



Usamljenost

Kolegij: Inkluzivni pristup odnosu s
vršnjacima

Nositelj: doc.dr.sc. Anamarija Žic Ralić

Diplomski studij Edukacijske rehabilitacije

POJAM I POJAVA USAMLJENOSTI

- Usamljenost se definira kao krajnje neugodan osjećaj koji se javlja radi nezadovoljene potrebe za pripadanjem i intimnošću (Moustakas, 1961)
- Osjećaj usamljenosti razvija u ranoj dobi, te ukoliko se na njega ne obrati pažnja i ne provedu određene strategije prevencije, može perzistirati u adolescenciji i odrasloj dobi.
- Pojedinci koji se osjećaju usamljenima ne ostvaruju kontakt sa svojom okolinom, stoga se ne osjećaju povezanima s drugim ljudima (Shaughnessy, 2008.)

POJAM I POJAVA USAMLJENOSTI

- Ukoliko u interpersonalnoj interakciji pojedinac ne može zadovoljiti potrebe za pripadanjem i intimnošću, javlja se osjećaj usamljenosti koji kao rezultat negativnog socijalnog iskustva ima negativne posljedice na svim razvojnim područjima – socijalnom, emocionalnom i kognitivnom području.
- Weiss (prema Shaughnessy, 2008.) razlikuje usamljenost kao rezultat **emocionalne izolacije** (nedostatak bliskog emocionalnog kontakta i privrženosti s drugom osobom) te **socijalne izolacije** (nerazvijena socijalna mreža; izoliranost i nepripadanje socijalnom krugu).

Čimbenici usamljenosti

- Obiteljski čimbenici - odnosi unutar obitelji, privrženost, sukobi i razvod roditelja, preseljenje u novu sredinu, školu ili susjedstvo, gubitak prijatelja ili kućnog ljubimca, smrt bliske osobe itd.
- Čimbenici djeteta i njegove karakteristike - sramežljivost, introvertiranost, pasivnost, anksioznost, nisko samopoštovanje, slabije razvijene socijalne vještine (Demir i Tarhan, 2001.; Junttila, 2010., prema Kokorić i sur., 2010.).

Čimbenici usamljenosti

- Teškoće u kognitivnoj preradi informacija
 - Djeca ne razumiju kako se moraju ponašati da bi bili „dobar prijatelj“, kakav odnos to zahtijeva, koje su osobine dobrog prijatelja, kako ostvariti kompromis da bi održali prijateljstvo, što oni sami mogu očekivati od svojih dobrih prijatelja i sl.

Čimbenici usamljenosti

- Teškoće u ponašanju i socijalnoj interakciji
 - Teškoće u ostvarivanju ponašanja primjerenog socijalnom znanju koje posjeduju.
 - Primjerice, dijete se igra sa vršnjacima i posjeduje znanje o tome da mora čekati svoj red. Međutim, nestrpljivost može dovesti dijete do frustracije, na što ono reagira agresivnim ponašanjem ili plakanjem. Obilježja takvog ponašanja utječu na vršnjake koji mogu izbaciti dijete iz igre, što dovodi do još veće frustracije i konačno, utječe na usamljenost.

Čimbenici usamljenosti

- Usvajanje bihevioralnih stavova odbačene djece
 - Ponekad govor i ponašanje usamljenog djeteta upućuje da dijete ima nisko samopouzdanje i samopoštovanje i da ne očekuje biti prihvaćeno u grupi vršnjaka.
 - Primjerice, dijete se želi pridružiti skupini vršnjaka u igri ali predviđa da ga vršnjaci neće prihvatiti; ono je emocionalno pripremljeno biti odbijeno i odbačeno. To može dovesti do toga da dijete krivo protumači znakove i ponašanje vršnjaka jer je pri samom pristupanju vršnjacima pripremljeno na odbijanje. Stoga, ako ih vidi da se smiju dok im prilazi, dijete će zaključiti da se smiju njemu jer im se pokušava pridružiti te na taj način stvara situaciju od koje strahuje.

