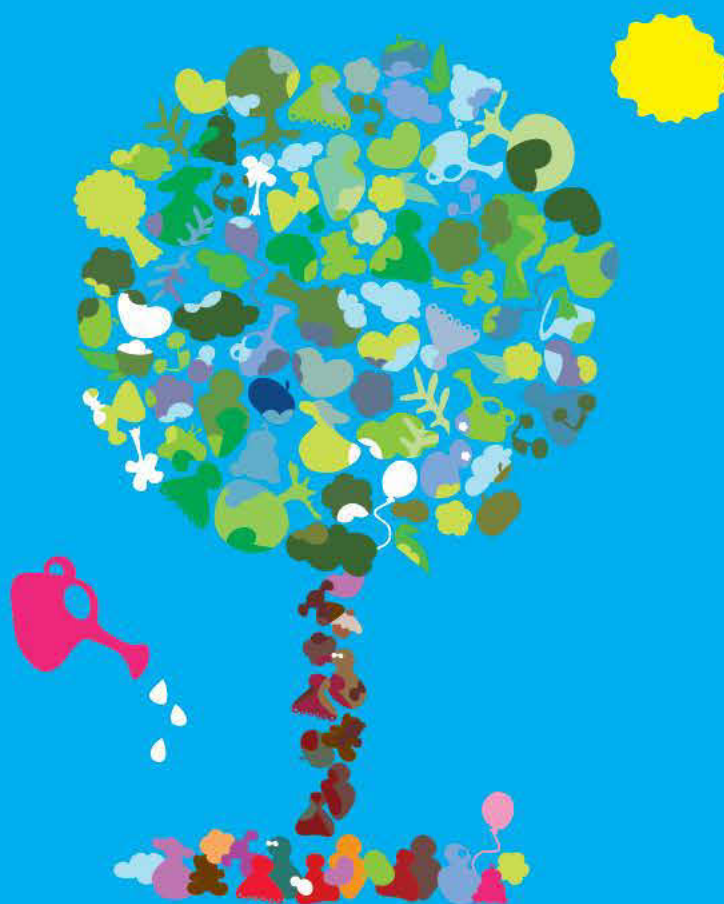


Roditeljstvo u najboljem interesu djeteta  
i podrška roditeljima najmlađe djece



*rastimo zajedno*

unicef 

Ninoslava Pećnik i Branka Starc

**Roditeljstvo u najboljem interesu djeteta  
i podrška roditeljima najmlađe djece**

Zagreb, 2010.



Prvi partner UNICEF-a u Hrvatskoj



Ured UNICEF-a za Hrvatsku zahvaljuje svim građanima i tvrtkama, među kojima se ističe velikodušni doprinos T- Hrvatskog Telekoma, koji su svojim donacijama podržali akciju **Prve 3 su najvažnije!**, unutar koje je nastala ova publikacija.

**Izdavač:** Ured UNICEF-a za Hrvatsku

**Autorice i urednice:** Ninoslava Pećnik  
Branka Starc

**Izvršna urednica:** Gordana Horvat

**Lektura:** Editor plus d.o.o.

**Grafičko oblikovanje:** Andrea Biškupić, Petrak – Žaja studio d.o.o.

**Tisak:** Denona d.o.o.

Ured UNICEF-a za Hrvatsku posebno zahvaljuje:

1. **International Child Development Programme (ICDP)** na dozvoli za korištenje dijelova brošure: *What is ICDP*, [www.icdp.info](http://www.icdp.info)
2. **Save the Children Sweden, Regional Office Southeast Asia and the Pacific**, za korištenje dijelova knjige *“Positive discipline: What it is and how to do it”* autorice Dr. Joan E. Durrant

Sva prava pridržava nakladnik.

Prilikom korištenja citata i materijala iz ove publikacije, molimo navedite izvor.

Za sve obavijesti možete se obratiti nakladniku.

Tiskano u Hrvatskoj.

**Naklada:** 10000 primjeraka

Ova publikacija ne izražava nužno službene stavove UNICEF-a.

CIP zapis dostupan u računalnom katalogu Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu pod brojem 748914.

**Roditeljstvo u najboljem interesu djeteta i podrška roditeljima najmlađe djece** / <autorice i urednice: Ninoslava Pećnik i Branka Starc>. – Zagreb: Ured UNICEF-a za Hrvatsku, prosinac, 2010.

ISBN 978-953-7702-10-06





## Predgovor

### I roditelji imaju pravo na pomoć u odgoju djece

Upravo je to bila jedna od poruka u sklopu UNICEF-ove akcije **Prve 3 su najvažnije!** koja je javnosti predstavljena krajem 2006. godine. Ta je akcija nastala nakon brojnih razgovora s roditeljima i stručnjacima, ali i istraživanja stavova šire javnosti o odgoju i potrebama obitelji u prvim godinama života djece. Nakon kampanje u masovnim medijima, u malim i velikim mjestima širom Hrvatske započele su aktivnosti koje su imale za cilj unaprijediti postojeća znanja stručnjaka o važnosti prvih godina, ali i ponuditi nove oblike podrške roditeljima u lokalnim zajednicama. Jedna od tih aktivnosti je i program radionica s roditeljima „Rastimo zajedno“. Iako ove aktivnosti nisu u velikoj mjeri pratila svjetla reflektora, one su donijele brojne promjene u životima svih obitelji koje su dotaknule. Taj veliki poduhvat za djecu prepoznali su i brojni donatori – građani i tvrtke Republike Hrvatske koji su svojim doprinosom omogućili i provođenje aktivnosti i nastanak ovoga Priručnika.

Danas, možda više nego ikad, suvremena je obitelj suočena s brojnim izazovima i nerijetko vrlo visokim očekivanjima. Stoga i ne čudi da su nam u istraživanjima i roditelji i šira javnost potvrdili potrebu za dodatnom, stručnom podrškom u odgoju djece. I Konvencija o pravima djeteta uz odgovornosti roditelja prema djeci, u 18. članku govori i o odgovornosti društva da pomogne roditeljima u odgoju djece.

Kao dio odgovora na potrebe roditelja i u skladu s obvezama koje proizlaze iz Konvencije, UNICEF je u suradnji s partnerima stavio naglasak na osnaživanje roditelja i jačanje njihovih roditeljskih kompetencija u prvim godinama života djeteta kroz postojeće servise u zajednici. To smo prepoznali kao najučinkovitije ulaganje u relativno širokom području ranoga razvoja djece.

Kroz cjelokupnu akciju **Prve 3 su najvažnije!** nastojali smo omogućiti roditeljima usvajanje znanja i vještina kojima će razvijati potencijal svojeg djeteta s ljubavlju, omogućiti djeci da budu uspješna i zadovoljna, a društvu da bude zdravo i napredno. Poticanje ranog razvoja djece je zasigurno najisplativija investicija u društveni razvoj, ono predstavlja ulaganje i u buduće potencijale zemlje i njezine sposobnosti napredovanja.

Zato, nadamo se i vjerujemo, kako će radionice „Rastimo zajedno“ biti dio i toga cilja te postati dostupne što većem broju roditelja najmlađe djece koji će nakon radionica i dalje, u svom svakodnevnom životu, nastaviti graditi svoje odnose s djecom, upravo u skladu s onim što su na radionicama naučili.

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

*Lora Vidović*  
predstojnica Ureda UNICEF-a za Hrvatsku



## Uvodne napomene

Ova knjiga opisuje znanstvene i stručne temelje vizije roditeljstva koje ostvaruje prava djeteta u obitelji. Radi se o pregledu suvremenih teorija i istraživanja posvećenih unapređenju djetetove dobrobiti i ostvarenju razvojnog potencijala djeteta, ali i roditelja. Uz novo razumijevanje roditeljstva u 21. stoljeću, knjiga opisuje i nove pristupe društvene podrške roditeljstvu koji njeguju vrijednosti istinskog partnerstva i ravnopravnog dostojanstva roditelja i stručnjaka.

Određenje roditeljstva i načela stručne podrške roditeljima opisana u ovoj knjizi ishodišta su Programa radionica s roditeljima pod nazivom „Rastimo zajedno“ koji je razvijen u okrilju UNICEF-ovih aktivnosti za podršku ranom razvoju i poticajnom roditeljstvu. Program „Rastimo zajedno“ plod je trogodišnje suradnje stručnjaka i roditelja djece najmlađe dobi. Njome se nastojalo oblikovati djelotvoran način kako poduprijeti postojeće i omogućiti razvoj novih roditeljskih snaga i sposobnosti za nošenje s izazovima suvremenog roditeljstva.

Knjiga je nastala na temelju Priručnika za provođenje Programa radionica s roditeljima „Rastimo zajedno“ koji je namijenjen licenciranim voditeljicama i voditeljima ovog Programa. Poticaj za objavljivanjem knjige namijenjene široj zajednici stručnjaka koji se bave obiteljima, roditeljima i djecom najmlađe dobi jest potreba za većom dostupnošću novih znanstvenih spoznaja i stručnih iskustava u području promicanja pozitivnog razvoja djeteta i razvojne podrške roditeljstvu.

Nadamo se da će ova knjiga osnažiti budući rast i razvoj društvene podrške roditeljima u zajednici, usmjerene tome da svako dijete ostvari svoja prava. U knjizi se kao organizatoru Programa radionica obraćamo dječjim vrtićima jer je upravo u njima Program razvijen. Međutim, svi prijedlozi i smjernice odnose se i na ostale organizacije koje će provoditi Program radionica s roditeljima „Rastimo zajedno“, kao što su obiteljski centri te druge ustanove ili udruge.

Ovaj Program, pa ni ova knjiga, ne bi mogli nastati bez svekolike podrške Ureda UNICEF-a za Hrvatsku kojemu najiskrenije zahvaljujemo na prilici da svoje vizije i iskustvo ugradimo u opću dobrobit te da rastemo radeći ono što volimo. Posebno hvala Gordani Horvat i Đurđici Ivković koje su zajedno s nama razvijale Program. Zahvaljujemo i Odjelu za predškolski odgoj Agencije za odgoj i obrazovanje i Tijani Vidović na preuzimanju odgovornosti za širenje dostupnosti Programa roditeljima širom Hrvatske. Program zasigurno ne bi bio ovako kvalitetan bez doprinosa voditeljica radionica. Mi smo izradile skice, ali stvaran život radionicama udahnule su voditeljice! Zahvaljujemo im na trudu i osjetljivosti uložnim u provođenje i kritičko promišljanje provedbe, naročito timovima prve generacije koji su se hrabro otisnuli u *terru incognitu* prve pilot primjene. Iskustvo zajedničkog stvaranja nečeg vrijednog sve nas je obogatilo osobno i profesionalno. Uz voditeljice, radionicama su sadašnji oblik dali svojim povratnim informacijama i roditelji, majke i očevi sudionici radionica, kojima također zahvaljujemo na suštinskom doprinosu Programu. Zahvaliti želimo i recenzenticama koje su nam pomogle domisliti i oblikovati konačni tekst knjige. Konačno, od srca zahvaljujemo i jedna drugoj – na povjerenju i entuzijazmu – od kojih se raste.

Autorice





*Recenzentica Jasenka Pregrad o sadržaju Priručnika za voditelje radionica s roditeljima „Rastimo zajedno“*

Uvodni dio Priručnika informativan je, sažet i dobar pregled suvremenih teorija i istraživanja u području roditeljstva čime ne samo da daje jasnu orijentaciju o temeljima na kojima je građen program radionica, nego je i vrijedna sažeta informacija svima koji se žele upoznati sa suvremenim teorijama i istraživanjima u osnovnim crtama prije nego li nastave sa sustavnijim proučavanjem literature. Posebna odlika ovog poglavlja je da se oslanja na recentnoj literaturi nastaloj u posljednjih desetak godina, čime istinski stvara temelje za roditeljstvo u 21. stoljeću (kako je i naslovljena prva od 11 radionica s roditeljima). Poglavlje također vrlo jasno i eksplicitno pokazuje kako su intencije Konvencije o pravima djece UN-a utemeljene na ovim teorijama i istraživanjima, te kako je za suštinsko ostvarivanje ljudskih prava djece nužno upirati se u njih.

Posljednjih dvadeset godina od prihvatanja Konvencije mnogo je aktivnosti bilo usmjereno na poučavanje djece i odraslih (koji se njihovim odrastanjem bave) o ljudskim pravima djece. Međutim, koji je način da se ostvare ta prava i pruži djetetu odgoj koji je u njegovom najboljem interesu ostalo je nedorečeno na razmeđu između tradicionalnih i suvremenih pogleda i saznanja o rastu i razvoju djeteta. Tako smo gotovo pali u odgojnu neravnotežu i dezorijentaciju, jer briga o pravima djece, bez promjene paradigme podrške njihovom razvoju završava u zbunjenom roditeljstvu, što sigurno nije u najboljem interesu djeteta.

Ovakav jasan teorijski i znanstveni okvir iz kojeg se grade radionice s roditeljima prelazi okvire još jednog programa „škola za roditelje“. On je novi odgovor na potrebu da djeca od samog početka života budu poštovana u svojim ljudskim pravima, a da ih roditelji i drugi odgovatelji sigurnom voditeljskom rukom podržavaju u njihovom rastu i razvoju. Ovaj program educira i ojačava roditelje kako podizati djecu u skladu sa suvremenim spoznajama o rastu i razvoju djece, u skladu s Konvencijom i u najboljem interesu djeteta. On je po tome izuzetan i svakako hvale vrijedan prilog ostvarenju prava roditelja na podršku u roditeljstvu, što je također odredba Konvencije i zadaća svih njenih potpisnika.

Središnji dio „Program radionica s roditeljima ‘Rastimo zajedno‘“ u svojim uvodnim pod-poglavljima opisuje nastanak programa, njegovu pilot primjenu, kao i sve potrebne informacije o tome kome je namijenjen, koje su predradnje nužne za njegovu realizaciju, što svakako uključuje i edukaciju i pripremu voditelja programa. Već i ovakvim uvodom (kao i provođenjem pilot primjene) autorice jasno naglašavaju ozbiljnost i zahtjevnost zadatka educiranja i podrške roditeljima, kao i potrebu da sam način, proces i dinamika izvođenja radionica budu sukladni osnovnoj paradigmi suvremenog načina podrške nečijem rastu i razvoju. Iskustva pokazuju kako je u posvemašnjoj i ponekad nekritičnoj popularizaciji radioničkog pristupa načinjeno i štete, a ne samo koristi, pa je tim vrijedniji ovakav pomni i odgovorni pristup pripremi za radionički rad.

Slijedi prikaz 11 radionica – susreta s roditeljima. Svaka obrađuje jedno od ključnih područja roditeljstva i to izmjenjujući aktivnosti koje omogućavaju roditeljima ključne uvide i osvještavanje bilo dječjeg kuta razumijevanja života, bilo odnosa s djetetom, kratka izlaganja s mnogo primjera iz svakodnevnog života s djetetom, rasprave i vježbanje i usvajanje novih pristupa i vještina. Ova kombinacija educiranja, raspravljanja o roditeljskim vrijednostima i stavovima te vježbanja pažljivo se gradi u slijedu radionica, dodajući svakom od njih novi aspekt i razinu važnu za roditeljstvo. Brinući o slijedu tema autorice sadržajno grade program promišljeno i kontinuirano, nadovezujući novo na staro i povezujući spoznaje. Redoslijedom tema i vrstama aktivnosti autorice vode računa o razvoju grupne kohezije i poštuju faze u razvoju grupe, brinući da se roditelji ne osjećaju izloženima i/ili procjenjivanima, što bitno doprinosi kvaliteti i prijemčivosti cijelog programa. Radionice su opremljene svim potrebnim materijalima, kratkim PPS prezentacijama, kao i izvadcima iz literature koji su svojevrsni podsjetnik za roditelje.

Završni dio Priručnika daje pregled evaluacije programa koja je provedena u sklopu pilot primjene i koja je bila usmjerena na kvalitativnu procjenu izvedbe i sadržaja radionica od strane roditelja i voditelja, te na kvantitativnu i kvalitativnu procjenu učinaka programa na samoprocjenu stavova i ponašanja roditelja uz usporedbu s kontrolnom skupinom roditelja koja je prigodna i ne baš reprezentativna. Poznavajući sve teškoće evaluacije učinaka ovakve vrste programa, treba naglasiti da je trud da se, u okvirima mogućeg, evaluiira program koristan i, sa stručne točke gledišta, etičan te predstavlja već uobičajenu dobru praksu UNICEF-ovih programa. Razmatranjima o „Razvoju i širenju programa“ autorice zaključuju Priručnik sugerirajući što bi sve bilo dobro, pa i nužno, kako bi se osigurala održivost ne samo programa nego i njegove kvalitete. I ova razmatranja upiru se u iskustva iz pilot primjene, čime dobivaju na vjerodostojnosti.

# rastimo zajedno

## SADRŽAJ

1

### TEORIJSKE OSNOVE I ISHODIŠTA PROGRAMA

- 1.1 Suvremeno roditeljstvo ..... 11
- 1.2 Dijete kao subjekt socijalizacije ..... 11
- 1.3 Roditeljstvo koje poštuje i promiče prava djeteta u obitelji ..... 16
- 1.4 Temeljne psihološke potrebe i optimalan roditeljski kontekst ..... 19
- 1.5 Uspostava odnosa ravnopravnoga dostojanstva i kvalitete roditeljskog vodstva ..... 24
- 1.6 Empatijska interakcija roditelja i djeteta: Tri dijaloga ..... 26
- 1.7 Prednosti i rizici znanstvenoga/stručnog definiranja "pozitivnog roditeljstva" ..... 30
- 1.8 Pravo roditelja na podršku ..... 32
  - 1.8.1 Ishodišta programa podrške roditeljstvu i ranom razvoju djeteta ..... 32
  - 1.8.2 Razvojna podrška roditeljstvu ..... 35
  - 1.8.3 Partnerstvo stručnjaka i roditelja ..... 36

2

### PROGRAM RADIONICA S RODITELJIMA "RASTIMO ZAJEDNO"

- 2.1 Razvoj, svrha i pristup Programa ..... 40
- 2.2 Kome je Program namijenjen? ..... 42
- 2.3 Pozivanje roditelja na uključivanje u Program ..... 43
- 2.4 Tko provodi Program? ..... 48
- 2.5 Neka obilježja grupnog rada s roditeljima ..... 50
- 2.6 Vještine vođenja radionica ..... 53
- 2.7 Što i kako se radi na radionicama? ..... 57
- 2.8 Pripreme za provođenje Programa ..... 59
- 2.9 Provođenje radionica ..... 61
- 2.10 Poslije održane radionice ..... 64



3

## EVALUACIJA PROGRAMA

- 3.1 Evaluacija ishoda i procesa radionica s roditeljima "Rastimo zajedno" ..... 66
- 3.2 Tko se odaziva pozivu na radionice s roditeljima "Rastimo zajedno", a tko ne? ..... 84

4

## RAZVOJ I ŠIRENJE PROGRAMA

- 4.1 Osiguravanje kvalitete Programa i kontinuiteta podrške voditeljima:  
*Mreža voditeljica "Rastimo zajedno" ..... 89*
- 4.2 Osiguravanje kontinuiteta podrške roditeljima:  
*Klub roditelja "Rastimo zajedno" ..... 92*
- 4.3 Širenje dostupnosti Programa roditeljima u zajednici ..... 93

5

## PRILOZI

- 5.1 Smjernice za stručnjake ..... 99
- 5.2 Stručni tekstovi koji prate provedbu programa ..... 107

6

## LITERATURA ..... 169

7

## POPIS VODITELJA ..... 176





## 1

## TEORIJSKE OSNOVE I ISHODIŠTA PROGRAMA

## 1.1

**Suvremeno roditeljstvo**

Brojne društvene promjene obilježavaju kontekst u kojem se odvija suvremeno roditeljstvo i pred roditelje postavljaju nove izazove u ispunjavanju roditeljskih odgovornosti. Tako roditeljsku ulogu zahtjevnijom nego prije čine pritisci s različitih strana – od poslodavaca, medija, javnih službi, drugih članova obitelji, do vlastitih očekivanja i uvjerenja.

U odnosu na svijet u kojem su njih odgajali njihovi roditelji, danas su prisutnije promjene u svijetu rada (npr. sve dulje radno vrijeme, veća nesigurnost posla), promjene u sastavu obitelji (npr. sve više jednoroditeljskih obitelji te obitelji s djecom iz različitih brakova i veza), promjene u odnosima žena i muškaraca u obitelji, promjene u shvaćanjima prirode djece, djetinjstva i roditeljskog autoriteta.

U novije vrijeme dijete stječe novi položaj u društvu. Prepoznato je kao nositelj ljudskih prava čije ostvarenje jamči država, čime roditeljstvo izlazi iz sfere privatnosti i ulazi u sferu javnosti, postaje predmetom javne politike – što također predstavlja novi izazov za roditelje.

Ovu situaciju najbolje sažima Juul (2005): *Današnji su roditelji suočeni s povijesno jedinstvenim zadatkom. Oni doslovce moraju iznova izumiti partnerstvo između muškarca i žene i također vodstvo u odnosu na djecu i mlade, a sve to u skladu s novim vrijednostima i ciljevima, kao što su ravnopravno dostojanstvo i autentičnost, kako bi izbjegli ugrožavanje integriteta djece i mladih.*

## 1. 2

**Dijete kao subjekt socijalizacije**

Suvremena shvaćanja prirode djeteta i roditeljske uloge te pristupi roditeljstvu razlikuju se od onih koja su obilježavala prethodna povijesna razdoblja. Schaffer (1996.) opisuje četiri glavna modela socijalizacije djeteta u obitelji (Tablica 1) koji su detaljnije opisani drugdje (Pećnik, 2008. b).

Tablica 1. Modeli socijalizacije (Schaffer, 1996.)

| Model             | Poimanje djeteta     | Roditeljsko ponašanje                                      | Žarište istraživanja                 |
|-------------------|----------------------|------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| laissez-faire     | prethodno oblikovano | puštanje da se sâmo razvija                                | razvojne norme                       |
| modeliranje gline | pasivno              | oblikovanje ponašanja i uvježbavanje                       | učinci nagrade i kazne               |
| konflikt          | antisocijalno        | diciplina                                                  | konflikti roditelja i djeteta        |
| uzajamnost        | sudionik             | osjetljivo prepoznavanje i odgovaranje na djetetove poruke | reciprocitet u uzajamnoj interakciji |

Dok se *laissez-faire*, model podizanja djece, zalaže za što manje ograničavanja od strane roditelja kako bi se djetetov potencijal mogao sâm slobodno ostvarivati, tzv. model modeliranja gline dijete vidi kao komad gline kojem odrasli mogu zadati oblik koji žele, koji je pasivno prepušten procesu oblikovanja, nagradama, kaznama, uvježbavanju navika.

Prema modelu konflikta djeca nisu pasivna, ali se smatraju podložnom nagonima sebičnosti, agresivnosti i destruktivnosti, a socijalizacija se uglavnom provodi roditeljskim zabranama, zapovjedima i prijetnjama. Sukob djeteta i roditelja izjednačava se s djetetovom neposlušnošću legitimnom autoritetu odraslologa i smatra se disfunkcionalnim. Traga se za disciplinskim strategijama koje osiguravaju djetetovo pokoravanje željama roditelja.

Istraživanja unatrag nekoliko desetljeća empirijski su opovrgla temeljne postavke opisanih modela pokazujući kako djeca nisu pasivna, već od najranije dobi aktivno sudjeluju u vlastitom razvoju i stoga ne predstavljaju objekt socijalizacije, već aktivnog sudionika tog procesa koji utječe na roditeljevo ponašanje (npr.: *Ako se smijem, i tata se smije; ako zaplačem, mama se pobrine za mene.*). Osim toga, pokazalo se da je uzajamno

prilagođavanje, a ne sukob, glavno obilježje interakcije djeteta i roditelja od trenutka rođenja nadalje. Na tim spoznajama razvijen je model uzajamnosti.

Shvaćanje djeteta kao aktivnog sudionika, subjekta vlastitog razvoja dovelo je u pitanje i samo tradicionalno određenje socijalizacije kao procesa prenošenja društvenih vrijednosti, uvjerenja i normi ponašanja *s jedne generacije na drugu*, što podrazumijeva da dijete *pasivno prima i preuzima utjecaje*.

Umjesto tradicionalnoga, pojavljuje se **relacijsko ili odnosno shvaćanje socijalizacije** (Sommer, 1998.; Kerr i sur., 2003.; Kuczynski i Parkin, 2006.), koje uzima u obzir ponašanja i shvaćanja obiju strana, i roditelja i djeteta, a socijalizaciju vidi kao proces uzajamne prilagodbe. I dijete i roditelj u stanju su inicirati svrhovito ponašanje i strateški odabrati način utjecaja na ponašanje druge strane. U stanju su razmišljati o vlastitom ponašanju i interpretirati poruke koje su bile odaslane tijekom interakcije. Također, u stanju su zauzeti se za sebe, oduprijeti se zahtjevima koji im narušavaju autonomiju, sprečavaju ostvarivanje ciljeva ili su u suprotnosti s njihovim razumijevanjem socijalne situacije (Kuczynski i Parkin, 2006.).

Uz priznavanje aktivnog doprinosa djeteta vlastitoj socijalizaciji, model uzajamnosti prepoznaje i kontinuiranu resocijalizaciju samog roditelja koji također razvija i prilagođava svoje vrijednosti i odgojne ciljeve temeljem interakcija s djetetom u svakodnevnome životu.

Teorija socijalnih odnosa (Kuczynski i Parkin, 2006.) pruža teorijski okvir za odnosno shvaćanje socijalizacije, koje uvažava kako roditeljevu, tako i djetetovu aktivnost i utjecaj. Ona se oslanja na postavku da je kvaliteta bliskog osobnog odnosa roditelj – dijete ono što djeluje na djetetovo prihvatanje roditeljevih zahtjeva i/ili roditeljevu otvorenost za djetetov utjecaj. Djetetova samoregulacija i suradnja nisu posljedica roditeljskih disciplinskih postupaka, već djeca *spremnost na suradnju prvenstveno razvijaju iz ranih iskustava recipročne suradnje s roditeljima*, a motivirana su surađivati s roditeljevim zahtjevima jer imaju “ulog” u svojem odnosu s roditeljem (Kuczynski i Hildebrandt, 1997.; prema Kuczynski i Parkin, 2006.). Pozornost se ne posvećuje samo djetetovoj poslušnosti, već i tome kako roditelj održava svoju stranu recipročnog odnosa i suradnje s djetetom te kojim se strategijama koristi za popravljivanje odnosa privremeno oštećenog pretjeranom roditeljskom prisilom i kontrolom (Harach i Kuczynski, 2005.; prema Kuczynski i Parkin, 2006.).

Nadalje, dok su raniji modeli socijalizacije objašnjavali sukob djeteta i roditelja u terminima discipline i kontrole, teorija socijalnih odnosa sukob prihvaća kao neizbježan

aspekt života u bliskim odnosima. Umjesto pojmova *poslušnosti* i *neposlušnosti*, predlažu se pojmovi *akomodacije* (prilagodbe, uzimanja u obzir suprotnoga gledišta) i *pregovaranja*.

Ovi pojmovi bolje odražavaju činjenicu da su brojne situacije sukoba i socijalizacije suregulirani od obiju strana – i djeteta i roditelja. Tijekom svojeg odnosa, roditelji i djeca razvili su zajedničko shvaćanje toga što će proći kao “poslušnost” u različitim situacijama. Često je ono što roditelji prihvaćaju kao poslušnost i što djeca razumiju kao poslušnost bliže ideji prilagođavanja (akomodacije) negoli točnomu, trenutačnom pokoravanju roditeljskom zahtjevu. Dijete koje je sklono surađivati s roditeljevim zahtjevom, ali pod drugačijim uvjetima negoli je roditelj imao na umu, može pokazati da je čulo roditelja, da će pokušati uskladiti vlastite planove s roditeljevim željama ili je pak spremno pregovarati o obostrano prihvatljivom razvoju događaja. Roditelji šalju različite poruke vezane uza svoje prihvaćanje različitih djetetovih ponašanja koje se kreću od onoga što je idealno, prihvatljivo, podnošljivo ili što “ne dolazi u obzir” (Goodnow, 1994.; prema Kuczynski i Parkin, 2006.).

Uspostavljanje ravnoteže između ciljeva roditelja i ciljeva dvogodišnjaka bolje je promatrati kao dvosmjernan proces rješavanja sukoba, nego kao jednosmjernan proces discipliniranja ili “socijaliziranja” djeteta od strane roditelja (Crockenberg, 1991.; prema Lyons-Ruth i Zaenah, 1998.). To je ujedno prilika za stjecanje socijalnih vještina.

Naime, utvrđeno je kako ponašanje majke u konstruktivnom sukobu s djetetom od 2,5 godine (njezini kompromisi, objašnjenja, obrazlaganja postupaka i pogađanja te rješavanja sukoba) predviđa više razine socioemocionalnog razvoja djeteta u dobi od 3 godine (Liable i Thompson, 2002.). Roditeljske *strategije kontrole* pružaju modele socijalnog ponašanja njihovoj djeci. Naučiti izraziti vlastite želje i pregovarati o njihovom uključivanju u zajedničke planove s dvije godine može poslužiti kao osnova djelotvornoga socijalnog ponašanja u kasnijoj dobi.

U skladu s time Crockenberg i Litman (1990.; prema Lyons-Ruth i Zaenah, 1998.) ističu da se dvogodišnjakovo “ne” konceptualno i iskustveno razlikuje od ljutitog prkosa te se treba smatrati iskazom pojavljivanja djetetovog autonomnoga pogleda na svijet. Istraživanja na roditeljima i djeci u dobi između 1,5 i 3 godine pokazuju da će odgojni postupci iskazivanja sile i nadmoći prije dovesti do djetetova prkošenja, dok će

objašnjavanje i pregovaranje, u kombinaciji s jasnom i direktnom izjavom roditelja o njegovim potrebama, vjerojatnije dovesti do djetetova prihvatanja roditeljevih zahtjeva i internalizacije roditeljevih standarda prihvatljivoga i neprihvatljivog ponašanja.

Poslušnost ispregovarana u atmosferi uzajamnog poštovanja tuđih potreba ima puno drugačiji psihološki smisao i razvojni učinak od poslušnosti postignute pod prisilom strogoga roditeljskog kažnjavanja. Osim toga, roditelji koji ne koriste prisilu, tjelesno i drugo ponižavajuće kažnjavanje, općenito se suosjećajnije i osjetljivije ponašaju prema djetetu. Tako je roditeljevo suosjećanje s dvogodišnjakom usklađeno s roditeljevim zahtjevom da dvogodišnjak bude suosjećajan prema drugima.

Ideja o djetetovu proaktivnom utjecaju na vlastiti razvoj može se ilustrirati crtežom desetogodišnje djevojčice inspiriranim porukom "Dijete putuje, roditelj usmjerava" iz UNICEF-ove kampanje "Prve tri su najvažnije!".

*Ovo je karta koju roditelj daje djetetu. Prvo si u trbuhu, onda se rodiš. Kad si beba nalaziš se u selu s mamom i tatom. Kao dijete putuješ na pašnjak i čuvaš krave, kao Heidi i Petar. Tinejdžeri su planine, jer je jednako teško popeti se na vrh planine kao biti tinejdžer. (Ja sam ti sad tu, na putu prema planinama. Baš mi je žao što sam već prošla krave!) Kad odrasteš, ova ti karta više ne treba. Onda si odrastao i sâm si određuješ prema kojem gradu putuješ. Treba ti za uspomenu...*





### 1.3

#### Roditeljstvo koje poštuje i promiče prava djeteta u obitelji

Jedinstvenu ulogu u promicanju shvaćanja djeteta kao subjekta socijalizacije ima Konvencija UN-a o pravima djeteta (1989.). Konvencija sadrži dvije glavne poruke o roditeljskim odgovornostima (Doeck, 2004.). Prva jest to da roditeljima dodjeljuje primarnu odgovornost za podizanje djeteta, pod uvjetom da se oni u tome rukovode najboljim interesom djeteta (čl. 18), odnosno da kao prioritet imaju djetetovu dobrobit i razvoj. Druga je pak to da roditeljima dodjeljuje pravo na podršku države u ispunjavanju roditeljskih odgovornosti (čl. 27).

U Konvenciji također stoji što roditelji trebaju činiti u najboljem interesu djeteta: osigurati životne uvjete koji omogućuju pun i harmoničan razvoj djeteta, uključujući mentalni i socijalni razvoj (Čl. 27) te pružiti primjereno usmjeravanje i vodstvo *pri djetetovom ostvarivanju njegovih prava* (Čl. 5). Primjereno roditeljsko vodstvo treba poštovati rastuće razvojne mogućnosti djeteta (čl. 5), mišljenje djeteta (čl. 12) te biti slobodno od nasilja i ponižavajućega kažnjavanja (čl. 19).

Ukratko, dijete ima pravo na brigu, sigurnost i odgoj koji poštuju njegovu individualnost. Roditelji imaju pravo na potporu države u ispunjavanju svoje roditeljske funkcije. Sveukupan smisao roditeljskog djelovanja treba biti ostvarivanje i promicanje prava djeteta (Doeck, 2004.).

Kad se ova prava djeteta "prevedu" u obiteljski kontekst, u roditeljska ponašanja i vrijednosti, proizlazi da roditelj djetetu treba osigurati brigu i njegu, strukturu i vodstvo, uvažavanje kao individue i omogućiti osnaživanje (Pećnik, 2007.). Ove kategorije roditeljskih ponašanja i vrijednosti predstavljaju temeljna načela roditeljstva koje poštuje i promiče prava djeteta u obitelji ili roditeljstva u najboljem interesu djeteta.

**Brižno ponašanje** odgovara na djetetovu potrebu za ljubavlju, emocionalnom toplinom, sigurnošću, pripadanjem, povezanošću i prihvaćanjem. 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 mu pružiti sigurnost. Dosljedno pružanje emocionalne topline i dosljedno odgovaranje na potrebe djeteta predstavljaju temelj za razvoj sigurne, stabilne i emocionalno tople veze s roditeljem. Takva veza osigurava da djetetove emocionalne potrebe budu zadovoljene te da se dijete osjeća vrijednim i prihvaćenim.

**Pružanje strukture i vođenja** djetetu daje osjećaj sigurnosti i predvidivosti te omogućuje razvoj kompetentnosti. Struktura se odnosi na prostor, vrijeme i usmjeravanje djetetova ponašanja. Strukturirani prostor jest siguran 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 redovitim vremenom i obrascima obiteljskih aktivnosti. Fleksibilnost u strukturiranju vremena također omogućuje sve više dogovaranja s djetetom što je ono starije i zrelije. Strukturu čine i granice prihvatljivoga i neprihvatljivog ponašanja te drugi načini vođenja i usmjeravanja djeteta – kao što su izražavanje očekivanja ili objašnjavanje zahtjeva. To djetetu omogućuje da nauči samo upravljati svojim ponašanjem.

Roditelj je djetetu uzor prikladnog ponašanja i izražavanja emocija te odnošenja prema drugim osobama. Od njega dijete uči i razvija vlastite moralne vrijednosti, rješavanje sukoba i prosocijalna ponašanja. Kako bi se to postiglo, roditelj pomaže djetetu razumjeti što jest, a što nije prihvatljivo te postavlja razumne i primjerene granice i očekivanja. Pritom je važno uzimati u obzir djetetovo mišljenje te ga usmjeravati na pozitivan način, uz postavljanje jasnih granica, pružanjem smislenih objašnjenja, bez tjelesnoga i psihičkog pritiska/kažnjavanja.

**Uvažavanje djeteta kao osobe ili priznavanje djetetove individualnosti** odgovara na potrebu i pravo djeteta da ga se vidi, čuje i poštuje kao osobu – s vlastitim shvaćanjima, idejama, planovima, preferencijama i ljudskim dostojanstvom. Za razvoj djetetove samosvijesti potrebno je da roditelj primijeti, prepozna i potvrdi djetetov osobni 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, da pokuša razumjeti njegovo gledište i pomogne mu izraziti svoje misli i osjećaje. Kada roditelj pokazuje da mu je važno čuti i razumjeti kako se dijete zaista osjeća i što misli, onda dijete doživljava da je vrijedno takvo kakvo jest. Uvažavanje djeteta kao osobe podrazumijeva i to da roditelj vodi računa o djetetovu mišljenju prilikom donošenja odluka koje se tiču djeteta i obitelji.

