knjigu o roditeljstvu. Moja dva brata i ja odrasli smo u porodici u kojoj su majka i otac koristili jezik poštovanja prema idejama i osećanjima svoje dece. Čak su i naše najagresivnije sukobe okončavali rešavanjem problema pre nego kaznom.

Zato bi roditeljstvo za mene trebalo da bude prosto. Nemam opravdanja! A opet, nisam mislila da će mi biti potrebno. Pored toga što su me podigli praktično idealni roditelji, imala sam i mnogo sopstvenog iskustva. Mnogo sam čitala i proučavala razvoj dece i psihologiju. Imam diplomu za specijalno obrazovanje i deset godina iskustva rada sa decom kojoj je engleski maternji, i sa bilingvalnom decom iz Zapadnog Harlema jer sam radila kao učitelj u školskom sistemu Njujorka. Trebalo je da mi podizanje sopstvene dece bude nešto sasvim prirodno.

Sećam se kada sam odvela svoju prvu bebu u supermarket i pričala mu i pevušila milo o jabukama i bananama. Jedna žena se nagnula i velikodušno mi udělila savet: „Uživajte u njemu sada, pre nego što nauči da



Džoana i Džuli danas.

Kako da pričate da bi vas mala deca slušala

priča. “Kakva užasna žena! Nisam mogla da dočekam da mi moje milo dete rečima izrazi svoje misli.

Deset godina kasnije, ponovo sam se našla u prodavnici. Sada sam imala troje male dece i tog dana naročito su se lepo ponašali. Dvoje mlađih se vozilo u kolicima, a starije mi je pomagalo da odaberem proizvode. Jedan stariji čovek je zastao, pogledao ovu preslatku decu i rekao: „Tako ste dobri. Kladam se da vaša majka nikada ne viče na vas!“

Bio je to zlatan trenutak. Moje najstarije dete ga je pogledalo raširenih očiju i reklo: „Ne, ona stalno viče na nas... bez razloga!“

Šta se desilo? Ko su bila ova ne tako savršena stvorenja? I gde je bila ta idealna majka koja nikada nije „vikala bez razloga“, i to još „stalno!“

Ono što sam kao roditelj otkrila bilo je da postoji izvesna dvadesetčetvoročasovna neumoljivost u staranju o maloj deci zbog koje je teško zadržati bistru glavu. Premda sam mislila da će mi podizanje sopstvene dece doći prirodno, kada je u pitanju nošenje sa onim stalnim potrebama i osećanjima iz dana u dan, iz noći u noć, ne postoji lako ni savršeno. Ponekad je prosto preživljavanje dobar cilj.

Kao mlada majka svakako nisam smatrala da imam previše mudrosti vezane za podizanje dece koju bih mogla da delim sa drugima. Nisam se čak osećala ni naročito sposobnom. Zapravo, činilo mi se najboljim da ćutim o tome ko su mi roditelji. Držala sam se po strani i nisam spominjala drugim mamama u svom društvenom krugu da je moja majka poznati autor. Kada su moja deca plakala, pekmezila se ili se tukla, ja sam više volela da to rešavam ne razmišljajući o tome da li me neko sluša i misli: „Ha, *njena* majka je napisala knjigu o roditeljstvu?“

Ispostavilo se da je barem jedna osoba gledala i obraćala pažnju. „Džoana, imam knjigu koja bi ti se mnogo dopala. U tvom je stilu. Zaista me podseća na način na koji ti razgovaraš sa svojom decom. Zove se *Kako da pričate da bi vas deca slušala – slušajte da bi vam deca pričala.*“

U tom trenutku sam shvatila da nema smislila glumiti neupućenost. Priznala sam da je tu knjigu napisala moja majka. Ket je bila oduševljena. Doviknula je grupi majki: „Hej, društvo, Džoanina majka napisala je jednu sjajnu knjigu, a ona nam to nikada nije rekla!“

I tako sam provaljena, moj tajni identitet je otkriven.