Determinante usamljenosti:

- Prihvaćanje od strane vršnjaka- djeca koja su odbijena- sklonija usamljenosti,
- Sudjelovanje u prijateljstvu –
 - Prijateljstvo utječe na razinu djetetove usamljenosti neovisno o tome je li ono prihvaćeno ili ne prihvaćeno među vršnjacima,
 - Važno je da prijateljstva traju, jer su ona djeca koja stvaraju nova, ali ne dugotrajna prijateljstva, više podložna osjećaju usamljenosti

Determinante usamljenosti:

- Kvaliteta prijateljstva - Usamljenost djeteta u školi povezana je sa sljedećim aspektima prijateljstva:
 - 1) zadovoljenje potrebe za društvom i rekreacijom,
 - 2) pruža li prijatelj pomoć i usmjeravanje,
 - 3) je li prijateljstvo čvrsto i postoji li brižnost,
 - 4) postoji li razmjena prisnosti
 - 5) konflikt i izdaja i
 - 6) rješavanje konflikata

Determinante usamljenosti:

- Zlostavljanje od strane vršnjaka
 - Djeca koja su slabo prihvaćena od strane vršnjaka pod velikim rizikom da budu zlostavljana
 - Za djecu koja imaju više prijatelja manje je vjerojatno da će biti žrtve zlostavljanja vršnjaka

Usamljenost djece s teškoćama u razvoju (Pavri, 2001)

- Djeca s teškoćama u razvoju, osobito djeca s teškoćama učenja i intelektualnim teškoćama, podložnija su razvoju osjećaja usamljenosti od svojih vršnjaka tipičnog **razvoja** (Luftig, 1988.; Margalit & Levin-Alyagon, 1994.; Pavri & Luftig, 2000.; Williams & Asher, 1992.)

Dva osnovna uzroka usamljenosti djece s teškoćama u razvoju

- Djeca s teškoćama imaju poteškoće u čitanju i procesiranju socijalnih znakova i razvoju socijalnih veza. Kao posljedica navedenog, razvijaju tendenciju slabije prihvaćenosti od grupe vršnjaka (Haager i Vaughn, 1995., prema Pavri, 2001.).
- Vrlo često učitelji, ne osiguravajući djeci s teškoćama jednake prilike za sudjelovanje u obrazovnim i izvannastavnim aktivnostima u školi, stvaraju odvojeni sustav obrazovanja za djecu s teškoćama koji pak utječe na njihov osjećaj pripadnosti i prihvaćenosti u grupi vršnjaka.

Usmaljnost djece s teškoćama u razvoju

- Djeca s teškoćama učenja su slabije prihvaćena među vršnjacima te se učestalije javlja odbačenost od grupe vršnjaka (Bryan, 1975.; Stone i LaGreca, 1990.; Wiener, Harris i Shirer, 1990., prema Wiener, Tardif, 2004.).
- Veća je vjerojatnost da će ostvariti prijateljstva niže kvalitete (Vaughn i Elbaum, 1999.; Wenz-Gross i Siperstein, 1997.; Wiener i Schneider, 2002., prema Wiener, Tardif, 2004.)
- Imaju slabije razvijene socijalne vještine nego vršnjaci tipičnog razvoja (Kavale i Forness, 1995.; Swanson i Malone, 1992., prema Wiener, Tardif, 2004.).
- Skloniji su razviti negativnu samopercepciju i lošiju sliku o sebi (Chapman, 1988.; Vaughn i Haager, 1994., prema Wiener, Tardif, 2004.),
- Prisutna je usamljenost (Margalit i Levin-Algayon, 1994.; Valas, 1999., prema Wiener, Tardif, 2004.) i depresiju (Heath, 1995.; Heath i Wiener, 1996., prema Wiener, Tardif, 2004.).

