Geri Čepmen i Džolin Fajlo

5 JEZIKA LJUBAVI

Prema deci sa teškoćama u razvoju

2024.

5 JEZIKA LJUBAVI

PREMA DECI SA TEŠKOĆAMA U RAZVOJU

Pohvalne recenzije za knjigu
Pet jezika ljubavi prema deci sa teškoćama u razvoju

Znanje gospodina Čepmena o međuljudskim odnosima bilo je blagoslov za bezbroj parova. Združena sa ličnim iskustvima i saznanjima Džolin Fajlo, verujem da će ova knjiga pomoći porodicama koje se bore sa problemom dece sa invaliditetom. Muževima i ženama, roditeljima i deci – svima nam je potreban alat da svoje međusobne odnose učinimo što boljim. Iskrenim i poštenim pristupom temi kako invaliditet utiče na porodično jedinstvo, ova knjiga nas nadahnjuje i sprema da proživimo svoju veru u interakciji sa onima koje volimo.

Džoni Irikson Tada (osnivač i direktor organizacije Džoni i prijatelji/Joni and Friends)

Ova knjiga predstavlja obavezno štivo za sve roditelje koji imaju dete sa teškoćama u razvoju. Kao roditelji takve dece mi često naš brak stavljamo u drugi plan, ali borimo se da on ipak ostane zdrav i napredan. Knjiga će vam pomoći da otkrijete svoj lični jezik ljubavi, kao i jezik svog partnera. Opremljeni ovakvim ključnim znanjem moći ćete da praktične savete iz knjige primenite na to kako da svog partnera volite kroz jezik ljubavi na način koji će samo drugi roditelj sa detetom sa smetnjama u razvoju moći da razume. Ali to nije sve. Knjiga takođe pomaže roditeljima da shvate jezik ljubavi svog deteta sa invaliditetom i predstavlja je-

dinstveni način na koji možemo pokazati svoju ogromnu ljubav prema njemu kad tečno progovorimo jezikom ljubavi.

Ejmi Kendal (Briga o osobama sa invaliditetom)

Gerijeva i Džolinina nova knjiga pomaže roditeljima da pronađu jedan drugoga na složenom putu odgajanja dece koja imaju dijagnozu nekog invaliditeta. Pet jezika ljubavi daju nežnu podršku roditelju koji se nosi sa praktičnim, emocionalnim i duhovnim aspektima odgajanja deteta sa invaliditetom, omogućujući mu da ih primeni na sve odnose – sa detetom, njegovim sestrama i braćom i širom porodicom. Stručni ljudi dobiće nova saznanja kako bi bolje pomogli takvim porodicama. Roditelji će biti zahvalni na lakoći sa kojom jezici ljubavi postaju deo njihovog sopstvenog razvoja dok odgajaju svoju decu.

Šeli Kristensen (majka deteta sa hendikepom i autor knjige *Od čežnje do pripadanja* [*From Longing to Belonging*])

Roditelji dece sa teškoćama u razvoju preplavljeni su savetima kako da obrazuju, leče, hrane i neguju svoju decu. Ali malo je onih koji takvim porodicama pokazuju kako da *uživaju* u njima zavisno od njihovih posebnih sposobnosti... sve do sada. Dr Čepmen i Džolin Fajlo su savršena kombinacija za pružanje tog praktičnog i neophodnog znanja, ne namećući nove obaveze roditeljima, već ih učeći kako da više vole i uživaju u svojoj deci. Ova knjiga „prepisuje“ više zabave, a manje pravila, i to je upravo ono što je svim porodicama sa decom sa smetnjama u razvoju potrebno!

Dajen Doko Kim (autorka knjige *Nepoljuljana vera: Duhovni oporavak roditelja dece sa teškoćama u razvoju* [*Unbroken Faith: Spiritual Recovery for the Special Needs Parent*])

Dr Geri Čepmen i Džolin Fajlo napisali su preko potrebno štivo za ljude koji imaju decu sa teškoćama u razvoju. Pošto se bavim autizmom, poznati su mi izazovi razumevanja društvenih znakova i neverbalne komunikacije koji su ključni za povezivanje sa porodicom, prijateljima i voljenima. Ova knjiga roditeljima, porodicama i negovateljima pruža pomoć potrebnu da odgovore najvećoj potrebi njihovog deteta – potrebi da se oseća voljenim. Knjiga je veliki dobitak za zajednicu ljudi koji imaju takvu decu!

Lamar Hardvik (borac za prava osoba sa autizmom i autor knjige *Ja sam jak: Život i putovanje pastora sa autizmom* [*I Am Strong: The Life and Journey of an Autistic Pastor*])

Kreativnost prosto izvire iz stranica nove knjige Gerija Čepmena i Džolin Fajlo. Sakupivši ideje od mnogobrojnih roditelja koji imaju decu sa posebnim medicinskim, senzornim i emocionalnim sklopom, ova knjiga predstavlja pouzdani okvir za jezike ljubavi i tumači ih radi postupanja u često složenim situacijama. Kakav nadahnuti dar roditeljima i članovima porodica koji žele da kažu „Volim te“ na način koji će njihovom detetu i drugima biti najrazumljiviji.

Barbara Dž. Njumen
(nacionalni govornik i autor više knjiga)

Pre osamnaest godina mi smo kao mladi bračni par imali posla preko glave sa detetom koje je tek prohodalo i novorođenčetom sa invaliditetom. Zbog specifičnih potreba našeg sina bili su nam potrebni meseci da bismo se na pravi način povezali sa njim. O, da smo barem tada imali ovu knjigu! Ona kombinuje

pet jezika ljubavi dr Čepmena sa Džolininim roditeljskim i prosvetnim iskustvom kako bi postala obavezno štivo za porodice.

