



KANTONALNA JAVNA USTANOVA

**PORODIČNO
SAVJETOVALIŠTE**
SARAJEVO



UNAPREĐENJE RODITELJSTVA

Priručnik za usavršavanje roditeljskih
kompetencija u pripremi djeteta za polazak u školu

Naziv priručnika:
„Unapređenje roditeljstva“

Autori:
Mahira Poljak, prof.pedagogije
Elma Omersoftić, dipl.psiholog

Saradnici:
Eldina Zolj-Balenović

Izdavač:
Kantonalna javna ustanova
„Porodično savjetovalište“ Sarajevo
www.porodicno.ba

Za izdavača:
Senad Alić, prof.

Urednik i lektor:
Dijana Simanić, prof.

Dizajn:
„Štamparija Fojnica“ D.D. Fojnica

Tiraž:
1000 primjeraka

Zabranjeno je umnožavanje u komercijalne svrhe.
Priručnik je u elektronskom obliku dostupan na www.porodicno.ba

Ova publikacija je štampana uz podršku FIGAP programa. Ova publikacija je besplatna i neće biti predmet prodaje. Stavovi izneseni u ovoj publikaciji su mišljenja autora/ki i ne predstavljaju nužno stavove Agencije za ravnopravnost spolova BiH, Gender centra Republike Srpske i Gender Centra Federacije BiH.



Vlada federacije
Bosne i Hercegovine
Gender Centar



Asocijacija za ravnopravnost spolova BiH
Ministarstva za ljudska prava
i izbjeglice BiH



Vlada Republike Srpske
Gender Centar - Centar za jednakost i
ravnopravnost polova

„Finansijski podržano iz sredstava FIGAP programa.

Program za implementaciju Gender akcionog plana BiH (FIGAP program 2009-2014), rezultat je saradnje Agencije za ravnopravnost spolova BiH - Ministarstva za ljudska prava i izbjeglice BiH, Gender Centra Federacije BiH i Gender Centra Republike Srpske, a njegov je cilj da osigura održivu provedbu Gender akcionog plana Bosne i Hercegovine („Službeni glasnik Bosne i Hercegovine” br. 41/09). Program podržava grupa međunarodnih donatora koju čine vlade: Kraljevine Švedske, koju predstavlja Ambasada Kraljevine Švedske u Bosni i Hercegovini, putem razvojne agencije SIDA, Republike Austrije, koju predstavlja Ambasada Republike Austrije u Bosni i Hercegovini, putem razvojne agencije ADA, Velike Britanije, koju predstavlja Britanska ambasada u Bosni i Hercegovini, putem razvojne agencije DFID i Švajcarske konfederacije, koju predstavlja Švajcarska ambasada u Bosni i Hercegovini, putem razvojne agencije SDC.”

Riječ izdavača

*Poštovani roditelji,
polazak djeteta u školu predstavlja za svaku porodicu poseban izazov.*

Stoga smo za Vas priredili ovaj priručnik u želji da osnažimo Vaše roditeljske kapacitete i pomognemo vam da olakšate svom prvačiću prilagođavanje na novu sredinu.

Priručnik je nastao kao plod uspješnih radionica za roditelje djece polaznika osnovnih škola, realiziranih kroz predškolske ustanove.

Poklanjamo Vam ovaj priručnik u nadi da ćete u njemu pronaći korisne preporuke.

*Iskreno Vaš
Senad Alić, direktor*

UVOD

Poštovani roditelji,

polazak u školu za dijete je jedna od stvari koje ga najviše plaše i uzbuđuju, jer on predstavlja veliki korak u životu djeteta, ali i Vas kao roditelja. U predškolskom uzrastu dijete prolazi kroz veoma značajnu razvojnu fazu i u tom procesu Vaša uloga odnosi se na kreiranje atmosfere zaštite, brige i sigurnosti. U ovoj fazi Vi uvodite dijete u svijet međuljudskih odnosa, oblikujete njegovu ličnost, odgajate ga, te svojim ponašanjem i međusobnim odnosom postajete uzor svom djetetu.

Mnogo puta ste čuli da sve potiče iz porodice, čega ste svakodnevno i svjedoci. Porodica je za dijete svijet u malome, a ujedno i svijet pod olakšavajućim okolnostima. Tu dijete uvijek nailazi na pomoć, podršku i zaštitu i u njoj dobija mogućnost da se uvježbava za samostalan život. Porodica je prva socijalna grupa djeteta u kojoj ono stiče prva iskustva o ljudima, međuljudskim odnosima i životu uopće. Ono tu stiče i osnovne utiske o samom sebi, svojoj ličnoj vrijednosti i svom položaju unutar ljudske zajednice. Ta prva iskustva će biti veoma značajna za daljnje prilagođavanje djeteta i njegov odnos prema široj socijalnoj sredini.

Izlazak djeteta iz primarne socijalne sredine u novu socijalnu sredinu kakva je školska, velika je promjena i za dijete i za cijelu porodicu. Polaskom u školu dijete zasniva samostalne odnose sa nastavnicima i vršnjacima, te u ovoj fazi i od porodice i od djeteta traži se nova promjena i veće prilagođavanje na zahtjeve spoljašnje sredine. U ovoj fazi porodica postaje osjetljiva na povratne informacije koje dobija o svom djetetu, kako od nastavnika, pedagoga i psihologa škole, tako i od roditelja druge djece, odnosno svih onih koji dolaze u kontakt sa djetetom nezavisno od nje.

Svaka promjena iziskuje novu organizaciju i raspodjelu uloga i odgovornosti unutar porodice. Životni krug oko djeteta se širi i njegova osnovna aktivnost više nije igra, već učenje. Polazak u školu je i prva ozbiljna provjera da li ste pravilno usmjerili odgoj svog djeteta i jeste li ga kvalitetno pripremili za školu. Kako je potrebno je da se Vaša uloga u ovoj fazi ogleda u velikom strpljenju za dijete uz istovremenu upornost i dosljednost u podršci djetetu

za prilagođavanje i izgradnju pozitivnog odnosa prema radu i odgovornosti, priredili smo za Vas ovaj priručnik.

Želja nam je da pomoću ovog priručnika unaprijedite i ojačate Vaše kompetencije za kvalitetniju pripremu djeteta za polazak u školu, odnosno za prepoznavanje i primjenu pozitivnih odgojnih stilova, osamostaljivanje djeteta i njegovu socijalizaciju, prepoznavanje i uvažavanje potreba djeteta, uviđanje značaja roditeljske usaglašenosti u odgojnim postupcima kao i za kvalitetnije provođenje zajedničkog vremena sa djetetom.

I na kraju, nemojmo zaboraviti da je dijete ono koje putuje, a na nama je da ga na tom putovanju usmjeravamo. Stoga vam od srca darujemo ovaj kompas!

I RODITELJSTVO

- Prije nego pročitate prvo poglavlje predlažemo kratku vježbu:
 1. *Pokušajte se kao roditelj osvrnuti na to šta želite postići odgojem svog djeteta?*
 2. *Koje osobine, vještine i znanja želite da vaše dijete posjeduje kada krene u školu?*
 3. *Kako zamišljate vaše dijete kao odraslu osobu?*
- Ako ste razmislili i odgovorili na ova pitanja tada se u nastavku upoznajte sa različitim odgojnim stilovima i načinima na koje svaki od njih utječe na dijete i izgradnju djetetove ličnosti.

1. Odgojni stilovi

Činjenica je da je roditeljski “posao” jedan od najizazovnijih i najznačajnijih zadataka u životu jednog roditelja. U osnovi svih roditeljskih postupaka su odgojni ciljevi koje želite postići i vrijednosti kojima težite i koje pokušavate prenijeti svom djetetu. Uvjerenja o tome šta je dobro za vaše dijete vode vas i usmjeravaju u vašem umijeću odgajanja.

Zajedničkim roditeljstvom najlakše se izbjegava negativna porodična klima. Podjela roditeljskih dužnosti doprinosi pozitivnom doživljaju roditeljstva kod oba roditelja jer će majka osjećati zadovoljstvo zbog podrške i muževljevog sudjelovanja, dok se muž neće osjećati isključen i suvišan, a oboje su podjednako važni za pravilan i potpun razvoj ličnosti djeteta. Od presudne važnosti za postizanje odgojnih ciljeva su usaglašeni roditeljski odgojni postupci. Ako u porodici roditelji preferiraju različite odgojne postupke, dijete se uvijek prikloni onom roditelju koji mu više ide „na ruku“. Na taj način roditelji jedno drugom narušavaju autoritet pa, osim sukoba na relaciji roditelji djeca i nepoželjnih odgojnih ishoda, dolazi do sukoba u partnerskim odnosima

Iako ne postoje dva ista roditelja, istraživači su proučavajući njihove odgojne postupke došli do zaključka da postoji nekoliko stilova roditeljstva. Stil roditeljstva predstavlja stav koji roditelji imaju o odgoju, odnosno način postavljanja granica i pravila, dogovaranje i donošenje odluka, način komunikacije – kako i koliko se unutar porodice razgovora, način iskazivanja ljubavi i discipliniranje djeteta.

Podjela odgovornih stilova se vrši s obzirom na to koliko **LJUBAVI** dajemo i koliko **ZAHTJEVA** postavljamo djetetu.

Prije svega, važno je da prepoznate koji je vaš odgojni stil. Odgoj djeteta podrazumijeva toplinu, razumijevanje, ljubav i podršku koju pružate djetetu ali i kontrolu koju čine vaša očekivanja, zahtjevi i nadzor. Ovisno o tome u kojem omjeru i na koji način u svom odgoju primjenjujete te dvije dimenzije odgoja, postoje različiti odgojni stilovi od kojih svaki na drugačiji način utječe na razvoj djetetove ličnosti i njegovo ponašanje, a to su:



1.1. Ravnodušni i zahtjevni stil (kruti i strogi/autoritarni)

Autoritarni odgojni stil ima jasna očekivanja i posljedice – što se na prvi pogled čini dobrim načinom postizanja željenih ciljeva. Međutim, ovaj stil pokazuje vrlo malo topline, ljubavi i podrške djetetu te je kombinacija emocionalne hladnoće, velikih zahtjeva i čvrste kontrole. Glavni odgojni ciljevi su učenje samokontrole kod djeteta i poslušnosti autoritetu koji ne objašnjava svoje odluke i postupke i kojeg ne zanima šta dijete misli i osjeća, a odnos roditelj djeteta se temelji na odnosu nadređeni-podređeni.

Strogi/autoritarni roditelji postupaju tako što:	Utjecaj na dijete ispoljava se kroz :
1. Postavljaju pred djecu velike zahtjeve;	1. Nesigurnost i povučенost ili agresivnost zbog straha i anksioznosti;
2. Koriste nagrade i kazne da bi pridobili djecu da slijede te zahtjeve;	2. Neprijateljsko ponašanje prema drugoj djeci;
3. Daju naredbe koje nisu skloni objašnjavati;	3. Nisko samopouzdanje i lošu sliku o sebi;

4. Primjenjuju svoja prava, autoritet i moć;	4. Manjak odgovornosti za svoje postupke;
5. Zhtijevaju određeno ponašanje i očekuju pokornost od djeteta;	5. Nizak prag tolerancije na frustraciju;
6. Ne daju djeci slobodu u odlukama i ne daju im mogućnost izbora;	6. Okrivljavanje drugih za svoje pogreške (strah od kazne);
7. Pogreške kažnjavaju čestim vikanjem ili fizičkim kaznama;	7. Neoslanjanje na sebe nego na druge;
8. Postavljaju stroga pravila i krute granice u odgoju djeteta;	8. Neuspješnost u rješavanju problema;
9. Ne uvažavaju mišljenje i osjećaje djeteta;	9. Stalnu brigu kako udovoljiti roditelju, odnosno autoritetu;
10. Dijete poučavaju šta treba misliti, a ne kako misliti.	10. Prosječno obrazovno postignuće.

U ovom odgojnom stilu roditeljska ljubav je visoko uvjetovana - djeca bespogovorno izvršavaju roditeljske zahtjeve iz straha od kazne ili straha da će izgubiti roditeljsku ljubav.



Ovi roditelji koriste izraze:

„ Mora biti tako jer sam ja mama/ tata i jer ja tako kažem !”

„ Ti to moraš ! / Ako to ne učiniš bićeš kažnjen/na !”

Posljedice za dijete:

Autoritaran (krut, strog) roditelj slama dječiji duh. Dijete je uplašeno, teško se uključuje u igru s vršnjacima, gubi povjerenje u okolinu i u samoga sebe. Rezultat ovakvog odgojnog stila jeste nisko samopoštovanje kod djeteta i stvaranje loše slike o sebi, što se odražava kao nedostatak povjerenja u samoga sebe, dok se prema drugima odnosi sa strahom ili nepovjerenjem u neprekidnoj napetosti i potrebi da ne pogriješi i bude kažnjeno. Ovakvo dijete rijetko uspijeva u životu jer, zbog navedenih razloga, odustaje od započetih aktivnosti čim naiđe na prepreku čemu doprinosi slaba motivacija i minimum uloženog truda da uradi nametnuto. Podložno je raznim utjecajima i pritiscima sa strane jer je naučeno da njegovo mišljenje nije važno i nije naučilo da se suprotstavlja autoritetima ili, pak, u doba adolescencije, postaje buntovnik koji krši društvene norme, te se na taj način suprotstavlja autoritetu.

U kontekstu škole : „**Moraš biti najbolja/i u razredu, jer ti to možeš!**“

Ovo je vrlo čest zahtjev roditelja, iako uspjeh u školi nikako ne oslikava mogućnosti djeteta. Na taj način kod djeteta se stvara pritisak, te zbog stresa kojemu je izloženo teže razumijeva gradivo, a istovremeno, u školskim drugarima vidi konkurenciju, a nikako prijatelje. Lošiju ocjenu ili kritiku vrlo teško podnosi pa zbog straha od kazne krivi druge za svoj neuspjeh. Sve to utječe na djetetovu lošu prihvaćenost od strane vršnjaka i nastavnika, te na njegovo obrazovno postignuće i otpor prema školi.

1.2. Ravnodušni i popustljivi stil (zanemarujući/indiferentan)

Zanemarujući ili indiferentni roditeljski stil kombinacija je emocionalne hladnoće i slabe kontrole, previše slobode za dijete i nepostavljanje granica između dobrih i loših postupaka. Odgojnih ciljeva nema, roditelji su zaokupljeni sami sobom, ne obraćaju previše pažnje na dijete, postavljaju male zahtjeve, nema kontrole ali ni topline, pa dijete ne osjeća sigurnost i zaštitu od strane roditelja. Odnos roditelj–dijete zasniva se na niskoj razini razumijevanja i interesa za dijete i njegove aktivnosti, neprovođenju zajedničkog vremena i neiskazivanja roditeljske ljubavi. Ovakav odgojni stil često dovodi dijete do razočarenja.

Indiferentni/zanemarujući roditelji postupaju tako što:	Utjecaj na dijete ispoljava se kroz:
1. Ispoljavaju hladnoću i ravnodušnost;	1. Nisko samopoštovanje jer dijete ima osjećaj da je bezvrijedno i nezanimljivo svojim roditeljima;
2. Postavljaju male ili nikakve zahtjeve i ne kontrolišu dijete;	2. Dezorijentiranost i zbunjenost;
3. Zaokupljeni su svojim poslom i nemaju vremena za dijete;	3. Hladan odnos prema drugima;
4. Nisu zainteresirani za osjećaje i doživljaje djeteta, ne ispoljavaju brižnost i toplinu;	4. Slabo razvijene socijalne vještine;
5. Kazne i nagrade su nedosljedne;	5. Neposlušnost, neprijateljsko raspoloženje i sklonost delinkventnim oblicima ponašanja;
6. Ponekad traže odgovornost, ponekad ne;	6. Bazični osjećaj nesigurnosti, promjenjivo raspoloženje i slabu samokontrolu;
7. Izbjegavaju komunikaciju s djetetom;	7. Probleme u ponašanju – omalovažavanje drugih, manipuliranje drugima, laž, krađa, bježanje od kuće i agresivno ponašanje.
8. U materijalnom smislu djeci uglavnom daju mnogo, ali su ona prepuštena sama sebi.	8. Nisko obrazovno postignuće ili potpuni neuspjeh.

Kod ovog roditeljskog stila centralno pitanje je: Gdje je ovdje ljubav? Afektivna hladnoća roditelja opasnija je od fizičke kazne - djeca se osjećaju bezvrijednima pa i druge tako doživljavaju.

Ovi roditelji koriste izraze:

„Sve smo ti dali, šta još hoćeš !?

„Ne gnjavi me svojim glupostima.“



Posljedice za dijete:

Indiferentan (zanemarujući) roditelj dovodi dijete do razočarenja. Dijete često mijenja ponašanje, ne pokazuje interes za školu, neposlušno je i nerado učestvuje u svim društvenim aktivnostima, te iskazuje nesigurnost i izgubljenost. Ponašanje u društvu se odlikuje agresivno nametljivim postupcima, nesposobnošću kontrole vlastitog ponašanja i burnih neprimjerenih reakcija u situacijama kada se osjeća neprihvaćenim ili kada postoje bilo kakve prepreke za ostvarivanje zamišljenih ciljeva (ne prihvatanje od strane vršnjaka i sl.). Ovakvo ponašanje će biti najočitije u periodu adolescencije kada će dijete iskazivati nesigurnost i izgubljenost, pa se pojavljuje rizik od društveno nepoželjnih oblika ponašanja kao što su npr. razvoj ovisnosti, delinkvencija i sl.

U kontekstu škole: „Nemoj mi baš sada govoriti o zadaći. Ako ne znaš uraditi, ne moraš sutra ići u školu.“

Na ovaj način roditelji odgovaraju na molbu djeteta da mu pomognu oko zadaće, a pri tom zaboravljaju da će sutra djetetu zadaća biti nešto mnogo važnije i puno veće. Zbog nezainteresiranosti prema zadaći, polako se otvaraju vrata izbjegavanju svih drugih obaveza, te pravi prvi korak ka neodgovornoj mladoj osobi, svjesnoj da upravo zbog ravnodušnosti roditelja može njima manipulirati. Dijete se uči ne da se trudi, rješava probleme i izvršava obaveze, nego da snagu, volju i znanje usmjerava ka traženju načina da ih izbjegne.

1.3. Brižni i popustljivi stil (prezaštićujući/permisivni)

Popustljivi stil (permisivni) podrazumijeva poklanjanje puno ljubavi i pažnje djetetu, ali uspostavljanje malo discipline. Roditelji koji koriste permisivni stil postavljaju premale zahtjeve pred svoju djecu kojih se često ni sami ne pridržavaju. Oni zapravo udovoljavaju svim dječijim željama i prohtjevima i nastoje ga zaštititi od svih štetnih utjecaja i realnog svijeta. Dakle, odnos je pretjerano zaštićujući i roditelji brinu o svakoj sitnici, pri čemu umjesto djeteta čine i ono što dijete može samo uraditi. Međutim, djecu je potrebno pustiti da dožive određeni stepen frustracije kako bi iz vlastitih iskustava nešto naučili, lakše razumjeli život i svijet oko sebe, te izrasli u odgovorne i zrele osobe. Odnos roditelj – dijete temelji se na velikoj emocionalnoj osjetljivosti roditelja spram djeteta, na prevelikoj slobodi i neovisnosti djeteta bez postavljanja granica i pravila, te kontrole u ponašanju.

Prezaštićujući/popustljivi roditelji postavljaju tako što:	Utjecaj na dijete ispoljava se kroz:
1. Brižno, toplo i saosjećajno se odnose prema djeci;	1. Nepoštovanje autoriteta, preuzimanje i primjenu moći, te manipuliranje roditeljima (napadi bijesa, ucjene...);
2. Djeci daju mnogo slobode, ne postavljaju granice;	2. Nerealno pozitivnu sliku o sebi, egoističnost i impulsivnost;
3. Nemaju kontrolu nad djecom i ne discipliniraju ih;	3. Hladan odnos prema drugima;
4. Daju djeci previše odgovornosti, jer ne znaju samoprocijeniti šta je dobro u nekoj situaciji i kako postupiti;	4. Nediscipliniranost i nerazvijen osjećaj odgovornosti;
5. Ne postavljaju zahtjeve pred djecu (jer ih vole);	5. Probleme u učenju, slabu koncentraciju i motivaciju;
6. Ne primjenjuju autoritet (nemaju ga, prepustili su ga djetetu);	6. Preslobodno ponašanje prema vršnjacima i odraslima u okruženju i školi
7. Smatraju da je štetno uskraćivati djetetove želje i potrebe.	7. Probleme u komunikaciji s drugima jer dijete sve pretpostavlja sebi;
8. Misle da će izgubiti ljubav i bliskost ako djetetu u svemu ne udovolje ili ako nešto od njega traže.	8. Nezadovoljstvo, čestu dosadu, neveselost, otuđenost, emocionalnu hladnoću pa čak i nasilnost;
	9. Prosječno ili nisko obrazovno postignuće.

U ovom odgojnom stilu ljubav djeteta prema roditelju je uvjetovana – djeca nauče izbjegavati sve što ih opterećuje ili im nije ugodno, iskorištavaju roditeljsku ljubav, a roditelji misle da će izgubiti ljubav i bliskost ako djetetu u svemu ne udovolje ili ako nešto od njega traže. Tip ljubavi “uklanjanje svih teškoća” nije poželjan kako za dijete tako i za roditelje.

Ovi roditelji koriste izraze:

“Dobro, kad ti tako hoćeš.”

„Ako ti nećeš, ja moram.”

„Ne znam šta ću s tobom.”

Posljedice za dijete:

Većina današnjih roditelja, nesvjesno, dozvoljavanjem djeci da im se „popnu na glavu“, zapravo njima čine veliku štetu. Dijete odgajano u ovom stilu je često razmaženo i nezrelo, sebično i agresivno, te ima poteškoće u prilagođavanju koje su povezane s postavljanjem granica u ponašanju prema drugim ljudima. Npr. u igri s drugom djecom dijete želi da sve bude po njegovom, da se druga djeca njemu pokoravaju i ugađaju njegovim željama, baš kao što to rade njegovi roditelji. Tada najčešće nastaju problemi jer i druga djeca žele da se udovoljava njihovim potrebama i željama. Također, ovakvo dijete se teško osamostaljuje. Tokom odrastanja i kasnije u životu dijete često traži da roditelji rješavaju njegove probleme, nesamostalno je, emocionalno preosjetljivo i nesigurno. Osim toga dijete koj n nauči da poštuje roditelje kao autoritete teško da će ih poštovati i izvan kuće, što će ga dovoditi u razn sukobe sa negativnim posljedicama za njega (odbacivanje, neuspjesi i sl.)