**Omogućivanje osnaživanja djeteta** odnosi se na stvaranje uvjeta za jačanje djetetovog osjećaja kompetentnosti, osobne kontrole i sposobnosti utjecaja na druge ljude i svijet oko sebe, u skladu s rastućom dobi i zrelosti. Drugim riječima, osnaživanje 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 uzajamnu suradnju. Roditelji podupiru djetetove jake strane, hrabre dijete i izražavaju povjerenje u djetetove sposobnosti, slijede i podržavaju djetetove inicijative. Roditelj osnažuje dijete kada slijedi s interesom djetetovu ideju, pridružuje se njegovoj aktivnosti ako mu dijete dopusti te se suzdrži od vođenja i pomaganja ako dijete može sâmno provesti svoj naum. Osim toga, roditelji mogu stvarati prilike u kojima dijete uči i stječe nova iskustva. To pak uključuje proširivanje djetetovog iskustva i upoznavanje djeteta sa svijetom, odgovaranje na djetetova pitanja, podržavanje igre i omogućivanje djetetu da doživi uspjeh. Pritom ne treba zaboraviti kako povećavanje samostalnosti djeteta koje raste nije pravocrtan proces, već dijete može ponekad pokazivati potrebu za autonomijom, a onda opet potrebu za većom zaštitom i blizinom roditelja.

Kada prepozna kako svojom aktivnošću može utjecati na okolinu, dijete stječe osjećaj djelotvornosti koji ga ohrabruje da bude aktivno i djeluje u skladu sa svojim potrebama i u novim situacijama. S druge pak strane, ako dijete nikad nije uspješno u pokušajima da utječe na svoju okolinu, može postati pasivno i povući se.

Kako bi se empirijski potkrijepile postavke da se djetetova dobrobit i razvoj emocionalne, socijalne i kognitivne kompetencije promiču uz brižno roditeljsko ponašanje, pružanje strukture, uvažavanje i osnaživanje djeteta, prethodno opisana načela roditeljstva proizišla iz Konvencije UN-a o pravima djeteta, dovedena su u odnos s određenjima roditeljstva u psihologijskoj literaturi.

Kao najčešća konceptualizacija optimalnoga roditeljskog ponašanja u psihologiji dominira pojam autoritativnog roditeljstva (Čudina-Obradović i Obradović, 2006.). Autoritativno roditeljstvo definira visoka zastupljenost roditeljske topline/responzivnosti i zahtjevnosti/kontrole, a proizlazi iz teorijskog modela roditeljskih stilova (Baumrind, 1968.; Maccoby i Martin, 1983.).

Kad se autoritativno roditeljstvo usporedi s načelima roditeljstva u najboljem interesu djeteta, može se uočiti podudarnost u roditeljskomu brižnom ponašanju te pružanju

strukture i vođenja. Međutim, roditeljstvo koje poštuje i promiče prava djeteta u obitelji uključuje još dvije kategorije roditeljskih ponašanja i vrijednosti: uvažavanje djeteta kao osobe te omogućivanje njegova osnaživanja i utjecaja.

Iako novija literatura na području roditeljskih stilova uvodi i treću dimenziju roditeljskog ponašanja – potporu autonomiji (Gray i Steinberg, 1999.); postavke modela roditeljskih stilova ostaju podložne kritici (Kerr i sur., 2003.). Glavne kritike upućene su zbog jednosmjernog viđenja socijalizacije koje se nalazi u podlozi ovoga modela, usmjerenog na utjecaj roditelja na dijete. Kerr i suradnici (2003.) podsjećaju na empirijsku neodrživost postavke da određeni roditeljski stil “proizvodi” dijete određenih karakteristika, koja je postavljena temeljem korelacijskih istraživanja. Također, dovodi se u pitanje statičnost pretpostavke da roditelja obilježava određeni roditeljski stil, podrazumijevajući da se roditelj ne mijenja i ne razvija u odnosu s djetetom, kao i to da se roditelj jednako odnosi prema svakom djetetu.

Po našem mišljenju, određenju roditeljstva koje poštuje i promiče prava djeteta u obitelji te relacijskom shvaćanju socijalizacije, bliske su postavke o optimalnome roditeljskom kontekstu koje nudi teorija samoodređenja (Grolnick, Deci i Ryan, 1997; Grolnick, Beiswenger i Price, 2008.) te postavke o poželjnim obilježjima odnosa roditelja prema djetetu J. Juula (2002., 2005. i 2008.) i K. Hundeidea (1996. i 2006.).

#### 1.4

#### Temeljne psihološke potrebe i optimalan roditeljski kontekst

Teorija samoodređenja (Ryan i Deci, 2000.) gleda na ljude, od rođenja pa nadalje, kao na proaktivna bića koja djeluju u svojoj okolini nastojeći ovladati izazovima na koje nailaze, tražiti ono što vole, ustrajati u nekom cilju usmjerenom ponašanju.

Prema teoriji samoodređenja, svi ljudi – odrasli i djeca – imaju potrebu biti slobodni i sami donositi odluke važne za njihov život, biti bliski i povezani s važnim ljudima u svojem životu te se osjećati sposobnima i djelotvornima u onome što rade. Riječ je o tri temeljne psihološke potrebe: za *autonomijom*, *povezanošću* i *kompetentnošću*.





**Potreba za povezanošću** označava potrebu za bliskim i sigurnim odnosima s drugim ljudima. To je potreba za ljubavi, emocionalnom toplinom, prihvaćanjem, pripadanjem, za “sigurnom bazom”. Sigurnost proizlazi iz predvidivosti i stalnosti te povezanosti i prihvaćanja.

**Potreba za kompetentnošću** odnosi se na sposobnost utjecaja na okolinu i ovladavanje znanjima i vještinama. Ova potreba odražava potrebu osobe da se osjeća sposobnom, učinkovitom, djelotvornom i uspješnom u svojim interakcijama s ljudima i stvarima koje je okružuju. To ne podrazumijeva samo intelektualnu, već i emocionalnu i socijalnu kompetentnost.

**Potreba za autonomijom** označava potrebu osobe da svojevoljno i samostalno bira aktivnosti i donosi odluke važne za svoj život, da osjeća kako je ona ta koja upravlja svojim ponašanjem, ima inicijativu i slobodu izbora, a ne da se ponaša pod prisilom i (vanjskim ili unutarnjim) pritiskom. Autonomija ne podrazumijeva nezavisnost, samodostatnost ni egocentričnost, već se odnosi na doživljaj samoinicijativnosti ili mogućnosti izbora svojeg ponašanja.

Zadovoljenost temeljnih psiholoških potreba uvjet je za povećanu samomotivaciju/ inicijativu i mentalno zdravlje, dok onemogućivanje zadovoljenja tih potreba dovodi do smanjene motivacije i dobrobiti pojedinca (Ryan i Deci, 2000.).

Roditelji svojim stavovima i ponašanjima mogu u većoj ili manjoj mjeri podržavati zadovoljavanje djetetovih psiholoških potreba. **Središnje dimenzije roditeljskoga konteksta koji podržava djetetovo zadovoljenje temeljnih psiholoških potreba jesu:** roditeljska osobna uključenost, pružanje strukture i podržavanje djetetove autonomije (Grolnick, Deci i Ryan, 1997.; Grolnick, Beiswenger i Price, 2008.).

Roditeljeva **osobna uključenost** omogućuje djetetovo zadovoljavanje potrebe za povezanošću. Uključenost se odnosi na roditeljsku zainteresiranost za dijete i znanje o njemu te na to koliko roditelj sudjeluje u životu djeteta. Pokazivanje osobne uključenosti podrazumijeva davanje sebe djetetu, u emocionalnome i materijalnom smislu (npr. provođenje vremena u zajedničkim aktivnostima, pružanje pažnje, topline, prisutnost u djetetovoj svakodnevici).

Roditeljevo **pružanje strukture i usmjeravanje** odnosi se na osiguravanje stabilnosti i predvidivosti u djetetovu životu i okruženju (npr. svakodnevna rutina, rituali, siguran prostor) te na izricanje djetetu jasnih očekivanja, pravila i povratnih informacija. Ova



dimenzija roditeljstva osnova je za djetetovo stjecanje iskustva kompetencije.

Strukturu predstavljaju informacije koje dijete treba za samoodređenje, tj. da može samo odabrati i odlučiti o svojem ponašanju. To su smjernice i ograničenja ponašanja koje djetetu daju okvir za orijentaciju, poput mape/karte za snalaženje ili pak svjetionika.

Pružanje strukture uključuje jasno izražavanje očekivanja i granica, objašnjavanje zašto su ona važna, uključujući i to koje su prirodne posljedice njihovog uvažavanja i neuvažavanja. Pritom se podrazumijeva da su očekivanja i granice u skladu s djetetovim misaonim, emocionalnim i motoričkim sposobnostima. Pružanje strukture također pretpostavlja roditeljsko pružanje vodstva i neprepuštanje djetetu odluka koje su odgovornost roditelja.

Roditeljevo **podržavanje djetetove autonomije** olakšava djetetu zadovoljenje njegove potrebe za autonomijom. Odnosi se na aktivno podržavanje i ohrabrivanje djetetove inicijative i samostalnog započinjanja aktivnosti, pružanje razvojno prikladnih mogućnosti izbora, korištenje vanjske kontrole ponašanja samo onoliko koliko je nužno te pružanje potpore djetetu da sâm riješi svoje probleme.

Roditelj podržava autonomiju djeteta koje istražuje, slijedi i testira svoje ideje, prateći ga, hrabreći i pomažući mu koliko je potrebno da svlada prepreku i bude spremno nastaviti sâm. Roditelj je prisutan i na raspolaganju je djetetu ako ga ono treba, ali ne izdaje naredbe, ne radi umjesto njega niti preuzima inicijativu. Slikovito rečeno, kad se ide igrati s djetetom, roditelj svoju kapu s natpisom “Ja znam (naj)bolje” ostavi u predsoblju (Grolnick, 2003.).

Već u dobi od 12 mjeseci jasno se pokazuje da podržavajući djetetovu autonomiju roditelji snaže djetetovu motivaciju da svlada izazove. To povećava djetetov osjećaj kompetentnosti i kontrole, kao i sposobnost upravljanja vlastitim ponašanjem. S druge pak strane, kada roditelji upravljaju ponašanjem djeteta, ono počinje osjećati da su njegovi uspjesi i neuspjesi u tuđim rukama, a ne njegovim, što mu ruši motivaciju i osjećaj kompetentnosti (Grolnick, 2003.).

Podrška autonomiji ključna je dimenzija roditeljskoga konteksta. Dijete roditeljska ponašanja uključenosti i pružanja strukture doživljava pozitivno ili negativno, ovisno o tome u kojoj mjeri roditelj podupire njegovu autonomiju. Velika roditeljska uključenost može biti doživljena kao nametanje, uplitanje i preplavlivanje djeteta ako roditelj ne uvažava dijete kao zasebnu osobu. Ako pak roditelj podupire djetetovu autonomiju,



uključenost jača osjećaje povezanosti i bliskosti s roditeljem, koji su u podlozi djetetove spremnosti da slijedi roditeljeve upute i zahtjeve. Također, strukturiranje i usmjeravanje svojeg ponašanja od strane roditelja, dijete će doživljavati negativno ako roditelj pritom ne poštuje njegovu autonomiju i sudjelovanje u odlučivanju.

Naravno, ovdje ne govorimo o apsolutnoj, već o relativnoj djetetovoj autonomiji – dakle, u situacijama u kojima to dopuštaju djetetova dob i zrelost. U djece najmlađe dobi roditelji su ti koji imaju odgovornost za dobrobit djeteta i donose odluke na području zdravlja i sigurnosti. Drugim riječima, roditeljska podrška djetetovoj autonomiji potrebna je gotovo uvijek, ali ne uvijek.

Upravo ove postavke o središnjoj važnosti roditeljeve podrške djetetovoj autonomiji vrlo su bliske odnosnom shvaćanju socijalizacije te poimanju uvažavanja djeteta kao osobe i njegovog osnaživanja kao temeljnih načela roditeljstva koje poštuje i promiče prava djeteta u obitelji.

Teorija samoodređenja nudi i druge korisne spoznaje, posebice za razumijevanje roditeljske “regulacije” djetetova ponašanja. One se prvenstveno odnose na razlikovanje dviju vrsta motivacije: *unutarnje (intrinzične)* i *vanjske (ekstrinzične)* (Ryan i Deci, 2000.; Grolnick, Deci i Ryan, 1997.).

**Intrinzična motivacija** naziv je za urođenu ljudsku sklonost aktivnosti, traženju i ovladavanju prikladnih izazova te za znatiželju. Ona je izvor energije u podlozi spontanih aktivnosti kao što su istraživanje i ustrajnost u ovladavanju izazovima. Intrinzično motivirana ponašanja osoba radi spontano, sama od sebe, a jedina svrha joj je unutarnje zadovoljstvo koje prati ta ponašanja. Brojni su primjeri intrinzično motiviranih ponašanja u djece u prvim godinama života (npr. istražuju predmete, rade nešto kako bi izazvala reakciju drugih, izmišljaju igre), a to su sve važni elementi njihova razvoja.

Ova spremnost za osobni rast izraženija je kad okruženje podupire zadovoljenje potreba za autonomijom, kompetencijom i povezanošću, tj. u kontekstu odnosa koji podupiru dobrobit i rast osobe. Međutim, kada se sprečava zadovoljenje ovih potreba, kad okruženje pruža pretjeranu kontrolu, preniska očekivanja (npr. kad se dijete previše zaštićuje i spašava od frustracija) ili pak previsoka očekivanja bez bliske povezanosti, gubi se intrinzična motivacija te izostaje inicijativa. Prema Grolnick (2003.), za održanje prirodne intrinzične motivacije “na životu” važno je da okruženje pruži odgovarajuću “hranu”.

Međutim, mnoge aktivnosti nisu motivirane intrinzično, već se rade iz nekoga drugog

razloga. **Ekstrinzična motivacija** obuhvaća situacije kad se dijete ponaša na poželjan način zbog pravila, zahtjeva, prijetnji, obećanih nagrada, ali i situacije kada se dijete ponaša na poželjan način kako bi održalo svoj osjećaj samopoštovanja ili dobrobit. U životu malog djeteta mnogo je primjera za ekstrinzično motivirana ponašanja (npr. spremanje igračaka kako bi dobilo roditeljevo odobravanje, pranje zubi radi priče prije spavanja).

Prema teoriji samoodređenja, za to da se osoba osjeća autonomno, samoodređeno, a izvodi ekstrinzično motivirane aktivnosti ključan je proces internalizacije kojim se početno vanjski zahtjevi dovode u veći sklad s vlastitim težnjama. Internalizacija je proces kojim osoba usvaja uvjerenja, stavove ili pravila ponašanja iz vanjskih izvora i sve više preoblikuje te vanjske regulatore u osobne vrijednosti ili regulatore koji imaju osobno značenje i svojevolumno se primjenjuju.

Budući da ekstrinzično motivirana ponašanja obično nisu zanimljiva, zabavna ni ugodna, razlog zbog kojeg se dijete počinje tako ponašati najčešće je to što ih traži, pokazuje ili cijeni netko s kim se osjeća (ili se želi osjećati) povezano. Iz toga slijedi da je potreba za povezanošću izuzetno važna za internalizaciju. Dijete će prije internalizirati roditeljev zahtjev za nekim ponašanjem kad osjeća sigurnu povezanost i brižno ponašanje roditelja.

Također, da bi integriralo određeno pravilo ili zahtjev, dijete mora shvatiti njegov smisao i spojiti ga nekako sa svojim drugim ciljevima i vrijednostima. Taj proces ide lakše uz osjećaj mogućnosti izbora i slobode, nego kad je dijete pod snažnim pritiskom da se mora ponašati upravo na određeni način. Uz osiguranje izbora, važno je uključivati dijete u stvaranje pravila i struktura. Tako podrška autonomiji dopušta djetetu da aktivno preoblikuje zahtijevane vrijednosti u svoje vlastite.

Podrška autonomiji također podrazumijeva uzimanje u obzir djetetove točke gledišta, uvažavanje toga što dijete osjeća u vezi s određenim zahtjevom, iako se od zahtjeva ne odustaje. Kad su osjećaji djeteta *viđeni i priznati*, intrinzična motivacija raste (npr.: *Sad moraš pospremiti igračke*, naspram: *Došlo je vrijeme spremanja igračaka*. *Znam da bi ti radije sad išla van, ali molim te najprije pospremi igračke* ili: *Vidim da ti je naporno sakupljati ove kockice*. *Tako će ti biti na sigurnome do sljedećeg puta kad ćeš se htjeti s njima igrati*).



## 1.5

### Uspostava odnosa ravnopravnog dostojanstva i kvalitete roditeljskog vodstva

Poimanja djeteta i roditeljstva koja proizlaze iz Konvencije UN-a o pravima djeteta, odnosno/relacijsko shvaćanje socijalizacije te postavke teorije samoodređenja mogu se prepoznati i u iskustvima stručnjaka koji rade s obiteljima. Ovdje su osobito vrijedna i poticajna iskustva i ideje obiteljskog terapeuta Jespera Juula (2005., 2006. a, 2006. b, 2008.). Prije svega, i ona svjedoče o tome da se djeca najzdravije razvijaju kad su dio odnosa u kojem su obje strane prepoznate kao osobe, subjekti. Iako su potrebe roditelja (kao osobe, koja uz roditeljski ima i druge identitete) također značajan aspekt Programa radionica s roditeljima “Rastimo zajedno”, ovdje se nećemo posebno osvrnuti na njih, već ćemo se nastaviti baviti pitanjem djeteta kao subjekta socijalizacije, koje se provlači izloženim teorijskim osnovama programa.

Odnos *subjekt – subjekt* uključuje, prepoznaje i potvrđuje djetetov doživljaj svijeta i sebe. Takav odnos pretpostavlja određena umijeća i etičan stav roditelja ili roditeljevu *odnosnu kompetentnost*, koju Juul (2002.) definira kao (1) sposobnost da se dijete vidi i prizna kao osobu te da se vlastito ponašanje tome prilagodi, bez odricanja od vodstva, te (2) sposobnost i spremnost za prihvaćanje pune odgovornosti za kvalitetu odnosa s djetetom, umjesto okrivljavanja djeteta što se *tako* ponaša.

Uz odnosnu kompetentnost, ključan pojam u razmatranju obilježja odnosa roditelja i djeteta koji pruža optimalne uvjete za djetetovu dobrobit i razvoj (ili, u terminima prava djeteta, odnosa koji promiče pravo na puni razvoj potencijala i poštivanje djetetova mišljenja) jest ravnopravno dostojanstvo (Juul, 2008., 2006. a).

Ravnopravno dostojanstvo u odnosu znači da se osobne potrebe, želje, htijenja, mišljenja i osjećaji svake strane ravnopravno poštuju i uvažavaju, bez obzira na dob ili spol osobe. U kontekstu odnosa *roditelj – dijete* to, naravno, ne podrazumijeva ravnopravnu odgovornost jer je u odnosu s djetetom, posebice u ranoj dobi, roditelj taj koji donosi odluke vezane za djetetovu dobrobit i koji je odgovoran za njegovu sigurnost, zdravlje te zadovoljavanje potreba. Uz to, roditelj je odgovoran i za kvalitetu odnosa s djetetom, kao i za vlastitu dobrobit i dobrobit ostalih članova obitelji i obitelji u cijelosti. Na ravnopravnom dostojanstvu mogu se temeljiti odnosi s djetetom onda kad su roditelji autentični i preuzimaju osobnu odgovornost za svoje izbore.



Kako bi se djeci osiguralo optimalno djetinjstvo, prema Juulu (2008.), vodstvo roditelja bi u idealnom obliku trebalo imati ove kvalitete: autentičnost, osobni autoritet, interes, dijalog/pregovaranje, priznavanje, uključivanje i moć (koja se odgovorno prihvaća i upotrebljava).

Roditelj je autentičan kada izražava svoje stvarne misli ili osjećaje. To znači da ne "recitira", ne glumi nešto što mu se čini da spada u ulogu jedne mame ili jednog tate. Autentičnost i iskrenost roditelju daju potreban osobni autoritet kojime može utjecati i ostaviti snažan dojam na dijete tijekom djetinjstva.

Osobni autoritet ima roditelj koji je autentičan, osoban i koji preuzima osobnu odgovornost za svoju dobrobit. Osobni autoritet temelji se na roditeljevu autentičnom doživljaju i iskrenim osjećajima te na integritetu i odgovornosti za vlastite potrebe, granice i vrijednosti.

Pritom osobni autoritet roditelja gubi na snazi ako roditelj ujedno ne čuva i djetetov integritet. Primjerice, kada roditelj kaže trogodišnjaku: "Ti si razmažen/tvrdoglava!" ili: "Ti voliš ljutiti svoju mamu!", onda time djetetu nameće svoje tumačenje djetetovih namjera ili prebacuje odgovornost na njega (npr.: *Sâm si kriv što ne idemo van.*). Naprotiv, kada roditelj govori o sebi, svojim potrebama i granicama (npr.: *Želim prvo pojesti ručak i odmoriti se 15 minuta, a onda ću se igrati s tobom.*) i kad prihvaća odgovornost (npr.: *Vidim da ti je teško što ne idemo van, ali ja sad ne mogu ići s tobom, a neću te pustiti da ideš sam. Ići ćemo čim ovo završim.*), roditeljev osobni autoritet raste.

Dijalog temeljen na ravnopravnom dostojanstvu podrazumijeva to da svaka strana izražava sebe, svoje misli, vrijednosti, ciljeve, a ne da govori o drugoj strani. Dijalog i pregovaranje zauzimaju mjesto nekadašnjeg propovijedanja i kažnjavanja, a izraz su vrijednosti ravnopravnog dostojanstva jer sudionicima omogućuju osjećaj da ih se čulo i uzelo ozbiljno. Dijalog odražava potrebu zajednice da čuje doprinos svakog člana. Temeljem dijaloga i vlastitoga životnog iskustva roditelji donose odluke koje smatraju najprimjerenijima.

Umjesto nekadašnje kontrole, vodstvo roditelja danas može obilježavati pokazivanje interesa za dijete kao osobu. Interes za djetetove misli i osjećaje prati njihovo priznavanje (u smislu prepoznavanja i imenovanja, a ne vrednovanja kritikom ili pohvalom). Ovo se može povezati s priznavanjem djeteta kao osobe, s uvažavanjem djetetova doživljaja svijeta i sebe. Kada roditelj čuje i vidi djetetove doživljaje, može ih uključiti u svoj proces



odlučivanja, a ako donosi odluku koja nije u skladu s djetetovom željom, može primjerice reći: “Vidim da hoćeš ovu igračku, ali sada ti je nažalost ne mogu kupiti. Stvarno mi je žao.”

I, konačno, način na koji roditelji odabiru upotrebljavati svoju psihološku i fizičku moć snažno utječe na djetetovu dobrobit i razvoj i na to hoće li dijete imati mogućnost u potpunosti iskoristiti svoj osobni i socijalni potencijal.

Prema Juulu (2008.), vodstvo je proces uzajamnoga i kontinuiranog učenja zajedno s onima koje treba voditi. Dio tog procesa jest osvještavanje vlastitih vrijednosti i ciljeva te vođenje u skladu s njima. **Zadatak – i izazov – roditeljima jest pronaći način vodstva koji uzima u obzir potrebe djeteta i potrebe roditelja, a da se pritom ne narušava psihički ili tjelesni integritet djeteta.**

## 1. 6

### Empatijska interakcija roditelja i djeteta: Tri dijaloga

Viđenje djeteta kao osobe s vlastitim osjećajima, namjerama i potrebama, koje roditelj može prepoznati i u svojem iskustvu, ishodište je empatijske identifikacije roditelja s djetetom. Ovo roditeljevo razumijevanje i suosjećanje s djetetom preduvjet je spremnosti na osjetljivu brigu o djetetu, koju promiče Međunarodni program za razvoj djeteta ([www.icdp.info/Brochure.pdf](http://www.icdp.info/Brochure.pdf)).

Prema Hundeide (1996.), ključ kvalitetne brige i utjecaja na djetetov razvoj jest roditeljska empatija za djetetova stanja te usklađivanje s njegovim potrebama i inicijativom.

**Empatija ili suosjećanje** jest sposobnost razumijevanja i osjećanja onoga što misli i osjeća druga osoba te sposobnost pokazivanja tog razumijevanja. Empatija je važna jer olakšava komunikaciju s drugim ljudima, a još je važnija u komunikaciji odraslih i djece. Da bi roditelj uspješno komunicirao s djetetom, on mora moći razumjeti i osjetiti djetetove misli i osjećaje. Sposobnost roditelja da se uskladi i reagira na djetetove potrebe i inicijativu (što ne znači udovoljavanje svakoj djetetovoj želji) temelj je kvalitetne brige za dobrobit djeteta.

Ako roditelj prepoznaje potrebe djeteta od najranijih dana i stalno se s njima usklađuje, dijete će razviti osjećaj da drugi ljudi mogu i žele suosjećati s njim. Taj se osjećaj razvija oko 8. mjeseca djetetovog života i dalje se oblikuje bliskim, intimnim odnosima

tijekom cijeloga života. Ukoliko se pak roditelji ne usklađuju s djetetom, to za dijete može biti izrazito uznemirujuće i dugoročno štetno. Naime, kada roditelj nikako ne uspijeva pokazati empatiju za osjećaje koje dijete pokazuje (npr. radost, plač, potreba za maženjem), dijete prestaje pokazivati – pa čak i osjećati te emocije. Na taj način može se iz repertoara za bliske, intimne odnose izbrisati cijela lepeza osjećaja, osobito ako se tijekom djetinjstva uporno obeshrabruje iskazivanje tih osjećaja ([www.icdp.info/Introduction%20to%20the%20ICDP%20Program1.pdf](http://www.icdp.info/Introduction%20to%20the%20ICDP%20Program1.pdf)).

Roditeljsko usklađivanje s djetetom uspostavlja se empatijskom interakcijom od početka njihova odnosa. Kako se dijete razvija i kako se veza produbljuje, emocionalni dijalog između roditelja i djeteta postaje sve bogatiji, za dijete i njegov razvoj sve poticajniji i sve više usmjeravajući. Dijete počinje sâmo tražiti uključivanje roditelja u svoje akcije s predmetima koji ga okružuju, tražiti i shvaćati značenje pojava oko sebe; postaju mu potrebni pomoć i vođenje u planiranju i izvođenju različitih ideja i pothvata. Postupno, kako se djetetovi horizonti šire, roditelji počinju usmjeravati njegovo ponašanje uputama, pravilima i postavljanjem granica, sve dok se dijete ne osamostali te usvoji djelotvorne i društveno prihvatljive načine ponašanja.

Hundeide ([www.icdp.info/Brochure.pdf](http://www.icdp.info/Brochure.pdf)) ovaj razvojni pristup interakciji roditelja i djeteta opisuje trima različitim tipovima dijaloga, koji se razlikuju po sadržaju komunikacije roditelj–dijete, tj. po porukama koje primarno roditelj šalje djetetu. Prvi tip jest *izražavanje emocija*, drugi *davanje značenja*, a treći *usmjeravanje ili regulacija ponašanja*. Ono što mora biti zajedničko svim tipovima dijaloga jest empatijsko razumijevanje djeteta i njegova stanja te usklađivanje s njime.

**Emocionalni dijalog** odnosi se na rani afektivni dijalog izražajnim gestama između roditelja i djeteta, u kojem se roditelj osjećajno prilagođava djetetu, slijedi i reagira na izraze inicijative i tjelesne poruke djeteta, prepoznaje uočene signale te verbalizira ono što dijete čini. Tako se razvijaju pravi dijalog emotivno izražene intimnosti te osjećaj povjerenja, radosti i partnerstva između djeteta i roditelja. Na ovakvom se odnosu razvija sigurna privrženost i temeljno povjerenje u sebe i druge.

Tipične situacije u kojima se razvija *emocionalna komunikacija* jesu situacije bliskoga kontakta, situacije kad je djetetu potrebna utjeha, ohrabrenje ili podrška. Roditelj uspostavlja emocionalni dijalog na dva osnovna načina: pokazivanjem bezuvjetne ljubavi i emocionalnom komunikacijom te slijeđenjem dječje inicijative i davanjem podrške.



*Pokazivanje bezuvjetne ljubavi i emocionalna komunikacija* omogućuju to da dijete osjeti kako je voljeno bezuvjetno, samo zato što postoji, što je važno za razvoj samopoštovanja. Od najranije dobi dijete razumije emocionalne izraze te razlikuje prihvatanje i odbijanje, radost i tugu. Roditeljevo pokazivanje djetetu da ga voli, uživa u njemu i raduje mu se – djetetova je “psihička hrana” od koje se ne može prejesti. Već s vrlo malim djetetom može se uspostaviti emocionalni dijalog kontaktom očima, osmijesima i razmjenom gesta, izrazima zadovoljstva kojima roditelj pokazuje radost i entuzijazam za ono što dijete radi ili ga zanima, a dijete “odgovara” sretnim glasanjem. Ova rana emocionalna konverzacija važna je za djetetovo buduće uspostavljanje veza s drugima, kao i za razvoj govora.

*Slijedenje dječje inicijative i davanje podrške* odnosi se na roditeljevo prepoznavanje stanja, želja, namjera i govora tijela djeteta te na prilagođavanje i slijedenje djeteta u onome čime je u tom trenutku zaokupljeno. Dijete će tako osjetiti da ga roditelj vidi, prati i odobrava.

Za razvoj samopouzdanja i motivacije posebno je važno da dijete u sigurnim granicama slijedi svoju inicijativu, a ne da ga *uvijek* netko drugi “gura” u aktivnosti ili upravlja njegovim ponašanjem (iako vanjska kontrola može povremeno biti potrebna, primjerice radi djetetove sigurnosti ili roditeljevih osobnih potreba). Samopouzdanje i intrinzična motivacija također rastu kada dijete biva uspješno u onome što radi te dobiva jasnu povratnu informaciju u čemu je bilo uspješno.

U skladu s postavkama Bowlbyjeve teorije privrženosti i Eriksonove teorije psihosocijalnog razvoja (Starc i sur., 2004.), Hundeide smatra kako rani emocionalno-ekspresivni dijalog snažno utječe na oblikovanje afektivnog odnosa djeteta s roditeljima te na djetetovo povjerenje i otvaranje prema drugim ljudima ([www.icdp.info/Brochure.pdf](http://www.icdp.info/Brochure.pdf)).

**Spoznajni dijalog** prisutan je kada roditelj s oduševljenjem sudjeluje, opisuje, objašnjava ono što dijete radi i doživljava. Dijete ima potrebu razumjeti svijet oko sebe, a najbolji tumači svijeta jesu bliske osobe, koje mogu dati riječi i značenja djetetovu neposrednom doživljavanju. Već tijekom prve godine dijete svjesno traži uključivanje odraslog u svoje akcije i uživa radeći nešto zajedno s odraslim te kad mu se nešto objašnjava u podržavajućem ozračju.

Roditelj uspostavlja spoznajni dijalog pomaganjem djetetu da se usredotoči na stvari i događaje u okolini, jer su zajednička i uzajamna usmjerenost pažnje preduvjet dobroga kontakta i komunikacije. Spoznajni se dijalog također odvija unošenjem

značenja i oduševljenja u ono što dijete doživljava te proširivanjem i obogaćivanjem djetetovog iskustva objašnjavanjem, uspoređivanjem i maštom.

Opisujući zajedničke doživljaje i pokazujući pritom osjećaje i oduševljenje, roditelj pomaže djetetu razumjeti svoje doživljaje vanjskog svijeta. Roditeljevo imenovanje, opisivanje i pokazivanje emocionalnih reakcija posredno prenosi djetetu značenje stvari oko njega. Roditelj treba ne samo objašnjavati, nego i proširivati ono što doživljava zajedno s djetetom, primjerice tako da novo iskustvo stavlja u odnos s prošlim i budućim događajima. Tako dijete uči usredotočiti se, promatrati, uočavati, razlikovati, uspoređivati, zamišljati itd.. Roditelj treba prepoznati što dijete zanima ili ga može zanimati te slijediti njegovu usmjerenost. Tada u žarištu roditeljeve empatije nisu samo djetetovi osjećaji, nego i djetetova istraživačka inicijativa. To uzajamnu komunikaciju i posredovanje čini još kvalitetnijima. Zajedničko sudjelovanje i proširivanje iskustva snažno utječe na dječji intelektualni razvoj u ranoj dobi ([www.icdp.info/Brochure.pdf](http://www.icdp.info/Brochure.pdf)).

**Usmjeravajući dijalog** prisutan je kada se roditelj u djetetove aktivnosti uključuje planiranjem i davanjem uputa za ono što dijete želi postići te kad roditelj usmjerava (regulira) djetetovo ponašanje postavljajući pravila ili granice.

Svrha roditeljeve regulacije djetetova ponašanja jest postizanje samoregulacije djeteta. Upravljanjem vlastitim ponašanjem i uspostavom samokontrole dijete postaje sposobno za prilagođavanje nužnostima i zahtjevima vanjskog svijeta. Uz pomoć roditeljeve vanjske regulacije dijete postupno postaje sposobno razumjeti zahtjeve za određena ponašanja, stječe znanje kako tim zahtjevima udovoljiti te uvježbava najučinkovitija ponašanja. Ponašanje temeljeno na tim spoznajama i vještinama naziva se samoreguliranim ponašanjem, a njegova je najvažnija oznaka razvoj samokontrole ili vladanja sobom.

Tipične situacije u kojima roditelj uči dijete kako vladati samo sobom jesu situacije koje traže usmjerenost cilju i suradnju te situacije koje traže regulaciju ponašanja jer nešto nije dopušteno.

Roditelj uspostavlja usmjeravajući dijalog podržavanjem djetetovih aktivnosti i inicijative te vođenjem djeteta *korak po korak* prema cilju. Osim toga, usmjeravajući dijalog provodi se kad roditelj iskazuje očekivanja na pozitivan način, s jasnim granicama za ono što je djetetu dopušteno, a što nije te uzima u obzir djetetove reakcije na to. Umjesto vikanja i zabrana, roditelj daje objašnjenja i razloge zašto nešto ne dopušta. Uz izricanje



djetetu za njega razumljivih očekivanja, mlađoj djeci izriču se i objašnjavaju pravila ponašanja i posljedice koje slijede za njihovo nepoštivanje. U starije djece poželjno je pravila ponašanja i posljedice za nepridržavanje donijeti zajedničkim dogovorom.

## 1.7

### Prednosti i rizici znanstvenoga/stručnog definiranja "pozitivnog roditeljstva"

Program radionica s roditeljima "Rastimo zajedno" razvijen je sa svrhom otkrivanja i jačanja roditeljskih uvjerenja, vrijednosti i ponašanja koja omogućuju ostvarivanje prava djeteta u obitelji. Kao poticaj ponuđen je pojam "roditeljstvo u najboljem interesu djeteta", koji obuhvaća četiri široke kategorije roditeljskih ponašanja i vrijednosti: brižno ponašanje, pružanje strukture i vodstva, uvažavanje djeteta kao osobe i osnaživanje djeteta.

Riječ je o razumijevanju ili viziji roditeljstva koje se vrijednosno temelji na Konvenciji UN-a o pravima djeteta, ali i na znanju proizišlom ponajviše iz prethodno sažeto prikazanih znanstvenih i stručnih spoznaja. To su spoznaje o obilježjima roditeljskoga konteksta koji podržava zadovoljenje temeljnih psiholoških potreba djeteta za povezanošću, kompetentnošću i autonomijom, a čine ga *roditeljska osobna uključenost, pružanje strukture te podrška djetetovoj autonomiji*. Nadalje, to su spoznaje o kvalitetama roditeljskog vodstva koje počiva na ravnopravnom dostojanstvu roditelja i djeteta, kao i o obilježjima empatijske interakcije roditelja s djetetom.

Povećanje znanja o odnosu roditelja i djeteta koji pridonosi djetetovoj dobrobiti čini se barem jednako važnim kao i povećanje znanja o tome kakav roditeljski odnos šteti djetetu. No ipak su znanstvene spoznaje o tome što je zlostavljanje i zanemarivanje djece te kako nastaje, brojnije od onih koje definiraju i objašnjavaju roditeljstvo na dobrobit djeteta. Stoga je prednost pokušaja definiranja "dobrog roditeljstva" ono što u žarište pozornosti znanstvenika, stručnjaka i roditelja stavlja propitivanje sadržaja (roditeljskih ciljeva, vrijednosti, postupaka) pa i naziva roditeljstva koje promiče dobrobit i razvoj djeteta (i roditelja). Bolje razumijevanje odgovora na ta pitanja preduvjet je za razvoj programa usmjerenih na promociju i jačanje roditeljstva koje ispunjava prava i potrebe djeteta, umjesto programa usmjerenih na prevenciju roditeljstva koje ova prava i potrebe ugrožava i krši.



Međutim, upuštanje znanstvenika i stručnjaka u definiranje “dobrog, ispravnog roditeljstva” nosi sa sobom i značajne rizike.