Džo Batler (osnivač i direktor organizacije *Drvo sposobnosti* [*Ability Tree*], koja pomaže porodicama dece sa invaliditetom kroz rekreaciju, obrazovanje, podršku i obuku)

Svakoj živoj duši potrebna je ljubav. To važi i za decu sa smetnjama u razvoju, isto kao i za zdravu decu. Geri Čepmen i Džolin Fajlo kombinuju decenije svog iskustva da bi nas naučili kako da stvorimo savršeno skrojenu ljubav za svakog člana porodice kojoj pripadaju osobe sa teškoćama u razvoju. Praktična, posebna, sveobuhvatna i korisna, ova knjiga je glavni priručnik za načine na koje možemo pristupiti svakom članu našeg domaćinstva. Kao roditelj deteta sa teškoćama u razvoju od preko dvadeset godina i glavno odgovorno lice za članove crkve sa invaliditetom, ja ovu knjigu preporučujem od sveg srca.

Beki Dejvidson (suosnivač i predsednik grupe *Više od služenja* /*Rising Above Ministries*/; sa Džefom Dejvidsonom koautor knjige *Običan čovek, poseban poziv* /*Common Man, Extraordinary Call*/; osnivač grupe *Promeni ovaj život* /*Redefine This Life*/)

Kad saznate da vaše dete ima poteškoće u razvoju, obuzimaju vas mnogi strahovi i nedoumice: „Kakav će život imati ovo moje dete? A kakav ja? Kakvo će biti lečenje, obrazovanje, budućnost mog deteta?“ Možda najstrašnije pitanje je: „Hoće li moje dete znati koliko ga volim?“ Odgovor na to poslednje jeste gromko „da“. U svojoj knjizi Geri i Džolin uče roditelje i negovatelje kako da prenesu svoju ljubav tako da to deca mogu da

razumeju. Pošto obuhvata niz preporuka za decu sa različitim teškoćama u razvoju, u njoj možete naći kako da dešifrujete jezik ljubavi koji vaše dete već zna i sa njim uspostavite odnos duboko zasnovan na ljubavi.

Elrina Evans (pisac, borac za prava osoba sa hendikepom i urednik-specijalista programa *Evangelizatori za društvenu akciju* [*Evangelicals for Social Action*])

Ova knjiga uči porodice kako da efikasnije izražavaju ljubav među svojim članovima. Pošto su izloženi stresovima koji prate teškoće u razvoju dece, deca i roditelji treba da imaju dobru komunikaciju kako bi održali međusobni odnos. Ova jasna, praktična i korisna knjiga može ojačati porodice. Svakom ko ima dete sa teškoćama u razvoju ili ko voli neku porodicu sa takvim detetom ova knjiga biće dragocena.

Keti Kul (pisac knjige *Kućno školovanje vašeg učenika sa smetnjama u učenju* [*Homeschooling Your Struggling Learner*] i trener roditelja koji podučavaju decu sa problemima u učenju)

Dr Geri Čepmen i Džolin Fajlo stvorili su obavezno štivo za porodice i negovatelje dece sa teškoćama u razvoju. Istovremeno mudre i saosećajne priče iz stvarnog života, sadržane u ovoj knjizi, imaju moć da promene život svima koji je čitaju. Nemam dovoljno reči da je preporučim.

Džoslin Grin (koautor knjige *Osveženje: duhovna hrana za roditelje dece sa smetnjama u razvoju* [*Refresh: Spiritual Nourishment for Parents of Children with Special Needs*])

Odgajanje dece sa teškoćama u razvoju može ličiti na probijanje kroz divljinu. Međutim, Čepmen i Fajlo stvorili su priručnik koji će garantovano ohrabriti preplašene putnike na tom opasnom putu. Njihovo praktično i pristupačno vođenje, potkrepljeno primerima i istraživanjem, pomoći će roditeljima da protumače ponekad neshvatljive okolnosti. Osim toga, strategije koje se provlače kroz celu knjigu ojačaće veze i pozitivnu komunikaciju sa širom porodicom i stručnjacima. Autori shvataju stvaran bol koji porodice doživljavaju, ali takođe slave njihovu neočekivanu i duboku radost. Mudrost koju nalazimo na ovim stranicama generacijama će jačati porodice.

Keti Vederbi (borac za prava osoba sa smetnjama u razvoju i koautor knjige *Svako je dete dobrodošlo: Priručnik za uključivanje dece sa teškoćama u razvoju* [*Every Child Welcome: A Ministry Handbook for Including Kids with Special Needs*])

Džolin i Geri napisali su mudru knjigu koja se zaista tiče borbi porodice sa detetom ili decom sa teškoćama u razvoju. S obzirom na posebne potrebe porodice, odnos između muža i žene ima dodatne stresove koji često nestaju kad deca malo odrastu i postanu samostalnija. Džolin je s puno nežnosti iznela lična iskustva, što hrabri i teši čitaoca. Punjenje rezervoara ljubavi svakog člana porodice, znajući njegov jezik ljubavi, neizmerno je važno. Čak i kao psiholog koji razume međusobne odnose, iz ove knjige dobila sam nova saznanja o obrascima komunikacije između roditelja i dece, kao i između dece u porodici. Hvala vam, hvala vam, hvala vam! Ova mi je knjiga bila potrebna u biblioteci!

Liz Mateis (klinički i školski psiholog, Livingston, Nju Džersi)

Džolin i dr Geri Čepmen u svojoj knjizi primenjuju principe opisane u seriji *Jezici ljubavi* kao jedinstvenu borbu porodica u kojima postoji dete sa hroničnim medicinskim problemom ili nizom emocionalnih ili razvojnih nedostataka. Ova knjiga nudi ohrabrenje i nadu porodicama u kojima borba za svakodnevni život često dovodi do narušenih odnosa.

