



Smernice za dodatne video susrete sa porodicama novorođenčadi



uz podršku The LEGO Foundation

Smernice za dodatne video susrete sa porodicama novorođenčadi

Uz maksimalno poštovanje mera koje osiguravaju bezbednost za vas i porodicu, uvek obidite porodice novorođenčadi. Video susrete koristite sa njima kao dodatni vid podrške. Budite spremni na to da će najvećem broju porodica u ovoj životnoj fazi, a u situaciji epidemije, biti potrebna dodatna podrška.

Oslušnite raspoloženje, brige i pratite način prilagođavanja porodica i na osnovu toga odlučite da li ćete ih pozivati na dodatne video susrete, da li ćete im između poseta slati poručice ohrabrenja i podsticaja, ili kombinovati oba. Naravno, sa porodicama koje su u riziku za neprihvatanje deteta ili ugrožavanje bezbednosti deteta - planirajte redovne dodatne posete.

Šta je važno da imate na umu o porodicama novorođenčadi?

U vremenu neposredno nakon povratka majke i bebe iz porodilišta postavljaju se teme lji kvalitetnog staranja o detetu, prihvatanja deteta i roditeljske uloge, formiranja mreže podrške i saveza među roditeljima koji osigurava uključenost i oca i majke (odnosno oba staratelja). Kada radite sa ovim porodicama imajte na umu da u momentu kada ih susrećete oni rešavaju sledeće zadatke:

- Uspostavlja se odnos majka - dete. Ovaj proces se oslanja na spremnost majke da prihvati svoju novu ulogu i da joj da primat u odnosu na druge (briga o domaćinstvu, bračna uloga, profesionalna, uloga prijatelja, uloge u primarnoj porodici i slično).
- Vreme koje majka i beba provode zajedno osnov je učenja interakcije sa bebom i upoznavanja bebe - njenog temperamenta, načina komunikacije, prilagođavanja i uspostavljanja rutina. Istovremeno - ovo vreme je prepuno zahteva za novim oblicima interakcije koje majka uči a koje su vezane za dojenje, negu novorođenčeta, brigu o zdravlju, napredovanju i bezbednosti novorođenčeta, nošenje i promene položaja novorođenčeta, oblačenje novorođenčeta, razgovor i podsticaj razvoju novorođenčeta.
- Sve ove veštine, majka treba da integriše u svakodnevnu rutinu. Drugi osnov formiranja ovog odnosa je mentalno zdravlje majke - način na koji majka upravlja svojim emocijama, prilagođava se, nalazi vreme za odmor, predah, aktivnosti i kontakte koji je opuštaju i slično.
- Uspostavlja se odnos otac - dete. Za kvalitetan odnos oca i deteta suštinski

važne su iste stvari kao i kod majke - prihvatanje nove uloge, prihvatanje osobnosti deteta, veština i potreba deteta koje dolaze sa uzrastom, vreme i učenje brige, nege i podsticaja razvoju detetu, mentalno zdravlje oca i spremnost da novu ulogu stavi kao primarnu u odnosu na druge. Imajte na umu, međutim, da je ovaj odnos „ranjiviji“ od odnosa majka - dete i to iz nekoliko razloga. Pre svega, majka je provela sa detetom neko vreme u porodilištu i „u prednosti je“- imala je više kontakta i prilika da uči i upozna bebu. To ne znači da je majka spretnija, već znači da je uspostavljena neravnoteža između roditelja u iskustvu koje imaju sa bebom i sobom kao roditeljem.

- Otac i razdvojenost i roditeljstvo - preuzimanje zadataka brige o detetu - doživljava stoga različito, ne manje kompetentno, ali nikako na isti način. Zato je veoma važan način na koji se u porodicama podržava razvoj uloge oca i razvoj odnosa između roditelja kao jednakih u brizi o detetu i porodici.
- Uspostavljaju se nove rutine u porodici. Drugačija organizacija vremena - brige o domaćinstvu, kontaktima, prioritet potreba bebe uz veštine staranja o njoj



koje se tek razvijaju, čine osnov nove dinamike u porodici. Ovaj aspekt porodične organizacije može biti veoma stresan i zahtevan.

- Uspostavlja se roditeljski savez. Ovaj specifičan odnos između majke i oca tiče se isključivo zajedničke brige o detetu i porodici. Iako se odvija među istim ljudima, on bi trebalo da bude odvojen od bračnog odnosa i, ako je dobro uspostavljen, on osigurava i da kvalitet partnerskih odnosa u ovom zahtevnom periodu bude bolji. Doživljaj kvaliteta braka nužno opada sa rođenjem deteta i tu promenu oba partnera doživljavaju veoma zahtevnom. Istovremeno, sa tako narušenim doživljajem intimnosti, bliskosti, uobičajene komunikacije među njima, od njih se traži da razviju odnos koji za cilj ima podršku razvoju odnosa oba roditelja sa detetom, jednako uključivanje oba roditelja, razvoj vaspitnih ideja u porodici, upravljanje brigom o domaćinstvu i ulogama koje članovi porodice imaju unutar i van doma.
- Uspostavljaju se nove uloge van porodice i od roditelja se traži da nađu način

da svima dozvole da uče da budu to što jesu u odnosu sa detetom (baba, deda, tetka, ujak, stric, ujna, strina, sestra, brat), a da istovremeno izdvoje vreme za svoj odnos sa bebom, za upoznavanje beba. Iako se roditeljima ponekad čini korisnim da veliki broj rođaka i prijatelja bude tu (pomažu oko domaćinstva, dele brigu o bebi dajući roditeljima vreme za sebe, doprinose socijalnom životu i dinamici koja je opuštenija, daju savete oko brige o bebi čineći naizgled izvesnijim zadatke roditeljstva), realnost razvoja je takva da će odnos koji beba formira sa svima njiima imati temelj u kvalitetu odnosa bebe sa roditeljima (odnosno primarnim starateljima).