Tako Juul (2008.) upozorava na pojavu da umjesto *emancipacije* iz *objekta* socijalizacije u *subjekt*, u roditeljskom traganju za najboljim metodama odgoja, djeca bivaju pretvorena u *projekt*. Također, pojmovi kao što je *roditeljstvo u najboljem interesu djeteta* impliciraju određeni perfekcionizam, za razliku od, primjerice, pojma *dovoljno dobar roditelj*.

Nije lako odvagnuti prednosti nalaženja korisnih smjernica i struktura za olakšavanje snalaženja roditeljima i rizika njihova rigidnog pridržavanja, bez uvažavanja jedinstvenosti osobnosti djeteta i roditelja te primarnosti njihovog doživljaja nad “teorijama”. Otvoreno je pitanje u kojoj mjeri konstruiranje stvarnosti u sintagmi *roditeljstvo u najboljem interesu djeteta* zaista djeci povećava kvalitetu djetinjstva. Pridonosi li takvo definiranje roditeljstva sposobnosti roditelja da osiguraju okruženje koje omogućuje puni razvoj djetetovih potencijala? Spušta li ono prag tolerancije društva na štetna roditeljska ponašanja, što znači da i intervencije počinju ranije negoli kod oslanjanja na definiciju dovoljno dobrog roditelja? I, konačno, uolikoj mjeri *propisivanje* obilježja roditeljstva u najboljem interesu djeteta može zapravo opteretiti onu djecu čiji roditelji nastoje biti *savršeni roditelji*?

Vjerujući da prednosti traženja i otkrivanja obilježja roditeljskog ponašanja i odnosa koje prate djetetova dobrobit i kompetentnost nadmašuju opisane rizike, upustile smo se u projekt “Rastimo zajedno”. Ideje o roditeljstvu prikazane u ovom poglavlju u Programu radionica služe kao *radni materijal* od kojeg roditelji kreću u traženje vlastitih roditeljskih odgovora na pozive i izazove svojeg djeteta.

Kako bismo smanjile opasnost od rizika da roditelji prikazane ideje prihvate kao *ispravnu metodu odgoja*, od prve do zadnje radionice šalje im se poruka da ne postoji jedan ispravan način za biti roditelj te da određenje roditeljstva u najboljem interesu djeteta (tj. četiri stupa roditeljstva), kao i druga znanja ili uvjerenja iz Programa radionica nudimo samo kao vrijednosni okvir i informacije za inspiraciju i na provjeru njima.

Vrijedan doprinos raspravi o rizicima *stručnog definiranja dobrog roditeljstva* daju i pogledi koji slijede.

“Stručnjaci roditeljima mogu i trebaju donijeti skup vještina, ali ne smiju izgubiti bitnu pouku da su djeca ljudi, stvarne osobe koje žive uz nas. Osobe koje imaju svoje potrebe i karakteristike složene na sebi jedinstven (savršeno-nesavršen) način i da više od svega

za svoj rast i razvoj trebaju dobar odnos na osobnoj razini.” (Pribela-Hodap, 2008.)

“I roditelji su osobe koje imaju svoje potrebe i karakteristike složene na sebi jedinstven (savršeno-nesavršen) način, a imaju i svoje vrijednosti, stavove, obiteljsku tradiciju... Nije lako pomiriti potrebe i osobine djeteta, vlastite potrebe, osobine, uvjerenja i vrijednosti s vrijednostima društva, koje uključuje i stručnjake, ali i kreatore potrošačkog društva koji potenciraju dječje želje i prenaplaćavaju neke dječje potrebe radi profita, a i mnoge druge interesne skupine.” (Pregrad, 2009).

Međutim, jasna je i potreba za što cjelovitijom slikom o tome što danas znamo o roditeljstvu koje je dobro za djecu. U prilog tome govori i Pregrad (2009.):

“Kad smo shvatili da je za razvoj djeteta bitno voditi računa o tome kako se djeca osjećaju, a ne samo što čine, o tome smo mnogo govorili, pisali i poučavali jer je bilo novo. Čineći to, izgubili smo iz vida to da je također važno djeci postavljati granice, biti zahtjevni i da voditi računa o tome kako se osjećaju ne znači da uvijek moraju imati osmijeh na licu. (...) Ono što definitivno nedostaje jest razgovor o roditeljskim pravima i dužnostima te o tome kako bi roditelji trebali postavljati granice i odgajati svoju djecu, na način da ne budu popustljivi i *servis za zadovoljenje dječjih želja*, a da se s druge strane brinu o zadovoljenju dječjih potreba i ne krše dječja prava.”

## 1. 8

### Pravo roditelja na podršku

#### 1.8.1 Ishodišta programa podrške roditeljstvu i ranom razvoju djeteta

Uz pravo svakog djeteta na obiteljsko okruženje koje podupire djetetovu dobrobit i omogućuje pun i harmoničan razvoj njegovih potencijala, Konvencija UN-a o pravima djeteta definira i pravo svakog djeteta da njegovi roditelji dobiju odgovarajuću i dovoljnu pomoć društva u ispunjavanju svojih roditeljskih odgovornosti.

Pravo roditelja na podršku koje proizlazi iz Konvencije promiče i Vijeće Europe svojom *Preporukom (2006.) 19 o politici potpore pozitivnom roditeljstvu*, s pripadajućim popratnim dokumentima namijenjenim roditeljima (*Ključne poruke za roditelje*) i stručnjacima (*Smjernice za stručnjake*). Ovi dokumenti predstavljaju poticaj i prilog stvaranju novog razumijevanja roditeljstva te novih standarda podrške roditeljstvu u Europi.

Spomenuti međunarodni dokumenti, koji su na snazi i u nas, pokazatelj su da je šira



društvena zajednica prepoznala koliko je “roditeljski posao” važan, ali i zahtjevan. Uz velika očekivanja od roditelja, društvo je počelo preuzimati svoj dio odgovornosti ne bi li omogućilo svakom roditelju da se nosi s izazovima suvremenog roditeljstva i ostvaruje pravo na pouzdane informacije, savjetovanje, materijalnu i drugu pomoć u brizi o djeci.

Programom radionica s roditeljima “Rastimo zajedno” roditelji dobivaju mogućnost ostvariti neka od svojih prava na podršku, koja im pripadaju jednostavno zato *jer su roditelji*. To znači da oni u radionicama sudjeluju ne zato jer nisu dovoljno dobri roditelji, nego zato jer su roditelji djeteta koje ima prava djeteta, a to je svako dijete je do 18. godine.

Poznato je da roditeljsko ponašanje oblikuje niz utjecaja. Odrednice roditeljstva obuhvaćaju čimbenike koji se odnose na osobna obilježja roditelja (npr. uvjerenja, osobna dobrobit), obilježja djeteta (npr. temperament, poteškoće u razvoju), kontekstualne izvore stresa i podrške (npr. kvaliteta odnosa s partnerom, materijalni uvjeti života) i šire društveno okruženje (npr. dostupnost i kvaliteta usluga za djecu i roditelje, mjere obiteljske politike, društveni položaj djeteta i obitelji) (Belsky i Stratton, 2002.). Drugim riječima, način na koji se roditelji nose sa svojim roditeljskim odgovornostima ne odražava samo njihove roditeljske vještine i osobna obilježja, već i ono što im je dostupno od resursa i podrške (Quinton, 2004.).

Da bi mogao djetetu pružati bliskost, podršku, usmjeravanje i granice, i sâm roditelj treba imati dovoljno sposobnosti i snage za to.

*Unutarnje snage roditelja* odnose se na roditeljska znanja i vještine vezane uz brigu o djetetu, komunikacijske vještine, vještine rješavanja problema i suočavanja sa stresom, a prije svega na tjelesnu i psihičku dobrobit roditelja. Stoga je važno da se roditelj brine o sebi, o zadovoljavanju vlastitih potreba za bliskošću, druženjem, rekreacijom i/ili vremenom za biti sâm. Također je važno to da program podrške roditeljstvu snaži roditelja kao osobu u cijelosti, a ne samo u roditeljskoj ulozi. *Resursi ili snage unutar obitelji* odnose se na dostupne modele dobrog roditeljstva i na kvalitetu međusobnih odnosa članova obitelji (npr. međusobna podrška partnera). Značajan je i doprinos *resursa ili snaga iz šire okoline*, kao što je podrška šire obitelji, prijatelja te službi za djecu i roditelje u zajednici.



O potrebama roditelja za podrškom svjedoče novija istraživanja s roditeljima djece najmlađe dobi (Radočaj, 2008., Pećnik i sur., u tisku). U njima je utvrđen interes roditelja za pristup pouzdanim informacijama o njezi i odgoju, savjetima stručnjaka te razmjeni iskustava s drugim roditeljima. Osim toga, ustanovljena je raširenost roditeljskih ponašanja koja krše prava djeteta, kao i uvjerenja koja takva ponašanja podržavaju. Ovi nalazi također upućuju na potrebu za podrškom u razvoju drugačijeg odnosa prema djeci najmlađe dobi.

*Ishodišta* Programa radionica s roditeljima “Rastimo zajedno” jesu višestruka – od dokumenata koji štite prava djeteta, uključujući i *pravo roditelja na podršku*, do *potreba roditelja* dokumentiranih istraživanjima Ureda UNICEF-a za Hrvatsku, koja su programu prethodila. Među razlozima za nastanak ovog programa središnje mjesto zauzimaju znanstvene spoznaje o velikoj važnosti razdoblja ranog razvoja za djetetov život te o velikoj važnosti roditeljskog odnosa prema djetetu u tom razdoblju.

Otkrića neuroznanosti pokazala su kako se mozak djeteta najintenzivnije razvija upravo u prvim godinama života (npr. Shonkoff i Phillips, 2000.). Ono što dijete doživljava ima snažan utjecaj na razvoj njegova mozga, a time i dalekosežne posljedice za njegove kasnije životne prilike. Ako dijete raste u okolini bez dovoljno ljubavi, sigurnosti i roditeljske njege, u njegovom se mozgu mnoštvo veza među neuronima neće očuvati i bit će znatno drugačiji od mozga djeteta koje raste u osjećajno bogatom ozračju. Već u dobi od tri godine vidljive su razlike u socijalnom i intelektualnom razvoju djece, koje ne ovise o prihodima niti o obrazovanju roditelja, već o tome kako se roditelji bave djecom kod kuće, kako podržavaju njihovu znatiželju i učenje (Richter, 2004.). Vezano uz pravo djeteta na obrazovanje, važno je istaknuti da se prepreke školskoj uspješnosti (slabije razvijen vokabular) pojavljuju vrlo rano, već u dobi od 18 mjeseci (Hart i Risley, 1995.).

Prve godine su važne i zato jer se iskustvo o sebi i drugima iz prvih godina prenosi na kasnije godine života (Aldgate i Jones, 2006.). U najranijim se godinama uspostavlja djetetova emocionalna sigurnost, odnosno temeljno povjerenje u druge i sebe, zalog kasnijeg duševnoga i tjelesnog zdravlja. Stoga emocionalna privrženost, rana komunikacija i stimulacija predstavljaju jednako važne uvjete razvoja kao i prehrana, briga o čistoći, zdravlju i sigurnosti od ozljeda.

Prema teoriji privrženosti i Eriksonovoj teoriji psihosocijalnog razvoja (Starč i sur., 2004.), temelji socijalnih odnosa položeni su u prvoj godini života, a u tome je ključna uloga roditelja ili primarnih skrbnika. Oni su prvenstveno ti koji osiguravanju emocionalno

toplo i podupiruće okruženje za dijete, potiču učenje i razvoj, zadovoljavaju temeljne potrebe djeteta te dopuštaju da dijete doživi male količine stresa i frustracije koje može podnijeti uz odgovarajuću podršku.

Novija pak istraživanja pokazuju kako su, za uspješnost u školi, pa onda i za daljnju produktivnu uključenost u društvo, od *kognitivnih* još važnije djetetove *nekognitivne* vještine. To su tzv. *meke vještine* ili *socijalno-emocionalne* vještine (npr. upornost, ustrajnost, samokontrola, rješavanje sukoba). Socijalno-emocionalne vještine uglavnom se odnose na vještine samoregulacije. Samoregulacija na emocionalnoj razini uključuje regulaciju vlastitih emocija, tjeskobe, stresa, a na kognitivnoj održavanje pažnje, inhibiciju impulsa, nošenje s frustracijom i odgađanje zadovoljenja potreba (Shanker, 2009.). To su sposobnosti koje se stječu u najranijem djetinjstvu na temelju toga kako roditelj pomaže djetetu naučiti izražavati emocije ili se nositi sa stresom, dakle temeljem roditeljeva vođenja i usmjeravanja.

Na ovim znanstvenim spoznajama temelji se zalaganje da se podrška ranom razvoju djece, uz stimulaciju kognitivnog razvoja, još više usmjeri na jačanje socijalno-emocionalnih vještina, a to znači na jačanje roditelja koji su u razvoju ovih vještina “vitalni sastojak” (Shanker, 2009.).

Konačno, investiranje u rani razvoj i podršku roditeljstvu nije samo pravo djeteta, već i mudra ekonomska investicija. Ekonomisti su pokazali kako je investiranje u roditelje djece mlađe od tri godine najisplativije ulaganje (Heckman, 2009.).

### 1.8.2 Razvojna podrška roditeljstvu

Glavni zadatak društvene podrške obiteljima jest osnažiti obitelj za ispunjavanje njezine temeljne zadaće podizanja djece te omogućiti roditeljima pružanje primjerene roditeljske skrbi (Sandbeak, 2007.). Gilligan (2000.) razlikuje *razvojnu*, *kompensatornu* i *zaštitnu* podršku obiteljima koje odgovoraju razinama opće, ciljane i indicirane prevencije. Dok su preostale dvije vrste namijenjene korisnicima u riziku, *razvojna podrška obiteljima* nije usmjerena na rješavanje problema niti na smanjenje čimbenika rizika, već je namijenjena svim obiteljima kao podrška njihovoj dobrobiti i razvoju te za jačanje kapaciteta suočavanja sa zahtjevima okruženja.

Program radionica s roditeljima “Rastimo zajedno” jedan je oblik razvojne podrške



obiteljima. Krajnja svrha ovog programa jest *unapređivati dobrobit i olakšati puni razvoj potencijala djeteta*, što se postiže unapređivanjem kvalitete obiteljskog okruženja u kojem dijete živi. Kako su roditeljeva ponašanja, misli i osjećaji glavna odrednica kvalitete obiteljskog okruženja, neposredna je svrha programa *promicati dobrobit i razvojni potencijal roditelja*, odnosno poduprijeti već postojeće te razvoj novih roditeljskih snaga i sposobnosti (roditeljskih kompetencija). Podržavanje i proširivanje pozitivnih roditeljskih iskustava predstavlja stoga težište ovakvih programa.

Ovdje treba napomenuti da je Program radionica usmjeren na samo dva aspekta osnaživanja roditelja – na njihove unutarnje resurse i mobilizaciju resursa u njihovoj bližoj okolini. Osim toga, programi opće podrške roditeljstvu u zajednici podrazumijevaju i mogućnost upotrebe niza drugih mjera i usluga usmjerenih na strukturalne čimbenike koji utječu na živote djece i roditelja (npr. usklađivanje zaposlenosti i brige o djeci, prevladavanje financijskih poteškoća, kvalitetni sadržaji za djecu i roditelje u zajednici).

Prednost programa opće podrške roditeljstvu jest proaktivan pristup koji se čini najučinkovitijim u promicanju dobrobiti i razvoja te u sprečavanju čimbenika koji mogu voditi u zlostavljanje ili zanemarivanje djeteta (McAuley i sur., 2006.). To je u skladu s narodnom mudrošću “bolje spriječiti, nego liječiti”. Osim toga, roditelji se radije koriste ovakvim programima jer se nude svim roditeljima, a ne diskriminira ih se na temelju njihovih potreba ili čimbenika rizika pa ih sudjelovanje u njima ne stigmatizira.

### 1.8.3 Partnerstvo stručnjaka i roditelja

Evaluacijska istraživanja s roditeljima korisnicima programa podrške roditeljstvu pokazuju da ih privlači i zadržava u programima ne samo ono *što se radi*, već i *kako se radi* (Sandbaek, 2007.; Moran i sur., 2004.). Drugim riječima, u kojoj mjeri će program podrške roditeljstvu zaista ojačati kompetentnost, samopouzdanje i zadovoljstvo



roditelja, ovisi u velikoj mjeri o načinu na koji se provodi. Kao i inače, odlučujuća je kvaliteta odnosa između osobe koja pruža i koja prima podršku. Istraživanja su tako pokazala da je, uz fleksibilnost usluga roditeljima prilagođenih njihovim raznolikim potrebama, vrlo važno da program obilježava pristup stručnjaka prema roditeljima koji ne prosuđuje i ne stigmatizira.

*Preporuka (2006.) 19 Vijeća Europe o politici potpore pozitivnom roditeljstvu* navodi dva **temeljna načela za provođenje programa podrške roditeljstvu**.

1. Treba ih obilježavati podjednaka usmjerenost na snage, resurse, čimbenike zaštite, kao i na čimbenike rizika, što podrazumijeva usmjerenost na prepoznavanje i vrednovanje jakih strana roditelja, zaloga u međuljudskim odnosima i zajednici te stvaranje novih mogućnosti ostvarivanja roditeljeva potencijala.
2. Stručnjaci u programima podrške roditeljstvu odnose se prema roditeljima koji se njima koriste kao prema aktivnim sudionicima, osobama koje donose odluke o svom životu za koje su odgovorne, koje se nose sa svojim životnim okolnostima, koje su “stručnjaci po iskustvu” i nositelji socijalnih prava (uključujući i prava na podršku zato jer su roditelji).

Dosljedna primjena opisanih načela podrazumijeva zamjenu pristupa roditeljima koji se tradicionalno temelji na modelu deficita (gdje se na roditelje gleda kroz prizmu njihovih nedostataka) pristupom koji se temelji na modelu osnaživanja (Flett, 2007.).

U **modelu osnaživanja** stručnjaci više ne vide svoju ulogu u tome da oni (kao stručnjaci) odrede koje su potrebe roditelja i što trebaju učiniti da bi bili “bolji roditelji”. Umjesto toga, roditelje gledaju kao partnere s kojima surađuju kako bi roditelji nalazili svoje načine ispunjavanja roditeljskih odgovornosti na dobrobit djeteta i vlastito zadovoljstvo. Stručnjaci iz svojega profesionalnog i osobnog iskustva nude roditelju nove ideje na provjeru, za inspiraciju i orijentaciju te pružaju povratnu informaciju i podršku, a iz roditeljskih iskustava i reakcija uče i razvijaju vlastitu kompetenciju.

Pristup koji se temelji na osnaživanju zahtijeva postojanje partnerskih, suradničkih odnosa stručnjaka i roditelja. Stvaranje partnerstva stručnjaka i roditelja pretpostavlja priznavanje iskustava roditelja i njihova znanja o sebi i vlastitoj djeci. Stručnjak ne nastupa iz pozicije autoriteta koji zna pravilan način podizanja djeteta (i tome podučava roditelja). Odbacivanje izigravanja “eksperta za odgoj” ne znači da stručnjak odbacuje znanje i iskustvo koje je stekao, već da prihvaća svoj nedostatak znanja te prepoznaje da i



roditelj ima relevantno znanje koje stručnjaku nedostaje.

**Partnerstvo** podrazumijeva da su stručnjaci i roditelji *na istoj razini* – prvi su stručnjaci za teorije o razvoju djece i roditeljstvu, a drugi za svoju djecu i za sebe. Ukoliko su stručnjaci spremni “otпустiti” svoju ulogu eksperta za odgoj/djecu i prihvatiti to da oni ne znaju najbolje, tada će se moći uključiti u autentičan, iskren dijalog s roditeljima i biti spremni učiti od njih. Tu je nužan neautoritaran pristup (Breton, 1994.) koji omogućuje uspostavljanje osobnog autoriteta stručnjaka.

Utemeljenje programa podrške roditeljima na načelima partnerstva i osnaživanja, za stručnjake koji ga provode najčešće znači da moraju “plivati protiv struje”, odnosno stvarati pristup roditeljima suprotan uvriježenom. Izgrađivanje novog poimanja vlastite uloge u odnosu na roditelje pretpostavlja radikalan odmak od tradicionalnog odnosa stručnjaka iz društvenih institucija prema roditeljima koji obilježava *propovijedanje* i *popravljanje* roditelja u tome kako treba odgajati svoje dijete.

Stoga primjena opisanih načela zahtijeva da i sami stručnjaci koji pružaju podršku roditeljima imaju dovoljnu i odgovarajuću stručnu podršku. Kao što programi podrške roditeljstvu olakšavaju roditeljima rast kompetencija, tako i kontinuirana edukacija, supervizija i međusobna podrška olakšavaju rast kompetencija stručnjaka u ispunjavanju njihovih profesionalnih odgovornosti u programu podrške roditeljstvu.



## 2.1

### Razvoj, svrha i pristup Programa

Program radionica s roditeljima "Rastimo zajedno" namijenjen je roditeljima najmlađe djece u dobi do četiri godine života. Sastoji se od jedanaest konceptualno i tematski povezanih radionica koje provode posebno educirani voditeljski timovi stručnjaka za podršku ranom razvoju.

Program radionica s roditeljima "Rastimo zajedno" nastao je kao dio Programa za rani razvoj djece i poticajno roditeljstvo "Prve 3 su najvažnije!", koji je Ured UNICEF-a u Hrvatskoj započeo još 2006. godine, a unutar Projekta za podršku roditeljstvu u zajednici. Ovaj program za roditelje najmlađe djece razvijen je i uz potporu Agencije za odgoj i obrazovanje RH, Odsjeka za predškolski odgoj.

Program je razvijen tijekom 2008. i 2009. godine u suradnji s voditeljicama i roditeljima koji su sudjelovali u pilot-projektu. On je obuhvaćao provedbu dvaju ciklusa Radionica u ukupno 25 dječjih vrtića u Republici Hrvatskoj. Izvješća voditeljskih timova, povratne informacije roditelja te rezultati evaluacije procesa i ishoda Programa bili su temelj na kojem su radionice provjerene, mijenjane i usavršavane. Iskustva i povratne informacije voditeljica i roditelja bile su nam dragocjene, a neke od njih citirale smo u priručniku za voditelje.

**Svrha** programa radionica s roditeljima "Rastimo zajedno" jest omogućiti protok informacija, znanja, vještina i podrške koji roditeljima koriste u ispunjavanju njihovih roditeljskih odgovornosti te promiču rast i razvoj kako roditelja, tako i djeteta.

**Glavni cilj** Programa radionica je stvoriti poticajno i osnažujuće okruženje u kojemu roditelji s voditeljicama radionica i s drugim roditeljima razmjenjuju ideje o načinima na koje žive svoje roditeljstvo i o načinima na koje se odnose prema svojem djetetu; upoznaju bolje sebe kao roditelja te doznaju i za druge moguće načine odnošenja prema djetetu. Također se upoznaju sa znanstvenim stajalištima o pozitivnoj interakciji roditelja i djeteta, kao i o roditeljstvu na dobrobit djeteta (i roditelja).

Način na koji je Program razvijen, odnosno uključivanje korisnika i provoditelja Programa kao suradnika u njegovu stvaranju, glavna je snaga programa radionica s roditeljima “Rastimo zajedno”. Uz to što su radionice oblikovane u skladu s teorijskim osnovama i ishodištima programa i u skladu s iskustvom neposrednih provoditelja i korisnika programa, Program je podvrgnut kvalitativnoj i kvantitativnoj evaluaciji ishoda. Rezultati evaluacije upućuju na uspješnost obaju ciklusa pilot-projekta u postizanju planiranih ciljeva te ovaj program kvalificiraju kao intervenciju utemeljenu na dokazima.

Tako jača odnos roditelja i djeteta koji podržava razvoj djeteta, a i slabe čimbenici koji mogu voditi u zanemarivanje ili zlostavljanje djeteta.

Na radionicama se preispituju vrijednosti na kojima roditeljstvo počiva, uči se o potrebama djece i roditelja te o načinima njihova zadovoljavanja, vježbaju se komunikacijske vještine i odgovara na druga pitanja za koja roditelji izraze interes.

Program se temelji na **pristupu osnaživanja i partnerskom odnosu voditeljica i roditelja**. U radionicama su voditeljice i roditelji *na istoj razini*. Voditeljice jako dobro poznaju teorije o razvoju djece i roditeljstvu, stručnjakinje su i za vođenje programa radionica “Rastimo zajedno” te imaju iskustva u odgoju različite djece u suradnji s raznolikim roditeljima. One su stručnjakinje za odgoj djece u okruženju institucije, ali ne i u obiteljskom okruženju. Roditelji su stručnjaci za svoju djecu i za sebe te imaju iskustvo života sa svojom djecom u svojoj obitelji. Naime, roditelji žele potvrdu da su kompetentni i, iako su ponekad nesigurni, oni jesu stručnjaci za svoje dijete jer ga najbolje poznaju. Stoga su radionice razvijene na načelima grupa za osobni rast i razvoj, kao i na načelima edukativnih grupa.

Vrijednosti i načela u temelju pristupa roditeljima u ovom programu u skladu su s onima u *Preporuci (2006.) 19 Vijeća Europe o politici podrške pozitivnom roditeljstvu*. Ovakvom vrijednosnom utemeljenju programa radionica s roditeljima “Rastimo zajedno” najbolje odgovara grupni rad s roditeljima, u kojem se njeguje partnerstvo i suradnički odnos. Prednost grupnog rada jest razmjena iskustva, spoznaja da nisu jedini roditelji s brigama te druženje, zbližavanje, stvaranje prijateljstava, kao i pronalaženje postupaka i načina koji su njima i njihovoj djeci najprimjereniji, koristeći se grupnom kreativnošću i resursima.

## 2.2

### Kome je Program namijenjen?

Program radionica s roditeljima “Rastimo zajedno” namijenjen je **roditeljima djece do četiri godine**. U dosadašnjim radionicama tijekom pilot-projekta bilo je i roditelja djece do 5 godina, kao i roditelja koji imaju i stariju djecu. Svi su bili zadovoljni i izjavili su kako su im radionice bile korisne i za odnos s njihovom starijom djecom. Ipak, program je prvenstveno osmišljen za roditelje djece najmlađe dobi.

Na radionicama može sudjelovati **10 do 12 roditelja**. U grupama koje su veće teško je provesti sve aktivnosti kvalitetno, posebice vježbe i aktivnosti u kojima se očekuje neposredniji angažman svakog roditelja. U velikim grupama teže se stvara međusobno povjerenje članova, teže se dolazi do riječi, aktivnosti duže traju. Sve to može dovesti u pitanje cjelovitu provedbu svih predviđenih aktivnosti za pojedini susret. Ako je pak grupa manja od 6 do 7 članova, gubi se na grupnoj dinamici, manje je kvalitetnih rasprava i konstruktivnih razmjena iskustava.

Dosadašnja su iskustva pokazala da se ponekad za radionice prijavi mnogo roditelja, njih 14, 16. Događalo se da na popisu prijavljenih bude 17 roditelja, na prvi susret dođe ih 13, na drugi 11 i grupa se konačno stabilizira na 8 do 10 prisutnih po susretu. Zato je na prvom susretu važno pitati roditelje primjerice: “Ako je netko od vas u dilemi hoće li nastaviti, što vam treba da odlučite i dalje dolaziti na svih 11 radionica?”

S obzirom na to da je riječ o programu namijenjenom općoj populaciji, tj. svim roditeljima, jedan od posebnih izazova u vođenju radionica jest **različitost roditelja** koji se uključuju i njihova različita očekivanja od programa “Rastimo zajedno”. Dok neki roditelji traže djelotvornije načine postavljanja granica i treba im poticaj za veću osjetljivost za djetetove potrebe i suradnju s njima, drugi su prerevni u udovoljavanju djetetovim potrebama i treba im poticaj za veće preuzimanje osobne odgovornosti za vlastite potrebe i granice. Kako može Program istovremeno koristiti nekim roditeljima da se više osobno uključe u svijet djeteta, suosjećaju s njim ili ga zaštite, drugima da uz uključenost pruže veću podršku djetetovoj autonomiji, smanje pretjerano zaštićivanje i upravljanje djetetom, a trećima za nešto treće itd.? Ova pitanja nalažu potrebu dosljedne primjene načela partnerstva u ekspertizi pa bi voditeljice trebale biti što bolje stručnjakinje za opće znanje o roditeljstvu i djeci, a roditelji



jesu i mogu postati još bolji stručnjaci za svoje dijete i sebe.

U Programu se ne obraćamo posebno **majkama i očevima**, već *roditeljima*, iako smo svjesni razlika između majčinstva i očinstva. Time se ne bavimo eksplicitno u Programu, ali iskustva govore da su očevi sve zaineresiraniji za uključivanje u Program, da spremnije promišljaju o svojem roditeljstvu. Dosadašnje su radionice pokazale kako se očevi radije zadrže u programu kada su barem dvojica. Očevi daju specifičan doprinos razmjeni iskustava s drugim roditeljima i uvidu u stvaranje odnosa s djetetom (npr. opisuju svoju interakciju s djetetom koja se odvija u igri, u proširivanju djetetovog iskustva te prepoznaju da uz polaganje radionica u te aktivnosti unose više emocionalne komunikacije). U grupama u kojima su bile prisutne samo majke bila je izražena potreba za sudjelovanjem očeva.

Razlike među članovima grupe po **razini i vrsti obrazovanja** pridonose dinamici rasprave među roditeljima i nisu prepreka jer se pokazalo da su mnoga roditeljska pitanja i problemi univerzalni te da ih u vezi s njihovom djecom vesele i brinu slične stvari, bez obzira na razlike u obrazovanju (npr. dijete ne želi na spavanje, treba mu sto puta reći da bi poslušalo, juri po dućanu...). U radionicama se voditeljice mogu susresti i s roditeljima različitih kulturalnih tradicija. Tada je potrebna posebna pažnja voditeljica u primjeni vlastitih normi, vrijednosti i vjerovanja. Umjesto podrazumijevanja ili kritiziranja, potreban je dijalog o različitostima. Pritom je važno razlikovati tradicionalna uvjerenja i običaje koji su štetni (npr. trljanje bolesnog djeteta rakijom, izlaganje dječaka velikom stresu da očvrsnu), od onih koji su bezazleni (npr. vezivanje crvenog končića bebi oko ruke).

Osim navedenih različitosti među roditeljima, moramo spomenuti još neke moguće **specifičnosti među sudionicima radionica**. U dosadašnjim radionicama pojavili su se: jedan očuh, jedna baka-skrbnik, jedna majka usvojene djevojčice. Iako oni dolaze u ulogu roditelja, ipak njihov položaj u grupi može biti poseban, te će voditeljice morati imati na umu da će možda biti potrebno "zaštititi" ih u nekim raspravama jer oni nisu rodili, nisu dojili, nisu dali ime djetetu i sl.. Naravno, sve ovisi o sastavu grupe, ali i voditeljici osjetljivosti.

### 2.3

#### Pozivanje roditelja na uključivanje u Program

Roditelji djece najmlađe dobi žele i trebaju podršku, pomoć, savjet, suradnju u podizanju i odgajanju svoje djece. Iako su njihove ideje i očekivanja vrlo različita, odgojitelji u vrtiću

znaju da se svaki roditelj nada kako će o svojem djetetu čuti nešto dobro i lijepo, što će i njega potvrditi kao dobrog roditelja.

U dječjim jaslicama i vrtiću roditelji mogu dobiti podršku i pomoć na različite, već uobičajene načine: porukama koje dobivaju od odgojitelja usmeno na vratima, koje mogu pročitati na panoima u *obiteljskom kutiću*, edukativnim letcima i časopisima koje imaju na raspolaganju, na roditeljskim sastancima na kojima čuju i mogu se dogovarati o programu rada s djecom u grupi. Pozivi na druženja roditelja i odgojitelja na radionicama i domjencima prigodom nekih blagdana više nisu iznenađenje. Na roditeljske sastanke i radionice sa stručnim temama odazivaju se ako ih privlači tema ili ih “dira” u neki njihov roditeljski problem.

Međutim, u vrlo malo vrtića ili drugih institucija i udruga u Hrvatskoj provode se cjelovitiji programi, poput primjerice raznih *škola za roditelje*, tako da je ponuda cjelovitog programa od 11 radionica s roditeljima – kao što su “Rastimo zajedno” – za većinu nešto potpuno novo.

Roditelji od Programa mogu imati različita očekivanja i postavljati si najrazličitija pitanja:

- ✖ *Kako biti dosljedan roditelj? Što je primjerena kazna za trogodišnjaka? Hoću li ga razmaziti? Kako mogu nadoknaditi što sam tako malo s djetetom? Kako spremati dijete na spavanje, a da ne izlazi iz sobe sedam puta? Kako natjerati dijete da jede? Zašto me ne sluša? Kako s bakama i djedovima?*
- ✖ *Što se to tamo radi, hoće li mi netko soliti pamet ili ću moći pitati i dobiti odgovore na pitanja bez procjenjivanja kakav sam roditelj – prestroga, preblaga mama, staromodan tata?*
- ✖ *Jedan put sam nešto pitala vrtićku psihologinju i dala mi je dobar odgovor. Ima li ona još dobrih odgovora za mene?*
- ✖ *Kako je to raditi u grupi, hoće li mi biti ugodno, nelagodno, hoće li mi ti ljudi biti simpatični, hoću li ja njima biti simpatičan?*
- ✖ *Želim li među nepoznatima govoriti sve o sebi, svojem djetetu, obitelji? Ne moraju baš sve znati...*
- ✖ *Hoću li ispasti glupa, neznalica? Svi nešto čitaju o djeci, a ja baš i ne...*
- ✖ *11 puta je puno, pa to je skoro 3 mjeseca, svaki utorak? To bih vrijeme mogao bolje provesti sa svojim djetetom – ionako smo premalo zajedno.*

- ✱ *Rado bih išla vidjeti, ali nekako me sram, strah. Što će na to reći moj partner, moji roditelji, susjedi? Hoće li misliti da sam loš roditelj kad tražim pomoć?*

- ✱ *Je li to uopće za mene? Što će meni ta grupa?*

Sve ovo predstavlja izazov za detaljnije informiranje, "reklamiranje" i privlačenje roditelja da se zainteresiraju i prijave za sudjelovanje u programu radionica s roditeljima "Rastimo zajedno". Pritom je važno ublažiti bojazni i otpore koje mogu imati neodlučni roditelji.

Važna poruka roditeljima jest: poznajemo važnosti ranog razvoja, razumijemo važnost i zahtjevnost roditeljske uloge te sudjelovanje u Programu radionica nudimo kao mogućnost za ostvarivanje **prava svakog roditelja na podršku i pomoć**.

Iskustvo je pokazalo kako se za informiranje i pozivanje na radionice koje se održavaju u dječjem vrtiću mogu iskoristiti svi uobičajeni oblici komunikacije s roditeljima, ali i drugi načini koji se obraćaju i roditeljima izvan vrtića. Sami roditelji-polaznici dosadašnjih radionica smatraju da bi bilo dobro planirati više radionica i bolje ih "reklamirati".

**Evo nekih uobičajenih i u dječjim vrtićima provjerenih načina informiranja i pozivanja roditelja.**

- ✱ Obavijesti u obliku zanimljivih plakata na panoima u jasicama i vrtiću (u garderobama, hodnicima, ulazima, na vanjskim vratima i dr.). Dobro je na plakatima postaviti pitanja koja će roditelje privući i možda već na početku umanjiti njihovu neodlučnost.

