

PRIRUČNIK ZA EDUKACIJU



# MALE TAJNE RODITELJSTVA



**080 05 03 05**  
SAVJETODAVNA LINIJA ZA DJECU

PRIRUČNIK ZA EDUKACIJU

# MALE TAJNE RODITELJSTVA



**Izdavač:**

Udruženje Nova generacija

**Za izdavača:**

Saša Risojević

**Autor:**

Snežana Jondža

**Grafički dizajn:**

Luka Banjac

Udruženje Nova generacija sadržava sva autorska prava.

Ova brošura je pripremljena uz finansijsku pomoć Evropske unije i organizacije Unicef Bosna i Hercegovina, u okviru projekta "Ublažavanje socio-ekonomskog uticaja COVID-19 na djecu na prostoru zapadnog Balkana i Turske " te uz pomoć kompanije Mtel. Sadržaj ove publikacije je isključivo odgovornost Udruženja Nova generacija i ne predstavlja nužno stavove Evropske unije.

# SADRŽAJ

• Uvod	5
• Komunikacija – zašto su poruke toliko važne	6
• Saradnja i disciplina	14
• Destruktivni vaspitni stilovi i prevencija istih	26



Udruženje „Nova generacija“ osnovano je 2004. godine kao nestranačko, nevladino, neprofitno i humanitarno udruženje socijalnih radnika i drugih profesionalaca u oblasti socijalnih djelatnosti.

Udruženje je svojim aktivnostima usmjereno na promovisanje i zaštitu ljudskih prava, prvenstveno prava djeteta, te na implementaciju programa za zaštitu ugroženih kategorija, djece i mladih. Aktivnosti Udruženja su usmjerene na izgradnju društva koje će biti odgovorno prema svim svojim članovima, posebno djeci, kroz informisanje, edukaciju i aktivno uključivanje svih segmenata društva u procese promjene.

Svoj rad trenutno bazira na tri usluge socijalne zaštite za djecu, a to su: Dnevni centar za djecu u riziku, Prihvatna stanica za djecu zatečenu u skitnji i prosjačenju i Plavi telefon, savjetodavna linija za djecu.

Plavi telefon je anonimna, povjerljiva i besplatna savjetodavna linija za djecu i mlade koja je počela sa radom 2013. godine.

Putem Plavog telefona, djeca iz bilo kojeg dijela BiH imaju mogućnost da dobiju direktnu pomoć i podršku kroz savjetodavni rad i osnaživanje, kao i mogućnost prijave nasilja. Pored toga, linija je dostupna i za roditelje/staratelje kao i druge odrasle osobe koje imaju neki problem koji se tiče djece. Roditelji/staratelji djece mogu da se konsultuju sa savjetnicima Plavog telefona ukoliko imaju nedoumice u vezi sa ponašanjem ili razvojem djece ili da se informišu o adekvatnim načinima dobijanja podrške u institucijama BiH. Linija je aktivna svakim radnim danom od 09 do 17 časova.

Broj Plavog telefona je 080 05 03 05, a djeca i roditelji mogu da nam se obrate i putem četa koji se nalazi na našoj veb stranici **[www.plavitelefon.ba](http://www.plavitelefon.ba)**.



**080 05 03 05**  
SAVJETODAVNA LINIJA ZA DJECU

# UVOD

Roditeljstvo je najzahtjevniji „posao“ koji čovjek u svom životu radi, a roditelji u savremenom dobu su stavljeni pred veliki izazov da pomire načine na koji su oni odgajani sa novinama koje novo vrijeme donosi. Cilj ovih edukacija je da osnažimo roditelje da na putu odgajanja svoje djece izgrade odnos povjerenja sa njima, ali u isto vrijeme ih pripreme za samostalni život. Kroz konstruktivnu komunikaciju, adekvatnim podsticajima i granicama može se utemeljiti put ka odgajanju samostalnih i sposobnih ljudi.

Smatramo da je od velike važnosti da se priča o vaspitanju djece, budući da djetinjstvo predstavlja emotivnu i psihološku bazu svakog čovjeka za ostatak života. Na ovaj način se može preventivno djelovati na velike greške koje bi ostavile dublji negativni trag na buduće generacije.

Roditelji skoro uvijek imaju najbolju moguću namjeru prema svojoj djeci, ali nekada ne znaju načine kako da se nose sa različitim životnim situacijama. Iz tog razloga, smatramo da je važno pružiti podršku roditeljima kako bi znali kojim putem da idu, te kako bi se i sami osjećali bolje u roditeljskoj ulozi.

Biti roditelj je veoma izazovan i odgovoran zadatak. To je uloga za koju nas niko posebno ne priprema niti treba da imamo neku potvrdu kojom bi dokazali da smo kompetentni da budemo roditelji. Da bismo bili pekar, ljekar, apotekar ili bilo šta drugo, potrebno je da imamo diplomu. Čak i da bismo bili vlasnik oružja ili da bismo

vozili automobile treba da prođemo posebne psihološke provjere. A za roditeljstvo je dovoljan čin rođenja djeteta. Od pamtivjeka se ta uloga prenosila sa "koljena na koljeno". Jedini model kako biti roditelj su nam naši roditelji, kao i roditelji drugih koje smo tokom odrastanja i sazrijevanja upoznavali. Način na koji smo mi vaspitani ostavlja u nama dubok trag, posebno kada je riječ o našim emocijama i samopoštovanju, kojeg često nismo ni svjesni. Ti duboko urezani obrasci dođu do izražaja onda kada najmanje očekujemo i u trenucima koji u nama pokrenu duboka sjećanja iz našeg djetinjstva. Ako su nas roditelji podržavali i bili puni topline i ljubavi, zareknemo se sebi da ćemo i mi biti baš takvi roditelji svojoj djeci. I tu nema ničeg lošeg, jer smo svjesni da smo odrastali u zdravom i sigurnom okruženju, pa nam tada naši roditelji mogu poslužiti kao pozitivan model. No, češće smo u situaciji da nismo zadovoljni pojedinim postupcima naših roditelja i onda se zareknemo da nikada nećemo biti takvi prema našoj djeci. Zauzimanjem takvog stava može da se dogodi da odemo u drugu krajnost u odnosu na to kako smo mi vaspitani, a ni to nije dobro. Ako smo shvatili šta je to što nam je najviše smetalo kod naših roditelja i šta ne bismo da ponovimo vaspitavajući našu djecu, od velike koristi je da se edukujemo o načinima koji će biti od koristi, a ne izazvati novu vrstu problema.

Biti roditelj treba da bude naš izbor i kada je tako, smatramo da je bitno da se opredijelimo da ćemo ulagati trud, vrijeme i energiju da budemo što kvalitetniji roditelji našoj djeci.

# KOMUNIKACIJA

## NEVERBALNA KOMUNIKACIJA...<sup>1</sup>

*Petar ima dvije godine i igra se u kući i istražuje. Prilazi ormaru i poželi da otvori fioku, ali se u tom trenutku sjeti da ga je mama prije nekoliko dana opomenula da to ne radi. Osvrće se oko sebe da potraži mamin pogled i ugleda ga. Majka ga gleda direktnim, ozbiljnim pogledom sa podignutim obrvama bez uzmicanja. Petar shvata da je poruka da ne smije i dalje da otvara fioku.*

## RIJEČI...

*Milica ima tri godine i igra se u parku. Nailazi maca koja joj prilazi i Milica počinje da nježno mazi macu, ali je ubrzo grubo hvata za dlaku i smije se dok se maca otima. Mama prilazi i kaže: „Ne, Milice, pusti macu!“. Milica pušta macu i počinje da plače. Mama uzima Milicu i govori joj „Nije lijepo da macu čupaš za dlaku, to nju boli. Želim da budeš nježna prema životinjama“.*

## UZOR...MODEL

*Dragana ima devet godina. Tokom prethodnih godina je često gledala mamu u situaciji da je jako boli glava i da tada ne ide na posao i da se svi oko mame razlete i pružaju joj pažnju. Čak i tata koji inače ne pokazuje nježnost prema mami, u tim situacijama je brižan i nježan prema majci. Draganu odjednom počinje isto da boli glava, pogotovo kada treba da ima kontrolni rad i kada nije naučila gradivo.*

Kao što je u prethodno navedenim primjerima pokazano, djeci se može na različite načine uputiti poruka:

**Neverbalno** – pokretom tijela, pogledom, mimikom

**Verbalno** – riječima

**Po modelu** – gledajući kako se Vi ponašate djeca donose zaključke o tome kako treba da se ponašaju, a kako ne.

Svi načini su veoma važni. Najjače poruke su one koje poručujemo usaglašavanjem svih ovih načina. Kada poruka nije usaglašena, recimo, kada jedno govorite, a drugo radite tada su djeca zbunjena, ali mnogo češće vjeruju i usvajaju ono što radite, a ne ono što govorite. To je veoma važno znati jer su roditelji često u zabludi da će ih djeca prije slušati nego oponašati.

## ZAŠTO SU PORUKE TOLIKO VAŽNE?

Kada se dijete rodi, ono je potpuno nemoćno, te zavisi od onih koji se brinu o njemu. Ono je rođeno bez znanja o ovom svijetu i većinu informacija o svijetu i o sebi u prvih pet godina života ono saznaje od onih koji se brinu o njemu (roditelja ili staratelja). Dijete nema životnog iskustva niti ima znanja kako bi preispitalo ono što mu roditelji kažu. Ono ima samo jednu opciju, a to je da vjeruje da je ono što roditelji kažu istina (o njemu samom, o drugima i o svijetu). Ono je kao mali sunder koji sve upija i većinu toga prihvata bez preispitivanja. Ako nešto ponovite više puta, mogućnost da će dijete to prihvatiti kao istinu je velika. Tako da, ako mu u „šali“ kažete „glupane moj“ vjerovatno

<sup>1</sup> Koncepti o porukama i vaspitnim stilovima su preuzeti iz knjige „Mala knjiga za velike roditelje“ Z. Milivojević i saradnici

će Vam dijete povjerovati i misliti za sebe da je glupo. Ako mu kažete „Vjerujem da možeš da to savladaš, samo se potruđi“, dijete će Vam vjerovati i truditi se.

Većina djece imaju samo jednu sliku porodice. Samo jednu sliku kako se ponaša otac! Samo jednu sliku kako se ponaša majka! Ono Vas gleda, sluša i uči od Vas kako se živi i šta treba da misli o sebi, drugima i svijetu, kako bi se snašlo i živjelo svoj život. Roditelji su ti koji uče dijete kako se živi u ovom svijetu, šta treba da se misli o drugim ljudima, kako da se prema njima postavi i ophodi i šta da misli o sebi, kakvo je ono.

Zato je vrlo važno razmisliti šta je to što zaista želite da poručite Vašoj djeci i šta želite da ih naučite. Jer ono ima jedino Vas da od Vas nauči i naučice, šta god mu Vi budete poručivali, bilo da je to dobro za dijete ili ne.

Postoje različite vrste poruka. Poruke koje su vrijednosno neutralne su informacije. Poruke koje nose neki vrijednosni stav u sebi se dijele na:

- **Kritike** (nosi negativni vrijednosni stav)
- **Pohvale** (nosi pozitivni vrijednosni stav)

**Kritike** su poruke kojima poručujemo šta nam se u ponašanju neke osobe ne sviđa i na koji način želimo da ona to promijeni. Kritika je zahtjev za promjenu ponašanja!

**Pohvale** su poruke kojima poručujemo šta nam se u ponašanju neke osobe sviđa te želimo da sa takvim ponašanjem i nastavi.

Da bi lakše objasnili razliku između poruka korist ćemo šemu dr Zorana Milivojevića <sup>2</sup>. Na datoj šemi se može vidjeti da poruke mogu da budu realistične i nerealistične i da mogu da budu upućene na osobu i na njeno ponašanje.

<sup>2</sup> Šema proističe iz modela za analizu poruka: „Strouk – diskaunt kontinuum“, koji je razvio Zoran Milivojević, a koristi se u Transakcionoj analizi.

## REALISTIČNE I NEREALISTIČNE PORUKE

Realistične su one poruke koje su u skladu sa realnošću. Ako se dijete trudi da nešto savlada i Vi ga pohvalite da je uporno, onda je to realistična pohvala na biće. Ukoliko mu kažete da ste zadovoljni kako je sačekalo da završite rečenicu dok ste pričali sa nekim pa tek onda postavilo pitanje i to je zaista tako, onda je to realna pohvala na ponašanje i veoma je korisna za dijete.

Ako djetetu kažemo da je „ćurka“ onda to definitivno nije realno, jer je dijete pripadnik ljudske rase, a nije pernata životinja. Isto tako, ako djetetu kažete da je najpametnije ili najljepše na svijetu, to nije tačno jer ima i pametnijih i ljepših ljudi. Možda je Vama najljepše i ako tako kažete, onda je to realno, ali nije najljepše na cijelom svijetu.