U kontekstu škole: „Ne može tebe učiteljica kažnjavati. Ona treba meni reći šta si uradio i ja ću poduzeti ono što smatram potrebnim.”

Ovakvi roditelji vrlo često komentarišu kako bi se učitelj/ce trebale ponašati prema djetetu još i prije nego ono zakorači u školu, pri tom zaboravljajući da je učitelj/ica osoba sa kojom će njihovo dijete provoditi dva, tri, pet ili

više sati svakoga dana, i tako pet godina njegovog života. Ako se zanemari činjenica da je učitelj osoba kvalificirana za svoj posao, mora se znati kako je to prvi autoritet izvan porodice sa kojim se dijete susreće, te kako je za dijete veoma važno od malih nogu imati i poštovati autoritete, naučiti se prilagođavati, preuzimati odgovornost za svoje postupke i snositi posljedice za svoje greške. U suprotnom, dijete će uvijek zaštitu i rješenje problema očekivati od roditelja, što će imati za poljedicu loše prilagođavanje djeteta školskim pravilima, nekvalitetnu saradnju roditelja sa školom, neprihvaćenost djeteta među vršnjacima, probleme u učenju i otpor prema školskim obavezama i školi.

Napomena: Obzirom da je roditelj glavna „figura“ u djetetovom životu, njegov uzor i uzdanica, neko s kim se dijete identificira, jako je važno kakav model će da mu bude. Previše popustljiv roditelj djetetu šalje poruku da je nedosljedan, nemoćan, ne posjeduje autoritet i ne zna se izboriti za sebe. Podređujući sve, pa čak i vlastite potrebe svojoj djeci, može se dogoditi da ih naučite neke stvari koje niste željeli npr. da su uvijek na prvom mjestu i da drugi ljudi nisu važni ili, pak, ako uče od vas kao modela, da je u redu podređivati se drugima i ne zauzeti se za sebe. Katkad roditelji mogu zaista pretjerati u podređivanju svog života potrebama djece!

Pitanje je: *Je li moguće da otežavate razvoj svoje djece očekujući premalo, a dajući previše –previše sebe, previše slobode, previše igračkaka, previše im pomažući i previše ih štiteći (popuštajući im)?*

Odgovor je: Nije moguće, vrlo je izvjesno!

Pri stalnom pokušavanju da ih zaštitite od svega, sputavate njihovu priliku da se pripreme za svijet odraslih. Djeca tako propuštaju priliku da nauče nešto iz određene situacije. Ne postavljajući im određene granice i ne učeći ih samostalnosti, odgovornosti, upornosti i istrajnosti smanjuju im se mogućnosti razvoja njihove ličnosti. Ono što bi mogli učiniti umjesto toga je ohrabriti djecu za više samostalnosti jer na taj način grade osjećaj samopouzdanja i vlastite vrijednosti. To ih neće frustrirati nego ojačati!

1.4. Brižni i zahtjevni stil (autoritativni/demokratski/dosljedni)

Autoritativni ili demokratski stil je kombinacija emocionalne topline i čvrste kontrole. Roditelji koji koriste ovaj odgojni stil imaju jasna i realna očekivanja od djeteta, u skladu sa dobi djeteta. On je kombinacija čvrste roditeljske

kontrole i puno emocionalne topline i podrške. Prilikom rješavanja problema, dopuštaju fleksibilnost i saradnju s djetetom. Glavni odgojni ciljevi su podrška djetetovoj znatiželji, samouvjerenosti, kreativnosti, sreći, motivaciji i nezavisnosti osjećaja. Odnos roditelj – dijete temelji se na demokratičnosti koja podrazumijeva komunikaciju između roditelja i djeteta, poticanju djeteta i vođenju računa o njegovim osjećajima. Kontrola je usmjerena na djetetova nepoželjna ponašanja, a ne na njegovu ličnost.

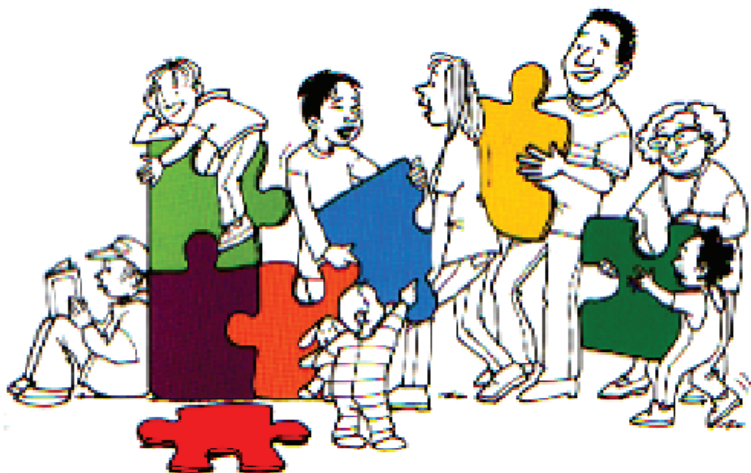
Autoritativni/demokratski roditelji postupaju tako što:	Utjecaj na dijete ispoljava se kroz:
1. Iskazuju blagost i saosjećanje, ali i odlučnost u svojim zahtjevima;	1. Motiviranost i razvijen osjećaj odgovornosti;
2. Poštuju potrebe djeteta ne zanemarujući vlastite;	2. Realnu, pozitivnu sliku o sebi i vjeru u vlastite sposobnosti;
3. Postavljaju granice, ali su prilagodljivi i fleksibilni;	3. Razvijeno samopouzdanje, samopoštovanje i samokontrolu;
4. Izgrađuju zajednička pravila, dosljedni su i ulijevaju povjerenje djetetu;	4. Samostalnost i motivaciju za donošenje odluka;
5. Umjesto oblikovanja djeteta oni oblikuju odnos sa djetetom;	5. Dobru saradnju s drugima – uvažavanje drugih;
6. Podržavaju dijete, postavljaju kriterije i objašnjavaju postojeća pravila;	6. Socijaliziranost, komunikativnost i tolerantnost;
7. Zajedno sa djetetom učestvuju u traženju rješenja prihvatljivog za oboje;	7. Osjećaj sreće i zadovoljstva, razumijevanje tuđih osjećaja i potreba;
8. Uče djecu odgovornosti i puštaju ih da snose posljedice za svoje ponašanje;	8. Konstruktivno rješavanje problema;
9. Cijene disciplinu – djeca imaju prava, ali roditelj ima posljednju riječ u donošenju odluka.	9. Visoko obrazovno postignuće.

U ovom odgojnom stilu **ljubav je bezuvjetna** s obje strane.

Ovi roditelji koriste izraze:

„Da vidimo kako ćemo?“

„Šta ti misliš, šta predlažeš?“



Posljedice za dijete:

Rezultat ovakvog odgoja je dijete koje je samostalno, samopouzđano, koje ima dobru sliku o sebi, vjeru u svoje sposobnosti, prijateljski je naklonjeno drugim ljudima, razumije tuđe osjećaje i potrebe, zna se prilagoditi i kontrolirati svoje ponašanje u skladu sa zahtjevima situacije – odnosno sretno dijete koje odrasta u zdravu ličnost. Dijete je motivirano i odgovornije jer učestvuje u kreiranju pravila i donošenju odluka što kod njega razvija pozitivno osjećanje jer niko nije podređen, te produbljuje kvalitetu odnosa sa roditeljima. Dijete blagih ali odlučnih (autoritativnih) roditelja je obično uspješnije u školi i pozitivno prihvaćeno u društvenom okruženju.

Napomena: Ovaj odgojni stil smatra se najpovoljnijim za razvoj djeteta – kažnjavanje se izbjegava i traži se optimalno pohvaljivanje djeteta. Dijete učestvuje u odlučivanju šta želi raditi i roditelji mu pružaju izbor između nekoliko opcija. Dijete se uključuje u život porodice i na taj način mu se ispunjavaju potrebe – osnovne tjelesne potrebe, potreba za ljubavlju i

pripadanjem, potreba za igrom i zabavom, potreba za slobodom i potreba za osjećajem uspjeha i postignuća. Roditelji koji primjenjuju demokratski odgojni stil znaju da nisu savršeni, te da mogu pogriješiti u odnosu na dijete, ali da mogu i da se izvinu. Na taj način dijete uči da je pogriješiti ljudski i da postoje načini kako popraviti određeni odnos. Roditelji su u svom ponašanju dosljedni i jasni u postavljanju granica oko onoga što je dopušteno. Nastoje djetetu objasniti značenje određenih pravila i svojih postupaka. Pravila se postavljaju i poštuju, potiče se samostalnost i odgovornost. Roditelji postavljaju granice, ali su i prilagodljivi i fleksibilni.

Prilog na str.23: Vježba 1. „ Kako vi odgajate svoje dijete?“

1.5. Kako biti blag ali odlučan roditelj ?

- *Stvorite emocionalno toplo porodično okruženje* - često se djetetu osmijehujte ili na druge načine iskazujte svoju ljubav, ohrabrujte ga, budite prijateljski raspoloženi prema njemu, nastoje vidjeti stvari iz djetetove perspektive i uvažavajte njegove osjećaje. Od odgojnih metoda koriste objašnjenja, ohrabrirvanja i pohvale.

- *Odgajajte svoju djecu kod kuće* – nastoje dijete kod kuće naučiti pravilima ponašanja koja se očekuju od njega vani. Vikanje i odgajanje djeteta na ulici govori više o roditelju nego o djetetu!

- *Njeguajte dobre bračne odnose* – međusobni odnosi između majke i oca ključni su za zdravlje i razvoj djeteta. Ako je odnos između oca i majke neprijateljski i hladan, u kojem su svađa, prigovaranje, omalovažavanje, kritiziranje, ucjenjivanje i predbacivanje dominantna ponašanja, teško da će dijete naučiti šta je tolerancija, ljubav, prijateljstvo i partnerstvo. Zato radije podržavajte, ohrabrujte, hvalite, prihvatajte, pregovarajte i slušajte jedni druge.

- *Iskažite brigu za djetetove svakodnevne aktivnosti i strukturu slobodnog vremena* – budite zainteresirani i igrajte se sa svojim djetetom kad god imate priliku. Nije važna količina nego kvalitet provedenog vremena sa djetetom!

- *Razgovarajte sa svojim djetetom*- razgovarajte s djetetom o temama koje su mu važne i uključujte ga, sukladno dobi, u porodične teme, rasprave i odluke.

1.6. Kako djetetu postaviti granice - kako ga disciplinirati ?

Iako ne postoji recept za odgoj, a i sami roditelji koji imaju više djece govore o tome kako je svako njihovo dijete različito, sa različitim temperamentom i potrebama, ono što je zajedničko za svu djecu jeste da je važno da se uvažavaju njihove razvojne spremnosti, da se dijete osjeća voljenim, ali isto tako i da mu se postavljaju određene granice, odnosno pravila i zahtjevi koji trebaju biti jasni, konkretni i dobro objašnjeni djetetu. Ukoliko postavljate zahtjeve u skladu sa uzrastom djeteta i pri tom isto toliko koristite pohvale i nagrade (za ciljeve koje ispuni i za poželjno ponašanje), a kritiku i kaznu svodite na minimum (samo u slučajevima kada dijete ne ispunjava zahtjeve i pokazuje nepoželjno ponašanje) onda idete u pravom smjeru kada su odgojni postupci u pitanju.

Djeci su neophodne granice, a one služe ne da ih sputavaju, već da ih usmjeravaju i pruže sigurnost. Granice su neophodne da bi dijete razumjelo realnost i okolnosti oko sebe, da bi moglo da se orijentira ka poželjnim stvarima – ljepoti, dobroti, skladu, redu, radu, organiziranosti, poštivanju drugih. Postavljanje granica djeci nalik je na saobraćajne znakove na putu. Npr. dijete „vozi svoj auto“, a roditelj mu pomaže sa uputama „uspori... kreni...dodaj gas“. Iako se čini teškim, postavljanje granica jedan je od najvećih načina izražavanja roditeljske ljubavi. U užurbanom ritmu u kojem živimo roditelji često popuste jer je to jednostavnije i brže za njih. Ali, to uzrokuje probleme kasnije. Ako je djetetu jedan dan nešto dopušteno, a onda za to isto drugi dan bude kažnjeno, ono ne zna gdje su granice i dokle može ići.

Postavljanje granica je često i neprijatno roditeljima pošto dijete vole, saosjećaju s njim a kada je njemu teško, teško je i njima. Međutim, upravo zbog toga što ga vole, „stisnut će zube“ i istrajati u onome što je dobro za njega, iako je možda zbog toga dijete trenutno tužno ili nesretno. Granice su putokazi, smjernice koje djetetu omogućavaju predviđanje posljedica svog ponašanja i snalaženje u situacijama kada roditelji nisu tu, što mu pruža određenu sigurnost i povjerenje u druge osobe. Ono što je od izuzetne važnosti kod postavljanja granica jeste dosljednost u njihovoj primjeni. Dijete će sigurno testirati roditelje i granice koje mu postavljaju, ali ni u kojem slučaju ne treba popuštati djetetovim pritiscima jednom kad ste postavili granicu, jer popuštanjem pokazujete da ne mislite ono što govorite i da je uredu da ih dijete ne poštuje (Juil, J., (2006b).

1.7. Kako biti dosljedan roditelj?

Jedna od omiljenih riječi koje se koriste u priči oko roditeljstva je dosljednost. Šta ona zapravo podrazumijeva? Što ona zapravo jeste, i kome zapravo predstavlja poteškoću kada se krši dosljednost?

Biti dosljedan znači držati se svojih odluka. Ako u razgovoru s djetetom kažete da ćete nešto učiniti, ili da nešto nećete učiniti, držite se toga ili nemojte obećavati! Dok su djeca mala vjerovat će vam ili da ćete napraviti veliku proslavu za rođendan. Medjutim, ponekad će vas okolnosti navesti da „pogazite“ svoju odluku – bilo da vam je žao djeteta, bilo da je gledanje crtića jedini trenutak mira koji imate za sebe, bilo da nemate novaca za ljetovanje ili ne možete ugostiti toliko djetetovih prijatelja. Pazite da vam „predomišljanje“ ne postane navika, jer ćete time svoje dijete vrlo brzo naučiti da vam ne vjeruje i da vas ne shvata ozbiljno. Ako niste sigurni u to šta da kažete ili uradite, jednostavno recite „Nisam sigurna / siguran. Pusti me da razmislim.“ Na taj način ste iskreni i prema sebi i prema djetetu. Djetetu treba i pogoduje sigurnost - roditelj bi trebao “sam sa sobom” odlučiti šta je prihvatljivo, a šta neprihvatljivo ponašanje, i dosljedno reagirati na pojedina dječija ponašanja. Obzirom da nismo roboti nego ljudi, budite tolerantni prema sebi ako u tome ne uspijete baš svaki put. Zato za vježbanje (roditeljske) dosljednosti birajte jedno svoje ponašanje – na primjer da ćete jako paziti da ponašanje za stolom bude pristojno jer vam je to važno. I tu budite dosljedni – jasno objasnite djetetu šta se od njega očekuje, recite šta će se desiti ako toga ne bude i držite se svojih riječi. Naravno da vas dijete neće od prvog pokušaja poslušati – morate biti vrlo realni. Ali kada vidi da ste oko toga ozbiljni, i ono će se prilagoditi.

Prilog na str. 24 : Vježba 2 „Kako disciplinirati dijete?“

Prilog na str. 26 : Vježba 3 „ Kako nagrađivati i kažnjavati dijete?“

Da zaključimo:

Iako možda nije uvijek jednostavno prikladno reagirati na djetetove potrebe i ponašanja, treba imati na umu da povremene “krive” reakcije roditelja neće značajno naštetiti razvoju njihova djeteta. I roditelji su samo ljudi koji ponekad reagiraju suviše grubo, ponekad previše zaštitnički - ali sve dok to nije ustaljeni obrazac ponašanja, do tada razloga za brigu nema. Međutim, ukoliko roditelj primjeti da se njegove reakcije pretvaraju u autoritarne, permisivne ili pak indiferentne, tada je bitno da potraži stručnu pomoć i da se nauče na najpoželjniji način nositi s izazovima roditeljstva.

CILJ NIJE BITI „SAVRŠEN“ VEĆ POUZDAN I DOSLJEDAN RODITELJ !

1.8. PRILOZI: RODITELJSTVO

1.8.1. Vježba1. „ Kako vi odgajate svoje dijete?“

Ova vježba će vam pomoći da osvijestite svoj stil odgoja. Jedino što je potrebno za vježbu je da budete iskreni prema sebi! Križićem u tabeli označite:

1. koliko često svom djetetu saopštavate svoje zahtjeve,
2. koliko često hvalite ili nagrađujete svoje dijete i
3. koliko često ga kritikujete ili kažnjavate.

	Postavljam zahtjeve	Hvalim/ nagrađujem	Kritikujem/ kažnjavam
Više puta dnevno			
Svakodnevno			
Jednom sedmično			

Tabela 1. (Milivojević i sur., 2007)

Nakon što ste uradili vježbu, uočavate li ujednačenost odgojnih postupaka, ili možda učestalost samo jedne od metoda odgoja? Nakon dobijenog rezultata osvrnite se na opisane odgojne stilove i njihove posljedice za dijete. Gdje ste se pronašli? Šta biste željeli promijeniti kod sebe i kod djeteta?

Preporuka: Ako želite promjene u svom ponašanju prema djetetu odnosno uspostavu dobrih odnosa sa vašim djetetom korisno je znati **šta i kako** promijeniti, ali i smoci snage da se ta zamisao sprovede. Također je potrebno **suočiti se sa nekoliko važnih pitanja:** Je li promjena moguća? Šta i kako treba mijenjati? Koje ciljeve želim postići? Koliko su mi ciljevi promjena jasni? Šta kao roditelj želim? Šta želim da moje dijete misli o meni? Šta ću dobiti promjenom, a šta moje dijete? Šta će to značiti meni, a šta mom djetetu? Je li moje dijete time jače, uspješnije, stabilnije? Šta sa svojim djetetom zajedno dobro radim? Koje su moguće strategije mijenjanja?

Rješenje je jednostavno: Okrenite se potpunije svom djetetu! Zamislite kako se ono osjeća i šta ono misli! Prihvatite da je ono različito od vas i da ima svoju osobnost ! Pitajte ga šta osjeća i šta misli! Vjerujte u svoje dijete i to mu pokažite! Budite mu pozitivan primjer! Pri tom ne zaboravite biti prijatelj sebi i zadovoljiti svoje potrebe!

Završite ove rečenice imajući na umu svoje roditeljstvo:

Nučio/la sam _____

Uvidio/la sam kako _____

Biti roditelj _____

Shvatio/la sam _____

Tabela 2. (Longo, I., 2001.)

1.8.2. Vježba 2. „ Kako disciplinirati dijete? “

Nakon što čujete riječ discipliniranje, zapišite redom riječi koje vam prve padaju na pamet:

_____ / _____ / _____ / _____ / _____

Bez obzira kakve asocijacije je u vama izazvala ova riječ, discipliniranje djeteta može biti veoma zabavno i za dijete i za roditelja, ukoliko iskoristite svoj i djetetov kreativni potencijal za to.

Kao dokaz za to predstaviti ćemo vam primjer jednog dobro organiziranog, strukturiranog i motivirajućeg načina za podsticanje svakodnevnog poželjnog ponašanja djece.

Primjer:

	PONEDJELJAK	UTORAK
Buđenje – 8:00	☹	☺	
8:00 – 10:00	☹	☺	
10:00 – 12:00	☺	☺	
12:00 – 14:00	x	☹	

14:00 – 16:00	☺	☹	
16:00 – 18:00	☺	☺	
18:00 – Vrijeme za spavanje	☹	☺	

Tabela 3.(Latta, N., 2011)

- Materijal koji će vam trebati za tabelu: papir, olovka, markice koje vi sa djetetom odaberete i žetoni koje također odaberete zajedno sa djetetom.
1. Svaka tabela obuhvata sedam dana, od ponedjeljka do nedjelje.
 2. Svaki dan se dijeli na sedam dvosatnih perioda.
 3. Na kraju svakog dvosatnog perioda, ako se dijete dobro ponašalo, dajemo mu markicu za lijepo ponašanje (npr. „Smješka“).
 4. Za prilično loše ponašanje tokom dvosatnog perioda dijete dobija tužno lice, a ukoliko se veoma loše ponašalo dajemo mu križić.
 5. Ako dijete dobije pet markica u toku dana, od mogućih sedam, bira kao nagradu žeton za taj dan.
 6. Ako je dobilo ijedan križić tokom dana, neće dobiti žeton.
 7. Žetone koje dijete zasluži na kraju dana može iskorisiti odmah (npr. jedan žeton – čitanje dodatne priče pred spavanje) ili ih može sakupljati tokom sedmice (npr. ako sakupi 5 žetona tokom sedmice – sa roditeljima odlazi u kino).
 8. Djeca zajedno sa vama smišljaju nagradu nakon osvojenih žetona, što ih dodatno motivise da sarađuju.
- Ova tabela je moćno oružje za roditelje jer, ukoliko dijete ne želi da obavi neki zadatak, možete ga opomenuti na tužno lice koje će dobiti ili na to koliko mu markica još treba da bi dobilo žeton.

Opomenuti ga možete brojanjem do tri. Na primjer:

- „Damire, molim te pospremi svoje igračke sa poda“
- „Neću“
- „Damire, ako ne pospremiš svoje igračke sa poda dok izbrojim do tri, dobićeš tužno lice na tabeli.“
- „Ali mama....“
- „Jedan....“

- „Evo sad ću....“
- „Dva....“
- „Ok, evo idem.“ *Damir odlazi da pospremi igračke.*
- Djeca uživaju u strukturi i vrlo brzo se motivišu za vesele markice i žetone. Važno je da roditelji ostanu dosljedni kada je u pitanju davanje markica, tužnih lica i žetona. Također, na ovaj način djeca jačaju svoju odgovornost i radne navike, posebno u periodu pred polazak u školu.