*Nekoliko primjera iz prijašnjih grupa:*

- ✱ *Pozivamo vas da s voditeljicama i drugim roditeljima razgovarate o svojem odnosu s djetetom - primjerice o tome kako pokazujete ljubav, kako podržavate*





*djetetovu urođenu znatiželju, kako dijete učite što smije, a što ne smije raditi i drugo...*

- *Postavljate li si možda neka od ovih pitanja?*
  - *Postupam li dobro, jesam li prestrog ili preblag, dosljedan ili nedosljedan?*
  - *Što mojem djetetu zaista treba? Činim li dovoljno?*
  - *Kako raditi ono što je najbolje za dijete, a pritom ne zanemariti sebe?*
- *Roditelj najbolje poznaje svoje dijete i sebe, ali iskustva stručnjaka i drugih roditelja često su dobrodošla. Nitko ne zna sam sve odgovore na sva pitanja!*
- *Što se radi na radionicama s roditeljima “Rastimo zajedno”?*
  - *Predavanjima i vježbama stječu se znanja i vještine koje roditeljima koriste u odnosu s djetetom.*
  - *Razgovorom se izmjenjuju iskustva o rješavanju problema s djetetom.*
  - *Druženjem se postaje sigurniji, samopouzdaniji, zadovoljniji.*
- ✖ *Veći plakati sa slikama i izjavama roditelja iz ranijih grupa, koje mogu privući roditelje s različitim brigama i interesima. Dobro je uvrstiti (uz pristanak) slike i izjave očeva, ako ih je bilo. Neka se vidi da su jednako važni i pozvani kao i majke.*
- ✖ *Letci s malo opširnijim informacijama o programu radionica s roditeljima “Rastimo zajedno”, koji su dostupni svim roditeljima u dovoljnom broju, a mogu se postaviti i izvan vrtića – knjižnica, ambulanta i slično.*
- ✖ *Na roditeljskim sastancima (masovnim, grupnim) može se informirati o Programu, dosadašnjim iskustvima. Poželjno je da to prezentiraju voditeljice radionica, koje će predstaviti razloge, ciljeve, sadržaj i način rada na radionicama jer one mogu govoriti iz svojega neposrednog iskustva. Podrška za Program radionica može se dobiti i od roditelja koji su sudjelovali u ranijim grupama.*
- ✖ *Odgojitelji u svakodnevnom kontaktu s roditeljima mogu dodatno individualno informirati i nastojati zainteresirati roditelje koji su već izrazili potrebu za podrškom svojem roditeljstvu ili pomoć za rješavanje problema na koje nailaze sa svojom djecom. Iskustvo je pokazalo kako odaziv značajno ovisi o odgojiteljima i njihovu angažmanu da roditelje informiraju i motiviraju za uključivanje u radionice. Ulaganje dodatnog napora potrebno je za individualno motiviranje i uključivanje roditelja koji su primjerice manje obrazovani, nemaju naviku čitanja pisanih obavijesti, ne raspituju se o djetetovu boravku u vrtiću, uvijek žure i dr..*

- ✖ Dobar način jest i anketa o zainteresiranosti za uključivanje u Program radionica, o temama i problemima koji roditelje zanimaju, što im treba da bi se uključili i sl.. Na taj način informiramo roditelje, a ujedno dobivamo putokaz za kvalitetnije populariziranje, organiziranje i vođenje grupe.
  - *Primjerice, u anketama u prethodnim grupama dio roditelja izjavio je da im ne odgovara termin održavanja radionica. Dan i vrijeme održavanja mogu se prilagoditi većini zainteresiranih roditelja. Bilo je prijedloga da se radionice održavaju svaki drugi tjedan, što ponajviše odgovara roditeljima koji rade u smjenama.*
  - *Dosta je roditelja izjavilo kako nema kuda s djetetom dok su na radionici. To jest problem jer su ovo radionice samo za odrasle i roditelji trebaju osigurati da netko bude s djetetom dok su oni na radionicama. Nije preporučljivo organizirati dežurstvo u vrtiću jer bi tada dijete ostajalo u ustanovi 12 i više sati!*
  - *Manji dio roditelja kaže da nema vremena za radionice. Nekim se roditeljima čini kako program predugo traje (2 i pol mjeseca), ali iskustvo i roditeljske evaluacije na kraju programa nedvojbeno su pokazale da polaznici smatraju kako bi radionice trebale trajati duže te kako bi se trebalo uključiti više roditelja, po mogućnosti oba roditelja, da bude više očeva.*
- ✖ Mnogi vrtići imaju svoje internetske stranice, na kojima mogu vrlo uspješno pozivati, informirati, detaljnije opisati Program, oduševiti i pridobiti roditelje za uključivanje u radionice. Na taj način informacije o Programu postaju dostupne i roditeljima čija djeca nisu polaznici vrtića, a vrtić pozivanjem na radionice čini dobar iskorak za podršku roditeljstvu u zajednici.

Poželjno je, osobito ako se procijeni da nema dovoljno zainteresiranih roditelja za radionice u jaslicama i vrtiću, **proširiti glas i izvan vrtića**. Bilo je primjera informiranja i pozivanja putem lokalnog tiska i radija. Obavijesti i pozivi na Radionice mogu se postaviti i na okolna javna mjesta koja posjećuju roditelji male djece (ambulant, ljekarna, knjižnica, škola, trgovina, pošta, banka i dr.) Izvješćivanje medija o provođenju radionica, razgovori s voditeljicama i sudionicima provedenih radionica također pridonose popularizaciji programa radionica s roditeljima "Rastimo zajedno".

Program radionica s roditeljima u organizaciji **obiteljskog centra** namijenjen je svim roditeljima u zajednici, i onima koji nisu obuhvaćeni dječjim jaslicama i vrtićima.

Obavješćivati se može putem svih javnih medija (npr. tisak, TV, radio, web, letci...). U Program radionica “Rastimo zajedno” mogu se uključiti i roditelji korisnici raznih usluga centra za socijalnu skrb.

## 2.4 Tko provodi Program?

Radionice vodi tim u kojem su dvije ili tri educirane voditeljice. Visoka strukturiranost Programa omogućuje da radionice provode različiti profili stručnjaka (psiholog, pedagog, defektolog, socijalni pedagog, socijalni radnik, odgojitelj), i to s različitim iskustvom u ovakvom radu s roditeljima.

Kad se Program provodi u dječjem vrtiću, barem jedna od voditeljica je stručni suradnik, po mogućnosti psiholog. Ostala dva člana tima mogu biti stručni suradnik i odgojitelj ili ako vrtić nema dva stručna suradnika, onda se uključuju dva odgojitelja, po mogućnosti odgojitelji-mentori. U obiteljskom centru Program provode dvije voditeljice, od kojih je jedna po mogućnosti psihologinja.

Voditeljice su stručnjakinje na području razvoja djece najranije dobi, dobro poznaju obilježja razvoja, potrebe i ponašanja djeteta te vladaju komunikacijskim vještinama. Također je važno da imaju znanje i iskustvo u vođenju radionica, tj. u grupnom radu s odraslima (voditeljske vještine, prihvaćanje bez procjenjivanja, sposobnost razumijevanja roditeljskog stanovišta i dr.). Povrh toga, nužno je da su same sklone vrijednostima roditeljstva u najboljem interesu djeteta te da podupiru načela partnerstva u radu s roditeljima. Naravno, neophodan je uvjet da budu posebno **educirane za vođenje programa radionica s roditeljima “Rastimo zajedno”**, što znači da su ovladale teorijskim osnovama Programa, te da imaju sustručnjačku podršku u *Mreži voditeljica “Rastimo zajedno”*. O tome će biti više riječi u 4. poglavlju.

Voditeljice imaju ključnu ulogu i odgovornost za provođenje radionica. Njihovo znanje i osobine snažno utječu na grupu i njezine članove, radi čega su neophodni stalno promišljanje o vlastitom radu, kontinuirano učenje i rad na sebi. Voditeljice su te koje usmjeravaju aktivnosti grupe u skladu s ciljevima programa radionica s roditeljima “Rastimo zajedno”.

U radionicama “Rastimo zajedno” voditeljice su ravnopravne, tako da se uloge u voditeljskom timu mijenjaju ovisno o podjeli vođenja pojedinih aktivnosti. Koje su

**prednosti timskog vođenja?** Svojom međusobnom komunikacijom i suradnjom, povjerenjem i uzajamnim podupiranjem, uvažavanjem različitosti, iskazivanjem i rješavanjem nesporazuma bez prijetnje samopoštovanju, voditeljice su model ostalim članovima grupe. Više voditeljica lakše će se uključiti u rad podgrupa. Zajedničko vođenje grupe manje je stresno jer nijedna voditeljica nije aktivna cijelo vrijeme u punom opsegu. Uloge se dijele prema znanjima i afinitetima. Svaka voditeljica zna da će joj suvoditeljica "uskočiti" u pomoć ako to bude potrebno, što daje dodatan osjećaj sigurnosti (kao da imaš svoj "rezervni dio"). Osim toga, u slučaju izostanka jedne od voditeljica, ostali mogu bez problema održati radionicu i osigurati kontinuitet. Voditeljice su si uzajamna podrška i izvor povratne informacije, što pruža užitek u radu. Podijeljena odgovornost u vođenju povećava vjerojatnost dobrog promišljanja cijelog procesa. Manje iskusne voditeljice prevladavaju u timu strahove od vlastite nekompetentnosti i nedostatnih vještina. Davanje i primanje povratne informacije u konstruktivnom ozračju, tj. bez procjenjivanja osobnosti voditeljica, pridonosi kvalitetnijem vođenju radionica. To je također prilika da se još nešto nauči o samoj sebi kao voditeljici, o svojem načinu ponašanja u grupi, što pridonosi profesionalnomu i osobnom rastu voditeljice. Partnerstvo u voditeljskom timu mora se temeljiti na uzajamnom povjerenju i poštovanju, što je sukladno poruci koju program "Rastimo zajedno" šalje roditeljima, o poštivanju potreba svih koji su uključeni u djetetovo odrastanje.

Pri izboru voditeljskog tima sve ovo treba imati na umu. Dobro je da stručnjaci koji ulaze u tim iznesu svoja očekivanja, brige, potrebe, mogućnosti te spremnost na suradnju i timski rad. To je iznimno važno jer je riječ o timu u kojem su voditeljice različitih struka, često i različitog iskustva u grupnom radu s odraslima. Voditeljice bi također trebale biti spremne i na to da će u grupi roditelja biti pojedinaca kojima će biti simpatičnija jedna, a drugima bliža druga voditeljica, zatim da će hvaliti samo jednu ili će se pak češće obraćati drugoj voditeljici, što je sasvim očekivano u grupnoj dinamici. Sva ta i slična pitanja voditeljice trebaju razjasniti unaprijed te biti spremne o svemu tome otvoreno razgovarati nakon svake radionice, kako vođenje radionica ne bi za pojedince ili cijeli tim postalo izvor frustracija ili mjesto natjecanja, što naravno šteti djelotvornosti vođenja radionica i Programu u cjelosti.



## 2.5

### Neka obilježja grupnog rada s roditeljima

Budući da je program radionica s roditeljima “Rastimo zajedno” razvijen na načelima grupnog rada, osobito grupa za osobni rast i razvoj i edukativnih grupa, važno je da voditeljice poznaju osnovna obilježja grupnog rada, kao što su faze razvoja grupnog rada, pristup članovima, načine komunikacije i dr..

O fazama razvoja grupnog rada Ajduković (1997.) navodi: “Svaka grupa prolazi određene faze razvoja koje se mogu predvidjeti i koje su uzajamno ovisne. To su **faza planiranja, početna, središnja i završna faza**. Razdoblje planiranja označava početna nastojanja voditelja da se osnuje grupa. (...) U početnoj fazi grupa započinje rad. Počinju se javljati grupni osjećaji. Za ovo razdoblje karakteristična je podvojenost osjećaja članova. Oni pokazuju spremnost za uključivanje u rad, ali i potrebu zadržavanja određenog odmaka i svoje samostalnosti. Središnja faza je razdoblje napetosti, ali i uspostavljanja djelotvornog rada grupe. (...) Istodobno se produbljuju međusobni odnosi članova i razvija se grupna kohezija. (...) U završnoj fazi izvodi se vrednovanje i procjenjivanje učinaka grupnog rada. Članovi se suočavaju s nizom emocionalnih reakcija vezanih uza završetak rada grupe – od osjećaja gubitka i tuge, osjećaja zadovoljstva postignutim, pa čak do osjećaja rasterećenja. Poznavanje i prepoznavanje faza razvoja važno je za praktično djelovanje u grupi i razumijevanje grupnih procesa.” (str. 92).

Isto se događa i s grupama roditelja koji se uključuju u program radionica “Rastimo zajedno”. O tome smo vodili računa pri izradi programa, kako bismo i voditeljicama i roditeljima omogućili ugodno, sigurno i postupno upoznavanje i ulazanje u sve otvoreniju komunikaciju. U dosadašnjem iskustvu pokazalo se da se postupno javljaju grupni osjećaji i sve veća spremnost za suradnju, izražavanje različitog mišljenja te rješavanje problema. Kako se program približava kraju, sve su prisutnije emotivne reakcije vezane uza završetak radionica i potreba da se organizira neki oblik nastavka. Roditeljima tada treba najaviti da se predviđa nastavak u novom obliku, tj. u *Klubu roditelja “Rastimo zajedno”*, o čemu je više rečeno u 4. poglavlju.

#### Što su rekle voditeljice ...

... o timskom radu?

- ✱ Timski rad je izuzetno dobar način rada, posebice podjela uloga, međusobno nadopunjivanje ako se uoči da jedna od voditeljica nije bila dovoljno jasna. Priprema je izuzetno bitna jer tada je svaka voditeljica sigurnija u nekim od situacija – očekivanim ili neočekivanim... Jako je lijepo raditi u timu!
- ✱ Sigurnije smo u radu nego u prvom ciklusu, više se nadopunjujemo.
- ✱ Dobro smo se izmjenjivale i nadopunjavale. Zadovoljne smo!!!
- ✱ Pravi smo tim, dogovorno dijelimo zadatke, odgovorne smo.



Vođenje radionica, kao specifičnog oblika edukativno-podržavajućeg rada s roditeljima zahtijeva od voditeljica iskustvo, znanje, sposobnosti i vještine te **spremnost na ravnopravan dijalog**. U našem Programu ne pametujemo, ne držimo prodike, ne

### Što su rekle voditeljice ...

... o razvoju grupe?

- ✱ **Poslije prve radionice:** Osjećale smo se kao pod skenerom, ali odmah smo primijenile otvorenu komunikaciju slanjem JA-poruka i izražavanjem vlastitih osjećaja, ali i objašnjavanjem svoje motivacije i izvora kompetencije za prihvatanje izazova vođenja ove grupe.
- ✱ **Poslije treće radionice:** Ova grupa roditelja manje nam je otvorena i spontana kada se radi u velikoj grupi, u odnosu na našu prvu grupu roditelja. Imamo osjećaj kao da ih je strah toga hoće li njihovi odgovori, primjeri, iskustva biti dobri ili manje dobri. To se ne osjeća u dvojicama, trojkama i malim grupama. Trudimo se stvoriti opuštajuću atmosferu, upotrebljavamo razne "otvarače", i nadamo se većoj spontanosti roditelja.
- ✱ **Poslije četvrte radionice:** Čini nam se da se roditelji osjećaju vrlo opušteno; rado iznose svoja mišljenja, žele pomoći jedno drugom savjetom, ali se međusobno i uvažavaju.
- ✱ **Poslije četvrte radionice:** Čini mi se da su na ovoj radionici i članovi grupe i voditeljice prešli u sljedeću fazu razvoja grupe (tj. iz početne u središnju). Svi spremnije i sigurnije iznose svoja mišljenja i iskustva...
- ✱ **Poslije pete radionice:** Osim toga, i roditelji su se već dobro upoznali, imamo osjećaj da će na kraju "školovanja" htjeti i na "maturalac" s nama.
- ✱ **Poslije desete radionice:** Svi (i voditeljice i roditelji) osjećamo "klasične simptome" koji se javljaju kada se grupni rad približava kraju; roditelji uglavnom pričaju o "našim srijedama" koje će im nedostajati, hvale podršku, razumijevanje, druženje, izražavaju žaljenje zbog skoroga kraja...



izvodimo roditelje na "pravi put" niti je radionica arena u kojoj se vode borbe moći (Pleša, 1997). Naša je uloga potaknuti i olakšati razmjenu između roditelja i u tu raspravu unijeti neke nove informacije iz profesionalnog i osobnog iskustva. Nema idealnog roditelja, samo konkretne osobe (Gabelica-Šupljika, 1997). Roditelje trebamo shvaćati ozbiljno i pridavati važnost onome što je svatko od njih rekao ili iskazao. Roditelj želi "biti viđen" – kao i dijete.



Ako želimo pomoći roditeljima da njeguju kvalitetan dijalog sa svojom djecom, naša interakcija s njima trebala bi im biti dobar uzor. Prema tome, način rada s roditeljima u programu radionica “Rastimo zajedno” proizlazi iz cjelokupnog pristupa razumijevanju odnosa roditelj – dijete na temeljima ravnopravnog dostojanstva te se isti pristup upotrebljava u osnaživanju partnerskog odnosa voditeljice – roditelji. Dakle, dobra voditeljica ovih radionica jest ona koja zna uspostaviti odnos ravnopravnog dostojanstva s roditeljima i drugim voditeljicama.

Jednako tako, treba imati na umu to da roditelji, osim što imaju različite potrebe i očekivanja, imaju i **preferirane načine usvajanja novih spoznaja**. Stoga je nužno uvažavati način na koji pojedinci prihvaćaju i primjenjuju nove informacije koje se nude i raspravljaju na radionicama. Neki roditelji trebaju više pomoći od voditeljica, trebaju više konkretnih primjera i smjernica, osvješćivanja novih uvida te više podrške da provjere nove spoznaje i iskušaju nove vještine u odnosu sa svojim djetetom. Svakom roditelju nastojimo omogućiti to da se na radionicama osjeća aktivnim, cijenjenim i kompetentnim.

Poradi ciljeva Programa i specifičnosti rada s roditeljima male djece, posebno želimo naglasiti one **načine komunikacije** s roditeljima koji potiču suosjećanje s drugom osobom, a posebno s djetetovim stanjima i potrebama (mislima i osjećajima). Kao što poručujemo roditeljima da je potrebno razumjeti dijete i slijediti njegove inicijative, tako i način komunikacije s roditeljima treba slati poruke suosjećanja.

Jedan od tih načina jest da voditeljica iznosi svoja iskustva sa svojim djetetom, o djetetovim dobrim i lošim stanjima, o svojim dobrim i lošim stanjima te o vlastitom odnosu s djetetom. Govorenje o sebi voditeljici daje dodatnu uvjerljivost i prikazuje je kao osobu koja ima probleme, uvide, dileme i pitanja, kao i ostali roditelji u grupi. Ako voditeljica nema vlastitih iskustava o temi o kojoj se razgovara, može navesti dobre primjere odgovora iz literature ili tuđih iskustava. I tada odgovoru možemo dati osobnost pa, primjerice, možemo reći: “Moja je prijateljica taj problem rješavala ovako...”, ili: “Jedan nam je otac u prošloj grupi na ovu temu rekao...” Takvom personalizacijom i problem i mogući odgovori postaju životniji, uvjerljiviji, prihvatljiviji.

Drugi način poticanja suosjećanja s djetetovim stanjima je voditeljičino slikovito i živo opisivanje kako dijete doživljava neku situaciju, kako mu je kad naprimjer prvi put ostane sâmo u jaslama (gdje nema mame i tate, puno je djece, nikog ne poznaje, stvari i igračke su drugačije, hrana je nepoznata...). Ovakva situacija može se usporediti i sa situacijom koju doživljavamo mi, odrasli. Primjerice, sjetite se kako vam je bilo kad ste

prvi dan došli na posao, niste znali što trebate raditi, nikog niste poznavali, prostor vam se činio ogroman, puno novih lica... Što mislite, je li djetetu slično?

Što više uživljavanja u ulogu djeteta i suosjećanja s djetetom potaknemo u roditelja, možemo pretpostaviti da će dijete imati veću šansu da ga roditelj vidi i prihvati kao osobu s vlastitim doživljavanjem sebe i svijeta.

## 2.6

### Vještine vođenja radionica

Iz dosad navedenog jasno je da su vještine vođenja grupe vrlo važne. Stečene vještine vođenja grupe osigurat će opisane zahtjeve za dobrom interakcijom među svim članovima grupe. Uz sljedeće opće vještine grupnog rada s roditeljima navodimo neke specifičnosti koje su važne za radionice "Rastimo zajedno".

**Strukturiranje** – Radionice su strukturirane i treba se držati uputa o načinu rada. Ipak, ponekad se može odstupiti od uputa (npr. da se radi individualno, u paru, u malim grupama, pola grupe, cijela grupa) zbog raspoloživog vremena, odnosno velikoga/ malog broja prisutnih roditelja. Ponekad se može kratiti trajanje jer treba paziti da se rasprava nepotrebno ne produži (npr.: *Hvala Vam na toj primjedbi. O njoj ćemo malo kasnije opširnije govoriti kada ta tema dođe na red.*) Strukturiranjem rada, voditeljica osigurava maksimalno uklapanje roditeljskih doprinosa i uvida u temu i ciljeve susreta te u opći cilj Programa.

**Uopćavanje** – Dobro je da roditelji vide kako nisu jedini koji nešto žele ili koje nešto muči (npr.: *Ima li još netko sličnu situaciju?* ili: *Izgleda da mnogi od vas imaju slično iskustvo.*). Kad doznaju da je neki problem učestao u odnosima roditelja i djece, obično slijedi doživljaj da je to „normalno“ što im donosi olakšanje (tzv. normalizacija).

**Povezivanje** – Povezujući ono što je već rečeno, voditeljica pokazuje roditeljima da ih sluša i sjeća se što su rekli. Dobro je pozvati se na njihove iskaze kad god je to moguće te povezivati nove stvari sa starim znanjima o kojima je bilo govora ranije. Povezujući što je izrečeno, voditeljica osvježava i proširuje njihova iskustva.

**Preusmjeravanje** – Komentar ili pitanje postavljeno voditeljici dobro je preusmjeriti pitanje ostalim članovima, čime se dobiva mišljenje grupe, jača kompetentnost roditelja te dobiva više odgovora na pitanje (npr.: *Što misle ostali? Želi li netko odgovoriti na ovo pitanje?*). Ako voditeljica može dodati neki novi uvid ili informaciju,



ili svoje iskustvo, daje ga kao svoj doprinos na kraju diskusije. Naravno, ako su u pitanju neka specifična stručna znanja i informacije, voditeljice trebaju izravno odgovoriti, a ne preusmjeravati.

**Sažimanje** – Kada želimo završiti, kad je dovoljno rečeno, kad želimo prijeći na novo, temu završavamo zaokruživanjem, sažimanjem onoga što je rečeno u jednu do dvije rečenice, kao neki zaključak (npr.: *Znači...*, ili: *Da zaokružimo što smo dosad rekli...*). Sažimanjem skraćujemo i završavamo diskusije koje više ne donose ništa novo.

**Davanje zadataka i obveza** – Za *utvrđivanje gradiva* i povezivanje grupe dobro je dati članovima neku vrstu *domaće zadaće* o kojoj trebaju izvijestiti na sljedećem susretu ili nakon dužeg perioda. Tako potičemo prijenos iskustva stečenog na radionicama u obiteljski kontekst, što i jest cilj Programa.

**Poticanje povratne informacije** – Voditeljica traži od članova reakciju na ono što je na radionici rečeno, da kažu svoje mišljenje, iznesu svoj doživljaj ili iskustvo. To pomaže i onim sramežljivima da se otvore i kažu što misle. Davanje i primanje povratne informacije traži povjerenje među članovima grupe. Voditeljice su model za davanje i primanje povratne informacije jer tako potiču članove grupe na ulaganje napora i davanje doprinosa diskusiji, boljem objašnjavanju svojih stavova i slično.

**Poticanje neposredne interakcije** – Voditeljice svojim primjerom i poticanjem podržavaju da svatko govori u svoje ime i obraća se članovima grupe neposredno. Tako raste osjećaj poštovanja, izbjegava se vrednovanje i “pametovanje” te jača grupna dinamika i komunikacija ne ide isključivo preko voditeljica.

**Ohrabrivanje** – Voditeljičino aktivno slušanje i poticanje ohrabrit će roditelje, posebice one članove koji se boje da će reći nešto krivo, da pitaju i govore bez bojazni da će biti procjenjivani (npr.: *Vidim da ste neodlučni, pitajte, grupa je velika, sigurno će netko imati odgovor za vas.*) Ohrabrivanje se odnosi na uočavanje rasta, snage i povjerenja u osobni rast i promjenu.

Ponekad ponašanja nekih članova zahtijevaju **dodatan trud i snalaženje voditeljica**. Riječ je o članovima koji previše ili premalo govore, koji uvijek sve znaju, koji prekidaju druge, mijenjaju teme i sl. (Parent Group Sessions, n.d.). Tada i sama voditeljica može doživjeti koliko je ovladala vještinama vođenja, jer u takvim situacijama ne može očekivati da će intervenirati netko od ostalih članova grupe. Naravno, ako uoči potrebu uskočit će suvoditeljica – zato je tu. Često je jedan od dobrih načina podsjetiti člana koji “ometa” na pravilo grupe o koje se “ogriješio”. Primjerice: “Recite što VI o tome mislite.

A ostali će roditelji reći što oni misle. Dogovorili smo se da će svatko govoriti u svoje ime."

**Član grupe koji previše govori** – Ako član grupe u raspravama često uzima riječ, govori dugo te oduzima priliku i vrijeme drugim članovima, voditeljica može prekinuti i preusmjeriti pitanje cijeloj grupi, naprimjer: "Ima li netko nešto za dodati na tu temu?" ili: "Ima li netko slično iskustvo?" ili se pak obratiti tihom članu takvim pitanjem prije negoli glasni član stigne nešto reći. Ako tako procijeni, voditeljica se može pozvati na pravilo o vremenu.

**Član grupe koji uglavnom šuti** – Ako je član sramežljiv ili mu je neugodno, može ga se u nekom trenutku upitati ima li nešto za dodati u raspravi, može ga se neposredno pitati, npr.: "Vidim da uglavnom šutite. Želite li nam ipak reći što vi o ovome mislite?" Šutljivim članovima nekad je lakše otvoriti se u malim grupama ili parovima. Ipak, neki ljudi ne vole govoriti u grupi i to treba poštivati.

**Član koji verbalno napada** – Svaki verbalni napad voditeljica treba prekinuti i zaštititi ostale članove grupe. Može naprimjer reći: "Vidim da vas je ovo uzбудilo, uznemirilo..." ili: "Brine me što se zbog ovoga što govorite netko može osjetiti napadnutim ili da ga okrivljavate ..." ili: "Možete reći što vi o tome mislite... ili kako se vi osjećate..., a i drugi će to reći za sebe ako žele. Podsjećam vas na naše pravilo – prihvaćamo da smo različiti i da se uzajamno poštujemo."

**Član koji sve zna** – Poneki član želi pokazati kako jako puno zna pa često kritizira, ima drugačije mišljenje, bolje zna od drugih ili od voditeljica. Može se, primjerice, reći: "Čujem da XX o tome misli drugačije. Što vi ostali mislite o tom pitanju?" U pravilu treba održati otvorenu raspravu, ali paziti da se ne uđe u okršaj. Ovo je dosta izazovna situacija za voditeljicu jer treba ostati mirna i prisjetiti se kako su mnoga pitanja na području roditeljstva bez ispravnoga/točnog odgovora koji vrijedi za sve.

**Član koji prekida druge** – Obično je riječ o članu koji ne može dočekati da dođe na red. Najjednostavnije je reći naprimjer: "Molim vas pričekajte, vidim da XY nije rekla sve što želi. Vi ćete biti sljedeći." Nakon toga valja paziti da zaista bude sljedeći na redu. Može ga se podsjetiti i na pravilo o slušanju.

**Član koji mijenja temu** – Ako neki član načinje temu koja će biti raspravljena u nekoj od sljedećih radionica, tim riječima ga se može i prekinuti, primjerice: "Nismo još sve rekli o ovoj temi o kojoj sada raspravljamo, a ovo što vi sada govorite bit će tema naše radionice za dva tjedna." Ili se pak može predložiti da to pitanje sačuvaju za 9.

radionicu – aktivnost “Pitanja iz šesira”, a ako ni tada ne budu zadovoljni obrađenim, može se s članu predložiti individualan susret.

**Član koji iznosi ozbiljne osobne probleme** – Ako član iznese neki svoj ozbiljan problem koji je izvan okvira programa i/ili voditeljičine kompetencije (npr. bračni problemi, nasilje u obitelji, financijske poteškoće), može se reći primjerice: “To o čemu govorite problem je kojeg ne možemo rješavati u ovoj grupi. Ostanite poslije radionice da vidimo ima li neki način da vam pomognemo.” Svakako treba s njime razgovarati nakon susreta i, ako voditeljica ne može pomoći, posavjetovati ga kome da se obrati.

#### Što su rekle voditeljice ...

... o vođenju radionica?

- ✦ Nakon druge radionice: Isprobale smo strukturiranje, povezivanje, preusmjeravanje. Moramo usavršavati sažimanje i prekidanje kada tema zalazi u neku od sljedećih radionica.
- ✦ Voditeljice su izvješćivale da su ponekad bile premalo čvrste u strukturiranju i usmjeravanju rasprave...: Vježbamo rečenice, ali moramo ih uvježbati bolje:
  - *O tome ćemo šire na jednoj od sljedećih radionica.*
  - *Ovaj put ćemo se zadržati na ovoj temi, a nećemo pričati primjerice o generacijskom modelu prijenosa odgoja, iako je i to vrlo zanimljiva tema. Njoj ćemo se vratiti na 10. radionici.*
- ✦ Isprobale smo strukturiranje, uopćavanje, povezivanje, sažimanje i dobro nam idu. Možda bismo trebale poraditi na promoviranju povratne informacije i ohrabrivanju.
- ✦ Moramo više raditi na preusmjeravanju diskusije na našu temu, jer nam je ovaj put razgovor otišao malo izvan teme. Roditelji su jako pričljivi i imamo dojam da jedva čekaju sve podijeliti s nama, a mi ih volimo slušati.
- ✦ Snalazimo se u vođenju i preusmjeravanju aktivnosti. Roditelji često skreću s teme. Treba procijeniti kada i koliko treba dopustiti da pričaju o svojim iskustvima, a kada i na koji ih način vratiti na temu kojom se bavimo.
- ✦ Ne osjećamo se previše uspješno jer je jedna mama u nekoliko navrata, gotovo ljutito, izrekla da očekuje odgovore na svoje probleme, rješenja na situacije koje ne zna riješiti sa svojom djecom. Uz pokušaj osvrta na stupove roditeljstva, i dalje traži konkretne odgovore, a uz nju se još nekoliko roditelja složilo s tim očekivanjima. Osjetile smo nezadovoljstvo, što nas je malo obeshrabilo.
- ✦ S obzirom na to da roditelji neprestano izražavaju zadovoljstvo radionicama, prestale smo biti previše kritične; sve rješavamo u hodu, spontano. U stvari, čini nam se da su roditelji shvatili bit, ne traže više konkretne savjete, prihvaćaju roditeljstvo kao individualno iskustvo, a radionice kao mogućnost objedinjavanja tog iskustva s istraživanjima i znanjima o mogućnostima, izvorima snage i osnovnim pravilima.

**2.7****Što i kako se radi na radionicama?**

Program radionica s roditeljima "Rastimo zajedno" podijeljen je u jedanaest širih tema, jedanaest radionica. Njihovi nazivi jesu:

1. Roditelji 21. stoljeća
2. Četiri stupa roditeljstva
3. Roditeljski ciljevi i psihološke potrebe djeteta
4. Sva naša djeca i kako ih volimo
5. Slušanje - važna vještina roditeljstva
6. Kako dijete uči o svijetu oko sebe
7. Granice: zašto i kako?
8. Kreiramo i biramo rješenja
9. Roditeljske odgovornosti i još poneka pitanja
10. Biti roditelj: utjecaji i izbori
11. Završetak i novi početak

Svaka tema cjelina je za sebe, ali i bitan dio cijelog Programa koji bi bio nepotpun bez bilo koje od jedanaest radionica. Nijedna radionica ne može se održati samostalno jer radionice slijede jedna drugu smisleno i sadržajno - kao karike u lancu.

**Struktura radionica**

Svaka radionica započinje nekom vježbom ili aktivnošću "za zagrijavanje", koja uvodi u temu i podupire iskustveno učenje, a ujedno stvara ugodnu atmosferu. Iako su često vedre i zabavne, ove vježbe nisu "igrice" radi zabave.

**Što su rekli roditelji ...**

... u evaluaciji Programa?

- \* Sve su teme bile važne i korisne i našle svoje mjesto u zadovoljavanju roditeljskih potreba - o roditelju i roditeljstvu, o djetetu, o komunikacijskim vještinama za razvijanje dobrih odnosa.
- \* Pokušat ćemo primjenjivati u životu sve od naučenoga, posebno ono što pridonosi boljem razumijevanju i odnosu s djetetom.

U središnjem dijelu obično je predviđeno:

- \* kratka stručna izlaganja (u pravilu uz ppt-prezentaciju ili pisani prilog za roditelje)
- \* ponekad prikazivanje filma (UNICEF-ov DVD "Prve tri su najvažnije")
- \* aktivnosti i vježbe (često uz radni list ili pisani prilog) – refleksija, diskusija
- \* razmjena iskustva kao razgovor s cijelom grupom ili u manjim grupicama (par, trojka, četvorka...)
- \* ponekad je između zahtjevnijih aktivnosti umetnuta opuštajuća aktivnost za rasterećenje.

Na kraju susreta roditelji često dobiju domaću zadaću koja služi provjeravanju novostečenih uvida i znanja u vlastitoj obitelji te isprobavanju ili uvježbavanju novih vještina. Za završavanje i opuštanje pred rastanak provode se vedre igre koje imaju smislenu povezanost s temom susreta, a koje potiču zbližavanje članova grupe te mogu biti inspiracija za igranje s djetetom kod kuće.

#### Što su rekli roditelji ...

... o radionicama?

- \* Jako mi se sviđa koncept radionice, odnosno izmjenjivanje igara i "oživljavanja" vlastitih iskustava.
- \* U teorijskom izlaganju sam našla potvrdu svoga dobrog odnosa prema djetetu.
- \* Super je što uz priloge navodite izvore literature.
- \* Radionice su zanimljive, poučne i sjajno je to što smo svi bili aktivno uključeni, što smo međusobno surađivali i nadopunjavali se.
- \* Sviđa mi se što svatko ima pravo reći što misli i želi, a ponajviše to što iznosimo svoje osjećaje, i potrebe, i navike.
- \* Dobar osjećaj učenja uz zabavu i druženje.
- \* Igre su predivne, zabavila sam se. Lijepo je raditi u paru.
- \* Igrice su odlične, korisne za igru u obitelji.
- \* **Jedna voditeljica:** Posebno smo zadovoljni pozitivnim reakcijama roditelja, otvorenosti grupe za diskusiju. Mislimo da zaista svi imamo koristi od ovakvoga grupnoga rada.



U ovakvom programu kojem su cilj podrška i osnaživanje, a ne poduka, poticanje aktivnog uključivanja roditelja postiže se postupno. U skladu s očekivanim razvojem grupe, u početnim se radionicama više razgovara o sadržaju, partnerski se razmjenjuju ideje i mišljenja. Zatim se postupno uvode aktivnosti koje traže više samootkrivanja – naravno onoliko koliko su roditelji spremni i koliko to žele. Cilj je učiniti vidljivim postojeće snage roditelja u ugodnom okruženju s dovoljno prostora za otkrivanje sebe i vlastitih viđenja, bez nametanja gotovih rješenja izvana. Takav pristup traži otvorenu komunikaciju između voditeljica i roditelja.

U pravilu, poželjno je da se cijeli program od jedanaest radionica provede u jedanaest tjedana, **jednom tjedno po dva sata**. Ukupno trajanje programa je 22 sata. Važno je prilikom pozivanja roditelja da se uključe u Program istaknuti njegovo trajanje i potrebu redovitog dolaska na sve radionice, kako bi njihovo sudjelovanje u radionicama imalo svoj puni smisao i učinak. Od roditelja se očekuje da prihvate obvezu redovitoga sudjelovanja na svim radionicama.

Naravno, voditeljice će se sa svakom grupom roditelja dogovoriti ritam održavanja radionica. Dogodit će se da blagdani prekinu niz od 11 ili će se pak zbog potreba roditelja susreti planirati svaka dva tjedna (npr. ako rade u smjenama). Ipak, preporučuje se ritam od jednom tjedno po 2 sata jer osigurava kontinuitet i dobru usredotočenost članova grupe.

## 2.8 Pripreme za provođenje Programa

### Pripreme pomagala i prostora

Nakon prikupljanja roditeljskih prijava mogu započeti neposredne pripreme za početak održavanja radionica. Osim priprema voditeljica u stručnom pogledu, neophodno je

Što su rekle voditeljice i roditelji ...

... o trajanju Programa?

- ✱ U početku se činilo i nama i roditeljima 11 radionica puno, ali sada roditelji pitaju hoće li ih biti još, mogu li se pridružiti i skupini na proljeće.
- ✱ Jako mi je žao zbog završetka radionica. Svi ovi sastanci su mi bili kao jedna dobra psihoterapija i već pri samoj pomisli da završava osjećam veliku nesigurnost a i usamljenost. Ipak smo se svi zbližili i mogli povjeriti jedni drugima. Zaista dobra stvar. Molim da se organiziraju i dalje ovakva druženja. Hvala!
- ✱ Nakon završetka radionice u trajanju od dva sata, produžili smo druženje u opuštenoj atmosferi još 30 min, mame su se izjasnile da im je prebrzo prošlo vrijeme.





obaviti neke praktične pripreme prije početka cijelog Programa, a neke neposredno prije svake radionice.

