

3. Evaluacija programa „Rastimo zajedno i mi“: Kako smo i koliko zajedno narasli?

3.1. Evaluacija kratkoročnih ishoda prve i druge pilot-provedbe Programa

N. Pećnik, K. Modić Stanke i K. Bušljeta

Evaluacija djelotvornosti programa u postizanju njegovih ciljeva jedan je od kriterija za vrednovanje kvalitete programa podrške roditeljstvu (Oates, 2010.) i odražava sve izraženiji zahtjev različitih dionika da psihosocijalne intervencije budu utemeljene na dokazima. Znanje o ishodima intervencija, pa tako i ovog Programa, treba biti dostupno (potencijalnim) korisnicima, pružateljima usluga i donositeljima politika. Istraživanjem ishoda sudjelovanja u programu „Rastimo zajedno i mi“ nastojali smo ispuniti profesionalnu odgovornost stručnjaka koji rade s roditeljima i djecom za evaluiranje učinaka svog rada, u skladu sa Smjernicama za stručnjake Preporuke (2006.) 19 Vijeća Europe o politici podrške pozitivnom roditeljstvu.

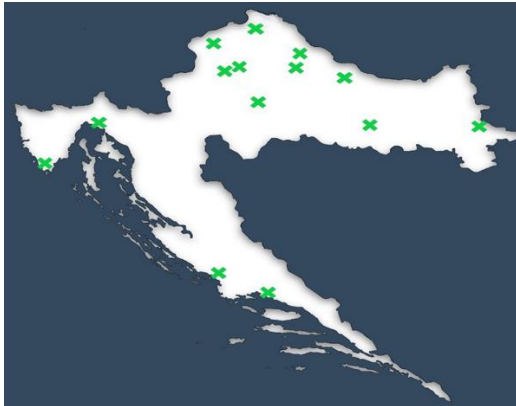
Ovdje ćemo prikazati rezultate evaluacije učinaka Programa tijekom dva ciklusa njegove pokusne/ pilot-provedbe. Rezultati su dviju studija koje je Centar „Rastimo zajedno“ proveo u okviru razvoja programa i stvaranja njegove empirijske podloge, u suradnji s provoditeljima programa i vanjskim suradnicima sa Studijskog centra socijalnog rada u Zagrebu.

Ciljevi, očekivani ishodi, sadržaj i proces provedbe Programa opisani su u drugim dijelovima priručnika. O ostvarenim ishodima programa zaključivali smo temeljem kvantitativnih i kvalitativnih podataka prikupljenih od roditelja – sudionika i voditelja radionica. Evaluacija je provedena po modelu „prije-poslije intervencije“ u kojem su uspoređeni rezultati sudionika Programa na odabranim varijablama na početku i na kraju ciklusa radionica. Uvid u postignute promjene uslijed sudjelovanja u programu proširili smo i temeljem kvalitativnih podataka (izjava roditelja i voditelja) prikupljenih tijekom i na kraju provedbe programa.

Evaluacija učinaka prve pilot-provedbe programa „Rastimo zajedno i mi“

U prvu pokusnu provedbu programa uključilo se 14 voditeljskih timova iz 11 obiteljskih centara, 1 dječji dom, 1 dječji vrtić te jedna udruga u 13 gradova (Vukovar, Požega, Sisak,

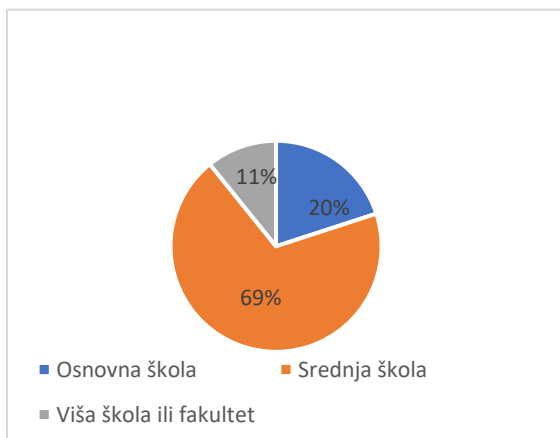
Virovitica/ Pitomača, Bjelovar, Zrinski Topolovac, Krapina, Varaždin, Zagreb, Rijeka, Pula, Šibenik, Split). Popis voditelja i ustanova nalazi se u prilogu.



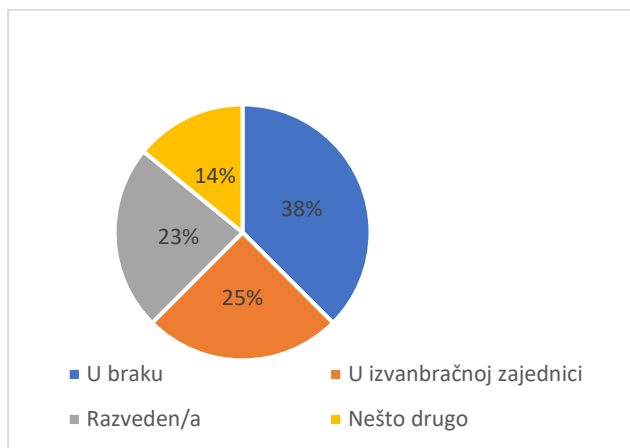
Program od 15 radionica provodio se tjednim ritmom s roditeljima i djecom u razdoblju od ožujka do lipnja/ srpnja 2018. u 8 grupa, dok je u 6 grupa postojala ljetna pauza, pa su zadnje 3 radionice provedene u rujnu 2018.

U Program se uključilo ukupno 96, a završilo ga **75 roditelja**. Evaluacijsko istraživanje provedeno je s roditeljima koji su završili program. Izuzetak je nekoliko sudionika (grupa u Pitomači) koji zbog nepismenosti nisu bili uključeni u kvantitativnu evaluaciju.

Većina (71%) sudionica evaluacijskog istraživanja su bile majke, a 29% očevi. Završeno srednjoškolsko obrazovanje imalo je 69% sudionika Programa, osnovnoškolsko njih 20%, dok ih je 11% završilo fakultet (Slika 1.). U vrijeme Programa u braku je bilo 38% sudionika, u izvanbračnoj zajednici njih 25%, dok ih je 23% bilo razvedeno (14% nešto drugo) (Slika 2.).



Slika 1.



Slika 2.

Sudionici su bili roditelji djece predškolske dobi koji koriste prava i usluge iz sustava socijalne skrbi (korisnici zajamčene minimalne naknade, usluga savjetovanja i pomaganja obitelji, roditelji kojima je izrečena mjera upozorenja na pogreške i propuste u ostvarivanju skrbi o djetetu, mjera stručne pomoći i potpore u ostvarivanju skrbi o djetetu i mjera intenzivne stručne pomoći i nadzora nad ostvarivanjem skrbi o djetetu) i drugi roditelji za koje su stručni djelatnici centra za socijalnu skrb i podružnica obiteljskih centara procijenili da im je potrebna ova vrsta podrške u ostvarivanju njihove roditeljske uloge. U dvije skupine sudionici su bili roditelji za koje su stručni djelatnici dječjeg vrtića procijenili da podižu djecu u zahtjevnim okolnostima za roditeljstvo.

Iako je početna namjera bila programom obuhvatiti populaciju roditelja prvenstveno niskog i u manjoj mjeri srednjeg rizika za ugrožavanje djetetove dobrobiti, među roditeljima koji su bili uključeni u prvu pilot-provedbu udio roditelja s višestrukim rizicima za roditeljstvo bio je viši od planiranog i opisanog u uvodnom dijelu priručnika. Tako je 21 sudionik imao mjeru intenzivne stručne pomoći i nadzora u ostvarivanju skrbi o djetetu, 12 mjeru stručne pomoći i potpore u ostvarivanju skrbi o djetetu, 9 upozorenje na pogreške i propuste u ostvarivanju skrbi o djetetu, a nekoliko roditelja imalo je djecu smještenu u dječji dom ili udomiteljsku obitelj. U Programu je sudjelovalo najmanje 8 majki korisnica sigurnih kuća te 2 oca s mjerom obveznog psihosocijalnog tretmana nasilja. Više od trećine sudionika (28) bili su korisnici novčanih pomoći u CZSS-u, oko trećine su bile jednoroditeljske obitelji (a od toga u trećini slučajeva o djeci je brinuo otac). Oko petine sudionika bilo je u procesu savjetovanja te nekoliko parova u procesu obiteljske medijacije. U programu je sudjelovalo i nekoliko bračnih parova, nekoliko roditelja u procesu brakorazvoda, jedan razvedeni par te nekoliko maloljetnih majki. U radu s roditeljima pokazalo se da je kod značajnog broja postojalo iskustvo obiteljskog nasilja od strane partnera te da je među sudionicima Programa visok udio onih s iskustvom neprimjerene roditeljske skrbi u vlastitom djetinjstvu.

U prvu probnu provedbu radionica s djecom uključilo se 87 djece (na 1. radionici), a tijekom vremena broj djece koja su dolazila na radionice je smanjen. U evaluacijsko istraživanje bilo je uključeno **68 djece**.

Sudjelovanje u evaluacijskom istraživanju bilo je anonimno (uz šifru) i dobrovoljno. Podaci su prikupljeni upitnikom koji je uključivao cjelovite ili prilagođene standardizirane ljestvice te

mjere razvijene za potrebe ovog evaluacijskog istraživanja. Zahvaćena su područja roditeljskih potreba i doživljaja roditeljstva, interakcije roditelja i djeteta te doživljaj djetetove prilagodbe.

Potrebe roditelja: Poželjni i ostvareni ciljevi sudjelovanja u Programu

Roditeljima je na početku programa bilo postavljeno pitanje: *Što je to što želite promijeniti uz pomoć voditeljica i drugih roditelja na radionicama „Rastimo zajedno i mi“?*

Tri četvrtine sudionika navelo je da želi postići **promjenu u tome kako se osjeća ili ponaša u roditeljskoj ulozi** (npr. *biti strpljiviji/ razumnija/ odgovornija; biti bolji roditelj/ tata/ mama; imati bolju samokontrolu; da sam smireniji i da razumijem dijete; da se manje osjećam krivim; dobit više znanja; promijeniti pristup prema djeci; više samopouzdanja; naći zajednički jezik s djetetom; napraviti granicu, naučiti reći „ne“ djetetu; vidjeti svoje pogreške; više da budem s malim; više razumijevanja i strpljenja*). Također su kroz radionice željeli promijeniti neka svoja ponašanja (npr. *ne želim vikati na sina, ne želim se dati uvući u svađe i vrijeđanje s mužem, želim biti hladnija, smirenija*). Konačno, navodili su i poželjne promjene koje nisu bile neposredno povezane s ciljevima grupnog rada koji su se odnosili na (su)roditeljstvo (*Naći (bolji) posao, stan.*).

Više od pola (57%) sudionika Programa navelo je da želi **promijeniti nešto u svom odnosu s djetetom i ponašanju prema djetetu** (npr. *Da ga bolje razumijem.; Da me bolje sluša.; Da se družimo na konstruktivniji način.; Više komunikacije.; Povezati se bolje.; Izgraditi bolji odnos bez toliko svađa.; Da ne ulazim u sukob.; Želim se što više družiti s djetetom te biti... oslonac svome djetetu.; Manje gledati tv, više se igrati s djecom.; Jako želim u potpunosti se moći kontrolirati i nikada, baš nikada ne svađati se s mužem pred sinom.*).

Također, više od pola sudionika (55%) željelo je **promjenu u ponašanju svog djeteta** (npr. *Da je poslušnije.; Da je manje agresivno.; Da je manje povučeno.; neposluh; ljutnja djeteta, da kćer postane sigurnija u sebe*).

Zanimljivo je da je gotovo pola (48%) sudionika putem Programa željelo postići **promjenu u svom odnosu s partnerom/ drugim roditeljem**, dok je četvrtini (27%) cilj bio promjena u svom odnosu s nekim drugim ((bivšim) supružnikom, roditeljima, širom obitelji). Značajan

udio sudionika (25%) želio je sudjelovanjem u Programu promijeniti nešto izvan opisanih kategorija odgovora.

Po završetku Programa roditelji su procijenili u kojoj mjeri (nimalo, malo, srednje ili puno) su ostvarili promjene kojima su težili na početku programa. Odgovori o udjelu sudionika koji su izjavili da su „srednje“ ili „puno“ promijenili odnos prema sebi, djeci ili partneru pokazuju da su želje i očekivanja s početka programa ostvareni, pa i premašeni:

- 94% sudionika promijenili su kako se osjećaju kao roditelji (31% srednje + 63% puno)
- 97% promijenilo je svoje ponašanje prema djetetu koje dolazi na radionice (29% srednje + 64% puno)
- 79% promijenilo je svoje ponašanje prema drugoj djeci (23% srednje + 56% puno)
- 64% promijenilo je nešto u svom odnosu s partnerom/drugim roditeljem (33% srednje + 31% puno).

Navedene samoiskaze o postignutim promjenama uslijed sudjelovanja u Programu možemo nadopuniti opažanjima voditeljica radionica tijekom provedbe Programa koje su ih pribilježile u svojim izvješćima s radionica. U njima citiraju spontane roditeljske iskaze o ostvarenoj promjeni vlastitog pa slijedom toga i djetetovog ponašanja, koje pripisuju iskustvima i znanjima stečenim na radionicama, primjerice:

Roditelji navode kako s djecom provode vrijeme, povremeno se igraju s njima, naročito u posljednje vrijeme, te kako su djeca počela pokazivati više potrebe za maženjem i tjelesnim dodirima s roditeljima. Jedna mama kaže: „Prestala sam mu cijelo vrijeme prigovarati i nastojim poštivati njegovu osobnost i vidim da mu to paše. Sada lakše od njega dobijem da dijelimo poslove u kući koji se trebaju napraviti.“

Mama govori kako je uvela novo pravilo u odnos sa svojim djetetom – vrijeme samo za nas – u trajanju od sat i pol, te vidi pozitivne promjene. U odnosu s djetetom više koristi pohvale i primjećuje kod djeteta ponos i bolju suradnju. Kćer je skinula pelene.

Vidim da to sve daje rezultate... lakše mi je sada s njim...

Roditelji su također na početku ciklusa radionica naveli do 3 svoje glavne teškoće ili problema koje žele riješiti kroz sudjelovanje u radionicama te su iznijeli i koliko im se svaki od navedenih problema težak (od 1 do 10). Po završetku ciklusa radionica roditelji su ponovno procijenili težinu glavnih problema koji su ih potakli na sudjelovanje u Programu. Rezultati su pokazali

da je težina ovih problema poslije programa značajno manja (Tablica 1.).

Doživljaj roditeljstva prije i poslije Programa

Sudionici programa izvijestili su o svojem doživljaju u roditeljskoj ulozi na Upitniku svakodnevnih briga roditelja (Crnic i Greenberg, 1990., prema Ajduković i Radočaj, 2009.). Ukupni rezultati na ovom upitniku te rezultati testiranja značajnosti razlike među njima prije i poslije ciklusa radionica (Tablica 1.) otkrivaju da je nakon Programa učestalost svakodnevnih roditeljskih stresora značajno niža kao i razina intenziteta doživljenog roditeljskog stresa.