1.8.3. Vježba 3. „ Kako nagrađivati i kažnjavati dijete? “

- **Pohvaljivanje/nagrađivanje** služi da pozitivno potkrijepi djetetovo poželjno ponašanje (izvršavanje svojih zadataka, lijepo ponašanje prema bratu, sestri i sl.).

Primjeri dobrih pohvala:

1. „Super što si danas sama vježbala crtanje!“
2. „Ponosna sam na tebe što si naučio da vežeš pertle.“
3. „Drago mi je što si, nakon što sam te opomenuo, pospremila svoju sobu.“
4. „Danas si se super ponašala prema bratu.“
5. „Zadovoljna sam jer si se prestao svađati sa drugom.“

Dokazano je da pohvale vrlo moćno djeluju na ponašanje, kao i na djetetovo samopoštovanje i motivaciju. Zato je jasno da ih treba što više primjenjivati i da trebaju pratiti svako poželjno ponašanje. Nagrada je materijalnog karaktera i primijenit ćemo je kada djetetovo ponašanje dovede do određenog rezultata.

Na primjer: Dijete 5 dana u dogovoreno vrijeme vježba da boji u okviru ovičenog prostora. Nakon što je izvježbalo postupak, roditelji ga vode u kino.

Međutim, vrlo često je djeci dovoljna nagrada vaše odobravanje, zagrljaj, poljubac i na tome ne štedite!

- **Kritikovanje/kažnjavanje** služi za skretanje pažnje na nepoželjne oblike ponašanja (npr. agresivno ponašanje prema ukućanima i drugoj djeci, izbjegavanje svojih obaveza i sl.).

U nekim situacijama smo primorani da koristimo i kritiku i kaznu (posljedicu) za nepoželjno ponašanje. Tada je veoma važno da i kritiku i kaznu shvatimo pravilno i da je također na ispravan način koristimo.

Kritika nikako ne smije da se odnosi na djetetovu ličnost:

- *“Ti si lijep”, “Nisi u stanju da obaviš svoje zadatke” i sl.*

Niti smije da se svede na dosadne pridike:

- *“Sto puta sam ti rekla da tako ne razgovaraš sa starijima”, “Ni danas nisi uradila zadaću”*

jer neće imati efekta i utjecati će na djetetovo samopouzdanje i sliku o sebi.

Da li vam ove kritike drugačije izgledaju ovako: “Danas nisi pospremio svoju sobu, čudi me, jer si ti vrijedan i uredan dječak”? Ili npr. “Kako to da nisi uradila zadaću kada si ti vrlo odgovorna?”

Izrečena na ovaj način, kritika djeluje na ponašanje, a ličnost djeteta se pohvaljuje! Složit ćete se da ovako izgovorena kritika ima drugačiji prizvuk, i da mnogo više motivira dijete da promijeni svoje ponašanje.

Kazna dolazi posljednja, jer prije nego kaznite dijete za neprihvatljivo ponašanje, vikanje na ukućane ili drugu djecu i sl., provjerite da li ste se i vi nekada u prisustvu djeteta tako ponašali. Da bi nešto zahtijevali od djeteta potrebno je da mu pružite model ponašanja, jer djeca najbolje uče imitacijom. Također je potrebno objasniti djetetu za koje ponašanje će snositi posljedice i kakve će to posljedice biti.

- *Osim toga, prije nego kaznite dijete, zapitajte se : Da li ste ga kaznili zato što ste bili ljuti i nervozni zbog nečega? Da li jedan dan kažnjavate dijete za neko ponašanje, a drugi dan u istoj situaciji postupate potpuno drugačije? Da li vi svaki dan dosljedno izvršavate svoje obaveze? Da li vi i drugi roditelj, protivrječite jedno drugom u pogledu kažnjavanja djeteta za određeno ponašanje? Šta uradite kada ste kaznili dijete, a pri tom uvidjeli da ste bili prestrogi? Da li ste mu se izvinuli, zagrlili ga i objasnili svoj postupak? Pohvalili ste dijete nakon što je prestalo sa neprimjerenim ponašanjem i izvinulo se?*

Kazne koje su primjerene uzrastu djece od 5 do 8 godina mogu biti: dobijanje “ljutka” na tabeli, stavljanje igračaka u time-out, nedostupnost TV-a ili računara određeni vremenski period, raniji odlazak na spavanje i sl.

II DJEČIJE POTREBE I ZAJEDNIČKO VRIJEME

2. Dječije potrebe

Svaka osoba, pa tako i vaše dijete, ima određene psihološke potrebe. Te potrebe su univerzalne, a oblik i način njihovog zadovoljenja mijenja se u skladu s uzrastom djeteta. Ako se te psihološke potrebe uvažavaju i zadovoljavaju, vaše dijete će prema sebi i drugima imati zadovoljavajući odnos. Putem izražavanja vlastitih stavova i ponašanja možete u manjoj ili većoj mjeri podržavati zadovoljenje dječijih potreba. Zadovoljavajući ove osnovne potrebe kod djece razvijate: odgovornost, samostalnost, sigurnost, samopouzdanje i samopoštovanje, sposobnost suočavanja sa izazovima, te spremnost na rješavanje problema. Tri su urođene psihološke potrebe koje čine temelj zdravog psihološkog razvoja (Pećnik, N., Starc, B., 2010):

- **Potreba za povezanošću** s važnim osobama u okolini odnosi se na potrebu za prihvatanjem, pripadanjem i ljubavlju.

Uključenost roditelja olakšava ispunjenje dječije potrebe za povezanošću a sastoji se u davanju sebe djetetu u emocionalnom i materijalnom smislu (provođenje zajedničkog vremena, pružanje pažnje, aktivno sudjelovanje u djetetovoj svakodnevnicu i sl.). Brižno ponašanje odgovara na djetetovu potrebu za ljubavi, emocionalnom toplinom, sigurnošću, pripadanjem, povezanošću, prihvatanjem. Dijete treba brižno ponašanje roditelja kao sigurnu bazu iz koje može istraživati svijet i u koju se može vratiti kada osjeti umor, strah, tugu ili neko drugo neugodno stanje ili emociju. To od roditelja traži osjetljivost na poruke djeteta i primjereno odgovaranje na njih, pokazivanje topline i ljubavi, pružanje utjehe i zaštite, prihvaćanje djeteta i davanje podrške. Roditelj može djetetu pokazivati naklonost i radost, utješiti ga kada je tužno ili potreseno, razgovarati s njim o onome što ga brine i zanima, održavati pozitivno emocionalno okruženje u domu te djetetu pružiti sigurnost. Dosljedno pružanje emocionalne topline i dosljedno odgovaranje na potrebe djeteta predstavljaju temelj za razvoj zdrave ličnosti.



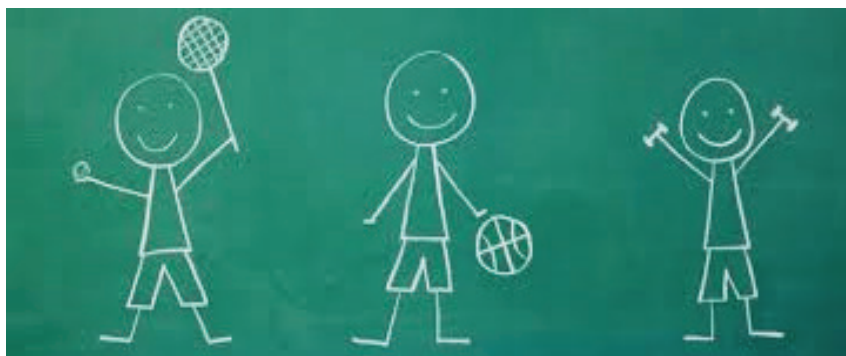
- **Potreba za autonomijom, samostalnošću, uvažavanjem i slobodom izbora** se odnosi na potrebu da se osjećamo kao da smo mi ti koji upravljamo svojim akcijama i ponašanjem, na doživljaj vlastite inicijative, slobode izbora te mogućnosti sprovođenja svoje volje.

Roditeljsko ponašanje koje se povezuje s navedenom potrebom je aktivno podržavanje djetetovih sposobnosti. Drugim riječima osnaživanje djeteta koje se odnosi na roditeljevu potporu djetetovoj autonomiji, doživljaju vlastite inicijativnosti i djetetovim nastojanjima da riješi svoje probleme. To zahtijeva roditeljsku osjetljivost, otvorenost za djetetov utjecaj i međusobnu suradnju. Roditelji podupiru djetetove jake strane, hrabre dijete i izražavaju povjerenje u djetetove sposobnosti, slijede i podržavaju djetetove inicijative. Roditelj osnažuje dijete slijedeći s interesom djetetovu ideju, pridružujući mu se u aktivnosti ako mu ono to dopusti, te suzdržavajući se od vođenja i pomaganja ako dijete može samo provesti svoj naum. Osim toga roditelji mogu stvarati prilike u kojima dijete uči i stječe nova iskustva. To uključuje proširivanje djetetova iskustva i upoznavanje djeteta sa svijetom, odgovaranje na djetetova pitanja, podržavanje igre i omogućavanje djetetu da doživi uspjeh. Pri tom ne treba zaboraviti da povećavanje samostalnosti djeteta koje raste nije jednosmjernan proces, nego da dijete katkad može pokazivati potrebu za autonomijom (samostalnošću), a katkad opet potrebu za većom blizinom i zaštitom roditelja. Kada prepozna da svojom aktivnošću može utjecati na okolinu, dijete stječe osjećaj djelotvornosti koji ga ohrabruje da bude aktivno i da djeluje u skladu sa svojim potrebama i u novim situacijama. S druge strane ako dijete nikad nije uspješno u pokušajima da utječe na svoju okolinu, može postati pasivno i povući se.

- **Potreba za kompetentnošću** odnosi se na potrebu za sposobnošću utjecaja na ljude i stvari koji ga okružuju, za ovladavanje znanjima i vještinama, te na potrebu da se osjećamo učinkoviti, uspješni u svojim interakcijama s ljudima i stvarima.

Omogućavanje osnaživanja djeteta odnosi se na stvaranje uvjeta za jačanje djetetova osjećaja kompetentnosti, lične kontrole i sposobnosti utjecaja na druge ljude i svijet oko sebe u skladu s rastućom dobi i zrelošću. Iskustvo kompetencije dijete stiče dobijajući jasne povratne informacije vezano uz vlastita ponašanja primanjem jasnih i dosljednih smjernica, postavljanjem očekivanja i pravila u skladu s dobi i pružanjem strukture. Pružanje strukture i vođenje daju djetetu osjećaj sigurnosti i predvidivosti, te omogućavaju

razvoj kompetentnosti. Struktura se odnosi na prostor, vrijeme i usmjerenje djetetovog ponašanja. Strukturiran prostor siguran je prostor u kojem je dijete zaštićeno od opasnosti koje ga mogu ugrožavati, kako u vlastitom domu tako i izvan njega. Strukturirano vrijeme i aktivnosti podrazumijevaju uredan (ali ne krut) svakodnevni raspored s ustaljenim vremenom i obrascima porodičnih aktivnosti. Fleksibilnost u strukturiranju vremena također omogućava više dogovaranja s djetetom što je ono starije i zrelije. Strukturu čine granice prihvatljivog i neprihvatljivog ponašanja te drugi načini vođenja i usmjerenja djeteta, kao što su izražavanje očekivanja ili objašnjavanje zahtjeva. To omogućava djetetu da nauči samostalno upravljati svojim ponašanjem.



*« Vaša djeca nisu vaša djeca.
Ona su sinovi i kćeri čežnje života za samim sobom.
Ona dolaze kroz vas, ali ne od vas.
I premda su s vama, ne pripadaju vama.
Možete im dati svoju ljubav, ali ne i svoje misli.
Jer, ona imaju vlastite misli.
Možete se upinjati da budete kao oni,
Ali ne tražite od njih da budu poput vas.
Jer život ne ide unatrag, niti ostaje na preključer. »*

Halil Džubran: »Prorok«

Roditelj je djetetu primjer prikladnog ponašanja i izražavanja emocija, te odnošenja prema drugim osobama. Od njega dijete uči i razvija vlastite moralne vrijednosti, uči kako se rješavaju sukobi i uči se prosocijalnom ponašanju. Kako bi se to postiglo, roditelj pomaže djetetu razumjeti šta jeste, a šta nije prihvatljivo, te postavlja razumne i primjerene granice i očekivanja. Pri tom je važno uzimati u obzir djetetovo mišljenje te ga usmjeravati na pozitivan način, uz postavljanje jasnih granica, pružanjem smislenih objašnjenja, bez tjelesnog i psihičkog pritiska ili kažnjavanja. Uvažavanje djeteta kao ličnosti ili priznavanje djetetove individualnosti odgovara na potrebu i pravo djeteta da ga se vidi, čuje i poštuje kao ličnost s vlastitim shvatanjima, idejama, planovima, afinitetima i ljudskim dostojanstvom. Za razvoj djetetove samosvijesti potrebno je da roditelj primijeti, prepozna i potvrdi djetetov lični doživljaj sebe i/ili svijeta. To podrazumijeva posvećivanje vremena i pažnje te pokazivanje zanimanja za svakodnevne aktivnosti i iskustva djeteta. Potrebno je da roditelj sluša dijete, pokuša razumjeti njegovu gledište, te da pomogne djetetu izraziti misli i osjećaje. Kada roditelj pokazuje da mu je važno čuti i razumjeti kako se dijete stvarno osjeća i što misli, tada dijete doživljava da je vrijedno takvo kakvo jest. Uvažavanje djeteta kao ličnosti podrazumijeva i to da roditelj vodi brigu o djetetovom mišljenju prilikom donošenja odluka koje se tiču djeteta i porodice.

2.1. Put zadovoljavanja dječijih potreba uvijek ide preko drugih

Djeca imaju bazične potrebe kao i odrasli, ali za razliku od njih, oni nisu u stanju da ih samostalno zadovoljavaju. Odgovornost za zadovoljenje njihovih potreba je na roditeljima (odraslima) koji treba da ih prepoznaju, razumiju

te pravovremeno i adekvatno odgovore na njih. Dijete vrlo rano nauči kako ponašanjem, odnosno vlastitom aktivnošću, razmišljanjem i osjećajima može učiniti zadovoljnim samoga sebe ili osobe u svojoj okolini i da upravo tako može dobiti sve što želi.

DIJETE ZNA ŠTA ŽELI (HOĆE), ALI NE ZNA ŠTA MU TREBA I KAKO DA TO DOBIJE!

Na putu zadovoljavanja dječijih potreba često se javlja neki problem. Nerijetko smo, kao roditelji, u nedoumici koja ponašanja i situacije smatrati problemom. Zanima nas koje od tih situacija rješavati a koje pustiti da se same od sebe srede. Međutim, nije neophodno samo rješavati dječije probleme. Treba biti prisutan da bi se saslušalo o čemu se radi i šta je problem. Rastrzani svakodnevnim obavezama slušate dijete na pola uha, usput gledajući TV, čitajući ili radeći nešto drugo? Bez obzira što imate malo vremena, previše posla i što vam se čini da ste preumorni da biste bili dobar slušatelj - ne zaboravite da je to za samopouzdanje vašeg djeteta vrlo važno. Svojim slušanjem djetetu poklanjate punu pažnju te mu pokazujete da vam je važno, i ono samo, kao i ono što vam ima reći. Ako ne budete slušali, nećete otkriti šta je to. A onda ćete jednog dana, kad dijete malo odraste, uhvatiti sami sebe kako govorite: "Pa on/ona mi više ništa ne priča". To je razumljivo! Da li biste vi pričali nekome ko vas ne sluša!?

Ostavi me malo na miru!

Da li je ovo rečenica koju roditelji često govore, a ne bi trebali?

Roditelj koji ne treba povremeni odmor od djece vjerojatno ne postoji ili to neće priznati, ali problem je kada odbijanje djeteta postane rutina. Izjavama poput „Ne smetaj mi“ i „Ostavi me na miru“ možete ih odbiti od sebe, poljuljati im samopouzdanje i s vremenom i ponavljanim odbijanjem mogu pomisliti kako s vama ne mogu pričati jer ste uvijek previše zauzeti ili da vam uopće nisu važni.

U sagledavanju osnovnih posljedica nezadovoljenih potreba izdvajaju se višestruko negativni aspekti po psihološki razvoj djeteta. Kada djeca ne dobiju određenu količinu pažnje koju žele i nedovoljno zanimanje odraslih za njihove potrebe, vrlo lako razvijaju obrasce ponašanja kojima privlače pažnju: lupanje nogama, udaranje oko sebe, bacanje predmeta...kao i autoagresivna ponašanja poput ujedanja, štipanja, čupanja, povlačenja u sebe, odbijanja hrane te pokazivanja drugih sličnih znakova agresivnog i tihog agresivnog ponašanja i time zabrinjavaju ali i „izluđuju“ roditelje.

Pitanje koje je makar jednom postavio svaki roditelj: ZAŠTO?

1. Zašto su djeca nestašna i neposlušna?
2. Šta se zapravo dešava u glavama naše djece?

Njihovo ponašanje je zapravo SIGNAL da neke njihove potrebe nisu zadovoljene. Pomislit ćete: “Šta mom djetetu fali? Hranim ga, oblačim, kupujem igračke, u toplom je, ne tučem ga...”

Postoje tri razloga zbog kojih djeca pokazuju neprihvatljivo ponašanje, a ako roditelji znaju prepoznati znakove koje im djeca šalju, znati će zadovoljiti njihove potrebe i spriječiti takvo ponašanje:

- Djeca su nestašna jer im je dosadno – postoje razni načini na koje možete pomoći djeci da otklone dosadu: predložiti odlazak u šetnju, druženje sa vršnjacima, uključite ih u neke kućne aktivnosti npr. pravljenje kolača ili slaganje suđa...
- Djeca su nestašna jer imaju osjećaj da su neželjena – pokušajte odvojiti malo vremena za njih. Posvetite im punu, iskrenu pažnju uz fizički dodir, mazite se s njima prije spavanja, razgovarajte s njima...Gledanje crtića sa roditeljima nadomješta bilo kakav poklon i neprocjenjivo je, hranite ih riječima i ljubavlju, posvetite im pažnju kada im je ona potrebna da bi bili sretni.
- Djeca su nestašna jer tako na sebe skreću pažnju – provedite kvalitetno vrijeme s njima, nije važno koliko, važno je KAKO!

Smisao ponašanja je u zadovoljenju potrebe, odnosno želje a ono što je važno jeste znati prepoznati koja potreba stoji iza određenog dječijeg ponašanja.

Prilog na str. 37 : Vježba 1. „Istražite dječije potrebe“

Prilog na str. 39 : Vježba 2. „Emocije“

2.2. Kako razlikovati dječije želje i hirove od njihovih potreba ?

Kao što smo već rekli, jedna od temeljnih psiholoških potreba je potreba za ljubavlju, osjećajem da smo vrijedni ljudima koje volimo. Upravo iz tog razloga želimo djeci pružiti sve što možemo a upravo u tome i leži problem – da ne razlikujemo hirove i želje od potreba kod naše djece i ne znamo kada i odlučno reći NE. Nisu razmažena djeca ona djeca koja dobiju sve što

im je potrebno, već djeca koja ne prihvataju riječ NE, koja sebe stavljaju na prvo mjesto i očekuju da se sve njihove želje ispune, odmah, sada i uvijek. Nisu se takva rodila, već dobijaju sve (i previše) iz krivih razloga i na krivi način. Dobijaju sve što žele, ali ne dobijaju ono što im je potrebno!

Na primjer:

Današnja djeca imaju igračkaka u izobilju! Kad roditelj kupuje djetetu igračku, tada (skoro uvijek) kupuje sebi slobodno vrijeme, a djeca žele igračku, jer misle da bi ih ona mogla veseliti ili zato jer ih imaju svi njihovi vršnjaci. Djeci ne trebaju igračke (posebno ne bezbroj igračkaka sa kojima se uglavnom i ne igraju), ona imaju potrebu za igrom, za druženjem!

2.3. Kako reći „ne“ svojoj djeci?

Ne postavljajući im određene granice, smanjujemo mogućnosti razvoja ličnosti naše djece. Sve je više roditelja koji ne znaju svojoj djeci reći NE jer se boje da će ih, ako to učine, manje voljeti.

Postoji jedan trik kada je u pitanju ovo „ne“. Što češće govorite djeci „da“ umjesto „ne“! Prihvatljivije je da kažete „da“ ali da to „da“ prati čitav niz uvjeta, npr. „*Da, možeš pozvati druga da se igrate, ali da pospremite igračke nakon igre.*“, „*Da, ići ćemo u park, ali prvo trebaš spavati i jesti*“ i sl. Prihvatljivije je nego da kažemo „*Ne. Ne može! Samo napravite haos u sobi!*“ ili „*Ne! Ne može jer ne slušaš i nećeš da spavaš.*“ Na ovaj način djeca će kasnije spremnije prihvatiti i vaše „ne“ jer im to govori neko ko im inače dopušta ono što žele i zadovoljava njihove potrebe.

Ali da zapamtimo, moramo imati dobar razlog da kažemo odlučno „ne“ i tada se ne predomišljati i biti popustljivi. Suze kao rezultat frustracije (na odgovor NE) u potpunosti je prirodna dječija reakcija bez koje nema napretka u procesu učenja. Ne treba tome pridavati veliku pažnju, a najmanje se osjećati loše. Važno je izdržati djetetovu tugu i ljutnju (ono ima pravo na svoje osjećaje, ima pravo biti ljuto i tužno – ne možemo djetetu zabraniti da odtuguje neko naše NE) i biti dosljedni sebi jer je NE, onda kada mi procjenjujemo da ga treba reći, za dijete zapravo korisno. Potrebno je dati djetetu vremena da se pomiri s našim NE i da onda iz te pozicije pristane uraditi kako tražimo, te na taj način zadovoljavamo i naše i djetetove potrebe (Juil, J., (2007).

