



Šta sam sve naučio o bihevioralnim naukama kada sam postao tata

Članak prikazuje ličnu perspektivu direktora Bernard van Leer fondacije o primjeni bihevioralnih nauka u ranom djetinjstvu, uz osvrt na izazove roditeljstva i važnost podrške roditeljima kroz praktične, sistemske promjene.



Bernard van Leer fondacija

Rano djetinjstvo je važno 2022 (**Early Childhood Matters 2022**) jedinstven je doprinos odgovoru na pitanje „Kako primijeniti nauku o ponašanju u ranom djetinjstvu“.

Pokriva širok spektar tema:

- promoviranje čitanja djeci,

- podučavanje zdravstvenih radnika osnovnim vještinama,
- ulogu novih tehnologija u promjenama u ponašanju,
- važnost humora i iskrenog radovanja,
- preuređivanje javnih prostora u mjesta pogodna za roditelje te kako pojednostavnjivanje birokratije može olakšati život roditeljima.

Kao izvršnog direktora *Bernard van Leer fondacije*, organizacije koja ulaže u korištenje bihevioralnih nauka kako bi politike o ranom djetinjstvu bile učinkovitije, zamolili su me da podijelim svoja razmišljanja.

Da bih napisao iskren članak, morao sam početi razmišljanjem o svom iskustvu kao oca. *Zašto – usprkos tome što sam svoje radno vrijeme provodio uronjen u čitanje i istraživanju o najaktuelnijim naukama i razgovarajući s najboljim svjetskim stručnjacima za rano djetinjstvo – još uvijek nisam uspio u toliko prilika da budem roditelj kakav sam zamišljao da budem?*

Šta se dalje događalo?

- Odlagao sam pisanje članka mjesec dana, a prvu verziju sam poslao nekoliko sedmica nakon postavljenog roka. Pored posla i privatnih obaveza u ulozu staratelja, bilo je teško naći vremena za ovu vrstu razmišljanja. To sam sebi rekao, ali možda je postojao i drugi razlog...

Sa svim stečenim znanjem o razvoju djeteta isplanirao sam da budem partner iz snova tokom *Melanijine trudnoće*, ali u isto vrijeme to je bio jako stresan period na mom radnom mjestu. Bio sam fizički prisutan dok sam obavljao zadatke, ali moj um je stalno lutao. U kombinaciji s teškim prvim tromjesečjem, moj lutajući um izazvao je mnogo napetosti kod kuće. Obje naše perspektive o trudnoći brzo su se promijenile od idilične i romantične do borbene za nekom vrstom suživota. Moja uloga se promijenila od uzornog podržavajućeg partnera 21. vijeka do preokupiranog, defanzivnog supruga.

Nakon što je stigla naša kćerka *Mila*, prakticiranje svih pozitivnih roditeljskih ponašanja za koja sam znao da su važna također su se pokazala teškim. Naprimjer: napisao sam članak u kojem sugeriram firmama da trebaju praviti pelene s porukama kako bi podsjetile roditelje da razgovaraju sa svojim bebama. To vrijeme dok roditelj mijenja pelenu bio bi savršen trenutak da ih potakne da djetetu ispričaju neku priču. Međutim, svaki put kad bih završio s pelenama shvatao sam da sam potpuno zaboravio da razgovaram s Milom. Obično je krivac bila iscrpljenost. Niko nije mnogo spavao. Osjećao sam se kao zombi i mijenjao sam pelene poput zombija.

Drugi primjer:

-sa 3 godine, Mila se jako razboljela i provela je 10 dana u bolnici. Jedina stvar koja bi je održala mirnom bio je iPad. Danas, sa 8 godina, veoma je zdrava djevojčica, ali nikada nismo prekinuli tu naviku. Usprkos tome što smo svjesni svih mišljenja o ekranima iz Američke akademije za pedijatriju, i dalje joj dopuštamo da gleda više nego što bismo trebali na svakodnevnoj osnovi.

Zašto?

-U početku smo bili hronično umorni, trebala nam je pauza, a ovo je bio najlakši način da je dobijemo. Onda je došao Covid i postao je mehanizam za preživljavanje kako bismo mogli raditi od kuće. Sa svakom godinom, ponašanje je postajalo sve više ukorijenjeno i stoga ga je sve teže promijeniti.

Osim toga, tu je i tema strpljenja. Ako je postojala jedna karakteristika koja je odražavala umjetnost očinstva kada se prakticira u nekoj najboljoj verziji, mislio sam da je to strpljenje. Slušanje. Poštivanje djetetovog glasa. Kao edukatori, na početku naše karijere, Melanija i ja bili smo obučeni da ove principe provedemo u praksi. Kada smo postali roditelji, željeli smo da ih otjelotvorimo. Tome smo posvetili mnogo energije, ali to nas je i koštalo. Kada se roditeljstvo osjeća kao neprekidan pregovor s vašim djetetom, strpljenja ponestaje sve više i više. Posljedica je da sam izgubio živce u više prilika nego što želim da priznam.

Jedna od najčešćih grešaka u programima za rano djetinjstvo je pretpostavka da je problem znanje; da će se roditelji i staratelji ponašati drugačije ako znaju više. Ali, kao što sam pokušao da dočaram, znanje nije dovoljno.

Da bi bili efikasni, programi prvo moraju prepoznati da su roditelji i staratelji hronično zauzeti i umorni. Moraju biti dizajnirani s razumijevanjem ograničenja koja ovo postavlja na kognitivni prostor koji je potreban za učenje i prakticiranje novih ponašanja.

Drugo, programi treba da podstiču, ali ne da osuđuju. Pravi razlog zašto sam odugovlačio s pisanjem ovog članka je taj što u mojoj zajednici društvene norme vezane za roditeljstvo otežavaju priznavanje grešaka. Postoji veliki pritisak da se posao obavi savršeno i čvrsta uvjerenja o tome šta savršeno podrazumijeva. U drugim kulturama, norme će biti drugačije, ali princip ostaje isti. Programi moraju razumjeti društvene norme koje vode roditelje jer će one oblikovati šta je moguće, a šta nije.

Za roditelje i staratelje rano djetinjstvo je lijepo, ali i haotično, stresno i neuredno.

Svakodnevno neizbježno griješimo i skloni smo žestoko suditi sebi i drugima. Jednom kada prepoznamo ove realnosti, promjena ponašanja postaje lakša.

U nastavku možete preuzeti članak:

[LINK](#)

Collections

Autorski tekstovi