Stiven Grčevič (predsednik i osnivač *Ključne službe* [*Key Ministry*]; autor knjige *Mentalno zdravlje i crkva: Priručnik za uključivanje dece i odraslih sa hiperkinetičkim poremećajem, anksioznošću, poremećajima raspoloženja i drugim poznatim mentalnim poremećajima* [*Mental Health and the Church: A Ministry Handbook for Including Children and Adults with ADHD, Anxiety, Mood Disorders, and Other Common Mental Health Conditions*])

Moja porodica je bila pogođena invaliditetom još od dana kad sam ja rođena. Ova knjiga dr Čepmena i Džolin je praktičan i ohrabrujući vodič za porodice kao što je moja, upućujući ih kako da uspešnije pokazuju ljubav između članova. Zahvalna sam na tako sadržajnoj knjizi koja ne samo da govori o tome kako da volimo našu decu sa invaliditetom tako da nas ona razumeju, već se obraća i našim bračnim partnerima i zdravoj deci u takvim porodicama. Bez obzira da li ste novi u svetu posebnih potreba ili ste 40-godišnji veteran kao ja, ova knjiga će jačati vašu porodicu dok vi učite kako da dajete i primate ljubav prema jeziku ljubavi koji svako od vas govori.

Sandra Piplz (autor knjige *Neočekivani blagoslovi: Radost i mogućnosti života u porodici dece sa teškoćama u razvoju* [*Unexpected Blessings: The Joys and Possibilities of Life in a Special-Needs Family*])

Kao majka troje dece, od kojih je jedno sa teškoćama u razvoju, dobro razumem izazove koji se ponekad javljaju kad želimo da odgovorimo potrebama porodice pogođene takvim invaliditetom. Bez obzira da li je reč o detetu sa invaliditetom, njegovoj braći i sestrama ili roditelju, postoje načini da se postignu mir, ljubav i ispunjenost vaših odnosa zahvaljujući sugestijama iz ove knjige. Bez obzira da li jeste ili niste upoznati sa knjigom *Pet jezika ljubavi* (*The 5 Love Languages*), ova knjiga će vas voditi kroz neke načine na koje s ljubavlju možete govoriti sa svojim detetom sa teškoćama u razvoju, kao i sa celom porodicom. Čak i iskusni roditelji, poput mene, mogu naći bisere mudrosti i ideje koje treba ugraditi u vaše roditeljstvo koje je u toku. Divno štivo za roditelje, negovatelje i terapeute. Srdačno preporučujem da ga dodate svojoj ličnoj biblioteci.

Karen Džekson (pisac knjige *Ljubav prema Samanti* [*Loving Samanta*])

Geri Čepmen i Džolin Fajlo su doneli visoko cenjenu strategiju *5 jezika ljubavi* u domove porodica sa osobama sa smetnjama u razvoju. Uz korišćenje stvarnih priča iz doživljenog iskustva svako poglavlje pruža uvide i praktične savete za jačanje svih međusobnih odnosa u takvim porodicama. Ova knjiga je velika pomoć za poboljšanje komunikacije i povezanosti u sredini sa jedinstvenim izazovima. Kakav je ona samo poklon porodicama dece sa teškoćama u razvoju!

Lorna Bredli (autor knjige *Odgajanje dece sa teškoćama u razvoju: od suočavanja do napredovanja* [*Special Needs Parenting: From Coping to Thriving*])

Kad se rodi dete sa invaliditetom, roditeljima je ponekad teško da održe svoj odnos. Promene do kojih tada dolazi mogu neke

navesti da pomisle kako su se njihovi životi sada tako drastično promenili da je sve drugačije nego što je bilo. Upravo se time ova knjiga bavi na prvom mestu. Zatim, knjiga iznosi načine koji će pomoći roditeljima da odrede jezik ljubavi svog deteta sa invaliditetom, što je teško jer ne postoji mogućnost komuniciranja. Knjiga takođe govori o načinima na koje se iskazuje jezik ljubavi. Jedinstvene veze koje ova knjiga otkriva možda neće biti shvatljive svima. Na primer, kombinacija razvojnih faza i jezika ljubavi. Ovaj pristup se takođe primenjuje na braću i sestre, koji se ponekad osećaju zapostavljenim. Sa svim tim sadržajem ova knjiga mudro popunjava jedan važan i jedinstven segmenat koji je nedostajao.

Džef Mekner (profesor specijalnog obrazovanja i studija za osobe sa invaliditetom na Univerzitetu u Kaliforniji)

Ova knjiga predstavlja preko potrebnu praktičnu pomoć, ohrabrenje, nadahnuće i razmišljanje ne samo za porodice osoba sa teškoćama u razvoju, već i za pojedince, pedagoge, lekare i druge ljude koji su u kontaktu sa takvim porodicama. Srdačno preporučujem knjigu Džolin Fajlo i dr Čepmena.

Šeli Bič (pisac, govornik i savetnik negovatelja)

Au! Voleli bismo da smo ovu knjigu imali kad je naš sin bio mali. Kao roditelji deteta sa teškoćama u razvoju, prvo što smo iskusili bio je naš narušeni međusobni odnos. Zatim je stradao i naš odnos sa našim „normalnim“ sinom. U vreme dodatnih stresova odnosi unutar porodice ne treba da trpe. Jednostavna ali ipak mudra rešenja koje nudi ova knjiga pomoći će pogođenim porodicama da se uspešnije nose sa životnim izazovima!

