

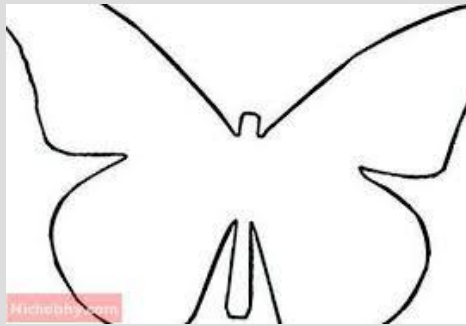
# Problemi usamljene djece, socijalno izolirane od vršnjaka u školi



Sonja Jarebica  
2021.

# Potreba za pripadanjem

belonging



- ✓ Ljudi – **socijalna bića.**
- ✓ **Socijalne veze** – preduvjet normalnog razvoja čovjeka.
- ✓ Za zdrav razvoj djeteta **potrebni su i dobri odnosi s vršnjacima.**
- ✓ **Igra i druženje** – priprema za kasnije socijalne odnose s drugima.
- ✓ **Kratkotrajni problemi**, svađe i neslaganja vršnjaka vrlo su **važan izvor iskustva za djecu.**

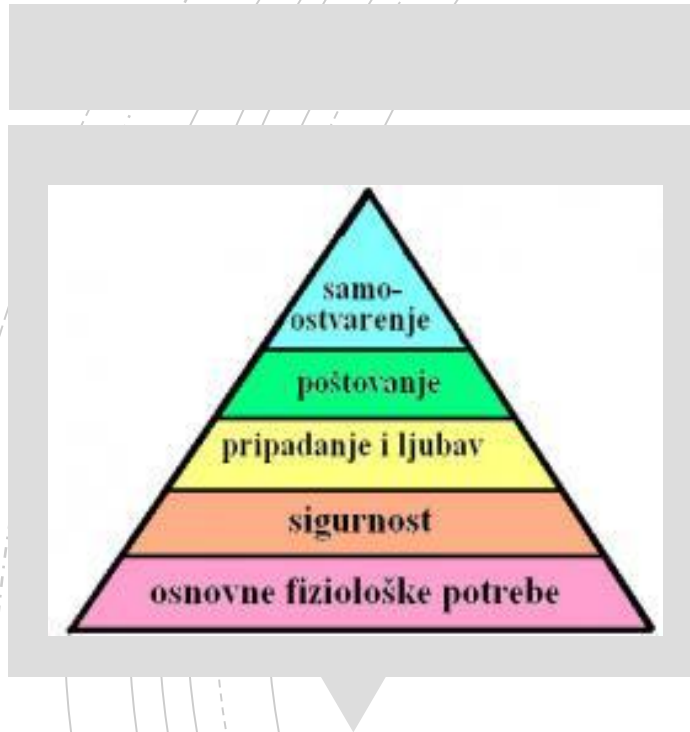
**Dugotrajnim** i učestalim problemima s vršnjacima **pod većim su rizikom** da u kasnijem životu imaju ili emocionalne poteškoće kao što su:

**depresija**

**anksioznost, psihoticizam i fobije**

**ili ponašajni problemi poput delikventnog ponašanja.**

# Potreba za pripadanjem



Američki psiholog Abraham **Maslow naglašava potrebu za pripadanjem i ljubavlju** kao jednu od osnovnih ljudskih potreba i motiva.

## Potreba:

- ✓ za druženjem
- ✓ za prijateljstvom
- ✓ za podrškom obitelji
- ✓ za bliskim odnosima
- ✓ za pripadanjem grupi.

Problemi u zadovoljavanju tih potreba u **osnovi su mnogih mentalnih bolesti**, npr. depresije.

# Odnosi s vršnjacima



**Od 2. do 5. godine života proširuju se odnosi s vršnjacima.**

**Prva prijateljstva počinju se razvijati nakon 3. godine.**

U tom odnosu djeca uče da je važno:

- ✓ **imati prijatelja i biti prijatelj**
- ✓ **kako rješavati probleme**
- ✓ **kako se staviti u položaj druge osobe**
- ✓ **o vrijednostima, moralnim prosudbama, spolnim ulogama, imitaciji odraslih.**

**Odnos s vršnjacima pomaže :**

- ✓ **u izgradnji slike o sebi kao poželjnoj osobi u društvu.**

# Uspostavljanje prijateljstva



- ✓ Dijete može **imati problema** pri uspostavljanju prijateljstva, to **ne znači da je usamljeno** pa nema potrebe za velikom zabrinutošću,
- ✓ Problemi sa sklapanjem prijateljstva mogu biti **put prema usamljenosti**.