Uskoro nakon toga, Keti mi je rekla da ima zadatak da organizuje niz predavanja za svoju crkvenu grupu i pitala me je da li bih mogla da govorim kako je bilo odrastati kao kćerka Adel Fejber. Kako se taj dan bližio, počela sam da se nadam da će crkvu zadesiti neka katastrofa. Ništa što bi nekoga povredilo, samo mala poplava ili možda dobro temperirani nestanak struje. Šta ću reći tim ljudima? Osećala sam se žalosno neadekvatno da predstavim sebe kao uzor dobrog roditeljstva. Nisam želela čak ni da mislim o tome!

Ali očekivali su da nešto kažem. Prognoza je bila dobra, nisu pretili ni uragani ni mećave. Postajala sam očajna. Najzad sam shvatila da ipak imam nešto da im ponudim. Keti je to primetila kada je prokomentarisala moj stil. Nisam savršen roditelj; često se sukobljavam sa svojom decom. Ali imam veštine koje nam pomažu da prebrodimo te poteškoće i koristimo ih svakog dana.

Održala sam govor u crkvi. Kasnije su parohijani želeli da oforme grupu za roditelje. I ja sam se našla u ulozi voditelja radionica za roditelje, i predavača u još nekoliko navrata, i naposljetku sam putovala širom zemlje i držala predavanja roditeljima, nastavnicima, socijalnim radnicima i zdravstvenim radnicima i negovateljima.

Knjiga koju držite u ruci nastala je jer su mnogi roditelji tražili više primera i strategija koje bi mogli da upotrebe sa veoma malom decom: užasnim dvogodišnjacima, svirepim trogodišnjacima, grubim četvorogodišnjacima, smelim petogodišnjacima, samoživim šestogodišnjacima i ponekim polucivilizovanim sedmogodišnjakom. Ovaj rad predstavlja moje ponovno uranjanje u zdenac znanja sa kojim sam odrasla i dodatne uvide vezane za snalaženje roditelja u dvadeset prvom veku. Deo ovog procesa podrazumevao je saradnju sa Džuli King, mojom prijateljicom iz detinjstva, koja me je bodrila da predvodim kada sam imala utisak da i sama tek



Kako da pričate da bi vas mala deca slušala

pronalazim put. Rad koji sledi sadrži uvide koje smo Džuli i ja, i svi roditelji i učitelji koji su nam verovali i delili svoje priče sa nama, stekli iz veoma ličnog iskustva.

Predstavljamo vam ga u dva dela. Prvi deo navodi osnovnu opremu za koju će vam biti drago što je imate u kutiji za alat kada vaša deca po-divljaju. Drugi deo bavi se specifičnim izazovima koji su, prema našem iskustvu, najuobičajeniji u ranom detinjstvu – jedi, obuci se, izlazi na-polje, prestani da udaraš, spavaj! – i pokazuje kako su roditelji u našim grupama koristili ove alate na različite kreativne i neobične načine. Na-damo se da će ova knjiga za vas predstavljati duboki zdenac osvežavajućih ideja koje možete da zahvatite i upotrebite kada osetite da ste presušili!

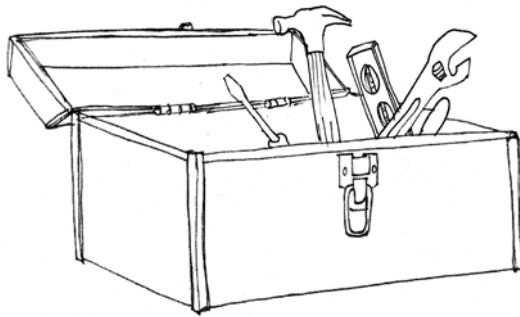
Beleška autora

Borile smo se sa pitanjem čiji glas da koristimo kao glas naratora. Brzo je postalo jasno da pisati „Ja, Džoana...“ i „Ja, Džuli...“ neće ići. Pokušale smo da stvorimo lik koji će biti složen iz naših ličnosti sa decom koja će biti složena od naše dese, ali to nam se nije činilo autentično. Želele smo da upotrebimo prave priče iz naših porodica. Kao što ćete videti, saradivale smo na čitavoj knjizi, ali smo rešile da koristimo svaka svoj glas. Videćete ime Džoana ili Džuli ispod svakog naziva poglavlja kako biste znali ko priča taj odeljak.