Nerealistične poruke su štetne za djecu, jer kad ih djeca dobijaju one iskrivljuju njegovu sliku o sebi. Ako dijete vjeruje da je ono najbolje, najljepše i slično, imaće velikih problema kada krene u školu i kada shvati da to nije istina, da ima djece koja su uspješnija u nečemu i koja možda dobijaju više pažnje nego ono u nekim situacijama.

Poruke kao što su: idiote, kretenu, majmune, đubre, kozo, zlu, šonjo, kravo i slične su veoma štetne jer obezvrijeđuju dijete i apsolutno mu ništa dobro ne donose!

Ako kažete djetetu „Nikada ništa dobro ne uradiš“ ili „Uvijek sve zabljaš“ šaljete mu poruku koja nije realna jer je nemoguće da „nikada ništa“ ne uradi kako treba ili da „uvijek sve“ zablja. Ovakve poruke ne motivišu dijete da popravi svoje ponašanje već ga obeshrabruju i da pokuša da nešto popravi jer koja je poenta kada će „uvijek sve“ da zablja!



## PORUKE UPUĆENE NA LIČNOST (OSOBU, BIĆE)

Poruke koje upućujemo djetetu kao osobi su poruke kojima djetetu poručujemo kakvo je ono. To su poruke kao što su:

<i>Lijep si</i>	<i>Lijen si</i>
<i>Pametan si</i>	<i>Mlakonja si</i>
<i>Marljiv si</i>	<i>Neotesan si</i>
<i>Hrabar si</i>	<i>Prase prljivo</i>
<i>Duhovit si</i>	<i>Derle jedno</i>
<i>Kulturan si</i>	<i>Smotanko</i>
<i>Sjajan si</i>	<i>Ružan si</i>
<i>Spretan si</i>	<i>Lažove i slično</i>

*Najljepša si na svijetu*

Kada se upućuje ova vrsta poruke djetetu, njima se djetetu govori kakvo je ono i nekada je dovoljno da se jednom to kaže djetetu, pa da dijete povjeruje da je ono takvo.

Ako se neka poruka uputi djetetu više puta vjerovatno će dijete povjerovati u bilo koju poruku koja mu se uputi i vjerovalaće da je ono upravo takvo kakvo je porukom okarakterisano. Poruke kojima se djetetu govori kakvo je ono (poruke na ličnost) utiču na djetetovo mišljenje o sebi i utvrđuju djetetov identitet.

## PORUKE UPUĆENE DJETETOVOM PONAŠANJU

Poruke koje su upućene na ponašanje govore djetetu kako se ono ponaša, šta radi dobro, a šta ne radi dobro.

Poruke upućene na ovaj način su djetetu jasne.

Ako nešto radi dobro, znaće šta je to tačno uradilo dobro i samim tim znaće sa kakvim ponašanjem da nastavi.

Ukoliko dijete radi nešto što smatrate da nije dobro i Vi uputite djetetu kritiku na ponašanje na taj način dijete će moći da razumije šta tačno ne radi dobro, a to je prvi korak ka tome da to ponašanje promijeni, što je i svrha kritikovanja.

## KOJE OD PORUKA NA LIČNOST SU U REDU, A KOJE NISU?

Od poruka na ličnost, jedino su u redu realne pohvale na ličnost. To su poruke kao što su:

<i>Lijep si</i>	<i>Hrabar si</i>
<i>Pametan si</i>	<i>Duhovit si</i>
<i>Marljiv si</i>	<i>Kulturan si</i>

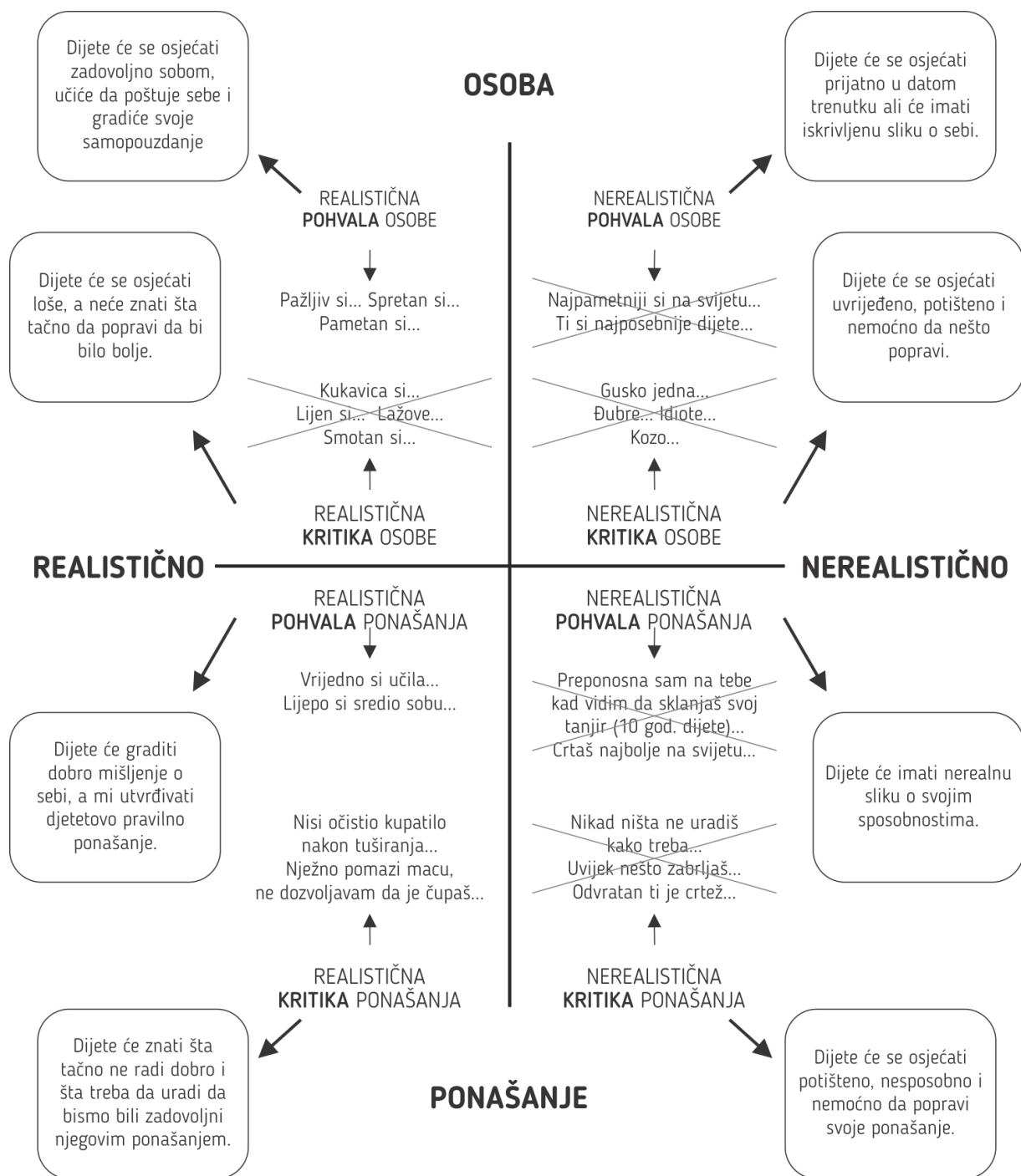
Pohvalama na ličnost jačamo djetetovo samopouzdanje i gradimo njegovu sliku o sebi.

## U ČEMU JE PROBLEM SA KRITIKAMA NA LIČNOST AKO SU REALNE?

Cilj kritike je promjena ponašanja. **Lakše je promijeniti određeno ponašanje nego osobinu ličnosti.** Ako kažete djetetu da je lijeno, pitanje je da li će dijete znati na šta tačno mislite, da li na to što nije sklonilo čarape u korpu za prljav veš ili što nije uradilo domaći zadatak ili što je leglo da se odmori u popodnevnim časovima ili što nije prošetalo psa.

## ZAŠTO SU REALNE KRITIKE NA LIČNOST NEKORISNE?

- Prvo, djetetu nije jasno na šta vi tačno mislite kada mu uputite kritiku na ličnost.
- Drugo, djetetu šaljete kontradiktornu poruku, jer mu poručujete: "Ljenjivče, skloni čarape za sobom." ili "Glupane, misli bolje i riješi taj zadatak" (Ako ste ga već okarakterisali kao lijeno ili glupo, kako onda tražite od njega da se ponaša kao da je marljivo ili pametno).
- Treće, teško je mijenjati kompletnu osobinu i zato često ljudi odustanu od toga i kada im uputite kritiku na



ličnost, počnu da se brane i da odbijaju da Vas „čuju“ tako da kritika na ličnost, iako je realistična, ne radi posao!

## VIŠE O KRITIKAMA

Kritika je zahtjev za promjenu ponašanja. Kritika nije ventiliranje naše napetosti, iznerviranosti, ljutnje. Da bi došlo do promjene ponašanja poruka koju upućujete djetetu treba da bude jasna kako bi je dijete razumjelo i kako bi mogla da dopre do njega. Ako vičete na dijete, ono će se najvjerojatnije uplašiti i razmišljaće samo o tome da to vikanje što prije prestane i da li će biti dodatnih posljedica po njega, a Vaša poruka neće doprijeti do njega.

**VIKANJE SMANJUJE MOGUĆNOST DA VAS DIJETE ČUJE.**

Ako Vas je djetetov postupak isprovocirao te imate želju da se izvičete na dijete, bolje se sklonite i umirite prvo svoju emociju ljutnje, pa tek onda stanite pred dijete i pričajte dovoljno mirnim tonom ali jasnim, kako bi ono razumjelo šta mu govorite. Važno je da do djeteta zaista stigne Vaša poruka, jer to je prvi korak da promijeni svoje ponašanje.

## KAKO SE PRAVILNO KRITIKUJE:

**Uvijek kritikujte samo ponašanje**

*Nisi raspremio sto za sobom.*

~~Kakva si ti ljenština.~~

**Budite vrlo konkretni**

*Jutros poslije tuširanja nisi obrisao pod koji si ispolijeavao.*

~~Nikad ne uradiš ono što od tebe tražim.~~

**Recite jasno i razumljivo**

*Molim te da sljedeći put otreseš blato sa cipela ispred kuće, a ne u predsoblju.*

~~Joj, samo spremam za tobom.~~

**Stepenujte kritiku.**

Ako dijete uradi nešto pogrešno, odnosno nešto što Vi ne odobravate i Vi mu to kažete uobičajenim glasom, ono će Vas jednako dobro čuti ako ne i bolje, nego kada budete "vrištali na sav glas". Ako ga više puta opomenete za istu stvar i pri tome mu pokažete da ste svaki put sve ljući, djetetu će postati jasno da nešto nije u redu sa njegovim ponašanjem.

Ne zaboravite da ima više načina da se prenese poruka. Ukoliko je Vaš stav jasno ozbiljan i vaše lice oslikava ozbiljnost situacije, dodatno povišen ton je često nepotreban i suvišan.

Neki od načina za kritikovanje koji su dobri su sljedeći:

### 1. „JA“ poruka

Meni smeta (ili osjećam se...) + detaljan opis ponašanja.

*Smeta mi kada ne skloniš svoj tanjir u sudoperu*

*nakon jela.*

*Bilo mi je neprijatno kada sam čula kako si grubo odgovorio svom drugu.*

Na ovaj način djetetu pokazujete na koji način je njegovo ponašanje povezano sa Vašim osjećanjima. Ovaj način kritikovanja nije dobar za malu djecu jer do određene dobi im nije toliko važno kako se Vi osjećate. U školskom uzrastu ova kritika ima smisla.

## 2. PREUSMJERAVANJE

Zahtijevati poželjno ponašanje.

*Vrati se i skloni svoj tanjir u sudoperu.*

*Otiđi u sobu i izvini se drugu.*

Ovaj način u stvari predstavlja naredbu, a kritika se podrazumijeva. Naredbe kada su na ovaj način formulisane tačno govore djetetu šta treba da uradi. Važno je samo prilagoditi ton.

## 3. SENDVIČ KRITIKA

Pohvala osobe + kritika ponašanja + pohvala ponašanja.

*Ti si veoma obziran momak, čudi me da danas nisi sklonio svoj tanjir nakon ručka, jer skoro uvijek to učiniš.*

*Ti si veoma pažljiv i druželjubiv dječak, maloprije si bio baš grub prema svom drugu, što ti ni najmanje ne nalikuje, jer obično se lijepo igraš i dijeliš svoje igračke sa drugima.*

## 4. HLADNO- TOPLA KRITIKA

Kritika ponašanja + pohvala osobe.

*Zaista me čudi da danas nisi sklonio svoj tanjir nakon*

*ručka, s obzirom na to da si ti uredan momak.*

## 5. POZIV NA SAMOKOREKCIJU

Pitanje o ponašanju koje nedostaje.

*Šta misliš, šta je trebalo da uradiš sa svojim tanjirom nakon ručka?*

Možete da izaberete onaj način koji je Vama najprirodniji i koji smatrate da bi Vama „legao“. Možete koristiti različite metode kritikovanja za različite situacije.