Rezultati na pojedinačnim česticama Upitnika svakodnevnih briga roditelja (Tablica 2.) na kojima je utvrđeno značajno smanjenje poslije Programa su: *U javnosti je s djecom teško izići na kraj (u dućanu).; Teškoće u spremanju djece za izlazak i odlazak s njima iz kuće na vrijeme.; Stalno pospremanje nereda od igračaka ili hrane.; Dijete je „cendravo“, prigovara.; Teškoće kod hranjenja (izbirljivi su, žale se itd.); Djeca ne slušaju – ne žele raditi što im se kaže.; Dječji raspored aktivnosti (npr. popodnevno spavanje) nije u skladu s vašim potrebama ili potrebama kućanstva.; Djeca prekidaju razgovore odraslih.; Trebalo je promijeniti planove zbog nepredvidljivih djetetovih potreba.; Djeca imaju teškoća s prijateljima (npr. tučnjave, neslaganja ili nepostojanje prijatelja).*

Što se tiče roditeljskih samoprocjena na Ljestvici roditeljske samoeфикаsnosti (Keresteš i sur., 2009.), one se nisu značajno razlikovale prije i poslije ciklusa radionica. Ovaj rezultat može se, barem dijelom, pripisati visokim početnim rezultatima na koje je moglo utjecati socijalno poželjno odgovaranje roditelja u prvoj vremenskoj točki prikupljanja podataka.

Interakcija roditelja i djeteta prije i poslije Programa

Područje roditeljskih ponašanja prema djetetu zahvatili smo s nekoliko mjera. Prve dvije odnosile su se na određene roditeljske postupke u situaciji kad se dijete ponaša na nepoželjan način: Razumijevanje djeteta i Ljutito reagiranje (Stattin i sur., 2011.).

Rezultati su pokazali da je nakon Programa prisutan trend češćih nastojanja roditelja da prilikom djetetovog nepoželjnog ponašanja nastoje razumjeti djetetovu perspektivu, iako ukupan rezultat na ljestvici Razumijevanje djeteta nije prešao granicu statističke značajnosti (Tablica 1.). Značajna razlika utvrđena je u odgovorima na česticu *Najvažnije mi je razumjeti zašto (kako to da) se tako ponaša.* pri čemu je ovaj pristup djetetovom ponašanju koje ih smeta češći kod roditelja nakon Programa.

Što se tiče učestalosti roditeljskih izljeva ljutnje na djetetovo nepoželjno ponašanje, nakon Programa vidljivo je značajno smanjenje kako u ukupnom rezultatu na ljestvici Ljutito reagiranje tako i na svim pojedinačnim česticama: *Odmah se rasrdim i vičem na dijete.; Teško*

kontroliram svoju uzrujanost u takvim situacijama.; Lako završim u svađi u kojoj vičemo jedno na drugo.; Razljutim se i „eksploDIRAM“. (Tablica 1.).

Roditelji su izvijestili i o učestalosti svojih pojedinih ponašanja u interakciji s djetetom u sedmodnevnom razdoblju prije odgovaranja na upitnik. Rezultati su pokazali povećanje učestalosti pozitivne, razvojno poželjne interakcije nakon Programa, uključujući značajne razlike u učestalosti *pričanja priče, čitanja ili gledanja slikovnice; odlazaka s djetetom u park, na igralište ili neko slično mjesto te ohrabrivanja djeteta u onome što pokušava napraviti samostalno (npr. složiti neku igračku)* (Tablica 1.).

S druge strane, nakon Programa učestalost negativne, razvojno nepoželjne interakcije značajno se smanjila. U sedmodnevnom razdoblju prije kraja radionica, u odnosu na sedmodnevno razdoblje prije ciklusa radionica, roditelji su rjeđe prijetili djetetu batinama te ga rjeđe udarili ili počupali (Tablica 1.).

Ovdje je važno spomenuti i značajnu promjenu u stavu prema tjelesnom kažnjavanju, kao značajnom prediktoru samog ponašanja. Nakon Programa roditelji su u manjoj mjeri uvjereni da je u redu udariti dijete (Tablica 1.).

Psihosocijalna prilagodba djeteta

Kao mjeru krajnjih ishoda programa (na razini djeteta, a povrh ishoda na razini roditeljskih kognicija i ponašanja) koristili smo Upitnik snaga i teškoća djeteta (Goodman, 1997.) koji su roditelji ispunili za dijete/ djecu koja su bila povezana s neposrednim povodom uključivanja u Program. Uključuje pet ljestvica: problemi ponašanja, hiperaktivnost, emocionalni simptomi, problemi s vršnjacima i prosocijalno ponašanje. Iako su kod problema ponašanja, emocionalnih simptoma i problema s vršnjacima vrijednosti prosječnih rezultata nešto manje, a kod prosocijalnog ponašanja nešto veće, poslije Programa u odnosu na vrijednosti prije Programa, jedino se promjena u prosječnom rezultatu na ljestvici hiperaktivnost približila granici statističke značajnosti (trend manje hiperaktivnosti poslije Programa) (Tablica 1.).

Na manjak značajnih razlika moguće djeluje i broj sudionika za koje su postojali upareni upitnici prije – poslije, što može biti posljedica izuzetne količine zahtjeva na nedovoljan broj voditelja (naročito voditelja programa s djecom) u prvoj pilot-provedbi. Za potpuniju sliku o promjenama vidljivim u dječjem ponašanju važno je uzeti u obzir zapažanja koja su voditelji iznosili u svojim izvješćima (npr. *Zanimljivo je da gotovo na svakoj radionici od nekog roditelja čujemo kako sami uočavaju promjene u svom ponašanju te pozitivan utjecaj tih promjena na djetetova ponašanja pa samim time i na njihov odnos.*).

O promjenama u prilagodbi djece, kao i o promjenama u doživljaju roditeljstva i interakciji roditelja i djece uslijed sudjelovanja u Programu dodatne spoznaje moguće je steći iz kvalitativnih podataka.

Tablica 1. Prosječni rezultati prije i poslije sudjelovanja u programu radionica i t-test značajnosti razlika (N=70)

Ishodi Varijable	N	PRIJE		POSLIJE		t	RAZLIKA	
		M	SD	M	SD		df	p
DOŽIVLJAJ RODITELJSTVA								
Svakodnevni roditeljski stres - Broj roditeljskih stresora	64	33,16	11,25	29,95	9,06	3,19	63	**
Svakodnevni roditeljski stres - Intenzitet roditeljskog stresa	54	23,8	14,29	18,46	10,89	4,23	53	***
<i>Intenzitet prve najveće teškoće</i>	43	7,26	2,4	5,58	2,71	3,39	42	**
<i>Intenzitet druge najveće teškoće</i>	29	7,14	2,08	5,31	2,16	3,53	28	**
Intenzitet treće najveće teškoće	15	6,93	2,09	6,2	3,05	0,65	14	nz
Roditeljska samoeфикаsnost	64	3,1	0,51	3,16	,26	-1,06	63	nz
<i>Uvjerenje o tjelesnom kažnjavanju</i>	64	1,48	0,82	1,31	0,61	2,1	63	*
INTERAKCIJA S DJETETOM								
Pozitivna interakcija	59	3,78	0,66	4,02	0,50	-3,56	58	**
10 ili više minuta posvetili <i>svu</i> svoju pažnju igranju ili razgovaranju s jednim djetetom, radi zabave?	63	4,14	1,01	4,19	0,86	-0,41	62	nz
Pohvalili dijete za nešto što je dobro napravilo?	64	4,36	0,91	4,50	0,71	-1,45	63	nz
<i>Pričali priču, čitali ili gledali slikovnicu?</i>	63	3,24	1,07	3,52	0,93	-2,15	62	*
<i>Otišli s djetetom u park, na igralište ili neko slično mjesto?</i>	63	3,33	0,90	3,63	0,96	-2,45	62	*
<i>Ohrabрили dijete u onome što pokušava napraviti samostalno (npr. složiti neku igračku)?</i>	64	3,95	0,97	4,28	0,79	-2,83	63	**
Negativna interakcija	65	2,09	0,79	1,9	0,72	2,27	64	*
Naljutili se na dijete kad je napravilo nešto što ne treba?	65	2,72	1,08	2,77	1,13	-0,36	64	nz
vikali na dijete kad je napravilo nešto što ne smije?	65	2,40	1,14	2,17	1,17	1,65	64	0.10
<i>Prijetili djetetu da ćete ga udariti (ali niste)?</i>	65	1,78	1,02	1,46	0,73	2,83	64	**
<i>Udarili dijete po ruci ili guzi, ili ga počupali?</i>	65	1,45	0,94	1,22	0,52	2,21	64	*
Razumijevanje djetetove perspektive	64	4,06	0,78	4,23	0,58	-1,87	63	.07

<i>Najvažnije mi je razumjeti zašto (kako to da) se tako ponaša.</i>	65	3,74	1,05	4,08	0,94	-3,43	64	**
Pokušam razumjeti kako se dijete osjećalo i što je mislilo.	65	4,15	0,91	4,29	0,65	-1,29	64	nz
Pokušam o tome razgovarati s djetetom i nastojim smiriti sukob.	65	4,28	0,98	4,38	0,74	-0,87	64	nz
Slušam dijete i nastojim shvatiti kako ono vidi situaciju.	64	4,09	0,90	4,19	0,75	-0,63	63	nz
Ljutito i agresivno reagiranje	64	2,02	0,87	1,79	0,65	3,03	63	**
<i>Odmah se rasrdim i vičem na dijete.</i>	64	2,16	0,89	1,95	0,74	2,08	63	*
<i>Teško kontroliram svoju uzrujanost u takvim situacijama.</i>	65	2,15	1,03	1,88	0,78	2,72	64	**
<i>Lako završim u svađi u kojoj vičemo jedno na drugo.</i>	65	1,89	1,09	1,66	0,83	2,43	64	*
<i>Razljutim se i 'eksploDIRAM'.</i>	65	1,89	1,08	1,65	0,82	2,39	64	*
PERCIPIRANE SNAGE I TEŠKOĆE DJETETA								
Emocionalne teškoće	33	6,21	1,19	6,15	1,33	0,28	32	nz
Ponašajne teškoće	32	7,75	2,14	7,31	1,79	1,41	31	nz
Hiperaktivnost	32	9,13	2,47	8,47	2,44	1,78	31	0.08
Poteškoće s vršnjacima	32	6,94	1,32	6,59	1,16	1,43	31	nz
Prosocijalno ponašanje	34	13,21	2,04	13,47	1,99	-1,39	33	nz

*

p<0,05; **p<0,01; ***p<0,001

Tablica 2. Rezultati na Upitniku svakodnevnih teškoća roditelja prije i poslije sudjelovanja u Programu te t-testa značajnosti razlika (N=70)

Svakodnevne teškoće roditeljstva		N	Koliko se to često događa u proteklih 7 dana? (od 0=nikad do 4=uvijek)						N	Koliko vam to predstavlja problem? (od 0=nimalo, do 4=jako)					
			PRIJE		POSLIJE		RAZLIKA			PRIJE		POSLIJE		RAZLIKA	
			M	SD	M	SD	t	p		M	SD	M	SD	t	p
1.	<i>Stalno pospremanje nereda od igračaka ili hrane.</i>	65	2,58	1,07	2,2	1,02	3,395	**	60	1,4	1,26	0,95	0,99	3,181	**
2.	<i>Dijete je „cendravo“, prigovara.</i>	65	1,8	0,85	1,49	0,05	3,065	**	59	1,62	1,26	1,15	1,11	3,301	**
3.	<i>Teškoće kod hranjenja (izbirljivi su, žale se, itd.)</i>	65	1,8	1,26	1,46	1,11	2,76	**	59	1,68	1,44	1,17	1,12	3,194	**
4.	<i>Djeca ne slušaju – ne žele raditi što im se kaže.</i>	65	2,03	0,83	1,72	0,78	2,931	**	60	1,82	1,26	1,45	1,02	2,609	*
5.	<i>Teško je naći nekoga za čuvanje djeteta.</i>	65	1,57	1,38	1,54	1,42	,237	nz	60	1,7	1,57	1,35	1,53	2,107	*
6.	<i>Dječji raspored aktivnosti (npr. popodnevno spavanje) nije u skladu s vašim potrebama ili potrebama kućanstva.</i>	65	1,17	1,05	0,83	0,74	2,563	*	60	0,88	0,96	0,57	0,77	2,639	*
7.	<i>Svađe ili tuče između braće i sestara, koje zahtijevaju posredovanje.</i>	65	1,14	1,18	1,18	1,14	-,455	nz	58	0,91	1,26	0,9	1,18	,139	nz
8.	<i>Djeca zahtijevaju da ih zabavljate i igrate se s njima.</i>	65	2,7	0,99	2,57	0,87	1,175	nz	60	0,9	1,07	0,72	0,80	1,295	nz
9.	<i>Djeca se opiru i bore s vama oko odlaska u krevet.</i>	65	1,68	1,26	1,43	0,99	1,774	,081	60	1,17	1,15	0,92	0,98	1,493	nz
10.	<i>Djeca se stalno vrte oko vas ometajući obavljanje kućanskih poslova.</i>	65	1,83	1,18	1,68	1,00	1,256	nz	59	1,22	1,13	1,10	0,90	0,91	nz
11.	<i>Postoji potreba za stalnom brigom o tome gdje su djeca i što rade, treba ih stalno nadgledati.</i>	65	2,09	1,39	2,11	1,36	-,103	nz	59	1,07	1,27	0,86	1,04	1,725	,090
12.	<i>Djeca prekidaju razgovore odraslih.</i>	64	2,31	1,05	2,03	0,94	2,251	*	58	1,53	1,17	1,21	1,02	2,416	*
13.	<i>Trebalo je promijeniti planove zbog nepredvidljivih djetetovih potreba.</i>	65	1,66	1,15	1,29	0,99	2,495	*	60	1,02	1,17	0,7	0,13	2,496	*
14.	<i>Djeca se nekoliko puta dnevno zaprljaju, što zahtijeva mijenjanje odjeće.</i>	65	2,25	1,29	2,37	1,1	-,929	nz	60	0,83	1,11	0,8	1,04	,244	nz
15.	<i>Nema privatnosti (npr. u kupaonici).</i>	65	1,34	1,56	1,43	1,48	-,623	nz	60	0,73	1,23	0,68	0,95	,299	nz
16.	<i>U javnosti je s djecom teško izići na kraj (u dućanu).</i>	65	1,26	1,18	1,12	0,76	1,155	nz	60	1,38	1,38	0,82	0,91	3,359	**
17.	<i>Teškoće u spremanju djece za izlazak i odlazak s njima iz kuće na vrijeme.</i>	65	1,68	1,08	1,48	1,08	1,749	,085	60	1,43	1,27	0,93	0,94	3,531	**
18.	<i>Teškoće u ostavljanju djece kada navečer izlazite van, a netko ih čuva, odnosno u vrtiću.</i>	65	0,88	1,22	0,86	1,06	,110	nz	60	0,75	1,05	0,7	1,05	,409	nz
19.	<i>Djeca imaju teškoća s prijateljima (npr. tučnjave, neslaganja ili nepostojanje prijatelja).</i>	65	0,98	1,12	0,78	0,91	1,560	nz	60	1,03	1,31	0,72	1,03	2,337	*

Kvalitativni podaci o ishodima sudjelovanja u Programu

Izvor kvalitativnih podataka o ishodima Programa su spontani iskazi roditelja o promjenama koje su primijetili u odnosu s djecom, u dječjem i svom ponašanju te u odnosu s drugim roditeljem, a koje pripisuju uvidima, znanjima i iskustvima stečenim na radionicama. Ovi iskazi pojavljivali su se u grupama, najčešće potaknuti uvodnim i završnim osvrtom na sadržaj radionice. Roditeljske i dječje iskaze bilježili su voditelji u svojim izvještajima nakon svake od 15 radionica. Voditelji su također zabilježili promjene u navedenim područjima koje su sami opazili kod sudionika radionica tijekom Programa. Analiza njihovog sadržaja ukazuje na nekoliko razina na kojima roditelji uočavaju promjene kod sebe i djeteta te u bliskim odnosima: od osvještavanja novih uvida, preko pripreme za nova ponašanja do realizacije promjene na planu ponašanja. Svaku od njih ilustrirat ćemo s nekoliko voditeljskih navoda roditeljskih i dječjih iskaza.

