

Psihološki i socijalni utjecaj prijevremenog rođenja na obiteljsku dinamiku

10 listopada, 2025

Kada se dijete rodi prije planiranog termina, kao **“palčić”**, obitelj iznenada zakorači u svijet koji nitko zapravo ne planira – svijet pun **neizvjesnosti** i stalnog iščekivanja. Umjesto mirnog početka i zajedničkog učenja prvih dana kod kuće, roditelji svoje dijete često dočekuju u **inkubatoru**, okruženi zvukovima monitora i svjetlima bolničkih aparata. Svaki novi dan donosi nadu, ali i brigu: što će **sutra** donijeti?

Prijevremeno rođenje tako postaje trenutak koji, osim medicinskih izazova, otvara niz dubokih **emocionalnih i socijalnih pitanja**, oblikujući obiteljsku dinamiku na način koji traje mjesecima, a ponekad i godinama.

Kad roditeljstvo počinje ranije nego što smo planirali

Za većinu roditelja, trudnoća je vrijeme **maštanja, pripreme i očekivanja**. Kada se taj proces naglo prekine, sve ono što su planirali nestaje u trenu. Mnogi roditelji opisuju osjećaj kao da im je netko **„ukrao kraj priče”**. Umjesto da polako ulaze u ulogu majke ili oca, odjednom su u situaciji gdje život njihovog djeteta često ovisi o **tehnologiji i timu stručnjaka**.

Strah i nesigurnost ubrzo postaju svakodnevni suputnici. Gotovo svaki događaj podsjeća koliko je dijete **krhko** i koliko je malo potrebno da se situacija zakomplicira. Svaki alarm na monitoru, svaki pogled liječnika i svaki termin vizite budi novu **tjeskobu**. Iako znaju da se njihovo dijete bori, roditelji se bore gotovo jednako – s mislima, emocijama i pokušajem da pronađu ravnotežu između **nade i stvarnosti**.

Kod mnogih majki javlja se i osjećaj **krivnje**: „Jesam li mogla nešto učiniti drugačije?” ili „Jesam li dovoljno dobra?”. Očevi, s druge strane, često nose **tihi teret** – pokušavaju biti oslonac, ostati smireni i racionalni, iako i sami iznutra osjećaju isti strah.

Umor i iscrpljenost dodatno pojačavaju emocionalni pritisak. Neispavanost, stalna prisutnost u bolnici i briga za dijete koje ne može biti kod kuće iscrpljuju i psihički i fizički. Često dolazi do osjećaja **tjeskobe** – teško je biti roditelj kada ne možete zaštititi svoje dijete ili mu pružiti normalnu svakodnevnicu.

Različiti načini nošenja s tim emocijama ponekad stvaraju osjećaj udaljenosti, ali ono što većina roditelja tek kasnije shvati jest da su oboje zapravo – u istoj **oluji**, samo u različitim brodovima.

Ipak, ovo je vrijeme učenja – kako prepoznati **bebine signale**, kako se opustiti i dopustiti sebi da uživaju u trenucima koje su toliko čekali. Polako, uz svaki **osmijeh**, svaki **gram više**, svaki **spokojan san** – **povjerenje** raste.

Pronalaženje nove obiteljske ravnoteže

Prijevremeno rođenje, osim na roditelje, utječe i na sve ostale članove obitelji. Raspored dana, rutine i odnosi – sve se mijenja. Sve se mora uskladiti: tko ide u posjet bolnici, tko kuha, tko pazi na stariju djecu – dok se istovremeno brine o **palčiću**. Intenzivna koordinacija između roditelja, šire obitelji i medicinskog osoblja postaje nužnost.

Roditelji se često nalaze razdvojeni između doma i bolnice, ili različitih terapija i kontrola. Starija djeca ponekad osjećaju da su **„zaboravljena”**, dok bake i djedovi žele pomoći, ali ne uvijek znaju kako. Promjene u rutini, financijski pritisci i stalna zabrinutost mogu dodatno opteretiti obiteljske odnose. U takvim okolnostima lako se stvara osjećaj **iscrpljenosti i nesklada** – svatko daje najbolje što može, ali ponekad to nije dovoljno da se izbjegnu **nesporazumi, tjeskoba ili tišina**.