## JOŠ KOJA RIJEČ O POHVALAMA

Pohvale i nagrade su veoma značajne za razvoj djeteta. U našoj kulturi postoje uvjerenja da ko se hvali taj se kviri i da će se djeca nekako pokvariti ukoliko se budu hvalila. Odavno sada znamo da to nije tako, a detaljnije ćemo o tome u dijelu o vaspitnim stilovima. Djeca koja nisu pohvaljivana odrastaju u odrasle koji ne vole sebe i koji nemaju dovoljno samopouzdanja, a sa druge strane oni koji su dobijali realistične pohvale znaju kako sebe da bodre, da osnažuju i budu podrška sebi. Problem u pohvalama je samo ukoliko su nerealistične.

Pohvale izazivaju prijatne emocije kod djece i djeca bivaju zadovoljna što su ispunila očekivanja roditelja i ponašala se na način koji roditelji odobravaju. Iz tog razloga je velika šansa da će djeca ponoviti ponašanje za koje su dobili pohvalu kako bi je dobili ponovo. Pohvalom ponašanja učvršćujemo i ojačavamo pozitivna, poželjna djetetova ponašanja.

Pohvaljujemo djetetovo ponašanje u sljedećim situacijama:

**Kada se ponašalo onako kako mi hoćemo**

*Danas si ustala na vrijeme da stigneš i da doručuješ.*

*Veoma sam zadovoljna.*

### **Kada je prestalo sa neprimjerenim ponašanjem**

*Drago mi je što si na moju opomenu obukao staru trenerku, kad ideš da igraš fudbal.*

### **Kada se ponaša onako kako mi hoćemo, a prije toga nije**

*Veoma sam zadovoljna što si počela da redovno izvodiš Rekse u šetnju.*

Veoma je važno djetetu davati pohvale tokom procesa kojim dijete pokušava da ovlada. To može biti vožnja bicikla, sticanje radnih navika u školi, bavljenje nekim sportom ili hobiem i slično. Takve pohvale se nazivaju **podsticajnim pohvalama ili pohvale podrške** i govore djeci da su na dobrom putu i podstiču ih da nastave u istom pravcu. Primjeri za takve pohvale su:

*Dobro ti ide, samo tako, naprijed.*

*Za početak je veoma dobro.*

Hvaleći djetetovu ličnost pomažemo djetetu da izgradi pozitivnu sliku o sebi, a hvaleći njegove osobine koje nam se dopadaju jačamo djetetovo dobro mišljenje o sebi.

Pohvala djetetove ličnosti ili bića, ne izražava se samo u pohvalama kakve smo naveli. Kada kažete djetetu da ga volite, da ste zadovoljni njime, kada ga nježno pogledate i zagrlite, Vi djetetu govorite da ga volite i da ga prihvatate. Za dijete su ovakve potvrde neophodne da bi izrastao u čovjeka/ženu koji su sposobni da vole sebe i druge.

Pohvala djetetove ličnosti povezana je sa izražavanjem osjećanja ljubavi, poštovanja i vjere u djetetove sposobnosti. Zato su takve poruke osnova za ono što će kasnije postati djetetova ljubav prema sebi,

samopoštovanje i samopouzdanje.

Budući da je repertoar pohvala i potvrda koju djetetu možemo da pružimo veliki, važno je da svaki dan djetetu uputimo barem jednu pohvalu njegove ličnosti i osobina koje nam se dopadaju.

Ako upućujemo pohvale kako bi dijete usvojilo neko novo pozitivno ponašanje, kada ga dijete usvoji, tada je dobro da se to konkretno ponašanje više ne pohvaljuje, jer je ono već usvojeno. Uvijek zato ima nekih novih ponašanja koje želimo da dijete usvoji, tako da uvijek ima osnova da se pohvaljuje i djetetova ličnost i djetetovo ponašanje.

## **DA LI MOŽETE DA PRETJERATE SA POHVALAMA?**

Kada upućujete djeci pretjerano naglašene, nerealistične pohvale – dovodi do toga da djeca imaju iskrivljenu sliku o sebi.

Kada pretjerano često hvalite dijete - tada dijete navikne da su stalne pohvale normalno stanje i pita se šta nije u redu sa njim kada ga vaspitačica u vrtiću ne hvali. Tako da djecu ne treba „gušiti“ pohvalama.

## **KADA DIJETE TREBA NAGRAĐIVATI?**

Ako odlučite da dijete nikada ne nagradite nekom materijalnom nagradom, smatramo da dijete neće imati posljedica, naravno ukoliko ga redovno hvalite i pokazujete mu ljubav.

Nagrade su nešto što djetetu možete dati kada je svojim trudom došlo do nekog rezultata ili kada je usvojilo neko ponašanje koje nije do tada. Neki od primjera su:

- Kada je počelo da koristi redovno tutu (nošu).

- Kada je naučilo da vozi bicikl.
- Kada je počelo samostalno da dijeli svoje igračke sa drugom djecom.
- Kada je postiglo dobar uspjeh na kraju školske godine.
- Kada je otišlo kod zubara da popravi zub uprkos strahu.

**ZA MALE USPJEHE, MALA NAGRADA, A  
ZA VEĆE USPJEHE, VEĆA NAGRADA.**

Nagrada može biti neki materijalni poklon, a može biti i neka ugodnost koju dijete želi (odlazak u bioskop, na izlet, izlazak sa drugarima i slično). Ako nagradu obećate, obavezno je i dajte!

# SARADNJA I DISCIPLINA

Roditeljstvo nije lak posao, naprotiv, čini se kao najteži pored toga što je vjerovatno i najljepši. Ljudi se ne rađaju sa znanjem o tome kako biti dobar roditelj, odnosno kako vaspitati dijete tako da sve ispadne u najboljem mogućem redu i tokom vaspitanja i kada ono odraste. U svakom slučaju, od kulture do kulture se razlikuje šta znači kada kažemo da je neko socijalizovan.

Kada bi se spojile tri porodice, s tim da je jedna iz Afrike, druga iz Kine, a treća iz Bosne i Hercegovine, vjerovatno bi čudno gledali jedni druge i ponašanja djece onih drugih u različitim situacijama. Kulture se razlikuju i prihvatljiva i neprihvatljiva ponašanja se razlikuju od kulture do kulture. Znači, ne postoji jedan obrazac na planeti kako se vaspitava i socijalizuje dijete.

Vaš zadatak je da pripremite dete za samostalan život u društvu i kulturi u kojoj Vi živite. Kako ćete postići ovo? Mi vjerujemo da bi djeca odrasla u samostalne ljude, sposobne za život u ovoj zajednici da je neophodno djeci pokazivati ljubav i sa druge strane vaspitavati ih.

## KAKO SE DJECA VASPITAVAJU?

Tako što postavite djeci ciljeve i zahtijevate da ih ispune. Ukoliko ne žele da ih ispune, prvo zaprijetite kaznom, a ako dijete i dalje ne želi da ispuni cilj onda kaznu sprovedete.

Djeca se vode principom zadovoljstva

*Ja sam nešto poželio i ja ću uraditi šta je potrebno da to i dobijem.*

*Ono što je meni prijatno je i dobro za mene, a ono što*

*meni nije prijatno nije dobro za mene.*

Odrasli treba da se vode principom realnosti

*Neke stvari su prijatne ali štetne (gutanje šarenog klikera) i zato ti ne dam da ga progutaš, iako bi ti to želio.*

*Neke stvari nisu prijatne, ali su veoma korisne za tebe (pranje zuba) i zato zahtijevam da to radiš svake večeri.*

Vaš zadatak je da se vodite principom realnosti i zahtijevate da dijete radi one stvari koje su za njega korisne, iako su neprijatne i da prekine da radi one stvari koje su za njega nekorisne, a njemu prijatne.

Za očekivati je da će se dijete buniti kada mu postavljate granice, jer je u njegovoj prirodi da ono „ide za svojom željom“, a na Vama je da ga naučite koje želje može da ispuni, a koje ne.

## ZAŠTO SU GRANICE POTREBNE?

Iako djeca stalno pokušavaju da pomjere granice koje postavite i plaču i bune se što su granice postavljene, vjerujte da su djeci one itekako potrebne.

Poruka koju roditelji šalju djeci postavljanjem granica je "Možeš da radiš to i to, ali ovo i ovo ne možeš da radiš"; "Možeš da ideš ovamo, ali tamo ne možeš da ideš". Ove poruke djeci govore da roditelji tačno znaju šta je za njih dobro, a šta nije i to im uliva sigurnost da je svijet sigurno

mjesto i da se roditeljima može vjerovati jer oni znaju šta je za njih dobro, a šta ne. Tako da granice zajedno sa rutinom postavljaju kontekst za osećaj sigurnosti.

### IZ DJEČIJEG UGLA, GRANICE SPRJEČAVAJU DA SE NEŠTO LOŠE DESI.

Naravno da bazičnu sigurnost djeca prvenstveno dobijaju kroz odnos sa roditeljima koji kontinuirano i stalno odgovaraju na dječije potrebe kako fizičke tako i emocionalne. Odgovaranje na dječije potrebe je primarni način da se djeca osjećaju sigurno, a onda uz to je i obezbjeđivanje rutine i postavljanje granica. Kada sve to obezbjedite djetetu tada ono odrasta u okruženju u kojem se osjeća sigurno i dobro, a onda tu sigurnost može da internalizuje u sebe, da istražuje svijet sa samopouzdanjem i ide kroz život sa temeljom koji će ga pratiti tokom cijelog života.

Pored tog veoma važnog temelja sigurnosti, postavljanje granica je za djecu važno, jer na taj način uče da trpe neprijatnost. Svijet i sistem funkcionise kroz set pravila koje ako ne poštujete bivaju sankcionisani i/ili odbačeni. Djeca bivaju frustrirana kada ne mogu da ispune želju koju imaju i osjećaju se neprijatno.

Trpljenje frustracije je veoma značajna jer je bolje da djeca nauče da trpe frustraciju u sigurnom okruženju svoje porodice, gdje će dobiti podršku, nego da uče da trpe frustraciju u svijetu koji neće biti toliko empatičan prema njima i sa toliko razumjevanja.

Kada djeca nauče da trpe frustraciju tada mogu lakše da sjede u stolovima škole dok je napolju lijepo vrijeme i da uče ili kasnije rade dok im se radi nešto drugo. Tako da, kao što vidite učenje djece da trpe frustraciju je isto pripremanje djece za samostalan život.

## ODNOS JE NAJVAŽNIJI

Ako ne izgradite odnos...

Možete zahtijevati od djeteta da uradi nešto, ali ukoliko nemate izgrađen odnos ono će to uraditi samo iz straha od kazne sa kojom ste mu zaprijetili. Čim vi ne budete u blizini i ono nije ugroženo kaznom, uradiće upravo suprotno od Vašeg zahtjeva. Može biti poslušno dok je malo, ali kada počne da odrasta i uđe u pubertet, ako se Vaš odnos sa djetetom zasnivao na strahu djeteta od Vas i na slijepom slušanju, dijete Vam neće doći da Vam zatraži pomoć kada bude u problemu i vjerovatno Vas neće pitati za savjete u vezi različitih situacija u životu za koje mu savjeti budu trebali.

Ako izgradite odnos...

Dijete će Vam vjerovati. Granice koje mu budete postavili će usvojiti i kada Vi ne budete bili fizički tu, ono će se ponašati u skladu sa postavljenim granicama. Kada bude imalo neki problem, obratiće se Vama za pomoć, a kad mu budu trebali savjeti doći će da Vas pita šta mislite o tome što ga muči.

### AKO ŽELITE DA VAŠA PORODICA BUDE SREĆNA PORODICA, A DJECA POSLUŠNA, ONDA GRADITE DISCIPLINU NA ODNOSU.

Ako Vi svojim kritikama, pohvalama i ponašanjima pokazujete da poštujete dijete, i ono će poštovati Vas kao i granice koje Vi postavite.

Ako Vi sebe ne poštujete (ako dozvoljavate da dijete prema Vama ponaša bezobrazno) onda učite dijete da Vas ni ono ne poštuje.

Ako Vi ne poštujete granice koje ste postavili (ako lako od njih odustajete) poručujete djetetu da Vaše granice nisu



značajne i samim tim ni ono neće smatrati da je važno da ih poštuje.

## **„HRANITE“ ONO ŠTO JE DOBRO, ONO ŠTO NIJE DOBRO „IZGLADNJUJTE“**

Ponašanje koje je u skladu sa Vašim očekivanjima pohvaljujte i bodrite, a ponašanje koje nije u skladu sa Vašim očekivanjima kritikujte i ako kritika ne djeluje kažnjavajte.

Ako dobra ponašanja hranite pohvalama i pažnjom, dijete će se ponašati sve bolje i bolje...

Dijete želi da dobije Vašu pažnju i ona mu je neophodna. Ako dobija Vašu pažnju samo kada se ponaša nestašno, pa makar i ako tada vičete na njega, ono će biti često nestašno samo da bi dobilo Vašu pažnju (kakva god ona bila).