*Što je potrebno nabaviti i osigurati?*

- \* računalno, projektor, zvučnike, projekcijsko platno (ili čist zid), produžni kabel
- \* plakate ili *flip chart*
- \* flomastere, kemijske olovke, drvene bojice, paste
- \* papire, samoljepive papiriće
- \* bedževe i papiriće za njih
- \* UNICEF-ov CD "Rastimo zajedno"
- \* mape za roditelje
- \* pisane priloge za roditelje
- \* klupko vune (za 3. radionicu)
- \* šešir (za 9. radionicu).

*Može biti korisno, ali nije neophodno:*

- \* CD-player, CD s instrumentalnom glazbom
- \* servirna kolica s čašama, sokom, kavom, grickalicama i sl.

Sav potreban pribor, pomagala i sredstva potrebno je prikupiti i tijekom cijelog programa imati pohranjeno na sigurnome mjestu. Prije svake radionice treba pripremiti pisane priloge za roditelje, potrebne za taj susret. Pokazalo se korisnim da se za to zaduži jedna voditeljica.

Za svaku radionicu treba navrijeme pripremiti **prostor**. To može biti soba dnevnog boraka neke vrtićke skupine, dvorana, zbornica... Prostorija mora biti uredna, odisati vrtićkom atmosferom, odavati sliku promišljene pedagoške organizacije (Pleša, 1997.). I uređenje šalje poruku roditeljima da su dobrodošli. Stolci se postavljaju u krug, tako da svatko vidi svakoga, kako bi se moglo komunicirati licem u lice. Voditeljice ravnopravno sjede u krugu s roditeljima. Stolci su po mogućnosti veliki, a ako su dječji neka barem budu oni za stariju djecu. U sredinu se na stolove (npr. 4 spojena dječja stola) rasporede papiri, olovke i boje u kutijama te sve ono što je još potrebno za radionicu koja je na redu. Svaki se put donesu i pisani prilozima s prethodnih radionica s roditeljima koji su bili odsutni. Plakati ili *flip chart*, kao i projekcijsko platno, trebaju biti vidljivi za sve



sudionike, a računalo i projektor provjereni. Treba pripremiti i vješalicu za kapute. U vrijeme okupljanja roditelja i za vrijeme nekih vježbi može svirati instrumentalna glazba kao zvučna kulisa za stvaranje ugodne atmosfere. S obzirom na trajanje radionica (dva sata), ako je to moguće, dobro je ponuditi roditelje sokom, kavom, grickalicama (npr. kao buffet na servirnim kolicima). Iskustva su pokazala da se i roditelji spontano uključuju sa svojim slatko-slanim prilogima.

### Pripreme voditeljskog tima prije radionica

Voditeljice se trebaju pažljivo pripremati za radionice i onda kad ih ne provode prvi put. Cijeli program radionica s roditeljima "Rastimo zajedno", kao i svaka radionica za sebe, jasno su strukturirani s ciljem da se najučinkovitije obradi pojedina tema i program u cijelosti. Stoga voditeljice svaki put trebaju pročitati sve (radionicu, ppt-prezentacije, pisane priloge za roditelje). U nekim su radionicama tekstovi za izlaganje opširni, što ne znači da to sve treba reći roditeljima. Oni služe za proširivanje znanja voditeljica kako bi što potpunije ovladale temom i lakše odgovarala na moguća pitanja roditelja. Slično je i s pisanim prilogima za roditelje. Nije potrebno sve priloge objasniti, oni su namijenjeni da ih roditelji pročitaju kod kuće, na što ih treba upozoriti i motivirati. U samim radionicama nalaze se napomene vezane uz važnost ili moguće skraćivanje izlaganja.

Unutar voditeljskog se tima vođenje pojedine aktivnosti bira i dodjeljuje vodeći računa o postojećim znanjima i sklonostima pojedine voditeljice. Pokazalo se dobrim da se tijekom radionice što ravnomjernije izmjenjuju sve voditeljice. Smjenjivanje voditeljica daje radionici dodatnu živost, a voditeljicama sigurnost i ležernost.

## 2.9

### Provođenje radionica

Zbog ugodnog odvijanja procesa tijekom radionice te osjećaja sigurnosti u grupi i "zaštite" članova, važno je na prvom susretu s roditeljima dogovoriti **pravila grupnog rada**. Svaka grupa uz pomoć voditeljica dogovara pravila koja vrijede dok sudjeluju u radionicama. Pravila se dogovaraju tako da ih svi mogu prihvatiti, kao i napomenu da se svatko može pozvati na određeno pravilo ako doživljava da ga netko krši i time narušava rad grupe.

### Što su rekle voditeljice ...

... nakon prve radionice?

- ✱ **Voditeljice jednog tima, koje nikad prije nisu vodile radionice, napisale su u izvješću nakon što su provele prvu radionicu:** Materijal za radionice je dobro pripremljen s detaljnim uputama koje nam olakšavaju pripremu i izvođenje radionice. Početni "strah" nakon edukacije je nestao! Samo se treba dobro pripremiti prema tom materijalu, naučiti, isprobati izgovoriti...
- ✱ **Voditeljice koje su već provele jedan ciklus radionica, nakon prve radionice pišu:** Sad se već osjećamo kao ribe u vodi, dobro plivamo za početak...

Dosadašnja iskustva pokazuju da su korisna ova pravila:

- ✱ *Dobrovoljnost aktivnog sudjelovanja*, tj. član grupe govori o sebi i otvara se onoliko koliko je spreman, bez pritiska na samootkrivanje veće nego što želi. Treba naglasiti da je ovo edukativna grupa i grupa podrške, a ne psihoterapijska grupa.
- ✱ *Prihvatanje različitosti članova*, uzajamno poštovanje i pažljivost prema ostalima, bez procjenjivanja, bez vrednovanja.
- ✱ *Slušanje drugih* bez upadanja.
- ✱ *Briga o ukupnom vremenu* i njegovo dijeljenje s drugima, tj. svijest o tome kako i drugi trebaju vrijeme da kažu što žele.
- ✱ *Govorenje u svoje ime*.
- ✱ *Poštivanje diskrecije* tj. preuzimanje obveze da se ne iznosi izvan grupe ništa što su rekli drugi članovi.

Potrebno je dogovoriti i način oslovljavanja među članovima. Predlažemo oslovljavanje samo imenom, umjesto *teta* ili *mama*. Korisno je dogovoriti se da se isključe mobiteli. Neke grupe žele pauzu. Početak i završetak rada treba biti navrijeme (osobito zbog roditelja koji imaju organizirano čuvanje djece i ne žele kasniti). Osim na prvom susretu, početak se ne smije odlagati zbog očekivanja članova koji kasne, jer čekanje potiče članove da i dalje kasne. Također, valja pitati roditelje za dopuštenje fotografiranja grupe, uz objašnjenje za što će se i gdje upotrebljavati te fotografije. Ukoliko ne žele, ne smije ih se fotografirati, odnosno ako i pristanu na fotografiranje, treba ih ponovno pitati na kraju programa dopuštaju li korištenje slika i za što. Naravno, kao uzori voditeljice se trebaju pridržavati svih pravila i dogovora.

Prezentirajući način rada, voditeljice također trebaju naglasiti da je ovo prvenstveno edukativna grupa te da potrebe za dodatnom podrškom roditelji mogu rješavati u individualnim susretima s voditeljicama ili odgovarajućim stručnjakom na kojega ih voditeljice mogu uputiti.

Na početku svake radionice roditeljima se najavljuje tema predviđena za taj susret. Nije potrebno roditeljima pročitati ciljeve radionice, oni su namijenjeni voditeljicama da bi lakše strukturirale radionicu i fokusirale se na ono što roditelji na toj radionici trebaju doznati, razumjeti te koje uvide steći, koje vještine unaprijediti.

Svaka radionica provodi se po planiranom redoslijedu aktivnosti koji je promišljen sklop vježbi, izlaganja i razmjene iskustva u skladu s temom i ciljem pojedine radionice. Vrijeme predviđeno za pojedine aktivnosti je okvirno, za orijentaciju i planiranje. Ipak, iskustvo je pokazalo da je dobro pridržavati ga se jer se inače može dogoditi da se ne provedu sve predviđene aktivnosti.

#### Jedna voditeljica ...

- ✱ Potrebno je balansirati – držati se vremena i rasporeda: dati roditeljima vremena za raspravu (koja je ponekad nedovoljno konstruktivna).

Voditeljice trebaju povezivati dijelove radionice, tako da se aktivnosti logično nastavljaju, teku jedna iz druge. U svaku aktivnost roditelje treba uvesti povezujući je s prethodnom aktivnošću; na kraju slijedi sažimanje te najava sljedeće aktivnosti. Naprimjer: "U ovoj ste vježbi doživjeli kako je to kad ne poznajete pravila u nekoj situaciji i usporedili ste to sa situacijama kada dijete ne poznaje pravila. Sad ćemo porazgovarati o donošenju obiteljskih pravila i čemu ona služe."

U samim radionicama predložene su ideje za povezivanje ili sažimanje.

Izražavanje i stručne termine treba prilagoditi prisutnim roditeljima tako da su voditeljice sigurne da ih svi razumiju bez obzira na vrstu obrazovanja. Kod šarolikog sastava grupe dobro je paralelno, uz stručne ili strane termine, rabiti i hrvatske ili opširnije, opisne termine. Primjerice, empatija ili suosjećanje, kognitivni ili spoznajni razvoj, adaptacija ili prilagodba, feedback ili povratna informacija, regulacija ili usmjeravanje i slično.

Ne treba žuriti, važno je dobro objasniti ono o čemu se govori. Naprimjer, treba jasno reći i ponoviti što se očekuje od roditelja u pojedinoj vježbi, kako bi bilo sigurno da su svi točno shvatili uputu, inače su aktivnosti i vježbe promašene.

U razmjeni iskustava voditeljica potiče diskusiju koja pomaže roditeljima da bolje vide i razumiju svoje vlastito iskustvo. Voditeljica je ta koja povezuje iskustvo grupe. Ukoliko je to prikladno, iznosi i svoje osobno iskustvo, ali prvo se oslanja na iskustvo roditelja. Tek onda nudi svoj uvid i iskustvo kakve roditelji možda još nisu upoznali. Naglašavajući različita iskustva roditelja, voditeljica proširuje njihove poglede na temu koja se razmatra. Primjerice, pita ih što su vidjeli da čine drugi roditelji i što misle o drugačijim pristupima.

Pri biranju dobrovoljaca, što se traži u nekim vježbama, mora se paziti je li osoba dorašla zadatku koji joj voditeljica dodjeljuje te čuvati članove grupe od nelagode. Ako postoji problem u vezi s biranjem dobrovoljaca za vježbe, kao dobrovoljci uključuju se voditeljice. Iako su u radionicama odabrane vježbe koje ne izazivaju nelagodu, ipak netko može izraziti želju da se ne uključi u vježbu, što se naravno poštuje, kao naprimjer u vježbama masiranja (koje se uvijek rade na leđima druge osobe da nekome ne bi bilo neugodno).

## 2.10

### Poslije održane radionice

Korisno je kad uzajamna povratna informacija voditeljskog tima uslijedi odmah nakon održanoga susreta. Ako to nije moguće i osvrt slijedi drugi dan, nakon radionice je potrebna barem kratka razmjena dojmova, svojevrsno emocionalno rasterećenje, za što bi voditeljice trebale planirati ostati barem 15 minuta nakon održane radionice. Osvrt na održanu radionicu i uzajamna povratna informacija ne smiju se izostaviti jer samo se tako može razgovarati o ostvarenosti ciljeva pojedine radionice i pratiti ostvarivanje ciljeva cijelog programa te se dogovarati o daljnjim prilagodbama voditeljica grupi u sljedećim radionicama. Na taj se način gradi osjećaj zajedništva u timu, a ujedno se mogu potvrditi dobre voditeljske vještine te prebroditi poteškoće i unaprijediti zajednički rad cijelog tima. Važna je otvorena komunikacija među članovima tima.

#### Iskustvo jednog tima:

Zadovoljni i umorni. Sretni smo što privodimo kraju poznati tjedni ciklus: ponedjeljak radionica, utorak izvješće, četvrtak 1. dogovor, petak 2. dogovor...



### 3.1

#### Evaluacija ishoda i procesa radionica s roditeljima "Rastimo zajedno"

Da bi se poštivalo načelo razvoja programa podrške roditeljima u partnerstvu s roditeljima i voditeljicama radionica te da bi se stekli dokazi o učinkovitosti Programa u ostvarivanju postavljenih ciljeva, provedena su dva ciklusa pokusne primjene programa. Oba su ciklusa bila sustavno i kontinuirano evaluirana tijekom provođenja. Prva pokusna primjena programa od 10 radionica odvijala se u 13 vrtića u razdoblju od listopada do prosinca 2008. godine. Nakon nje, temeljem rezultata evaluacije, unijete su potrebne promjene u program koji je zatim ponovno evaluiran u drugoj pokusnoj primjeni u 25 vrtića, koja se odvijala u razdoblju od ožujka do lipnja 2009. godine. Ovdje će biti prikazani glavni **rezultati interne evaluacije ishoda i procesa druge pokusne primjene programa** od 11 radionica.

Rezultati se temelje na kvalitativnim i kvantitativnim podacima prikupljenim od roditelja i voditeljica tijekom i po završetku programa. Naime, svaka je radionica bila podložna procesnoj evaluaciji, u okviru koje su analizirani *izvještaji voditeljskih timova* o vlastitom iskustvu svake aktivnosti te percipiranom iskustvu roditelja. Uz to, upotrebljavane su i *pisane povratne informacije roditelja* koje su davali nakon svake radionice. Za potrebe evaluacije, roditelji sudionici programa, ali i roditelji koji se u program nisu uključili, ispunjavali su Upitnik za roditelje prije i poslije cijelog ciklusa radionica. Konačno, roditelji-sudionici radionica ispunjavali su još i Evaluacijski upitnik po završetku ciklusa radionica.

Kao što je ranije navedeno, opći cilj programa radionica s roditeljima "Rastimo zajedno" jest razvijanje uvjerenja, vrijednosti i ponašanja sukladnih poticajnom i nenasilnom roditeljstvu koje promiče prava djeteta u obitelji te jačanju osjećaja roditeljske kompetentnosti. Pritom je svaka radionica imala svoje specifične ciljeve usmjerene na pojedine roditeljske stavove ili ponašanja, koji zajedno omogućuju ostvarenje općeg cilja Programa.

Svrha evaluacije ishoda Programa bila je ispitati ostvaruju li se i u kojoj mjeri planirani ciljevi, odnosno saznati kako sudjelovanje u radionicama djeluje na određene roditeljske misli, osjećaje, ponašanje i pretpostavke kako bi se ponašali u zadanim situacijama.

Ključna su pitanja evaluacije bila:

- (1) Djeluje li sudjelovanje u Programu radionica na roditeljska uvjerenja o odnosu prema malome djetetu, uključujući uvjerenja o tjelesnom kažnjavanju?
- (2) Djeluje li sudjelovanje u Programu radionica na subjektivan doživljaj roditeljstva? Povećava li osjećaj roditeljske kompetencije i zadovoljstvo u ulozi roditelja? Smanjuje li roditeljski stres?
- (3) Povećava li sudjelovanje u Programu radionica učestalost poželjnih roditeljskih ponašanja (čitavanja slikovnice) i vjerojatnost pozitivnih roditeljskih reakcija na djetetove neugodne emocije? Smanjuje li učestalost nepoželjnih roditeljskih ponašanja (vikanja na dijete i udaranja djeteta) te vjerojatnost negativnih roditeljskih reakcija na djetetove neugodne emocije?

Nacrt evaluacijskog istraživanja bio je dvokratni nacrt s netretiranom skupinom za usporedbu (Milas, 2000.). Riječ je o početno neujednačenim skupinama roditelja koji su sudjelovali u programu radionica (N = 231) i onih koji se nisu odazvali pozivu za sudjelovanje (N = 348).

Podatci od obiju skupina prikupljeni su **“Upitnikom za roditelje”** prije početka i nakon završetka programa radionica. Ovaj Upitnik sastavljen je od (dijelova) nekoliko drugih upitnika te pitanja osmišljenih za potrebe ovog evaluacijskog istraživanja.

“Upitnik uvjerenja o odnosu prema djeci najmlađe dobi” (Pećnik, Radočaj i Tokić, u tisku) – skraćeni oblik sastoji se od 10 tvrdnji koje odražavaju niz uvjerenja o roditeljskim postupcima prema malom djetetu s kojima su roditelji izražavali stupanj svojeg (ne)slaganja. To su *uvjerenja o štetnosti prevelike topline* (npr. previše pohvala i previše nježnosti mogu razmaziti dijete), *o poslušnosti i podređenosti djeteta odraslima* (npr. važno je navrijeme slomiti dječji prkos i tvrdoglavost jer drvo se svija dok je mlado), *o nepotrebnosti indukcije* (npr. malom djetetu u dobi između jedne i tri godine nije potrebno objašnjavati zašto nešto ne smije), *o opravdanosti neodgovaranja na dječji plač* (npr. mala djeca često plaču bez razloga pa je najbolje ne reagirati) te *o opravdanosti tjelesnoga kažnjavanja* (npr. za pravilan odgoj djece neophodno je ponekad udariti dijete).

Roditeljski stres mjerio se adaptiranom "Ljestvicom roditeljskog stresa" (Gottlieb, 1997.) koja uključuje sedam pridjeva. Sudionici su odgovorili koliko često se kao roditelji osjećaju napetima, zabrinutima, nervoznima, ljutitima, nesretnima, emocionalno istrošenima i nesigurnima u sebe.

Subjektivni doživljaj roditeljske kompetencije mjerio se česticama preuzetim iz "Upitnika samoprocjene kompetentnosti roditelja" (Gibaud-Wallston i Wandersman, 1978.). Mjerena su dva konstrukta: *roditeljsko (ne)zadovoljstvo ispunjavanjem roditeljske uloge* i *percipirana djelotvornost u ulozi roditelja*. Roditeljska procjena zadovoljstva ispunjavanjem roditeljske uloge odnosi se na osjećaj roditeljske kompetencije, bliskost s ulogom roditelja i sposobnost rješavanja problema (Sanders, 2005.). Samoprocjena djelotvornosti odnosila se na *poznavanje vještina roditeljstva*.

Roditeljske reakcije na neugodne emocije djece, točnije roditeljske pretpostavke o vlastitom ponašanju u zadanoj situaciji, mjerene su dvama pitanjima preuzetim iz Ljestvice roditeljskih reakcija na negativne emocije djece (Fabes i sur., 1990.). Ponuđeni su odgovori koji se odnose na tipične roditeljske reakcije na situacije u kojima dijete izražava neugodne emocije (straha i tuge), a to su uznemirenost, kažnjavanje, ohrabrivanje, usmjerenost na emocije, usmjerenost na rješavanje problema te umanjivanje ozbiljnosti situacije, odnosno djetetovog iskustva problema.

Konačno, roditelji su izvješćivali o svojem ponašanju u proteklih 7 dana, konkretno o učestalosti čitanja slikovnice s djetetom, vikanja na dijete kad učini nešto što ne smije te udaranja djeteta po ruci i stražnjici.

Upitnike su roditelji ispunjavali anonimno, sa šifrom koja je omogućila uparivanje upitnika ispunjenih prije i nakon programa radionica. Takvih je uparenih valjanih upitnika bilo 200.

Rezultate usporedbe odgovora sudionika radionica (N = 200) na Upitnik za roditelja prije i poslije sudjelovanja u programu prikazat ćemo zasebno za roditeljska uvjerenja, subjektivan doživljaj roditeljstva te roditeljska stvarna i pretpostavljena ponašanja.



### Roditeljska uvjerenja o odnosu prema djetetu

Statistički značajne razlike utvrđene su u stupnju slaganja roditelja sa svakim od ispitivanih uvjerenja o odnosu prema malome djetetu. Tako **roditelji NAKON programa radionica znatno MANJE NEGO PRIJE RADIONICA VJERUJU:**

- ✖ da malom djetetu u dobi od 1 do 3 godine nije potrebno objašnjavati zašto nešto ne smije;
- ✖ da je, ako djetetu slijedi neko neugodno iskustvo (rastanak, injekcija i sl.), najbolje ništa ne govoriti unaprijed, tako će neugoda brže proći;
- ✖ da mala djeca često plaču bez razloga pa je najbolje ne reagirati;
- ✖ da maloj djeci ne treba postavljati ograničenja jer to sputava slobodu личности;
- ✖ da će previše pohvala i previše maženja razmaziti dijete;
- ✖ da je važno navrijeme slomiti dječji prkos i tvrdoglavost jer *drvo se svija dok je mlado*;
- ✖ da je nekad u redu udariti dijete ako dovodi svoj život u opasnost, primjerice kad se penje na prozor ili istrči na ulicu;
- ✖ da je opravdano udarati dijete kada divlja i pravi scenu bez razloga;
- ✖ da je opravdano udariti dijete ako je ono udarilo nekoga drugog, da mu pokažemo kako to boli;
- ✖ da je za pravilan odgoj djece neophodno ponekad udariti dijete.

Ovi rezultati usporedbe uvjerenja roditelja prije i poslije sudjelovanja u Programu radionica pokazuju da se ona mijenjaju u korist većeg prihvatanja djeteta i odgojnih postupaka koji poštuju djetetovo dostojanstvo i uvažavaju dijete kao osobu. Budući da u skupini za usporedbu nisu utvrđene razlike u uvjerenjima roditelja u ovim dvjema vremenskim točkama mjerenja, zaključeno je da program djeluje na uvjerenja o poželjnom odnosu roditelja prema djeci najmlađe dobi, odnosno da slabi uvjerenja o nepotrebnosti indukcije, o štetnosti emocionalne topline, potrebi podređenosti djeteta odraslima, opravdanosti neodgovaranja na dječji plač te opravdanosti tjelesnoga kažnjavanja.

### Subjektivni doživljaj roditeljstva

Smanjenje roditeljskog stresa o kojem su roditelji izvijestili na kraju Programa radionica na granici je statističke značajnosti. Značajne razlike postignute su na dvije čestice – nakon programa sudionici se, kao roditelji, rjeđe osjećaju napetima i zabrinutim.

Doživljaj roditeljske kompetentnosti porastao je nakon završetka programa. Značajna razlika utvrđena je između samoprocjene roditeljske djelotvornosti prije i poslije programa radionica. **NAKON programa roditelji se u svojoj roditeljskoj ulozi doživljavaju djelotvornijima.**

Međutim, po završetku programa nije utvrđeno značajno smanjenje nezadovoljstva ispunjavanjem roditeljske uloge, već se ono tek približilo granici statističke značajnosti.

Kako u roditelja koji nisu sudjelovali u radionicama nije utvrđena značajna razlika u intenzitetu roditeljskog stresa, percipiranoj roditeljskoj djelotvornosti niti nezadovoljstvu ispunjavanjem roditeljske uloge, razlike zabilježene u roditelja sudionika radionica skloni smo pripisati sudjelovanju u Programu. Pritom treba uočiti ograničen doseg Programa u smanjivanju roditeljskoga stresa i nezadovoljstva.

### Roditeljska pretpostavljena ponašanja

U roditelja sudionika programa utvrđeno je nekoliko razlika u njihovim pretpostavljenim reakcijama na neugodne emocije djeteta. Nakon radionica roditelji su skloniji, reagirajući na djetetov strah od injekcije, potaknuti dijete da govori o svojem strahu, a manje su skloni omalovažavanju djetetova straha i govorenju djetetu neka ih ne sramoti plakanjem.

U svojim vjerojatnim reakcijama na djetetovu tugu zbog zaboravljene omiljene igračke pri dolasku u vrtić roditelji su, NAKON Programa, skloniji podržati djetetovo izražavanje tuge plaćem te potaknuti dijete na rješavanje problema. Istovremeno, manje su skloni moralizirati (*to se događa kad se ne pazi*) i omalovažavati djetetove osjećaje govoreći mu kako pretjeruje.

U roditelja koji se nisu uključili u Program, u prvoj situaciji nisu utvrđene razlike u odgovorima u dvjema vremenskim točkama. U drugoj pretpostavljenoj situaciji utvrđeno je kako su nakon Programa radionica ovi roditelji spremniji nego prije uzrujati se zbog zaboravnosti i plaća svojeg djeteta, ali i reći djetetu da je u redu plakati kada je tužno.

S obzirom na navedeno, promjene u pretpostavljenim reakcijama na djetetov strah i tugu, koje su zabilježene u roditelja sudionika programa (tj. spremnost na veće razumijevanje, uvažavanje i podršku djetetu kad ima problem), mogle bi se u velikoj mjeri pripisati učincima Programa. Upravo je razvijanje osjetljivosti roditelja na djetetovo pravo da ga se sluša i prihvati sa svim njegovim stanjima i emocijama, kao i s njegovom sposobnošću da se nosi sa svojim problemima i emocijama, i bio jedan od specifičnih ciljeva programa.

Uz pitanje reakcija roditelja na djetetovo iznošenje problema i izražavanje neugodnih emocija, učinjene su u okviru prve pokusne primjene radionica i dodatne analize odgovora na pitanje otvorenog tipa glede jedne zamišljene situacije (Velemir i Kašuba, 2009.). Roditelji su trebali odgovoriti kako bi reagirali i što bi rekli da im dijete po odlasku iz vrtića kaže kako ga je taj dan u vrtiću drugo dijete udarilo. Učinjena je kvalitativna analiza odgovora 198 roditelja, da bi se ispitalo kako roditelji reagiraju na ovu situaciju te postoje li promjene u reakcijama roditelja nakon sudjelovanja u Programu radionica. Roditeljski odgovori svrstani su u ove kategorije:

- ✱ Ohrabrivanje za izražavanje neugodnih emocija (npr.: *U redu je biti tužan; U redu je plakati kad si tužan*; ohrabrivanje djeteta da priča o tome što ga je naljutilo, rastužilo);
- ✱ Tješjenje i uveseljavanje djeteta (npr.: *Tješim dijete i činim nešto smiješno; Tješim dijete i započinjem igru kako ne bi mislilo o neugodnom događaju*);
- ✱ Zajedničko rješavanje problema (npr.: *Pomažem djetetu da se sjeti načina kako reagirati u sličnoj situaciji*);
- ✱ Umanjivanje značaja problema (npr.: *Nije to tako strašno; Nije bilo namjerno*);
- ✱ Davanje savjeta (npr.: *Reci tetil; Reci da mu nećeš više biti prijatelj*);
- ✱ Predavanje, poučavanje, moraliziranje (npr.: *Djeca se trebaju slagati, a ne tući; Dobra djeca to ne rade*);
- ✱ Interpretiranje (npr.: *To je učinio da bi privukao pažnju*);
- ✱ Istraživanje, sumnja, preslušavanje (npr.: *Zašto?; Što si mu ti napravio?!*);
- ✱ Roditelj rješava problem s odgajateljem.

Utvrđeno je da sudionici nakon programa radionica znatno više ohrabruju dijete za izražavanje neugodnih emocija i tješe dijete, a znatno manje poučavaju ili moraliziraju i daju savjete djetetu.

### Roditeljska ponašanja

Upitnikom za roditelje prikupljeni su podatci o učestalosti čitanja slikovnica, vikanja i udaranja djeteta u razdoblju od proteklih 7 dana. Dok nisu pronađene razlike u, ionako relativno velikoj, učestalosti čitanja slikovnica s djetetom prije i poslije Programa, razlike su pronađene u učestalosti nepoželjnih oblika roditeljske interakcije s djetetom. Utvrđene razlike pokazuju da **roditelji NAKON Programa radionica** izvješćuju o znatno **rjeđem vikanju na dijete** kada napravi nešto što ne smije te o **rjeđem udaranju djeteta po ruci i stražnjici**.



Zanimljivo je da je i u skupini roditelja koji se nisu uključili u Program utvrđena promjena u učestalosti ispitivanih ponašanja u razdoblju nakon završetka Programa, u odnosu na njihovu učestalost u razdoblju prije samog Programa. Tako ovi roditelji u drugoj vremenskoj točki mjerenja rjeđe s djetetom čitaju slikovnice, ali i rjeđe viču na dijete te ga rjeđe udaraju po ruci i stražnjici. Smanjivanje učestalosti tjelesnoga kažnjavanja moguće je u najvećoj mjeri pripisati porukama o neprimjerenosti kažnjavanja koje su u tom razdoblju učestalo dolazile roditeljima iz različitih izvora – od odgajatelja na roditeljskim sastancima, s edukativnih letaka u vrtićima do kampanje protiv tjelesnoga kažnjavanja u medijima.

Rezultati usporedbe učestalosti nepoželjnih ponašanja roditelja prema djetetu prije i poslije Programa u sudionika radionica u skladu su s postavljenim ciljevima Programa. Doduše, pozitivne promjene koje su utvrđene i u roditelja koji u programu nisu sudjelovali otežavaju pripisivanje uočenih promjena učincima Programa. No ipak, sklone smo smanjenje vikanja i udaranja u roditelja koji su sudjelovali u radionicama objasniti upravo sudjelovanjem u radionicama. Na to upućuju i odgovori o promjenama u vlastitom ponašanju i osobnim dobitcima od Programa koje su sudionici dali na pitanja otvorenog tipa u Evaluacijskom upitniku na kraju programa.

Ukupno uzevši, promjene roditeljskih uvjerenja o odnosu prema djetetu, porast osjećaja kompetentnosti, promjene stvarnoga i pretpostavljenog ponašanja u roditelja sudionika radionica te usporedba ovih promjena s promjenama u roditelja koji nisu sudjelovali u programu pružaju **početnu potvrdu učinkovitosti programa radionica s roditeljima “Rastimo zajedno” u postizanju njihovih ciljeva.**

Potrebno je napomenuti kako je generalizacija navedenog zaključka o djelotvornosti Programa u mijenjanju određenih roditeljskih stavova i ponašanja ograničena s nekoliko čimbenika. Podatci temeljem kojih su dobiveni rezultati prikupljeni su na dvostruko selekcioniranom uzorku – roditelja koji su se uključili u radionice te koji su u njima redovito sudjelovali do kraja. I roditelji koji se nisu uključili u Program, a pristali su u dva navrata ispuniti Upitnik, vjerojatno su nešto obrazovaniji i skloniji preispitivati svoje roditeljstvo od ukupne populacije roditelja u vrtićima. Uz to, ograničenja proizlaze i iz nedostataka metoda prikupljanja podataka, osobito Upitnika za roditelje. Iz praktičnih razloga, tj. potrebe da instrument ne bude predugačak, oslabljene su pouzdanost i valjanost upotrijebljenih mjera, tako da one pružaju tek *grubu sliku* i omogućuju zaključivanje o trendovima.

Evaluacija ishoda sudjelovanja u Programu nadopunjena je i *kvalitativnim podacima*. Oni su pak prikupljeni **Upitnikom za evaluaciju programa radionica "Rastimo zajedno"**, koji je sadržavao sedam pitanja otvorenog tipa. Na zadnjemu, 11. susretu ispunila su ga ukupno 194 sudionika iz 24 vrtića.

Dvije voditeljice napravile su analizu sadržaja odgovora. Ovdje ćemo za pojedina pitanja prikazati najučestalije kategorije odgovora te nekoliko primjera za svaku kategoriju.

#### **Pitanje 1: ŠTO SMATRATE NAJKORISNIJIM DOBITKOM ZA SEBE?**

##### **× Osjećaj veće sigurnosti u sebe i samopouzdanja**

- *Sigurnija sam nego ranije da neke stvari radim dobro, manje me zabrinjavaju kritike okoline.*
- *Sigurna sam u sebe i u svoje postupke. Tolerantnija sam u nekim situacijama.*
- *Imam puno više smirenosti u odgajanju, ne događaju se više osjećaji nemoći i gubitka kontrole.*
- *Sigurnija sam i mirnija pa je i atmosfera u kući puno ugodnija.*
- *To što vidim da sam na dobrom putu.*
- *Spoznaja da nisam loš roditelj.*
- *Dobila sam više samopouzdanja u odgoju i u odnosu sa svojim djetetom manje sam opterećena da ću napraviti nešto "krivo".*

##### **× Povećan uvid u osobni rast kao roditelja**

- *Uočavanje svojih pogrešaka i načina da ih ispravim.*
- *Spoznaja da ne moram biti savršen roditelj.*
- *Spoznaja da svaki dan učimo i razvijamo se, tj. rastemo.*
- *Spoznaja da se mogu mijenjati nabolje, uza svoju, a i tuđu stručnu pomoć.*

##### **× Promjene ponašanja prema djetetu**

- *Proširila sam svoje vidike glede odgoja djece, promijenila sam neke "metode" koje me nisu usrećivale, a ni djecu.*
- *Poboljšala sam komunikaciju s djetetom i, konačno, s cijelom obitelji.*
- *Strpljivost, aktivno slušanje.*



- *Novi načini rješavanja problema.*
- *Upornija sam.*
- *Opuštenija sam i koncentriranija.*
- *Više slušam svoju djecu.*
- *Više se igramo.*

× **Stjecanje novih znanja i stavova**

- *Shvaćanje da postoje i drukčiji načini odgoja djeteta od onih koje sam dosad primjenjivala.*
- *Promjena stava u odgoju djeteta.*
- *Određena nova korisna znanja.*
- *Četiri stupa roditeljstva.*
- *Postavljanje granica.*
- *Naučila sam kako komunicirati.*
- *Naučila sam kako rješavati probleme.*
- *Naučila sam kako se kontrolirati da ne kažnjavam dijete.*
- *Moje dijete, kao ni ja, ne mora biti savršeno!*

× **Bolje razumijevanje djetetovih potreba i gledišta**

- *Smatram da sam shvatio kako dijete funkcionira (pa mu pružam puno više pažnje).*
- *Postao sam tolerantniji; bolje razumijem svoje dijete i njegove potrebe.*
- *To što sam uspjela ustrajati u dolaženju na radionice i svaki put usvojiti nešto novo, a osobito pogled na stvari. Mislim da puno toga sada gledam iz perspektive djeteta.*
- *Bolje prepoznajem djetetove potrebe.*
- *Razumijem zašto se ponaša na određeni način.*

× **Iskustva drugih roditelja, slične dileme i problemi, osjećaj da nisu sami**

- *Shvatila sam da nisam jedina koja ima određene probleme s djecom.*
- *Spoznaja da svi roditelji imaju probleme, kao i dileme.*

× **Poticaaj za uživanje u zajedničkom vremenu i aktivnostima**

- *Još češće i s više emocija uživam u rastu i razvoju svoje djece.*
- *To što se više družimo kao obitelj.*
- *Važnost što više aktivnog provođenja vremena s djetetom.*
- *Naučila sam kako na mnoge jednostavne načine mogu usrećiti sebe i dijete.*

× **Podrška za brigu o svojim potrebama**

- *Osvijestila sam da je važno zadovoljiti i svoje potrebe.*
- *Naučila sam kako se osloboditi stresa i napetosti.*

Analiza sadržaja roditeljskih odgovora pokazuje kako oni osobne dobitke od sudjelovanja u Programu radionica doživljavaju uz **povećanje osjećaja roditeljske kompetencije, osjetljivosti za perspektivu i potrebe djeteta, znanja o drugačijim načinima odnošenja prema djetetu te komunikacijskih vještina**. Ovi dobitci u skladu su s ciljevima koji su se radionicama i željeli postići.

Budući da je krajnja svrha podrške roditeljima unapređenje djetetove dobrobiti i ispunjavanje njihova razvojnog potencijala, zanimalo nas je utvrditi i eventualne **promjene za dijete** uslijed roditeljeva sudjelovanja u radionicama. Stoga su roditelji odgovarali i na sljedeće pitanje o dobitcima na razini djeteta.

**Pitanje 2: ŠTO SMATRATE NAJKORISNIJIM DOBITKOM ZA SVOJE DIJETE?**

× **Promjene u roditeljevu odnosu prema djetetu**

- *Dobila je smireniju, otvoreniju i nježniju majku, koja je odlučila pratiti njezin korak.*
- *Cure su dobile mamu koja ih bolje razumije, ne više, više razgovara, jako puno se igra – koja je zadovoljnija sobom i svojim životom, što se odražava na njih.*
- *Produbljivanje odnosa i jačanje privrženosti s tatom.*
- *Dobilo je kvalitetnije roditelje i time kvalitetnije djetinjstvo ispunjeno igrom, smijehom, sigurnošću radi jasnije postavljenih granica...*
- *Uz ove radionice uvidjela sam da neka djetetova ponašanja nisu meni za inat i stoga sam drugačije pristupila nekim problemima; djeca su sretnija, zadovoljnija.*

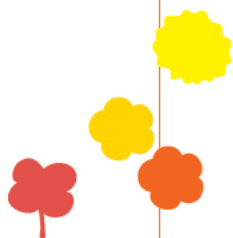
- *Reagiram smirenije (ne uvijek) na neke oblike djetetova ponašanja jer ih sada razumijem.*
- *Dobivanje mame koja ih više uvažava, koja svijet više gleda njihovim očima, koja će se uživljavati u njihov svijet.*
- *Korisnije i ljepše provodimo vrijeme zajedno pa se osjećaju zadovoljnijima i voljenijim, poboljšali smo komunikaciju pa ima manje nervoze među nama.*
- *Smireniji odnos sa mnom.*
- *Bolji odnos: više razgovora, manje vike.*
- *U svoju Slagalicu osobnog rasta kao roditelja upisala sam da se osjećam povezanom sa svojom kćerkom, da joj vjerujem i da ona vjeruje meni.*

Iz prikazanih tipičnih odgovora na ovo pitanje, vidljivo je da roditelji smatraju kako je **dijete radi radionica dobilo smirenijega, strpljivijeg, zadovoljnijeg roditelja koji više sluša, više razgovara, posvećuje djetetu više pažnje i truda, više stvari gleda djetetovim očima i prepoznaje njegove potrebe.** I ovi su rezultati sasvim u skladu s planiranim ciljevima Programa.