Džonatan i Sara Mekvajer (osnivači organizacije *Nova nada* [*Hope Anew*])

Posvećeno:

Od Garija:
Bobiju i Džoani Long u spomen na Rendija

Od Džolin:
Hajremu, Alenu i En

Sadržaj

O autorima 17
Predgovor 18
Uvod.....21
Poruka porodici i prijateljima.....24

Poglavlje 1
Kako je beba sa teškoćama u razvoju
promenila način na koji volimo.....27

Poglavlje 2
Odgajanje dece sa teškoćama u razvoju
i izazovi ljubavi prema njima 53

Poglavlje 3
Komunikacija i povezanost: kako voleti svog partnera 66

Poglavlje 4
Ljubav je prvi jezik deteta.....82

Poglavlje 5
Pokazivanje ljubavi prema detetu sa teškoćama u razvoju:
putem reči afirmacije i kvalitetnog vremena 95

Poglavlje 6
Pokazivanje ljubavi prema vašem detetu sa teškoćama u razvoju:
putem poklona, pružanja usluga i fizičkog dodira 105

Poglavlje 7
Pokazivanje ljubavi prema braći i sestrama
deteta sa teškoćama u razvoju.....116

Poglavlje 8
Kako šira porodica i prijatelji mogu da podrže
porodice sa teškoćama u razvoju.....127

Poglavlje 9
Otkrivanje jezika ljubavi profesionalcima.....136
Poglavlje 10
Glasovi iskustva 147

Epilog 155
Održavanje ljubavi u životu u porodicama
sa teškoćama u razvoju 155

Dodatak 157
Preporučeni izvori informacija.....163
Izjave zahvalnosti.....168
Napomene u vezi sa korišćenom literaturom 170

O autorima

Geri Čepmen, doktor filozofije, autor je bestseler serije *Pet jezika ljubavi* (*5 Love Languages*) i direktor firme *Konsultanti za brak i porodični život* (*Marriage and Family Life Consultants, Inc*). Geri putuje po svetu držeći seminare, a njegovi radio programi se emituju na više od 400 stanica. Za više informacija posetite www.5lovelanguages.com.

Džolin Fajlo, medicinski edukator, roditelj je deteta rođenog sa invaliditetom koji mu ugrožava život i ćerka oca koji je u mladosti oboleo od multiple skleroze. U dvadeset pet godina bavljenja poslom osnovne edukacije imala je mnogo polaznika sa teškoćama u razvoju i invaliditetom na svojim časovima. Pročitala je Gerijevu knjigu *5 dečijih jezika ljubavi* (*The 5 Love Languages of Children*) (koju je napisao zajedno sa Rosom Kempbelom) nedugo posle objavljivanja, *i počela da koristi taj koncept kod sopstvene dece i sa polaznicima* svoje škole. Ona govori na skupovima širom države i olakšava dobijanje sertifikata za edukatore.

Predgovor

Ujutru, 28. jula 1997. godine dogegala sam se u porodilište bolnice. Pošto sam već bila rodila dvoje dece, znala sam da je prirodan porođaj divno rešenje za mnoge žene, ali ja nisam bila jedna od njih. Posle tri sata malobrojnih kontrakcija doktor je odredio epidural. U roku od pet minuta moje kontrakcije su krenule ludom brzinom, poput teretnog voza koji iskače iz šina. Sestre su otrčale po doktora koji je stigao na vreme da prihvati Džonatana koji je izleteo na ovaj svet. Tek toliko o saznanju šta možete da očekujete dok čekate bebu!

Samo nekoliko dana kasnije to je postala tema naših života. Do njegove treće godine bio je u bolnici više no što mogu da nabrojim. Postavljena mu je dijagnoza poremećaja imunog sistema, astme, alergija, autizma i smetnji u intelektualnom razvoju (IDD). Dani su bili ispunjeni čišćenjem povraćki, tretmanima disanja, odlascima kod lekara, pri čemu je trebalo brinuti i o dvoje starije dece. Bilo je to kao da žonglirate sa želatinom.

Godinama sam pokušavala da „popravim“ Džona. Terapije, dijete, istraživanja i sati provedeni sa stručnjacima i nastavnicima koji su mi pomagali da naučim šta mu je potrebno – ali niko nije mogao da „popravi“ mog sina sa invaliditetom. Naučila sam da sa njim komuniciram uz pomoć znakova, da ga držim dok plače, da mu masiram stopala, što ga je izgleda smirivalo kako ne bi plakao.

Do devete godine Džonu je već utvrđen niz poremećaja, uključujući padavicu, ozbiljan Turetov sindrom i anksiozni poremećaj. Bio je tako pogođen svim tim tegobama da je dobio teško oštećenje mozga i ozbiljan posttraumatski stresni poremećaj (PTSP). Sada sam već bila samohrana majka koja odgaja troje dece. Sve ono što sam očekivala kao roditelj izbledelo je ili se raspalo. U tom procesu je urušena moja vera, terajući me da preispitam svoj odnos prema Bogu, životu i ljubavi.

Pre više od dve hiljade godina na svet je došla jedna beba na najmanje očekivani način, a rodila ju je siromašna neudata majka. Nije bilo bolnice, niti porodilišta – samo smrdljiva štala gde su proveli prve zajedničke dane.

Dok je to dete raslo, radilo je neočekivane stvari. On je bio drugačiji. Družio se sa čudacima i ljudima odbačenim od društva. Birao je prijatelje koje je većina smatrala „grešnim“ i buntovnim. Osim toga, govorio je o bezuslovnoj ljubavi prema drugim ljudima i posvećivao se slabima. Dodirivao je bolesne, provodio kvalitetno vreme sa onima na koje društvo nije gledalo sa odobravanjem, pozdravljao je i prihvatao svakoga ne očekujući da ga prepoznaju. Govorio je o ljubavi prema bližnjima, mada je ta njegova ljubav za većinu bila nerazumljiva. Noć pre nego što je umro, prao je noge svojim prijateljima. Bio je zlostavljan, tučen i izdan. Njegove patnje su se na kraju završile doslovnim prolivanjem krvavog znoja.

On nam je pokazao kako izgleda bezgranična ljubav.

Džonatan je sada u svojim dvadesetim godinama. Od njega sam naučila više o bezgraničnoj ljubavi nego iz svih knjiga, propovedi ili predavanja. Ljubav se ne uči kroz formalno obrazovanje; ona se uči tako što je proživljavamo. Provela sam godine učeći *o invalidnosti* svoga sina, ali znanje o svemu tome nije bio jezik ljubavi.