Ako loše ponašanje hranite pažnjom, dijete će se ponašati sve lošije i lošije...

## **POSTAVLJANJEM PRIMJERENIH ZAHTEVA OMOGUĆUJETE IM DA JAČAJU NJIHOVE SPOSOBNOSTI**

CILJ: Pripremiti dijete za samostalan i produktivan život u zajednici u kojoj živate.

Vrlo je važno procijeniti koji su to realni zahtjevi koje možete da postavite pred Vaše dijete. Ukoliko su Vaši zahtjevi preniski to može da utiče loše na Vaše dijete, jer će vjerovati da ima manje sposobnost nego što zaista ima, i neće razvijati svoje potencijale i ubrzo će shvatiti da ima manje vještina nego njegovi vršnjaci, što može

uticati na njegovu sliku o sebi. Ako djetetu stalno govorite da nešto ne može da uradi, da nešto ne zna, dijete će Vam povjerovati i prestati da pokušava. To će dovesti do toga da neće razvijati svoje sposobnosti i da će biti manje samostalno. Budući da svaki roditelj želi da njegovo dijete kada odraste bude sposobno za samostalan život veoma je važno da uprkos strahu koji osjećate dopustite djetetu da istražuje i da vježba sposobnosti i jača vještine.

Ukoliko su Vaši zahtjevi previsoki, to takođe može uticati loše na Vaše dijete, jer će mu biti veoma teško ili nemoguće da ispuni Vaše zahtjeve. Nekada će uspjeti da ispuni Vaše zahtjeve, ali uz veliku žrtvu. Budući da će rijetko uspijevati da ispuni zahtjev i dobijaće manje pohvala i rjeđe će čuti da je uspješno i sposobno. To će uticati na to da dijete ima manje samopouzdanja i da vjeruje da je neuspješno. Iako biste u ovom slučaju željeli da ovim načinom motivišete dijete da bude što sposobnije, učiniće upravo suprotno.

## **KAKO DA ZNATE DA TRAŽITE ONO ŠTO TREBA I DA ZAHTEJVATE BAŠ KOLIKO TREBA OD VAŠEG DJETETA?**

Djeca se razlikuju. Neka djeca brže savladavaju neke vještine neka djeca sporije. Važno je da posmatrate Vaše dijete i da procijenite šta ono može da uradi, i da onda to zahtjevate od njega.

Ako dijete izrazi želju da nešto uradi, budite u blizini da provjerite da li ono to zaista može. Ukoliko još uvijek ne može to da uradi samostalno, pomozite mu da ovlada tehnikom. Budite tu i bodrite ga. Ako Vi vjerujete u svoje dijete i ono će naposljetku vjerovati u sebe.

U daljem tekstu navodimo kućne poslove koje Vaše dijete može da obavlja u određenom dobu. Možda ćete smatrati

da je navedeni spisak po nekim stavkama prezahtjevan ili da Vaše dijete može da se uključi i u neke poslove koje smo mi naveli za viši uzrast. Vi najbolje poznajete Vaše dijete i vodite se Vašim instinktima. Ovo su samo smjernice koje mogu da Vam pomognu u situacijama kada se pitate da li je Vaše dijete previše malo ili ne za neke zadatke, ali nemojte podcijeniti svoje dijete, dozvolite da vas iznenadi šta ono sve može da uradi.

### Dijete dobi 2-3 godine može da:

- Spremi igračke u kutiju za igračke
- Da počisti za sobom kada nešto prospe
- Da obriše prašinu uz pomoć odrasle osobe

### Dijete dobi 4-5 godina može da:

Sve gore navedeno i plus da..

- Namjesti krevet
- Baci đubre
- Unese poštu
- Raščisti sto poslije obroka
- Zali je cvijeće
- Nahrani kućne ljubimce
- Koristi ručni usisivač

### Dijete dobi 6-7 godina može da:

Sve gore navedeno i plus da:

- se javi na telefon
- Sortira veš
- Mete podove
- Pomaže pri pravljenju i pakovanju ručka za školu
- Prazni mašinu za sudove
- Spari čarape
- Čišćenje krompira i/ili mrkve
- Pravi salatu

### Dijete dobi 8-9 godina može da:

Sve gore navedeno i plus da:

- Puni mašinu za sudove
- Pere sudove
- Prostire i slaže čisti veš
- Zaliva vrt
- Priprema jednostavna jela (prvih nekoliko puta uz prisustvo odraslog)
- Peče kolače (uz prisustvo odraslog)
- Šeta psa
- Mete trem
- Čišćenje stola
- Odlaze kupljene namirnice
- Usisava kuću
- Zašiva dugmad
- Briše pod

### Dijete dobi od 10 i više godina može da:

Sve gore navedeno i plus da:

- Očisti kupatilo
- Opere auto
- Skuva jelo uz prisustvo odraslog
- Pokosi travnjak
- Počisti kuhinju
- Promijeni posteljinu
- Kupovina namirnica
- Peglanje robe
- Čuvanje braće i sestara
- Pomaganje u manjim popravkama

## KOJE SU TO METODE KOJE MOŽETE DA KORISTITE DA BISTE POZVALI DIJETE NA SARADNJU, A POSTAVILI ZAHTJEVE PRED NJEGA?<sup>3</sup>

### 1. Bakino pravilo

Ovakav pristup ima trostruku korist. Prvo, Vaš zahtjev je konkretan, što znači da dijete može da ga razumije. Drugo, prihvatate želje i potrebe svog djeteta i istovremeno iskazujete svoje želje i potrebe, i treće, način na koji pristupate situaciji poziva dijete na saradnju.

Možeš da.....kad.....

*Možeš da se igraš napolju kad opereš sudove.*

*Možeš da gledaš film kad završiš domaći.*

Izbjegavajte borbeni rječnik

*Ne možeš da ideš napolje dok ne uradiš domaći.*

Kada djetetu kažete Ne možeš, Nemoj, Ne! ili Prekini, već stvarate negativnu atmosferu i dijete već podiže gard. Teško da će Vas čuti šta može, nakon što ispuni određeni zahtjev i da će zbog toga biti zadovoljno. Tako da izbjegavajte borbeni rječnik, olakšajte i sebi i djetetu i stvorite unaprijed pozitivnu atmosferu, jer je za dijete super „kad se nešto može“, pa makar to bilo nakon što ispuni Vaš zahtjev.

### 2. Dajte jasna uputstva

Roditelji ponekad nagovijeste šta bi željeli da dijete uradi, umjesto da to direktno kažu. Kad nisu jasni u svojim zahtjevima, roditelji ostavljaju mogućnost djetetu da protumači kao da ima izbora.

<sup>3</sup> Neke tehnike i primjeri za postavljanje zahtjeva i disciplinovanje su preuzete iz knjige „Roditeljska moć“ Pentli, E. 2008

### PRIMJER 1

Prikriiveni zahtjev: Bilo bi lijepo kad bi sklonio knjige.

Jasan zahtjev: Molim te, skloni knjige.

### PRIMJER 2

Prikriiveni zahtjev: Voljela bih da obučeš pidžamu.

Jasan zahtjev: Molim te, obuci pidžamu.

Druga varijanta je nejasan ili nepotpun zahtjev. Djeca i roditelji često drugačije protumače isti pojam ili rečenicu.

### PRIMJER 1

Nejasan zahtjev: Molim te da spremiš sobu

Šta dijete čuje: Stavi sve u ormar

Jasan zahtjev: Molim te, stavi knjige na policu, odjeću u ormar, a igračke u kutiju za igračke.

### PRIMJER 2

Nejasan zahtjev: Znaš ti i bolje!

Šta dijete čuje: Uradio si nešto pogrešno

Jasan zahtjev: Očekujem da pitaš prije nego što uzmeš makaze.

### 3. Ponudite izbor

Davanje izbora je veoma djelotvoran način da se djeca navedu na saradnju, a da Vi postignete da dijete uradi ono što želite. Djeca vole da imaju privilegiju izbora, a na ovaj način iz zahtjeva eliminišete pritisak i dijete će daleko više željeti da Vas poslušaju. Primjeri davanja izbora:

*Hoćeš li mlijeko ili jogurt za večeru?*

*Hoćeš da radiš domaći u svojoj sobi ili u dnevnom boravku?*

*Hoćeš li da dođem po tebe kod Marka prije nego što obavim kupovinu ili poslije toga?*

*Da li hoćeš da uradiš domaći sada, poslije večere ili da te budim u sedam ujutro?*

Postoji nekoliko bitnih stvari koje treba da znate kada dajete izbor:

- Nudite izbore u skladu sa djetetovim godinama – dijete u prvih par godina može da bira između dvije stvari. Zависи od toga šta djetetu nudite, dijete od četiri godine pa nadalje može da bira između tri stvari, osnovac između tri ili četiri.
- Nudite izbor u skladu sa Vašom namjerom – ponudite samo one opcije koje su Vam prihvatljive. Nemojte nuditi opciju sa kojom se ne slažete, npr. ponudite djetetu „Hoćeš li prvo da večeraš ili da prvo igraš igricu pa da onda večeraš” i onda ako dijete kaže da će prvo da igra igricu, a Vi mu kažete "E, ne može, moraš prvo da večeraš".
- Možete da koristite vrijeme kao izbor.  
Hoćeš li da gledaš još pet ili još 10 minuta?
- Ako djeca neće da izaberu, pokažite im da na taj način biraju da nemaju izbora.
- Ako djetetu ponudite npr. dva izbora, a on hoće nešto treće, Vi mu stavite do znanja da ima izbora samo između onih stvari koje ste Vi postavili.
- Ukoliko dijete kaže: „Neću ni jednu opciju”, Vi ga obavijestite da ćete onda Vi izabrati umjesto njega.
- Neka djeca za neke stvari ne vole da imaju izbora, i to je u redu.

#### 4. 3,2,1 - kreći!

Kada ljudi započnu neku aktivnost najčešće vole da tu aktivnost ili završe ili da je na neki način zaokruže. Ukoliko popravljate auto i žena Vas zove da ručate, vjerovatno

ćete prvo zavrnuti još par šarafa, skloniti alat postrani da ne smeta i onda otići na ručak. Ukoliko gledate seriju i muž ulazi u kuću i kaže Vam da idete odmah kod Vaših zajedničkih prijatelja, vjerovatno ćete zatražiti da se serija završi pa da onda krenete.

Slična je situacija kada se djeca igraju, samo što je njima to još teže. Ukoliko se Vaše dijete igra u pjesku sa drugarima i Vi odjednom ustanete i kažete "Krećemo!" možete očekivati da se dijete pobuni moljakanjem da još ostanete u parku, plaćom ili durenjem. Dijete se buni, jer je prekinuto naglo u igri koja mu je prijatna.

Ove situacije se uspješno rješavaju sa tehnikom „3, 2, 1 - kreći!" Radi se o tome da djetetu najavite narednu aktivnost i da date djetetu vremena da prekine aktivnost (igru) u kojoj je trenutno i da se pripremi za narednu.

Kako to izgleda?

Ukoliko se dijete igra u parku, možete da prvo najavite: "Marko, krećemo za deset minuta kući", nakon pet minuta ponovo se obratite djetetu: "Marko, još pet minuta". Nakon nekoliko minuta prilazite Marku i kažete mu: "Marko, krećemo za minut, da li želiš da se još jednom spustiš niz tobogan ili da se odmah pozdraviš sa drugarima?". Kada minut istekne Vi krećete! U tom posljednjem koraku je ključ. Kada kažete da krećete, morate krenuti!

Ukoliko ne krenete odmah, dijete će ubuduće znati da može da Vas nagovori da produžite vrijeme i ova tehnika Vam neće biti od pomoći. Ukoliko budete istrajni i krenete kada ste i rekli, možda će se dijete opirati dva ili tri puta, dok ne vidi da ste ozbiljni i nakon toga će znati da mislite ozbiljno i kada mu najavite kretanje, završavaće igru i spremati se za polazak.

Ovu tehniku možete koristiti od kada dijete ima dvije godine pa nadalje (ova tehnika je odlična i sa odraslima). Odrasli isto vole da im se na vrijeme najavi promjena aktivnosti i da im se da vremena da završe ono što rade.

### **5. Postavljajte korisna pitanja**

Kada dijete ima neki problem ili kada je uradilo nešto što Vi smatrate da nije dobro, Vaš pristup prema djetetu u tim situacijama je veoma važan. Zavisno od toga kako se postavite, dijete može ili graditi odnos povjerenja prema Vama ili Vas se plašiti.

Postavljanjem korisnih pitanja možete pomoći svom djetetu da nauči da sluša svoj unutrašnji glas i razvije samodisciplinu. Cilj je da svoje emocije ostavite po strani i pomognete djetetu da razmisli o problemu i samo pronađe rješenje.