- ***Novi uvidi, veća svjesnost i osjetljivost***

O SEBI:

- *Ovi sadržaji o kojima se danas pričalo mi podižu samopouzdanje i vidim da sam vrijedna...*
- *Shvatila sam da sam ja zapravo dobra mama koja se bori s previše loših stvari, ali da mogu biti još bolja.*
- *Radionice su jačale moje samopouzdanje.*
- *Najpozitivnija strana mi je spoznaja same sebe, svojih vrlina i osobina.*
- *Počela sam cijeniti sebe – kao roditelja, kao osobu. Uz podršku sam se pomirila s nekim stvarima koje su me prije mučile i činile konfuznom.*
- *Sudjelovanje na radionicama omogućilo mi je vidjeti neke stvari iz druge perspektive, odnosno perspektive drugih roditelja. Stekla sam nova iskustva, upoznala zanimljive vrlo drage osobe. Roditeljstvo, koliko je lijepo, toliko je i teško, ali slušajući druge majke shvatila sam da nisam jedina kojoj je ponekad to jako teško.*
- *Cijeli program je super jer me podsjeća i osvještava na stvari koje znam, ali ih ne primjenjujem stalno.*
- *Shvatila sam da ne trebam biti mama žandar nego je mom djetetu sve igra pa može biti i meni.; Imam neki novi pogled na sebe, dijete i svijet;*
- *Jedna mama je navela kako je posebno ponosna što je shvatila da joj treba više strpljenja, da ga ima i da je to primijetila kao napredak u pismenoj evaluaciji što joj je posebno drago.*

O ODNOSU S DJECOM:

- *Jedan tata kaže da je sad još svjesniji da jako puno može utjecati na svoje dijete i njegov razvoj.*
- *Druga je mama rekla kako je prepoznala da bi za svako dijete trebala odvojiti posebno vrijeme , a ne samo njihovo zajedničko vrijeme, kako je do sada radila.*
- *Povučenija mama navodi kako sada shvaća da svom djetetu zapravo daje više negativnih povratnih informacija te to počinje povezivati s povučenijim ponašanjem dječaka.*
- *Jedna mama kaže da joj je ostala svjesnost da je važno svoje dijete slušati, ne ismijavati ga i ne ignorirati.*
- *Druga majka spominje rutine – nije ih negovala u odgoju jer ima traume od rutina (od svoje majke), a nakon radionica je vidjela koliko su važne.*
- *Jedna mama je rekla da je prije napisala u evaluaciji kako misli da je potrebno ponekad udariti dijete – vidi da se promijenila.*
- *Vidim da kroz igru i „naše vrijeme“ radimo što je bila tema ove radionice. Kod kuće se toga ne bih sjetila.*
-
- *„Do sada nisam osvijestila koliko mom djetetu znači kada mu kažem da nešto dobro radi – kao da se to podrazumijeva, a nije tako!*
- *Naučila sam slušati svoje dijete i razgovarati s njime.*
- *Shvatila sam koja je moja uloga i da ne moram secirati svaku sitnicu u ponašanju djece, da su neka ponašanja dio razvoja.*
- *Sjajna mi je bila aktivnost „Koliko je koraka do WC-a”, svako toliko se sjetim i zapitam očekujem li previše od svoje djece, oni sve moraju naučiti.*
- *Naučila sam graditi odnos sa svojim djetetom.*
-
- *Iako su djeca, možemo ih tretirati kao odrasle, postaviti se prema njima s uvažavanjem i postaviti im granice, objasniti im to i postaviti zahtjeve.*
-
- *Dobar program, dosta se toga nauči i dobije alate u postizanju bolje komunikacije s djetetom.*

O ODNOSU S DRUGIM RODITELJEM:

- *Roditelji navode da im je ova aktivnost (sukob ili suradnja) bila zanimljiva i potaknula ih na razmišljanje te su osvijestili važnost suroditeljstva bez obzira na neriješene ili završene partnerske odnose.*
- *Navode kako su svjesni ako nisu usuglašeni ili u dogovoru s drugim roditeljem da se to ne odražava dobro na djecu i da bi to trebalo izbjegavati, no da si i sami nekad ne mogu pomoći koliko god svjesni toga bili.*
- *Roditelji navode da bez obzira kako se roditelji osjećaju u nekim situacijama ili bez obzira koliko imaju neriješene odnose da ne bi smjeli ružno govoriti o drugom roditelju.*
- *Svi zajedno su se složili da je bitnije da su roditelji u pozitivnoj komunikaciji i dogovoru pa makar i razvedeni/ razdvojeni nego da žive skupa, a često ili stalno se sukobljavaju, da je to negativnija klima za razvoj djeteta.*

- *Jedna mama istaknula je kako se ona i njezin suprug često svađaju te tada njihov trogodišnji sin stane između njih kako bi ih zaustavio „te počne pričati nešto svoje.“ Potreseno je zaključila kako smatra da je baš zbog djeteta važno da nauče komunicirati na drugačiji način.*
- *Roditelji su si osvijestili da iako pred djecom ne pričaju negativno o svojim partnerima, nesvjesno svojim ponašanjem sigurno šalju negativan signal djetetu*

- **Priprema za promjenu**

U ODNOSU S DJECOM:

- *Jako su mi se svidjeli papirići s porukama. Podsjećam se stalno da bih bila bolja mama...*
- *Tata koji je prošli put bio uključio se u prepričavanje što smo prošli put radili te je bio zadovoljan i naveo kako nije razmišljao koliko toga djeca trebaju usvojiti, a mi to uzimamo „zdravo za gotovo“, npr. koliko je koraka do wc-a, te nas je to razveselilo obzirom da roditelji i nakon radionice promišljaju o sadržaju i svojoj djeci.*
- *Jedna mama koja do sada nije propustila niti jednu radionicu prednjačila je u nalaženju rješenja problemskih situacija te na neki način povukla druge da promišljaju.*

U ODNOSU S DRUGIM RODITELJEM:

- Kod upute da izdvoje jedan papirić o tome što će promijeniti u pogledu destruktivnog ponašanja i da odaberu ostvarivanje jednog konstruktivnog ponašanja roditelji komentiraju da bi rado željeli da imaju kod kuće te papiriće radi prisjećanja i daljnje korekcije svog ponašanja.

- Jedna mama kaže da ona želi da je sve onako kako ona misli da bi trebalo biti ili nikako i da bi to mijenjala da čuje partnera.

- Roditelji su pokazali izuzetan interes za spomenutu literaturu o ocrnjivanju drugog roditelja, o čemu su dobili podatke .

- **Opažena promjena ponašanja**

KOD SEBE:

- *Često razmišljam o tome što sam prije dolaska na radionice radila, i što sam uz pomoć radionica usvojila, naučeno prakticiram u životu i po potrebi mijenjam.*

- Koristim JA poruke pa umjesto da urlam TI SI ZLOČESTA!!!.. sada kažem kako se ja osjećam i što očekujem.
-
- Naučila sam i primijenila, zauzela se za sebe da krenem ispočetka. Podiglo me. Zaista mi je žao što završava jer mi je ovo bio poseban doživljaj.
- Ponosna sam jer radim stvari za koje nikad nisam mislila da sam u stanju.
Tata je istaknuo kako je sigurniji u sebe i u svoju roditeljsku ulogu.

Primjećuju situacije kada se drugačije ponašaju u odnosu na ranija ponašanja.

- Promjene najviše vidim u području kontrole bijesa.

Jedna je majka komentirala kako joj je upravo činjenica lijepog osmjeha i pozitivne energije (misao koju je dobila na svojoj čestitki) pomogla da dobije posao te kako smo joj puno pomogli u stjecanju samopouzdanja.

U ODNOSU S DJECOM:

- Roditelji navode kako s djecom provode vrijeme, povremeno se igraju s njima, naročito u posljednje vrijeme, te kako su djeca počela pokazivati više potrebe za maženjem i tjelesnim dodirima s roditeljima.
- Druga mama govori o tome što je povodom sadržaja sa prethodne radionice napravila u prethodnih 7 dana: Više pažnje posvećujem hranjenju, objašnjavam joj zašto je ne -,ne“ ...
-
- Jedna mama kaže: Prestala sam mu cijelo vrijeme prigovarati i nastojim poštivati njegovu osobnost i vidim da mu to paše.
- Druga mama govori kako je uvela novo pravilo u odnos sa svojim djetetom – vrijeme za nas – u trajanju od sat i pol te vidi pozitivne promjene..
- Jedna mama komentirala je kako joj je općenito lakše s djetetom otkako dolazi na radionice: Vidim da to sve daje rezultate.
- Jučer nije želio otići spavati i ja sam mu umjesto da se ljutim i vičem na njega rekla: Ja znam da bi ti još želio gledati televiziju, ali kasno je i ja želim da sada ideš spavati da se i ja mogu odmoriti... I otišao je bez problema!
- Sada koristim pregovaranje s djecom. Čitamo prije spavanja, to nam je novi ritual; mobitel sam zamijenila slikovnicom. Više ne objašnjavam sinu zašto me mora poslušati, sada najprije uvažim njegovu stranu i tako bolje surađuje sa mojim zahtjevom.
- Ponosan sam što bolje shvaćam i razumijem svoje dijete te na drugačiji način razgovaram s njim.
- Bolje razumijem dijete, pa sad umjesto da mu prijetim da će dobiti koprivama razgovaram s njim

KOD DJECE:

- *Vidljiv je veliki napredak kod dječaka koji je prije bio izuzetno povučen, a sada se oslobodio, pjeva, uključuje se u aktivnosti te pokazuje značajno veće samopouzdanje.*
- *U odnosu s djetetom više koristi pohvale i primjećuje kod djeteta ponos i bolju suradnju.*
- *Ima nešto malo promjena, npr. dijete ima manje problema s vršnjacima.*

U ODNOSU S DRUGIM RODITELJEM:

- *Dvije sudionice navode da imaju nešto realističnija očekivanja od drugog roditelja i manje se nerviraju.*

Uz navedeno, Program je polučio još jedan važan rezultat, a to je PROMJENA RODITELJSKOG DOŽIVLJAJA SUSTAVA formalne podrške roditeljstvu što će olakšati buduće korištenje stručne pomoći u slučaju potrebe:

Do ulasku u ovaj program radionica, u početku, bila sam skeptična i nepovjerljiva zbog lošeg iskustva s centrom za socijalnu skrb jer ipak je to ista zgrada i ljudi u njoj, ali ovo me promijenilo – super mi je, ovo podiže moral, uči te da rasteš, učiš novo, dižeš se nakon pogreške. Tuđa iskustva koja smo mogli čuti su super, onda shvatim da se treba boriti i truditi i da nije samo meni teško. Važno je kakvom je energijom ispunjen prostor, da je pozitivna.“

Ovi spontano iskazani osvrti roditelja i zapažanja voditelja upotpunjuju sliku o ishodima Programa koju stvaraju rezultati usporedbe odgovora na evaluacijskom upitniku te svjedoče o raznovrsnim utjecajima koje je Program imao na uključene obitelji.

Sudjelovanje u njegovim komponentama (radionicama s roditeljima, djecom i zajedničkoj igri) odrazilo se na svakodnevni život roditelja i djece – na količinu i kvalitetu zajedničkog vremena, komunikacije, roditeljskog vodstva i usmjeravanja kao i na razumijevanje djetetovih i vlastitih potreba te njihovo uvažavanje.

Kako bismo nadopunili podatke o ishodima Programa vidljivim na razini dječje prilagodbe dodatnom perspektivom, donosimo ovdje **sažetak analize izvješća voditelja Programa radionica s djecom**.

Kod djece zapažene su sljedeće promjene tijekom četveromjesečnog sudjelovanja u ciklusu radionica s djecom:

- kod djece se uočava razvoj pozitivnije slike o sebi, postaju svjesnija svojih sposobnosti, uključujući i sposobnost da razumiju svoje osjećaje i osjećaje drugih.

- sposobniji su pronaći/ prepoznati izvore podrške i snage u suočavanju s teškim situacijama (podršku vršnjaka i podršku značajnih odraslih).

Postali su opušteniji, svjesniji sebe i svojih sposobnosti, uključeni i produktivniji u aktivnostima, a pokazivali su i poboljšane vještine komunikacije s vršnjacima i voditeljima te traže, primaju i daju podršku.

Njihova poboljšana dobrobit i djelotvornije funkcioniranje u socijalnom okruženju pomažu im i izvan grupe, u situacijama svakodnevnog života, da budu kompetentniji i otporniji za nositi se sa stresom kojem su izloženi.

Zaključak evaluacije prvog pilota Programa

Rezultati evaluacije ishoda prve pilot-provedbe programa „Rastimo zajedno i mi“ sa sudionicima iz 13 grupa (a u kvalitativnom dijelu iz 14 grupa) pokazuju da roditelji na kraju sudjelovanja u Programu, u odnosu na početak:

- doživljavaju niži svakodnevni roditeljski stres
- ostvaruju poželjne promjene u roditeljskoj ulozi te odnosima s djecom, partnerom i drugim važnim osobama
- na djetetovo nepoželjno ponašanje rjeđe reagiraju ljutito i agresivno, češće nastoje razumjeti djetetovu perspektivu
- češće s djetetom čitaju slikovnice, izlaze na igralište i podupiru samostalno rješavanje problema
- rjeđe prijete batinama i udaraju dijete.

Spontani iskazi roditelja na radionicama te opažanja voditeljica predstavljeni u voditeljskim izvješćima donose brojne primjere opaženih promjena roditeljevog odnosa prema djetetu u

raznim drugim područjima na koja se odnose ciljevi Programa. Uz to, voditeljska izvješća navode brojne primjere promjena djetetovog ponašanja u skladu s ciljevima Programa.