Kad sam prestala sa naporima da „popravim" D*žonatana, počela sam da učim kako da ga volim na njegovom jeziku. Naučila sam da volim svog sina onako kako je* to njemu potrebno. To je posao koji nam je svima zadat – da volimo druge i da ih volimo *bezgranično.*

Ova knjiga objašnjava kako i vi možete voleti nekoga ko je drugačiji, ali čini i više od toga. Ona opisuje način življenja koji će promeniti vaš život ako ste voljni da prihvatite tu poruku. Ova knjiga vam može pomoći da bezgranično volite ljude sa invaliditetom i teškoćama u razvoju. Ona je prepuna odličnih saveta i praktičnog alata, kao i istinitih priča koje otkrivaju da je moguće voleti svakoga, uključujući i one sa invaliditetom.

Naš smerni Spasitelj uzor je kako mi treba da volimo druge ljude. Pozivam vas da sa tim počnete još danas i da posmatrate kako Bog menja način na koji vi i vaša porodica živite i volite jedni druge.

Kolin Svindol-Tompson
direktorka Službi za preoblikovanje (Reframing Ministries)
i razumevanje življenja (Insight for Living)

Uvod

U protekle dve decenije brojni parovi su od mene tražili da napišem posebno izdanje knjige *5 jezika ljubavi* za porodice koje imaju decu sa teškoćama u razvoju. Razumeo sam njihove zahteve, ali se nisam osećao podobnim da pišem o nečemu što i sam nisam doživeo. Moja žena, Kerolin, i ja imamo dvoje zdrave odrasle dece i dva zdrava unuka.

Međutim, ja u svojoj ordinaciji stalno srećem parove koji se nose sa zajedničkim problemima odgajanja deteta sa smetnjama u razvoju i održavanjem stabilnog braka. Često sam im prenosio koncept jezika ljubavi iz moje knjige *5 jezika ljubavi: tajna trajne ljubavi* (*The 5 Love Languages: The Secret to Love That Lasts*). Mnogi su se vratili da bi izrazili svoju zahvalnost, ali i da potraže dodatnu pomoć oko toga kako taj koncept primeniti na decu sa poteškoćama u razvoju.

Takođe predajem velikom broju nastavnika koji se profesionalno bave decom sa teškoćama u razvoju. Oni mi govore

koliko im je koncept jezika ljubavi koristan u radu sa đacima. Mnogi kažu da su učenje jezika ljubavi svakog deteta i njegova svakodnevna primena stvorili novu emocionalnu klimu u učionici i potvrđuju da deca mnogo bolje reaguju kad osećaju da ih nastavnik voli.

Međutim, u razgovorima sa roditeljima dece sa smetnjama u razvoju otkrio sam da mi većina dolazi zabrinuta za svoj brak. Zbog sveg tog vremena, energije i napora utrošenih na brigu o takvom detetu supružnici osećaju da se udaljavaju jedan od drugog. Za mnoge takve parove učenje jezika ljubavi partnera bilo je spasonosno. I zaista, mnogi su mi rekli: „Taj pristup nam je stvarno spasao brak." Oni su naučili da sva ona energija i vreme rezervisani za partnera treba da sadrže ispoljavanje ljubavi na način koji će partner razumeti. Razumevanje osnovnog jezika ljubavi onog drugog pomoglo im je da u tome budu uspešni.

U ovoj knjizi ćete pronaći korisne ideje o tome kako jezici ljubavi mogu da unaprede i vaš odnos sa partnerom i onaj sa decom. Džolin Fajlo, moja koautorka, i njen muž, Hajrem, odgajili su sina sa specifičnim zdravstvenim potrebama. Ona takođe podučava decu sa teškoćama u razvoju. Napisala je pet knjiga i brojne članke za pomoć porodicama dece sa smetnjama u razvoju. U poslednjih dvadeset godina posvetila se pomoći parovima i njihovim širim porodicama, učeći ih kako da održe ljubav u životu dok se suočavaju sa izazovima odgajanja deteta sa teškoćama u razvoju.

Osim Džolininog ličnog iskustva i mog dugogodišnjeg savetovanja parova, mi smo se oslanjali i na porodice koje su nam pričale svoje životne priče radi nastanka ove knjige. Imena su promenjena da bi im se zaštitila privatnost, ali priče i komentari su iz stvarnog života.

U prvom poglavlju pročitaćete Džolininu i Hajremovu priču. U drugom ćete se upoznati sa sedam pretnji bračnom jedinstvu u procesu odgajanja deteta sa smetnjama u razvoju. U trećem poglavlju dajemo primere kako jezici ljubavi mogu pomoći supružnicima da ojačaju svoj brak i izbegnu te pretnje. Kad stignete do kraja trećeg poglavlja, mislimo da ćete poželeti da primerak ove knjige date i drugim porodicama u sličnoj situaciji. Naša najveća želja jeste da vam ova knjiga pomogne da bezgranično volite svog bračnog druga, svoje dete sa teškoćama u razvoju, kao i ostalu decu koja vas zovu „Mama“ i „Tata“.

Geri Čepmen

Poruka porodici i prijateljima

Jednog hladnog februarskog dana 2017. godine dobila sam mejl od prijateljice koja je odgajala dvoje dece sa teškoćama u razvoju. „Džolin", pitala je ona, „kad ćeš napisati knjigu o korišćenju pet jezika ljubavi u porodicama poput naših?"