Braća i sestre prerano rođenog djeteta posebno osjećaju promjene u obitelji. Ne razumiju uvijek razloge roditeljske zabrinutosti, ali osjete napetost u domu. Neka reagiraju povlačenjem, neka ljubomorom, a neka brigom koja je prevelika za njihovu dob. Upravo zato je važno da roditelji, koliko god je moguće, s njima razgovaraju **iskreno i jednostavno**, pružajući osjećaj **sigurnosti**: „Tvoje je mjesto u obitelji i dalje važno.“

Ova nova ravnoteža zahtijeva **strpljenje, fleksibilnost i dobru komunikaciju**. Svaka obitelj pronalazi vlastiti ritam, a kroz taj proces se svi članovi – roditelji, djeca i šira obitelj – uče **prilagodbi, empatiji i međusobnoj podršci**.

Zajednica čini razliku

Obitelji koje prolaze kroz iskustvo prijevremenog poroda često se osjećaju **izolirano**. Dok njihovi prijatelji dijele fotografije dojenčadi kod kuće, oni svakodnevno odlaze u bolnicu i uče razlikovati zvukove monitora. Socijalno, obitelj se često osjeća udaljeno od uobičajenog života – posjeti, druženja i društveni kontakti mogu se smanjiti jer roditelji provode većinu vremena u bolnici i stalno brinu za nedonošču.

U takvim okolnostima **podrška postaje ključna**. Prijatelji, članovi obitelji, drugi roditelji koji su prošli isto iskustvo, pa čak i online zajednice, mogu pružiti osjećaj pripadnosti i razumijevanja. Grupe podrške, savjetovišta i udruge roditelja nedonoščadi često su izvor ogromne snage – razgovor s nekim tko razumije razliku između „težina pri rođenju“ i „gram po gram napretka“ može biti **ljekovitiji od svake knjige**.

Važnu ulogu imaju i zdravstveni djelatnici i terapeuti – ne samo u brizi za dijete, nego i u osnaživanju roditelja. Iako je primarni fokus najčešće na bebi, **emocionalna podrška roditeljima** jednako je važna za **zdravu obiteljsku dinamiku** i dugoročno blagostanje cijele obitelji.

Nitko ne mora sve sam – snaga je u tome da znaš kada je vrijeme za potražiti pomoć.

Obitelj raste iz iskustva

Ipak, nije sve tako sivo. Sve ove promjene – psihološke i socijalne – postupno preoblikuju unutarnju dinamiku obitelji. Iako početak može biti težak, mnoge obitelji ističu da ih je iskustvo prijevremenog rođenja trajno promijenilo – i to na **pozitivan način**. Postali su **svjesniji, strpljiviji i povezaniji**, a naučili su da ljubav nije samo nježnost, već i **upornost, briga i vjera u zajedništvo**.

Roditelji uče dijeliti **strahove i radosti**, starija djeca razvijaju **strpljenje i empatiju**, dok bake i djedovi pronalaze način da budu prisutni i korisni, a da pritom ne iscrpe sve svoje snage. Svaki napredak **palčića** – prvi osmijeh, prvi gram više, prvi samostalni dah – donosi **olakšanje** i osnažuje obiteljsku povezanost. Iako napetosti i nesigurnosti ponekad izazivaju sukobe, upravo kroz tu borbu obitelj gradi **otpornost** i jača **međusobne veze**.

Istraživanja potvrđuju da obitelji koje uspješno savladaju izazove prerano rođenog djeteta često razvijaju **dublju empatiju, bolje komunikacijske vještine i jače međusobne odnose**. **Palčići** često odrastu u djecu koja prkose statistikama – hrabra, odlučna i uporna, baš poput svojih obitelji.

Prijevremeno rođenje ne definira obitelj. Može doći ranije nego što smo planirali, ali nas uči da život nije mjeren danima trudnoće, već **snagom, strpljenjem i ljubavlju** koja izdrži sve izazove – ma kakvi oni bili.

Ovaj članak je objavljen uz financijsku potporu Agencije za elektroničke medije iz Programa za poticanje novinarske izvrsnosti.

Autor:

Bruna Bašić, mag.rehab.educ. et mag.cin., doktorandica neuroznanosti

Izvori:

- Chervenak, F. A., McCullough, L. B., & Brent, R. L. (2010). The perils of the imperfect expectation of the perfect baby. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, 203(2), 101–105.
<https://doi.org/10.1016/j.ajog.2010.01.058>
- Stanojević, M. (2018). Škola roditeljstva, priprema nedonoščeta za otpust iz rodilišta. *Paediatrica Croatica*, 62(Suppl. 1), 80–85.