Roditelji često postavljaju djeci pitanja, ali su ona obično daleko od korisnih:

*Zašto si to uradio?*

*Koliko puta moram da ti ponovim?*

*Šta je sa tobom?*

Korisna pitanja, postavljena na obazriv način, mogu djetetu ukazati na rješenje ili makar ublažavanje problema.

*Kako se osjećaš zbog toga?*

*Da li možeš da smisliš neke načine na koje možemo ovaj problem zajedno riješiti?*

*Šta misliš kako se tvoj brat zbog toga osjeća?*

*Da li si zadovoljan što si to uradio?*

*Kako si to mogao drugačije da riješiš?*

*Šta ćeš sada da uradiš?*

Postavljanjem korisnih pitanja na smiren način, omogućavate djetetu da razmisli o svojim postupcima i da promisli o tome kako da nešto promijeni ili u datom trenutku ili u budućnosti. Ovakav pristup će djetetu pokazati da može da u Vama ima podršku i pomoć, te na ovaj način gradite odnos povjerenja sa djetetom i povećavate mogućnost da Vam se dijete obrati i kada sljedeći put bude bilo u nekom problemu.

Ukoliko usljed sopstvene uznemirenosti budete vikali na dijete ili mu postavljali pitanja koja nisu korisna, dijete će se samo uplašiti i blokiraće se misaoni procesi. To znači da dijete neće biti u stanju da promisli o situaciji i da izvede zaključke, a Vaš odnos sa djetetom neće biti nakon toga bolji.

### **6. Koristite pravila i rutinu**

Ova tehnika je korisna sa djecom do 8 godina jer se koristi u svrhu uspostavljanja vrijednosnog sistema i stvaranja radnih navika. Ukoliko se u ranom djetinjstvu uspostave jasna pravila, onda se u adolescenciji o novim pravilima može razgovarati i zajednički ih uspostavljati.

Porodična pravila i ustaljeni red mogu Vam pomoći da lakše organizujete svoj život.

Kada se uspostave porodična pravila i kada se djeca nauče da ih poštuju život je mnogo jednostavniji jer se manje vremena troši na konflikte i duge pregovore. Neka pravila se lako usvajaju i kada se izreknu usmeno. Pisana pravila su korisna u situacijama koje se ponavljaju u Vašem domu ili za situacije koje smatrate da su od velike važnosti. Koristeći ovu tehniku možete lako uvesti mir u kući u onim situacijama koje umiju inače biti naporne i iscrpljujuće (svađa između djece, odlazak na spavanje, stvaranje radnih navika...).

Nema smisla pisati sva pravila koja važe u kući i lijepiti ih na svakom zidu. Kućna pravila koja su na ovaj način izložena služe da jasno podsjetite djecu šta treba da urade, a da Vi ne morate stalno naređivati. Dobra pravila ispunjavaju sljedeće zahtjeve:

**Odredite pravila unaprijed** – Ovo je veoma važno. Da biste sastavili pravila koja želite da stoje istaknuta i odredili adekvatnu posljedicu, neophodno je da to uradite "hladne" glave i natenane. Spisak možete da ažurirate s vremena na vrijeme.

**Odredite pravila koja možete i hoćete sprovesti** (manje pravila ali da su važna) – Na ovo pravilo posebno obratite pažnju, jer ukoliko stavite pravilo koje ćete povremeno da prevedite, onda ono ne treba da stoji na listi.

**Jasno i jednostavno formulišite pravila**, tako da i djeca mogu da razumiju i da ne postoji prostor za interpretacije.

**Unaprijed odredite posljedice za kršenje pravila** – Posljedice koje odredite važno je da budu primjerene "prekršajima" i da budu određene tako da znate da ćete svaki put ih primijeniti. Isto je tako važno da budu prilagođene godinama. Ukoliko tinejdžeru kao posljedicu za psovanje odredite da ide u sobu, to će za njega možda biti nagrada.

#### Primjer:

Pravilo: Ne povrjeđuj druge ni fizički niti emotivno.  
Posljedica: Odlaziš u sobu na 5 minuta, zatim se izvinjavaš osobi koju si povrijedio i preuzimaš jednu kućnu obavezu umjesto

osobe koju si povrijedio (kućnu obavezu određuje osoba koju si povrijedio).

Pravilo: Uradi domaći prije večere.  
Posljedica: Nema igranja napolju niti gledanja TV-a poslije večere, već radiš domaći.

Pravilo: Ne odgovaraj drsko, ne psuj.  
Posljedica: Ideš odmah u svoju sobu, kraj razgovora.

## DISCIPLINA

**Disciplinovanje djece** predstavlja proces tokom koga roditelji postavljanju djetetu granice, putem zahtjeva traže od djeteta da te granice poštuju i ukoliko dijete ne poštuje te granice tada ga kažnjavaju na način koji ne ugrožava dijete. Cilj disciplinovanja je da roditelji nauče dijete da se na određeni način ponaša i kada je roditelj u blizini i kada nije. Da bi to postigli dijete treba da razumije zašto je nešto dobro, a zašto nije i da onda vodeći se time upravlja svojim ponašanjem i kada roditelji nisu u neposrednoj blizini.

Kazna dobija svoje mjesto u disciplinovanju u onim situacijama kada dijete ne želi da se povinuje zahtjevima roditelja.

### Šta se tu u stvari događa?

Dijete vodi njegova želja. Kada ispuni svoju želju dijete je zadovoljno i osjeća se prijatno i zato želi iznova da njegove želje budu zadovoljene. Dijete ne zna uvijek šta je korisno i dobro za njega jer je malo i nema dovoljno informacija o svijetu u kom se nalazi. Zato ste Vi tu da ga podučite. Ukoliko dijete u igri istrči na ulicu, Vi shvatate da je to veoma opasno ponašanje po život djeteta dok dijete uopšte nema predstavu o tome. Njemu je lijepo da

se igra na taj način i da slobodno trči unaokolo što bi bilo u redu da ne postoje ceste i automobili koji se brzo kreću. Ukoliko Vi ne odreagujete, dijete će to ponašanje ponoviti jer ne povezuje ništa neprijatno sa slikom istrčavanja na cestu već je povezuje sa srećom tokom igranja. Da bi dijete u budućnosti promijenilo ponašanje i da ne bi istrčavalo neophodno je da ima neku neprijatnu emociju na vagi, da u momentu kada poželi da istrči osjeti neku emociju koja će ga spriječiti u tome. To će možda biti slika majke koja mu ozbiljnim glasom govori „NE, to ne smiješ da radiš, to je opasno!“ i budući da mu je stalo da mu se majka smiješi i da bude prema njemu topla, ta slika će ga možda spriječiti da ponovo istrči na ulicu.

### **Pozitivan autoritet – ključna karika**

Da bi Vas dijete poslušalo i uradilo ono što mu kažete potrebno je da imate autoritet.

Autoritet se gradi u par koraka:

1. Dijete uradi nešto što Vi ne odobravate.
2. Date informaciju djetetu da to ne odobravate.

Ukoliko ponovi ili nastavi sa ponašanjem

3. Kritikujete dijete tražeći mu da prekine sa ponašanjem.

Ukoliko ponovi ili nastavi sa ponašanjem

4. Zaprijetite kaznom.

Ukoliko ponovi ili nastavi sa ponašanjem

5. Kaznite dijete na način na koji ste zaprijetili.
6. Istrajte u kazni!

Većina roditelja koji nemaju autoritet nad svojom djecom su popustila u jednom od navedenih koraka. Najčešće je to istrajavanje u kazni. Ukoliko uradite sve prethodne korake, ali ne istrajete u kazni, dijete će znati da postoji način da

kaznu zaobiđe i svaki sljedeći put će biti uporno u tome da taj način pronađe (dovoljno dugo plakanje, bacanje po podu u javnosti, vikanje kako ga maltretirate i slično). Roditelj kao djetetov autoritet treba da zna šta je dobro, a šta ne za dijete, zato što je odrastao i ima mnogo više iskustva i znanja. Ponekad roditelj ne percipira šta je realno dobro, a šta nije dobro za dijete, iako ima mnogo više informacija o funkcionisanju svijeta i društva nego što to ima samo dijete i tada može nastati problem u vaspitanju.

Roditelj je taj koji naposljetku odlučuje kakvo ponašanje je dopustljivo i nosi odgovornost za ishod uticaja njegove odluke na dijete.

Odlična stvar kod autoriteta koji se gradi po gore opisanoj šemi, jeste da kada nekoliko puta ponovite ovaj ciklus i dijete shvati da ste Vi ozbiljni u sprovođenju kazni, kritika ili prijetnja kaznom će biti dovoljni da dijete prekine sa neprihvatljivim ponašanjem.

## **KAZNA**

Kazna predstavlja stimulans koji smanjuje šanse za ponavljanje određenog ponašanja.

Kazna se koristi kako bi neko prekinuo da radi nešto što je radio, a što se procjenjuje kao neprikladno ili neprihvatljivo ponašanje u sistemu vrijednosti onoga koji kažnjava.

Važno je napomenuti da neki autori izjednačavaju kaznu sa nasiljem, dok sa druge strane kada govore o disciplinovanju govore kako je u redu kada postoji posljedica za određeno djetetovo ponašanje koje je neprihvatljivo. Mi smatramo da se govori o istoj stvari,

jer posljedica koja će isprovocirati neprijatne emocije kod djeteta i kazna je po nama jedno te isto. Treba praviti razliku između različitih vrsta kazni, te razlikovati koje su kazne korisne i dobre za dijete, a koje nisu.

**KAZNA KOJOM SE DIJETE FIZIČKI MOŽE UGROZITI ILI KAZNA KOJA UKLJUČUJE KRITIKE NA BIĆE, KAKO REALNE TAKO I NEREALNE, SU NEPRIHVATLJIVE.**

#### **Zašto ove vrste kazni nisu prihvatljive i nisu dobre?**

- Ugrožavaju fizički i psihički integritet djeteta
- Ne dovode do uvida djeteta u to šta je pogrešno uradilo i na koji način treba da svoje ponašanje promijeni – nemaju efekta
- Ruše odnos između roditelja i djeteta

#### **Dijete se uspješno može kazniti:**

- Oduzimanjem ugodnosti
- Neprijatnim, a korisnim zaduženjima

Ugodnost je nešto što dijete voli i što mu prija, ali što ne predstavlja potrebu. Ugodnost je gledanje TV-a, igranje igrice, odlazak na trening, odlazak na sladoled, odlazak u zoološki vrt, izlazak sa društvom, odlazak u kino i slično. Osnovne potrebe kao što su potreba za hranom, vodom, snom, toplinom nisu ugodnost nego potrebe i oduzimanje njih predstavlja zlostavljanje djeteta.

Svakom djetetu različite stvari predstavljaju ugodnost. Roditelj najbolje zna šta njegovo dijete voli i koliko to nešto voli.

Neprijatna, a korisna zaduženja predstavljaju zaduženja koje dijete ne voli da radi, ali koja ili jačaju djetetove

sposobnosti ili grade njegove radne navike. Treba samo da se vodi računa da su zaduženja primjerena djetetovom uzrastu. Ukoliko je dijete koje ima tri godine bacilo mrvice sa stola na pod tada može sa ručnim usisivačem da pokupi mrvice, ukoliko je to uradilo dijete od osam godina ono može da usisivačem usisa cijelu prostoriju.

#### **Par važnih napomena:**

- Prilagodite jačinu kazne veličini prekršaja
- Razmislite dva puta prije nego što zaprijetite kaznom
- Budite dosljedni
- Svako ponašanje nešto govori, otvorite „četvore“ oči i „naćulite“ uši
- Ignorisanje je jedno od lošijih ideja
- Budite strpljivi i istrajni

**Prilagođavanje jačine kazne** odnosno pravednost kazne je značajna, jer zavisno od toga koliko ste pravedno „presudili“ kaznu dijete će je prihvatiti ili ne. Vi najbolje znate koliko Vaše dijete nešto voli da radi i koliko mu je to značajno.

Ukoliko djetetu kojeg ne zanima kompjuter, za kaznu zabranite da koristi kompjuter dva dana, za njega to neće biti značajna kazna, niti će osjetiti neprijatnost. Pa takva kazna neće dovesti do onog efekta koji ste željeli. Ali ukoliko djetetu koje mnogo voli da ide na treninge, oduzmete sedmicu dana treninga, jer je otišlo do drugara bez javljanja, tada će on vjerovatno kaznu procijeniti kao previsoku i nepravednu. To će dovesti do toga da se bavi više ljutnjom prema Vama, jer ste nepravedni prema njemu, nego što će se baviti time šta je bilo pogrešno u njegovom postupku. Ukoliko baš pretjerate sa kaznom, dijete će možda misliti i da ste neprijateljski nastrojeni prema njemu, što može uzvratiti prkosom, inatom ili snažnim bijesom, što svakako narušava Vaš odnos sa djetetom, a ne dovodi do željenog cilja.