Usmaljnost djece s teškoćama u razvoju

- Učenici s teškoćama u razvoju često pokazuju kašnjenje u socijalnom razvoju (Odom, McConnell, & Chandler, 1994., prema Heiman, Margalit, 1998.) te teškoće u iniciranju i uspješnom ostvarivanju socijalne interakcije (Gresham, 1997.; Heiman & Margalit, 1998., prema Heiman, Margalit, 1998.), što simultano utječe na akademska postignuća.
- Često pokazuju agresivna i nepovoljna verbalna i neverbalna ponašanja (McConaughly, Mattison, i Peterson, 1994.; Sigafos, 1995., prema Heiman, Margalit, 1998.) te se može javiti povučенost (Clare i Leach, 1991.; McIntosh, Vaughn i Zaragoza, 1991., prema Heiman, Margalit, 1998.).
- Temeljem navedenih činjenica, često imaju manje prijatelja od svojih vršnjaka tipičnog razvoja te su često odbačeni od skupine vršnjaka (Farmer i Rodkin, 1996; Nabasoku i Smith, 1993., prema Heiman, Margalit, 1998.).
- Upravo odbačenost te ignoriranje od skupine vršnjaka često se manifestira osjećajem usamljenosti (Eronen i Nurmi, 1999.; Sermat, 1980., prema Heiman, Margalit, 1998.).
- Prevalencija usamljenosti kod djece bez teškoća kreće se od 10 % (Asher, Hymel i Renshaw, 1984., prema Heiman, Margalit, 1998.) do 18 % (Luftig, 1985., prema Heiman, Margalit, 1998.). Radi usporedbe, pronađeni su znatno viši rezultati prevalencije usamljenosti kod djece s teškoćama u razvoju. Sežu čak do 24 % i više (Luftig, 1987., prema Heiman, Margalit, 1998.).

Usmaljnost djece s teškoćama u razvoju

- Veća razina usamljenosti nego kod vršnjaka tipičnog razvoja pronađena je kod učenika s različitim teškoćama,
 - razvojne i intelektualne teškoće (Luftig, 1988., prema Heiman, Margalit, 1998.),
 - tjelesna oštećenja (King, Specht, Schultz i Warr-Leeper, 1997., prema Heiman, Margalit, 1998),
 - nadarene učenike (Kaiser i Berndt, 1985. Kline i Short, 1991., prema Heiman, Margalit, 1998)
 - učenike s teškoćama učenja (Coleman, McHam i Minnett, 1992.; Vaughn, Elbaum i Schumm, 1996., prema Heiman, Margalit, 1998).

Usamljenost djece s teškoćama u razvoju

- Usamljenost djece s umjerenim intelektualnim teškoćama manifestira se teškoćama u ostvarivanju bliskih, intimnih veza, manjkom prijatelja (Margalit, 1994., prema Heiman, Margalit, 1998.), frustracijom i nezadovoljstvom ostvarenih odnosa (Williams i Asher, 1990., prema Heiman, Margalit, 1998.).
- Nurmi i Salmela-Aro (1997.) navode da usamljenost ima utjecaj na socijalne odnose: djeca manje govore, postavljaju manje pitanja, manje iniciraju interakciju s vršnjacima, manje im prilaze i započinju razgovor te općenito pokazuju manje interesa za razvijanje prijateljstva (prema Heiman, Margalit, 1998.).

Kako smanjiti usamljenost djece s teškoćama (Pavri, 2001)

- Učenje vještina socijalne interakcije
 - inicijacija, održavanje i završavanje interakcije
 - asertivnosti
 - u rješavanju konflikta
 - rješavanja problema
 - nošenja s agresivnim ponašanjem

Kako smanjiti usamljenost djece s teškoćama (Pavri, 2001)

- Stvaranje prilika za socijalnu interakciju
 - Participacija u izvannastavnim te izvanškolskim aktivnostima
 - Strukturiranje odmora i vremena za igru
 - Poticanje socijalnih interakcija tijekom nastave, primjerice, grupni rad

Kako smanjiti usamljenost djece s teškoćama (Pavri, 2001)

- Stvaranje prihvaćajuće i tolerantne razredne atmosfere
 - razvijanje pozitivnog odnosa sa vršnjacima
 - utvrđivanje jasnih razrednih pravila i očekivanja
 - promicanje osjećaja zajedništva i pripadnosti
 - poticanje tolerancije

Kako smanjiti usamljenost djece s teškoćama (Pavri, 2001)

- Učenje adaptivnih strategija za nošenje s problemom usamljenosti
 - Osvijestiti različite mogućnosti nošenja s usamljenosti – neki su aktivni u traženju društva a drugi pasivni
 - savjetovati o prihvaćanju alternativnih strategija – kreativne aktivnosti
 - mijenjanje samopercepcije kroz savjetovanje – pružanje podrške

Kako smanjiti usamljenost djece s teškoćama (Pavri, 2001)

- Povećati učenikovo samopoštovanje
 - Koristiti pojačanje (nagradu)
 - Ohrabrivati socijalne interakcije i preuzimanje rizika socijalne interakcije
 - napraviti podjelu razrednih poslova i obveza