Prilog na str. 40. Primjeri: „Kako uspostaviti pravila ponašanja“ i „Dječiji hirovi i kako na njih reagirati“

2.4. Zajedničko vrijeme i zadovoljenje dječijih potreba

Tema o zajedničkom vremenu je važna za razvoj kvalitetnih odnosa u porodici. Kvalitetne veze između roditelja i djeteta, koje pružaju emocionalnu toplinu, balans i smisao, izgrađuju se u neprekinutoj i zainteresiranoj porodičnoj komunikaciji i druženju. Slobodno vrijeme nam omogućava da unutar porodice razvijamo: povjerenje, bliskost i povezanost koji su osnovni faktori zajedništva, te ljubav i podršku za kojom teži svaki roditelj i svako dijete.

Važno je znati da dijete od najranije dobi ima potrebu provoditi vrijeme u igri i drugim aktivnostima sa svojim roditeljima. Da se djeca pitaju, roditelji bi stalno bili uz njih i igrali se s njima. Međutim, svi smo svjesni da nam životni standard ne dopušta cjelodnevnu brigu o djetetu. Ipak, i u toj situaciji je moguće provesti kvalitetno vrijeme sa djetetom, jer, kao što je već rečeno, nije bitna količina vremena provedenog sa djetetom, već kvalitet i kreativnost.



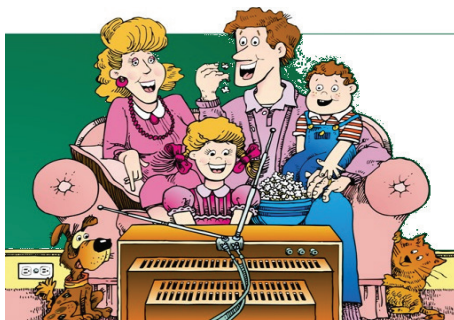
Na primjer: Nakon povratka s posla ili završavanja neke obaveze sjednite zajedno sa djetetom, posvetite mu pažnju ne dajući da vas bilo ko ili bilo šta ometa i ispričajte mu kako ste proveli dan. Nakon toga i dijete će osjetiti potrebu da vama ispriča kako je ono provelo svoj dan. Odvojite malo vremena da se dogovorite sa djetetom šta ćete raditi ostatak dana. Objasnite šta sve još trebate uraditi i dogovorite vrijeme za zajedničku igru, šetnju, gledanje neke emisije i sl. Ukoliko nećete imati još vremena da ga provedete sa djetetom, možete dijete, ovisno o uzrastu, uključiti u izvršavanje nekih vaših obaveza. Možete npr. zajedno praviti spisak za kupovinu i otići u nabavku, smisliti šta ćete kuhati za večeru i to zajedno praviti, postavljati sto za večeru i sl.

U sedmici je teže naći zajedničko vrijeme za porodicu, ali ni u vrijeme vikenda situacija nije drugačija. Istina je da mame i tate žele vikendom nadoknaditi sve što su propustili. Obično u takvim situacijama roditelji daju prioritet obavezama koje nisu stigli uraditi tokom sedmice, pa djeca opet izgube pravo na kvalitetno vrijeme sa roditeljima.

Roditelji često pitaju: Koliko je zajedničkog vremena potrebno da bi se zadovoljile potrebe djeteta za druženjem?

Veliki broj opravdanih i neopravdanih razloga je zbog kojih ne provodimo dovoljno vremena u igri i druženju unutar naših porodica.

Više slobodnog vremena ne znači ujedno bolje, kvalitetnije i kreativnije vrijeme. Stručnjaci tvrde kako je dovoljno i pola sata dnevno zajednički provedenog vremena, ali to mora biti vrijeme u kojem vas niko neće prekidati, ni telefon, ni kuhanje, kao ni gledanje jednim okom i slušanje jednim uhom.



Naravno, nije lako biti kreativan nakon napornog dana, ali igra i prisnost koju kroz nju postizemo, temelj je povjerenja za kojim svaki roditelj teži kada mu dijete uđe u period adolescencije i puberteta. Velika je povezanost između kvalitetno provedenog vremena unutar porodice sa stvaranjem povjerenja i bliskosti između roditelja i djece za kojom težimo kada se dijete počne osamostaljavati i odrastati. U trećoj i petoj godini se igramo skrivača sa našom djecom a u 13-oj godini razgovaramo o „prvim ljubavima“.

Međutim, ako želimo doći do tog razgovora, temelje moramo graditi dok su nam djeca mala i dok su roditelji „centar svijeta“. To je i vrijeme kada djeca imaju potrebu da o svemu pričaju i da ih roditelji slušaju. A to je najjednostavnije postići kroz zajedničke igre i aktivnosti. Činjenica je da djeci u prvih šest godina života treba sva moguća pažnja i neko im je mora pružiti. Cilj nije biti „sveprisutni roditelj“ već je ključno svom djetetu pružiti pažnju i potporu, da ono zna kako može računati na svoje roditelje kada je to potrebno.

Prilog na str. 44. Vježba 3. „Zajedničko vrijeme“

Prilog na str. 46. Prilog uz Vježbu 3. „Kvalitetno provođenje vremena sa djecom“

Važno je istaći da mi odrasli moramo zapamtiti da su djeca rođena ovisna i puna potreba. To je djelo prirode, nije slobodna volja djeteta. Kako rastu, djeca stiču nove vještine, potrebne za odrastanje u samostalne i neovisne ljude, ali samo ako su im osnovne potrebe za ljubavlju, fizičkim dodiranjem, sigurnošću i bliskošću adekvatno zadovoljene. Ako poštujemo razvojni ritam i potrebe svakog djeteta kao zasebne ličnosti, ne namećući svoje odrasle želje i potrebe, djeca će izrasti u zdrave, sretno i samopouzdanu odrasle osobe.

2.5. PRILOZI: DJEČIJE POTREBE I ZAJEDNIČKO VRIJEME

2.5.1. Vježba 1. “ Istražite dječije potrebe”

Osim što treba znati koje su to potrebe djece, važno je i razgovarati sa djetetom kako biste spoznali koje su djetetove potrebe zadovoljene, a za koje je eventualno trenutno uskraćeno.

Sljedeće vježbe mogu vam pomoći da zajedno s djetetom istražujete njegove potrebe, kao i da ojačavate njegovo povjerenje u vas.

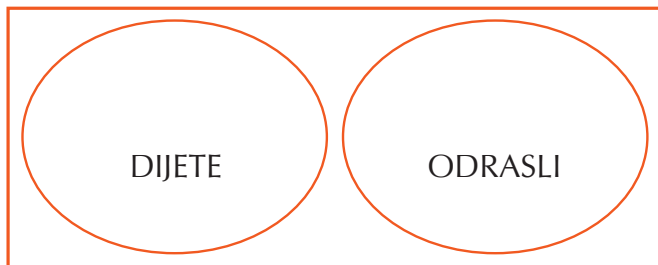
I dio

Zamislite da u vašoj ličnosti, osim dijela koji se zove ODRASLI, i koji je zadužen za ispunjavanje dnevnih aktivnosti i preuzimanje odgovornosti na poslu i u kući, postoji i onaj dio koji se zove DIJETE i u kojem su smješteni vaši kreativni potencijali, vaše želje, nadanja i osjećanja.

Sada, neće vam biti teško zamisliti da i vaše dijete od 5 ili 6 godina ima onaj dio ličnosti koji se zove DIJETE ali također i ODRASLI dio ličnosti, jer dijete sa 5 ili 6 godina već je u stanju da ima svoje mišljenje, da izvršava određene zadatke i da ima odgovornosti prema svojim obavezama.

Za ovu vježbu biće potrebno da roditelj i dijete imaju dva prazna lista papira i da svako od vas na svom listu papira nacrtaju dva kruga. Jedan krug će se zvati DIJETE a drugi krug ODRASLI.

Kada ste nacrtali krugove, objasnite djetetu da ćete tada u krugu DIJETE svi nacrtati ili napisati svoje tri želje (slika 1.)



U ovoj vježbi mogu učestvovati svi članovi porodice, ili samo oba ili jedan roditelj i dijete.

Poželjno je da dijete samo uradi svoj crtež odnosno da ispuni svoj krug sa željama. Međutim, ukoliko ima poteškoća da se sjeti svojih želja, možete ga malo potaknuti sa idejama, ali ne nuditi mu i sugerirati gotove ideje. Nakon što svako od vas ispuni svoj krug DJETETA, pokazujete i objašnjavate svoje želje ostalim ukućanima (Npr. *“Želim da budem doktorica”, “Želim da odem na planinu za vikend”, “Želim da treniram fudbal”*).

Na ovaj način, dijete ispunjava svoju potrebu za zabavom kao i za ljubavlju. Dijete će biti veoma sretno jer ste se posvetili njegovim željama, a također će ostvariti veću povezanost sa roditeljima, jer na ovaj način postaje svjesno da i roditelji nekada mogu biti djeca. Sa druge strane, roditeljima služi da bolje upoznaju svoje dijete.

Na kraju vježbe možete pronaći slične želje sa djetetom, ukoliko su dostupne, i dogovarati na koji način možete doći do njihovog zadovoljenja.

II dio

U dio ODRASLI objasnite djetetu da će crtati ili vam barem kazati koje to stvari ona/on može uraditi kao odrasla osoba. Na primjer: *“Mogu da odem sama do samoposluge i kupim hljeb”* ili *“Mogu sam da pospremim svoju sobu”*. Što više sposobnosti odrasle osobe dijete nabroji to bolje.

Vi možete ispuniti svoj dio koje vas to aktivnosti i obaveze čine odraslom osobom, i naravno to podijelite sa djetetom. Možete pustiti dijete da samo kaže šta vi to možete uraditi kao odrasla osoba, da biste spoznali kako vas

dijete doživljava. Nakon toga, razgovarajte sa djetetom koje su sljedeće osobine i sposobnosti koje ima odrasla osoba a koje će postići u školi (Npr. učenje čitanja, sabiranja, saradnja sa vršnjacima i sl.) Dječija spoznaja o tome da ona/on već ima usvojene vještine, izgrađene sposobnosti i neke osobine odrasle osobe dovodi ih do zadovoljenja njihove potrebe za moći, odnosno osjećaja lične vrijednosti i kompetencije.

2.5.2. Vježba 2: Emocije

Razumijevanje i pokazivanje emocija je posebno važno za mentalno zdravlje vašeg djeteta.

Ukoliko dijete upoznate sa osnovnim osjećanjima, biće im olakšana komunikacija u školi sa učiteljicom i vršnjacima.

Za ovu vježbu biće vam potrebni prazan papir, pribor za crtanje, makaze:

1. Iskoristite trenutak kada je porodica na okupu i pokušajte zajedno pobrojati što više emocija koje postoje. Kažite djetetu da ćete da uradite zajedničku zabavnu vježbu o emocijama ili osjećanjima (ukoliko je taj termin bliži djetetu).

Prijedlozi: sreća, tuga, strah, ljutnja, stid.....

2. Makazama iskružite bijeli papir, na kojem ćete pomoći djetetu da nacrtalica sa različitim emocijama. Pustite djetetu da iskoristi kreativnost kada je izbor boja u pitanju (Na primjer, tužno lice može obojiti plavom bojom, bijesno ili ljutito lice crvenom, itd.).

3. Lica koja ste nacrtali možete iskoristiti tako što ćete razgovarati o određenim emocijama, a ako ih sačuvate možete kasnije pomoću njih pitati dijete da vam kaže kako se osjećalo tokom nekog dana, ili tokom sedmice, tako što će vam pokazati određeno lice (ili, pak, vi možete djetetu na taj način iskazati svoja osjećanja u vezi s nečim što je ili nije uradilo).

Djeci će biti zabavno na taj način govoriti o emocijama, a vama će biti važno da pratite kako se dijete osjeća. Djeci predškolskog uzrasta je često teško govoriti o emocijama. Međutim, crtež i vaš kreativni doprinos bit će odlično rješenje. Vaše dijete će kroz spoznavanje vlastitih ali i tuđih emocija zadovoljavati svoju potrebu za bliskošću sa drugima, a pritom će razvijati i socijalne vještine.

2.5.3. Primjer : “Kako uspostaviti pravila ponašanja?”

Svaki roditelj želi i treba imati neki popis pravila ponašanja za koja očekuje od svog djeteta da ih se pridržava. To može biti popis lijepih ponašanja vezanih uz bonton, može biti popis obaveza u kući i sl. Sasvim je u redu imati dogovorena neka pravila u kući – iako je odnos s djetetom puno više od pridržavanja pravila i praćenje (u maniru policajca) da li je neko prekršeno ili ne.

Kod osmišljavanja pravila imajte na umu:

1. Pravila donesite zajedno s djetetom. Dajte mu šansu (ali ozbiljnu) da promjeni ili “prekroji” neko od vaših pravila. Vi predložite jedno, pa dijete jedno i pregovarajte. Negdje popustite, a negdje nemojte.
2. Pravila su porodična stvar – to nisu pravila samo za djecu, nego za sve u kući – ukoliko je dogovor da se u kući ne viče, nego govori tiho, onda to vrijedi i za roditelje i za djecu.
3. Pravila ne vrijede ništa ukoliko nema posljedica – jasno definiranih i jasno napisanih, kako za pridržavanje tako i za nepridržavanje pravila. Odmah odredite šta će biti ukoliko se ne pridržavate pravila. Budite kreativni – nije jedina posljedica ne-igranje igrice ili odlazak u sobu. Smislite nešto novo – sklonite igračke na nekoliko dana, govorenje lijepih umjesto ružnih riječi, stavljanje kovanica u teglu za svaku psovku, biranje kolača koji će se peći u nedjelju ili biranje što ćemo imati za večeru...I zapamtite – i pravila i posljedice vrijede za SVE ukućane.
4. Broj pravila neka bude primjeren – manja djeca manje pravila, veća djeca više pravila.

2.5.4. Primjeri: “Dječiji hirovi i kako na njih reagirati”

Neka od najnesimpatičnijih ponašanja, sa kojima se teško izlazi na kraj, javljaju se upravo u periodu između 3. i 5. godine djetetovog života. Ovaj period naziva se negativnom fazom jer se djeca suprotstavljaju odraslima i njihovim zahtjevima, uporna su i tvrdoglava u svojim željama. U ovoj fazi dolaze do izražaja otpor, prkos, ljubomora, zahtjevanje, potreba za dominacijom, agresivnost, rivalstvo i dr. Svi ovi oblici ponašanja su u stvari postupci samopotvrđivanja djeteta. S obzirom da je u ovoj fazi dijete vrlo

egocentrično (sebično) ono smatra da sve što postoji pripada njemu i postoji zbog njega! Dijete ne smijete kažnjavati zato što na nepodesan način ispoljava jednu zakonitu pojavu svog razvoja nego mu morate pomoći da tu normalnu krizu prebrodi.

Najčešći dječiji hirovi

ISPOLJAVA PRKOS

Stalno izaziva malog brata ili sestru, ljuti ih i zadirkuje. Glavni uzrok ovakvog ponašanja je obično ljubomora ili zavist čega dijete nije svjesno. Često starije dijete zavidi mlađem na većoj nježnosti koju ono izaziva ili zato što mu se čini da ga roditelji više maze. S druge strane, i mlađe dijete je zavidno starijem na njegovim sposobnostima. U svakom slučaju, roditelji bi trebali izbjegavati intervencije u takvim situacijama. Nije lako odrediti ko je u pravu u dječijim svađama. Ukoliko interveniramo, možemo još više potaknuti svađu kojom često samo privlače maminu pažnju da bi otkrili na čijoj je strani. Svađa nakon koje slijedi pomirenje pomaže im da se bolje upoznaju i jača osjećanja koja gaje jedno prema drugom.

HOĆE SVE

Kada je u prodavnici želi sve kupiti. Puni kolica svim mogućim proizvodima. To je klasični hir: sva djeca žarko žele igračke i slatkiše koji se reklamiraju na televiziji. Pokušajte izbjeći problem tako da se dogovorite sa djetetom prije nego krenete u kupovinu. Npr. "Danas ću ti kupiti samo slatkiš, nemoj tražiti druge igračke" ili "Zapamti da danas kupujemo samo namirnice jer imamo samo toliko novaca." Kada jednom odlučite, ne popuštajte, posebno ako dijete obuzme napad bijesa i ljutnje i počne plakati ili se valjati po podu. Udovoljenje njegovim zahtjevima u tom trenutku bi značilo da je dijete "istjeralo svoje". Ako već ne poštuje dogovor radije o tome mirno porazgovarajte kada se vratite kući. Ako vaše dijete plače i više neko bi vas mogao pogledati s neodobravanjem. Pokušajte ne obraćati pažnju na te osobe koje možda ne znaju šta znači biti roditelj, niti se više sjećaju šta znači biti dijete. Važno je da dijete ne ponizite pred drugima i ne zaboravite ga pohvaliti ako je ispoštovalo dogovor i pristojno se ponašalo.

NEĆE HODATI

Dijete uživa u guranju kolica kada je vani, ali ubrzo želi da ga nosite. U ovoj dobi tvrdoglavost je znak odrastanja: dijete se želi dokazati i više ne prihvata

da bude poslušno i da kontrolirate svaki vid njegova života. Osim toga, želi samostalno upoznati okolinu i tako počinje odbijati kolica. Ipak, brzo se umori i tada ga morate nositi. Obavijestite ga na vrijeme o odlukama koje ga se tiču: "Idemo pješke do parka, misliš da ćeš moći malo hodati?" Ukoliko je odredite daleko objasnite mu da ćete uzeti kolica jer će šetnja biti naporna. Nastojte hodajući pokazati i objasniti djetetu vaše odredite: "Vidiš onu prodavnicu? Hoćeš li moći šetati do nje?" Ako želi da ga nosite pokušajte naći kompromisno rješenje: "Nosit ću te do onog znaka, a poslije ćeš hodati sam/a."

JOŠ MALO, JOŠ MALO

Iako ste proveli puno vremena s djetetom u parku ono želi još ostati i igrati se s prijateljima, a vama se žuri. Djetetu teško pada kada je naglo prekinuto u nekoj aktivnosti koja ga zaokuplja i zabavlja. Ono tada insistira, plače, moli i vi se na kraju naljutite jer biste mogli zakasnuti zbog njegovih hirova. Kako biste izbjegli svađu i durenje potrebno je dijete upozoriti na vrijeme: za pet minuta moramo ići. Budite razumni, dajte mu do znanja da znate kako mu se sviđa ta igra ili vrtuljak. Iako se vama čini da se dovoljno zabavljalo, dijete se nikada ne bi prestalo igrati. Na kraju, ne zaboravite objasniti djetetu stvarni razlog žurbe: "Ako ne krenemo prodavnica će se zatvoriti i nećemo imati kolače koje sam ti obećala napraviti." Ovakav pristup će dijete učvrstiti u uvjerenju da ga poštuju, da imate povjerenja u njega i potaknuti ga na saradnju. Dakle, ostanite pri svome i insistirajte jer će tako poštovati razloge koje ste mu iznijeli.

NE DOPUŠTA VAM DA IZADETE

Isplanirali ste noć bez djeteta, a ono se protivi ostati sa vašim roditeljima ili dadiljom. Mnogi roditelji se osjećaju krivim u ovoj situaciji, a djeca to iskorištavaju. Objasnite djetetu da i vi imate pravo posjetiti svoje prijatelje i nabrojite mu prednosti koje će uživati te "posebne" večeri: pripremili ste mu pizzu, moći će gledati TV pola sata duže nego inače i sl. Obećajte mu da ćete ga zagrliti čim se vratite kući. Potajno "iskradanje" iz stana nije preporučljivo jer dijete neće imati povjerenje u vas. Ali, također, izbjegavajte duga pozdravljanja s djetetom koje se očajnički hvata za vas i želi vas privoliti da se predomislite.

VRLO JE UVREDLJIVO

Dobrodušno ste djetetu dobacili nešto o tome kako govori ili hoda, a ono je briznulo u plač. Mala djeca se uvrijede ni za što i ponekad doživljavaju i najblaža zadirkivanja kao napade. Upravo zato što je dijete u ovoj fazi jako

osjetljivo, bolje ga je ne ismijavati, posebno pred drugim osobama. Također je dobro izbjegavati davati mu negativne definicije kao npr. "Ti si kukavica", "Vidiš kako si nespretna/na (smotan/na)", jer dijete osim što se loše osjeća počinje stvarati negativnu sliku o sebi. Ali, ako vam se dogodi da ga nehotice povrijedite nemojte mu reći "Nisi ništa razumio", nego

"Izvini, nisam te htjela povrijediti ili uvrijediti". U svakom slučaju dijete nemojte nikad zadirkivati pred drugima. Ponekad se možete zajedno smijati djetetovim nespretnostima a to će mu pomoći da previše ne dramtizira svoje slabosti. Ali, to morate činiti pažljivo, u intimnim trenucima i kada ste s njim sami. Pokažite mu, također, da se i vi možete smijati vašim nedostacima.

NEĆU OVE PANTALONE

Toplo je, ali dijete želi izaći s kapom na glavi ili zahtijeva balerinke za izlet u planinu. Izbor odjeće je važan izraz autonomije. Zbog toga trenutak odijevanja može postati vrlo složen problem, posebno ako ste u žurbi a dijete insistira na apsolutno neprikladnoj odjeći ili obući. Nastojte ne pretvoriti trenutke odijevanja u iscrpljujuću borbu iskušavanja snage, gdje su u igri i djetetovo i vaše samodokazivanje. Kada je to moguće, udovoljite djetetu(npr. ako želi nositi kapu iako je vruće dozvolite mu, vrlo brzo će je skinuti kada shvati da ste bili u pravu). Između ostalog, ukusi su različiti i dobro je poslušati djetetovo mišljenje kada mu se kupuje odjeća. Dajte mu mogućnost izbora, ali u određenom okviru, suzite mu izbor i pustite ga da odluči. Pitajte ga: "Da li ti se više sviđaju crne ili plave pantalone", na taj način dajete djetetu mogućnost izbora i uvažili ste ga što povećava njegovo samopoštovanje.