## UKOLIKO DIJETE SMATRA DA JE KAZNA PRAVEDNA, ONO ĆE KAZNU PRIHVATITI.

Prije nego što izreknete kaznu, zamislite se ili odložite izricanje kazne („Moram da razmislim kako ću te kazniti“) da bijes ne zamuti Vaše promišljanje. Vi jako dobro poznajte svoje dijete i koliko su mu određene stvari značajne, te kada razmislite moći ćete da dobro prosudite o jačini kazne.

Rekli smo da prije same kazne treba da bude izrečena prijetnja kaznom kako bi se djetetu dalo prostora da promijeni svoje ponašanje prije nego što bi kazna uslijedila. Značajno je da promislite prije nego što zaprijetite kaznom, jer ukoliko dijete nastavi sa istim ponašanjem, moraćete da kaznu sprovedete. Najčešći razlog zašto roditelji ne istrajavaju u kazni je taj što usljed svog bijesa izreknu previsoku kaznu, te kada se umire, shvate to i bude im žao, pa je ne sprovedu do kraja. Takvo postupanje ruši autoritet roditelja i komplikuje disciplinovanje djeteta. Bolje **razmislite prije nego što zaprijetite**, jer ukoliko zaprijetite određenom kaznom, važno je da kaznu i sprovedete, ukoliko bude potrebno. Kada jednom ne istrajete u kazni to ostavlja prostor da se sa djetetom natežete narednih deset puta oko nekog ponašanja. Ukoliko nekoliko puta istrajete u kazni, vjerovatno će se rijetko dešavati situacije kada ćete dolaziti do stepenice kazne, jer će dijete u većini situacija prekidati neprihvatljivo ponašanje već na samoj kritici ili prijetnji kaznom.

**Dosljednost** je veoma važna. Ukoliko jednom dijete kaznite za određeno ponašanje, a sledeći put mu dozvolite da se ponaša na isti način, dijete će biti zbunjeno, jer neće znati da li je to ponašanje koje je zaista neprihvatljivo ili ne i vjerovatno će dijete iznova ponavljati to ponašanje. Važno

je da znate zašto neko ponašanje kažnjavate, odnosno zašto je to ponašanje po Vama neprihvatljivo, jer ćete samo onda moći da to i djetetu predočite i da se držite odluke da ne dopuštate to ponašanje.

Naravno, nerealno je očekivati da ćete moći uvijek da budete dosljedni za sve situacije i ponašanja.

Odredite ona ponašanja za koje ćete odlučiti da ćete biti dosljedni i zapitajte se zašto se odlučujete baš za njih, jer će Vam odgovor koji date sebi pomoći da održite dosljednost kada se ta ponašanja budu ponavljala u različitim situacijama.

**Svako ponašanje nešto govori.** Ukoliko dijete ponavlja nestašluke, zapitajte se zašto to radi. Djeca ne znaju da uvijek kažu riječima ono što osjećaju ili šta im nedostaje, ali kroz ponašanje oni to govore. Možda pokušavaju da skrenu Vašu pažnju, te Vam je to signal da se zapitate da li im posvećujete dovoljno kvalitetnog vremena. Možda im nedostaju jasnije postavljene granice. Možda se nećeg plaše, a možda su ljuti.

Ukoliko dijete naglo promijeni ponašanje, to Vam je znak da treba da obratite više pažnje na dijete i da pokušate da, kroz razgovor i vrijeme koje ćete provesti sa njim, dokučite o čemu se radi i šta stoji iza tog ponašanja.

**Ignorisanje** kao vrsta kazne je veoma loša ideja i smatra se oblikom zlostavljanja. Dijete najčešće razumije ignorisanje kao odbacivanje njega cijelog i ono često tumači ignorisanje kao da ga mama i tata ne vole, što djetetu jako teško pada. Dijete će tada pokušati da skrene pažnju roditelja na razne načine, ne bi li dobilo neki znak da istina nije toliko crna kako je ono vidi. Ignorisanjem ne govorite djetetu šta u njegovom ponašanju nije bilo dobro niti šta očekujete da ono promijeni, te iz ignorisanja

dijete ništa ne uči osim da je nešto uradilo zbog čega ga roditelji više ne vole.

Ponekad roditelji budu jako ljuti ili razočarani i u tom trenutku nisu spremni da sa djetetom komuniciraju. U takvim situacijama je veoma važno ne ignorisati dijete nego mu reći da se osjećate ljuto, ali da ga volite i da ćete pričati o ovoj situaciji kada se smirite i da Vas sada ništa ne pita.

Promjene se ne dešavaju preko noći. Zato je važno da budete blagi prema sebi, strpljivi i istrajni u primjenjivanju naučenih metoda. Ukoliko budete slijedili savjete koje smo Vam dali, uvjereni smo da ćete dosta brzo doći do željenih promjena. Ukoliko nekada ne uspijete da sprovedete u djelo ono što želite, na način na koji želite, ne budite previše strogi prema sebi. Sjetite se da je potrebno uvježbavanje da bi se savladala neka vještina. Dajte sebi vremena i bodrite sebe kao što bi bodrili i svoje dijete, kada treba da ovlada nekom novom tehnikom.

I imajte na umu da se brze promjene dešavaju kada se dijete plaši Vas, a to ne želite, već želite da ono zaista usvoji novo ponašanje, a da pri tome gradi samopoštovanje, samopouzdanje i poverenje u Vas. Za to je potrebno vrijeme i to je u redu!

# DESTRUKTIVNI VASPITNI STILOVI I PREVENCIJA ISTIH

Jedna od najvažnijih roditeljskih funkcija je da vaspitava svoju djecu. Vaspitavanje podrazumijeva da roditelj djetetu postavlja realne zahtjeve, da ga za uspješno realizovan zahtjev pohvali i/ili nagradi, kao i da ga za neuspješno realizovan zahtjev kritikuje i/ili kazni. Na ovakav način podižemo dijete koje će biti spremno za samostalan život u svojoj zajednici, a imaće i potencijal za srećan život.

Svako od nas ima i izgrađuje svoj vlastiti vaspitni stil kojim vaspitava svoje dijete. Taj stil zavisi od naših stavova i uvjerenja kako dijete treba vaspitati, od toga kako je sam roditelj vaspitavan, od zajednice/okruženja u kojem živi, ali i od vrijednosti koje imamo u odnosu na pojedine segmente života. Više o ovome smo pisali u prvom poglavlju.

U ovom poglavlju ćemo se baviti razumijevanjem destruktivnih vaspitnih stilova. Razumijevanje na koji način Vaša uvjerenja utiču na način na koji vaspitavate djecu i kako će se taj način odraziti na život Vašeg djeteta u budućnosti, je prvi korak ka potencijalnoj promjeni.

Kako bismo lakše pojasnili različite stilove vaspitanja koristićemo se tzv. Mercedes modelom<sup>4</sup> koji je razvio transakcioni psihoterapeut Zoran Milivojević. Prednost ovog modela je što nam omogućava da jasno identifikujemo i vizuelno prikažemo različite vaspitne stilove, i one koji su dobri i oni koji to nisu. Ovaj model pojašnjava osnovne stvari koje čine temelj svakog vaspitanja.

<sup>4</sup> Priručnik za vaspitanje djece "Mala knjiga za velike roditelje" – Z. Milivojević i saradnici



*"Mercedes" model je jednostavni vizuelni prikaz tri osnovne kategorije ili dimenzije vaspitanja: zahtjevi, pohvale/nagrade, i kritike/kazne. Svaku dimenziju prikazaćemo jednim krakom. Dužinom svakog kraka označavaćemo količinu onog što je u toj dimenziji predstavljeno. Idealno vaspitanje predstavljamo sa sva tri ujednačena kraka i tada crtež podsjeća na logo poznate fabrike automobila, po čemu je i dobio ime.*

Prije samog opisa vaspitnih stilova neophodno je pojasniti još nekoliko pojmova za jasnije razumijevanje vaspitnih stilova.

**Negativni maksimum** predstavlja da je neka od roditeljskih funkcija pretjerano izražena tj. da ulazi u spoljašnji pojas kruga. Kada neki od krakova ulazi u ovaj maksimum, to pokazuje da je nečega previše i da taj vaspitni stil nije dobar.

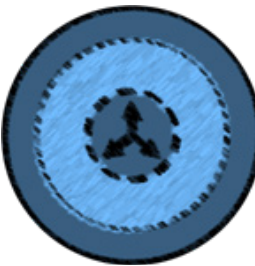
**Negativni minimum** predstavlja da je roditeljska funkcija nedovoljno izražena ili čak da je i nema. Tada se neki od

krakova nalaze u unutrašnjem krugu i to ukazuje da je nečega premalo ili da i nema te ni to nije dobar vaspitni stil. **Optimum** predstavlja situaciju kada ni jedna funkcija nije razvijena ni previše ni premalo, već onoliko koliko treba da bude. Kada je neka roditeljska funkcija umjerena, na crtežu se prikazuje u srednjem pojasu. Kada su sve tri osnovne roditeljske funkcije umjerene tj. u srednjem pojasu kažemo da su u ravnoteži - optimumu.

NEGATIVNI MAKSIMUM



NEGATIVNI MINIMUM



OPTIMUM



Ujednačenost u zahtjevima, pohvalama i nagradama kao i u kritikama i kažnjavanju je ideal koji je teško dostići, ali ne i nemoguće: što su odstupanja manja, to je bolje. Svi mi ponekad pravimo greške, ali i to je ljudski. Veoma je važno te greške prepoznati i iz njih izvući pouku, "naučiti lekciju".

Postoje vaspitni stilovi koji su naročito destruktivni za osamostaljivanje i pripremu djeteta za odraslo doba, jer mogu izazvati poteškoće i stramputice na tom putu odrastanja.

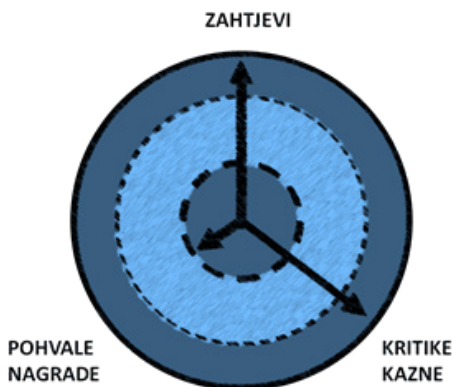
Ukoliko uvidite da ste do sada vaspitavali svoje dijete jednim od vaspitnih stilova koje ćemo navesti, nemojte da sebe strogo kritikujete, već imajte razumijevanje za sebe, jer ste to radili iz najbolje namjere i vjerujući da je taj način najbolji za Vaše dijete. Razumijevanje gdje grešimo je prvi korak ka promjeni, a naredne korake možete da pravite nakon završetka ovog kursa. Samim tim što čitate ovo i što prolazite ovu edukaciju govori o tome da želite da naučite da budete bolji za svoje dijete i da naučite kako da mu pružite sve ono što možete da mu pružite, a što će mu biti korisno u životu, što jasno govori o tome koliko ste dobar roditelj.

## DJETETU PREVIŠE USLOVLJAVAMO LJUBAV

(Pretjerano socijalizujući vaspitni stil i sindrom pretjerano socijalizovanog djeteta)

Zlata je „veoma marljiva i poslušna djevojčica“. Ima trinaest godina i ide u osmi razred. Veoma je uzorna učenica, gotovo uvijek je spremna da odgovara za najbolju ocjenu i redovno radi zadaće kao i druge školske zadatke. Sjedi u prvoj klupi i na pitanja nastavnice uporno diže ruku. Roditelji je mnogo vole, kćerka je za njih sve u životu. Vaspitaju je, kao i svi roditelji u želji da joj u budućnosti

bude što ljepše i lakše. Imaju velika očekivanja od nje i ne pristaju na prosječne ocjene. Često je podsjećaju da je danas važno biti obrazovan. Smatraju da samo najbolji upisuju fakultet, a da izbor dobrog fakulteta obezbjeđuje dobar posao i dobru karijeru.



### Poruke koje Zlata dobija:

- *Hm dobila si peticu? Sin mog kolege iz tog predmeta ide na državno takmičenje!*
- *Normalno je da si najbolja u razredu. Da sam ja imao ove uslove kao ti i ja bih bio.*

### Zašto dobija takve poruke?

Na koji način Zlatini roditelji razmišljaju?

- *Za nešto što je normalno, djeca se ne trebaju pohvaljivati.*
- *Hvale se samo izvanredna postignuća.*
- *"Ko se hvali taj se kviri".*
- *Od hvale se postaje samozadovoljan i onda prestane da se napreduje.*

### Iz kojih uvjerenja proizilaze takva njihova razmišljanja?

- *Što se bolje podrediš, bolje prolaziš u životu.*
- *Ako misliš da si uspješan prestaješ se truditi.*

- *Nezadovoljstvo sobom je motor razvoja.*

- *Moje dijete mora biti najbolje. Kada si najbolji svi te cijene.*

Svaki čovjek, a pogotovo dijete ima potrebu da dobije potvrdu. To nije želja, već osnovna potreba! Ukoliko dijete dobija potvrde i pohvale veoma rijetko i teško, ono će se žrtvovati i raditi sve što je potrebno kako bi ih barem ponekad dobilo.