Radionice pokrivaju relativno širok raspon tema – o roditelju i roditeljstvu, o djetetu, o komunikacijskim vještinama za razvijanje dobrih odnosa – te nas je zanimalo koje su od njih roditeljima zanimljivije i korisnije. Stoga su im postavljena i sljedeća dva pitanja.

**Pitanje 3: KOJE TEME SU VAS SE NAJVIŠE DOJMILE?**

- × **Teme konkretnih komunikacijskih tehnika i strategija**
  - *JA-poruke (stvarno su moćne).*
  - *Slušanje djeteta i čista komunikacija.*
  - *JA poruke – navele su me na razmišljanje kako moje verbalne poruke utječu na dijete.*
  - *Tema koju se još malo pribojavam pošteno započeti jest postavljanje granica, ali nadam se da ću uskoro.*
- × **Teme roditeljstva u najboljem interesu djeteta (četiri stupa roditeljstva), roditeljski ciljevi i odgovornosti**



- Orijentiranost na dugoročne ciljeve i, sukladno tome, postavljanje svakodnevnih pravila.
- Odgovornost prema djetetu.
- Od svega najviše zamke roditeljstva jer su mi osvijestile najčešće pogreške mene kao roditelja.
- × **Teme o razvoju i potrebama djeteta, o načinu na koji dijete upoznaje svijet te o komunikaciji i emocionalnom dijalogu**
  - Dječje potrebe za autonomijom.
  - Igre i kako se spustiti na nivo djeteta koje raste uz njih.
  - Teme o dječjim osjećajima i teme u kojima smo općenito dijelili sva naša lijepa iskustva s djecom.
- × **Sve su teme podjednako važne i zanimljive**
  - Ja sam osobno gotovo u svakoj pronašla svoj omiljeni dio.
  - Teško je izdvojiti. Iz svake teme po nešto.
- × **Teme koje se tiču samih roditelja kao osoba**
  - Teme osobnog rasta roditelja – jer bez rada na sebi ne možemo napredovati ni u odnosu s djetetom.
  - Naglasak na tome kako se osjećamo dijete i ja.

#### Pitanje 4: ŠTO ĆETE OD NAUČENOG PRIMJENJIVATI U ŽIVOTU?

- × **Sve**
  - Pokušat ću sve primjenjivati.
  - Već puno toga primjenjujem, trudim se.
  - Najradije bih svel (..) a najviše "dijete se ponaša samo onako kako zna".
  - Nastojat ću primjenjivat sve, i inače većinu situacija sada mogu prepoznati i prisjetiti se savjeta s radionice, što mi uvelike olakšava...
- × **Komunikacijske vještine**
  - slušanje, JA-poruke, povratna informacija, granice...
  - JA-poruke – definitivno, aktivno slušanje – pokušat ću naučiti.



- *Primjereno komuniciranje s djetetom.*

× **Veća usmjerenost na dijete i njegove potrebe**

- *Bit ću usmjerenija na dijete.*
- *Pratit ću djetetove potrebe.*
- *Kvalitetnije ćemo provoditi vrijeme zajedno (razumjeti, slušati, igrati se, čitati i sl.).*
- *Razgovarat ću s djetetom, smišljati dodatne aktivnosti.*
- *Više igre i inventivnosti u svakodnevnome životu.*
- *Od granica koje treba postaviti, do ljubavi i pažnje koje treba pružati.*

× **Brižno ponašanje**

- *Bit ću smirenija.*
- *Biti strpljiv, nježan, topao, tolerantan roditelj.*
- *I dalje bezgranično voljeti i maziti svoje dijete i biti sretna što sam roditelj.*

× **Usmjeravanje bez nasilja**

- *Neću je tući.*
- *Naučila sam kako pristupati djetetu u nekim situacijama u kojima se prije nisam znala ponašati.*

× **Uvažavanje djeteta kao osobe, osnaživanje**

- *Poštivat ću dijete; slušat ću što ima za reći.*
- *Shvatiti dijete kao punovrijednu osobu, poštivati njegove interese.*
- *Naučila sam primjenjivati dogovaranja, tj. sudjelovanje djeteta u donošenju odluka.*

× **Realnija očekivanja od djeteta i sebe**

- *Neću očekivati da bude savršena; i sama sam ponekad loše volje pa može biti i ona.*

× **Naći ću vremena za sebe**

- *Pokušat ću biti na raspolaganju djetetu, u skladu sa svojim potrebama, mirnija i veselija.*

### × Ostalo

- *Primjenjivat ću ono što bude potrebno za zadovoljavanje mojih i djetetovih potreba.*
- *Sad su mi jasnije moje "slabe strane" pa ću na njih više obraćati pažnju i više se truditi.*
- *Pogled na Slagalicu osobnog rasta dovoljan mi je podsjetnik na čemu još moram poraditi.*

Roditelji najčešće odgovaraju da su im sve teme uključene u Program radionica bile važne i korisne te su našle svoje mjesto u zadovoljavanju roditeljskih potreba. Uz to, navode da u svojem životu s djetetom pokušavaju primjenjivati sve od naučenoga, posebice ono što pridonosi boljem razumijevanju i odnosu s djetetom. Od specifičnih tema koje su navedene kao najupečatljivije, a i najprimjenjivije, spominjale su se komunikacijske vještine te veća osjetljivost za djetetove, ali i vlastite potrebe. Kao i kod prethodno opisanih rezultata, i ovdje je uočljivo da je riječ o roditeljskim stavovima i ponašanjima koje se Programom radionica i nastojalo razviti ili ojačati.

Program radionica "Rastimo zajedno" roditeljima iz radionice u radionicu nudi brojne pisane materijale koje su najčešće čitali kod kuće. U okviru evaluacije zanimalo nas je i mišljenje roditelja o korisnosti dobivenih pisanih materijala te smo postavili i sljedeće pitanje.

### Pitanje 5: KOJI SU VAM PISANI MATERIJALI KORISTILI?

- *Većinom svi, jer kad ih čitam shvatim još i više.*
- *Svi, ali ih treba čitati; sve je dobar podsjetnik.*
- *Pomoglo mi je prihvatiti sebe kao nesavršenog roditelja.*
- *To će mi koristiti jer ću se vraćati njima.*
- *Apsolutno svi, uzela sam ih da mi budu pri ruci.*
- *Neke sam iskoristila i na poslu... posudila sam ih i drugima.*
- *Svaki dan sam guštala.*
- *Sve sam ih pročitala i sve mi je bilo jednostavno, korisno i razumljivo.*
- *Ovisno o situaciji, svi su materijali korisni – dobro bi bilo da ih je i više.*
- *Svi + igre koje smo naučili.*

- *Svaki sam pročitala već desetak puta.*
- *Ponavljat ćemo gradivo zajedno s obitelji.*
- *Svi, jer je i muž imao priliku pročitati, sa mnom prokomentirati i u konačnici primijeniti neka ponašanja koja su nam materijali osvijestili, a koji su u interesu naše djece.*
- *Naprimjer, muž sinu koji često glasno izražava svoje želje više ne govori: "Ne viči!" nego: "Sviđa mi se kada tiho pričaš."*

Iz tipičnih odgovora vidi se da su roditelji najčešće navodili kako su im svi dobiveni materijali bili korisni i zanimljivi, a većina roditelja spominjala je i pojedinačne materijale koji su im najviše koristili. Pritom su spontano spomenuti svi materijali koji su uključeni u Mapu za roditelje.

Konačno, roditelje smo pitali o ispunjenim i neispunjenim očekivanjima te o prijedlozima za unapređenje Programa radionica. Navedeni su neki od najčešćih odgovora.

#### **Pitanje 6: KOJA STE SVOJA OČEKIVANJA ISPUNILI, A KOJA NISTE?**

##### **× Ispunjena očekivanja**

- *Radionice su mi mnogo pomogle, a pisani materijali mome suprugu.*
- *Ne postoji očekivanje koje nije bilo ispunjeno, cilj je bio bolje razumjeti djetetove i roditeljske potrebe.*
- *Radionice su više nego ispunile moja očekivanja i sve što uspijem primijeniti smatram dobitkom.*
- *Dobila sam odgovore na pitanja koja su me tištala, vezana uz roditeljstvo.*
- *Nadao sam se gotovim rješenjima, ali sad znam da to nije realno i da to ne postoji – sada mi je lakše.*
- *Suočila sam se sa svojim dobrim i lošim stranama. Neke savjete mogu primijeniti kao gotove recepte. Neki ostaju idealistička teorija, ali koriste barem kao informacija na koje se sve načine može pristupiti problemu.*
- *Dobila sam pomoć u odgoju djeteta, sada rastem uz dijete.*
- *Proširila sam svoje vidike glede odgoja djece, promijenila sam neke "metode" koje me nisu usrećivale, a nisu ni djecu.*



- *I više od očekivanja jer smo razgovarali i o nekim stvarima o kojima čovjek ni ne razmišlja, već uzima "pod normalno".*
- *Sva očekivanja su ispunjena.*
- *Nisam imala očekivanja, ali sam zadovoljna; Zadovoljna sam i zahvalna.*
- *Očekivanja su premašena, svaki bi roditelj trebao doći.*
- *Dobili smo – sigurnost u roditeljstvu; potvrdila sam da sam dobar roditelj. Manje kritiziram.*
- *Dobila sam nova znanja – kako bolje razumjeti dijete; puno primjera i teorije.*
- *Postala sam strpljivija, tolerantnija; približila sam se djetetu, bolje ga razumijem, slušam, igramo se.*
- *Preformulirala sam izražavanje; nema recepata u odgoju, izbori su moji.*
- *Nisam sama sa svojim problemima; ne moram biti savršena.*
- *Shvatila da se smijem pobrinuti i za sebe.*
- *Razonoda, smijeh, novi prijatelji, razmjena iskustava.*
- *Očekivao sam da će mi netko "soliti pamet" kako odgajati dijete. Već nakon prve radionice bio sam oduševljen.*

#### × **Neispunjena očekivanja**

- *Naučio sam dosta, no nedovoljno sam iskomunicirao prema obitelji.*
- *Nisam ispunila: upornost i odvažnost; još uvijek vičem; ne postavljam granice; nedostaje mi dosljednosti, granica i pravila, vještine slušanja...; još vičem.*
- *Nismo riješili sve problematične situacije; treba mi još konkretnih rješenja.*
- *Otvorili su mi se novi vidici roditeljstva, ali još uvijek moram učiti i raditi na svojem strpljenju.*
- *Tolerantnija sam, smirenija, još moram poraditi na sebi – da nisam ja za sve kriva.*
- *Ispunila sam mnogo toga, a najviše poštivanje i želje djeteta te brižno ponašanje prema djetetu. Nisam ispunila to da smo više zajedno, da se igramo, čujemo i vidimo.*
- *Unatoč ponašanju koje se smatra opravdanim, moje dijete ne reagira onako kako bi trebalo, već po svome.*

### Pitanje 7.: ŠTO BISTE PROMIJENILI? RADIONICE BI BILE BOLJE DA...

#### × Ništa

- Zadovoljna sam, ne bih ništa mijenjala.
- Bolje ne bi moglo biti.

#### × Više vremena za komentiranje realnih situacija i razmjenu iskustava roditelja

- Samo bih dodala više pitanja i odgovora – iz svakodnevice.
- Da ima više vremena, a manje tema i zadataka po jednom sastanku.
- Da traju duže, da ih ima još.

#### × Više vježbanja vještina

- Više praktičnih primjera, više vježbanja na zadacima.
- Da je bilo više konkretnih vježbi, tj. uvježbavanja.

#### × Broj i sastav roditelja u radionici

- Da sudjeluje više roditelja (bilo je 5 roditelja u grupi).
- Da je manje roditelja na radionici (do 8).
- Da sudjeluju oba roditelja, da bude više očeva.

#### × Ostalo

- Da je više psihologijski razrađena tema u svakoj radionici (rad s psihologom).
- Ostaviti da roditelji odaberu neku temu.
- Bolje ih reklamirati, da ih ima više.
- Da se u sve teme u podjelama po grupama uključe izravno voditeljice kao roditelji.
- Na zadnju radionicu mogli bismo doći zajedno s djecom.



Prikazani odgovori pokazuju da su roditelji bili vrlo zadovoljni radionicama te da su uglavnom ispunili svoja očekivanja. Nedostajalo im je vremena za rješavanje praktičnih problema u odnosu s djetetom. Činjenica da većina roditelja ističe kako bi radionice trebale trajati duže i kako bi se trebalo uključiti više roditelja, odnosno oba roditelja, također govori u prilog uspješnosti Programa.

Za kraj, navodimo poruku jedne sudionice voditeljicama po završetku ciklusa:

Evo rečenice koja je sukus mojih razmišljanja o proteklih 11 utoraka:

*Radionica me osnažila da ustrajem u stvarima za koje sam shvatila kako radim dobro, "natjerala" me da osvijestim ono u čemu sam griješila i usmjerila na put kojim ću to pokušati popraviti. Nadam se kako ću u tome i uspjeti. Hvala vam!*

Kao dodatan pokazatelj učinaka programa mogu poslužiti i povratne informacije nekolicine očeva čije su supruge sudjelovale u radionicama. Na pitanje znaju li što se radi na radionicama, odgovorili su da o tome razgovaraju sa suprugama i raspravljaju koliko je to primjereno njihovoj obitelji. Navode da u svojih supruge uočavaju više strpljenja i smirenije rješavanje problema s djecom, a evo u čemu vide najveće promjene otkad supruge sudjeluju na radionicama:

- *Najočitija promjena odražava se u tome što je supruga, u odnosu na mene, postala još uspješnija pri komunikaciji s djecom.*
- *Sada više razmišlja o onome što čini, zašto to čini, koje će biti posljedice i rezultat. Sasvim je sigurno da su za to zaslužne radionice.*

Na kraju dodaju i da su zainteresirani za uključivanje u radionice.

Osim od roditelja, podaci o učincima Programa prikupljani su i od voditeljica. One su u svojim izvješćima nakon svake radionice prikazivale vlastite reakcije, kao i reakcije roditelja na svaku provedenu aktivnost. Temeljem uvida u poteškoće, nejasnoće i loša iskustva napravljene su promjene i/ili poboljšanja pojedinih aktivnosti. Međutim, tijekom provedbe Programa, a napose u izvješćima voditeljica sa zadnjeg susreta, dominirale ove poruke:

- Radionice su odlično prihvaćene od strane roditelja.
- Radionice su postigle svoj cilj i svi smo zajedno narasli.

Temeljem podataka prikupljenih u okviru evaluacije, može se zaključiti da je program radionica s roditeljima “Rastimo zajedno” ispunio svoju svrhu jer je omogućio sudionicima da preispituju svoja roditeljska uvjerenja, vrijednosti i ponašanja, da razmjenjuju iskustva s drugim roditeljima i stručnim voditeljicama te da ostvare svoj osobni rast kao roditelji.

Roditeljski odgovori upućuju na to da je znatan dio roditelja prihvatio četiri stupa roditeljstva kao vlastite roditeljske vrijednosti, odnosno da su znanja, vrijednosti i uvjerenja o roditeljstvu koje poštuje i promiče prava djeteta u obitelji roditelji integrirali u vlastiti roditeljski identitet.

Ako se prisjetimo i promjena u ponašanju i odnosu prema djetetu koje su iskazali, nameće se zaključak da je Program djelotvoran u postizanju planiranih ciljeva te ga kvalificiraju kao na dokazima utemeljenu intervenciju za opću/razvojnu podršku roditeljima.

### 3.2

#### **Tko se odaziva pozivu na program radionica s roditeljima “Rastimo zajedno”, a tko ne?**

Osim dokumentiranja sposobnosti Programa da proizvede planirane učinke, zanimalo nas je u kojoj se mjeri ostvaruje namjera Programa da djeluje kao program opće prevencije, odnosno da pruža podršku svim roditeljima. Stoga smo, uz ona evaluacijska, istražili i ova pitanja:

- × *Tko se odaziva pozivu na program radionica s roditeljima “Rastimo zajedno”, a tko ne?*
- × *Tko su korisnici programa?*

Kako bismo ustanovili obilježja roditelja koji se uključuju u Program, kao i onih koji se ne uključuju, usporedili smo podatke prikupljene na početku programa od skupine roditelja koji su se uključili u program (N = 231) i skupine roditelja koji se nisu uključili u program (N = 348). Nažalost, i dalje je riječ o selekcioniranim uzorcima roditelja koji su pristali sudjelovati u istraživanju.

**Rezultati usporedbe sociodemografskih obilježja roditelja koji se jesu ili nisu uključili u program** pokazuju kako postoje značajne razlike u njihovu obrazovanju, broju i dobi djece te omjeru spolova u ovih dviju skupina roditelja.

**Roditelji koji su se uključili u Program radionica** u prosjeku su **obrazovaniji** od onih koji se nisu uključili. Završeno srednjoškolsko obrazovanje ima 39% ovih roditelja, višu školu 14,7%, dok ih 37,3% ima visokoškolsko obrazovanje. S druge pak strane, među roditeljima koji se nisu uključili u radionice, najviše njih ima završenu srednju školu (53,2%), višu školu ih ima 12,9%, a visokoškolsko obrazovanje 23,9%.

Razlika postoji i u broju djece. Roditelji koji sudjeluju u radionicama imaju u prosjeku **manje djece** od onih koji ne sudjeluju, a djeca su im ujedno i **mlađe dobi**. Tako najstarije dijete roditelja s radionica ima u prosjeku 3,9 godina, a roditelja koji ne idu na radionice 4,8 godina.

U skupini roditelja sudionika programa je **manje očeva** (6,6%), nego među roditeljima koji se nisu uključili u Program (12,4%).

Među roditeljima koji su se uključili u radionice i onih koji nisu **nema razlike u dobi**, koja u prosjeku iznosi 32 - 33 godine. Među ovim dvjema skupinama roditelja nema razlike ni u broju odraslih članova kućanstva, odnosno udjelu jednoroditeljskih obitelji koji iznosi oko 9%.

**Usporedba subjektivnog doživljaja roditeljstva, roditeljskih uvjerenja i ponašanja između roditelja koji se jesu ili nisu uključili u Program** dala je rezultate kako slijedi.

**Roditelje koji su se uključili u Program radionica** obilježava **viša razina roditeljskog stresa** i **veće nezadovoljstvo ispunjavanjem roditeljske uloge** od roditelja koji se nisu uključili.

**Roditelji koji su se uključili u radionice** manje se od roditelja koji se nisu uključili **slažu s nekim zastarjelim uvjerenjima glede odnosa prema djetetu**. Tako roditelji koji se nisu uključili više vjeruju da je bolje ne reagirati na djetetov plač, da nije poželjno postavljati ograničenja djetetu, da će previše pohvala razmaziti dijete, da je nekad u redu udariti dijete te da je opravdano udariti dijete kada divlja.



Zanimljivo je to da između roditelja koji se jesu i onih koji se nisu uključili u Program nije uočena razlika u ispitivanim ponašanjima prema djetetu u proteklih sedam dana. I jedni i drugi su podjednako često djetetu čitali slikovnicu, vikali na dijete ili su ga udarili.

Ukupno uzevši, utvrdili smo da su se u Program radionica uključili obrazovaniji roditelji, s manje djece, koji su pod višim roditeljskim stresom i nezadovoljniji sobom kao roditeljem. Njihova uvjerenja glede odnosa prema djeci pokazuju nešto veće uvažavanje djeteta kao osobe i više osjetljivosti za djetetove potrebe, dok se njihova ponašanja ne razlikuju od ponašanja roditelja koji se nisu uključili u Program.

Ovi nalazi potvrđuju prethodni dojam voditeljskih timova, da na radionice dolaze roditelji koji su skloniji rukovoditi se najboljim interesom djeteta te su motiviraniji za propitivanje i unapređivanje svojeg roditeljstva. Ovime se otvaraju pitanja ostvarivanja univerzalnog prava svakog djeteta da njegovi roditelji dobiju odgovarajuću podršku u ispunjavanju roditeljskih odgovornosti.

Rezultati usporedbe roditelja koji su se u ovaj Program uključili i onih koji nisu, pokazuju potrebu ulaganja daljnjih napora u svladavanje izazova stvaranja programa podrške kojim se koristi širok krug roditelja. Moguće je da otvoren poziv, isti za sve roditelje, nije dovoljan kako bi se osigurala *jednakost pristupa* svih roditelja Programu. Možda je u roditelja nižeg stupnja obrazovanja i/ili tradicionalnijih uvjerenja potrebno uložiti više truda u pozivanje, motiviranje i objašnjavanje sadržaja i načina rada te slušanje njihovih reakcija i potreba. Još je vjerojatnije da treba svladati neke objektivne prepreke sudjelovanju manje obrazovanih roditelja u Programu (npr. rad u smjenama, dodatni poslovi u popodnevnim satima, neriješeno pitanje čuvanja djeteta) pronalaženjem odgovarajućih termina ili drugim prilagodbama.



Nakon dvije pokusne primjene u kojoj je sudjelovalo više od 70 entuzijastičnih educiranih voditeljica i jedan voditelj, zajedno smo iznjedrili program radionica s roditeljima “Rastimo zajedno”. U ovom poglavlju osvrnut ćemo se na ova pitanja:

- × *Što je dosad postignuto u oblikovanju Programa?*
- × *Koji su izazovi njegovanja kvalitete i širenja Programa?*
- × *Kako osigurati kvalitetno provođenje Programa i činiti ga dostupnim što većem broju roditelja?*

Danas u okviru ovog Programa postoji razrađen plan edukacije voditeljica i provođenja 11 radionica.

**Program edukacije voditelja** predviđa početni seminar, jedan supervizijski susret te evaluacijski seminar nakon provedenoga Programa radionica s prvom grupom roditelja.

Za provođenje programa radionica “Rastimo zajedno” mogu se educirati stručni suradnici u dječjim vrtićima, prvenstveno psiholozi, te pedagozi i odgojitelji. Na dvodnevnom početnom seminaru svaki voditelj dobiva svoj “Priručnik za voditelje”. Edukaciju provode voditeljice projekta i imenovane voditeljice regionalne grupe sustručnjačke podrške (u provedbi programa). U jedan ciklus edukacije može se uključiti 10- 12 vrtića.

Kao dio edukacije za svaku novu grupu voditeljica, sredinom prvog provođenja Programa radionica organizira se supervizijski susret s voditeljicama projekta i/ili voditeljicama regionalne grupe, a na kraju prvog održanoga ciklusa radionica na evaluacijski seminar dolaze svi članovi voditeljskih timova. Ova podrška voditeljicama tijekom i nakon prvog provođenja Programa pokazala se važnom i radi otklanjanja početnih nesigurnosti, dobivanja dodatnih objašnjenja i uputa te povratnih informacija i razmjene iskustava u vezi s provođenjem Programa.

Program radionica s roditeljima “Rastimo zajedno” provode u 11 susreta voditeljski timovi u svojim vrtićima ili obiteljskim centrima. Od koordinатора projekta dobivaju potreban broj *Mapa za roditelje* za svaku novu grupu roditelja. Iskustvo pokazuje da se u jednoj godini mogu organizirati dva ciklusa radionica – proljetni i jesenski, što naravno ovisi o broju zainteresiranih roditelja.



Što se pak tiče budućih izazova, pokazalo se potrebnim osigurati trajnost učinaka Programa kako u odnosu na roditelje, tako i na voditeljice i njihovu daljnu edukaciju. Naime, nakon dvije pokusne primjene jasno prepoznajemo da je potrebna kontinuirana podrška i roditeljima i voditeljicama. Kao dobre oblike nastavljanja programa vidimo Klub roditelja “Rastimo zajedno” i obvezno uključivanje u Mrežu voditeljica “Rastimo zajedno”.

Također, za osiguranje kvalitete potrebno je sustavno i kontinuirano evaluirati ishode i proces provođenja Programa, kao što smo to činili tijekom njegove pokusne primjene.

#### 4.1

#### **Osiguranje kvalitete Programa i kontinuiteta podrške voditeljima: Mreža voditeljica “Rastimo zajedno”**

Tijekom pokusne primjene voditeljice su izražavale veliko zadovoljstvo što su bile cijelo vrijeme “umrežene”, izvješćujući se međusobno elektroničkom poštom o provođenju

#### **Što su rekle voditeljice ...**

... nakon dvaju ciklusa primjene Programa prepoznale kao izvore snage za vođenje radionica?

- ✦ edukaciju i stručnu potporu: učenje, nova znanja, vještine za rad s roditeljima, dobri materijali, UNICEF, voditeljice projekta;
- ✦ suradnju unutar tima i među timovima: dobar tim, složnost tima, suradnja s drugim vrtićima, sudionici projekta koji dijele entuzijazam;
- ✦ motiviranost: moje veselje, zadovoljstvo, vlastiti interes, moja želja za znanjem, entuzijazam, moja volja i vjera da nešto mogu učiniti, nešto dobro dati i podijeliti, pomoć drugome, ulagati u budućnost djeteta, plemeniti cilj, pomaganje roditeljima, kontakt s novim roditeljima, zadovoljstvo roditelja, želja roditelja za nastavkom suradnje, moja osobna motivacija da u suradnju s roditeljima unesem novi smjer;
- ✦ osobnu dobit od projekta: spoznaja da sam sebe promijenila na bolje (bolji roditelj/odgajatelj), stjecanje novog iskustva, trudim se biti bolji roditelj, potvrda vlastite kompetentnosti, unapređivanje vlastitog znanja i iskustva, sazrela sam kao osoba;
- ✦ potporu vlastite obitelji;
- ✦ potporu i priznanje ostalih djelatnika u vrtiću, ponajviše ravnatelja.

### Što su rekle voditeljice ...

... da im treba za nastavak i kvalitetan rad?

- \* supervizija, još edukacije, teoretska znanja;
- \* podrška ravnatelja, priznanje (pohvala, nagrada, materijalna stimulacija), vrijeme, rasterećenje od drugih obveza, razumijevanje i podrška ostalih kolegica u vrtiću;
- \* podrška lokalne zajednice i medija.

radionica, što im je davalo mogućnost povratne informacije, sigurnost i podršku - stručnu i ljudsku.

Na evaluacijskom

seminaru na kraju druge pokusne primjene Programa to su i same izrazile na kreativan način u aktivnosti "Moje drvo snage za vođenje radionica".

Navedena iskustva voditeljica o onome što su već dobile Programom te njihova potreba za podrškom, supervizijom i edukacijom potvrđuju i iskustva različitih projekata ove vrste, koja govore da je umrežavanje voditelja vrlo dobar način održavanja i podizanja kvalitete provođenja projekta i ostvarivanja njegovih ciljeva.

Organiziranje Mreže voditeljica "Rastimo zajedno", koju čine svi stručnjaci uključeni u program radionica s roditeljima "Rastimo zajedno" (voditeljice projekta, voditeljice regionalne grupe i voditeljice radionica), vidimo kao odličan oblik sustručnjačke podrške i daljnje edukacije voditeljica. Smatramo ga neizostavnim jamstvom održavanja kvalitete Programa. U toj mreži vitalnu kariku između voditeljica projekta i voditeljica radionica u vrtićima i obiteljskim centrima čine voditeljice regionalne grupe.

**Voditeljice regionalne grupe** imenuje *Savjet za razvoj i osiguranje kvalitete projekta "Rastimo zajedno"*, čiji su članovi voditeljice projekta, predstavnica UNICEF-a te predstavnice voditeljica regionalne grupe i voditeljica. Voditeljice regionalne grupe mogu biti stručne suradnice dječjih vrtića koje su i prije edukacije imale iskustvo u vođenju radionica s roditeljima, koje su završile edukaciju i vrlo uspješno provele najmanje tri ciklusa radionica s roditeljima te koje su na supervizijskim susretima i evaluacijskim seminarima pokazale stručnost, angažiranost i interes za vođenje sustručnjačkih grupa podrške.

Zadaća voditeljica regionalne grupe jest uključivanje u edukaciju novih voditeljica i sustručnjačka podrška. Sustručnjačka podrška može biti grupna/regionalna i za pojedini voditeljski tim. Bilo bi dobro da se susret regionalne voditeljice i voditeljskog tima provodi jednom tijekom provođenja drugog ciklusa radionica, kako bi voditeljice dobile povratnu informaciju, podršku i pomoć voditeljica regionalne grupe. Regionalnu grupu sustručnjačke podrške čine voditeljice iz nekoliko "susjednih" vrtića koje se sastaju radi razmjene iskustava, uzajamne podrške i rješavanja problema.



Voditeljice projekta i voditeljice regionalne grupe sastaju se 1 do 2 puta godišnje – vezano uz cikluse edukacije, s ciljem pripremanja edukacije novih grupa voditeljica, razmjene iskustava, rješavanja stručnih i organizacijskih problema uočenih u proteklom ciklusima i iskazanih na susretima regionalnih grupa sustručnjačke podrške.

Jedanput godišnje organizira se susret svih voditeljica, na kojemu se uz evaluaciju provođenja Programa provodi i daljnja edukacija voditeljica.

Ova naša vizija razvoja projekta temelji se na našim mišljenjima, kao i mišljenjima voditeljica radionica, koja su iskazale tijekom pokusne primjene Programa. Iz njihovih mišljenja iščitavamo zadovoljstvo dosadašnjim timskim sudjelovanjem u Programu i njihovu potrebu za daljnjom podrškom.

Smatramo kako upravo Mreža voditeljica "Rastimo zajedno" može biti dobar odgovor na potrebu voditeljica da se potvrde kao kompetentne stručnjakinje, da se dalje educiraju i proširuju iskustva osobnoga i timskog rasta. Da rastu zajedno, kako profesionalno tako i osobno.

#### Što su rekle voditeljice odgojiteljice...

... o sudjelovanju u Programu?

- \* Korisno – osobno i profesionalno.
- \* Bila mi je čast biti dijelom tima. Bila sam ponosna, osjećala sam se ugodno.
- \* Bez obzira na veliku nesigurnost i strah, bilo mi je lijepo i želim nastaviti.
- \* Traži ozbiljnosti i vremena.
- \* Teško je uskladiti dogovore.
- \* Sa svakom radionicom bila sam bogatija s iskustvom uz pomoć kolegica.
- \* Jako sam sretna što sam uključena u ovaj projekt jer mi je proširio znanja i pomogao u poslu. Drugačije promatram situacije u skupini i djeci prilazim s puno više razumijevanja. Program me osnažio i ohrabrio pa često usmjeravam kolegice na drugačiji pristup djeci.
- \* Sve u svemu, mislim da sam osobno više dobila nego dala - jer dobiveno je puno više od odvojena vremena. Tu ne mislim samo na znanje i vještine, već i na reakcije roditelja te na njihovo zadovoljstvo i promjene.





#### Što su rekle voditeljice stručne suradnice...

... o sudjelovanju u Programu?

- ✦ Iako imamo sve materijale, potrebno je još puno rada.
- ✦ Sudjelovanje triju voditeljica pokazalo se odličnim iz razloga što sam osjetila podršku u svakom trenutku, izbjegnuto je stres u situaciji kada je neka od nas zauzeta; znala sam u svakom trenutku da se mogu osloniti na svoje kolegice.
- ✦ Mislim da smo se odlično snašle i nadopunjavale, primjećujem da bi ipak za voditelje trebalo edukacije i iz nekih tema koje smo prezentirali roditeljima – npr. Juul, jedno je kad ga se čita, drugo kad ga se sluša, treće kad ga se iščitava i preispituje njegove ideje – možda bi i to mogao biti dio edukacije edukatora.

## 4.2

### Osiguravanje kontinuiteta podrške roditeljima: Klub roditelja "Rastimo zajedno"

Kao nastavak kontinuirane podrške roditeljima, koja bi mogla pridonijeti daljnjem rastu roditelja i voditeljica, vrtić može organizirati Klub roditelja "Rastimo zajedno" za roditelje koji su pohađali radionice. Na taj način poručujemo roditeljima da ih ne ostavljamo same nakon završenog Programa, sad kada su počeli primjenjivati nova ponašanja i mijenjati odnos i postupke prema svojoj djeci, obitelji...

Iz roditeljskih iskaza tijekom provođenja Programa i posebno u njihovim Evaluacijskim upitnicima vidi se da su vrlo zadovoljni radionicama, da su ispunili svoja očekivanja, ali da im je ipak nedostajalo još vremena za rješavanje vlastitih problema u odgoju djece te da smatraju kako bi radionice trebale trajati duže ili pak imati neki nastavak nakon završetka Programa. Također, bilo im je važno druženje i ono što mogu podijeliti s drugim roditeljima. Žele još.

#### Neke izjave roditelja i voditeljica...

... koje podupiru potrebu za nastavkom Programa:

- ✦ Prekratko!!! Treba trajati godinu dana!
- ✦ Sad kada su odrađene radionice, bili bi dobri susreti barem dva puta u školskoj godini (kao roditeljski sastanak). Podsjetnik, novosti, problemi...
- ✦ Radionice bi ubuduće bile bolje da traju duže i da budu podijeljene na niže i više stupnjeve radionica.
- ✦ Jedna mama je komentirala kako joj je ova grupa velika potpora u odgoju djece jer nema prijateljicu s kojom može o tome razgovarati i kako često za tim ima potrebu, na što joj je druga mama prišla, napisala broj mobitela na papirić i rekla: "Nazovi mene!" Tada je počela razmjena brojeva i dogovaranje o tjednim susretima i nakon radionica. I mi smo pozvane.
- ✦ Roditelji su zadovoljni svojim napretkom, žale što se bliži kraj i predložili su sastanke jednom mjesečno - kao neke "grupe podrške".

Roditelji su narasli i taj rast treba održavati, "zalijevati".  
Ovo su riječi jednoga tima na kraju Programa:

*Izuzetno smo zadovoljne našim roditeljima - njihovom suradnjom, otvorenošću i spremnošću da rade na osobnom rastu, a posebno nas vesele njihova razmišljanja o nastavku provođenja radionica i želja za daljnjim sastancima – u nekom obliku kluba roditelja.*

Sastanci Kluba roditelja i dalje se mogu održavati u vrtiću ili obiteljskom centru, a vode ih iste educirane voditeljice. Teme za raspravu voditeljice biraju i dogovaraju se o njima zajedno s roditeljima. Dobro je da to bude unaprijed, kako bi se voditeljice mogle dodatno pripremiti za sljedeće susrete. To mogu biti aktivnosti kao primjerice "Pitanja iz šesira" ili ponavljanje nekih drugih aktivnosti iz Programa (ako treba uz prilagodbe, prema željama roditelja), daljnje rasprave o onome o čemu se roditeljima čini da nije bilo dovoljno govoreno tijekom radionica i dr. Sastanci se mogu održavati dvomjesečno, tromjesečno, polugodišnje – prema interesu roditelja.

U nekoliko vrtića već su se nastavili susreti u Klubu. Prva iskustva su pozitivna i rađaju se nove ideje. Potreba za nastavkom i podrškom očituje se u nekim grupama na način da se roditelji sastaju spontano izvan vrtića.

### 4.3

#### Širenje dostupnosti Programa roditeljima u zajednici

Budući da je krajnja svrha ovog Programa unapređivati dobrobit djeteta i olakšati puni razvoj djetetovih potencijala, jedan je od ciljeva projekta povećati dostupnost Programa što većem broju roditelja: **približiti roditelje radionicama i približiti radionice roditeljima.**

Program radionica s roditeljima "Rastimo zajedno" počeo se provoditi u dječjim vrtićima s roditeljima djece jasličkih i mlađih vrtićkih skupina. Na taj način možemo i dalje obuhvaćati roditelje gdje god postoji organizirani predškolski odgoj. U radionice u dječjem vrtiću mogu se uključivati i roditelji djece koja nisu u vrtiću. Dječji vrtić sa svojim stručnim suradnicima treba i može predstavljati središte za podršku i rad s roditeljima u zajednici.

U sredinama gdje nema dječjih vrtića, kao i tamo gdje vrtići ne mogu zadovoljiti potrebe i interese roditelja, program radionica s roditeljima "Rastimo zajedno" mogu provoditi i drugi organizatori kao npr. obiteljski centri, uz već ranije naveden uvjet da ga provode stručnjaci educirani za ovaj Program i da su uključeni u Mrežu voditelja "Rastimo zajedno".