Upalila mi se lampica. Znala sam da je knjiga koju je ona pomenula, sa svim svojim potencijalom da pomogne brojnim porodicama, morala biti napisana. Zahvaljujući brizi dr Čepmena za dobrobit porodica koje su podizale decu sa invaliditetom, kao i njegovoj saradnji na projektu *Velika ljubav u porodicama dece sa teškoćama u razvoju: 5 jezika ljubavi za roditelje dece sa invaliditetom (Sharing Love Abundantly in Special Needs Families: the 5 Love Languages for Parents Raising Children with Disabilities),* to se sada ostvarilo.

U ovoj knjizi naći ćete roditelje koji vode brigu o širokom spektru specifičnih potreba i invalidnosti svoje dece – od cerebralne paralize do ADHD (poremećaja sa deficitom pažnje i hi-

peraktivnošću), od Daunovog do Ehler-Danlosovog sindroma, od epilepsije do kašnjenja u razvoju, od autizma do anksioznosti, od mentalnih poremećaja do medicinski krhkih stanja, od poznatih dijagnoza do nekih ekstremno retkih.

Saradnja sa porodicama koje su iznosile svoje priče potvrdila je ono što sam već znala. Bilo da je dijagnoza vašeg deteta ista kao i kod mojega ili je potpuno različita, mi smo jedinstveno pleme roditelja koji odgajaju decu u vanrednim okolnostima. Potrebni su nam jednostavni, efikasni alati za unapređenje svih naših odnosa.

Ja se prvo nadam da će ova knjiga biti alat potreban vašoj porodici dok učite kako da koristite jezike ljubavi u vašoj specifičnoj situaciji. Svako njeno poglavlje nudi primere i ideje za primenu jezika ljubavi kod vašeg supružnika, vaše dece sa teškoćama u razvoju i kod njihove zdrave braće i sestara.

Druga moja nada je odmah iza prve. Nadam se da će ova knjiga takođe postati štivo članova šire porodice, prijatelja i profesionalaca oko roditelja koji odgajaju decu sa smetnjama u razvoju. Ako i vi spadate među njih, neka poglavlja ove knjige napisana su za vas. Ona vam pokazuju kako da koristite jezike ljubavi dok pomažete porodicama do kojih vam je stalo ili za koje radite. Ona vam govore da iako smo porodice angažovane na posebnom pružanju nege, mi smo ipak obični ljudi koji vole da čuju jasne reči ljubavi. Nadam se kako će vam ova knjiga pomoći da nam se obraćate rečima ljubavi koje mi najbolje čujemo.

Džolin Fajlo

Poglavlje 1

Kako je beba sa teškoćama u razvoju promenila način na koji volimo

Moj muž i ja bili smo oduševljeni kada smo u jesen 1981. saznali da sam trudna sa našim prvim detetom. Hajrem i ja smo se upoznali sedam godina ranije na Vestmaru, malom hrišćanskom koledžu u Ajovi. On je odrastao na Aljasci uz oca avio-mehaničara i majku učiteljicu. Mene su u malom gradu na severozapadu Ajove odgajili otac, kome je u dvadeset devetoj godini postavljena dijagnoza multiple skleroze, i majka koja je bila učiteljica. Hajrem je bio sportski tip; ja sam bila zaljubljenik u pozorište. On je bio tih; ja nisam. On je mrzeo da čita; ja sam gutala knjige. On je bio logičan; ja sam bila kreativna. On je bio romantičan; ja sam bila praktična. Na mnogo načina mi smo bili idealni likovi za prikaz ljubavi gde se „suprotnosti privlače".

Ali imali smo mnogo više zajedničkog nego što se videlo na prvi pogled. Oboje smo bili naučeni da vredno radimo. Oboje

smo cenili porodicu i obrazovanje. I najvažnije od svega, delili smo istu posvećenost veri. Kasnije mi je Hajrem rekao da ga je ta činjenica, više od bilo čega drugog, navela da me nazove i predloži da mu budem pratilja na zabavi *Povratak kući*. Bio je tako nervozan da je jedva to promucao. Kad sam odgonetnula šta hoće, bez oklevanja sam pristala.

Tri godine kasnije, u julu 1977. mi smo se venčali. Godinu dana posle toga diplomirali smo i preselili se u Kemp Kruk, gradić sa devedeset dva stanovnika, na samom severozapadnom uglu Južne Dakote. Zaposlili smo se – Hajrem kao socijalni radnik, a ja kao nastavnica u Skaj Renč školi za dečake sa problemima u ponašanju. Posle dve godine prihvatila sam posao u državnoj školi u Kemp Kruku.

Oko te škole odvijalo se mnogo gradskih aktivnosti. Zbog toga je najava dolaska našeg prvog deteta postala predmet opšteg interesovanja. Moj muž i ja, kao i moji učenici i njihove porodice, željno smo očekivali rođenje deteta krajem maja. Trudove sam dobila jedne subotne večeri i Alen Krejg Fajlo rođen je nedugo posle ponoći 23. maja 1982. godine u bolnici u Spirfišu, Južna Dakota.

Odmah smo roditeljima telefonom saopštili radosnu vest, ali smo do jutra čekali da telefoniramo prijateljima u Kemp Kruku. Ujutru vesti nisu bile baš dobre. Disanje naše bebe postajalo je tokom noći sve teže i doktor je odredio rentgen. Kad snimci nisu bili dovoljni, on je zatražio da se naš sin prebaci u regionalnu bolnicu u Repid Sitiju kako bi se uradili dodatni testovi. Zapanjeni, Hajrem i ja dali smo svoju saglasnost. Nije čak bilo vremena da vidimo našu bebu i poljubimo je za rastanak.

Malo pre podneva, pedijatar iz Repid Sitija telefonom nam je saopštio dijagnozu. Hajrem je bio otišao da se istušira u kući

jednog prijatelja, tako da je doktor meni objasnio šta su otkrili testovi. „Vaš sin ima traheoezofagusnu fistulu. To znači da mu jednjak silazi od grla i stvara slepu kesu. On izlazi iz želuca i kači se na dušnik. Potrebna je neodložna operacija kako bi mu se spasao život.“ Doktor je pročistio grlo. „Dobra vest jeste da je operacija uspešna u 92% slučajeva, što je naviša stopa za bilo koju veću anomaliju pri rođenju. Loša vest jeste da su najbliže bolnice opremljene za ovakvu operaciju Univerzitet Nebraske u Omahi ili Univerzitet Kolorada u Denveru.“ Doktor je zastao. „Kuda želite da ga pošaljemo?“, upitao je.