Roditelji koji koriste ovaj vaspitni stil vjeruju da se pohvaljuju samo izvanredna postignuća i da treba biti veoma škrt na pohvalama kako se čovjek ne bi opustio i zanemario važnost uspjeha. Na ovaj način uče svoje dijete da se ljubav mora zaslužiti i da ga neće voljeti takvo kakvo jeste, već da će ga prihvatiti i voljeti tek kada ispuni njihova visoka očekivanja.

Ljudi koji su na ovaj način vaspitavani zaista češće postižu društveno poželjne uspjehe, jer nauče da jedino na taj način će zaslužiti da dobiju potvrdu i da jedino tada vrijede. Njihova ljubav prema sebi je uslovljena rezultatima koje postižu. Trudiće se da udovolje ljudima oko sebe i zanemarivati svoje potrebe, jer će naučiti u djetinjstvu da je prioritet ispunjenje tuđih zahtjeva.

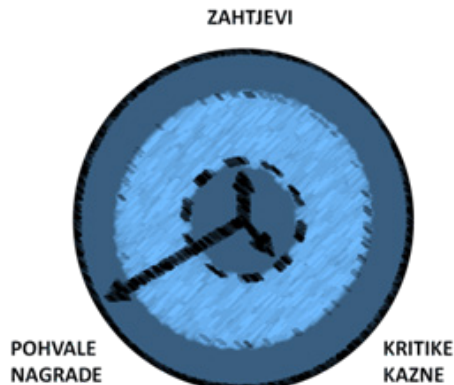
Dobijanje četvorke za dijete koje se vaspitava ovim vaspitnim stilom je katastrofa i tada se osjeća bezvrijedno, glupo i nesposobno. Kako odraste sve uspjehe koji nisu izvanredni doživljavaće kao katastrofu i osjećati se na isti način kao kada je dobijalo četvorku. Većina djece koja se na ovaj način vaspitava su duboko u sebi saglasni sa svojim roditeljima, jer misle da vrijede samo ako dosegnu one ciljeve koje su drugi postavili pred njih, posebno njihovi roditelji. Oni češće dobijaju kritike na svoje biće, nego na ponašanje i iz toga nauče da, kada nešto pogriješe, u

stvari su oni sami loši i pogrešni, a ne njihov postupak/ponašanje.

Roditeljska ljubav nikako ne smije biti uslovljena. Dijete, kakvo god da je, zaslužuje ljubav samo zato što postoji. Dijete ne zna da ga volimo ako mu to ne kažemo ili mu pokažemo. Pokazivanjem ljubavi koja nije uslovljena pomažemo djetetu da voli sebe, a da bi bilo srećno i zadovoljno moramo ga naučiti da o sebi misli dobro. Kada dijete vjeruje u sebe i svoje sposobnosti, lakše će se suočiti sa nevoljama. Ako dijete uradi nešto što je iznad prosjeka, posebno za njegov uzrast, to zahtjeva pohvalu. Veliki uspjesi su sastavljeni od malih, koje svakako treba pohvaliti ma koliko mali bili. Takođe je neophodno pohvaliti i djetetov trud, a ne samo rezultate. Pohvale i nagrade stimulišu razvoj i napredak. Svakoga dana pohvalite dijete za nešto (naravno vodeći računa da su te pohvale realne).

## RAZMAZIĆEMO DIJETE

(Razmažujući vaspitni stil i sindrom razmaženog djeteta) Denis ima šesnaest godina. Izuzetno je bistar momak, ali već drugi put ide u prvi srednje. U osnovnoj školi je bez posebnog truda dobijao dobre ocjene. Pred kraj osnovne škole njegove ocjene su se pogoršale, prolazio je oslanjajući se na svoju inteligenciju. Roditelji su mu savjetovali da upiše lakšu školu, kako se ne bi previše opterećivao. A sada, u srednjoj školi, nikako mu ne ide. Sve u vezi škole čini mu se glupo i besmisleno. Često bježi sa nastave, a roditelje sa lakoćom uvjeri da mu opravdaju izostanke. Kod kuće nema nikakva zaduženja niti odgovornosti, najčešće je za računarom i satima igra kompjuterske igrice. Uveče često do kasnih sati gleda filmove, a zna se desiti da u "gluvo" doba probudi mamu da mu napravi nešto za jelo. Ujutru teško ustaje, neispavan je i često kasni na nastavu.



### Poruke koje Denis dobija:

- Najvažnije je da radiš stvari u kojima uživaš.
- Ti si veoma pametan i nekako ćeš se već snaći.
- Samo da si ti zdrav, živ i veseo.

### Zašto dobija takve poruke?

Na koji način Denisovi roditelji razmišljaju?

- Nek je on živ i zdrav, naučiće dok bude stariji.
- Najvažnije je da radi stvari koje voli, ima vremena kada će morati raditi.
- Kažnjavanje djece je nasilje. Dijete treba podizati bez nasilja.

### Iz kojih uvjerenja proizilaze takva njihova razmišljanja?

- Samo sadistički roditelji zahtijevaju da im se dijete podredi.
- Ako je dijete nesrećno, ja sam loš roditelj.
- Ako dijete dobija mnogo ljubavi izrašće u zdravu ličnost.

Djeci je pored pohvala neophodno da imaju određene granice i da im se postavljaju zahtjevi. U poglavlju u kojem smo govorili o zahtjevima, naveli smo zašto su oni toliko važni. Ukoliko dijete nešto želi i Vi mu kažete NE! tada frustrirate djetetovu želju – a u redu je da

frustrirate želje koje vode nekonstruktivnom ponašanju (maltretiranje životinja, udaranje drugih ljudi, igranje igrice sa nasilnim sadržajem, itd). Kada frustrirate djetetovu želju, normalno je da će se ono na početku buniti na najrazličitije načine. Roditelji koji vaspitavaju dijete ovim vaspitnim stilom ne uspijevaju da nauče dijete da se nosi sa frustracijama, jer misle da na taj način muče svoju djecu. Ovi roditelji ne razlikuju da postoje neprijatne, ali korisne stvari i da djeca treba da savladaju trpljenje neprijatnosti. Trpljenje neprijatnosti je važno, jer će dijete čitav život biti stavljanu u različite situacije u kojima, ako bude željelo da bude prihvaćeno i uspješno moraće da trpi neprijatnost (sjedenje na času dok je napolju sunčan dan, rad na poslu, nespavanje noćima, jer se dijete razboljelo i potrebna mu je 24-časovna njega itd.). Situacije koje smo naveli su samo par od stotina onih u kojima će se dijete tokom odrastanja nalaziti i u kojima će biti važno da istripi neprijatnost kako bi došao do nekog većeg cilja. Bolje je da dijete o frustraciji želja i neprijatnosti trpljenja nauči u kući u kojoj je podržavajuća atmosfera, nego da se prvi put sa tim osjećanjima susretne u spoljašnjem svijetu koji neće imati toliko razumijevanja za njega.

Učenje djeteta da se na konstruktivan način "nosi" sa frustracijom je sastavni dio dobrog vaspitanja i ne predstavlja mučenje djeteta. Roditelji koji vaspitaju djecu ovim vaspitnim stilom vjeruju da dijete treba stalno da bude srećno i da će doći vrijeme kada će se ono „mučiti“ u životu. Na ovaj način stvaraju malog hedonistu koji uči da se svijet vrti oko njega i da je svrha ljudi oko njega da mu ispunjavaju želje. Ovakva postavka je destruktivna za dijete u budućnosti, jer ga ne priprema za realan život. Takođe, takvo dijete ima dobro mišljenje o sebi, ali se ne osjeća dobro, jer ga svako ograničenje i postavljanje zahtjeva izbacuje iz takta, i nije osjetljivo za tuđa osjećanja. Kritike koje su upućene na ponašanje razumije kao kritike

na ličnost.

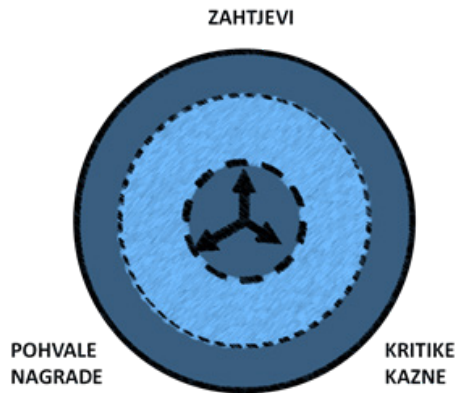
Kada dijete zna gdje su granice i zna da se od njega očekuje da ih poštuje, osjeća se bezbjednije, bolje i moći će zaista biti srećno i lakše će se snaći u životu. Mnogi ljudi pogrešno vjeruju da će previše ljubavi iskvartiti djecu, ali nikakav višak ljubavi ne može razmaziti i iskvartiti dijete. Djeca postaju razmažena kada se u vaspitanju ne koristi primjerena kazna. Dijete mora naučiti da kada mu kažemo NE to ne znači da ga ne volimo. Djetetu nanosimo štetu ako mu dozvoljavamo previše ili čak sve. U redu je da budemo primjereno strogi, to je za njegovu dobro. U redu je da jasno kažemo šta se smije, a šta NE. Moramo postavljati zahtjeve djetetu i tjerati ga da ih ostvari, jer bez toga neće postići ono za šta je sposobno. Iako ga volimo, moramo dozvoliti ponekad da mu bude teško i neprijatno. Dužnost roditelja je da radi za dijete korisne stvari, iako će to činiti da se dijete osjeća neprijatno. Nije nama cilj da dijete bude srećno samo u sadašnjosti, već da ga naučimo da bude samostalno i srećno i u budućnosti.

## PRETJERANO ŠTITIMO DIJETE

(Prezaštićujući vaspitni stil i sindrom prezaštićenog djeteta)

Ognjen je veoma miran dječak. Ima dvanaest godina. Važi za tihu i nenametljivu osobu. Ide u osnovnu školu, tačnije, vozi se, pošto ga svakog dana roditelji odvoze u školu i dolaze po njega. Još od malena je bio malo drugačiji od većine vršnjaka. Uprkos tome što je sve vrijeme bio zdrava beba, vrlo kasno je prohodao, a i pelene je veoma dugo nosio. U vrtiću se nikada nigdje nije penjao i bojao se da se spušta na toboganu. Nije bio hrabar i spretan kao druga djeca. U nižim razredima osnovne škole, učitelji su primjećivali da je prilično nesamostalan. Nije znao da zaveže pertle, niti da pri jelu koristi nož. Govorio je samo ako bi ga neko nešto pitao. Želio je da sve vrijeme bude

blizu učiteljice. Ako bi ona izašla izgledao bi uplašeno. Njegovi roditelji čvrsto vjeruju da je njihov zadatak da ga zaštite od raznoraznih opasnosti koje vrebaju u životu.



### Poruke koje Ognjen dobija:

- *Nemoj da se penješ na tobogan, pašćeš, slomićeš se.*
- *Ostavi makaze, posjećeš se, ja ću ti to izrezati.*
- *Bolje da ti kupimo patike na „čičak“, ne znaš ti vezati pertle.*

### Zašto dobija takve poruke?

Na koji način Ognjenovi roditelji razmišljaju?

- *Roditelji koji zaista vole svoje dijete moraju neprestano da brinu o svom djetetu.*
- *Dijete moramo zaštititi da mu se ne desi nešto loše*
- *Ako mu se desi nešto loše mi ćemo biti krivi.*

### Iz kojih uvjerenja proizilaze takva njihova razmišljanja?

- *Svijet je veoma opasno mjesto.*
- *Dijete je nesposobno da se samo brine o sebi.*
- *Nesreća nikada ne spava.*

Dijete koje se vaspitava na ovaj način se osjeća uplašeno da istražuje svijet, jer nema povjerenja u sebe i sopstvene sposobnosti. Dijete vjeruje roditeljima kada mu kažu

da ono ne zna, da nije dovoljno veliko, da nije dovoljno sposobno. Na ovaj način odrasta bez da uvježbava vještine i svoje sposobnosti i buduću da nije uvježbavalo različite vještine, ono ostaje nespretno. Sopstvenu nespretnost tumači kao potvrdu da nije sposobno, što potvrđuje poruke roditelja, te se dijete dodatno povlači i vjeruje da je ovaj svijet zaista strašno mjesto u kojem ono ne može da se samo snađe. Roditelji iz sopstvenog straha zabranjuju djetetu da bude sposobno, a naposljetku i samostalno. Problem je što ovi roditelji vjeruju da će živjeti dokle god i njihovo dijete živi. Najvjerovatnije to neće biti tako, a roditelji to zanemaruju. Vjeruju da će uvijek biti tu da brinu o svom djetetu, a ne shvataju da na ovaj način neće osposobiti dijete da živi samostalno kada odraste i kada oni ne budu tu da se brinu o njemu.