# Usamljenost

**Od usamljenosti „pate” i mladi i stari, djeca, žene i muškarci, bogati, siromašni, zaposleni, nezaposleni, obrazovani/neobrazovani, lijepi i oni za koje okolina nikada ne bi rekla da su usamljeni jer su stalno okruženi velikim brojem ljudi.**

Danas je sve više ljudi koji se osjećaju usamljeno.

## **Usamljeni ljudi:**

- ✓ imaju slabiji imunitet
- ✓ imaju kardiološke probleme
- ✓ često pate od nesanice

i mnogih drugih psihičkih i fizičkih teškoća.

neslonelis

# Usamljenost



Usamljenost **ne znači biti sam, nego biti odvojen od društva**, koje je itekako potrebno za razvoj djeteta.

# Usamljenost

***Sadness***

**Stanje u kojem osoba osjeća da nije dovoljno bliska s drugim ljudima.**

**Neugodan osjećaj emocionalne praznine koji osobu čini:**

- ✓ nezadovoljnom
- ✓ uznemirenom
- ✓ tužnom.

**Ako traje dulje vrijeme, može ozbiljno umanjiti kvalitetu života.**



# Usamljenost



- ✓ Kada dijete to **primijeti** i kada ga to **počne smetati**, ono **osjeća unutarnju bol i frustriranost**.
- ✓ Osjeća kao da **nigdje ne pripada**, **nemoćno je, беспomoćno i usamljeno**.
- ✓ Posljedice takvog života za djecu očituju se u tome da **odrastaju u nesigurne osobe**, koje imaju osjećaj kao da **ne vrijede ništa i da nikome ništa ne znače**.

# Usamljenost



**Neugodan osjećaj** koji nastaje zbog djetetove procjene da nema zadovoljavajuće odnose s drugima.

**Ona se može podijeliti:**

- ✓ na socijalnu usamljenost
- ✓ na emocionalnu usamljenost.

# Socijalna i emocionalna usamljenost



- ✓ **Socijalna usamljenost** iskazuje se u djetetovim poteškoćama da se **priključi grupi djece** ili da održava zadovoljavajuće socijalne odnose s drugima.
- ✓ **Emocionalna usamljenost** odnosi se **na nedostatak dobrih prijatelja** i na djetetovu procjenu da **nije sposobno razviti blizak odnos**.

**Emocionalna usamljenost** obično je izvor **veće patnje**.

Svakom djetetu **nije važno da bude jako popularno**, no gotovo da nema djeteta kojem **nije važno imati prijatelja**.

Svakom djetetu **treba barem jedan (samo jedan) prijatelj**.

# Samoća/usamljenost

## Razlika između samoće i usamljenosti.

- ✓ Djeca koja puno vremena provode sama nisu nužno usamljena.
- ✓ **Nesocijabilna djeca** vole provoditi vrijeme u samoći baveći se, primjerice, svojim hobijima i interesima.
- ✓ **Takve situacije prepoznati i ne prisiljavati dijete na kontakte s drugima.**
- ✓ **Potrebo je pomoći takvom djetetu da stupi u kontakt s drugom djecom, da pronade u čemu je slično nekom drugom djetetu te da uspostavi i razvije odnose s vršnjacima koji dijele neki njegov interes.**



# Tužna djeca



- ✓ **Tužna djeca** također su često sama.
- ✓ **Slabo su motivirana i nedostaje im socijalnih vještina.**
- ✓ **Oni nemaju problem s vršnjacima iako se malo družu, što može utjecati na njihov društveni život.**
- ✓ **Razlog općenito tužnog ponašanja može biti opterećenost vanjskim problemima (obiteljski problemi...).**
- ✓ **Navedeno također treba prepoznati i pomoći u rješavanju problema jer takvo se dijete ne raduje, ne igra se, ne smije se i to ga onemogućava da se veseli stvarima kojima se raduju njegovi vršnjaci.**

# Aktivno odbačena djeca



- ✓ **Aktivno odbačena djeca** ona su djeca koja su se u početku družila s drugom djecom, no pritom je došlo do nekih problema (svađe, prepirke...) te su ona postala odbačena.
- ✓ U slučaju sukoba potrebno je istražiti razloge sukoba i pomoći u rješavanju.
- ✓ Dijete koje često ulazi u sukobe i svađe zasigurno traži pažnju, ali isto tako ne zna rješavati sukobe.
- ✓ Potrebno je pozitivno reagirati na njegove poželjne načine traženja pažnje, zamijeniti nepoželjna ponašanja poželjnim.
- ✓ Individualnim i grupnim radom poučiti ga dogovaranju, komunikaciji i objasniti mu na koji način ono samo utječe na svoje odnose te kako to može ispraviti.