Srce mi se slamalo, hormoni besneli i očajnički sam želela da razgovaram sa mužem pre no što donesem odluku. Ali doktor je rekao da nema vremena za gubljenje.

„Omaha“, prošaputala sam, znajući da je to samo nekoliko sati udaljeno od mojih roditelja. „Vodite ga u Omahu.“ S tim rečima srce mi se raspuklo na dva dela.

Tog dana počeo je naš život roditelja deteta sa teškoćama u razvoju. Od rođenja do malo posle četvrtog rođendana Alen je podneo sedam korektivnih operacija, desetine invazivnih medicinskih testova i procedura i bezbrojne odlaske kod lekara. Poslednju operaciju imao je kad mu je bilo petnaest godina. Kao mladić, lečen je od posttraumatskog stresnog poremećaja (PTSP) koji je bio posledica ranih invazivnih operacija i postupaka koji su mu tada spasli život. Sada je odrastao čovek, otac i cenjeni radnik.

Odgajanje deteta sa smetnjama u razvoju promenilo je dinamiku naše porodice, pogađajući sve nas. Ovo iskustvo odredilo je način na koji smo podizali našeg sina. Ono je opteretilo i promenilo naš brak. Promenilo je naš odnos prema ćerki En, koja je šest godina mlađa od Alena. Takođe je uticalo na odnos

naše ćerke sa starijim bratom. Na mnogo načina mi smo sada ovakvi kakvi smo zbog specifičnih potreba našeg sina.

Otkriće 5 jezika ljubavi

Roditeljstvo nas jeste promenilo, ali kad se zdravlje našeg sina stabilizovalo, život nam je postao predvidljiviji. Ponovo smo se aktivirali u crkvi i obradovali se kad nam je ponuđen tečaj pod nazivom *5 jezika ljubavi.* Između mene i Hajrema bilo je ponekad teškoća u komunikaciji još od početka našeg braka. Četiri godine hitnih operacija i besanih noći sa jako bolesnim detetom samo je produbilo taj problem. Zbog toga smo se rado upisali na kurs i čitali tu knjigu.

U njoj je Geri opisivao kako bi bilo teško nekome iz Kine, ko ne zna ni reč engleskog jezika, da komunicira sa vama ili sa mnom, i obrnuto. Čak i kad biste crtali slike, gestikulirali ili obraćali pažnju na izraze lica, uspešno sporazumevanje bilo bi skoro nemoguće. Geri je koristio metaforu doslovnog jezika kako bi pomogao čitaocima da shvate razne načine na koje ljudi doživljavaju emocionalnu ljubav. Ti doživljaji su tako prepoznatljivi da obuhvataju pet različitih „jezika“ ili kanala komunikacije. Mi svi imamo barem jedan jezik koji nam prenosi emocionalnu ljubav više nego drugima. Razumevanje jezika ljubavi druge osobe i odluka da njime govorimo mnogo doprinosi našim međusobnim odnosima.[1]

Brzi osvrt na pet jezika ljubavi

Meni (Geriju) nikad nije dosta slušanja kako jezik ljubavi osvežava brak. Dozvolite mi kratak osvrt na pet jezika ljubavi:

Afirmacija: Spontani komplimenti, bilo usmeni ili pismeni, ili reči koje izražavaju zahvalnost. Na primer „Volim te“, „Fantastično urađeno!“ „Divno izgledaš u toj haljini.“ „Stvarno

cenim pažnju koju posvećuješ detaljima.“ Dijalekti ovog jezika su reči ohrabrenja, smernosti i ljubaznosti. Računa se i pohvaljivanje neke osobe pred drugima, jer ta poruka često stigne do njega ili nje kad neko prenese taj kompliment.

Takva osoba može biti emocionalno uništena uvredama i grubim rečima.

Kvalitetno vreme: Posvećivanje nekome pune, nepodeljene pažnje. Dijalekti ovog jezika su kvalitetna konverzacija (razmena misli, osećanja, želja i iskustava sa naglaskom na pažljivo slušanje druge osobe) i kvalitetne aktivnosti (razmena iskustava koja ostaju u trajnom sećanju). Takvu osobu može povrediti polovično ili rasejano slušanje ili često odlaganje obećanog druženja.

Pokloni (ili „Primanje darova“): Svaki kupljeni, nađeni ili rukom rađeni materijalni poklon kao znak da vam je stalo do neke osobe. Poklon je vidljivi znak ljubavi. Cena nije bitna: pokloni koji nešto znače mogu biti i skupi i bez ikakve novčane vrednosti. Upravo su pažnja i trud oko poklona ono što šalje poruku „Volim te“. To što ste fizički prisutni, što darujete svoje vreme, jeste nematerijalni poklon koji je nekim ljudima jako dragocen, naročito u teškim trenucima, kad su bolesni ili kad nešto proslavljaju. Takvu osobu može povrediti zaboravljanje godišnjice ili rođendana, ili ona može biti razočarana i prazna u odnosu bez vidljivih znakova ljubavi.

Usluge: Pomaganje nekoj osobi, poput postavljanja stola, šetnje psa, pranja sudova, usisavanja prašine ili odlaska u prodavnicu. Svrha tih *Usluga* jeste da se olakša teret obaveza toj osobi. One zahtevaju promišljenost, planiranje, vreme, trud. Cilj nije da se jednostavno angažujete ili da radite poslove u kojima *vi* najviše uživate, već da radite stvari koje toj *drugoj* osobi

najviše znače i najviše su joj od pomoći. Takvu osobu može povrediti lenjost, nered koji treba da očiste posle nekog ili nečije zaboravljeno obećanje da će pomoći.