Ostvarivanje prava svakog djeteta na optimalne uvijete za razvoj svojih potencijala nalaže potrebu široke dostupnosti općih - univerzalnih programa podrške roditeljstvu i promicanja vrijednosti, znanja i vještina kod svih koji se brinu o djeci i odgajaju ih. Stoga je za širenje Programa u veći broj lokalnih zajednica važno dobiti interes javnosti (roditelja, vrtića, centara i drugih mogućih organizatora), što se može postići putem medija u najširem smislu, kao i tzv. usmenom predajom.

Potvrda osnovanosti i šire potrebe za Programom jesu i iskazi voditeljica i roditelja koji su prošli Program, dali mu visoke ocjene, i dodatno rekli:

- *Organizirati neki oblik nastavka rada.*
- *Uvesti ove radionice svima koji upišu dijete u jaslice.*
- *Organizirati radionice i s roditeljima djece iznad 3 godine.*
- *Mnoge majke radionice su preporučile svojim prijateljima.*

Pri razvijanju i širenju Programa valja uzeti u obzir različite potrebe roditelja potencijalnih korisnika. Već u dosadašnjoj primjeni uočene su razlike između roditelja koji su se uključili u Program i onih koji nisu. Program treba biti dostupan i zanimljiv za uključivanje svim roditeljima, bez obzira na razinu obrazovanja, na broj djece u obitelji, kako za majke tako i za očeve. Stoga bi trebalo uložiti dodatan trud, kako bi se potaknulo i ohrabrilo što širi krug roditelja na sudjelovanje u radionicama.

Program radionica s roditeljima "Rastimo zajedno" pokazao se primjenjivim, učinkovitim i dobro prihvaćenim od roditelja i voditeljica te ga treba i dalje razvijati i širiti, tj. činiti ga dostupnim što većem broju roditelja i tako pridonijeti dobrobiti što većega broja najmlađe djece.



U skladu s navedenim je i zaključak izvješća jedne voditeljice nakon provedenog Programa s prvom grupom roditelja:

*Sretna sam što mi se pružila prilika sudjelovati u ovom projektu. Profitirala sam privatno i profesionalno. Svaku radionicu proživljavala sam preispitujući prvo sebe kao roditelja, vlastite odgojne postupke, uspone i padove u međusobnom odrastanju sa svojom djecom. Realizirane radionice doživljavala sam kao vlastito ogledalo roditeljstva. Željela bih ostati i dalje u projektima i aktivnostima vezanim uza suradnju s roditeljima, u smislu poticanja kvalitetnog roditeljstva.*

*Rad u timu pružao mi je veliko zadovoljstvo. Osjećala sam se dobro i prihvaćeno. Oduševljena sam radom u timu s kolegicom B.V., njezinom visokom dozom profesionalnosti, uvažavanjem, prihvaćanjem i profesionalnom podrškom.*

*Rad i suradnja s odgajateljicom K.Š. bili su jako ugodni. Poštivala sam njezin osjećaj nesigurnosti u smislu profesionalne kompetencije za vođenje pojedinih dijelova radionica te odabir manjih sadržaja i aktivnosti za realizaciju.*

*Kao što svako dijete ima vlastiti put i tempo razvoja, to vrijedi i za nas "odrasle" – treba ga poštivati i pritom pružiti podršku i uvažavanje, jedino tako možemo i mi odrasli odrastati zajedno i učiti jedni od drugih...*

*Mislim da je to jedan od recepata za sretniju i uspješniju sljedeću godinu.*

*(Vesna Kašuba, prosinac 2009.)*

I na kraju, nekoliko informacija o suradnji s medijima.

### **Smjernice za komunikaciju s medijima**

Uz pomoć medija moguće je komunicirati s cijelom lokalnom zajednicom i predstaviti Program radionica s roditeljima široj javnosti. Potrebno je zamoliti predstavnike lokalnih novina, tv kuća i radio postaja da kontinuirano prate aktivnosti vrtića namijenjene kako djeci, tako i roditeljima. Možda među roditeljima djece u vrtiću ima i novinara pa i oni mogu pomoći da što više roditelja, i onih čija djeca ne polaze vrtić, dozna o održavanju radionica „Rastimo zajedno“. To može biti dobar poticaj za cijelu zajednicu da promiče pozitivno roditeljstvo.

### Prijedlog objave informacija lokalnim medijima

(Memorandum vrtića)

#### OBJAVA ZA MEDIJE

#### Kratak naslov koji prenosi glavnu ideju

(dužine pet ili šest riječi, preporučljivo da uvijek sadržava glagol)

Grad, dan/mjesec/godina.

**Najvažnija informacija** (obavezno tko i što - zatim najvažniji dijelovi: od kada, gdje, zašto i kako) dobro je da bude napisana u prvom odlomku i da se sastoji od samo nekoliko rečenica. U tom odlomku treba što učinkovitije privući pažnju novinara i pružiti im relevantne informacije.

Drugi odlomak može se započeti informacijom o tome zašto je roditeljstvo tako važno upravo u prvim godinama života.

Nakon toga može slijediti nekoliko odlomaka, u kojima se detaljnije opisuju aktivnosti vrtića vezane za održavanje programa radionica s roditeljima „Rastimo zajedno“. Takva objava ne bi trebala biti dulja od jedne stranice.

Primjeri naslova:

**Novo: Radionice s roditeljima u Dječjem vrtiću Mak** ili

**Roditelji razmjenjuju iskustva u Dječjem vrtiću Potočnica** ili

**Novi program za roditelje najmlađe djece u Obiteljskom centru xxx županije** ili

**Dječji vrtić Ciciban poziva roditelje najmlađe djece na radionice „Rastimo zajedno“**





Primjer teksta:

## Roditelji razmjenjuju iskustva u Dječjem vrtiću Potočnica

Osijek, 3. rujna 2010.

Dječji vrtić Potočnica od 4. listopada o.g. organizira radionice s roditeljima „Rastimo zajedno“ koje su nastale u sklopu UNICEF-ova programa za podršku roditeljstvu u prvim godinama života. Radionice su osmišljene tako da pomognu roditeljima pronaći odgovore na njihova pitanja i dileme u odgoju djece do četvrte godine.

Prve godine života osobito su važne za razvoj svakog ljudskog bića. U tim se godinama života uspostavlja djetetova emocionalna sigurnost, odnosno temeljno povjerenje u sebe i druge, što je zalag kasnijega duševnoga i tjelesnog zdravlja. Stoga emocionalna privrženost, rana komunikacija i stimulacija predstavljaju jednako važne uvjete razvoja kao i prehrana, briga o higijeni, zdravlju i sigurnosti od ozljeda. U svemu tome, ključnu ulogu imaju roditelji.

Radionice „Rastimo zajedno“ održavaju se u Dječjem vrtiću Potočnica već x godina. Radionice traju 11 tjedana (i održavaju se bez novčane naknade). Do danas je u radionicama sudjelovalo više od xxx roditelja koji pozitivno ocjenjuju njihovu vrijednost.

Pozivamo sve zainteresirane roditelje da se informiraju i prijave na radionice putem telefona na broj xxx ili elektronske pošte na adresu xxx.

potpis

Za više informacija, molimo kontaktirajte:  
(netko tko je upoznat s detaljima i može odgovarati na pitanja)  
**Ime, radno mjesto** (psiholog, pedagog...)  
**Organizator radionica** (vrtić, obiteljski centar...)  
**Telefon i/ili e-mail**



Nakon ovakve pisane obavijesti novinari mogu tražiti dodatne informacije i mogućnost razgovora s voditeljicama i roditeljima te snimanja radionica za što obvezno treba prethodno tražiti dopuštenje svih sudionika/sudionica.

Na kraju godine dobro je obavijestiti novinare o tome koliko je roditelja u toj godini pohađalo radionice, citirajući njihove izjave o tome koliko su im radionice pomogle u životu s njihovom djecom i slično.



## 5

## PRILOZI

## 5.1

**Smjernice za stručnjake**

(Dodatak Preporuci Rec(2006) 19 Odbora ministara državama članicama o politici podrške pozitivnom roditeljstvu)



COUNCIL OF EUROPE      CONSEIL DE L'EUROPE

**ULOGE I ODGOVORNOSTI STRUČNJAKA****6.2.1 Uvod**

Ovaj dokument je namijenjen stručnjacima koji rade s djecom i obiteljima, ili skrbnicima djece mlađe od 18 godina. Svrha mu je dati stručnjacima smjernice o načinima na koje mogu pružiti podršku pozitivnom roditeljstvu. Pozitivno roditeljstvo definira se kao roditeljsko ponašanje i vrijednosti zasnovane na najboljim interesima djeteta, što obuhvaća postavljanje granica pomoću nenasilnih metoda kako bi se djetetu omogućilo da dostigne puni razvojni potencijal.

U svrhu jačanja roditeljskih vještina, stručnjacima se savjetuje usmjeravanje na razumijevanje djetetovih razvojnih potreba, odgovornosti i kapaciteta njihovih roditelja da odgovore na te potrebe, odnose i interakcije između članova obitelji i potrebe obitelji kao osnovne jedinice društva. Središte intervencija treba biti dijete – djetetova prava i potrebe navedene u Konvenciji Ujedinjenih Naroda o pravima djeteta i glavnim pravnim instrumentima Vijeća Europe (poput Konvencije za zaštitu ljudskih prava i temeljnih sloboda, Europske socijalne povelje i revidirane Europske socijalne povelje).

Informacije o razvojnim potrebama djeteta i odgovornostima roditelja navedene su u odjeljku 2, dok odjeljak 3 sadrži smjernice namjenjene stručnjacima koji rade s roditeljima. U radu službi naročito je važan interdisciplinarni pristup, a njihovo 'segmentiranje' treba izbjegavati ili prekinuti.

Kako bi se stručnjacima pružila podrška u izvršavanju ovih zadataka važno je da svi davatelji usluga djeluju prema načelu da njihovo osoblje bude partner roditelja i osnažuje ih u obavljanju njihovih roditeljskih odgovornosti. To znači da politike svih koji pružaju usluge vezane uz pozitivno roditeljstvo trebaju uključivati sljedeće tri ključne komponente:

- ✦ Promicanje roditeljskog učenja o tome kako na pozitivan način biti roditelj svojoj djeci, te pridonjeti ostvarenju razvojnog potencijala svakog djeteta
- ✦ Pružanje podrške roditeljima kako bi im se omogućilo da ispunjavaju svoje uloge i odgovornosti na najbolji mogući način, i
- ✦ Gdje je to potrebno, omogućavanje i poticanje promjena u roditeljskom ponašanju kako bi njihovo ponašanje pridonjelo razvojnim postignućima njihove djece.

Rukovoditelji/administratori koji smatraju da su gore navedene tri ključne sastavnice pozitivnog roditeljstva dio profesionalnih uloga i odgovornosti njihovih zaposlenika, imat će važnu ulogu u omogućavanju svom osoblju da majkama i očevima pruže podršku u podizanju djece.

## 6.2.2 Ključne poruke za roditelje: potrebe djece i roditeljske odgovornosti

### I. Usredotočenost na dijete: dijete kao subjekt prava

Prava definirana u Konvenciji o pravima djeteta uključuju pravo na zaštitu i pravo na sudjelovanje. Tome treba dodati naglasak stavljen na razvoj djeteta, odnosno podršku evoluirajućim sposobnostima djeteta. Dobro roditeljstvo u skladu s temeljnim načelima Konvencije o pravima djeteta i saznanjima stečenim kroz istraživanja, obuhvaća:

Pružanje **sigurnog okruženja i zadovoljavanje djetetovih osnovnih potreba**, uključujući potrebe za smještajem, hranom, vodom, zdravstvenom i stomatološkom skrbi..

**Brižno, njegujuće ponašanje** koje odgovara na potrebe djeteta za emocionalnom skrbi, sigurnošću, pripadanjem i sigurnom privrženosti. Roditelji trebaju zadovoljiti potrebe djeteta za roditeljskom toplinom, prihvatanjem, osjetljivošću, pristupačnošću, uključenošću i podrškom.

**Strukturu** koja se odnosi na postavljanje i pridržavanje standarda prihvatljivog i neprihvatljivog ponašanja i uzore koje pružaju roditelji. Granice i smjernice potrebne su svakom djetetu radi njegove ili njezine fizičke i psihološke sigurnosti, razvoja njegovih ili njezinih vrednota te osjećaja osobne i društvene odgovornosti.

**Uvažavanje** koje se odnosi na djetetovu potrebu da bude priznato kao osoba te da roditelji odgovore na njegova ili njezina osobna iskustva i potvrde ih.. Priznavanje i

poštivanje djetetovih iskustava i pogleda doprinosi ostvarivanju punog potencijala djetetovog osobnog razvoja.

**Osnaživanje** se odnosi na kombiniranje osjećaja osobne kontrole i samodiscipline sa sposobnošću da se utječe na stavove i ponašanja drugih. Podrazumijeva usmjeravanje na jačanje postojećih jakih strana djeteta i odražava uvjerenje da se snaga može stvarati i obnovljati. Tako bi roditelji trebali poštivati evoluirajuće sposobnosti djeteta na način da se prilagođe njegovom ili njezinom ponašanju i idejama uključivanjem i razgovorom.

## II. Roditeljske odgovornosti

Konvencija o pravima djeteta naglašava da roditelje treba podržati u ispunjavanju njihovih odgovornosti prema djeci. Roditelji trebaju biti u mogućnosti:

- \* Pružiti djeci osnovnu skrb poput zadovoljavanja njihovih fizičkih potreba i pružanja odgovarajuće zdravstvene i stomatološke njege, uključujući potrebe za hranom, toplinom, smještajem i odjećom;
- \* Osigurati njihovu sigurnost štiteći djecu od nezgoda u njihovom domu ili drugdje;
- \* Osigurati zadovoljavanje djetetovih emocionalnih potreba, kao i da dijete ima pozitivan osjećaj da ga se posebno cijeni i pozitivan doživljaj vlastitog etničkog i kulturnog identiteta;
- \* Stimulirati dijete kroz poticanje učenja i intelektualnog razvoja putem ohrabivanja, kognitivne stimulacije i promicanjem društvenih mogućnosti;
- \* Pružiti smjernice i granice, čime se djetetu omogućuje da samo upravlja svojim emocijama i ponašanjem, korištenjem nenasilnih metoda, i
- \* Pružiti djetetu stabilno obiteljsko okruženje koje djetetu omogućuje održavanje sigurne privrženosti s primarnim skrbnikom/skrbnicima.



Razmatrajući resurse potrebne za roditeljstvo, korisno ih je podijeliti u tri skupine resursa odnosno izvora:

- ✱ Unutarnji resursi roditelja – poput korištenja znanja i vještina (na primjer, o razvoju djeteta), dobro fizičko/mentalno zdravlje i vještine rješavanja problema;
- ✱ Unutarnji resursi obitelji – modeli dobrog roditeljstva, međuljudski odnosi u kućanstavu
- ✱ Resursi izvan kućanstva – podrška šire obitelji i prijatelja, susjedstva, zajednice, gospodarski resursi, zaposlenost, socijalna skrb, usluge za djecu, obrazovanje.

### III. Roditeljske sposobnosti

Unutarnji resursi roditelja mogu se poboljšati jačanjem roditeljskih sposobnosti i kapaciteta, odnosno, obrazovnim mjerama. Potrebno je obuhvatiti sljedeća pitanja:

- ✱ Jedinstvenost djeteta i mijenjanje razvojnih potreba od ranog djetinjstva do adolescencije;
- ✱ Važnost privrženosti primarnom skrbniku u razvoju djeteta;
- ✱ Samopouzdanje i vještine roditelja pri primjeni pozitivnih roditeljskih strategija upravljanja;
- ✱ Sposobnost u jačanju društvenih vještina djeteta;
- ✱ Tehnike postavljanja granica nenasilnim načinima;
- ✱ Razumijevanje važnosti duhovnosti i moralnog razvoja djeteta;
- ✱ Brigu roditelja o samom sebi kao preduvjet za uspješno nošenje sa životnim zahtjevima, međuljudskim odnosima i za razumijevanje života svih osoba unutar obitelji;
- ✱ Čimbenike koji narušavaju roditeljske sposobnosti, kao što su obiteljsko nasilje, ovisnosti

i drugi problemi vezani uz mentalno zdravlje, neorganizirani načini života, emocionalni problemi, kritičnost i neosjetljivost za potrebe djece.



#### IV. Međuljudski odnosi

Kvaliteta međuljudskih odnosa u obitelji osnovni je resurs zdravog roditeljstva. Osobito su važni sljedeći aspekti:

- ✖ Značaj roditeljskog poštovanja prema djetetu te osjetljivost za i zadovoljavanje njegovih ili njezinih potreba;
- ✖ Dostojanstveno ponašanje, razgovor s djetetom i njegovo ili njezino uključivanje, te pružanje vođenja odrasle osobe;
- ✖ Kvaliteta odnosa između odraslih osoba s roditeljskim odgovornostima, bez obzira na strukturu obitelji;
- ✖ Kvaliteta odnosa između braće i sestara i druge djece u kućanstvu;
- ✖ Važnost nenasilnog rješavanja sukoba i metoda discipliniranja u obitelji.

#### V. Proširena obitelj i neformalni sustavi podrške

Proširena obitelj i neformalne društvene mreže mogu predstavljati vrijedne resurse za roditelje i djecu. Rad s djecom i obiteljima trebao bi, kad god je to moguće, nastojati prepoznati:

- ✖ Kvalitetu odnosa među članovima proširene obitelji ili u susjedstvu ili zajednici;
- ✖ U kojoj mjeri obitelj, prijatelji i lokalna zajednica pružaju podršku roditeljima i djetetu;
- ✖ Važnost i kvalitetu odnosa između djeteta i njegovih ili njezinih vršnjaka.

### 6.2.3 Smjernice za stručnjake

#### I. Načela na kojima se temelji rad stručnjaka s djecom i obiteljima

Uloga stručnjaka treba se temeljiti na jasnim vrijednostima, etici, znanju i vještinama. U radu na jačanju i pružanju podrške pozitivnom roditeljstvu važno je sljedeće:

- ✖ Izgradnja povjerenja zasnovanog na empatiji i poštovanju ljudskog dostojanstva svih članova obitelji i drugih značajnih osoba;

- ✖ Sve intervencije i njihovi ishodi usredotočeni su na dijete i uzimaju u obzir prava, razvojne potrebe i jedinstvenost svakog djeteta
- ✖ Jezik i pristup koji se koriste su pristupačni i podržavajući;
- ✖ Sve intervencije potaknute su načelima jednakosti i pristupačnosti;
- ✖ Stručnjaci i roditelji surađuju kako bi se roditelji osnažili za podizanje svoje djece.
- ✖ U radu s djecom i obiteljima koristi se sveobuhvatan i interdisciplinarni pristup
- ✖ Kod interveniranja u obiteljski život prepoznaju se i osnažuju jake strane roditelja - stvarne, ali i one potencijalne - kako bi se njihove sposobnosti iskoristile na najbolji mogući način;
- ✖ Roditeljske sposobnosti ne prosuđuju se na temelju jednog štetnog događaja, no sigurnost djeteta u svakom je slučaju primarna i ne smije se dovoditi u pitanje;
- ✖ Stručni savjeti upućuju se i majkama i očevima ili drugim skrbnicima oba spola. Prepoznaje se važnost roditeljske uloge oca
- ✖ Pružanje usluga koje odgovaraju na raznovrsne potrebe roditelja iz manjinskih etničkih skupina.

## II. Omogućavanje pristupa uslugama

U omogućavanju pristupa uslugama stručnjaci zauzimaju aktivnu ulogu u prepoznavanju potrebnih vrsta podrške i usluga te osiguravanju da im roditelji mogu pristupiti kako bi se poboljšala njihova sposobnost za odgoj djece, na način da prvo nude onu vrstu usluge koja je najmanje interventna:

- ✖ Neformalna podrška (odnosno, jačanje postojećih društvenih veza roditelja i poticanje uspostave novih veza s obitelji, prijateljima, susjedima i drugim osobama u zajednici),
- ✖ Poluformalna podrška (odnosno osnaživanje nevladinih organizacija koje se bave roditeljima i djecom (uključujući i kroz zagovaranje) te aktiviranje niza grupa za samopomoć i drugih skupina u zajednici i usluga koje pružaju), i konačno
- ✖ Formalna podrška (odnosno, stručne usluge)



Nadalje, važno je da stručnjaci čine i sljedeće:

- ✦ Osiguravaju da roditelji dobivaju državne povlastice koje im pripadaju, na primjer, novčana sredstva ili druga prava, odnosno da ostvaruju svoja socijalna prava;
- ✦ Kada je potrebno, roditelju dodijele odvjetnika;
- ✦ Daju prednost uslugama koje su evaluirane i ocijenjene odgovarajućim metodama i koje su se pokazale učinkovitima u postizanju ciljeva pozitivnog roditeljstva.

### III. Roditeljski programi

Roditeljski programi mogu imati različite ciljeve i značajke. Potrebno je ponuditi dovoljno širok i prilagodljiv raspon programa kako bi ih se mogao primijeniti u čitavom kulturnom spektru svake zajednice. Kategorije roditeljskih programa uključuju sljedeće:

- ✦ Programe osmišljene za zadovoljavanje potreba i interesa roditelja za usvajanjem općih znanja o ulozi roditelja i načinima odgoja djece koji im omogućavaju ostvarivanje njihovog razvojnog potencijala;
- ✦ Programe koji se bave određenom problemima s kojima se roditelji mogu suočiti u odgoju svoje djece, poput asocijalnog ponašanja, sprječavanja zlouporabe droga i jačanja samopouzdanja;
- ✦ Programe usmjerene na ciljane skupine roditelja ili djece s posebnim potrebama. Oni mogu uključivati samohrane roditelje, razdvojene roditelje, roditelje koji pripadaju ranjivim ili socijalno isključenim skupinama, roditelje ili djecu s invaliditetom ili pak programe usmjerene na određenu dob.

### IV. Preporuke za održavanje roditeljskih programa

Prilikom pružanja roditeljskih programa čija je svrha pružanje podrške pozitivnom roditeljstvu, stručnjaci trebaju obratiti pažnju na sljedeće:

- ✦ Prvenstveno se usmjeriti na načelo "najboljeg interesa djeteta" i postizanje najboljih razvojnih ishoda za svako dijete;
- ✦ Biti primjereni potrebama djece, roditelja i obitelji;
- ✦ Ne prosuđivati niti stigmatizirati;
- ✦ Izbjegavati stvaranje ovisnosti roditelja o stručnjacima;

- ✖ Obuhvatiti svu složenost obiteljskog života i uzimati u obzir potrebe svakog djeteta i obitelji;
- ✖ Biti osjetljivi na kontekst lokalne zajednice;
- ✖ Razvijati programe odozdo prema gore, kako bi se osiguralo da su uključeni problemi roditelja i kontekst u kojemu podižu svoju djecu;
- ✖ Potvrditi važnost dijeljenja iskustava među obiteljima i ulogu skupina za samopomoć;
- ✖ Uključivati etničke i druge manjinske skupine;
- ✖ U svaki program uključiti odgovarajuće postupke za procjenu njegove učinkovitosti.

#### **V. Pružanje informacija o i približavanje pojma pozitivnog roditeljstva**

Stručna znanja i vještine treba primjenjivati i razvijati na dinamičan način, osobito u sljedećim područjima:

- ✖ Pomoći majkama i očevima u razumijevanju razvoja djeteta i ispunjavanju njihovih roditeljskih uloga;
- ✖ Pružati očevima i majkama informacije o dječjim pravima;
- ✖ Omogućiti razumijevanje posljedica do kojih može dovesti nepoštovanje dječjih prava.

#### **VI. Stručna znanja**

Odgovornost je svakog stručnjaka:

- ✖ Znati koja je organizacija/agencija odgovorna za pružanje određene vrsta usluga, a koja ima specifične zakonske obveze;
- ✖ Pratiti nova saznanja vezana uz razvoj djeteta i načine pružanja podrške pozitivnom roditeljstvu te primijenjivati ta znanja u svom radu
- ✖ Biti vješt u radu i s majkama i s očevima, kao i s djecom i obiteljima;
- ✖ Poznavati politiku roditeljstva izloženu u dokumentima Vijeća Europe i Konvenciji o pravima djeteta te razumjeti njihov utjecaj na praksu;
- ✖ Stvarati "prostor" koji će im omogućiti promišljanje o vlastitom radu i njegovom utjecaju na djecu i roditelje, kao i razvojne ishode djece koja primaju takve usluge;
- ✖ Evaluirati svoj rad, koristeći i procjene od strane svojih kolega i povratne informacije od djece i roditelja..

## 5

## PRILOZI

## 5.2

## Stručni tekstovi koji prate provedbu programa



- × Program radionica – što, zašto, kako?
- × Oglas
- × Četiri stupa roditeljstva
- × Temeljne psihološke potrebe
- × Eriksonova teorija psihosocijalnog razvoja
- × Razvoj privrženosti
- × Razvoj je dinamičan proces
- × Kako dijete misli i osjeća
- × Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi
- × Tri dijaloga – uvod
- × Tri dijaloga – I. emocionalni dijalog
- × Tri dijaloga – II. spoznajni dijalog
- × Tri dijaloga – III. usmjeravajući dijalog
- × Tri vrste roditeljske odgovornosti
- × Zašto i kako bez batina
- × Slušanje kao životni stil
- × Kako slušati i čuti
- × Aktivno slušanje
- × Jezik prihvatanja
- × Zna li dijete što ja hoću
- × Pravila
- × Povratna informacija
- × Ja-poruke
- × Principi prirodnih i logičnih posljedica
- × Kako čitati djetetu
- × Čitajte im od najranije dobi
- × Dijete i igra
- × Razvoj igre
- × Dijete i televizija
- × Zamke roditeljstva
- × Bilješka o roditeljskim raspoloženjima
- × Bilješka o roditeljskoj ljutnji
- × Letak "Biti dobar roditelj"

# rastimo zajedno

## Program radionica za roditelje najmlađe djece

Što?

### CILJEVI PROGRAMA:

Kao dio šireg programa UNICEF-a za podršku roditeljstvu "Prve tri su najvažnije!", suradnjom voditelja i roditelja razvijen je Program radionica za roditelje "Rastimo zajedno" koje se provode s roditeljima najmlađe djece širom Hrvatske.

Svrha Programa radionica za roditelje "Rastimo zajedno" jest omogućiti protok informacija, znanja, vještina i podrške koji roditeljima koriste u ispunjavanju njihovih roditeljskih odgovornosti te promiču rast i razvoj kako roditelja, tako i djeteta.

Glavni cilj Programa radionica jest stvoriti poticajno i osnažujuće okruženje u kojem roditelji s voditeljicama radionica i s drugim roditeljima razmjenjuju iskustva o tome kako žive svoje roditeljstvo, upoznaju bolje sebe kao roditelja, načine na koje se odnose prema svojem djetetu te doznaju i za druge moguće načine odnošenja prema djetetu. Također, upoznaju se sa znanstvenim stajalištima o pozitivnoj interakciji roditelja i djeteta, kao i o roditeljstvu na dobrobit djeteta (i roditelja).

Na radionicama će se preispitivati vrijednosti kojima se roditelji rukovode, učiti o potrebama djece i roditelja te o načinima njihova zadovoljavanja, vježbati komunikacijske vještine i odgovarati na druga pitanja za koja roditelji izraze interes.

Zašto?

### ISHODIŠTA PROGRAMA:

Program radionica za roditelje "Rastimo zajedno" oslanja se na nekoliko temeljnih pretpostavki:

- **Prve godine života osobito su važne za razvoj svakoga ljudskog bića. Mozak djeteta najintenzivnije se razvija upravo u tom razdoblju. Ono što dijete doživljava ima ogroman utjecaj na razvoj njegova mozga, pa prema tome i na njegove kasnije životne mogućnosti i prilike.** Ako dijete raste u okolini bez dovoljno ljubavi, sigurnosti i roditeljske njege, u njegovom se mozgu mnoštvo sinapsi neće očuvati i bit će znatno drugačiji od mozga djeteta koje raste u emocionalno bogatom ozračju. Već u dobi od tri godine vidljive su razlike u socijalnom i intelektualnome razvoju djece, koje ne ovise o prihodima ni o obrazovanju roditelja, već o tome kako se roditelji bave djecom kod kuće, kako podržavaju njihovu znatiželju i učenje.
- **Prve su godine važne i zato jer se iskustvo o sebi i drugim ljudima iz tih godina prenosi na kasnije godine života. U najranijim godinama se uspostavlja djetetova emocionalnu sigurnost, odnosno temeljno povjerenje u sebe i druge, što je zalog kasnijega duševnog i tjelesnog zdravlja. Stoga emocionalna privrženost, rana komunikacija i stimulacija**

predstavljaju jednako važne uvjete razvoja kao i prehrana, briga o čistoći, zdravlju i sigurnosti od ozljeda.

- **Roditelji ili primarni skrbnici djeteta imaju najvažniju ulogu u osiguravanju emocionalno toploga i podupirućeg okruženja za dijete, kao i u usmjeravanju djetetova učenja i razvoja.** Oni zadovoljavaju temeljne potrebe djeteta, osiguravaju djetetovu sigurnost, pružaju ljubav, poticaj, vodstvo i granice. Roditelji pritom često imaju pitanja ili dileme koje pozivaju na stjecanje novih znanja i vještina ili na mijenjanje nekih stavova i uvjerenja.
- Društvo je prepoznalo **koliko je "roditeljski posao" važan, ali i koliko je zahtjevan**, posebice u vremenu rastućih pritisaka na obitelj s različitih strana – od poslodavaca, medija, javnih službi i od strane samih članova obitelji. Konvencija Ujedinjenih naroda o pravima djeteta kao **pravo djeteta** navodi to **da njegovi roditelji dobiju dovoljnu i odgovarajuću podršku i pomoć u podizanju djece.**
- **Današnji roditelji podižu djecu u drugačijem svijetu nego što su to činili njihovi roditelji.** Društvo se promijenilo, uključujući promjene u svijetu rada (npr. sve dulje radno vrijeme, veća nesigurnost posla), promjene u sastavima obitelji (npr. sve više jednoroditeljskih obitelji i obitelji s djecom iz različitih brakova), promjene u shvaćanjima prirode djece i roditeljskog autoriteta. Društvena očekivanja od roditelja su velika, a **odgovornost društva je omogućiti svakom roditelju da se nosi s izazovima suvremenog roditeljstva** i ostvaruje pravo na pouzdane informacije, savjetovanje, materijalnu i drugu pomoć u brizi o djeci i njihovu razvoju. Programom radionica za roditelje "Rastimo zajedno" roditelji dobivaju mogućnost da ostvare neka od svojih prava na podršku koja im pripadaju zato jer su roditelji.

## Kako?

### NAČIN RADA:

U životu s djetetom i ispunjavanju roditeljskih odgovornosti mogu se pojaviti različita pitanja. Na jedanaest grupnih susreta **roditelji će se baviti traženjem svojih odgovora na pitanja od interesa, zajedno s drugim roditeljima, voditeljicama i uporabom stručne literature.** Roditelj najbolje poznaje svoje dijete i sebe, no iskustva stručnjaka i drugih roditelja često su dobrodošla. **Nitko sam ne zna sve odgovore na sva pitanja!**

Na radionicama se rabe različiti oblici rada, ovisno o cilju i sadržaju pojedine aktivnosti. Bit će kratkih predavanja, vježbi i rada na različitim zadacima, a najviše će biti razgovora na određenu temu i razmjene iskustva u malim ili većim grupama. Svaka je radionica "začinjena" i ponekom igrom i/ili kratkim filmom.



# OGLAS

## T'RAŽI SE DOBAR RODITELJ

### Prva godina:

Ležerna i opuštena osoba koja će s ljubavlju voditi računa o bebi. Treba uživati u tome da je njiše, mazi i svaka tri sata premotava, a potom strpljivo drži i hrani dvadesetak minuta. Treba rano ustajati i imati lagan san. Rad u svim smjenama. Bez mogućnosti napredovanja.

### Druga i treća godina:

Sportski tip, u dobroj formi, odličnih refleksa. Potrebna velika energija i beskrajno strpljenje. Neophodno poznavanje prve pomoći. Radni dan 15 sati – bez stanke za ručak ili kavu (osim ako dijete spava). Potrebna velika koncentracija za obavljanje poslova u uvjetima raznovrsnog ometanja pažnje. Vozačka dozvola prednost.

### Četvrta, peta i šesta godina:

Ekspert u podučavanju male djece, koji će osigurati poticajan i kreativan ambijent za učenje, pun ljubavi, prilagođen predškolskom uzrastu. Poželjno iskustvo u podučavanju umjetnosti, glazbe, sporta... Jedan strani jezik obavezan. Prednost poznavatelju dječje psihologije, lingvistike i metode Montessori.

### Od sedme do dvanaeste godine:

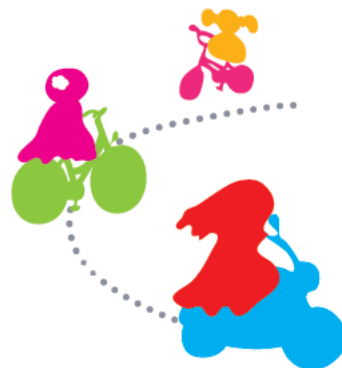
Prilika stručnjacima za sport i rekreaciju. Ulogu treba obavljati u radnoj sobi, blagovaonici i susjedstvu. Neophodne komunikacijske vještine radi izlaženja na kraj s učiteljima, ravnateljem i drugim roditeljima. Spremnost za razgovore o seksu i novoj matematici se podrazumijeva. Ne smije imati prigovore na blato, kolekcije kukaca i djecu iz susjedstva.

### Od trinaeste do petnaeste godine:

Specijalist za adolescentnu psihologiju s iskustvom u pripremanju velikih količina hrane. Naglušost ne smeta. Tolerancija neophodna. Taktičnost, tj. sposobnost uočavanja trenutaka kada je najbolje nestati - nužna.

### Osamnaesta godina:

Financijer koji će osiguravati novac, odjeću, CD-ove, a po mogućnosti i automobil. Savjeti nepotrebni. Posao na neodređeno vrijeme. Kandidat ima dovoljno vremena za dodatni posao koji će donositi dobre prihode.



# Četiri stupa roditeljstva

## U NAJBOLJEM INTERESU DJETETA

### 1. PRVI STUP

#### Brižno ponašanje

- Odgovara na djetetovu potrebu za ljubavlju, emocionalnom toplinom, sigurnošću, pripadanjem, povezanošću, prihvaćanjem. Dijete treba brižno ponašanje roditelja kao sigurnu bazu iz koje može istraživati svijet i u koju se može vratiti kad osjeti umor, strah, tugu ili neko drugo neugodno stanje ili emociju.
- 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 zanima ili brine, održavati pozitivno emocionalno okruženje u domu te mu pružiti sigurnost.
- Dosljedno pružanje emocionalne topline i dosljedno odgovaranje na potrebe djeteta predstavljaju temelj za razvoj sigurne, stabilne i emocionalno tople veze s roditeljem. Takva veza osigurava zadovoljenje djetetovih emocionalnih potreba te omogućuje da se dijete osjeća vrijednim i prihvaćenim.



# 2.

DRUGI  
STUP

## Struktura i vođenje

- Odgovaraju na djetetovu potrebu za sigurnošću, predvidivošću i kompetentnošću.
- Struktura se odnosi na prostor, vrijeme i usmjeravanje djetetova ponašanja.
- Strukturirani prostor jest siguran prostor u kojemu je dijete zaštićeno od opasnosti koje ga mogu ugrožavati, kako u vlastitom domu tako i izvan njega. Osim toga, malom djetetu važno to da se raspored u poznatom prostoru ne mijenja.
- Strukturirano vrijeme i aktivnosti podrazumijevaju uredan (ali ne krut) svakodnevni raspored s redovitim vremenom i obrascima obiteljskih aktivnosti. Rutina i predvidivost malom djetetu pružaju osjećaj sigurnosti. Istovremeno, važna je i fleksibilnost koja omogućuje da se rutina prilagodi trenutačnim potrebama djeteta (npr. ne budimo dijete kako bi pojelo međuobrok). Fleksibilnost u strukturiranju vremena također omogućuje sve više dogovaranja s djetetom što je ono starije i zrelije.
- Strukturu čine i granice prihvatljivoga i neprihvatljivog ponašanja te drugi načini vođenja i usmjeravanja djeteta, kao što su izražavanje očekivanja ili objašnjavanje zahtjeva. To djetetu omogućuje naučiti samo upravljati svojim ponašanjem. Roditelj je djetetu uzor prikladnog ponašanja i izražavanja emocija te odnošenja prema drugim osobama. Od njega dijete uči i razvija vlastite moralne vrijednosti, rješavanje sukoba i prosocijalna ponašanja. Kako bi se to postiglo, roditelj pomaže djetetu razumjeti što jest, a što nije prihvatljivo te postavlja razumne i primjerene granice i očekivanja. Pritom je važno uzimati u obzir djetetovo mišljenje te ga usmjeravati na pozitivan način, uz postavljanje jasnih granica, pružanjem smislenih objašnjenja, bez tjelesnoga i psihičkog pritiska/kažnjavanja.