Sve priče koje pričaju likovi u našoj knjizi stvarno su se desile. Imena i druge lične pojedinosti su izmenjeni, ali svi slučajevi prikazuju pravu živu decu i prave žive roditelje i profesionalce koji su zaista te stvari rekli i uradili.

DEO PRVI

OSNOVNI ALAT



Prvo poglavlje

Alati za izlazak na kraj sa emocijama...

Zašto se oko osećanja podiže tolika frka?

Kada se deca ne osećaju dobro, njihovo ponašanje ne može biti dobro

Džoana

Većina roditelja na mojim radionicama prilično je nestrpljiva kada je u pitanju prva tema: pomaganje deci da se nose sa teškim osećanjima. Oni bi odmah da pređu na narednu sesiju: kako da navedete decu da rade ono što im kažete da rade! Nije da ne marimo za osećanja naše dece. Ona prosto nisu prioritet istrošenom roditelju. Budimo iskreni, kada bi oni radili ono što im se kaže, sve bi teklo glatko i mi bismo se osećali sjajno!

Problem je što ne postoji dobra prečica do deteta spremnog na saradnju. Možete pokušati, ali najverovatnije ćete završiti do guše zaglubljeni u močvari konflikata.

Setite se samo svih onih trenutaka kada vam je bilo drago što vas ne snimaju za rijaliti. Trenutaka kada toliko urlate na dete da vas grlo boli; upravo ste mu rekli po stoti put da ne gura sestru u blizini šporeta ili da ne vuče starog psa za uši – „UGRIŠĆE TE! I ti ćeš to ZA-SLUŽITI!“ – a vaše dete ostaje potpuno nesvesno.



Pretpostavljam da su to bili trenuci kada ste bili umorni, pod stresom ili uznemireni zbog nečeg drugog. Da se isti događaj desio kada ste bili vrediji, vi biste se pod ovakvim pritiskom držali dostojanstveno. Možda biste podigli čerku i brzo je poljubili, ili biste zagrlili napaćenog psa i počeskali ga ispod brade, a svog mladog divljaka uz kikot razumevanja preusmerili na nešto drugo.

O čemu se ovde radi? Radi se o tome da naše ponašanje ne može biti dobro ako se ne osećamo dobro. I ako se deca ne osećaju dobro, ona ne mogu tako ni da se ponašaju. Ako se najpre ne pobrinemo za njihova osećanja, mali su nam izgledi da ih podstaknemo na saradnju. Jedino što će nam preostati jeste naša sposobnost da upotrebimo veću silu. A pošto bismo sirovu snagu želeli da sačuvamo za hitne situacije, kao što je povlačenje deteta ispred automobila koji juri na njega, moramo se suočiti sa tim osećanjima. Zato, hajdemo!

Većini nas nije suviše teško da prihvati pozitivna osećanja naše dece. To je prilično lako. „O bože, Džimi ti je najbolji prijatelj na svetu? Voliš tatine palačinke? Raduješ se bebi? Kako je to lepo. Drago mi je što to čujem.“

Problem se javlja kada naša deca ispolje negativna osećanja.

„Molim? Ne voliš Džimija? Ali on ti je najbolji drug!“

„Nameravaš da ga tresneš u nos? Da se nisi *usudio!*“

„Kako je moguće da ti je muka od palačinki? Pa njih najviše voliš.“

„Želiš da vratimo bebu? To je jako ružno! Nemoj da sam više čula da si tako nešto rekao!“

Ne želimo da prihvatimo negativna osećanja jer su ona... pa... negativna. Ne želimo da im dajemo moć. Želimo da ih ispravimo, umanjimo ili, najbolje bi bilo, sasvim odstranimo. Intuicija nam kaže da što je brže i snažnije moguće potisnemo ta osećanja. Ali ovo je primer u kom nas intuicija navodi na pogrešan put.

Majka mi uvek kaže: „Ako nisi sigurna šta je ispravno, isprobaj to na sebi.“ Hajde da to uradimo. Razmotrite svoju reakciju na ovu situaciju.

Zamislite da se osećate loše čim ste se probudili. Niste se naspavali, i osećate da će vas glava zaboleti. Svrćate da popijete kafu pre odlaska na posao u predškolsku ustanovu i nalećete na kolegicu. Kažete joj: