

Iva Maria Demarin Hrnkaš
Vesna Hodak
Jasmina Tepšić

BEBA U GRADU

Priručnik za roditelje i obitelji

Igre i aktivnosti za poticanje
razvoja bebe u prvoj godini života

Dubrovnik
2023.

KAZALO

<i>Recenzija</i>	7
Uvod ili riječ autorica	9
Tijekom prvog mjeseca.....	17
Tijekom drugog mjeseca	21
Tijekom trećeg mjeseca	25
Tijekom četvrtog mjeseca	29
Tijekom petog mjeseca	33
Tijekom šestog mjeseca	37
Tijekom sedmog mjeseca.....	41
Tijekom osmog mjeseca	47
Tijekom devetog mjeseca	51
Tijekom desetog mjeseca.....	55
Tijekom jedanaestog mjeseca	59
Tijekom dvanaestog mjeseca	65
<i>Literatura</i>	69
<i>Bilješka o autoricama</i>	71

RECENZIJA

Priručnik „Beba u gradu” prikazuje detaljno najvažnije faze motornog, psihičkog i socijalnog razvoja djeteta u prvoj godini života sa jednostavnim uputama kako poticati normalni razvoj djeteta. Posebno je lijepo naglašeno kako pažnja i ljubav roditelja potiču normalni razvoj djeteta.

Pohvala autoricama I. M. Demarin Hrkaš, V. Hodak, J. Tepšić. Entuzijazam mlađe generacije stručnjaka veseli.

Također pohvala udruzi „Dva skalina”, voditeljicama A. Kovačić i A. Šetka koje već više od dvadeset godina neumorno brinu o potrebama djece sa najvećim oštećenjima, a sada potiču edukaciju mladih roditelja.

Preporučujem svim mladim roditeljima da pročitaju ovaj priručnik kako bi dobili odgovore na brojna pitanja i dileme o pravilnom razvoju svoga djeteta.

Dr. Kate Rogulj





UVOD ILI RIJEČ AUTORICA

Dragi roditelji, skrbnici, svi bliži i dalji članovi obitelji,

ovaj priručnik namijenjen je svima vama koji provodite više ili manje vremena s bebama, a želite to vrijeme iskoristiti na najbolji mogući način, svima vama koji želite poticati svoju bebu u njenom razvoju dok kvalitetno i zabavno provodite što više vremena na otvorenom. U razdobljima između zadovoljavanja svakodnevnih potreba djeteta kao što su hranjenje, maženje i mijenjanje pelene, zasigurno se zapitate: “Što mogu sad raditi s bebom da je ugodno za mene i nju, a da joj koristi? Što moja beba u ovom razdoblju može ili bi trebala raditi, a da ju ja potičem u pravom smjeru?” Često je prisutna volja i želja za poticanjem bebe, no nedostaje ideja za istim.

Unutar svog doma imamo mnoštvo stvari za zabavljanje i poticanje bebina razvoja poput *baby gyma*, raznih interaktivnih podloga, igračaka, ljuljački i sličnog, dok izvan okruženja doma, u beba većinom provodi vrijeme pasivno ležeći i sjedeći kolicima. Vođeni tom idejom, s jedne strane kao majke, a s druge kao stručnjaci, osmislile smo aktivnosti koje svaki roditelj ili bilo koji drugi član obitelji može raditi s bebom, a da, pritom, bude siguran da radi dobro za svoje dijete. U moru literature o tome što se očekuje od djeteta u pojedinom razvojnom razdoblju,



često nailazimo na neprovjerene informacije koje vrlo lako navedu roditelje na neprikladne načine poticanja. To nam je bila dodatna motivacija za pisanje provjerenih, istraženih informacija o ukupnom djetetovom razvoju u tom ranom, najvažnijem razdoblju.

Primjeri aktivnosti podijeljeni su tako da prikazuju po jednu aktivnost za svaki mjesec u razdoblju od bebina rođenja do navršene godine dana. Vrlo su jednostavne i popraćene su fotografijom uz obrazloženje zašto je nešto dobro za bebu i što se očekuje od bebe urednog razvoja u određenom razdoblju. Svaka beba ima svoj razvojni put tako da će jedna beba neku sposobnost razviti nekoliko dana prije, a druga nekoliko dana kasnije, pa i u sljedećem mjesecu. Želimo naglasiti da je važno pratiti redoslijed usvajanja vještina bez preskakanja pojedinih faza i “požurivanja” djeteta u usvajanju naprednijih vještina od očekivanih za dob.