# Aktivno odbačena djeca

a feeling of loneliness

belonging

- ✓ Aktivno odbačeno a da nije došlo do svađe ili sukoba s drugima, već zato što se jako razlikuje od djece iz razreda ili druge vršnjačke skupine.
- ✓ Potrebno je pomoći djetetu da potraži sličnosti između sebe i druge djece.
- ✓ Omogućiti mu da pronade neku drugu skupinu u koju će se vjerojatno bolje uklopiti.
- ✓ U situacijama kada nije najbolje prihvaćeno u jednoj skupini dijete može „nadoknaditi” prihvaćenošću u nekoj drugoj, njemu važnijoj skupini – primjerice u plesnoj, sportskoj ili dramskoj skupini.

# Pasivno izolirana djeca

**friendship**

- ✓ **Pasivno izolirana djeca** ona su djeca koja **nikad nisu stekla potrebne vještine** da bi se kvalitetno družila s drugom djecom.
- ✓ Ona **ne znaju kako se približiti drugoj djeci**, kako započeti i održati kontakt.
- ✓ Počinju **sebe doživljavati kao socijalno nespretne i nezanimljive**.
- ✓ **Skloni su mirenju sa svojim izoliranim položajem, što dovodi i do dugoročnih problema.**



# Rizični čimbenici za usamljenost



- ✓ **Psihofiziološki i neurološki činitelji** (dio **genetskog** nasljeđa – lak, težak i otežan temperament...).
- ✓ **Kognitivne poteškoće**, npr. niža inteligencija, slabija koncentracija i pozornost, slabije apstraktno rasuđivanje, slabije predviđanje i planiranje, lošije samoopažanje i samokontrola...
- ✓ **Djeca s posebnim potrebama** (učenici s teškoćama, daroviti...).
- ✓ **Obiteljski odnosi, utjecaji i prilike** (odbijanje roditelja, slabo roditeljsko uključivanje, kriminal i alkoholizam roditelja, rastava, razdvojenost obitelji, bolesti, smrt...).
- ✓ **Utjecaji** vršnjaka (njihovo prihvaćanje ili odbacivanje te sposobnost i potreba samog djeteta za socijalnim uključivanjem...).
- ✓ **Utjecaj škole** (negativna školska i razredna klima, izostanak emocionalne pedagogije, onemogućavanja ili neprepoznavanja djetetovih resursa za samoostvarenjem, odnos učenika i učitelja...).

# Mogući uzroci usamljenosti zbog emocionalnog zlostavljanja

Ove situacije uzrokuju **gubitak samopouzdanja i samopoštovanja kod djeteta, ono postaje povučeno i nervozno.**

- ✓ **Kada roditelji trajno propuštaju iskazivanje ljubavi i pažnje svojoj djeci** (prijetnje, izrugivanja, vika, ponižavanje, neprihvatanje djetetovih potreba za ljubavlju i brigom važnom za djetetov normalan psihički razvoj).
- ✓ **Kada odrasli manipuliraju dječjim osjećajima** radi rješavanja nekih vlastitih problema (npr. u slučajevima rastave braka).
- ✓ **Svjedočenje nasilju u obitelji** iako samo dijete nije izravno žrtva tog nasilja.

# Emocionalni poremećaji



**EKSTERNALIZIRANI POREMEĆAJI** – određeni ljutnjom, neprijateljstvom, agresijom, krađom i laganjem, a dijele se na dva glavna:

- ✓ poremećaj s prkošenjem i suprotstavljanjem
- ✓ poremećaj ponašanja.

**INTERNALIZIRANI POREMEĆAJI** – temelje se na emocijama tuge i tjeskobe, zajedno s tendencijom povlačenja, a javljaju se dvije glavne vrste:

- ✓ anksioznost – anksioznost zbog separacije i generalizirani anksiozni poremećaj
- ✓ depresija.