Ukupno uzevši, svi navedeni rezultati mogu se smatrati početnom potvrdom djelotvornosti programa u osnaživanju roditelja koji djecu podižu u zahtjevnijim okolnostima života i roditeljstva i njihove predškolske djece.

Podaci iz ukupno 420 voditeljskih izvješća također svjedoče da su navedeni rezultati jačanja roditeljskih kapaciteta postignuti uz izuzetno zalaganje i umijeće voditeljica i voditelja uključenih u prvu pilot-provedbu novog programa te uz doprinos uključenih roditelja.

Što su na kraju prve pilot-provedbe rekli voditelji radionica s roditeljima?

Najveći dobitak iz ovih radionica za voditeljice je svjedočenje osobnim promjenama roditelja i njihove djece...

Oni i dalje imaju probleme – siromaštvo, nezaposlenost, neobrazovanost itd., ali su doživjeli da mogu biti drugačiji roditelji svojoj djeci; to mi je osobno puno značilo.

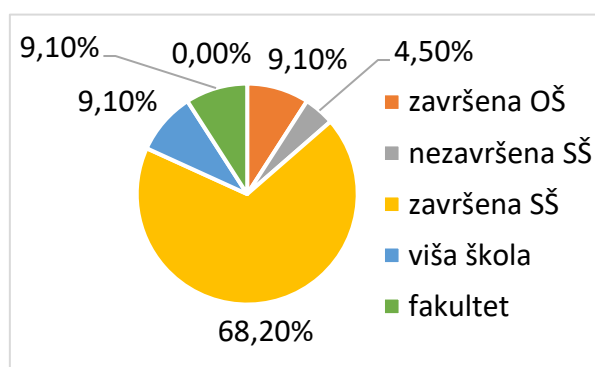
Ovo ima smisla!

Evaluacija učinaka druge pilot-provedbe programa „Rastimo zajedno i mi“

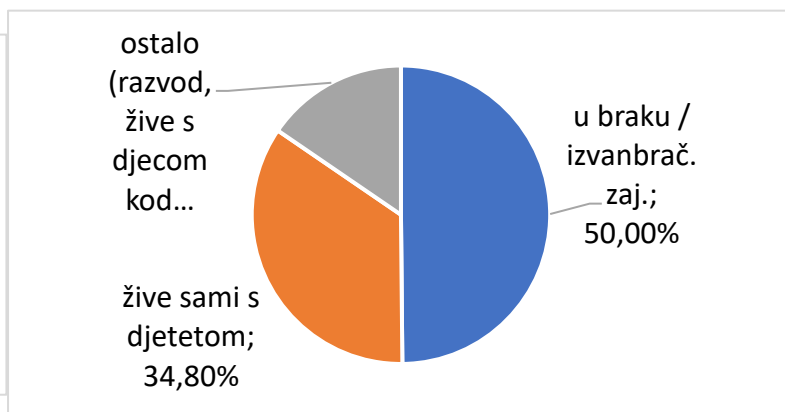
Druga pilot-provedba Programa trajala je od veljače do lipnja 2019. godine, a provela su je četiri tima voditelja koji su sudjelovali i u prvom pilotu te 9 novih voditeljskih timova. U drugoj pilot-provedbi sudjelovali su timovi iz 6 obiteljskih centara, a 7 timova su dijelom ili u potpunosti činili voditelji iz centara za socijalnu skrb. Popis voditelja i ustanova uključenih u provedbu drugog pilota je u prilogu.



U evaluacijsko istraživanje bili su uključeni roditelji iz 13 grupa koji su ispunili evaluacijski upitnik u dvije vremenske točke – prije i poslije programa (N=78 roditelja, od čega 4 para). Roditelji su imali između 22 do 55 godina ($M = 35,22$; $SD = 6,71$), pri čemu su očevi činili manjinu uzorka (15,1%). Većina roditelja imala je najviše završeno srednjoškolsko obrazovanje (68,2%) (Slika 3.), a samo 50% sudionika živjelo je u bračnoj ili izvanbračnoj zajednici (Slika 4.).

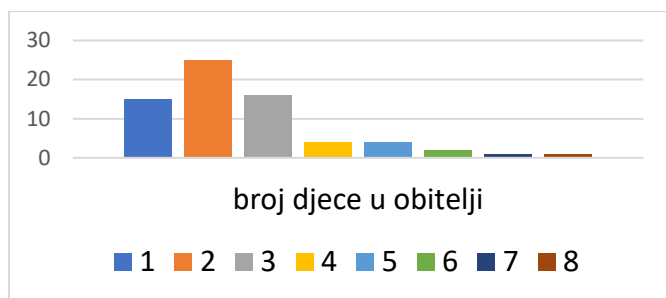


Slika 3.



Slika 4.

Evaluacija uključuje i procjene ponašanja 63 predškolske djece koja su sudjelovala u radionicama s djecom (međutim, samo 29 ima kompletan upitnik mjera prilagodba prije i poslije Programa). Djeca su imala između 1,5 i 7,5 godina, pri čemu je bilo više dječaka (59,5%) nego djevojčica. Obitelji su imale različit broj djece (Slika 5.), a dob djece u obitelji varirala je između 1 i 26 godina.



Slika 5.

Kvantitativni podaci o djetetu prikupljeni su na pripremnoj radionici dok su podaci o roditeljima prikupljeni na drugoj i na petnaestoj, posljednjoj radionici. Upitnik za roditelje sastojao se od standardiziranih i nestandardiziranih skala koje su mjerile doživljaj roditeljstva, interakciju roditelja i djeteta te doživljaj djetetove psihosocijalne prilagodbe.

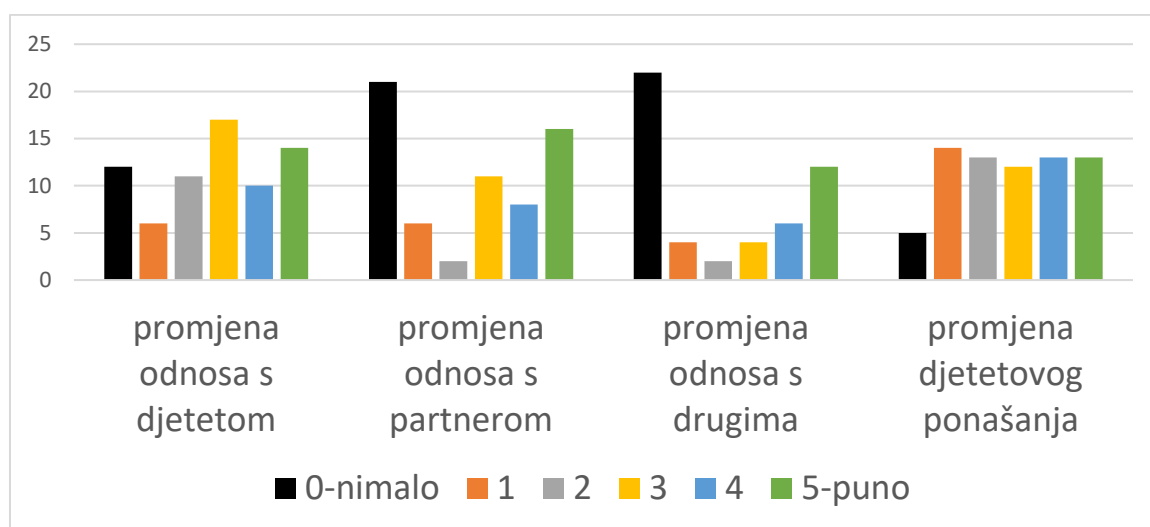
Pitanja su voditeljice prikazivale na ppt-prezentaciji, a roditelji su svoj odgovore upisivali u obrazac za odgovore. Sudjelovanje je bilo anonimno (uz šifru) i dobrovoljno. Rezultati na pojedinim skalama su izraženi kroz prosječne vrijednosti, a uz statistički značajne razlike u pojedinoj varijabli prije i poslije sudjelovanja u programu navedene su i Cohenove d vrijednosti koje ukazuju na veličinu efekta.

Potrebe roditelja: Poželjni i ostvareni ciljevi sudjelovanja u Programu

Vezano uz ciljeve koje žele postići uz pomoć programa „Rastimo zajedno i mi“, sudionici su (na skali od 0 – nimalo do 5 – puno) trebali procijeniti koliko kroz sudjelovanje u radionicama žele promijeniti (a) svoj odnos s djetetom/ djecom, (b) svoj odnos s partnerom/icom, (c) svoj odnos s drugima te (d) ponašanje svog djeteta/ djece. Rezultati su prikazani na Slici 6.

Najčešći cilj roditelja, prisutan kod gotovo svih sudionika (92,9%) je **promjena ponašanja njihove djece** ($M = 2,97$; $SD = 1,45$) dok u nešto manjoj mjeri (82,9%) navode cilj **promjene u kvaliteti njihovog odnosa s djecom** ($M = 3,26$; $SD = 1,31$).

Dvije trećine roditelja (67,2%) sudjelovanjem u Programu žele postići **promjenu svog odnosa s partnerom** ($M = 3,52$; $SD = 1,49$). Najmanji postotak sudionika (56%) svojim sudjelovanjem u radionicama „Rastimo zajedno – i mi“ žele promijeniti svoj odnos s drugima ($M = 3,35$; $SD = 1,78$), pri čemu su ti „drugi“ najčešće ostali članovi obitelji (65,4%), a u manjoj mjeri prijatelji (15,3%), okolina (11,5%) te bivši (3,9%) i novi partner (3,9%).



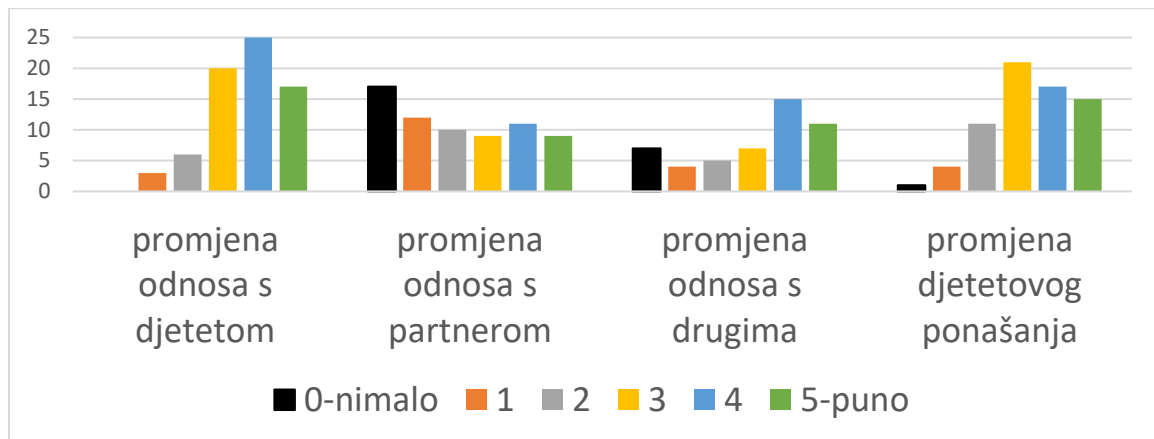
Slika 6. Poželjni ishodi Programa – Perspektiva roditelja. Frekvencija roditelja s obzirom na poželjne promjene (a) odnosa s djetetom ($N = 70$), b) odnosa s partnerom ($N = 64$), c) odnosa s drugima ($N = 50$) i d) djetetovog ponašanja ($N = 70$) koje žele postići sudjelovanjem u radionicama „Rastimo zajedno – i mi“

Kako bi se provjerilo jesu li i u kojoj mjeri sudionici svoje ciljeve i ostvarili – roditelje se po završetku Programa pitao da procijene (na skali od 0 – nimalo do 5 – puno) koliko se kroz sudjelovanje u radionicama „Rastimo zajedno – i mi“ promijenio: (a) njihov odnos s djetetom/djecom, (b) njihov odnos s partnerom/icom, (c) njihov odnos s drugima te (d) ponašanje njihovog djeteta/djece. Rezultati su vidljivi na Slici 7.

Gotovo svi roditelji (95,8%) izjavljuju da je uslijed programa „Rastimo zajedno – i mi“ došlo do promjene njihovog odnosa s djecom ($M = 3,64$; $SD = 1,08$), a kod mnogih (75%) došlo je i do promjena njihovog odnosa s partnerom ($M = 2,10$; $SD = 1,78$).

Dio sudionika (85,7%) izjavljuje da se kroz radionice „Rastimo zajedno – i mi“ promijenio njihov odnos s drugima ($M = 3,09$; $SD = 1,69$) – pri čemu ti „drugi“ prema kategorijama i postotku odgovaraju inicijalno navedenim: ostali članovi obitelji (65,4%), prijatelji (15,3%), okolina (11,5%) te bivši (3,9%) i novi partner (3,9%).

I konačno, gotovo svi roditelji (98,6%) izjavljuju da je kroz sudjelovanje u radionicama „Rastimo zajedno – i mi“ došlo do promjene ponašanja njihove djece ($M = 3,36$; $SD = 1,24$).



Slika 7. Ostvareni ishodi Programa – Perspektiva roditelja. Frekvencija roditelja s obzirom na ostvarene promjene: (a) odnosa s djetetom ($N = 71$), b) odnosa s partnerom ($N = 68$), c) odnosa s drugima ($N = 40$) i d) djetetovog ponašanja ($N = 69$) uslijed sudjelovanja u radionicama „Rastimo zajedno – i mi“

Uz to, u odgovoru na pitanje otvorenog tipa, roditelji su naveli koja im je glavna teškoća/ problem koji žele riješiti kroz sudjelovanje u programu „Rastimo zajedno i mi!“ te procijenili koliko su im ti problemi teški na početku programa ($N=70$). Po završetku radionica roditelji su naveli teškoće/ probleme za koje smatraju da su bili glavni motiv za njihovo sudjelovanje u programu „Rastimo zajedno – i mi“ te procijenili koliko su im ti problemi teški po završetku radionica (1 – malo do 6 – puno) ($N = 65$).

Kao glavnu teškoću/ problem koji žele riješiti sudjelovanjem u programu „Rastimo zajedno“ roditelji navode različite probleme (Tablica 3.), pri čemu većina sudionika svoje probleme (na skali od 1 – malo do 6 – puno) procjenjuje podosta teškima ($M = 4,15$; $SD = 1,57$). Nakon 15 susreta, sudionici su ponovno naveli različite probleme zbog kojih su mislili da su odlučili sudjelovati u programu „Rastimo zajedno i mi“ – no ti problemi se u velikoj mjeri razlikuju od onih koje su roditelji inicijalno naveli. Međutim, bez obzira na vrstu glavne teškoće/ problema za koju sudionici smatraju da je motivirala njihovo sudjelovanje u programu – oni je nakon sudjelovanja u programu procjenjuju manje teškom ($M = 2,34$; $SD = 1,48$). Razlika u procjeni

težine različitih glavnih problema prije i poslije programa pokazala se statistički značajnom ($t = 6,21$; $df = 51$; $p < 0,01$; $d = 0,86$), a Cohenov d indeks ukazuje na veliku veličinu učinka. Samo dio sudionika ($N = 20$) se jasno sjećao glavnih problema zbog kojih su se odlučili za sudjelovanje u Programu, a i njihovom usporedbom pokazuje se statistički značajno smanjenje težine točno određenih problema uslijed 15 radionica „Rastimo zajedno i mi“ programa ($z = 2,86$; $p < 0,01$).