HIROVI ZA STOLOM

Dijete voli jesti tjesteninu a vi ste pripremili nešto drugo za ručak jer je tjestenina jučer bila na jelovniku. Ne želi to jesti i pri tom je nemirno za stolom. Osim ličnim ukusom, hirovi za stolom su motivirani i drugim razlozima: dijete nije gladno a vi ga primoravate da jede jer je vrijeme ručka, može iskoristiti nedostatak apetita kako bi nam se suprostavilo dirajući hranu, gurajući je po tanjiru i izbacujući je na stolnjak, žvačući otvorenih usta da mu hrana ispada iz usta, lupkajući viljuškom pri tom nešto pjevušeći i sl. Nemojte upasti u zamku i nemojte se previše brinuti. Pokušajte ga ignorisati i razgovarati sa ostalim ukućanima za stolom o okusu hrane koju jedete, o tome zašto je zdrava i šta vam znači, ali na način da i dijete to razumije. Usput spomenite da se neće moći ništa jesti do večere. Djeca

naravno nemaju želju za određenim razgovorima za stolom poput odraslih ali ih pažljivo slušaju i gledaju, te se uče dobrom ponašanju postepeno, posmatrajući odrasle pri tom primajući poruke koje im se šalju. I naravno, ne prisiljavajte djecu da jedu onoliko hrane koliko im vi stavite u tanjir... djeca znaju koliko im je dovoljno i toliko će uzeti, kao i vi sami.

2.5.5. Vježba 3. “Zajedničko vrijeme”

Kao što smo već napomenuli u ranijim poglavljima, djeca imaju izrazitu potrebu za strukturom i za dobrom organizacijom kada je u pitanju dnevni i sedmični raspored. Zato bi strukturiranje dječijeg dana trebalo da bude prioritet roditeljima. Ukoliko i dijete uključite u smišljanje raznih aktivnosti, biće motiviranije da ih obavlja.

Da biste uvidjeli na koji način vi strukturirate vrijeme za dijete i sa djetetom, nudimo vam ovu vježbu. Prije svega, popišite koje aktivnosti uvodite djetetu u toku radnih dana i vikenda.

(Na primjer: odlazak u vrtić, odmaranje u 17 sati, gledanje crtanog filma u 18 sati, igranje društvene igre nedjeljom u 18 sati).

Sada ćemo navesti neke od tipičnih, ali važnih načina organiziranja vremena sa vašim djetetom. Vi pored svake aktivnosti ocijenite koliki postotak vremena u toku sedmice provodite u svakoj od tih aktivnosti sa djetetom.

1. ZAJEDNIČKI RAD - je aktivnost koja je usmjerena ka nekom cilju. Angažiranje oko nekog dječijeg zadatka, što može da se odnosi na pomoć djetetu da stekne određenu vještinu ili da nauči nešto novo. Kroz zajednički rad podstiče se iznošenje dječijeg mišljenja. (Npr. pomoć djetetu da ispravno oboji crtež ili da nauči hvatati loptu, pospremanje dječije sobe vikendom, odlazak na bazen sa djetetom kako bi savladala vještinu plivanja, čitanje enciklopedija).

(Upišite postotak vremena koji provodite u zajedničkom radu sa djetetom tokom sedmice)

2. ZAJEDNIČKA RAZONODA – se odnosi na vrijeme koje sa djetetom provedete u zabavi bez nekog posebnog cilja, osim da se opustite i dobro

nasmijete i vi i ono. To može biti odlazak na planinu, igranje Monopola, odlazak u kino ili pozorište).

(postotak vremena koji provodite u zajedničkoj razonodi tokom sedmice)

3. PORODIČNI RITUALI – su ustaljene aktivnosti koje se podrazumijevaju kod članova porodice i mogu biti dnevni ili sedmični. Kroz ritual povećava se djetetov osjećaj pripadnosti porodici. Na primjer, dnevni ritual podrazumijeva jutarnji zajednički doručak, večernje gledanje TV-a, a sedmični ritual mogu da budu palačinci nedjeljom koje prave svi ukućani zajedno, odlazak kod bake ili nane subotom na ručak). Rituali mogu da budu i na godišnjem nivou (npr. praznični rituali).

(postotak vremena koji provodite u porodičnim ritualima)

4. ODMARANJE – ne mora nužno da uključuje obavljanje neke zajedničke aktivnosti sa djetetom. Odmor je važan jer će za to vrijeme dijete slagati dnevne utiske i imati prostor za sebe. To može da bude vrijeme kada vi čitate novine, drijemate subotom popodne, a dijete za to vrijeme gleda crtane filmove, čita slikovnicu ili spava).

(postotak vremena koji provodite u odmaranju)

Kada ste ispod svake od navedenih aktivnosti upisali određeni procenat, šta uočavate?

Da li ste zadovoljni trenutnom organizacijom vremena?

Šta biste promijenili?

Koju aktivnost biste povećali a koju smanjili?

Da li biste u svoj porodični raspored uveli nešto novo?

Zapamtite da kroz svaku od ovih aktivnosti dijete zadovoljava svoje potrebe. Potrebu za ljubavlju, pažnjom, sigurnošću, zabavom, slobodom, moći, jasnom organizacijom vremena itd...

2.5.6. Prilog uz Vježbu 3. “Kvalitetno provođenje vremena sa djecom”

Budite prisutni

Mnogo se govori o vrijednosti vremena provedenog sa djetetom, a o tome, čini se, treba razmišljati sa dječijeg stanovišta. Najvrijednije vrijeme za dijete je sada, u trenutku kada mu sine neka misao, kada se povrijedi, kada mu treba stavljati flaster na „veliku ranu iz koje mogu početi i crijeva izlaziti”, kada “donese” utiske iz škole, kada želi pričati o drugarima i onome šta se desilo na putu od škole ili od kuće. Nije neophodno rješavati dječije probleme, treba biti prisutan da bi se saslušalo o čemu se radi i šta je problem – to jeste važno.

Ponekad roditelji moraju donijeti odluku, a u nekim situacijama, opet, to treba biti odluka djeteta.

Čitajte svom djetetu

Od najranije dobi (jedna godina) čitajte svom djetetu, razgovarajte o pročitanom, prepričavajte priče i događaje, odredite vrijeme za to. Dogovorite se unutar porodice i neka se roditelji smjenjuju u čitanju (npr. subotom i nedjeljom čita otac).

Planirajte vrijeme za igru

Danas je evidentno „pomankanje” slobodnog vremena čak i za roditelje koji ne rade, ali predložimo da iskoristite trenutke kada vodite dijete u školu, kada šetate, kada idete u kupovinu. Kako?

Jednostavno možete igrati neku igru riječima ili razgovarati. Tako će vam brže proći vrijeme i naučit ćete nešto novo o svom djetetu i dijete o vama. Ne morate se igrati satima.

Kreiranje zajedničkih sjećanja

Umjesto da pretpraznično vrijeme provodite jureći po trgovinama tražeći što ljepšu igračku, isprobajte nešto novo/staro. Pecite zajedno kolače. Iako je to za mnoge gubitak vremena, djeca u tome uživaju. Izradite čestitke i ukrase. Čak i oni koji šalju čestitke e-mailom, vole dobiti ručno izrađenu čestitku. Napravite ukrase po kući, postavljajte zajedno sa djetetom stolnjake i posuđe koje će biti na prazničnom ručku. Donesite cvijeće ili ga uberite na nekoj livadi pa raspoređujte u vazi. Vašoj djeci će to ostati u sjećanju mnogo duže nego najskuplja igračka, možda i cijeloga života.

Porodična tradicija i rituali

Porodična tradicija i rituali čine jednu od pokretačkih sila tokom našeg života. Sa jednog naraštaja na drugi, tradicija se prenosi posredstvom roditelja. Kada dijete razgovara sa svojim drugarima, u igri im kaže: „Znate, u mojoj porodici mi provodimo vikende na planini, u šetnji, odlazimo kad nane/ bake i dede... odlazimo na kupanje, u bioskop, izlet.“ Godišnjice, rođendani, zajednička kupovina namještaja sve su to obični, sastavni dijelovi života koji nas čine bogatijim, čak i ako smo u materijalnom dijelu siromašni.

Pauza kao pravilo
Nedjeljom se ne radi!
Nedjeljom se ne uči!
Nedjeljom se druži!

To je poklon koji dajemo sebi i našoj djeci !

Iščekivanje

Iščekivanje je pola nekog događaja. Planirajte odlazak u goste, u kino, na izlet, planirajmo godišnji odmor, planirajmo rođendansku zabavu i sl. Zametnimo sjeme i probudit ćemo kod svih ukućana osjećanje iščekivanja, a iščekivanje je skoro pola provoda. Šta djeca mogu iščekivati? Imaju li oni neke svoje posebne dane?

TV

Onima koji gledaju TV svako veče i svaki dan, satima, bez prekida, događa se pojava apatije (bezvoljnosti i manjka energije). Malo masovne zabave neće škoditi ni djetetu ni odraslom i može smanjiti stres. TV možemo gledati kao začim, koji u malim količinama treba dodavati ishrani mentalnog i fizičkog zdravlja. TV nije ni sasvim loša, ni sasvim dobra navika. Ne moramo je UBITI možemo je samo PRIPITOMITI. Gledati više putopisne emisije, emisije o prirodi, životinjskom svijetu, pustolovne filmove.

Putovanja i izleti

Parkovi, sportski događaji, muzičke manifestacije, kampovanje, promatranje životinja, ptica, prirode, posjete obližnjim mjestima, historijskim historijskim gradovima, posjete rodbini...
Puno toga možete uraditi...

III SOCIJALIZACIJA I ODVAJANJE DJETETA (SEPARACIJA)

3. Socijalizacija

Često puta u našem okruženju imamo priliku čuti kako je socijalizacija jako važna, ali se zapravo uvijek pitamo šta je to tačno socijalizacija i kako utiče na odgoj naše djece.

3.1. Šta je socijalizacija?

Socijalizacija je proces učenja društvenih vrijednosti, obrazaca i pravila ponašanja, a kao rezultat tog učenja stižu se i osnovni socijalni stavovi koji će olakšati ili otežati uključivanje i prilagođavanje djeteta u grupu vršnjaka i širu socijalnu sredinu. Faktori socijalizacije su porodica, vršnjaci i mediji.

3.2. Kad treba započeti sa procesom socijalizacije?

Iako mislimo da proces socijalizacije počinje u predškolskim ustanovama to nije tačno, ona počinje u porodici. S obzirom da je porodica prva socijalna grupa djeteta u kojoj ono stiče svoja prva socijalna iskustva, ona ima najznačajniju ulogu u formiranju ličnosti djeteta i njegovoj socijalizaciji. Ta prva iskustva će biti vrlo značajna za dalje prilagođavanje djeteta i njegov odnos prema široj socijalnoj sredini.

Tokom predškolskih godina počinje da se razvija većina značajnih vrsta socijalnog ponašanja. Za vrijeme ovog relativno kratkog perioda dijete uči da se prilagođava drugima i sa njima saraduje. Porodica ima važnu ulogu postavljanja temelja socijalizacije gdje dijete mora naučiti osnovne stvari vezane za odnose sa poznatim i nepoznatim ljudima i osnove znanja i ponašanja. Dijete u toj fazi u okviru porodice treba naučiti i usaditi mu notu druželjubivosti, razumijevanja i finog ponašanja. Pored toga bitno je i učiti sa djetetom i tako mu prenijeti osnovna znanja.



Najpravilnije će se socijalizirati ona djeca čiji roditelji primjenjuju podržavajuće i povezujuće odgojne postupke (o kojima smo govorili u prvom poglavlju), koji se istinski interesuju za dječije probleme, potrebe i želje, koji podstiču dječije samopouzdanje, samopoštovanje, samostalnost i emocionalnu slobodu i obezbjeđuju djeci kontakte sa drugim ljudima, naročito djecom njihovog uzrasta i njihovog nivoa sposobnosti.

3.3. Kako dijete socijalizirati ?

Da bi bila što bolja škola za život porodica treba pružiti djetetu što pozitivnije primjere ponašanja, rješavanja zadataka i stava prema zajednici. Porodica je dužna podsticati dijete na poštivanje pravila, konstruktivno rješavanje problema, postepeno ga opterećivati sve većim dužnostima i odgovornostima koje su u skladu sa njegovim razvojnim sposobnostima i mogućnostima, odnosno njegovom fizičkom i psihičkom razvijenošću. Porodica treba da stvara kod djece povjerenje u sebe i u druge ljude, da ih odgaja u ljubavi, da poštuje individualnost i shvata njihove lične potrebe i sklonosti. Samo na taj način se može izgraditi socijalnost tj. društvenost (Pećnik, N., 2008 b).

Dok se sa djecom igramo mi ih zapravo učimo društvenim pravilima i doprinosimo njihovoj socijalizaciji. Društvene igre su odličan način da djecu pripremamo za školu u kojoj postoje određena pravila koja se moraju poštovati i gdje sva djeca imaju jednak status. Kroz društvene igre djeca uče da postoje pravila koja se ne smiju kršiti i koja moraju biti poznata svim učesnicima igre. Pravila igru čine zanimljivom i moraju se poštovati da bi igra započela, trajala i završila se. Cilj igranja raznih igara u stvari izgrađuje svijest o tome da se grupi nameću određena pravila (norme) kojih se treba pridržavati.

3.4. Utjecaj vršnjaka na socijalizaciju djeteta

Za vrijeme predškolskih godina dolazi do velike promjene u socijalnom svijetu djeteta. Od malog svijeta koji je usmjeren na porodicu, do svijeta koji se širi i usmjeren je na grupu vršnjaka. U ovom periodu djetetu prijatelji postaju veoma važni. Djeca su, u cjelini gledano, društveno fleksibilna, žele i u stanju su da se igraju sa drugom djecom, obično imaju drugove istog spola, mada se dešava i suprotno. Ona u suštini uživaju družeći se sa vršnjacima, tako eksperimentišu i razvijaju socijalne odnose, prilagođavaju se grupi, ali djeca se mogu prilagoditi grupi tek ako su emocionalne teškoće i konflikti u njima samima sređeni.

NIJE TO TAKO LAKO

Porodica je za dijete svijet u malome, a ujedno i svijet pod olakšavajućim okolnostima. U toj sredini dijete uvijek nailazi na pomoć, podršku i zaštitu. Prvih nekoliko godina života vi ste vašem djetetu najbolji prijatelj. Vi ste onaj s kim se igra, razgovara i o kome ovisi i svu svoju ljubav i privrženost djeca usmjeravaju na vas. Jasno je da želite zadržati takav odnos s djetetom, pun ljubavi i razumijevanja, ali za dijete je važno da se nauči interakciji s djecom svoje dobi. Dok se dijete ne počne družiti s drugom djecom, ono je naviklo biti na prvom mjestu, u središtu pažnje. Naviknuto je na to da je sve po njegovom i ne mora razmišljati o tuđim osjećajima. Kada se igra s drugom djecom, stvari postaju drugačije. Dijete možda po prvi put postaje svjesno da i njegovi vršnjaci imaju osjećaje, potrebe i želje jednako kao i ono samo. Kroz takvu interakciju ono uči mnogobrojne socijalne vještine, a da pri tome ne pohađa nikakvu stručnu školu, uči metodom pokušaja i pogrešaka, promatrajući ponašanje druge djece i zaključuje na temelju njihovih reakcija na svoje ponašanje. Na taj način postepeno prilagođava i poboljšava svoje socijalne vještine.

KONTROLA EMOCIJA

Družeći se s drugom djecom vaše dijete uči i kako upravljati svojim osjećajima. Tokom prvih godina života dijete doživljava cijelu lepezu osjećaja, uključujući sreću, tugu, napetost, nezadovoljstvo i bijes. Na primjer, vaš mališan postepeno shvati da se, kada u društvo uleti poput oluje, druga djeca nastavljaju igrati kao da se ništa nije dogodilo. Umjesto da uz pomoć ljutnje postigne što je htio, njegovi se vršnjaci igraju potpuno nezainteresirano za njegovo izražavanje osjećaja. Ta nezainteresiranost

drugih pomaže mu da uspostavi nadzor nad svojim osjećajima. U početku dijete pokušava da ovlada drugom djecom na isti način kako je to radilo sa odraslima, plaćem, udaranjem i ispoljavanjem bijesa ali uskoro otkriva da takvi postupci nisu efikasni u grupi vršnjaka, pa zato počinje da ih mijenja i da se prilagođava. U novoj društvenoj sredini dijete je tretirano drugačije, drugačije se s njim ophode nego u porodici i ne može da očekuje nikakve povlastice, jer su u tom malom kolektivu svi jednaki i nikome se ništa ne prašta. Dijete počinje da mijenja svoje ponašanje da bi ono odgovaralo djeci s kojom se druži.

JESTE LI ZNALI?

Neki psiholozi se koriste terminom „skela“ kako bi opisali iskustvo učenja pri kojem sposobnije dijete drugom pomaže učiti. To je iskustvo dobilo taj naziv jer jednom kada se učenje počne događati, učenik je u stanju nastaviti sam i više mu nije potrebna podrška „skele“. Skeliranje se prirodno događa u mnogim situacijama igranja.

KAKO TI TO RADIŠ?

Učenje se odvija i kada dijete promatra drugu djecu kako se igraju. Na primjer, vaše je dijete možda “zapelo” igrajući se s pločom za umetanje oblika i nije sasvim sigurno kako neki oblik umetnuti u odgovarajuću rupu. Koliko god se trudilo ne može postići odgovarajući cilj. A onda dijete pokraj njega pokupi tu istu igračku i odmah smješta dio na odgovarajuće mjesto. „Dakle, tako ti to radiš!“, misli vaš mališan. Riječ je o učenju promatranjem koje pomaže djetetu da razvije svoje vještine razumijevanja i razmišljanja. Družeći se s vršnjacima dijete počinje da ispoljava utjecaj ostale djece na njegovo ponašanje i stavove, a taj utjecaj obično ne ostaje nezapažen. Mada, roditelji neke promjene uočavaju ranije, neke kasnije, a neke uopće ne mogu da primjete.

Polaskom u školu sva djeca žele ravnopravan odnos i jednako mjesto u grupi vršnjaka. Prilagodba na školu i novo okruženje ovisit će upravo od razvijenosti njegovih socijalnih vještina i sposobnosti da bude prihvaćeno od drugih. Sve to prvenstveno zavisi od roditeljskih odgojnih stilova i kvaliteta odnosa unutar porodice.

Na kraju ćemo naglasiti da se, jedan od najznačajnijih načina da grupa vršnjaka utječe na dijete sastoji u tome što mu pomaže da se „osamostali“,

od svojih roditelja i da postane jedinka sa svojim pravima. S obzirom da je identifikacija značajan psihički faktor u razvoju dječije ličnosti, neophodno je da roditelji obrate pažnju s kim se djeca druže i igraju.

Prilog na str. 61: Vježba 1. “ Prijatelji mog djeteta”

3.5. Utjecaj medija na socijalizaciju djeteta

Savremeni čovjek svoju svakodnevicu ne može da zamisli bez TV-a, interneta i mobitela. Velika većina roditelja ne razmišlja o tome koliko sati dnevno djeca provode u „društvu” tih medija. Preko medija djeca i mladi danas upoznaju društvo pa i sebe same, usvajaju obrasce ponašanja, kulturu i navike. Mediji sve više privlače pažnju, a posebno televizija i internet koji je danas veoma omiljen oblik zabave i na taj način djeci i mladima prezentiraju i nameću stil života. Problem je u tome što su djeca nekritična u tome šta će gledati pa stvari primaju zdravo za gotovo, imitiraju neke oblike ponašanja koja vide a koja mogu nepovoljno uticati na njihov cjelokupan razvoj i sazrijevanje. Tako djeca dolaze u situaciju da gledaju sve i svašta, a roditelji nisu svjesni posljedica takve aktivnosti. Pojedini roditelji smatraju da djeci dugo gledanje TV i korištenje kompjutera (interneta) ne može da šteti, čak šta više ona smiruju dijete i drže ga na mjestu- što nije u skladu sa prirodnim i razvojnim karakteristikama djece jer ona trebaju da se što više kreću, druže i igraju.

Ne moramo posebno naglašavati nasilje koje je evidentno na ovim medijima koje uzima sve više maha i privlači pažnju sve šire dječije publike. Svjedoci smo agresije i nasilja u dječijim programima, pogotovo u crtanim filmovima. Najomiljeniji crtani filmovi djeci su upravo oni koji su energični i puni akcije, koja ide čak i do nasilja, jedan od likova je uvijek dominantan, jači i superiorniji nad drugim, a to postiže upravo agresivnim ponašanjem, iako slabiji tj. pravda na kraju pobjeđuje. Djeca se često identifikuju s omiljenim, snažnim junacima iz crtića, roditelji im kupuju igračke u njihovim likovima pa ih djeca koriste u svojim igrama tako što ih oponašaju i „bore” se njihovim oružjima. Pošto mlađa djeca teže uviđaju odnos između agresije i motiva češće će oponašati agresivno ponašanje, jer oni gledajući takve sadržaje počinju se ponašati kao njihovi junaci i to ispoljavaju u većoj mjeri ako je njihov junak nagrađen za agresivno ponašanje. Sve to djeca će nesvjesno prenijeti i na ponašanje među vršnjacima što će u konačnici rezultirati neprilagođenim ponašanjem i problemom u djetetovoj daljnjoj socijalizaciji.

Svojim interesom za vrijedne programe i kritičkim stavom prema lošim sadržajima, roditelji će u djetetu odgojiti dobar ukus, pozitivne stavove i razvijati njegovu kritičnost. Poželjno je i potrebno da djecu što više usmjeravaju na druge vidove zabave (čitanje, sport, sviranje nekog instrumenta, pjevanje, odlasci na dječije predstave, omogućiti im druženje s vršnjacima u slobodnom veremenu...), kako bi koliko-toliko umanjili utjecaj medija na njihove stavove i cjelokupan razvoj.

3.6. Separacija / Strah od odvajanja od roditelja

Odvajanje od osobe koju volimo uvijek je bolno. Za malu djecu je posebno bolno kada se moraju odvojiti od roditelja. Ali istovremeno, odvajanje je neophodno za osamostaljivanje i razvoj ličnosti djeteta. Ono je neizostavno i važan sastavni dio normalnog procesa odrastanja svakog djeteta.