## Pasivne/internalizirane forme PUP-a

Ponašanja koja se pretjerano kontroliraju i usmjerena su prema sebi:



plašljivost

nisko samopouzdanje

lijenost

dosada

razmaženost

neurotske smetnje

povučenost

potištenost

plačljivost

sram

depresija

# Mentalni poremećaji

suffering

- ✓ Polovina mentalnih poremećaja u odrasloj dobi ima **početak u djetinjstvu ili adolescenciji.**
- ✓ Prema posljednjim istraživanjima, **Hrvatska prati svjetski trend u porastu broja djece i tinejdžera koji pate od različitih psihičkih tegoba** poput anksioznosti i depresije.
- ✓ Zabrinjavajući je podatak da je **suicid treći vodeći uzrok smrti među adolescentima.**

# Depresija



- ✓ **Depresija** je ozbiljan psihički poremećaj.
- ✓ **Oko 3-5 % djece** i adolescenata u anamnezi je imalo depresivnu epizodu.

## **Depresivno stanje kod djeteta/adolescenta utječe:**

- ✓ na rast i razvoj
- ✓ na uspjeh u školi
- ✓ na odnose unutar obitelji
- ✓ na odnose s vršnjacima.

# Depresivna djeca

emptiness

- ✓ izgledaju žalosno
- ✓ govore monotonim glasom
- ✓ usporeni su pokreta, usamljena
- ✓ razdražljiva
- ✓ socijalno se povlače
- ✓ teško se suočavaju s frustracijom
- ✓ imaju izljeve **bijesa**.

# Depresivna djeca

a crack in  
the heart

## **Biološki čimbenici:**

- ✓ **pojavnost depresije češća u nekim obiteljima**
- ✓ **pretpostavlja se da geni utječu na to da osoba reagira na stresne situacije depresivnim simptomima**
- ✓ **istraživanja su pokazala da se u mozgu oboljelih od depresije događaju konkretne promjene i to na razini aktivnosti određenih neurotransmitera – kemijskih tvari pomoću kojih moždane stanice komuniciraju.**



# Depresivna djeca

unhappy families

## Čimbenici ličnosti:

- ✓ **sklonost osobe negativnom kognitivnom stilu** koji rezultira beznađem i depresijom u situacijama neuspjeha, interpersonalnih gubitaka, odbacivanja.

## Okolinski čimbenici:

- ✓ štetna zbivanja u okolini kao što su zanemarivanje i zlostavljanje
- ✓ stresni životni događaji kao što su gubitak, rastava roditelja, obiteljska disfunkcionalnost (što podrazumijeva postojanje značajnih i učestalih konflikata između članova obitelji), obiteljsko nasilje, svjedočenje obiteljskom nasilju, kronične bolesti, ovisnost.

# Kako još možemo pomoći

**we can  
help**

Djeci koja nemaju razvijene socijalne vještine:

- ✓ potrebno je **omogućiti druženje** samo s jednim djetetom ili u posve malim grupama
- ✓ potrebno je **pomoći isplanirati i strukturirati** aktivnosti koje će raditi u **malim grupama.**

# Kako još možemo pomoći

**if I want  
to help**

- ✓ **Uvježbavajte s djetetom različite situacije u igri, razvoju socijalnih i emocionalnih vještina** (igre za razvoj suradnje, pripadanja i zajedništva).

# Kako još možemo pomoći

let's help  
them grow

**Omogućite djetetu da razvije što bolju sliku o sebi:**

- ✓ **da radi ono u čemu je dobro i u čemu uživa** (neka predstavi svoje hobije i interese, organizira izložbu, predstavu i sl.)
- ✓ **neće se osjećati povrijeđeno** u socijalnim kontaktima
- ✓ **samopouzdana dijete rjeđe će biti izloženo pritisku i nasilju vršnjaka**, a ismijavanje, vrijeđanje, provociranje i drugo razlozi su zbog kojih se djeca često osjećaju usamljeno.

# Kako još možemo pomoći



## Emocionalno opismenjavanje

- ✓ Potrudite se oko svog odnosa s djetetom.
- ✓ Pokažite interes za djetetov svakodnevni život.
- ✓ Upozorite roditelje na usamljenost djeteta.
- ✓ Istraživanja – usamljena djeca najčešće su ona koja imaju usamljene roditelje.



**Najvrednije što odrasli mogu dati djeci vjerojatno je sposobnost da cijene svoje osjećaje i vjeruju onome što osjećaju.**