Potrudile smo se da priručnik bude napisan što jednostavnije bez mnogo stručnih naziva kako bismo ga približile široj populaciji. Nadamo se da smo u tome i uspjele. Smatramo da je važno znati što, kako i zašto raditi u pojedinom razvojnem razdoblju te vjerujemo da to mišljenje dijeli većina roditelja. Ove će aktivnosti i igre biti korisne svima koji žele uživati u ovom jedinstvenom razdoblju u životu koji jako brzo prođe. Želimo vam puno smijeha, uživanja, ljubavi i igre u vašem putovanju kroz ovo razdoblje i ako smo mi barem malim dijelom u tom pripomogli, naš je cilj ispunjen.



Možda će neki roditelji pri prvom listanju ovog Priručnika, vidjevši da su autorice defektologinja (edukacijski rehabilitator), logoped i fizioterapeutkinja pomisliti da ovo štivo nije za njihovu obitelj.

Postoji stereotip da edukacijski rehabilitator radi isključivo s djecom koja imaju teškoće u razvoju. Iz tog stereotipa se kod nekih roditelja javlja otpor prema suradnji s rehabilitatorom, (mnogi će reći: „Mom djetetu nije potreban defektolog jer ono nema oštećenje.“; „Ne treba mom djetetu defektolog jer moje dijete nije hendikepirano.“; ili „Moje dijete ima samo problem s govorom, ne priča, njemu ne treba defektolog“).

U današnjem suvremenom svijetu mlade obitelji susreću se s novim izazovima u kojima se i njihova djeca rađaju. Nekada su se djeca rađala u već organiziranim životnim prilikama, u velikim obiteljima, okružena bakama, djedovima, rodbinom, susjedima. Bebama su se bavile majke uz pomoć baka ili bake, uz pomoć djeda i sl. Oko bebe je bilo puno članova uže i šire obitelji i svi su najbolje od sebe davali novom članu obitelji. Osim majke, još netko je kuhao i spremao kašice i sokove, netko je brinuo o bebinoj odjeći. Članove obitelji veselilo je kad mogu bebi pjevati uspavanku ili ju ljuljati i pričati priče, iako ih beba ništa ne razumije. Djeca su, zabavljajući bebu, zabavljala sebe i uživala u tom stvaranju životnih događaja i uspomena. Bake su šetale bebe u kolicima, a mlađi su čekali dozvo-



lu da isto to urade ali pod budnim okom starijeg člana obitelji. Beba je bila centar oko koje se obitelj okupljala, povezivala, osnaživala, učila jedna druge kako postupati s bebom, što beba voli, što joj ne odgovara, kako se treba njegovati, paziti, učiti. I sve se to prenosilo „s koljena na koljeno“. I onda je prijenos tako važnih obiteljskih podataka prebačen sa živih ljudi i obitelji na virtualni svijet.

Okolnosti u kojima danas žive mlade obitelj i rađaju se djeca, nisu uvijek poticajna za razvoj djece. Objektivne okolnosti koje svi znamo, a ovdje ih samo ukratko spominjemo, su: život u novim i nepoznatim (možda čak i stranim) sredinama daleko od svoje i partnerove obitelji ili rodbine, duljina radnog vremena, stalne brige i usredotočenost na osiguravanje financija za funkcioniranje obitelji, nedovoljno podrške u cilju edukacija o poticanju razvoja djece, mnoštvo internet instant savjeta. Uz puno objektivnih okolnosti, nadovezuju se i umor roditelja od teških poslova kojima se bave (npr. kod nas u Gradu turistička sezona ima i drugu veoma zahtjevnu stranu za koju je potrebna požrtvovanost cijele obitelji), pogrešni stavovi o potrebi poticanja razvoja djece („Ja sam odrastao bez tih mudrovanja i što mi fali...“; „Ni moji se nisu sa mnom samo bavili pa što sad ja to moram posebno.“; „Djeca rastu k'o i sva druga djeca nema tu neke filozofije...“; „Sva sreća što ima tih TV programa za djecu pa se mogu zabaviti, ne moramo se još i time baviti kad dodemo umorni s posla.“), neiskustvo, neznanje uslijed različitih razloga.