Tablica 3. Glavne teškoće/ problemi koje roditelji žele riješiti kroz sudjelovanje u Programu i procjene koliko su im ti problemi teški PRIJE programa ($N = 70$) te teškoće/ problemi i procjene njihove težine POSLIJE Programa ($N = 65$)

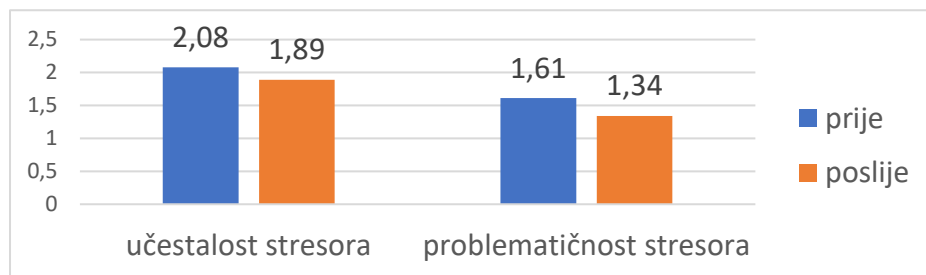
rbr	glavna teškoća/ problem PRIJE	težina PRIJE	glavna teškoća/ problem POSLIJE	težina POSLIJE
1	kontrola frustracije	5	kontrola frustracije	2
2	rješavanje sukoba između djece (svađe oko igračaka, ja sam prvi..)	6	kvalitetniji odnos s djecom	2
3	naučiti pravilno usmjeriti djecu i pritom ne zaboraviti na sebe i svoje potrebe	2	naučiti pravilno usmjeriti djecu i pritom ne zaboraviti na sebe i svoje potrebe	1
4	tražim pomoć oko blizanaca kako najlakše da im olakšam glasovnu analizu jer nitko živ pojma nema uključujući i vašu asistenticu koja uči za učitelja razredne nastave	6	kako rješavati teže oblike problema	1
10		2	strpljenje i razgovori s djecom	4
12	odgoj djeteta	5	odgoj djeteta općenito	5
13			osjetljivost djeteta	4
14	manjak autoriteta i konstantan neposluh i velika vezanost za mene		histerično ponašanje, divljanje, hiperaktivnost	2
15	strpljenje	4	strpljenje	2
16		5	razumijevanje odnosa s djetetom	3
17	da bivša žena komunicira sa mnom u vezi djeteta		odnos s bivšom ženom	5
18	da budem više strpljiva sa svojom djecom	6	imati više strpljenja	2
19	nejedenje, smiriti dijete	6	komunikacija	5
20	nemogućnost privatnosti	5	komunikacija sa suprugom i djecom	2
22	problem svojeg djeteta s ocem	6	da moje dijete manje pati	3
23		1	nedostatak razumijevanja	1
24	problemi s partnerom	5	komunikacija s djetetom	6
35	blizinu	6	oduzimanje djece iz obitelji	6
36	ponašanje svoga djeteta	4		2
38	promjene u odgoju djece	5	promjena u odgoju djece	3
39	s partnerom	6	s partnericom (ženom), sami smo si krivi	6
40	kontolirati bijes, naučiti smiriti dijete	5	tantrumi	2
41	kako se nositi s emocijama/ bijesom	6	povezivanje s djetetom	1

42	razmjena iskustava, socijalizacija	4	moje samopouzdanje kao roditelja, da se sin socijalizira	2
43	da riješim strah djeteta	5	uklapanje među djecu i otvorenija	2
44		5		2
45	ponašanje djeteta- udaranje	6	ponašanje djeteta- udaranje	3
46	ponašanje djeteta	4	ponašanje djeteta	1
47	viđanje djece s ocem	1	spavanje na vrijeme	3
48	odvođenje na spavanje	4	odlazak na spavanje	1
49	da bude mirnije	4	da bude mirnija	3
50	odlazak na spavanje	2	odlazak na spavanje	1
51			odlazak na spavanje	1
52	više da me sluša	3	više da me sluša	5
53	jasnije granice tolerancije	3	jasnije granice tolerancije	3
54	sa bivšim suprugom	6	obavljanje nužde na noni	2
55	ponašanje svog djeteta	2	razgovor i razumijevanje s djetetom	3
56	djetetovo nesvjesno mokrenje, odnos s bivšim suprugom	6	nositi se sa stresnim situacijama	2
57	problem/ neposlušnost najstarije kćeri	6	uspjeh najstarijeg djeteta u školi	4
58		4	komunikacija s obitelji	2
62	moje strpljenje i djetetovo samopouzdanje	5	sudski proces s kćerkinim ocem	3
63		3	razgovori, misli, izražaji	4
64	kako biti dobar roditelj	6	razumijevanje djece	6
65	odnos s djecom	2	biti pozitivan	2
67	uspavljivanje	3	igranje više sa djetetom	1
68	komunikacija, autoritet	5	komunikacija, slušanje	3
69	kako biti bolji roditelj	5	što kvalitetnije biti roditelj	2
71		5		1
72	prilagodba okolini	2		1
73	dijete mi je jako nemirno	5		4
74	kontroliranje bijesa moje kćeri	4		
75	komunikacija s bivšim partnerom	5		
76	da više vremena provodim s djetetom	6	odgoj oko djeteta	
77	odnos s djetetom, postupam li dobro kao roditelj	2	odnos s djetetom	1
78	hiperaktivnost djeteta	3	hiperaktivnost djeteta	2
79	nepoštivanje pravila	5	nepoštivanje pravila	3

Doživljaj roditeljstva prije i poslije sudjelovanja u Programu

Kako bismo provjerili je li kod roditelja nakon sudjelovanja u programu „Rastimo zajedno i mi“ došlo do (a) smanjenja učestalosti svakodnevnih briga roditelja i (b) smanjenja intenziteta problema, roditelje smo zamolili da prije i poslije programa procijene (a) koliko često su izloženi pojedinom potencijalnom stresoru (na skali od 0 – nikada do 5 – stalno) te (b) koliko im pojedini potencijalni stresor predstavlja problem (na skali od 0 – nimalo do 5 – puno).

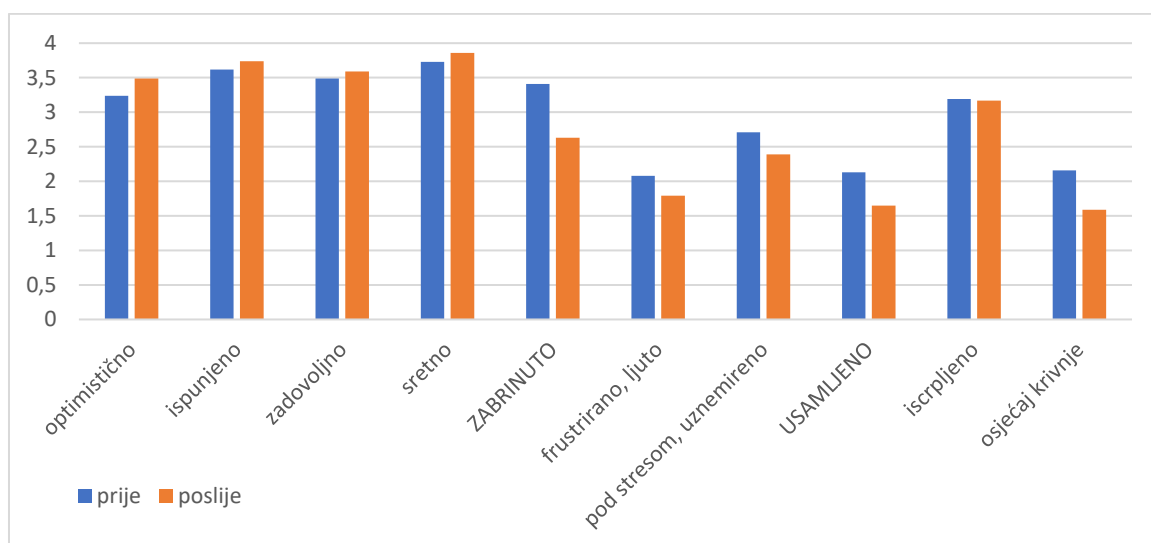
Rezultati pokazuju da su uslijed sudjelovanja u programu „Rastimo zajedno“ roditelji (a) opazili statistički značajno smanjenje učestalosti svakodnevnih briga roditelja ($t = 2,18$; $df = 65$; $p < 0,05$, $d = 0,27$) te (b) dotične potencijalne stresore počeli doživljavati manjim problemom/manje stresnima nego prije ($t = 2,97$; $df = 65$; $p < 0,01$, $d = 0,37$) (Slika 8.). Radi se o malom efektu kod smanjenja učestalosti stresora, a kod „problematičnosti“, tj. intenziteta stresora veličina efekta ide prema srednjoj.



Slika 8. Upitnik svakodnevnih briga roditelja (Crnic i Greenberg, 1990.) – N=78

O doživljaju roditeljstva zaključivali smo i temeljem iskaza roditelja na Indeksu roditeljskog morala (Troute i sur., 2009.) o učestalosti određenih ugodnih i neugodnih emocija (i kognicija) u roditeljskoj ulozi u posljednja dva tjedna (na skali od 0 – nikada do 5 – stalno).

Roditeljski moral, tj. psihološki resursi za suočavanje s izazovima roditeljstva povećao se nakon sudjelovanja u programu (Slika 9.). Roditeljski moral sudionika s početka programa ($M = 27,92$; $SD = 8,89$) manji je u odnosu na onaj poslije programa ($M = 30,77$; $SD = 8,42$) ($t = 2,34$; $df = 63$; $p < 0,05$, $d = 0,29$). Veličina efekta odgovarala je malom efektu.



Slika 9. Indeks roditeljskog morala (Trute i sur., 2009.) dva tjedna prije početka i dva tjedna prije završetka programa „Rastimo zajedno – i mi“ ($N = 67$)

Značajna razlika postignuta je u ukupnom rezultatu Indeksa roditeljskog morala (Trute i sur., 2009.) i na dvije pojedinačne čestice – nakon sudjelovanja u programu roditelji su se osjećali manje zabrinutima i manje osamljenima u roditeljskoj ulozi (Tablica 4.).

Tablica 4. Razlike u učestalosti pojedinih neugodnih emocionalnih stanja vezanih uz roditeljstvo (Indeks roditeljskog morala, Trute i sur., 2009.) prije i nakon programa „Rastimo zajedno – i mi“ ($N = 67$)

doživljaj	vrijeme mjerenja	M (SD)	t	df	p	d
zabrinutost	prije	3,48 (1,41)	3,41	65	0,001**	0,42
	poslije	2,73 (1,31)				
frustracija, ljutnja	prije	2,00 (1,31)	1,00	64	0,321	
	poslije	1,83 (1,28)				
stres, uznemirenost	prije	2,71 (1,45)	1,247	64	0,217	
	poslije	2,46 (1,37)				
usamljenost	prije	2,19	2,59	63	0,012*	0,32

		(1,65)				
	poslije	1,64 (1,55)				
iscrpljenost	prije	3,29 (1,40)	0,54	64	0,591	
	poslije	3,20 (1,37)				
krivnja	prije	2,07 (1,60)	1,87	66	0,066	0,23
	poslije	1,67 (1,47)				

Interakcija roditelja i djeteta prije i poslije sudjelovanja u Programu

Kako bismo provjerili jesu li roditelji uslijed sudjelovanja u programu „Rastimo zajedno i mi!“ povećali količinu pozitivnih, a smanjili količinu negativnih interakcija s djetetom, roditelje smo prije i poslije programa zamolili da procijene (na skali od 0 – nikada do 5 – stalno) koliko često su *u proteklih 7 dana*: a) pričali priču, čitali ili gledali slikovnicu, b) proveli pola sata ili više u igri s djetetom te c) pomagali djetetu da samo riješi neki problem (pozitivne interakcije s djetetom), kao i d) prijetili djetetu da će ga udariti te e) udarili dijete ili ga počupali (negativne interakcije s djetetom).

Zbog izrazito asimetričnih distribucija podaci su analizirani neparametrijskim Wilcoxonovim testom ekvivalentnih parova, koji je pokazao da su se nakon Programa djelomično povećale pozitivne te smanjile negativne interakcije s djetetom (Tablica 5.). Naime, roditelji su češće proveli pola sata ili više u igri s djetetom te rjeđe djetetu prijetili udarcem nego u sedmodnevnom razdoblju prije programa.

Tablica 5. Razlike u učestalosti pozitivnih i negativnih interakcija s djetetom u posljednjih 7 dana prije i nakon programa „Rastimo zajedno – i mi“ ($N = 65$)

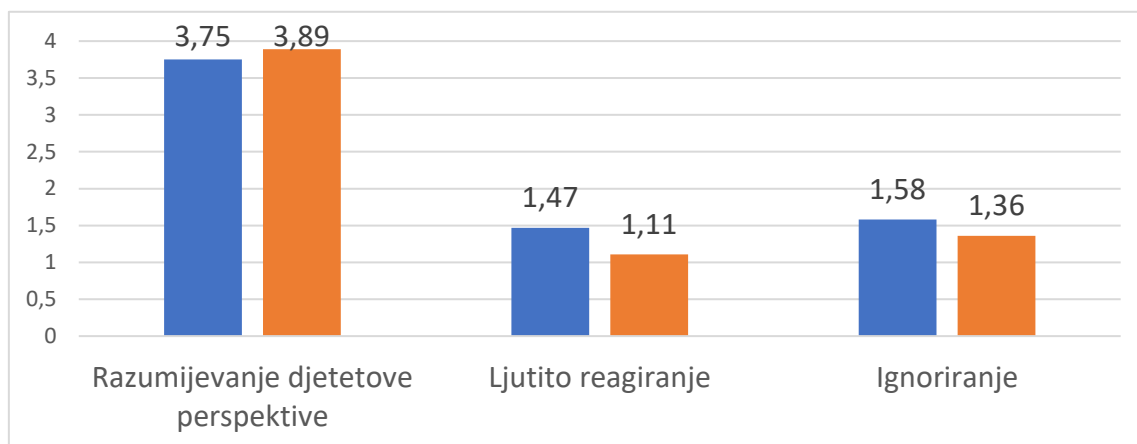
Koliko često ste u vrijeme mjerjenja	M (SD)	Z	p	
pričali priču, čitali ili gledali slikovnicu?	prije	2,83 (1,63)	0,47	0,64
	poslije	2,86 (1,39)		
	prije	0,97 (1,30)	3,33	0,001**

prijetili djetetu da ćete ga udariti (ali niste)?	poslije	0,52 (0,85)		
proveli pola sata ili više u igri s djetetom u kući ili izvan nje?	prije	3,75 (1,03)	2,27	0,023*
	poslije	4,03 (0,93)		
udarili dijete po ruci ili guzi, ili ga počupali?	prije	0,37 (0,65)	1,43	0,152
	poslije	0,23 (0,61)		
pomagali djetetu da <i>samo</i> riješi neki problem (npr. nešto složi ili napravi)?	prije	3,69 (1,27)	1,02	0,31
	poslije	3,54 (1,23)		

Također nas je zanimalo hoće li se nakon sudjelovanja u Programu promijeniti način na koji roditelji odgovaraju na djetetovo nepoželjno ponašanje.