3.7. Zašto se javlja strah od odvajanja?

Tjeskoba prouzrokovana odvajanjem od roditelja je česta kod djece predškolskog i ranog školskog uzrasta, a povezana je sa dječijim osjećajem nezaštićenosti, bilo da roditelj odlazi iz kuće (na posao, u kupovinu, sa prijateljima i sl.) ili da dijete odlazi u novu i nepoznatu sredinu (vrtić, školu i dr.). Budući da dijete predškolske dobi nema razvijen pojam o vremenu, ne može predvidjeti kada će se roditelj vratiti niti razumije zašto roditelj odlazi. Kako dijete postaje starije, iskustvo da se roditelj svaki puta vratio, smiruje ga i osposobljava ga da očekuje njegov povratak. Ali, sve dok dijete nema dovoljno tog iskustva odvajanja od roditelja ono će se uzrujavati i plakati i preživljavati stres. Snažan i učestali stres od odvajanja u ranom djetinjstvu, koji kontinuirano traje ili u periodu pred polazak djeteta u školu kada se cijela porodica suočava sa promjenama, može biti jedan od uzroka pojave poremećaja nazvanog „separacijska anksioznost“, odnosno strah od odvajanja, koji se u periodu pred polazak u školu može manifestirati (Gjurković, T., Vrsaljko J., [www.ordinacija .hr](http://www.ordinacija.hr)):

1. Pretjeranom uznemirenošću pri odvajanju;
2. Pretjeranom brigom da će se izgubiti ili da će “nešto zadesiti” osobu za koju je vezano;
3. Pretjerana briga da će se nešto desiti što će ga odvojiti od “voljene osobe”;
4. Trajno odbijanje djeteta da bude samo;
5. Trajno odbijanje odlaska na spavanje bez voljene osobe ili spavanje izvan kuće;

6. *Stalne noćne more sa temom odvajanja;*
7. *Stalne pritužbe na glavobolje, mučnine, povraćanje kad se očekuje ili događa odvajanje.*

Sve su ovo signali koje dijete šalje, a na koje bi roditelji trebali reagirati adekvatno, bez ljutnje i nestrpljenja . Ukoliko su ovakve reakcije bile vidljive i ranije, a roditelji to nisu prepoznali, onda se one mogu intenzivirati polaskom u školu.

Prepoznajte ranjivo dijete - *Ovo su neka od obilježja djeteta koje ima povećan rizik od tjeskobe razdvajanja:*

- *prijanja se uz roditelje, drži ih za skute,*
- *prati roditelje po kući,*
- *osjeća se ugroženo kad je samo u prostoriji,*
- *boji se mraka,*
- *brine se zbog mogućih opasnosti za roditelje ili sebe,*
- *ima teškoća kada treba da ide na spavanje,*
- *ima noćne more,*
- *jako se boji životinja, nepoznatih ljudi i čudovišta iz mašte.*

Šta možete učiniti da olakšate proces separacije kod polaska djece u školu?

- *Stvorite povjerljiv, topao, odnos pun ljubavi sa djetetom u ranoj fazi djetinjstva;*
- *Omogućite djetetu da preuzme odgovornosti za svoje obaveze;*
- *Omogućite djetetu vrijeme za igru sa roditeljima i sa svojim vršnjacima;*
- *Potrudite sa da dijete provede određeno vrijeme sa dragim ljudima iz šire porodice, kao i sa vršnjacima u igraonicama, na bazenu, na sankanju i sl.;*
- *Vodite računa da u vašoj porodici postoji određena organizacija i pravila tokom sedmice;*
- *Posjetite školu koju će dijete pohađati i obiđite prostorije sa djetetom;*
- *Ukoliko ste i sami sretni i uzbuđeni zbog polaska djeteta u školu, ne skrivajte entuzijazam pred djetetom;*
- *U porodici igrajte što više društvenih igara, gdje će se dijete učiti socijalnim vještinama koje će mu kasnije itekako biti potrebne u školi;*
- *Ukoliko i sami imate strah od odvajanja od djeteta, pokušajte ga kontrolirati pred djetetom, jer dijete osjeća i "snima" vaše strahove.*

3.8. Kada se javlja strah od odvajanja ?

Strah od odvajanja javlja se u dobi od 6-8 mjeseci i kod većine djece traje do 3. godine života. Situacije koje mogu uzrokovati osjećaj tjeskobe i straha kod malog djeteta su:

- kada roditelj napusti sobu
- kada roditelji kreću na posao
- kada majka ode u bolnicu roditi drugo dijete
- kada dijete ode u bolnicu
- kada roditelji izađu na večeru
- preseljenje u novu kuću ili grad
- svađe i napetost u obitelji
- razvod roditelja
- kada je majka fizički prisutna ali ne brine o potrebama djeteta
- kada dijete krene u vrtić ili u školu.

Dužina trajanja straha od odvajanja zavisi od načina na koji roditelj odgovara na djetetov strah i od osobina ličnosti djeteta.

Prilog na str. 62. Primjeri: „ Kako pomoći djetetu kada se nečega plaši?“

3.9. I roditelje je strah !

Dječji separacijski strah sasvim je normalna faza u razvoju djeteta, ali ono što još može dodatno "pogoršati" situaciju jeste roditeljski strah od odvajanja. Naime, roditelji vrlo često nenamjerno potiču separacijski problem svojom vlastitom tjeskobom/strahom, koju je od djeteta vrlo teško sakriti. Ako postoji bilo kakav problem s roditeljske strane vezan uz odlazak djeteta u školu, on će vjerojatno izaći na vidjelo, makar ga ne izgovorili – govorna komunikacija nije jedini način kako dijete "čita" naše poruke.

Ako roditelj ne vjeruje da će djetetu u vrtiću biti dobro, u to neće vjerovati ni dijete, ma koliko mu pričali o tome kako je u vrtiću jako lijepo i kako će se tamo zabavljati, učiti i igrati s drugom djecom. Naprotiv, biti će zbunjeno dvostrukim porukama koje su mu upućene, jednu na verbalnoj, a drugu na neverbalnoj razini. Na verbalnoj razini je upućeno „Sve će biti u redu, u vrtiću je jako lijepo“, a na neverbalnoj (onoj dubljoj) razini poruka je „ Joj, hoće li sve biti u redu!?“

POLAZAK U ŠKOLU



Vjerojatno ste se i vi u životu našli u situaciji kada vas je neko tješio, a da i sam nije vjerovao u to što govori. Vjerujemo da se niste osjećali utješanima. Isto tako ni dijete se ne osjeća sigurno, ukoliko osjeća vašu vlastitu nesigurnost. Zbog toga je prva zadaća roditelja koji dijete po prvi put svakodnevno odvaja od sebe, sticanje čvrstog uvjerenja da je to dobro za dijete i njegov razvoj. To je nepobitna činjenica – svi smo svjesni da se dijete u određenoj životnoj dobi treba odvojiti od roditelja kako bi se socijaliziralo sa svojim vršnjacima i drugim ljudima – dijete mora jednog dana, kao odrastao čovjek, samo funkcionirati u društvu, a to se neće dogoditi samo od sebe.

Iskustvo jedne porodice:

"Sasvim sigurno smo suprug i ja bila zabrinutiji, nervozniji i uzbuđeniji zbog polaska u školu naše djevojčice, od nje same, ali to nismo pokazali. Sa osmijehom, vrlo ponosno i zadovoljno zajedno smo pripremili najljepšu haljinicu, mašnice koje ćemo joj staviti na kosu i navili sat dosta ranije, kako bi se u miru i lijepo pripremili za taj vrlo važan događaj u našim životima.

Sve je proteklo u svečanoj atmosferi dok se nismo približili školi. Već smo u predškolskom prošli taj prvi trenutak odvajanja, ali osjetila sam kako mi opet, kao što je bilo prvoga dana predškolskog odgoja, kćerka čvršće steže ruku i ne ispušta iz vida tatu i mene. I do sada sam joj nekoliko puta objašnjavala kako će u školi biti bez tate, mene, seke, nane ili dede, ali tu će biti svi njeni drugari i učiteljica. U školskom holu smo na trenutak zastale i pokazala sam joj slike prethodnih generacija na kojima je bilo puno poznate djece, pa čak i njena učiteljica sa ranijom generacijom. Objasnila sam joj kako su sva ta djeca, baš kao i ona, sa roditeljima došli prvi dan i ostali na nastavi, te kako se kod njene učiteljice nalaze brojevi telefona i tate i mame. Ukoliko bude potrebe, mi smo tu za svega 15 minuta.

Bilo me je strah jer se moja kćerka ranije nije od nas odvajala, pa sam zbog toga i učiteljici objasnila kako će možda zbog toga biti problema, te kako će se možda teže prilagođavati i zbog svoje prevelike emotivnosti pustiti koju suzu. Međutim, to se nije desilo. Moja djevojčica je od prvog dana učiteljicu prihvatila kao velikog prijatelja, kao nekoga od koga će mnogo naučiti i koga treba jako poštovati. Razgovarala je sa učiteljicom otvoreno o svemu, a ja sam se trudila da uvijek ispred škole budem pet minuta ranije, kako me dijete ne bi čekalo nakon završetka nastave.

Na svu sreću škola koju pohađa moje dijete je vrlo otvorena za saradnju sa roditeljima i za dobre ideje, tako da sam koristila sve mogućnosti da budem prisutna u školi, među kojima je i učešće roditelja u nastavi. Uključila sam se u brojne aktivnosti, pa čak sam i bila pokretač nekih pozitivnih događaja, bez obzira što mi je to oduzimalo jako puno vremena i energije. Zauzvrat sam dobila zadovoljno i vrlo uspješno dijete."

Kako možete steći to uvjerenje?

Prije svega – informiranjem. Informirajte se o sredini u koju odlazi vaše dijete. Razmislite što bi mu tamo moglo nedostajati i postoji li mogućnost kompenzacije za to.

Ovakav, postepeni način informiranja o novoj sredini, stvaranja novih odnosa i usvajanja znanja o okolini pomoći će i vama i djetetu da lakše prihvatite odlaske u školu. Djeca će teže prihvatiti „normalno“ razdvajanje ukoliko primjete da roditelj ima problema s tim.

Prilog na str. 63. Preporuke: „ Kako se mogu ublažiti reakcije djeteta na odvajanje?“

3.10. Strah od škole - najčešći uzroci

Odlazak u školu mnogoj djeci je povod za veselje, međutim, nekoj djeci izaziva intenzivan strah do tačke panike. Do dječjeg odbijanja odlaska u školu često dolazi zbog osjetljivosti na gubitak roditeljske zaštite i pažnje. Dijete naglo prelazi iz svijeta bezbrižnosti, igre i zabave u svijet dužnosti, obaveza i odgovornosti. Sada ono za sve što mu je potrebno mora da se izbori samo. Najčešće je u podlozi dječijeg odbijanja odlaska u školu manji ili veći strah od nove i nepoznate situacije.

Iskustvo jedne porodice:

Opremljen novom školskom torbom i odjećom, 6,5-godišnji Adi već danima ide u školu „sav važan“ i nasmiješen, ali njegovi roditelji pričaju drugačiju priču o strahu i suzama.

"Provela sam besanu noć misleći na Adija i njegovo privikavanje na školu. Posljednji su dani pred početak školske godine bili teški", pričala je njegova mama. "Svaki dan kad bismo se dotakli teme škole, plakao bi i hvatao mene ili tatu oko pojasa. Uložen je ogroman trud i stručna savjetovanja kako bismo prevazišli ovu krizu...svi smo bili vrlo uznemireni...bilo je trenutaka kada smo bili očajni jer nismo znali šta više uraditi." Uz mnogo hrabrenja i podrške koju su dobili, roditelji su Adiju usadili dovoljno odvažnosti da se „otisne“ na putovanje zvano školovanje.

Iako roditelji nikad nisu jedini odgovorni, neke njihove osobine i ponašanja mogu pospješiti strah od odlaska u školu. Roditelji često nepromišljeno prijete djeci učiteljicom i školom: "Neka, poći ćeš ti u školu pa će tebe učiteljica naučiti redu. Srediće ona tebe, neće te maziti kao ja!" Ma koliko njihova želja da time samo malo zaplaše i smire dijete bila dobronamjerna, iz nje se može razviti neopisiv strah prema školi, kojega će se kasnije biti vrlo teško osloboditi.

Krutost, prijetnja, ucjena, fizičko kažnjavanje i druge stroge autoritarne odgojne mjere, koje se nerijetko primjenjuju u porodici, mogu biti uzrokom školskom strahu. Zapravo, prisjećanje na pretjerane zahtjeve i očekivanja roditelja, te kažnjavanje u porodici vrlo se lako može preslikati na školsku situaciju i prenijeti na učitelje.

Vrlo visoka očekivanja također mogu rezultirati strahom od škole. Dijete čiji roditelji u najboljoj namjeri govore: „Ti ćeš sigurno imati sve petice, bit ćeš najbolji u razredu!“ može osjećati strah od neuspjeha i toga da će razočarati roditelje, što također može imati različite tegobe za posljednicu.

Strahu je izloženo i pretjerano razmaženo, prezaštićivano dijete, posebno ako nije bilo uključeno u vrtić niti se puno družilo sa drugom djecom, pa nije steklo dragocjena socijalna iskustva, vještine i samopouzdanje niti usvojilo osnovne radne i druge korisne navike. U porodici je bilo u središtu pažnje, potpuno sigurno, zaštićeno i sve što mu je trebalo (često i previše) dobijalo je od roditelja. Nije imalo potrebu ulaganja napora i truda

u rješavanju nastalih problema. Polaskom u školu, ono to gubi. Vršnjaci mu ne daju nikakve povlastice, a ono očekuje isti onakav odnos i tretman kakav je imalo u porodici. Sada se za sve što mu je potrebno mora samo izboriti. Kako za tu novu funkciju nije pripremljeno ni naučeno, ne zna se i ne može nositi s drugom djecom, svojim problemima, obavezama i zadaćama pa se osjeća ugroženim, bespomoćnim i ima strah od neuspjeha.

Strah se češće javlja kod dječaka nego kod djevojčica, zatim kod jedinaca, slabunjave, razmažene i prezaštićivane djece. Ova djeca najčešće od roditelja traže pomoć, zaštitu, suznih očiju preklinju i mole da ih oslobode odlaska u školu. Ako roditelji ne shvate pravovremeno ozbiljnost djetetovih strahovanja i patnji ili, što je još gore, ako ga nazovu lažljivcem, lijenčinom, nesposobnjakovićem, zaprijetite mu batinama ili pak preduzmu stroge mjere, izazvat će još intenzivniji strah, koji će postupno prerasti u pravi strah, produbiti psihičko oštećenje, postati delikatnim i složenim problemom pa će njegovo rješavanje zahtijevati stručan specijalno-pedagoški, ponekad i psihoterapeutski tretman, a pomoći će biti mnogo složenije, napornije, dugotrajnije i manje uspješno.

Zato svako oklijevanje, pokušaj izbjegavanja odlaska u školu posebno javno odbijanje, roditelj mora najozbiljnije shvatiti, razgovarati s djetetom, utvrditi uzroke, u dogovoru s učiteljem ih ukloniti te preduzeti pedagoške, poticajne i motivacijske mjere da se dijete oslobodi straha, da stekne sigurnost u vlastite sposobnosti, mogućnosti i vjeru u postizanje zadovoljavajućih školskih rezultata, da se u školi i među vršnjacima osjeća sigurnim i ravnopravnim članom, da se izbori za svoj status i poziciju u razrednom odjelu, te da zavoli učitelja i školu.

Prilog na str. 65. Vježbe: „ Kako umanjiti strah od škole?“

3.11. Tehnike protiv tjeskobe

Gotovo sva djeca nadrastu strah od odvajanja, ali roditelji mogu učiniti mnogo da ubrzaju proces prilagodbe. Djetetovo odbijanje odlaska u školu može vam biti malo pretjerano, ali vaše izražavanje ogorčenja i ljutnje zbog njegovih emocija koje ne razumijete redovno je kontraproduktivno. Kažnjavanje ili prekoravanje nemaju smisla, već treba posegnuti za nježnim, blagim i ustrajnim pritiskom. Cilj vam uvijek mora biti pomoći djetetu da se oslobodi

strahova i briga. Budite otvoreni i spremni saslušati dijete ako vam se požali, ali nemojte vi nametati diskusije o toj temi, posebno ne duge i naporne. Nemojte mučiti dijete pitanjima zašto se i čega boji. Ono to najčešće ne zna izraziti (kao ni mnogi odrasli), a nije dužno obrazlagati svoje patnje. Strah nije nimalo manji i beznačajniji ako ga dijete ne zna objasniti. Ali, ako ga pritišćete u tom smjeru, pored straha i tjeskobe, osjećat će još i krivnju.

- Važno je djetetu reći šta ga tačno u školi očekuje, da ne bude varki i iznenađenja. Na primjer, ne valja najaviti da će u školi morati boraviti samo sat vremena, jer će ga nakon tog vremena opet trebati nagovarati da ostane. Tjeskoba uveliko potječe od neizvjesnosti i nedoumice zbog onoga što će se dogoditi.
- Umjesto da ga narušavaju, roditelji moraju raditi na podizanju djetetova morala. Ponekad roditeljev vlastiti strah potiče djetetov. Potrebno mu je reći da će sve biti u redu, da sva djeca na svijetu idu u školu i da ubrzo zavole novo društvo. Dobro mu je reći da znate da će se brinuti što vas neće vidjeti, ali i da nema razloga za brigu jer ćete biti blizu i ubrzo opet zajedno.
- Potrebno je pomoći djetetu da istraje u situaciji koje se boji, dokazujući da je dovoljno hrabro da je izdrži, a nikako riječima „Eto te kao mala beba“, „ Prestani cmizdriti“ ili „ Vidi nejga/nje kako je hrabar/ra“ koje mogu samo pogoršati situaciju.
- Boravak u školi ne treba biti nagao i neplaniran, potrebno je planirati postupno izlaganje, postupno boraviti u školi, pažljivo planirati ko dovodi dijete, ko ga dočekuje na izlasku, koji vršnjaci mogu pomoći (npr. u grupi), ko je osoba koja pruža sigurnost i planirati sistem nagrađivanja djeteta za uspješno suočavanje.
- Djetetu je potrebno omogućiti da upozna novog učitelja i vidi učionicu tako da se čim prije počne navikavati na nove okolnosti. Najbolje je da mališan vidi učitelja i roditelja zajedno, kao i da roditelj pred njim i sam kroči u učionicu jer dijete tada razvija pozitivnu vezu između nečeg dragog i dobro poznatog (roditelji) i okolnosti koje ga uznemiruju.
- Kako bi mu se olakšalo privikavanje i ublažilo strahovanje, djetetu treba dati da u razred ponese fotografiju, pisanu poruku mame i tate ili najdražu igračku prikladnih dimenzija. Budući da se strah javlja prije svega zbog odlaska od kuće, a ne zbog boravka u školi, obično se dijete smiruje kad se nađe u razredu.

- Važno je izgraditi ritual pozdravljanja koji će djetetu pomoći da lakše prihvati i podnese rastanak, razgovorom pripremati dijete, reći šta ga očekuje u vrijeme odvojenosti i da ćete biti u kontaktu. U trenutku kada morate ostaviti dijete obavezno se pozdravite sa njim, umjesto da jednostavno nestanete. Dugoročno, čin naglog nestajanja povećava osjećaj tjeskobe kod djeteta. U svakoj situaciji će ga brinuti mogućnost naglog nestajanja roditelja i njegova nedostupnost.

Na kraju je važno napomenuti da svako odvajanje mora biti postepeno. Prvo na kraće vrijeme, a da se pri tom dijete osjeća sigurno. Možete praviti probe, ostavljajući dijete kod nane/bake i dede na dan-dva. Odlazak kod nane/ bake i dede koje dijete poznaje i sa kojima ima izgrađen odnos, za dijete čak i u dobi prije polaska u vrtić, može biti izvor zadovoljstva. Ali, ako dijete pokazuje znakove neugode i nesigurnosti i da nema povjerenja u odvajanje, potrebno mu je pomoći da se adaptira.

3.12. PRILOZI: SOCIJALIZACIJA I SEPARACIJA

3.12.1. Vježba 1. “ Prijatelji mog djeteta”

Ima li moje dijete dovoljno prijatelja? Jesu li mu prijatelji oni koje bi ono željelo imati? Mijenja li ih često?

Ko su djetetovi prijatelji ?	Gdje se druže ?	Šta rade zajedno?
1. _____	_____	_____
2. _____	_____	_____
3. _____	_____	_____
4. _____	_____	_____
5. _____	_____	_____

Ko ga je posjetio u kući posljednjih dana?

_____ / _____ / _____ / _____ / _____

Kakav je njegov položaj u razredu? Među vršnjacima?

izvrstan

osrednji

slab

vrlo loš

Osim u razredu i u komšiluku, gdje još moje dijete ima prijatelje?

(Razmislite: na ova pitanja trebate sami odgovoriti, bez pomoći djeteta. Nakon što uradite vježbu, pitajte dijete ista pitanja. Da li se poklapaju vaši i djetetovi odgovori? Da li vam to nešto govori?)

3.12.2. Primjeri: „Kako pomoći djetetu kada se nečega plaši?“

- Potrebno je pokazati da uvažavate njegov strah.
- Nemojte se smijati kada vam dijete govori o svom strahu od povlačenja vode u kupatilu ili čudovištu ispod kreveta. Saslušajte i dozvolite djetetu da pokaže strah.
- Npr. ako se dijete plaši odlaska ljekaru odglumite sa njim tu situaciju. Petogodišnjem djetetu koje se plaši požara ponudite da nacрта kako to izgleda, jer kroz crtež i igru djeca lakše prevazilaze strah. Šestogodišnje i osmogodišnje dijete može riječima da izrazi svoj strah - a razgovor će pomoći.
- Ponudite jednostavna i realna objašnjenja koja mogu smanjiti strah. Ako vam dvogodišnjak kaže da se plaši da će ga usisati otvor zajedno sa vodom u kadi ili WC šolji – možete donijeti igračke i pokazati da ne prolaze kroz otvore, nego da tamo samo ide voda i mjehurići...
- Ako se plaši zvuka sirene na vozilu Hitne pomoći, možete reći da takva vozila prave da se ostala auta mogu skloniti s puta.
- Pokušajte zajedno riješiti problem. Ukoliko vaše dijete ima strah od mraka, razgovarajte kako bi se taj strah mogao smanjiti ili nestati. Možete zajedno staviti svjetiljku u sobu (koju možete kupiti zajedno sa djetetom) ili da pripremite „sprej za čudovište“ ako je dijete mlađe od 5 godina, kojim ćete udruženim snagama naprskati sobu prije spavanja.