Naš zadatak nije da brinemo za dijete (u njegovo ime), nego da naučimo dijete da brine o sebi. Tokom djetetovog odrastanja jednostavno ne možemo isključiti sve rizike. Dijete mora normalno živjeti, a to podrazumijeva prihvatanje minimalnog rizika. Moramo dopustiti djetetu da se, u skladu sa svojim mogućnostima, razvija kroz situacije koje nisu apsolutno bezopasne. Dijete se mora suočiti sa preprekama da bi ih pobjedilo i napredovalo. I iz loših iskustava dijete može naučiti nešto dobro. Pretjerana briga škodi djetetu. Napredovaće ako od njega očekujemo ono što zaista može postići. Sposobnosti se razvijaju. Svaki majstor je u početku bio nespretn, ali je vježbom usavršio svoje vještine i postao majstor u tome što radi. Rizik se smanjuje sticanjem znanja i vještina, dopuštajući djetetu da bude aktivno. Kada je dijete savladalo određenu vještinu, zabrinutost je bespredmetna.

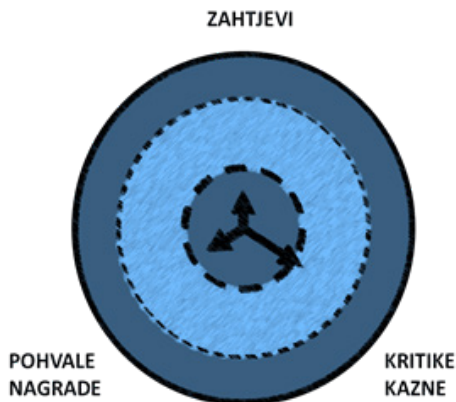
*Počnite sa malim koracima. Bodrite dijete da nešto uradi (spuštanje niz tobogan, učenje da vozi bicikl, da prelazi ulicu...) i budite uz*



*njega na taj način što ćete mu objasniti kako nešto da uradi, pa uraditi to sa njim, pa ga onda pustiti da uradi sam uz Vaš nadzor, kako biste vidjeli da li je razumjelo Vaše instrukcije. Ukoliko dijete ne uspije iz prve, bodrite ga da nastavi sa uvježbavanjem i kada vidite da dijete može samostalno da ispuni taj zadatak, povucite se. Vjerovatno će Vam biti neprijatno i vjerovatno ćete osjećati strah. Naučite da prepoznate sopstveni strah i ponavljajte u sebi da je Vaš zadatak da osposobite dijete da bude samostalno.*

## ZANEMARUJEMO DIJETE

(Zanemarujući vaspitni stil i sindrom zanemarenog djeteta) Tarik ima petnaest godina, i po drugi put pohađa osmi razred. Ne prati i svojim ponašanjem uporno ometa nastavu. Djeci iz razreda uzme pa sakrije školski pribor, ili ruši stolice. Poznat je po tome da uvijek čini upravo suprotno od onoga što od njega traži nastavnik. Ima veoma slabe ocjene, čak i najlakše zadatke rješava nepravilno. Nije ga briga za loše ocjene, škola mu je nevažna. Teško podnosi kritiku i doživljava ih kao dokaz da ga ne vole. On je dijete koje vapi za pohvalama i pažnjom, ali nekako



uvijek odabere pogrešne načine da ih dobije. Roditelji tvrde da je on glup i da škola nije za njega, dok nastavnici kažu da je on bistar, ali lijen dječak.

### Poruke koje Tarik dobija:

- *Ti si izgubljen slučaj!*
- *Život nam je dovoljno težak i bez tvojih skandala u školi.*
- *Bolje da te nisam ni rodila!*

### Zašto dobija takve poruke?

Na koji način Tarikovi roditelji razmišljaju?

- *Ne mogu ja stalno da budem pored njega i da ga pazim. Ko će zaraditi za život?*
- *Škola treba dijete naučiti lijepom ponašanju!*

### Iz kojih uvjerenja proizilaze takva njihova razmišljanja?

- *Dijete je kao cvijet, treba ga samo zalivati i hraniti.*
- *Kakav se rodio, neka takav i bude.*

Roditelji koji vaspitavaju dijete na ovaj način se u stvari ne bave mnogo vaspitavanjem. Vjeruju da će se dijete vaspitati samo od sebe. Budući da nemaju aktivnu ulogu u vaspitavanju djeteta, oni mu ne postavljaju jasne zahtjeve pa tako da ono ne dobija dovoljno pohvala niti nagrada. Budući da ne obraćaju previše pažnje na dijete, ono se trudi da nestašlucima zadobije njihovu pažnju.

Kada roditelji zahtijevaju od njega da promijeni takvo ponašanje, ne daju jasnu instrukciju kako da to ponašanje ispravi. Veoma rijetko pohvale svoje dijete, ali ne dovoljno da nauči šta je ispravno i kako treba nešto da radi. U ovom vaspitnom stilu nema mnogo ni realistične kritike, kritikuje se samo kada svojim ponašanjem ugrožava stvari ili događaje važne za roditelje ili kada je njima neprijatno zbog njegovog ponašanja. Sve kritike su upućene na njegovu ličnost, a ne na ponašanje i budući da nije naučio

u porodičnom okruženju da dobija ispravne i realistične kritike na ponašanje zato pogrešno razumije i kritike koje dobija od drugih npr. u školi. On ne razumije da ga neko može voljeti i poštovati i onda kada kritikuje njegovo ponašanje.

U ovom vaspitnom stilu dijete je gladno ljubavi, ali i vaspitnih podsticaja. Dijete zaista ne zna gdje su granice - šta radi dobro, a šta ne. Ne zna šta tačno drugi očekuju od njega, posebno roditelji.

Djeca se ne vaspitavaju sama, već su roditelji ti koji treba da vaspitaju dijete! Vaspitanje je aktivan proces. Ne možemo očekivati da će se dijete gledajući nas vaspitati. Veoma je značajno djetetu pokazivati da ga volimo - samo tako će i samo voljeti sebe. Dijete osjeća sigurnost samo ako zna šta se od njega očekuje, šta smije, a šta ne smije. Recimo mu i šta radi pogrešno, a ako odbija da to ponašanje promijeni, izgradimo ga i prikladno kaznimo. Imajući u vidu da su danas roditelji sve više zauzeti, a da sve manje vremena provode sa svojom djecom, veoma je važno da roditelj tokom to malo vremena koje preostane za dijete posveti djetetu pažnju na kvalitetan način. I u tih nekoliko sati moramo ga vaspitavati ali i posvetiti vrijeme igranju. Koliko god je važna količina provedenog vremena sa djetetom, ipak je važnije kako se bavimo djetetom.

## PREVIŠE KAŽNJAVAMO DIJETE

(Zlostavljajući vaspitni stil ili sindrom maltretiranog djeteta)

Marko ima trinaest godina i ide u sedmi razred. U školi ga se većina djece plaši. Misle da je opasan. Kada prolazi hodnicima škole, svojim načinom hoda i izrazom lica pokazuje svoju fizičku snagu i zastrašuje druge.

Povremeno udara pesnicom u vrata ili u zamišljenog protivnika. Često u prolazu čuše nekog od djece. Izgleda veoma samouvjereno i voli da se hvali time što trenira boks i diže tegove. U školi se često tuče. Drugi učenici kažu da se sa njim ni o čemu ne može dogovoriti, jer odmah plane i udara ako mu nije nešto po volji.



### Poruke koje Marko dobija:

- *Ti si lud. Debilu jedan. Baš si majmun.*
- *Ponekad se zapitam jesi li ti uopšte moje dijete. Vjerovatno su te zamijenili u porodilištu.*
- *Idiote bezobrazni, pa jesi li ti normalan?*

### Zašto dobija takve poruke?

Na koji način Markovi roditelji razmišljaju?

- *Dijete treba da dobije batine za svoje greške.*
- *Ako me ne poslušša, prebiću ga da zapamti za cijeli život.*
- *Dijete mora znati gdje mu je mjesto.*

### Iz kojih uvjerenja proizilaze takva njihova razmišljanja?

- *Batina je iz raja izašla.*
- *Kod mene je šiba funkcionisala, funkcionisaće i kod njega.*
- *Osnova dobrog vaspitanja je fizička kazna.*

Roditelji koji vaspitaju dijete na ovaj način često nemaju ujednačen stav po pitanju kažnjavanja. Otac češće smatra da je fizička kazna osnov vaspitanja, a majka se ne slaže. Majka obično saosjeća sa djetetom kad ga otac tuče, ali čim ostane sama sa djetetom i kada ne zna način da sprovede disciplinu ona prijete djetetu ocem ("Kada se otac vrati vidjećeš ti svog Boga, prebiće te bezobrazniče jedan") te na taj način u stvari potkrepljuje očev način.

Djeca vaspitavana ovim vaspitnim stilom često bivaju fizički kažnjena i/ili verbalno ponižavana. Roditelji im ne postavljaju jasne zahtjeve, nego jednostavno očekuju da dijete samo od sebe zna šta treba, da roditeljima "čita misli". Roditelji su često uvjereni da dijete jako dobro zna šta treba da uradi i da jako dobro zna šta je pogriješilo, ali to nije istina. Upravo zato što ne zna, dijete ne uspijeva ni da popravi svoje ponašanje i ponavlja iste greške koje roditelje dodatno ljute, jer vjeruju da je dijete bezobrazno. Budući da djeca (i odrasli) nemaju mogućnost "čitanja misli" te da ne znaju šta su pogriješila i kako treba da se ponašaju, ova djeca odrastaju u strahu od toga da bilo koje njihovo ponašanje može da dovede do izliva bijesa i intenzivnog kažnjavanja.

Djeca vaspitavana na ovaj način bivaju rijetko pohvaljivana i nagrađivana. Roditelji vjeruju da će zbog pohvala djeca biti još gora. A djeca kako ne znaju šta se tačno od njih očekuje, rijetko uspijevaju da to i postignu, te rijetko bivaju pohvaljivana. S druge strane često bivaju vrijeđana i omalovažavana. Zbog poruka koje dobijaju od svojih roditelja imaju loše mišljenje o sebi i vjeruju da nisu vrijedni ljubavi, te ne vjeruju nikome i žive u neprestanom strahu od kazne. Ova djeca svaki dodir od strane drugih shvataju kao moguće fizičko nasilje.

Obično djeca koja su vaspitavana ovim vaspitnim stilom izaberu jedno od dva načina mehanizama:

1. Povlačenje – u ovom slučaju dijete se iz straha toliko povuče kako bi postalo skoro nevidljivo u nadi da će na taj način da izbjegne kažnjavanje. Vjeruje da nije vrijedno i da je vjerovatno zaslužilo sve te kazne. U odraslom dobu se rijetko zauzima za sebe i dopušta da ga drugi maltretiraju.

2. Identifikacija sa agresorom – u ovom slučaju dijete izvlači zaključak da je u snazi moć, te odlučuje da će on biti jednako snažan ili snažniji od onoga koji ga maltretira. U školi i kasnije u životu često će naglašavati kako je „opasan“ i snažan. U biti strah ostaje dio njega i naglašavanje fizičke snage je u svrhu poručivanja da je bolje da se niko ne „kači“ sa njim i ne usudi se da ga napadne.

Dijete zaslužuje ljubav samim tim što je vaše dijete, recite mu da ga volite. Djetetu moramo reći šta je dobro, a šta ne, da ima jasne granice. Moramo mu reći i šta očekujemo i šta tražimo od njega. Samo tako će moći da zna. Kazna djetetu govori šta ne smije, a ne šta mora. Kažnjavanje ima smisla samo ako djetetu jasno kažemo šta je uradilo pogrešno. Vaspitavanje nije samo kažnjavanje. Ne učimo dijete da probleme rješava zastrašivanjem i fizičkom snagom. Na kraju, ipak, nasilje rađa nasilje. Govor mržnje je oblik psihičkog maltretiranja djeteta.

Ako ste u navedenim primjerima pronašli sličnost sa vašim vaspitnim stilom, **NE OSJEĆAJTE SE KRIVIMA**. Nikada nije prekasno – uvijek imate mogućnost da nešto promijenite. Neka vas sve ovo podsjeti da imate mogućnost izbora. Radite na promjenama svog odnosa prema djetetu, na ispravljanju grešaka koje ste uočili u vaspitanju svoga djeteta.

**JEDINA PRAVA GREŠKA JE ONA KOJA SE  
NE ISPRAVI.**

# ZABILJEŠKE

A series of horizontal dotted lines for writing, arranged in two columns.







Funded by  
the European Union

Ova brošura je pripremljena uz finansijsku pomoć Evropske unije i organizacije Unicef Bosna i Hercegovina, u okviru projekta "Ublažavanje socio-ekonomskog uticaja COVID-19 na djecu na prostoru zapadnog Balkana i Turske " te uz pomoć kompanije Mtel. Sadržaj ove publikacije je isključivo odgovornost Udruženja Nova generacija i ne predstavlja nužno stavove Evropske unije.



**NOVA  
GENERACIJA**

[www.novageneracija.org](http://www.novageneracija.org)