Roditelji su prije i poslije Programa trebali procijeniti (na skali od 0 – nikada do 5 – stalno) svoje ponašanje kad dijete radi nešto što ih stvarno smeta na mjeri nastojanja da razumiju djetetovu perspektivu (Razumijevanje djeteta, Stattin i sur., 2011.) i na mjeri roditeljskih ljutih izljeva (Ljutito reagiranje Stattin i sur., 2011.) te na dvije čestice ignoriranja djetetovog nepoželjnog ponašanja.

Pokazalo se da sudjelovanje u Programu prati statistički značajna promjena samo u ljutitom reagiranju ($t = 3,10$; $df = 67$; $p < 0,01$, $d = 0,38$) koje je nakon programa rjeđe (Slika 10.). Pri tome je nekoliko roditeljskih ponašanja posebno doprinijelo inhibiciji iskaza ljutnje spram djeteta (Tablica 6.).



Slika 10. Roditeljske reakcije na djetetovo nepoželjno ponašanje – Razumijevanje djeteta i Ljutito reagiranje (Stattin i sur., 2011.) i ignoriranje – prije i poslije programa „Rastimo zajedno – i mi“ ($N = 68$)

Tablica 6. Razlike na česticama skale Ljutito reagiranje prije i nakon programa „Rastimo zajedno – i mi“ ($N = 67$)

LJUTITO REAGIRANJE	vrijeme mjerenja	M (SD)	t	df	d
Odmah se rasrdim i vičem na dijete.	prije	1,43 (1,27)	2,32*	66	0,28
	poslije	1,09 (1,06)			
Teško kontroliram svoju uzrujanost u takvim situacijama	prije	1,55 (1,56)	0,79	66	
	poslije	1,38 (1,30)			
Lako završim u svađi u kojoj vičemo jedno na drugo.	prije	1,46 (1,27)	3,10**	66	0,38
	poslije	1,02 (0,98)			
Razljutim se i „eksplodiram“.	prije	1,46 (1,53)	3,44**	66	0,42
	poslije	0,97			

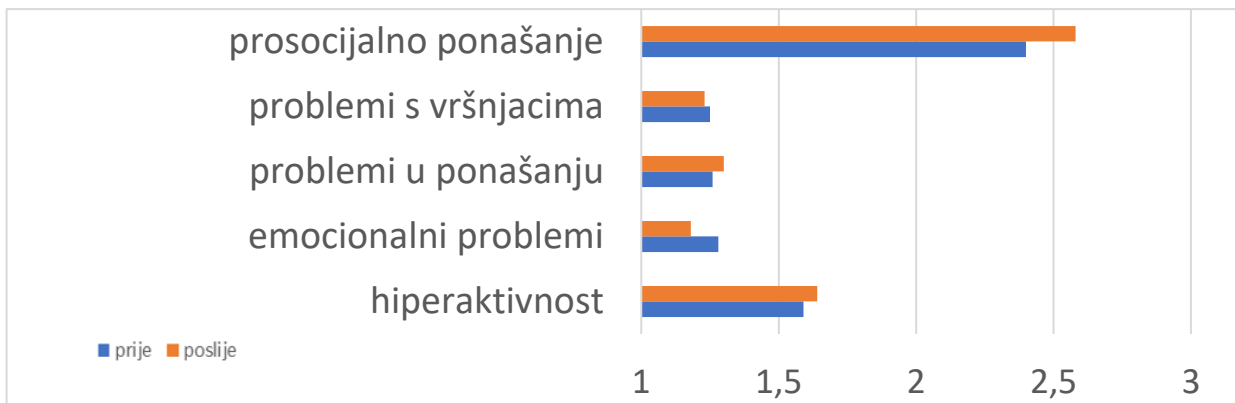
* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$

Konačno, provjerali smo jesu li roditelji uslijed sudjelovanja u programu „Rastimo zajedno i mi!“ postali zadovoljniji svojom igrom i odnosom s djetetom koje je sudjelovalo na radionicama. Zamolili smo ih da prije i poslije programa procijene (na skali od 1 – jako zadovoljan do 5 – jako nezadovoljan) koliko su zadovoljni time: (a) koliko vremena se igraju s djecom, (b) kako se igraju s djecom, (c) kako su oni sami raspoloženi kad se igraju s djecom te (d) kako su djeca raspoložena kada se igraju s njima.

Rezultati otkrivaju da je sudjelovanje u programu „Rastimo zajedno i mi!“ praćeno povećanjem zadovoljstva odnosom s djetetom (Tablica 7.). Kod povećanja zadovoljstva time koliko vremena se igraju s djetetom te kako su pri tom raspoloženi radi se o efektu srednje veličine, dok je veličina efekta na način igre i djetetovo raspoloženje mala.

Tablica 7. Razlike u zadovoljstvu igrom i odnosom s djetetom koje sudjeluje na radionicama prije i nakon programa „Rastimo zajedno i mi!“ ($N = 67$)

	vrijeme mjerjenja	<i>M</i> (<i>SD</i>)	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>p</i>	<i>d</i>
trajanje igranja	prije	2,21 (1,00)	3,27	65	0,002**	0,40
	poslije	1,88 (0,67)				
način igranja	prije	1,96 (0,93)	2,48	66	0,016*	0,30
	poslije	1,66 (0,57)				
vlastito raspoloženje tijekom igranja	prije	1,75 (0,88)	3,45	66	0,001**	0,42
	poslije	1,37 (0,52)				
djetetovo raspoloženje tijekom igranja	prije	1,33 (0,68)	1,80	66	0,077	0,22
	poslije	1,18 (0,42)				

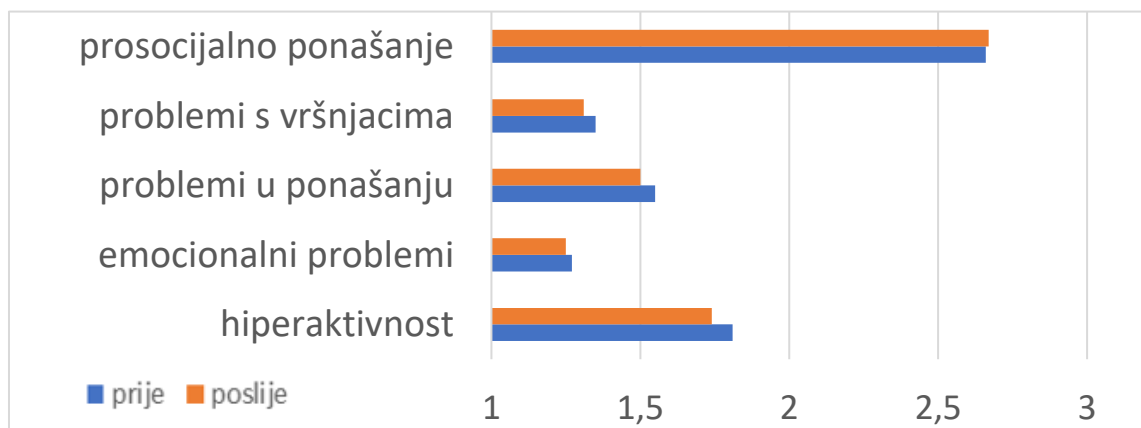


Obilježja djetetove prilagodbe

Upitnik snaga i teškoća djeteta (Goodman, 1997.) korišten je za procjenu djetetove prilagodbe, od strane roditelja i od strane voditelja radionica s djecom. Roditeljske procjene izraženosti pojedinih dječjih poteškoća prije i poslije sudjelovanja u programu „Rastimo zajedno – i mi“ nisu pokazale statistički značajnu promjenu niti na jednoj subskali navedenog upitnika (Slika 11.a), ali nisu niti ukazivale na postojanje većih teškoća kod djece koja su sudjelovala u Programu. Procjene koje su na Upitnika snaga i poteškoća djeteta dale voditeljice radionica s djecom idu u prilog nepostojanju većih teškoća kod djece te također nisu pokazale statistički značajnu promjenu niti na jednoj subskali (Slika 11.b). Pri tom napominjemo da je smanjenje emocionalnih simptoma/ problema bilo blizu granice značajnosti ($t = 1,74$; $df = 30$; $p = 0,09$) (Slika 11.b).

Slika 11.a Roditeljske procjene na Upitniku snaga i teškoća djeteta (Goodman, 1997.) (na skali od 1 – netočno do 3 – točno) prije i poslije programa „Rastimo zajedno – i mi“ ($N = 29$)

Slika 11b. Procjene voditeljica na Upitniku snaga i teškoća djeteta (Goodman, 1997.) (na skali od 1 – netočno do 3 – točno) prije i poslije programa „Rastimo zajedno – i mi“ (N = 31)



U

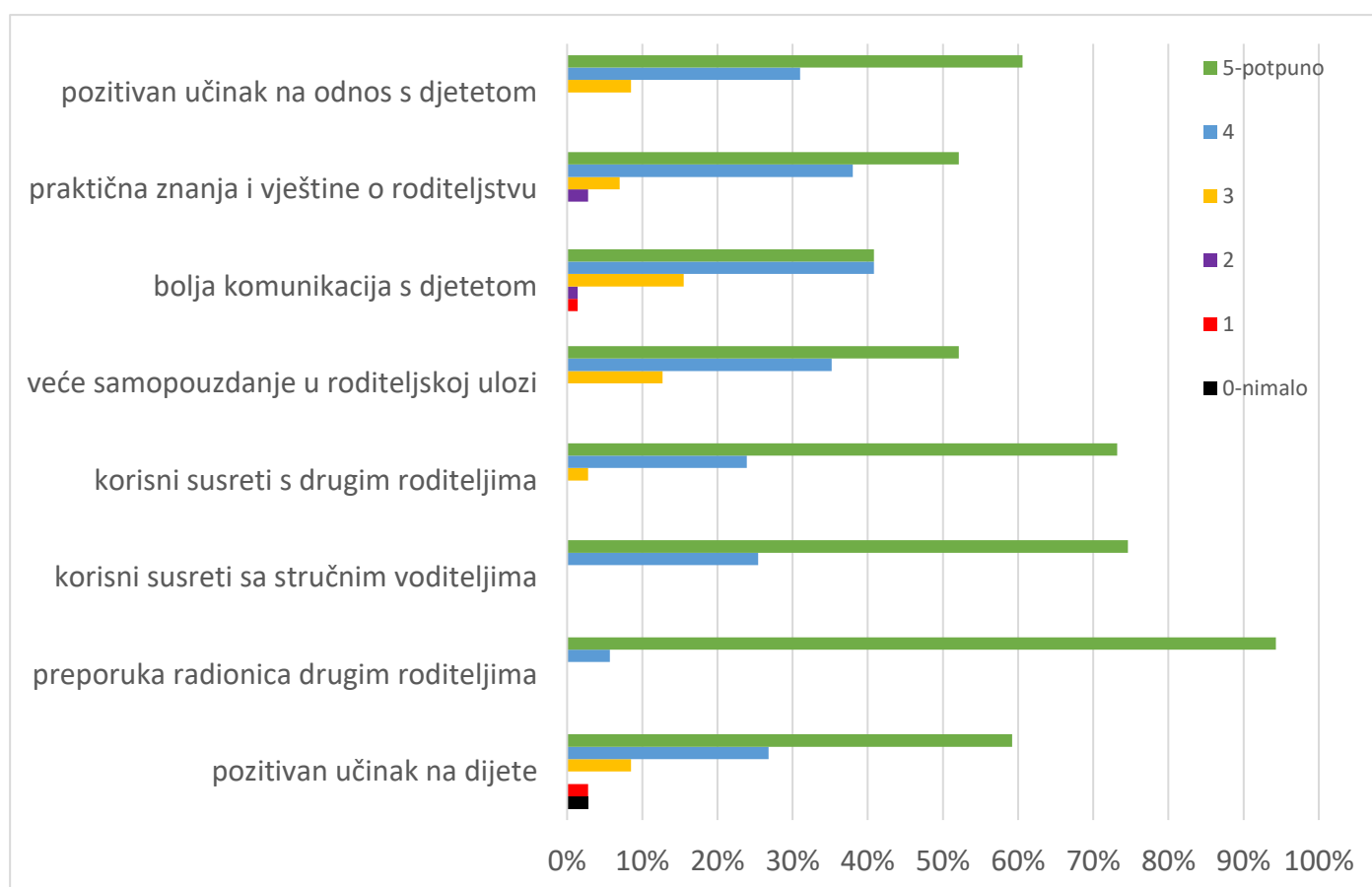
doživljaju djeteta, odnosno na Upitniku snaga i teškoća djeteta nisu utvrđene statistički značajne razlike nakon sudjelovanja u Programu, pri čemu je važno napomenuti da nisu svi roditelji ispunili navedeni upitnik te da su upareni podaci prije – poslije postojali samo za 29 djece.

Za 31 dijete roditeljski doživljaj djeteta nadopunjen je opažanjima voditelja radionica s djecom, koji su na temelju tjedne interakcije s djetetom također ispunili Upitnik snaga i teškoća djeteta. Iako se zbog malog broja ispunjenih upitnika o doživljaju djeteta ne mogu uočiti značajne razlike na početku i na kraju programa, svakako se uočava da među roditeljskim doživljajem djeteta i opažanjem voditelja radionica s djecom postoji konsenzus oko povećanog prosocijalnog ponašanja kod djeteta nakon sudjelovanja na grupnim radionicama s djecom.