Fizički dodir: Namerno dodirivanje koje zahteva vašu punu pažnju, poput trljanja leđa, masaže stopala, zagrljaja, „bacanja koske“ ili poljupca; slučajni dodir koji traži malo i nimalo dodatnog vremena, poput sedenja uz nekog na sofi ili tapšanje po ramenu u prolazu. Takvoj osobi dodir šalje najjasniju poruku „Volim te“. Za takvu osobu šamar ili bilo koji oblik zlostavljanja ili zanemarivanja predstavlja najveći emocionalni bol.

Svako od nas ima osnovni jezik ljubavi. Jedan od ovih pet govori nam mnogo više od ostala četiri. Muževi i žene, roditelji i deca, pa čak i dobri prijatelji, obično ne govore istim jezikom ljubavi.

5 JEZIKA LJUBAVI

Afirmacija

Kvalitetno vreme

Pokloni

Usluge

Fizički dodir

Jezik koji nam je svima urođen i čini da se osećamo voljenim jeste onaj koji koristimo umesto da govorimo jezikom druge osobe – onaj koji *nju* čini da se oseća voljenom. Čak i kada obe osobe glasno govore svojim jezikom ljubavi i često, ako ne govore jezikom te druge osobe, nijedno od njih se neće osećati voljenim. Neki ljudi imaju i dodatni, jasno izražen jezik ljubavi. Velike doze primarnog i sekundarnog jezika ljubavi održavaće rezervoar ljubavi stalno punim.

Kad ljudi saznaju za pet jezika ljubavi i otkriju primarne jezike ljudi koji su im značajni u životu, sledeći korak jeste da se zajednički potrude da se svakoj osobi obraćaju baš na jeziku ljubavi *te osobe*. Kada parovi, pa i cele porodice, zajednički prihvate ovaj koncept i izražavaju ljubav na način koji onaj drugi najbolje razume, svi će se osećati emocionalno voljenim. Svesna ljubav, izražavana stalno, tečno i na pravom jeziku, produbljuje vezu i čini je spremnom za životne bure koje će neizbežno doći.

Gerijev opis pet jezika ljubavi i način na koji se oni koriste dopao se Hajremu i meni. Uzeli smo da rešavamo upitnik sadržan u knjizi kako bismo otkrili sopstvene jezike ljubavi. Naši problemi u komunikaciji smanjili su se kad sam naučila da govorim njegovim jezikom (fizički dodir i kvalitetno vreme), a on naučio da govori mojim (usluge i pohvale). Upravo kako je Geri objasnio, kad govorimo jezikom ljubavi onog drugog, činimo da njegov rezervoar ljubavi uvek bude pun.

Neka rezervoari ljubavi uvek budu puni

Moje iskustvo majke i moje obrazovanje za učiteljicu činili su da sumnjam u jačanje veze sa našom decom kroz jezik ljubavi. Zato smo namerno isprobali svih pet jezika ljubavi sa njima i posmatrali kako reaguju. Kad smo počeli da govorimo njihovim jezicima, porodični život je postao mnogo lakši i zabavniji jer su rezervoari ljubavi svakog člana bili napunjeni.

Dečji psiholozi potvrđuju da deca imaju izvesne emocionalne potrebe koje se moraju zadovoljiti kako bi ona bila emocionalno stabilna. Jedna od tih osnovnih potreba jeste ona za ljubavlju i naklonošću, jer stvara osećaj pripadanja i željenosti.[2] Svaki put kad bismo se Hajrem i ja obraćali našoj deci na njihovim jezicima ljubavi, mi smo punili njihove male rezervoare ljubavi. Pošto puni rezervoari ljubavi znače manju razdvojenost

supružnika i bolje ponašanje dece, nije ni čudo što nam je život bio lakši i zabavniji, jer smo kod kuće koristili jezike ljubavi.

Želela bih da je knjiga *Pet jezika ljubavi* postojala kad se Alen rodio i onih godina kad nam je život bio haotična mešavina brige o zdravlju naše bebe i beskrajnih operacija. Da smo tada znali za jezike ljubavi, Hajrem i ja smo ih mogli govoriti jedno drugom tokom dugih vožnji do mesta lečenja našeg sina i zakazanih pregleda. Mogli smo sa svih pet jezika obasipati našeg malog sina – sve dok ne shvatimo koji on najviše voli – kako bismo u lekarsku ordinaciju ili bolnicu ušli sa njegovim rezervoarom ljubavi napunjenim do vrha i dopunjavati ga kasnije kad se on oporavljao od operacija ili testova.

Ali umesto da razmišljam o onome što nisam mogla promeniti, ja sam tražila načine kako upotrebiti jezike ljubavi za stvaranje zdravijih odnosa u našoj porodici i šire. Počela sam da koristim te jezike i u školi sa učenicima. Još nije bilo literature za određivanje koji su primarni jezici svakog deteta, tako da sam tokom nastave primenjivala svih pet gde god je to bilo moguće. Moji učenici su dobro reagovali, možda zato što su čuli da govorim njihovim jezikom ili možda zbog toga što je moj trud stvarao bolju klimu u učionici.

Najviše koristi imali su učenici sa teškoćama u učenju, deca čiji primarni jezik ljubavi učitelji verovatno nisu baš često koristili: reči afirmacije. Kad bi takvi đaci čuli svoj jezik u učionici izražen kroz tapšanje po ramenu (fizički dodir), moje sedanje i slušanje kako čitaju (kvalitetno vreme), pomoć oko zarezivanja olovke (usluga), ili primanje poklona (stikera ili olovke), naša učionica bi za njih postala mesto gde pripadaju.