- Naučite dijete kako da se samo smiri kada je uplašeno – to je puno efikasnije, nego da stalno trčite da ga umirite.
- Ako je dijete uznemireno ohrabrite ga da duboko udahne ili da otpjevate zajedno neku pjesmicu. Preusmjeravajte pažnju na nešto lijepo i ugodno.
- Ohrabrite starije dijete da traga za informacijama koje mogu pomoći (strah od psa – čitajte slikovnicu o psima ili pogledajte neki film o psu kućnom ljubimcu).
- Djeca koja imaju povjerenja u svoje sposobnosti da kontrolišu događaje u svom životu, lakše će savladati strahove ako se jave.
- Pomozite djetetu da se suoči sa onim čega se plaši. Zajedno idite u zoološki vrt.
- Ako se dijete plaši mraka, provedite sa njim neko vrijeme u mračnoj sobi držeći se za ruke i dodirom prepoznajte stvari u sobi. Ipak nemojte dijete nikada prisiljavati da bude u situaciji koja ga plaši. Radite postepeno na tome, korak po korak.
- Ne ispoljavajte pred djetetom neke svoje strahove jer ćete time svoje strahove prenijeti i na vašu djecu.
- Većina strahova se javlja normalno u toku razvoja, ali polako nestaju sazrijevanjem i sticanjem životnih iskustava koja ispravljaju pogrešna vjerovanja (ponekad odrasli, ne razmišljajući o posljedicama, plaše malu djecu raznim pričama o „čikama koji kupe neposlušnu djecu, djecu koja ne jedu, djecu koja neće da sama spavaju, itd.). Plaše ih nekim bubušvabama, kako će roditelji umrijeti ako djeca ne slušaju i mnogim drugim primjerima iz života što intenzivira njihove strahove.

3.12.3. Preporuke:

„ Kako se mogu ublažiti reakcije djeteta na odvajanje?“

Dijete će najčešće plakati i protestirati kad roditelj odlazi i treba znati da je to normalno jer na taj način dijete sebi olakšava patnju zbog odvajanja koje je neizbježno. Iako je to bolno za roditelja treba smireno prihvatiti djetetovo plakanje i protest jer je to djetetu olakšanje.

Šta još možete učiniti?

- Igrajte se skrivača u poznatom okruženju – potrudite se da vas je lako pronaći, dijete će tako lakše naučiti da ćete se uvijek vratiti.
- Neka dijete uvijek bude naspavano i sito kada ga ostavljate u nepoznatom okruženju.

- Razvijajte ritual pozdravljanja – rituali zbog svojih ponavljanja mogu olakšati djetetu razdvajanje jer baš kao što se rituali ponavljaju, tako se ponavlja i vaše vraćanje po njega.
- Imajte na umu da to bude kratak pozdrav otiđite bez mnogo priče oko toga – recite mu da će on ostati u vrtiću ili školi i da ćete se vratiti po njega nakon (posla, ručka i sl.) i onda otiđite bez zastajkivanja i okretanja.
- Izbjegavajte da dijete gleda televiziju sa sadržajima koji izazivaju strah – vaše dijete će vjerojatnije biti manje prestrašeno ako sadržaje koje gleda ne izazivaju strah.
- Razgovarajte s djetetom kod kuće šta će raditi dok vas nema; ukratko mu opišite dan, govorite mu o osobama koje će ga čuvati, da će mu dati piti kada je žedan i jesti kada bude za to vrijeme.
- Trudite se imati uvijek isti ritam tokom dana kako bi dijete moglo predvidjeti šta će se dogoditi.
- Ako se dogodi da jedan dan nećete doći u isto vrijeme kao i sve ostale dane, obavezno javite učiteljima da ćete zakasniti i zamolite ih da to prenesu vašem djetetu.
- Pokažite djetetu da razumijete kako se osjeća, na primjer, "Znam da želiš da ostanem. I ja bih voljela da mogu, ali moram ići na posao."
- Čitajte mu priče o razdvajanju; razgovarajte o liku iz priče koji proživljava sličnu situaciju.
- Ponekad dijete kada je tokom dana u vrtiću, želi duže ostati budno i odbija ići na spavanje, recite mu da ćete ako bude spavalo doći ranije.
- Provedite malo više vremena s djetetom kada se vratite kući, dajte mu vrlo jasno na znanje da ste sretni što ga ponovno vidite.
- Nemojte dijete nikada kritizirati ili opominjati kada dođete po njega, posebno ne pred ostalom djecom i pred učiteljima bez obzira na to šta vam je rečeno da je dijete uradilo tokom dana. O takvim stvarima razgovarajte kada dođete kući nasamo s djetetom. U suprotnom se može pojačati strah od odvajanja kod djeteta.

Važno je znati:

Dijete može plakati dok roditelj odlazi, a onda se, za samo 5 minuta, smiriti. Kada roditelj dođe po njega, dijete se može ponovno uzrujati i početi plakati jer se sjetilo da je bilo "ostavljeno". Takvim reakcijama, dijete ne manipulira s vama – već je to normalno dječije ponašanje. Na taj način, ono vam govori da mu se još uvijek ne sviđa kada niste prisutni, ali uči nositi se s tim.

3.12.4. Vježbe: „Kako umanjiti strah od škole?“

Vježba 1:

Dogovorite se jedan dan sa djetetom da ćete otići posjetiti buduću školu. Kada odete do škole, zamolite školsko osoblje da obiđete zgradu i prostorije koje vas zanimaju. Pokažite zainteresiranost i oduševljenje pri posjeti školi, jer ćete na taj način pokazati djetetu da je to jedna lijepa faza koja ga očekuje u životu. Nakon što dođete kući, zamolite dijete da nacрта školu izvana i iznutra.

Nakon toga, djetetove crteže možete staviti na vidno mjesto u dječijoj sobi ili kutku i tako omogućiti djetetu da željno iščekuje i raduje se polasku u školu.

Vježba 2:

Razmislite i sjetite se vaših iskustava kada ste polazili u školu.

- Kakva osjećanja budi sjećanje na polazak u školu?
- Na koji način ste podnijeli odvajanje od roditelja prilikom polaska u školu?
- Šta mislite da je doprinijelo vašoj uspješnoj ili možda otežanoj separaciji od roditelja?
- Kojih iskustava, osim onih unutar porodice, se sjećate tokom predškolskog perioda (do 6-7 god.) Npr. odlazak kod bake ili dede nedjeljom, ili odlazak poslije škole sa tetkom i rodicom u Pionirsku dolinu?
- Šta mislite da ste od socijalnih vještina usvojili unutar porodice, a šta van porodice?

Svoja iskustva i sjećanja na početke u školskim klupama podijelite sa djecom. (Npr. ko vas je odveo u školu prvi put, kojeg druga ili drugarice se sjećate kada ste prvi put sjeli u razred, kako je izgledala vaša učiteljica, šta ste voljeli kod svoje učiteljice...)

IV PRIPREMA DJETETA ZA ŠKOLU

4. Polazak u školu

Polazak u školu je veliki događaj za cijelu porodicu - kako za budućeg đaka tako i za njegove roditelje, te članove šire porodice. Na neki način to je prvi veliki korak na putu ka zrelosti, onaj u kojem se potvrđuje sav trud, pažnja i ljubav koji su do tog trenutka uloženi u odgoj djeteta. Dijete dolazi u novu sredinu i mora se prilagoditi novim pravilima ponašanja: sjediti na jednom mjestu duže vrijeme, pratiti aktivnost do kraja, doći na početak nastave, dok se njegove sposobnosti učenja i izvršavanja zadataka stalno procjenjuju. Također, to je prva provjera djetetovih socijalnih, emocionalnih, intelektualnih i drugih sposobnosti.

Od tih prvih dana školovanja u najvećoj mjeri zavisi uspješnost njegovog daljnjeg školovanja, pa ga možemo smatrati presudnim trenutkom za cijeli budući život djeteta. Zbog toga je važno posvetiti pažnju pripremi djeteta za školu (koja počinje mnogo ranije nego što mislimo), a naročito utjecati na socijalnu i emocionalnu pripremu djeteta, o čemu smo detaljno pisali u prethodnim poglavljima.

Prave su informacije od svega najvažnije. Roditelji moraju znati kakva je procedura upisa u školu, koji im sve dokumenti trebaju, gdje i kada dijete mora na pregled, što ga čeka na razgovoru kod pedagoga... Ako se roditelji dobro informiraju, znat će pripremiti i dijete, ali i sebi rasporediti sve poslove koje trebaju obaviti, i svakako podjednako važno isplanirati troškove, jer polazak djeteta u školu pritisak je i na kućni budžet.

Iako polazak u školu na neki način ograničava slobodu djeteta koju je imalo u predškolskom razdoblju, ono sa sobom nosi i nova iskustva. Djeca u krugu vršnjaka razvijaju nove i nadograđuju već postojeće sposobnosti, te formiraju svoju ličnost. Nikako ne smijemo zaboraviti da je svako dijete individua za sebe te da se svako nosi s promjenama na različit način (nekoj djeci je potrebno kraće, a nekoj duže vrijeme prilagodbe). S obzirom na navedeno, uz poželjna pozitivna početna očekivanja treba prihvatiti i mogućnost manjih, ali i većih poteškoća prilikom polaska u školu te se suočiti s istima i ako je potrebno potražiti pomoć stručnjaka. Zapamtite da od roditeljskog stava zavisi i stav djeteta prema školi zbog toga se potrudite održavati pozitivan stav, jer on olakšava učenje, prihvatanje obaveza kao i savladavanje poteškoća.

Na kraju, ne zaboravite da je ono što vaše dijete najviše štiti od školskog neuspjeha i briga: podrška koju mu pružate, iskazivanje jasnih i pozitivnih očekivanja u vezi učenja i ponašanja, te pružanje prilike da aktivno sudjeluje u životu svoje porodice i svog razreda. Slijedite djetetov ritam i oslušajte njegove potrebe kako bi dobili sretnog, zadovoljnog i dobro prilagođenog prvačića!

*Jedan od važnih preduvjeta za uspješan početak školovanja je **samostalnost**. Samostalno dijete ne predstavlja dijete koje je prepušteno samo sebi, već naprotiv, dijete koje preuzima obaveze i odgovornosti primjerene svojoj dobi. Posebno je važno da dijete razvije svoju samostalnost u korištenju toaleta, da se zna samostalno obući i presvući, brinuti se o svojim stvarima, da zna jesti bez pomoći, da se zna pravilno ponašati među vršnjacima i prema starijima.*

Ako dijete ima naviku da sve obavlja umjesto njega ne možete očekivati da će prvi dan kada stavi školsku torbu na ramena odjednom biti neko drugi!

4.1. Najčešće brige roditelja u vezi sa polaskom djeteta u školu

Polazak djeteta u školu, kao svaka promjena, iziskuje novu organizaciju i podjelu odgovornosti unutar obitelji. Životni krug oko djeteta se širi i u njegovoj aktivnosti igra više nije osnovna aktivnost nego učenje. Svaki roditelj želi da dijete dobro uči, da se uspješno uključi u društvo, da se maksimalno afirmira u životu. Dijete još nema jasnu sliku o tome što ga čeka, ne razmišlja toliko unaprijed, za razliku od roditelja, koji ponekad mogu biti opterećeni negativnim iskustvima ili pričama o školi.

U periodu pred polazak u školu javljaju se i brojni strahovi, ponajviše roditeljski, koji se lako prenose na dijete, s velikom mogućnošću da upravo to pokvari dane priprema i polaska u školu koji bi trebali biti veliko porodično veselje.

Roditelji koji nemaju dovoljno povjerenja u institucije ili u sposobnost prilagodbe svog djeteta često se zamaraju različitim pitanjima: Kako će se uklopiti među vršnjake? Koliko se razlikuje od druge djece? Da li je moje dijete dovoljno dobro? Da li će uspjeti savladati sve što se od njega očekuje? Da li će učiteljica imati dovoljno razumijevanja za dijete?

Svoje strahove i nesigurnosti roditelj neminovno prenosi na dijete, zato je važno pomoći mu, kako bi svom djetetu što više olakšao start u tu novu životnu situaciju.

Šta polazak djeteta u školu znači roditelju?

Polazak u prvi razred ozbiljna je provjera ne samo djeteta već i roditelja, provjera da li su roditelji pravilno odgojili svoje dijete, jesu li ga dobro pripremili za školu.

Također, dolazi do:

- 1. Nove procjene djeteta od strane stručnih ljudi;*
- 2. Procjene roditelja kroz procjenu djeteta;*
- 3. Osjećaja nemoći, jer roditelji nemaju potpunu kontrolu nad djetetovim aktivnostima, osobama s kojima se druži, djetetovim vremenom;*
- 4. Nepovjerenja u djetetovu samostalnost.*

Sve novine sa kojima se dijete susreće pri polasku u školu mogu biti teškoća za njega, pa nije rijedak slučaj da mnoga djeca ne uspijevaju lako da se adaptiraju. Teškoće u prilagođavanju se mogu ispoljiti u promjeni ponašanja djeteta, bilo da se pretjerano povlači ili postaje upadljivo nemirno, a moguće su i druge reakcije kao što su zaboravnost, plakanje, strahovi, izbjegavanje škole, «bjekstvo u bolest», poremećaji apetita, sna, funkcija probavnih organa. Najčešće su to prolazni simptomi ili reakcije na neuspjeh u prilagođavanju ili na strah od neuspjeha. Strah može biti izazvan teškoćama u prihvatanju školskih obaveza ili u nemogućnosti uspostavljanja kontakata sa drugom djecom ili učiteljem/učiteljicom.

Neki od problema koji se mogu javiti kod djece:

- Na početku školovanja, ili prije, može se pojaviti noćno mokrenje, jer djetetov emocionalni život postaje buran. Ako se to dogodi, ne raspravljajte o mokrenju pred djetetom, a na to upozorite ostale ukućane. Vodite računa da se dijete zbog toga ne osjeća nesigurno. Ne odvikavajte ga silom od noćnog mokrenja. Ne uskraćujte mu tečnost. Neka spava u čistom krevetu, a ne u krevetu obloženim najlonom – takav je krevet pripremljen za mokrenje! Imajte na umu da nesuglasice i prepirke u porodici mogu kod djece izazvati nervozne reakcije.
- Prvih dana polaska u školu događa se da se dijete počne uvlačiti noću roditeljima u krevet. Život mu je postao drugačiji, a ono to osjeća i u snu. Zato se kod vas osjeća sigurnim. Ne izbacujte ga iz topline vašeg kreveta usred noći!
- Flašica s cuclom je nešto što će neki roditelji zadržati i do polaska u školu, jer je to jedini način da im dijete popije mlijeko. Obavezno bi taj problem

trebalo riješiti prije polaska u školu, jer osim problema sa zubima, mogu se javiti i psihološke posljedice za dijete.

- Dijete ne mora da zna da čita i piše prije škole. To će naučiti u školi. Međutim, neka će djeca spontano započeti procese čitanja i pisanja prije škole, pa ukoliko ih to zanima, bilo bi pogrešno uskraćivati im to učenje.
- Neka djeca se boje polaska u školu i mogu osjećati nervozu. Mnogo je novih stvari odjednom. Saznajte čega se boji. Razgovarajte. I vi ste se nekad tako osjećali i prevladali taj strah.
- Ako dijete ima problema s govorom potrebno je posjetiti logopeda. Čak 20 – 40% poteškoća u učenju čitanja i pisanja vezano je uz probleme govora koji se mogu relativno lako otkloniti.

4.2. Kako pripremamo djecu za školu?

Da bi se dijete što bolje prilagodilo zahtjevima škole, potreban je skladan razvoj svih djetetovih sposobnosti: motoričkih, socio-emocionalnih i intelektualnih.



Mnogi roditelji griješe što forsiraju dijete da ranije nauči čitati i pisati kako bi mu olakšali rad u nastavi.

Naučiti čitati i pisati djeci je najmanji od svih problema, ona u pravilu vrlo brzo savladavaju te vještine.

Puno je važnije kod djeteta razvijati socio-emocionalnu inteligenciju. Sposobnost prilagodbe, samodisciplina, upornost, optimizam, poštivanje drugih, spremnost na saradnju, važniji su za uspjeh od mentalne inteligencije.

Neke djetetove osobine, sposobnosti i vještine su presudnije za uspješno školovanje od poznavanja slova:

- ima dobru sliku o sebi i zna se zauzeti za sebe,
- zna rješavati probleme i sukobe,
- ponosi se uspjehom i podnosi neuspjeh,
- pomaže i dijeli s prijateljima,
- zna se dogovarati i pridržavati pravila,

- s upornošću završava što je započelo,
- ima sposobnost izražavanja emocija na prikladan način.

Ako stvaramo motivirajuće okruženje u kojem se podržava dječija radoznalost, aktivnost, stjecanje novih iskustava, igra i stvaralaštvo, stvaramo dobre uvjete za budućeg uspješnog đaka – prvaka.

4.3. Najbolja priprema za školu je igra

U predškolskom razdoblju (4.-6. godine života) djeca tragaju, usmjeravaju i planiraju svoje aktivnosti prema određenim ciljevima. Temeljna aktivnost u ovom razdoblju je igra i igranje. U igri djeca preuzimaju određene uloge i odgovornosti. Igra doprinosi razvoju djetetovih mentalnih, emocionalnih, fizičkih i socijalnih vještina. Predškolska djeca grade svoj riječnik i jezičke vještine tokom igre, razvijaju fine motoričke sposobnosti igrajući se sa glinom ili plastelinom, nizanjem perli i drugim aktivnostima, poboljšavaju svoje grube motoričke vještine igrajući se sa loptom, preskačući užu i trčeci. Također, igra sa drugom djecom omogućava djeci da nauče kako funkcionirati u grupi, dijeliti, pregovarati, slušati i rješavati sukobe. Samostalna igra također omogućava djeci da nauče donositi odluke, istraživati svoju maštu i kreativnost, te otkrivati nove interese. Sljedeće igre mogu na zabavan način pripremiti dijete za učenje u školi:

- U svakodnevnim situacijama zamolite dijete da vam doda tri bombone, dva tanjira, četiri narandže ...;
- Dajte mu zadatak da odredi: veliko-malo, ispred – iza, gore – dole, šta ne pripada ovoj grupi;
- Neka vam dijete pomaže pri kuhanju i pečenju, a pritom imenujte mjere dužine i mase;
- Zajednički napravite kalendar godišnjih doba, neka ga dijete oslika, a vi ispričajte karakteristike tog godišnjeg doba;
- Napravite s djetetom lanac od različite tjestenine ili šupljih kuglica, bitno je da dijete glasno broji. Na ovaj način dijete uči brojanje i razvija motoriku;
- Korisne su i igre razvrstavanja, sabiranja i oduzimanja – sakupimo kamenčiće, stare karte, čepove, kocke ili sl.;
- Tokom šetnje neka vam čita brojeve na automobilskim tablicama;
- “Na slovo, na slovo” je igra sa što više riječi naizmjenično, koja počinju sa zadatim slovom. Dijete na taj način proširuje rečnik;

- Neka dijete nađe riječ koja se rimuje sa rječju koju ste zadali i obrnuto;
- Zanimljiva je i igra “Pogodi koga sam zamislio?” gdje dijete postavlja pitanja, a vi odgovarate sa da ili ne;
- Analizu i sintezu riječi vježbamo s djetetom tako da usmeno rastavljamo riječ na slova: k-u-ć-a, m-o-r-e...;
- Napravite s djetetom kućnu slovaricu, koju kasnije možete i uvezati poput slikovnice. Na svako slovo abecede dijete može nacrtati ili zalijepiti iz časopisa što više slika u vezi s tim slovom.

Prilog na str. 75. Vježbe: „Nekoliko konkretnih i zabavnih igrica za učenje“

Priprema djeteta pred sam polazak u školu:

- *Obavijestiti dijete na vrijeme o promjenama u njegovom životu koje će se dogoditi kada krene u školu (npr. dio dana će ostajati sam u kući, samo će kontrolirati izvršavanje nekih zadataka – zaključavanje stana pri odlasku u školu i sl.);*
- *Poticati pozitivne stavove djeteta prema školi i učenju. Ne plašiti ga školom! Radije se s njim veseliti školi, reći mu kako imate povjerenje u njega;*
- *Zajedno s djetetom obaviti kupovinu školske torbe i školskog pribora, napraviti mali ritual od kupovine prvih stvari za školu;*
- *Posjetite web stranicu škole sa djetetom i pogledajte galeriju slika;*
- *Pronađite neki film primjeren za dijete koji govori o polasku u školu i pogledajte ga skupa s djetetom;*
- *Potražite knjige koje govore o polasku u školu i čitajte je djetetu (npr. priče ili pjesmice);*
- *Razgovarajte sa djetetom o njenim/njegovim očekivanjima vezanim za školu;*
- *Posjetite školu sa djetetom;*

Šta još dijete treba znati prije polaska u školu?

- *Ime i prezime;*
- *Adresu stanovanja;*
- *Broj telefona članova porodice;*
- *Imenovanje boja;*
- *Brojanje do deset, time da zahvata odjednom, bez prebrojavanja 5 do 6 elemenata;*
- *Doba dana;*
- *Pozdravljanje njemu poznatih osoba.*
- *Privikavati dijete tokom ljeta na situacije u kojima će trebati pokazati oprez;*
- *Uputiti dijete na osobe koje mu mogu pomoći u slučaju potrebe dok je samo kod kuće.*

Prilog na str. 77. Primjeri: „Razvoj odgovornosti, poticanje samostalnosti i razvijanje radnih navika kod djece“

4.4. Kada dijete krene u školu...

Radne navike

Da bi se dijete naviklo na red i rad to treba činiti postepeno. Navike se ne stiču preko noći već dugotrajnim ponavljanjem određenih radnji. Dijete treba usmjeravati da svoje stvari svakodnevno ostavlja na svoje mesto, da obavlja neke poslove u kući koji ne zahtijevaju mnogo snage i vremena, ali koji će biti njegova redovna obaveza. Ono upravo obavljanjem ovih poslova stiče samostalnost i samopouzdanje koji su osnova zdrave i zrele ličnosti i odgovornog učenika. Kako bi se stvorile navike za školski rad, dijete treba da ima stalno mjesto za rad, pribor i knjige kao i određeno vrijeme za rad i odmor.