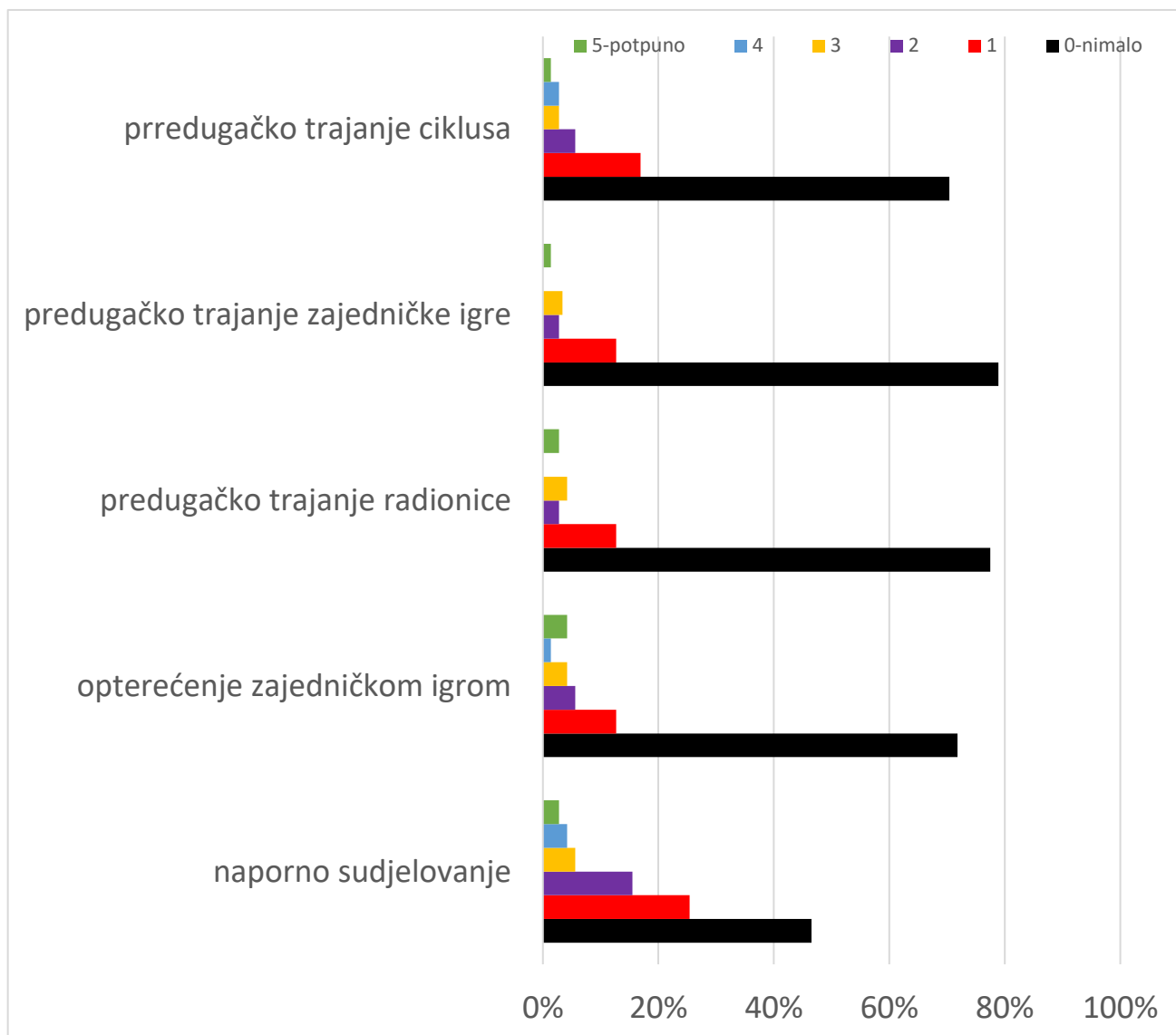
Zadovoljstvo sudionika Programom

Po završetku programa „Rastimo zajedno i mi!“ roditelje smo zamolili da procijene svoje zadovoljstvo Programom i njegovu korisnost za njihov odnos s djetetom.

Rezultati ukazuju na visok postotak slaganja s česticama koje ukazuju na zadovoljstvo (Slika 12.) te nizak postotak slaganja s česticama koje ukazuju na nezadovoljstvo programom (Slika 13.), zbog čega možemo zaključiti da su sudionici zadovoljni onime što su dobili od sudjelovanja u Programu.



Slika 12. Postotak slaganja roditelja (na skali od 0 – nimalo do 5 – potpuno) s pojedinom tvrdnjom kojom se iskazuje zadovoljstvo programom „Rastimo zajedno i mi“ (N = 71)



Slika 13. Postotak slaganja roditelja (na skali od 0 – nimalo do 5 – potpuno) s pojedinom tvrdnjom kojom se iskazuje nezadovoljstvo programom „Rastimo zajedno i mi“ (N = 71)

Kvalitativni podaci o ishodima sudjelovanja u Programu

Izvor kvalitativnih podataka o ishodima Programa u drugoj pilot-provedbi također su spontani iskazi roditelja o promjenama koje su primijetili u odnosu s djecom, u dječjem i svom ponašanju te u odnosu s drugim roditeljem, a koje pripisuju uvidima, znanjima i iskustvima stečenim na radionicama. Baš kao i tijekom prve pilot-provedbe Programa, roditeljske i dječje iskaze voditelji su bilježili u svojim izvještajima nakon svake od 15 radionica, uz vlastita zapažanja promjena u navedenim područjima kojima su svjedočili tijekom radionica. Analiza njihovog sadržaja ukazuje na nekoliko razina na kojima roditelji uočavaju promjene kod sebe i djeteta te u bliskim odnosima (od osvještavanja novih uvida, preko pripreme za nova ponašanja do realizacije promjene na planu ponašanja). Ilustrirati ćemo ih s nekoliko voditeljskih citata roditelja i napomena samih voditelja.

- **Novi uvidi, veća svjesnost i osjetljivost**

O SEBI:

- *Mislila sam kako je sve što činim krivo, ali ovdje sam shvatila da i nisam tako loša.*
- *Uvidjela sam da ja moram nešto mijenjati, a ne dijete.*
- *Druga majka je navela da će ubuduće voditi računa o svojim potrebama, a ne uvijek biti „žrtva“.*
- *Složile su se s „formulom samopoštovanja“, i jedna majka je rekla onako shvativši to: „Aha! Pa da, istina.“*
- *Razmišljala je o svojim „lopticama“ i o tome kako sada drugačije gleda na traženje pomoći...*
- *Mama je navela kako joj se mijenja perspektiva „nije sve crno, dramatično“,*
- *Majke uočavaju da su otrovne poruke u stvari ti-poruke. Jedna komentira: „Vidim da treba koristiti ja-poruke.“*
- *...kod nas je TV upaljen cijeli dan bez obzira da li ga netko gleda ili ne...nastojat ću to promijeniti jer sada kada razmislim to mi se čini jako pametnim dok prije o tome nisam uopće mislila ništa...*
- *Jedna mama je bila dirnuta do suza i verbalizirala da nakon dugo vremena prvi puta razmišlja o sebi i svojim osjećajima.*

O ODNOSU S DJECOM:

- *Sada prepoznajem kako sinu ne dopuštam dovoljno da bude samostalan.*
- *Jedna mama je istaknula kako joj je to „otvorilo“ oči jer ju je do sada bilo strah da se roditelj ne treba ispričavati djeci s obzirom da se njeni roditelji njoj nikada nisu ispričali za neprimjerene reakcije.*
- *Dosad najtiša mama nadovezala se da osvještava da „kako se odnosiš prema djetetu tako se i ono prema tebi odnosi.*
- *Nakon vježbe imaju uvid u to da je djeci potrebno govoriti što od njih očekujemo ili što će se dogoditi.*
- *Moje dijete zna što smije, a što ne smije, no ne zna što ja očekujem i koje su posljedice ako se ne pridržava pravila.*
- *Uvidjeli kako jedna jednostavna radnja za odrasle zahtjeva niz koraka za djecu.*
- *Tata imao nekoliko a-ha trenutaka u dijelu kada smo govorile kako prepoznajemo kod djeteta da nas treba i što treba od nas.*
- *Prepoznala se u situaciji kada majka ne obraća pažnju na dijete te smatra da je njezino ponašanje utjecalo na funkcioniranje najstarijeg sina koji je najviše bio „pogođen“ sukobima među roditeljima.*
- *Ističe kako ubuduće stvarno mora pronaći barem pola sata dnevno da nešto zajedno radi sa sinom, što će njega, već vidi, jako obradovati jer se do sada pravdala nedostatkom vremena.*
- *Uvidjela sam kvalitetniji pristup prema djeci.*
- *Smatram uspjehom što sam shvatila koliko su pravila važna ne samo za moju djecu nego za cijelu obitelj.*

O ODNOSU S DRUGIM RODITELJEM:

- *Jedna mama nam je rekla kako je osvijestila koliko loše na djecu djeluje svađanje u njihovoj prisutnosti.*
- *Uvidjela je da treba riješiti određene probleme s bivšim partnerom kako bi to što manje utjecalo na djecu.*
- *Teško uspostavlja komunikaciju s bivšim suprugom, ali joj je drago da su je ove radionice na neki način „osvijestile“ te sada uviđa da postoji više načina komuniciranja.*

• **Priprema za promjenu**

U ODNOSU S DJECOM:

- *Pita da li joj se mogu isprintati zadnja tri slajda iz ppt prezentacije (kako roditelj podržava zadovoljavanje djetetovih potreba za povezanošću, samostalnošću i uspješnošću).*

- *Jedna mama sa zanimanjem propituje što je to „roditeljsko oduševljenje“.*
- *Jedna majka je saznala od druge kako u osnovnoj školi u dijelu grada gdje ona živi jedan dan u tjednu organiziraju čitanje bajki djeci te se oduševila tom informacijom i izjavila kako će voditi djecu tamo.*
- *Jedna majka je slikala iznijete odgovore (aktivnost „Moje dijete se žali“) te ih slala cijeloj grupi (majke su formirale grupu na mreži).*

U ODNOSU S DRUGIM RODITELJEM:

- *Nakon izlaganja, postavljaju pitanja vezana uz konkretne situacije kao: „Ne mogu kupiti kćerki medvjedića jer nemam novaca s obzirom da mi otac ne plaća uzdržavanje, kako da odgovorim, a da ne ocrnujem drugog roditelja, da zaštitim i dijete, i sebe?“*
- *Kako da objasnim da otac njoj ne može kupiti igračku, jer nema novaca, a kupuje hodalicu za dijete koje se rodilo kumovima, a da ga ne ocrnim?*

• **Opažena promjena ponašanja**

KOD SEBE:

- *Više sam se trudila oko aktivnog slušanja. Nastojala sam ostvariti komunikaciju oči u oči, prekidala sam posao da saslušam i to je rezultiralo da sve radim opuštenije, mirnije i vremenski efikasnije. Svi smo mirniji.*
- *Nakon radionice sam bila puno mirnija, lakše sam prihvaćala i neke teške situacije.*
- *Majka koja ima petero djece rekla je da je njoj bilo posebno lijepo jer je nakon dugo vremena posvetila malo vremena sebi.*
- *Pokušava djelovati kod kuće na pozitivne načine koje je čula na predhodnim radionicama, da nekad ide, nekad ne ide, no da je odlučila biti ustrajna u pozitivnim postupcima.*
- *Jedna majka navodi kako je primjenila nešto naučeno od prošlog puta (kada je bila ljuta otišla je napraviti krug oko zgrada da se „ispuše“).*
- *Jedna mama se požalila na starije članove obitelji koji djeci govore da ih ne vole kada su neposlušna, a osjeća se loše jer se ne usudi suprotstaviti. Osnajena je i zajedno smo smislile način kako to može iskomunicirati.*
- *Dvije mame nakon radionica odlaze zajedno i u park, a njihova djeca su 3,5 godina. Sklapaju nova prijateljstva.*
- *Jedna majka je utvrdila da zapravo kroz ove radionice počinje opraštati svojim roditeljima jer uviđa da nisu znali bolje i da ih nije imao tko naučiti te da joj se čini kao da konačno dolazi u mir vezano uz njen odnos prema njima.*
- *Puno koristim „otvarače“.*
- *Počela sam primjenjivati ja poruke, no teško mi je, ali se snalazim, to treba još vježbati.*

- *Prije radionica bih se ocijenila s dvojkom, sada mislim da sam bolja i težim četvorki, ne mora biti baš petica. Uočavam razlike između mene i mojih roditelja.*
- *Sin je rekao mami kako je manje ljuta otkada ide u školu, misleći pritom na naše radionice.*
- *Ulovila sam se da govorim kako ne bih htjela i onda sam se trudila ispraviti.*
- *Sad sam snažnija i optimističnija.“*
- *Uspoređuju početne i završne upitnike: kod mene su se neki lončići smanjili, manje sam frustrirana, više optimističnija.*
- *Dosta mi se toga promijenilo u životu, od kada sam se uključila u ove radionice. Tek sam sada započela voditi brigu o sebi. Jako sam zadovoljna, svim bih roditeljima sugerirala da se uključe.*
- *Pomoglo mi je da imam više strpljenja, da ono što sam pročitala iskusim osobno i sa drugim članovima grupe, da vidim da i drugi imaju iste probleme kao i ja.*
- *„Naučila sam da sam i ja važna.*
- *Stekli smo nove vještine, samopouzdanje, znanje.*
- *Ove radionice mi pomažu da ne ponavljam greške svojih roditelja, jer znam kako je meni bilo.*

U ODNOSU S DJECOM:

- *Komentiraju kako primjećuju razliku kod sebe - od kada su krenule na radionice da se mirnijim tonom obraćaju djeci, ne viču odmah na prvu stvar, više ih grle i razgovaraju s njima.*
- *Mame govore kako ih se jako dojmila igra iz zajedničkih aktivnosti „Sađenje vrta“. Jedna mama rekla kako je „fenomenalno dobra za umirivanje djeteta prije spavanja“ pa ju je više puta ponovila.*
- *Mama djevojčice navodi kako su se često kod kuće igrale igara sa zajedničkih aktivnosti.*
- *Jedna mama istaknula je da je potaknuta informacijama dobivenim na prošlotjednoj radionici uvela novo pravilo prije spavanja te to smatra svojim uspjehom.*
- *Mama trogodišnjaka navodi kako sada njen sin ide na spavanje u isto vrijeme.*
- *Jedna majka je iznijela da joj dobro dođe da se odmakne od djeteta i da razmjeni iskustva s drugim roditeljima te da se ni jednom u ta tri tjedna nije „zaderala“ na dijete.*
- *Jedna mama iznijela događaj s kćerkom u kojem nije iskazala ljutnju, a dijete joj je reklo: „Mama kaj ti je?! Prošli puta si vikala kada sam to napravila.“*
- *Pozitivno iskustvo nakon takvog druženja sa svojom djevojčicom (vrijeme samo za nas), koje je za obje bilo novo i drugačije.*
- *Tata je rekao da su svaki dan čitali slikovnice budući da je protekli tjedan bio na godišnjem odmoru pa je imao vremena da se više posveti djetetu. Pored toga, bio je sa*

sinom 1. svibnja gledati utrke s džipovima i sin je s njim išao u grad pa su tu priliku iskoristili za učenje novih stvari.