Svjesne svih okolnosti u kojima se rađaju i rastu djeca, dosjetile smo se da je korisno pokazati kako se u našem



lijepom Gradu u običnim, svakodnevnim životnim situacijama može tako dobro i kvalitetno poticati razvoj djece.

Priručnik je napisan jednostavnim rječnikom, sve stručne informacije pretočene su u sasvim obične rečenice razumljive svim roditeljima. Zašto? Zato što se razvoj djece potiče u sasvim običnim, svakodnevnim životnim prilikama, korištenjem intuitivnog ponašanja, jednostavnim riječima materinskog jezika, s puno onih jednostavnih susreta roditelja i bebe ispunjenih s puno ljubavi koja zrači iz pogleda, dodira, riječi. Kad još k tome dodamo mirise mora, borova, smilja, mnoštvo toplih sunčanih dana, imamo najbolje prirodno senzorno mjesto za poticanje razvoja beba.

Priručnik nam daje tako jednostavne „recepte“ za poticanje razvoja djece. Sve je tu oko nas: Grad, priroda, beba. Ništa se ne mora ni kupiti, ni platiti. Sve je oko nas i sve je besplatno. Prema mišljenju Vučinić (2019): „Osnovno pravilo dobrog roditeljstva jest: volite svoje dijete i bavite se njime“.

Mi smo u Priručniku dale početne prijedloge kako se na bilo kom mjestu u Gradu roditelj može baviti bebom. Na roditeljima je da te prijedloge i „recepte“ probaju, „kušaju“ i stvaraju nove još bolje i korisnije. I prenose ih drugim roditeljima, usmejreno u „živom“ kontaktu. Ne u reelu, ni u komentaru na društvenim mrežama.

Pokušale smo biti pomoć vašim obiteljima. Zaboravite u ovoj prvoj godini života vaše bebe da postoje bilo kakvi



ekrani, a onda tu naviku poštujte obvezno prve tri godine bebina života. Rastite zajedno s vašom bebom: vi kao roditelji, a beba u mlado biće, budućeg čovjeka. Vučinić (2019) piše: „Vaš cilj nije stvoriti superdijete, nego zadovoljno dijete koje se pravilno psihofizički razvija“.

Baveći se bebom kroz razne aktivnosti primjerene dobi bebe, gledajući i razgovarajući s bebom, dok je negujemo, radimo kućne poslove, šetamo, sjedimo u kafiću, roditelj prati kako beba leži, okreće se, podiže ruke, gleda, sluša, okreće glavu, smije se, ustaje, hvata, baca i još toliko toga što se od bebe očekuje u prvoj godini. I u svakom tom trenutku roditelj će intuitivno osjetiti ili otkriti možda nešto što je nejasno u ponašanju i reakciji bebe. I onda neće čekati, neće guglati, nego će prvo otići liječniku, opisati sve što je primijećeno i dobiti odgovore ili upute za daljnje postupanje. Roditelj će tada biti aktivan i zahtijevan, sve dok ne dobije potrebne odgovore, podršku, pomoć.

Ako se posumnja u teškoće razvoja djeteta, obitelj se nađe u stresnoj životnoj situaciji, gdje su roditelji zbunjeni, uplašeni i ne znaju gdje bi i što bi. Htjeli bi, što je prirodno, sve što se može da bi se pomoglo djetetu. Zahvaljujući ovom priručniku, znat će imenovati i opisati to što se ne prepoznaje u senzomotoričkom razvoju tijekom prve godine bebina života, znat će kad se to dogodilo prvi put, znat će opisati ponašanja i situacije koje roditelje zbunjuju ili zabrinjavaju. Onda bi mi stručnjaci (rehabilitatori, logopedi, fizioterapeuti i ostali) krenuli s terapijama vrlo rano i vrlo intenzivno.



Mi smo pisale Priručnik budućim roditeljima našeg Grada , ali jednako tako znamo da svaka majka gdje god da rodi svoju bebu, ima svoj grad koji je najljepši na svijetu i u njemu najljepšu ulicu, park, rijeku. I sve ovo što smo napisale može biti na nekom drugom mjestu, jer ljubav ne zna za granice.