Mjesto za rad

Zajedno sa djetetom odredite (definirajte) radni prostor. Ukoliko postoji dječija soba, pretvorite jedan njen dio u mjesto za rad. Ako niste u mogućnosti da djetetu obezbjedite prostor za rad, igru, druženje i odmor u jednoj sobi kreirajte te prostore na više mjesta u kući, vodeći računa o tome da dijete, ukoliko ne može da ima lični i «fiksiran» prostor, mora da ima lično uređen prostor. Mjesto za intelektualni rad, za izradu domaćih zadataka i učenje mora biti mirno i zaštićeno od prolaza ukućana dok je rad u toku. Bilo bi dobro da dijete ima svoj radni sto i stolicu i da od početka insistirate da se učenje odvija baš tu i nigdje drugo. U toku rada neka dijete pravi kratke pauze za sok, poneku vježbicu istezanja ili toalet.

Pribor i knjige

Na radnom stolu potrebno je držati samo knjige i pribor, a nikako igračke ili slične stvari koje će skretati pažnju sa zadataka. Poslije završenog učenja kod prvaka stvarati naviku da korištene knjige i pribor skupi i odloži na svoje mjesto kao i da ih čuva i drži uredno.

Vrijeme za rad

Vrlo je važno zajedno sa djetetom napraviti plan rada ili plan aktivnosti u toku dana i toga se pridržavati. Neka djeca naprave simbole za određene tipove aktivnosti koje ćete prema dogovoru ili zadatom rasporedu postaviti na kalendar. U početku se dijete mora češće podsjećati i kontrolirati da bi se navike formirale, ali ćete i sami vremenom primjetiti da će vaše učesće

biti sve manje. Uz sve navedeno, neophodno je da hrabrite svoju djecu, budete strpljivi, da im pomažete, da se interesirate za sve ono što im se dešava u školi i da stalno razgovarate sa njima. Kad se svemu tome doda i vaša ljubav, koju nesumnjivo iskazujete svom djetetu, rezultat ne bi trebao da izostane.

Učenje i domaći zadaci

Najvažnija dužnost i najveći napor sa kojim se đak prvak sreće u školi, i to po prvi put, je izrada domaćih zadataka. Oni imaju višestruki značaj – obrazovni i odgojni. Zadaci su obaveza koja se mora izvršavati skoro svakodnevno. Upravo preko obaveza i dužnosti se najjače odgojno deluje. I djetetu, kao i odrasloj osobi, svaka obaveza pada teško, zato djetetu pomozite da ta obaveza pređe u naviku. Suprotan efekat postiže se ako se mnogo miješate u rad djeteta, aka ga prepustite samom sebi ili ga kažnjavate, a naročito ako umjesto njega radite zadatke. Dijete ne može naučiti gledajući nego radeći. Dakle, dijete treba samo da radi zadatke, a prava pomoć roditelja se ogleda u tome da se interesira za njegov rad, da ga upućuje, podstiče, hrabri. Naviknite dijete da radi u isto vrijeme i na jednom određenom mjestu. Dogovorite se sa djetetom da poslije kraćeg odmora pošto dođe iz škole prvo uradi zadatke i onda se igra. Tako se razvija osjećaj discipline i odgovornosti. Ne preporučuje se rad neposredno poslije ručka niti poslije igre. Prije nego što dijete, sada u ulozi učenika, počne da uči ili radi zadatke neka se prethodno pripremi za rad: opere ruke, provjeri da li je sto čist, da li je sav pribor tu i sl.

Učitelj/učiteljica

Kako će dijete prihvatiti školu dosta zavisi od odnosa koji na samom početku školovanja uspostavi sa svojim učiteljem/učiteljicom. Razvijajte povjerenje kod djeteta prema učitelju/učiteljici. Objasnite mu kakvu ulogu i koje sve zadatke učitelj ima – a oni su svakako mnogo veći nego da djetetu samo prenesu znanje. Govorite djetetu o učitelju/učiteljici lijepim riječima, sa poštovanjem i uvažavanjem njegovog rada. Ukažite djetetu na to da će se učiteljica radovati njegovim uspjesima, ali da je ona tu i zato da mu olakša kad je nešto teško, da ga nauči i pokaže mu kad nešto ne zna da uradi, da mu pomogne da stekne drugove. Takođe je važno da dijete bude svjesno toga da učiteljica ne može baš uvijek samo njemu da posveti vrijeme i pažnju – da je ona tu i zbog drugih đaka. Poznato je da je za đaka prvaka učitelj veliki autoritet. Za prvaka je on/ona najbolji, najpametniji,

najpravedniji čovjek. Učitelj upravo zahvaljujući svom autoritetu vrši veliki vaspitni utjecaj. To je razlog zbog koga svaki učitelj/učiteljica nastoje da što više podignu svoj autoritet u očima djece. Griješi svaki roditelj koji pokušava na bilo koji način da ospori autoritet učitelja. Ne bi valjalo pred djetetom reći nešto ružno za učitelja, čak i ako mislite da je zaslužio kritiku. Svaki nesporazum se može riješiti razgovorom sa učiteljem nasamo. Svaki roditelj koji se odgovorno ponaša može očekivati da će i njegovo dijete steći slične osobine.

Odgovornost i škola

Ako želimo dijete naučiti odgovornosti u školi, moramo mu omogućiti sljedeće lekcije:

1. *Neuspjeh je nužan prije nego se nešto novo nauči (djetetu moramo dozvoliti pravo na pogreške);*
2. *U školu se ne ulazi sa svim znanjima koja su potrebna – škola služi zato da se nešto nauči. Ako se nešto treba učiti, logično je da to ne znamo!*
3. *Škola je djetetova, roditelj je školu davno završio (umjesto “Mi imamo puno zadaće” govoriti „Ti imaš puno zadaće”);*
4. *(Samo) početak škole zahtijeva rad i angažman roditelja, nakon toga zahtijeva rad i angažman djeteta;*
5. *Škola je u djetetovim rukama i roditelj će mu biti „pri ruci” kad zatreba. Dijete to može – jedino u to ponekad sumnjaju roditelji (a dijete uvijek sluša roditelje...).*

Samo za roditelje.....

.....S obzirom da vaše dijete polazi u školu, to je za vas jedna nova uloga u životu, jer postajete roditelj školarca ili školarke. Zato je normalno da budete uzbuđeni i da taj process proživljavate emotivno. Dozvolite sebi pokoju suzu nakon što ste dijete prvi dan ostavili u školi, samo nemojte da je to u prisustvu djeteta, jer bi ono to moglo shvatiti kao signal da nešto nije u redu.

Na kraju, ispred svakog djeteta su brojne stepenice kojim se treba popeti do svoga konačnoga cilja. Prva stepenica je škola i zato je neophodno upravo tako djetetu i objasniti šta ga čeka. To nije nešto što će ga napokon primiriti niti mjesto na kojem će neko njegovim nestašlucima stati ukraj. Kao što majka i otac odlaze na posao, njegov obaveza je da ide u školu. Samo na taj način će moći ostvariti svoje snove. Škola je mjesto na kojem će puno naučiti,

steći brojne prijatelje i shvatiti šta želi biti kada odraste. Na tom putu će roditelji uvijek biti uz njega, pratiti ga u stopu, ali koračati mora sam. Da bi ti koraci bili sigurni, da ga ne bi vraćali unatrag, mora biti vrijedan, puno raditi, slušati učiteljicu, pratiti predavanja i truditi se da ispuni sve svoje obaveze.

I zapamtite:

Ne postoji savršen roditelj, pa samim tim ni savršeno dijete!

4.5. PRILOZI: PRIPREMA DJETETA ZA POLAZAK U ŠKOLU

4.5.1. Vježbe: Nekoliko konkretnih i zabavnih igrica za učenje

Igrice možete igrati bilo gdje i bilo kada i za njih ne trebate puno slobodnog vremena. Također mogu biti i grupne igre npr. više djece u porodici, oba roditelja i dijete/djeca...

Igra: Pogađanje životinja

Cilj: igra razvija maštu, strpljenje, bogati rječnik i pomaže u usvajanju apstraktnih pojmova što će djetetu dobro doći kad krene u školu.

Tok igre: Zamislite jednu životinju (važno je početi od lakših životinja koje je dijete imalo priliku negdje vidjeti i zna kako životinja izgleda). Dijete postavlja pitanja kako bi pogodilo o kojoj je životinji riječ, a vi na ta pitanja možete odgovarati samo sa „DA“ ili „NE“. Npr.: „Ima li četiri noge? Je li opasna? Ima li ta životinja duge uši? Ima li krzno ili perje? ...“. Nakon određenog broja pitanja dijete pogađa o kojoj se životinji radi. Ako nikako ne može pogoditi, malo mu se pomogne. Nakon što pogodi, dijete zamišlja životinju, a vi pogađate. Drugi oblik ove igre je da osoba opisuje životinju dok ostali pogađaju o kojoj životinji je riječ. Može se igrati na raznim mjestima i ne zahtijeva posebno slobodno vrijeme: na putu do škole, u šetnji, tokom vožnje u automobilu...

Igra: Šta bi bilo kada bi...?

Cilj: razvoj zapažanja, poticanje mašte i kreativnosti, spoznavanje vlastitih percepcija, zabava i opuštanje.

Tok igre: Učesnici u igri (dijete, roditelj) trebaju zamisliti što više posljedica neke neobične situacije i sami smisliti neku sličnu situaciju. Poželjno je odbacivanje logike, prirodnih zakonitosti, preoblikovanje nekih normalnih situacija u „nenormalne“ ili nemoguće. Npr. kada bi imao/la tri ruke tada bih...? Kada bi ljudi, umjesto da govore počeli pjevati ili štucati tada bi...? Kada bi svi kratkovidni ljudi izgubili naočale tada bi...? Kada bi se hodalo unazad ...? Nakon svake situacije diskutovati: Koja je situacija bila najsmješnija ili najneobičnija? Za koju je bilo najteže smisliti posljedice? Šta bi bilo loše, a šta dobro kada bi se zaista dogodile takve situacije? Teme trebaju biti prilagođene dobi djeteta i nije poželjno odbacivanje niti jedne predložene ideje.

Osim ovih ponuđenih igrica možete primijeniti aktivnosti koje razvijaju interes za čitanjem, stimuliraju razvoj govora, jezika, pomažu povećanju pažnje, koncentracije i znatizelje kod djece.

Igrajte se pričama: ispričajte bajku u današnjem vremenu, zamijenite imena ili osobine likova (Snjeguljica – zla, maćeha - dobra), izmislite drugačiji završetak priče...

Šta se miče, šta nam viče? Roditelj postavi pitanje: Šta se miče? Dijete u predviđenom roku (odbrojavanje vremena prstima npr. 1-2-3-4-5-gotovo!) izgovara jednu ili više riječi koje označavaju nešto što se miče. Sljedeća pitanja mogu da se odnose na nešto što se glasa, slaže, jede, nosi, vuče... Poželjno je da jedno pitanje postavi roditelj, a drugo dijete kako bi bili ravnopravni u igri.

Šta sve ima na(u)...? Roditelj predloži djetetu da zamisli npr. dječiji park i da se dobro koncentriše. Zatim ga zamoli da kaže imena nekih predmeta koje je tu uočilo, koliko ih je i za šta služe. Ne smije biti ponavljanja. Ova je igra korisna jer potiče djecu da paze na korištenje padeža i brojeva. Može se zamisliti npr. doktorska ordinacija, autobuska stanica, plaža i dr.

Riječi, riječi... Od djece se traži da kažu riječ u kojoj npr. nema slova A, E i sl., a ima slovo B, T i sl., ali ne na početku. Zatim djeca to isto traže od roditelja. U sljedećem krugu igrači treba da izgovore dvije riječi u kojima ima ili nema nekog slova i td.

4.5.2. Primjeri: Razvoj odgovornosti, poticanje samostalnosti i razvijanje radnih navika kod djece

1. Reći djetetu da će ostajati samo kod kuće.
2. Da će se samo kretati saobraćajnicama i objasniti mu kako.
3. Da će se samo oblačiti za školu.
4. Da mora samo kontrolisati izvršavanje nekih higijenskih navika.
5. Da će samo uzimati jednostavan obrok kod kuće.
6. Da će samo zaključavati i otključavati vrata.
7. Da treba znati kome smije otvoriti vrata kada je samo kod kuće.
8. Da nauči kada i kako može koristiti telefon (u slučaju nezgode nazvati roditelje, nekoga od rodbine iz komšiluka ili policiju).
9. Da zapamti osnovne podatke o sebi i svojoj porodici (adresu, broj telefona, ime roditelja i gdje rade).
10. Da zapamti ili prepozna je bar položaj kazaljki na satu u vrijeme kada treba poći u školu.
11. Da samo ode u trgovinu i kupi 2-3 sitnice kako bi sticalo samostalnost i sigurnost, te upoznao vrijednost novca.
12. Da vam kaže sve što ga brine ili plaši u situacijama kada je samo.
13. Da provjerite koliko vaše dijete zna o opasnim situacijama i kome može da se obrati za pomoć, kada je samo, uplašeno ili u opasnosti.
14. Važno je da ga ne zastrašujete, već da se jača i pomaže davanjem osnovnih informacija (kome se obraćati, šta uraditi, koga od komšija ili rodbine zvati...).
15. Potrebno je privikavanje djeteta pred školu na situacije u kojima će trebati pokazati oprez.
16. Poželjno je svakodnevno baviti se djetetom i to u ono doba kada će inače pisati zadaću kada pođe u školu – tako će dijete steći dobru naviku da u određeno vrijeme sjedi i radi uz roditelja (uvijek na istom mjestu).
17. Upoznati ga sa osobama koje će o njemu brinuti u vrijeme vaše odsutnosti.
18. Na vrijeme i u ugodnoj atmosferi nabavite pribor i odjeću za školu (neka dijete učestvuje u kupovinama).
19. Zajedno sa djetetom upisivati njegovo ime na knjige i sveske.
20. Uvježbavati zajedno sa djetetom put do škole.

21. Naučiti dijete da zna adresu i put do mjesta stanovanja.
22. Nabaviti mu mali adresar u kojem će stajati važne informacije.
23. Planirati godišnji odmor – ostaviti dane kako bi mogli otpratiti dijete u školu i dočekati ga po povratku iz škole.
24. Dobro je da prvih nekoliko dana neko prati dijete u školu radi osjećaja sigurnosti i dogovorite sa djetetom koliko dugo želi da ga neko prati.
25. Kod kuće svečano obilježiti prvi dan škole.
26. Po povratku iz škole sa zanimanjem razgovarati o svemu što je interesantno za dijete, a ne samo o tome šta je novo učilo u školi.
27. Važno je prepoznati da dijete treba da se odmori nakon povratka kući iz škole i to na način koji mu najviše odgovara da

SADRŽAJ

UVOD.....	7
-----------	---

I RODITELJSTVO

1. Odgonji stilovi	9
1.1. Ravnodušni i zahtjevni stil (kruti i strogi/autoritarni)	10
1.2. Ravnodušni i popustljivi stil (zanemarujući/indiferentni)	12
1.3. Brižni i popustljivi stil (prezaštićujući/permisivni).....	15
1.4. Brižni i zahtjevni stil (autoritativni/demokratski)	17
1.5. Kako biti blag ali odlučan roditelj ?	20
1.6. Kako djetetu postaviti granice-kako ga disciplinirati?	21
1.7. Kako biti dosljedan roditelj?	22
1.8. PRILOZI: RODITELJSTVO	23
1.8.1. Vježba 1. „Kako vi odgajate svoje dijete?“	23
1.8.2. Vježba 2. „Kako disciplinirati dijete?“	24
1.8.3. Vježba 3. „Kako nagrađivati i kažnjavati dijete?“	26

II DJEČIJE POTREBE I ZAJEDNIČKO VRIJEME

2.Dječije potrebe.....	28
2.1. Put zadovoljavanja dječijih potreba uvijek ide preko drugih	31
2.2. Kako razlikovati dječije želje i hirove od njihovih potreba?.....	33
2.3. Kako reći „ne“ svojoj djeci?	34
2.4. Zajedničko vrijeme i zadovoljenje dječijih potreba	35
2.5. PRILOZI: DJEČIJE POTREBE I ZAJEDNIČKO VRIJEME.....	37
2.5.1. Vježba 1. „Istražite dječije potrebe“	37
2.5.2. Vježba 2. Emocije	39
2.5.3. Primjer: „Kako uspostaviti pravila ponašanja?“	40
2.5.4. Primjeri: Dječiji hirovi i kako na njih reagirati.....	40
2.5.5. Vježba 3. Zajedničko vrijeme	44
2.5.6. Prilog uz Vježbu 3. Kvalitetno provođenje vremena sa djecom	46

III SOCIJALIZACIJA I ODVAJANJE DJETETA (SEPARACIJA)

3.Socijalizacija	48
3.1. Šta je socijalizacija?	48
3.2. Kada treba započeti sa procesom socijalizacije?	48
3.3. Kako dijete socijalizirati?	49

3.4. Utjecaj vršnjaka na socijalizaciju djeteta	50
3.5. Utjecaj medija na socijalizaciju djeteta	52
3.6. Separacija/Strah od odvajanja od roditelja	53
3.7. Zašto se javlja strah od odvajanja?	53
3.8. Kada se javlja strah od odvajanja?	55
3.9. I roditelje je strah!	55
3.10. Strah od škole-najčešći uzroci	57
3.11. Tehnike protiv tjeskobe	59
3.12. PRILOZI: SOCIJALIZACIJA I SEPARACIJA	61
3.12.1. Vježba 1. „Prijatelji mog djeteta“	61
3.12.2. Primjeri: „Kako pomoći djetetu kada se nečega plaši?“	62
3.12.3. Preporuke: „Kako se mogu ublažiti reakcije djeteta na odvajanje?“	63
3.12.4. Vježbe: „Kako umanjiti strah od škole?“	63
 IV PRIPREMA DJETETA ZA ŠKOLU	
4. Polazak u školu	66
4.1. Najčešće brige roditelja u vazi sa polaskom djeteta u školu	67
4.2. Kako pripremamo djecu za školu?	69
4.3. Najbolja priprema za školu je igra	70
4.4. „Kada dijete krene u školu ...“	72
4.5. PRILOZI: PRIPREMA DJETETA ZA POLAZAK U ŠKOL	75
4.5.1. Vježbe: Nekoliko konkretnih i zabavnih igrica za učenje	75
4.5.2. Primjeri: Razvoj odgovornosti, poticanje samostalnosti i razvijanje radnih navika kod djece	77
 SADRŽAJ	 79
 LITERATURA	 81

LITERATURA :

1. Čudina Obradović, M., Obradović, J., (2006), „Psihologija braka i obitelji“, Zagreb, Golden Marketing - Tehnička knjiga
2. Filipovic, (1994.), „Kako biti bolji roditelj“, Zagreb, Alinea
3. Gabelica Šupljika, M., (1997), „Stavovi roditelja koji obeshrabruju suradnju i potporu“ U: Milanović, M., (ur.) Pomožimo im rasti: Priručnik za partnerstvo odgojitelja i roditelja u Programu psihosocijalne potpore djeci predškolske dobi, str. 31 – 40. Zagreb: Ministarstvo prosvjete i športa Republike Hrvatske
4. Gjurković, T., Vrsaljko J. „Strah od odvajanja-separacijska anksioznost“, [www.ordinacija .hr](http://www.ordinacija.hr)
5. Gordon, T. (1996), „Škola roditeljske djelotvornosti“, Zagreb, Poduzetništvo Jakić
6. Grupa autora, (2013.), projekt „Unapređenje roditeljstva“, Priručnik za vođenje projekta s ciljem razvijanja i jačanja roditeljskih kompetencija u pripremi djece za polazak u školu, Sarajevo, Kantonalna javna ustanova „Porodično savjetovalište“
7. Hitrec, G., (1991.), "Kako pripremati dijete za školu", Zagreb, Školska knjiga
8. Juul, J., (1996.), "Vaše kompetentno dijete", Zagreb, Educa
9. Juul, J., (2006b), „Ovo sam ja! Tko si ti? O bliskosti, poštovanju i granicama između odraslih i djece“, Zagreb, Naklada Pelago
10. Juul, J., (2007), „Znati reći 'ne' mirne savjesti“ Zagreb, Naklada Pelago
11. Kapor-Stanulović, (1985.), „Psihologija roditeljstva“, Beograd, Beograf
12. Latta, N., (2011.), „Kako deci postaviti granice i pri tom sačuvati živce?“, Novi Sad, Psihopolis Institut
13. Longo, I., (2001.), „Roditeljstvo se može učiti“, Zagreb, Alinea
14. Milivojević, Bilban, Kokelj, Kramberger, Steiner, Kožuh, (2007.) „Mala knjiga za velike roditelje“, Novi sad, Psihopolis Institut
15. Pećnik, N., (2008 a). Prema viziji roditeljstva u najboljem interesu djeteta. U: Daly, M. (ur.) Roditeljstvo u suvremenoj Europi: pozitivan pristup, str. 15 – 38. Zagreb: Ministarstvo obitelji, branitelja i međugeneracijske solidarnosti.

16. Pećnik, N., (2008 b), „Suvremeni pogledi na dijete, roditeljstvo i socijalizaciju“ *Dijete i društvo*, 10(1/2), str. 99 – 115.
17. Pećnik, N., Starc, B., (2010), „Roditeljstvo u najboljem interesu djeteta i podrška roditeljima najmlađe djece“, Zagreb, Denona d.o.o.
18. Pribela-Hodap, S., (2008). Što roditelji trebaju od stručnjaka? <http://www.roda.hr/tekstovi.php?TekstID=7&Tekst2ID=&Show=2673>.
19. Sullo, R.A., (1995), "Učite ih da budu sretni" Alinea, Zagreb,
20. http://www.babycenter.com/0_countdown-to-preschool_64540.bc?page=4