- *Roditelji koji su bili prošli puta kažu da su uveli čitanje slikovnica s dramskim efektima što se jako dopalo njihovoj kćeri.*
- *Jedna mama je navela kako su u međuvremenu bili u knjižnici, posudili nekoliko slikovnica i iznenadila se koliko je njen sin (4 god.) pokazao interes za „čitanje“ istih, a gura se i kod starije sestre i želi slušati i ispituje ju o knjigama koje ona čita. Planiraju otići po druge slikovnice.*
- *Jedna mama je na kraju zadnje zajedničke aktivnosti na radionici u kojoj djeca skaču na jastucima rekla sinu: „Već je kasno i moramo doma, ali možeš još jednom do deset skakat po jastucima i onda idemo doma.“*
- *Roditelji pronalaze i upisuju dosta toplih poruka koje upućuju djeci otkada dolaze na naše radionice.*
- *Roditelji navode kako im je sve lakše verbalizirati djeci očekivanja, da su to do sada uglavnom izostavljali, ali da nije tako zahtjevno.*
- *Navela da je u određenim ponašanjima djeteta pokušavala razmišljati o tome koja je potreba kod djeteta nezadovoljena.*
- *Podijelila svoje iskustvo s drugim mamama o tome koliko je dijete bilo sretno kad ga je poslušala da „idu biciklom do logopeda, a ne autom“.*
- *Ponosna sam na to kako sam pripremila dijete prošli tjedan za posjet liječniku u Zagrebu. Ranije je bilo uvijek problema. Druga majka se pridružuje u podjeli: „Ista stvar. Pripreme djeteta za popravljavanje zuba.“*
- *Otac je rekao da je on bio zadovoljan načinom kako je usmjeravao sina i poučavao ga kroz različite aktivnosti i zajednički rad.*
- *Mama, koja je na prethodnoj radionici, shvativši kako je kroz cijeli dan u njihovom domu uključena TV, odlučila kako neće više biti tako, sada kaže kako se „ustvari ništa strašno nije dogodilo“, njihovo dvoje djece kao da to nije niti primijetilo, no zato se sada više igraju (plastelinom, crtaju i sl.).*
- *Jedna mama je navela da je djecu mazila i grlila još više i da se nisu bunili, a druga da su se još više igrali i da je dijete s tim bilo baš zadovoljno.*
- *Mama trogodišnjaka navodi kako ona uvijek pokušava u odnosu sa svojim djetetom koristiti ono što čuje na radionici... nekad joj to ide bolje, nekad nikako, a nekad dobro...ovo s JA-porukama je teško, ali želim ih koristiti kad god mogu... dobro sam razumjela njen sastav: prvo..opišem djetetovo ponašanje, pa što mi smeta, zašto brinem i onda...što želim.... super mi je to..., ali ipak ponekad se mora koristiti i TI- poruka jer je kratka i brza, barem kao „prvu pomoć“ je ...vidim ja da on dobro reagira na moju JA-poruku, TI-poruka ga malo „strese“ ...*

KOD DJECE:

- Vidim rezultate od ovih radionica kod mojeg djeteta.
- Mama petogodišnje djevojčice navodi da je njen uspjeh što je njena kćerka cijelu prošlu radionicu bila s djecom i nije dolazila k njoj – poštivala je njihov dogovor.
- Kod djece su primijetile da su „bolji“ - „slušaju me što kažem“, dolaze se pomaziti sami od sebe i govore „volim te, mama“.
- Jedan tata iznio je kako je njihova kćer (6 god.) počela pokazivati interes za množenje, a čemu se pridružio i njihov sin (3 i pol godine) koji od starije sestre uči i brojanje na engleskom jeziku.
- Dijete više nema tako izraženih ispada.
- Najmlađi dječak koji je prilično sramežljiv, jako je napredovao od početka radionice kada je plakao, do samog kraja kada je sudjelovao u aktivnostima, igrao se sa drugom djecom i voditeljicama te djelovao veselo i zadovoljno.
- Pozitivni pomaci su vidljivi u ponašanju dječaka koji se inače teže odvaja od majke, ali i onog koji ima ispade bijesa i plača kada je vrijeme pospremanja igračaka- koliko pozivanje na pravila dobro utječe na njihova ponašanja.
- Zamjetili smo promjene u njegovu ponašanju – manje udara, grebe i čupa ostalu djecu, više se smije.
- „I ja doma pomažem mami u spremanju igračaka!“ (izjava djeteta na radionici)
- Vidljivo je kako je postignut napredak u otvorenosti i opuštenosti kod djece npr. jedna djevojčica je na početku znala reći „mene je sram“, dok sada ne da ne izražava sram već je javlja da sudjeluje u aktivnosti.
- Djevojčica koja ima govornih teškoća i do sada je bila teže dostupna, dopustila je da joj stavim pregaču, samoinicijativno mi je davala ruku. Kod nje je vidljiv veliki napredak u neverbalnoj komunikaciji.
- Drugi dječak je postao društveniji, želi se igrati i djeliti stvari, što prije nije bio slučaj.
- Neka djeca su naučila nove boje, dijelove tijela, ali i dijeliti određene igračke.

U ODNOSU S DRUGIM RODITELJEM:

- Jedna mama navela je kako je na prošloj radionici odlučila da će biti „strpljivija u odnosu na svog supruga i ne dokazivati da je uvijek u pravu u svađama“, a ispalo je da se u međuvremenu nisu ni posvađali.
- Tijekom radionica poboljšala komunikaciju sa suprugom te je i on postao svjestan toga.
- Mama koja je rekla da će prvo vježbati sa svojim suprugom JA- poruke navela je kako se manje ljuti na supruga.
- Jedna mama je iznijela kako je kroz ovaj period značajno poboljšala komunikaciju s bivšim partnerom i njegovom obitelji, koja je ranije bila prestala.
- Uspjela s mužem dogovoriti da on bude s djecom, a da ona svako-toliko otiđe na kavu s prijateljicom.

- *Otac koji je u procesu razvoda izjavio je kako vodi računa da djeci ne govori ništa loše o majci, ali da to njegovi roditelji ponekad zaborave, komentirao je kako će mu ove priče pomoći da svojim roditeljima objasni kako se njihovi unuci osjećaju.*
- *Jedna mama je razvedena i ne može se većinu toga s ocem djeteta dogovoriti, iako navodi da je spremna na dogovor i da su nedavno postigli prvi veći dogovor, navodi da se na takav razgovor ohrabrila temeljem podrške na našim radionicama.*
- *Majke komentiraju kako njihovi partneri nisu otvoreni za razgovor o roditeljstvu na način koji one uče na radionicama. Počele su s njima razgovarati o tome što bi voljele promijeniti i kako bi oboje mogli uvesti te promjene, no neke su naišle na veliki otpor.*
- *Jedna mama priznaje kako, iako sama kod sebe uočava „promjene na bolje“ doživljava stalnu kritiku supruga.*

Zaključak evaluacije drugog pilota Programa

Rezultati analize ishoda druge pilot-provedbe programa „Rastimo zajedno i mi“ s 13 grupa roditelja i djece pokazuju da nakon sudjelovanja u programu roditelji:

- imaju pozitivniji doživljaj roditeljstva – smanjena je razina roditeljskog stresa, a povećana razina roditeljskog morala
- češće provode pola sata ili više u igri s djetetom u kući ili izvan nje
- rjeđe na dječje nepoželjno ponašanje reagiraju izljevima ljutnje i rjeđe prijete djetetu batinama
- zadovoljniji su odnosom s djetetom koje je sudjelovalo na radionicama s djecom – povećano je roditeljsko zadovoljstvo trajanjem i načinom igranja s djetetom te svojim vlastitim raspoloženjem pri igranju s djetetom
- primjećuju povećanje prosocijalnog ponašanja kod djeteta koje sudjeluje u radionicama s djecom, kao i voditeljice radionicama s djecom.

Navedeni rezultati evaluacije druga pilot-provedba programa „Rastimo zajedno i mi!“ govore u prilog djelotvornosti programa u postizanju očekivanih ishoda u području doživljaja roditeljstva i interakcije s djetetom, tj. roditeljskog ponašanja.

Evaluacije je ukazala i na zadovoljstvo roditelja i voditelja opaženim promjenama kod roditelja i djece te programom koji je do toga doveo. Dodatni uvid u roditeljske potrebe i ciljeve stekli smo i kroz njihove odgovore na pitanja o tome koju poteškoću bi htjeli riješiti sudjelovanjem u programu te koliko im je ona opterećujuća. Odgovori su pokazali trend smanjivanja intenziteta teškoće nakon programa.

Međutim, evaluacija je otkrila i segmente programa u kojima nisu postignuti očekivani ishodi. Daljnje unapređenje programa kao i njegove evaluacije su pred nama.

Konačno, važno je ovdje istaći da se opisani postignuti rezultati programa „Rastimo zajedno i mi“ ne mogu pripisati samom sadržaju programa, nego i njegovoj provedbi pri čemu su ključnu ulogu imali ogroman trud, posvećenost i sposobnosti voditeljica i voditelja te kvaliteta sustava njihove stručne podrške.

3.2 Evaluacija dugoročnih ishoda Programa

K. Bušljeta i N. Pećnik

Kako bismo se upoznali s roditeljskom percepcijom dugoročnih učinaka njihovog sudjelovanja u programu „Rastimo zajedno i mi“ provedeni su u lipnju 2019. telefonski intervjui s 34 roditelja, odnosno 46% sudionika prve pilot-provedbe Programa koja je završila u lipnju 2018. godine. Razgovaralo se s majkama (76%) i očevima (24%) iz 12 od 14 skupina koje su sudjelovale u programu u obiteljskim centrima u Bjelovaru, Krapina, Požegi, Puli, Rijeci, Sisku, Splitu, Šibeniku, Varaždinu, i Vukovaru te u Dječjem domu Nazorova i dječjem vrtiću V. Nazora u Zagrebu.

Polustrukturirani intervjui trajali su od 30 do 60 minuta, a provodila ih je prva autorica, uz uvažavanje svih etičkih standarda. Razgovor je bio usmjeren na mišljenje o programu Rastimo zajedno, s vremenskim odmakom. Glavno istraživačko pitanje odnosilo se na promjene kod sebe, djeteta, u međusobnom odnosu i u odnosu s drugim roditeljem koje pripisuju sudjelovanju u programu.

Roditelji su spremno iznijeli primjere utjecaja koje je sudjelovanje u programu imalo u kontekstu njihovih vrlo različitih životnih situacija i podijelili iskustva o tome koliko su ih radionice osnažile u podršci djetetovom razvoju i prevladavanju teškoća u odnosu s djecom ali i u drugim životnim ulogama, osim roditeljske. Ovdje ćemo iznijeti vrlo sažeti prikaz roditeljskih iskaza po nekoliko tematskih područja.

O promjenama koje su i danas prisutne u odnosu s djecom

- *razgovaramo na drugačiji način, manje zapovijedan i s razumijevanjem*
- *veću pozornost obraćam kad joj se obraćam – prekinem što radim i lijepo joj se obratim*
- *osvijestila sam si da ne valja po guzi*
- *prije sudjelovanja sam dopuštala sinu što god je htio, popuštala sam, sada postavljam granice*
- *sad kad dijete ima ispade, lakše mi je i znam kako mu pomoći, a prije sam i ja zajedno s njim počela plakati i nisam znala što bih*
- *prije su djeca smetala pa im daš mobitel i crtiće, a sada se uključuju u sve poslove, prilagođeno njima... sad baš nešto na kući renoviramo pa i oni pomažu*
- *prije nikad to nisam radila s njima, ja bih npr. bojala s njima, igrala odbojku, ali ove igre, ovako intenzivno roditelj - dijete, nije mi palo na pamet*
- *prije radionice nisam čitala s njima priče, a sada sam se učlanila u Mozaik knjigu i sjednemo, pročitatmo priču pa mi oni prepričaju*
- *prije nas je 4 trebalo držati da joj se izvadi krv, a sad joj objasnim što će raditi tamo*

O promjenama koje su i danas prisutne kod djece

- *jedno od djece je počelo komunicirati, izražavati se... samo sam trebala biti s njima jer im treba pažnje, a to sam dokučila nakon radionica*
- *nakon radionica sin je počeo govoriti „moramo slušati jedni druge“, „nema upadanja u riječ“ i tako te neke svakodnevne situacije je usvojio i ono što sam mu ja govorila kad mu je rekao netko drugi, na neki drugi način na radionicama, odmah je prihvatio*
- *kćeri se nakon radionica više druže, nisu ni išle u vrtić, tek tada su se igrale u grupi pa je to bilo dosta korisno da se i one socijaliziraju*
- *dosta se sad promijenila, počela je shvaćati i prihvaćati da nemam i da ću joj kupiti kad imam i kad mogu*
- *ja sam bila na nekoj distanci, ona je to osjetila i pokazivala agresivnim ponašanjem (udaranje, grizenje, odgovaranje), a kroz radionice sam ja shvatila gdje griješim i kako trebam s njom i sada nema toga – sve se svelo na normalnu i razgovor*

O promjenama koje su i danas prisutne kod samih roditelja

- *danas se puno lakše nosim sa zahtjevima roditeljske uloge i ako zapnem, znam gdje se mogu obratiti te znam i kako sama sebi pomoći*
- *osnažila sam se i osamostalila – tijekom radionica sam podnijela zahtjev za razvod, a kasnije se i odselila u drugi grad i sad tu živim i radim*
- *bolje reagiram u stresnim situacijama*
- *prihvaćam da nekad ne mogu stići sve, ne mogu napraviti sve kako treba u kući, ali ne mora sve biti savršeno i ne mora sve biti ‘po pe esu’, važnije je slagati legiće ili odvesti dijete u park*
- *neću si više dozvoliti da se bojim nekoga, a bivšeg supruga sam se bojala...sad mi je najbitnije da smo ja i moje cure sretno*
- *u redu je odvojiti vrijeme za sebe i ne osjećati grižnju savjesti zbog toga*
- *nakon radionica sam skupila hrabrost da promijenim struku – odlučila sam dati otkaz u dućanu i otišla sam se školovati za zaštitara, što sam jako htjela i sad radim i uživam.*

O promjenama koje su i danas prisutne u odnosu s drugim roditeljem

- *bolje se slažemo i raspoređujemo kućanske poslove – veća uključenost supruga*
- *suprug i ja smo si uzajamna podrška sada, nije protiv mene, nego ustraje skupa sa mnom u cilju koji želim postići kod djece i dosta su mi pomogle radionice da razgovaramo o tome*
- *suprug i ja se bolje dogovaramo i manje se svađamo*
- *sada nalazim vrijeme i za partnera i za sebe*
- *s bivšim suprugom sam tolerantnija i komuniciram... ne znam bi li sama do toga došla*

- *naš odnos se nije popravio, ali prije se nisam usudila ovako na glas o tome razgovarati niti razmišljati, a jedina misao koje se meni javila pred kraj radionica da možda to moje silno inzistiranje na ostajanju u ovoj zajednici ovakvoj kakva je, možda nije dobro, možda ima i nekih drugih načina na koje se može organizirati život...i u tome mi je radionica pomogla*

Umjesto zaključka, naglašavamo važnost kontinuirane podrške roditeljima uz još jedan citat sudionice evaluacijskog istraživanja provedenog godinu dana nakon završetka Programa:

Ako nemaš podršku od najbližih, obitelji, onda na neki način čovjek će tonuti i svejedno ti za sve i ne želiš se zamarati ničime, a ako imaš podršku možeš osvojiti Mt. Everest.