- Uspostavlja se mreža podrške. Porodici će, u svim ovim novim izazovima i zahtevima za prilagođavanjem, biti potrebna različita podrška. Ponekad se radi samo o emotivnoj bliskosti i pažnji koja je posvećena raspoloženju, ponekad se radi o savetu za brigu o detetu, a ponekad o aktivnom učešću i preuzimanju dela brige o domaćinstvu i detetu.
- Porodicama se nekad čini da je korisno da neko od rodbine preuzme deo rutina sta-

ranja o detetu. Međutim, realnost razvoja je drugačija - od prvog dana bebinog života ona se zaista oslanja na roditelja i uspostavlja odnos sa njima. Isto tako - odnos roditelja sa detetom i veštine roditeljstva se grade od prvog dana bebinog života. Prepuštanje rutina staranja o detetu, znači propuštanje prilika za razvoj tog odnosa. Stoga, daleko bolje efekte ima uključivanje mreže podrške u brigu o domaćinstvu - nabavka, kuvanje, higijena domaćinstva i slično. Još jedan aspekt podrške je veoma važan: formalna podrška od strane zdravstvenog sistema koja je prisutna od trudnoće, a svakako nakon rođenja deteta. Iako profesionalcima izgleda kao normalno i nezahtevno da se ovakva podrška prihvati i ono što ona nudi integriše u brigu o detetu - iz perspektive porodice je ovo još jedan zahtev za prilagođavanjem i traži od porodice da: prihvati i razvije odnos sa profesionalcima, nađe način da uči od profesionalca (izdvoji vreme, nađe motivaciju, prevaziđe stres i nelagodu), dozvoli profesionalcu da unosi svoje ideje o staranju o detetu i nađe način da komunicira svoje vaspitne ideje, „otvori“ svoju porodicu ka profesionalcima i izloži sve što rade njihovoj proceni i sudu o kvalitetu.

- Svi ovi zadaci zovu se razvojnim. To znači da ih doživljavaju sve porodice u ovoj fazi života i da je većina porodica vešta da ih reši. Ipak, kada radimo sa porodicama, važno je da imamo na umu sve šta se u njima događa i sve zahteve pred kojim porodica mora da traži i nađe resurse da bi se prilagodila i adekvatno funkcionisala.

Svi ovi zadaci se dešavaju i u hraniteljskim porodicama, jednoroditeljskim porodicama, usvojiteljskim porodicama, porodicama hronično bolesnih ili roditelja sa teškoćama u mentalnom zdravlju i drugim porodicama. Dakle, i u onim porodicama koje su pred dodatnim izazovima i izvorima stresa.

Kako kontekst epidemije menja prilagođavanje u ovoj fazi života porodice?

Produženo stanje uznemirenosti, intenzivna zabrinutost, izolacija i nemogućnost održavanja uobičajenih rutina i kontakata sa mrežom podrške pre rođenja deteta, kao i isti kontekst nakon rođenja deteta, značajno mogu podići nivo stresa u porodici. Porodica svoje resurse za prilagođavanje „troši“ i na samu situaciju izolacije, ali i na dodatnu anksioznost oko održavanja bezbednosti, pogotovu u kontekstu brige o zdravlju i napredo-

vanju novog člana porodice. Dodatno, neki resursi na koje bi porodica inače računala (posete, šetnje, druženja, mreža podrške, hobiji), sada nisu dostupni.

Zbog svega ovog, efekti stresa mogu da budu vidljivi u individualnom funkcionisanju roditelja i to u emotivnim reakcijama (loše raspoloženje, razdražljivost, tuga, ljutnja, beznađe, povlačenje), ali i u somatskim reakcijama (loš san, promene u apetitu, glavobolje i slične promene, pad imuniteta). Jednako tako, efekti stresa mogu da budu vidljivi i u relacijama među članovima porodice - između oca i majke, ka široj porodici, ali i ka bebi. Efekti stresa u odnosu sa bebom mogu se manifestovati u vidu poteškoća u prihvatanju bebe i njenih potreba, prihvatanju uloge roditelja, spremnosti na staranje o bebi i slično.

Podsetnik za sadržaj video susreta

Na dodatnim video susretima sa porodicama novorođenčadi svakako uradite sledeće:

Procenite:

- opšte stanje deteta i majke
- dojenje
- sigurnost i bezbednost okruženja
- imunizaciju
- promene u raspoloženju i mentalno zdravlje roditelja
- stanje pupčanog patrljka i pupčane jame

Podržite roditelje u:

- veštinama rutinske nege
- uspostavljanju dinamike nege, hranjenja i komunikacije sa bebom
- uspostavljanju mreže podrške

Pratite:

- napredovanje u prihvatanju bebe i uloge oca i majke
- uključivanje oba roditelja u negu i brigu o bebi
- napredak u povezivanju sa bebom, ostvarivanju kontakta sa njom

► **Smernice za dodatne video susrete sa porodicama novorođenčadi**