## 3.

TREĆI  
STUP

## Uvažavanje ili priznavanje djeteta kao osobe

- Odgovara na potrebu i pravo djeteta da ga se vidi, čuje i poštuje kao osobu – s vlastitim shvaćanjima, idejama, planovima, preferencijama i ljudskim dostojanstvom.
- Za razvoj djetetove samosvijesti potrebno je to da roditelj primijeti, prepozna i, na određeni način, potvrdi djetetov osobni doživljaj sebe i/ili svijeta (npr. *Vidim da voliš čeprkati štapićem po blatu; Tužan si jer si izgubio igračku; Brine te kad će doći tata i sl.*).
- To podrazumijeva posvećivanje vremena i pažnje te pokazivanje zanimanja za svakodnevne aktivnosti i iskustva djeteta (npr. što dijete voli, a što ne voli raditi, kako se osjeća, što ga brine, plaši, veseli ili oduševljava). Sve to ponajprije od roditelja zahtijeva da sluša dijete, da pokuša razumjeti njegovo gledište te da pomogne djetetu izraziti svoje 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 osobe podrazumijeva i poštivanje djetetovih granica i odlučivanja na području primjerenom njegovoj dobi i zrelosti (npr. o tome je li [još] gladno). Također, važno je da roditelj vodi računa o djetetovu mišljenju i potrebama prilikom donošenja odluka koje se tiču djeteta i obitelji. Pritom “uvažavanje djeteta kao osobe” ne znači uvažavanje svih djetetovih želja, već prepoznavanje, prihvaćanje i “uzimanje za ozbiljno” toga kako dijete doživljava sebe ili neku situaciju (npr. *Vidim da bi ti najradije obukao svoje zelene hlačice, no nažalost one su mokre. Ovdje su plave i crvene hlačice. Dođi, odaberi koje ćeš nositi dok se zelene ne osuše. Ali ja bih zelene! Da, znam da njih najviše voliš. Žao mi je što ih sada ne možeš obući...*).

## Osnaživanje ili omogućivanje osnaživanja djeteta

# 4.

### ČETVRTI STUP

*Ne smije se beba zato što zvečka zveči;  
smije se zato jer ona zveči zvečkom. (Seligman, 2005.)*

- Odgovara na djetetovu potrebu za osjećajem osobne kontrole, kompetentnosti te sposobnosti utjecaja na druge ljude i na svijet oko sebe. Drugim riječima, osnaživanje se odnosi na roditeljevu potporu djetetovoj autonomiji.
- To zahtijeva roditeljsku osjetljivost, otvorenost djetetovom utjecaju i uzajamnoj suradnji (npr. *Tamo mi pokazuješ prstom – ti bi nam upalila svjetlo – podići ću te da dosegneš prekidač.*). Roditelji podupiru djetetove jake strane, hrabre dijete i izražavaju povjerenje u njegove sposobnosti, slijede i podržavaju djetetove inicijative.
- Roditelj osnažuje dijete kada s interesom slijedi djetetovu ideju, pridružuje se njegovoj aktivnosti ako mu dijete dopusti te se suzdrži od vođenja i pomaganja ako dijete može samo provesti svoj naum. Kada dijete krene u ostvarivanje neke svoje zamisli (npr. uzeti čašu vode, odnijeti tanjur mami, razgledati neku zanimljivu spravu), umjesto: *Razbit ćeš, Pokvarit ćeš, Porezat ćeš se, Past ćeš, Evo vidiš da ne možeš*, roditelji ga mogu osnažiti riječima: *O, to izgleda zanimljivo, Jesi li otkrila gdje se to otvara, Ti to vrlo pažljivo i polako nosiš, Pa ti bi već htio naučiti kako se to radi i sl.*
- Osim toga, roditelji mogu stvarati prilike u kojima dijete uči i stječe nova iskustva. To uključuje proširivanje djetetova iskustva i njegovo upoznavanje sa svijetom, odgovaranje na djetetova pitanja, podržavanje igre i omogućivanje djetetu da doživi uspjeh.
- Kada prepoznaju da svojom aktivnošću mogu utjecati na okolinu, djeca stječu osjećaj djelotvornosti koji ih ohrabruje da budu aktivna te djeluju u skladu sa svojim potrebama i u novim situacijama. S druge pak strane, ako dijete nikad nije uspješno u pokušajima da utječe na svoju okolinu, može postati pasivno i povući se.
- Dok podupiru sve veću samostalnost svojeg djeteta, koje raste, roditelji ne bi smjeli zaboraviti da razvoj nije pravocrtan. Dijete može ponekad pokazivati potrebu za autonomijom, a onda opet potrebu za većom blizinom i zaštitom roditelja (npr. kad se ujutro trudi samo obuti cipele, a popodne kad roditelj dođe po njega u vrtić želi da mu ih roditelj obuče i sl.).



## Temeljne psihološke potrebe

Svako dijete i odrasla osoba imaju temeljne psihološke potrebe – one su univerzalne (Ryan i Deci, 2000.). Zadovoljenje ovih potreba važno je za njihovu osobnu dobrobit.

- **Potreba za povezanošću s važnom osobom/osobama u okolini, za ljubavlju, prihvaćanjem, pripadanjem, za bliskim odnosom, "sigurnom bazom" te za sigurnošću, predvidivošću i stalnošću ove povezanosti.**
- **Potreba za autonomijom, samostalnošću, uvažavanjem, slobodom izbora.** Odnosi se na doživljaj vlastite inicijative, na imanje slobode izbora, na potrebu da osjećamo kako smo mi ti koji upravljamo svojim ponašanjem i odlučujemo o njemu, a ne da se ponašamo pod prisilom i izvanjskim pritiscima.
- **Potreba za kompetentnošću, za sposobnošću utjecaja na ljude i stvari koji ga okružuju, za ovladavanjem određenim znanjima i vještinama.** Odnosi se na potrebu da se osjećamo učinkovitim, uspješnim u svojim interakcijama (nastojanjima) s ljudima i stvarima.

Roditelji svojim stavovima i ponašanjem mogu u većoj ili manjoj mjeri podržavati zadovoljenje djetetovih psiholoških potreba (Grolnick i sur., 1997.).

### Kako roditelj olakšava zadovoljenje djetetove potrebe za povezanošću?

**Uključujući se u život i svijet svojeg djeteta!**

**Roditeljeva osobna uključenost** odnosi se na roditeljsku zainteresiranost za dijete i znanje o njemu te na to koliko roditelj sudjeluje u životu djeteta. Pokazivanje osobne uključenosti podrazumijeva davanje sebe djetetu, u emocionalnomu i materijalnom smislu (provođenje zajedničkog vremena, pružanje pažnje, topline, sudjelovanje u djetetovoj svakodnevici i sl.).

### Kako roditelj podupire zadovoljenje djetetove potrebe za autonomijom?

**Podržavajući djetetovu autonomiju!**

**Roditeljsko podržavanje djetetove autonomije** odnosi se na aktivno podržavanje djetetovih inicijativa i pothvata, na mogućnost biranja (u skladu s djetetovom dobi i zrelosti) te na pružanje potpore djetetu da riješi svoje probleme. Suprotno podržavanju djetetove autonomije jest korištenje prisile i pritiska kako bi se dijete motiviralo te rješavanje problema umjesto djeteta.

## Kako roditelj podržava zadovoljenje djetetove potrebe za kompetentnošću?

Pružajući strukturu i usmjeravajući dijete!

**Roditeljsko pružanje strukture i usmjeravanje** odnosi se na osiguravanje stabilnosti i predvidivosti u djetetovu životu i okruženju (npr. svakodnevna rutina, rituali, siguran prostor i sl.) te na izricanje djetetu jasnih očekivanja, pravila i povratnih informacija o poželjnome i nepoželjnom ponašanju. Ova roditeljska ponašanja pomažu djetetu da stječe iskustva kompetencije, da doživi kako je nešto uspješno svladalo.

Dijete roditeljska ponašanja uključenosti i pružanja strukture doživljava pozitivno ili negativno, ovisno o tome u kojoj mjeri roditelj podupire djetetovu autonomiju. Tako velika roditeljska uključenost može biti doživljena kao nametanje, uplitanje i preplavlivanje djeteta – ako roditelj ne uvažava dijete kao osobu i ne podupire njegovu autonomiju. Također, veliko će usmjeravanje i strukturiranje djetetova ponašanja samo dijete doživljavati negativno, ako roditelj pritom ne poštuje njegovu autonomiju i sudjelovanje u odlučivanju.

Ryan, R. i Deci, E. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. *American Psychologist*, 55(1), str. 68 – 78.

Grolnick, W. S., Deci, E. L., i Ryan, R. M. (1997). Internalization within the family: The self-determination theory perspective. U Grusec, J. E. i Kuczynski, L. (ur.), *Parenting and children's internalization of values: A handbook of contemporary theory*. New York: Wiley, str. 135 – 161.



## Eriksonova teorija psihosocijalnog razvoja (1970.)

Prema Eriksonu, razvoj osobnosti ovisi o tipičnim socijalnim odnosima koje osoba mora uspostaviti u različitim razdobljima svojeg života. U svakome životnom razdoblju osoba treba riješiti određenu razvojnu zadaću. Tu zadaću može riješiti samo uz pomoć ljudi iz svoje okoline. Ako se zadaća uspješno riješi, osoba je zrela prijeći na sljedeći stadij, na kojem je čeka nova zadaća. Ako na nekom od stadija zadaću ne riješi povoljno, tada prelazi na sljedeći stadij razvoja s nepovoljnim rezultatom. Kraće rečeno, rezultat rješavanja jedne razvojne zadaće utječe na uspješnost rješavanja sljedećih zadaća u psihosocijalnom razvoju.

Erikson opisuje osam takvih stadija u životu svakoga čovjeka, od čega u predškolskoj dobi tri.

**Tablica: Prva tri stadija psihosocijalnog razvoja**

| Stadij                                 | Psihosocijalna razvojna zadaća                                  | Važne osobe    | Povoljan – nepovoljan rezultat razvoja                                      |
|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| I. prva godina života                  | uspostavljanje: temeljnog povjerenja ili temeljnog nepovjerenja | majka (i otac) | povjerenje – nepovjerenje<br>sigurnost – nesigurnost<br>optimizam – apatija |
| II. druga i treća godina života        | uspostavljanje: autonomije ili sumnje u sebe                    | majka i otac   | osjećaj samoutjecajnosti – sumnja i sram                                    |
| III. od četvrte do šeste godine života | uspostavljanje: inicijative ili krivnje                         | obitelj        | usmjerenost – povlačenje<br>inicijativnost – krivnja, pasivnost             |

Najvažnije spoznaje ove teorije jesu one o važnom utjecaju primjerenog odnosa okoline prema djetetu. Erikson naglašava važnost osjetljivog majčinstva u prvoj godini života, što podrazumijeva odgovaranje na djetetove potrebe na nježan i topao način uz mnogo fizičkog kontakta te tihoga govorenja i pjevanja djetetu. U drugom stadiju Erikson opisuje odnos okoline koji će omogućiti razvoj djetetova JA, razvoj rastućeg osjećaja autonomije i samopoštovanja. U trećem stadiju utjecaj okoline važan je za razvoj samopoštovanja, za doživljaj uspješnosti te za povezivanje vlastite uspješnosti s trudom i zalaganjem. Novija istraživanja pokazuju kako u prvim godinama života, uz majku, važnu ulogu ima i otac kao partner u igri i onaj koji ohrabruje dijete da se odazove izazovima. Otac daje jedinstven doprinos razvoju djeteta, koji je osobito vidljiv u tome kako se dijete nosi sa situacijama i međuljudskim odnosima izvan obitelji. Svojom osjetljivošću i podrškom autonomiji u ranoj djetinjstvu, otac pridonosi socijalnoj kompetentnosti i dobroj prilagođenosti djeteta na školu.

Eriksonova teorija psihosocijalnog razvoja ukazuje na nužnost zadovoljavanja potreba kao nečeg egzistencijalno važnog, a ne kao djetetovo izvolijevanje i rizik da ga razmazimo. Ukoliko se potrebe zadovoljavaju pravovremeno i primjereno, dijete će imati "zalihu" za kasnije. Ako ih pak ne zadovoljimo u tom trenutku onako kako djetetu treba, može se dogoditi zastoj u psihosocijalnom razvoju. Dijete koje nije dobilo dovoljno pažnje i uvažavanja u ranoj dobi, tražit će ih i dalje. Primjerice, dijete čiji je strah od odvajanja omalovažavan s 2 godine, bojat će se ostati samo i s 10 godina, i to će od roditelja tražiti više energije i truda nego što je bilo potrebno uložiti kad je bilo malo. Zatim, djetetu kojem se nismo odazivali na njegove pozive kad je bilo malo, zvat će nas i tražiti našu pažnju i onda kada njegovi vršnjaci to već odavno više ne rade.

**Dijete se ponaša samo onako kako zna; kada bi znalo drugačije, to bi i učinilo!**

Na roditelju je naučiti ga to – najbolje vlastitim primjerom.

(Starc i sur. [2004]. Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi: Priručnik za odgojitelje, roditelje i sve koji odgajaju djecu predškolske dobi. Zagreb, Golden marketing – Tehnička knjiga)



## RAZVOJ PRIVRŽENOSTI

Najvažniji oblik razvoja u okviru emocionalno-socijalnog razvoja djeteta jest razvoj privrženosti.

Privrženost je čvrsta emotivna veza između djeteta i odrasle osobe (skrbnika, najčešće majke), koju dijete pokazuje izrazima sreće i nježnosti prema toj osobi, izljevima straha kad se odvaja od nje te traženjem utjehe i sigurnosti u zagrljaju skrbnika u svim nepoznatim i opasnim situacijama.

Danas se zna da razvoj privrženosti proizlazi iz djetetove biološke potrebe za tjelesnim i oralnim kontaktom s odraslom osobom iz okoline, a ta je potreba fiziološki utemeljena i povezana sa sazrijevanjem živčanih struktura u mozgu. Zadovoljenje djetetove potrebe za dodirima, grljenjem, gladenjem i sisanjem dovest će do normalnog razvoja moždanih struktura, osobito onih dijelova koji su "sjedište" emocija. Ako se dijete razvija u zanemarujućoj ili zlostavljajućoj okolini, ti će dijelovi mozga pretrpjeti oštećenja, što može izazvati poremećaje kao što su socijalno povlačenje i indiferentnost, pojačana želja za socijalnim kontaktom uz istodobnu agresivnost i neobično ponašanje, razvoj socijalno neprimjerenog ponašanja, nesposobnost da se pokažu ili prepoznaju nijanse emocionalnoga ili motivacijskog izražavanja, kao i nesposobnost doživljaja ljubavi te izražena negativna emotivnost, tj. povećana spremnost na reagiranje strahom, tugom i srdžbom (Joseph, 1999.). Istodobno, takav neprikladan razvoj sjedišta emocija i negativna emotivnost djeteta mogu se odraziti i na nepovoljan razvoj dijelova mozga odgovornih za usmjeravanje pažnje (pozornosti) i pamćenje, planiranje, rješavanje problema i za motivaciju, što pak može ugroziti djetetov spoznajni razvoj i uspjeh u školi (Blair, 2002.).

Za razvoj privrženosti odgovorna je okolina koja djetetu mora osigurati nazočnost i brigu jedne odrasle osobe, koja će zadovoljavati djetetovu potrebu za toplim fizičkim kontaktom i pružati mu osjećaj stalnosti i sigurnosti toga kontakta. Najčešće je majka objekt privrženosti, no to može biti i svaka odrasla osoba (skrbnik) koja djetetu pruža osjećaj zaštite, ugođe i ljubavi nježnim tjelesnim dodirima, blagim tonom glasa, tihim pjevanjem, ljuljanjem i svim drugim oblicima ugodnog podraživanja.

Privrženost je uzajamni osjećaj povezanosti djeteta i skrbnika, a razdvajanje dovodi do osjećaja straha i tjeskobe kako djeteta, tako i odrasle osobe. Osobito je dijete ovisno o blizini i nazočnosti osobe kojoj je privrženo, jer ne može razumjeti privremenost razdvajanja niti procijeniti njegovo vremensko trajanje pa mu se razdvajanje čini katastrofičnim i definitivnim. Razvoj privrženosti pokazuje karakterističan tijek pojačavanja izražavanja privrženosti djeteta u dobi od 6. do 15. mjeseca i postupno opadanje izraza i potrebe za fizičkom blizinom do kraja treće godine.

Glavni su znakovi postignute privrženosti opadanje učestalosti "socijalnog smiješka" te ograničavanje smiješka i pozitivnih reakcija na skrbnika, kao i pojava straha od odvajanja i straha od nepoznatih osoba. Taj strah je posljedica djetetova osjećaja gubitka sigurne baze koju mu predstavlja osoba kojoj je privrženo.

Ovisno o reaktivnosti i osjetljivosti skrbnika za potrebe djeteta, dijete može razviti zdravu (sigurnu) privrženost ili nekvalitetnu privrženost (u obliku izbjegavanja ili opiranja skrbniku, ili pak kaotične, dezorijentirane privrženosti).

U slučaju razvijene sigurne privrženosti dijete će osjećati sigurnost i utjehu u nazočnosti skrbnika te će se kognitivno i socioemocionalno razvijati u smjeru sve veće nezavisnosti i uspostavljenog povjerenja u skrbnika i okolinu.

Sigurno privržena djeca jesu znatiželjna, spoznajno bolje razvijena i socijalno kompetentnija: bolje se prilagođavaju, surađuju s drugom djecom i rjeđe pokazuju probleme u ponašanju od djece koja su razvila nekvalitetan odnos privrženosti sa skrbnikom.

**Tablica:** Tijek razvoja privrženosti

(Prema: Vasta i suradnici, Dječja psihologija, 1998.).

|                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>0 – 6 tjedana</b><br>Faza preprivrženosti                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>Dijete prepoznaje miris i glas majke (skrbnika), ali podjednako reagira na sve osobe u svojoj okolini.</li> <li>Dijete okolini upućuje različite "signale privlačenja" (grljenje, praćenje pogledom, smiješak).</li> <li>Dijete se umiruje i utješeno je kada ga se primi u naručje, gladi i govori tihim glasom, ali još mu je svejedno koja to osoba radi.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>6 tj. – 6 (8) mjeseci</b><br>Faza nastajanja privrženosti       | <ul style="list-style-type: none"> <li>Dijete počinje iskazivati drukčije reakcije prema "najvažnijoj osobi" (skrbniku) nego prema ostalima.</li> <li>Više gukanja i smiješenja usmjerava prema skrbniku nego prema ostalima.</li> <li>Brže se umiruje i prestaje plakati u naručju skrbnika.</li> <li>Još ne pokazuje nikakav strah ili prosvjed pri odvajanju od skrbnika.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>6 (8) – 18 (24) mjeseci</b><br>Faza jasno izražene privrženosti | <ul style="list-style-type: none"> <li>Započinju znakovi jasno izražene privrženosti u obliku prosvjeda zbog odvajanja i straha od nepoznatih ljudi. Taj razvoj znakova privrženosti povezan je s djetetovim ostalim razvojnim postignućima: s uspostavljanjem pojma postojanosti predmeta (pamćenje skrbnikova lika), razvojem emocije straha i usavršenim kretanjem puzanjem, koje mu omogućuje slijeđenje skrbnika.</li> <li>Skrbnik može najbolje i najbrže utješiti i umiriti dijete uznemireno zbog odvajanja, i to već samom svojom nazočnošću i dodirima.</li> <li>Dijete pokazuje sigurnost i hrabrost istraživanja okoline u blizini skrbnika.</li> </ul> |
| <b>18 mj. – 2 (3) godine</b><br>Faza recipročnog odnosa            | <ul style="list-style-type: none"> <li>U spoznajnom razvoju započinje primjena predodžbi i govora (unutarnjih reprezentacija) te dijete postupno počinje razumijevati privremenost odvajanja, osobito ako mu skrbnik kratko i jasno rastumači razlog odvajanja te kako će i s kime dijete provoditi vrijeme odvojenosti. Prosvjed zbog odvajanja postupno se smanjuje i većina djece s navršene tri godine može podnijeti privremenu odvojenost od skrbnika.</li> </ul>                                                                                                                                                                                             |

(Starc i sur. [2004]. OSOBINE I PSIHOLOŠKI UVJETI RAZVOJA DJETETA PREDŠKOLSKO DOBI, priručnik za odgojitelje, roditelje i sve koji odgajaju djecu predškolske dobi)



## Razvoj je dinamičan proces

Razvoj jest slijed promjena u osobinama, sposobnostima i ponašanju djeteta uslijed kojih se ono mijenja te postaje sve veće, spretnije, sposobnije, društvenije, prilagodljivije.

Radi lakšeg praćenja razvoja, psihologija odvojeno promatra:

- Razvoj motorike – sve veća sposobnost svrhovitoga i skladnoga korištenja vlastitog tijela za kretanje i rukovanje predmetima.
- Razvoj spoznaje – podrazumijeva mentalne procese pomoću kojih dijete pokušava razumjeti i prilagoditi si svijet koji ga okružuje.
- Razvoj govora – sposobnost da pomoću sustava znakova i simbola priopćava svoja znanja, osjećaje, potrebe i mišljenje drugim ljudima.
- Socioemocionalni razvoj – stvaranje odnosa prema sebi i ljudima iz svoje okoline.
- Razvoj specifičnih sposobnosti – likovnih, glazbenih i dr..

Razvoj je vrlo dinamičan, interaktivan proces.

Ovi pojedini aspekti razvoja međusobno su **povezani** i potiču se; primjerice, dijete tek kada prohoda može biti samostalno i otići pogledati ono što mu privlači pažnju i steći neko novo iskustvo koje će utjecati na razvoj njegove spoznaje i dr.

Uočen je pravilan redoslijed na svim područjima razvoja pa razlikujemo i pojedine **stadije, faze, razdoblja**. Ipak, unutar tih pravilnosti djeca se razlikuju, što nazivamo **individualnim razlikama**, a to svakom djetetu daje njegov osobni pečat. Iako je poradi pravilnosti redoslijeda razvojnih stadija psiholozima bilo moguće napraviti norme razvoja (u kojoj dobi se što očekuje – prohodati, progovoriti...), valja znati da su to statističke norme: nema na svijetu djeteta koje će biti onakvo kako ga opisuju te norme, kao što ne postoje dva jednaka djeteta.

Razvoj nije uvijek ravnomjeran, već je povremeno **skokovit**. Smjenjuju se razdoblja ravnoteže i neravnoteže, burnijih i mirnijih razdoblja.

Znamo da na dječji razvoj utječu različiti čimbenici: **nasljedni** (biološki, genski) i **okolinski** (učenje, odgoj), kao i samo **dijete** svojom aktivnošću i osobnošću.

Znamo i to da dječji razvoj ovisi o razvoju **neuroloških struktura** (mozak, živci) te da se odvija u **socijalnom kontekstu** – među ljudima.

**Danas na razvoj gledamo kao na proces koji podrazumijeva interakciju između djeteta, njegovih osobina i sposobnosti te njegove socijalne okoline koja uključuje djetetove odnose s roditeljima, braćom i sestrama, bakama i djedovima, prijateljima i drugim važnim osobama, a uključuje i odnos između njegovih roditelja.**





## KAKO DIJETE MISLI I OSJEĆA

### Od 1 do 2 godine

Ovo je doba začuđujućih promjena!

U ovom razdoblju dijete će **prohodati** i doživjet će **“eksploziju govora”**!

Hodanje donosi korjenitu promjenu. Dijete sada može ići kamo god želi.

Može dosegnuti stvari koje prije nije moglo.

Oduševljeno je svojom novom neovisnošću: obožava istraživati svaki kut, sve dodirnuti, sve okusiti...

Istraživanje je djetetovo “putovanje” u otkrića. Na taj način ono uči o fascinantnom svijetu koji ga okružuje. Sva djeca imaju potrebu istraživati, dodirivati i kušati. To je apsolutno neophodno za razvoj njihova mozga.

Kada dijete istražuje, ono je “znanstvenik”.

Primjerice, igračku će baciti ponovno i ponovno i ponovno. Ne radi to zato da bi vas uzrujavalo, već kako bi shvatilo što je to “padanje”. Staviti će ruke u zdjelicu ne bi li opipalo hranu i osjetilo njezinu teksturu. Staviti će igračku u usta kako bi osjetilo njezin okus. Ispljunut će hranu da osjeti kako je to.

Nijedno od ovih ponašanja nije “zločesto”. Razvojna zadaća vašeg djeteta u ovom razdoblju jest – otkrivati svijet. **Ono je “istraživač”.**

**Zadaća roditelja jest učiniti taj svijet sigurnim za istraživanje.** Ako dijete može sigurno istraživati, brzo će naučiti mnogo toga. Naučit će i to da je njegov svijet sigurno mjesto.

Svim tim istraživanjem dijete će brzo naučiti i začudan broj novih riječi. Željete doznati naziv za sve što vidi. To je prekrasna prilika da ponudite djetetu bogat rječnik i ljubav za riječi. Pritom je važno:

- govorite mu
- čitajte mu
- slušajte ga
- odgovarajte na njegova pitanja.

*U ovom razdoblju vaša je zadaća poticati djetetovu rastuću neovisnost. (Erikson)*

Dijete mora znati da cijenite njegovu potrebu za neovisnošću i da podržavate njegovu izraženu potrebu da uči.

Njegova potreba za neovisnošću dovest će do nekih sukoba s vama.

U ovom razdoblju djeca počinju govoriti “NE!” Kada malo dijete kaže “NE!”, ono nije prkosno niti neposlušno: samo vam pokušava reći kako se osjeća.

Mala djeca znaju imenovati mnoge stvari, ali ne znaju imenovati osjećaje.

Teško im je objasniti kako se osjećaju.

Kada dijete kaže “NE!”, ono možda želi reći:

- To mi se ne sviđa.
- Ne želim ići.
- Želim to.
- Želim sama odabrati odjeću.
- Nisam zadovoljan.

Djeca također ne razumiju kako se osjećaju drugi ljudi. Ako ne mogu imenovati svoje osjećaje, sasvim je sigurno da ne mogu imenovati ni tuđe.

Kada ste umorni i trebate malo mira i tišine, vaše dijete nije u stanju shvatiti kako se osjećate i što vam treba. Ako je preglasno, to nije zato što je "zločesto". To je samo zato što ne razumije kako se osjećate.

Kad vam se žuri, a vaše se dijete ne da obući, to nije zato jer želi da zakasnite. To je zato jer ne razumije zašto sada morate izaći – baš kad ono crta svoje "remek-djelo".

Kada pak pada kiša i želite djetetu obući kabanicu, a ono kaže "NE!"; to nije zato što vam prkosi. To je samo zato što ne razumije da će ga kiša smočiti ili zato što želi sâmo odabrati što će obući.

Mala djeca u svojemu svakodnevnom životu doživljavaju mnogo frustracija. Žele biti neovisna, ali im ne možemo uvijek dopustiti da rade ono što žele.

**Ne samo da djeca često kažu "NE!"; također često i čuju "NE!".**

Mala djeca budu tijekom dana mnogo puta frustrirana jer im odrasli često kažu "NE!". Mi ih pokušavamo sačuvati žive i zdrave i naučiti ih važna pravila. Ali oni ne razumiju naše namjere. Frustrirani su od slušanja naših "NE!".

Kao rezultat toga, mala djeca znaju imati ispade bijesa. Frustracija se nakuplja, a ona ne znaju kako je otpustiti. Govor im još nije dovoljno razvijen da bi izrazila svoje osjećaje.

Tako ponekad dijete obuzme tuga, obeshrabrenje i frustracija. Ono izražava svoje osjećaje suzama, vrištanjem i bacanjem na pod.

Mnoge roditelje možemo usporediti s djecom. Kada ne razumijemo namjere svojeg djeteta, koje kaže "NE!"; i mi ponekad postajemo frustrirani i imamo također ispade bijesa.

Ovo rano učenje rješavanja sukoba još je jedna stepenica u razvoju vašeg djeteta. Tako se učvršćuje vaš uzajamni odnos i uče vještine kojima ćemo se koristiti tijekom cijeloga života.

## Od 2 do 3 godine

U ovom ćete razdoblju možda primijetiti promjene u ponašanju svojeg djeteta koje vas mogu zabrinuti, ali to su zapravo znakovi rastućeg razumijevanja svijeta koji dijete okružuje. Najčešće se ove promjene pojavljuju u obliku **straha**.

Vaše se dijete odjednom može početi bojati mraka ili životinja, ili novih zvukova ili sjena. Ili će pak možda neutježno plakati jer ste otišli.

Roditelji se često brinu zbog tih promjena. Misle da su djeca, umjesto napredovanja, nazadovala u razvoju. Riječ je zapravo o znakovima sazrijevanja.

Kako dijete više razumije o opasnostima, tako se uči i bojati povreda. Kako mu raste imaginacija i može misliti o stvarima koje ne vidi, tako se počinje bojati raznih čudovišta i duhova.

Ovo zna biti vrlo strašljivo razdoblje za vaše dijete. Još nema dovoljno iskustva da bi razlikovalo zamišljeni od realnoga svijeta i ono vjeruje da sve što vidi uistinu i postoji.

Može se odjednom početi bojati maski, crteža u knjigama, likova iz crtića ili pak igračaka zastrašujućeg izgleda.

U glavi vašeg djeteta sve je živo. Ako stavite strašnu masku, ono će pomisliti da ste postali to biće. Ukoliko zamisli da mu je čudovište ispod kreveta, ono vjeruje da je to istina.

Može se prestrašiti kada ga napuštate zbog toga što razumije opasnost, ali ne razumije da se uvijek vraćate. Može se jako uplašiti kad ostane samo ili s ljudima koje ne poznaje dovoljno.

U ovom razdoblju djetetu treba mnogo **umirivanja** i **podrške**. Ono mora znati da razumijete i poštujete njegove osjećaje te da se brinete o njegovoj sigurnosti.

Još jedan od znakova razvoja jest nagla pojava **sramežljivosti**. Čak se i djeca koja su prije bila vrlo otvorena mogu početi drugačije ponašati u ovom razdoblju.

Odjednom se dijete može sramiti pred strancima. To ukazuje na porast razumijevanja odnosa.

Ovo novo ponašanje nije nepristojnost ili odbijanje. To je inteligentan odgovor na situaciju. Vaše dijete

razumije opasnosti i razlikuje strance od ljudi koje poznaje.

Oprez vašeg djeteta u odnosu na strance pokazuje kako sve više razumije o svijetu.

Još jedna razvojna pojava koja brine roditelje jest iznenadno djetetovo odbijanje da ga uzmu na ruke vaši prijatelji i rođaci.

Kada se to dogodi, dijete nije nepristojno; ono samo želi kontrolu nad cijelim svojim tijelom. Želi sâm odlučiti tko ga smije dodirnuti.

Ovo je važan razvojni trenutak. Da bismo djecu naučili kako očuvati sigurnost i privatnost tijela, prvo moramo poštivati njihovo pravo na kontrolu vlastitoga tijela.

**Zapamtite, dijete još ne razumije kako se osjećaju drugi ljudi.**

Kada plače za vama, dijete ne razumije da vi morate otići. Kad ne želi razgovarati sa strancem, ono ne razumije da stranac pokušava uspostaviti prijateljski kontakt.

Vaše dijete upravo počinje razumjeti svoje vlastite osjećaje. Proći će neko vrijeme prije negoli bude moglo razumjeti druge.

**Za roditelje je najvažnija zadaća u ovom razdoblju poštivati osjećaje svojeg djeteta.**

Učimo djecu da poštuju tuđe osjećaje tako da mi poštujemo njihove. Kada djeca vjeruju da će njihovi roditelji poštivati njihove osjećaje, pokazuju više povjerenja jer se osjećaju sigurno.

Poštivati djetetove osjećaje podrazumijeva:

- pomoći mu da izrazi svoje osjećaje riječima
- reći mu da se i sami ponekad tako osjećamo
- da ga ne posramljujemo i ne sramotimo
- da ga ne kažnjavamo zato jer se nečeg boji.

## Od 3 do 5 godina

Ovo je tako uzbudljivo razdoblje! Dijete želi znati sve!

Do ove dobi djetetov se mozak značajno razvio. Sada razumije da je sposobno naučiti svašta! Kada vidi nešto novo, želi znati kako se to zove, čemu služi, kako funkcionira, zašto se tako kreće... U ovoj dobi djeca postavljaju jako puno pitanja!

Ponekad se roditelji umore od odgovaranja na sva ta pitanja, a ponekad ni sami ne znaju odgovore na njih.

**Odgovarajući s poštovanjem** na pitanja svoje djece, roditelji mogu stvoriti dobre temelje za učenje.

Poštujemo li dječju radoznalost, učit će sa zadovoljstvom, uživajući. Taj osjećaj zadržat će do polaska u školu.

Roditelji koji odgovaraju na pitanja djece – ili im pomažu u pronalaženju odgovora – uče svoju djecu mnoge stvari:

- u redu je ne znati sve
- njihove ideje su važne
- postoji mnogo načina da se dođe do informacije
- traženje odgovora i rješavanje problema su zabavni.

Djeca koja usvoje ove stavove imat će mnogo više samopouzdanja u susretu s izazovima. Naučit će se strpljivosti i naučit će kako je dobro željeti učiti.

Doduše, djeca ponekad žele učiti o stvarima koje su opasne: mogu poželjeti naučiti kako se pali svijeća ili pak što će se dogoditi ako skoče s visokog drveta. Ili što će se dogoditi ako ispusti vašu omiljenu zdjelu...

Budući da djeci ne dopuštamo raditi opasne stvari, u ovom razdoblju uče da postoje pravila.

Što dijete bolje razumije razloge za neko pravilo to je vjerojatnije da će ga se pridržavati.



Sjećate se da dijete želi znati “zašto”? Zašto ptice lete, Zašto ribe plivaju? I zašto ne mogu upaliti svijeću? Kada dijete pita “zašto”, ono vas ne izaziva, već zaista želi znati odgovor.

**Djeca imaju pravo na informaciju.** (čl. 13. Konvencija o pravima djeteta)

U ovom razdoblju djeca obožavaju igre mašte. Pretvaraju se u što god žele, osobito u odrasle. Ponekad se jako zanesu u igri jer je doživljavaju kao stvarnost.

Igra je “posao” vašeg djeteta. Igrajući se, ono vježba osjećaje koje imaju drugi. Uživljava se u situacije drugih ljudi i gleda njihovim očima. Igra je izuzetno važna za razvoj empatije.

Igra je važna i za razvoj mozga. U igri djeca rješavaju probleme, izmišljaju nove stvari, eksperimentiraju, i otkrivaju kako stvari funkcioniraju.

**Djeca imaju pravo na igru.** (čl. 13. Konvencija o pravima djeteta)

Djeci za igru treba vrijeme. To je važan element za razvoj.

Ako imaju dovoljno vremena za razvoj mašte, postat će kreativnija u rješavanju problema.

Ako stvari mogu rastaviti i zatim opet sastaviti, naučit će kako mogu otkriti rješenja.

Ako mogu crtati i pjevati, postat će sigurniji u umjetničkom izražavanju.

Ako imaju prilike razmišljati o argumentima, postat će bolji u rješavanju sukoba.

Nova pojava u ovom razdoblju jest potreba da **pomognu**. Žele čistiti, praviti kolačiće, prati robu, bojiti zidove i graditi. Kada pomažu, djeca su “šegrti”. Gledajući i pomažući uče i uvježbavaju važne životne vještine.

Kada djeca pomažu, često griješe. Ne rade savršeno: imaju malo iskustva u takvim poslovima pa ih ne mogu obaviti onako kako bismo mi to htjeli.

No to je način na koji uče. Kao što ni mi nismo dobri u onome što radimo prvi put, tako i djeci trebaju prilike da griješe i uče.

Kada potičemo djecu da pomažu, dajemo im priliku za učenje. Kad im dopuštamo da uvježbavaju, iskazujemo poštovanje za njihove vještine i sposobnosti.

Ta poruka ima snažan utjecaj na djecu. Ako sebe vide sposobnima, bit će sigurnija u učenju novih stvari.

Stoga je važna zadaća za roditelje u ovom razdoblju **poticati djetetovo povjerenje u vlastite sposobnosti**:

- odgovaranjem na pitanja ili pomaganjem da dođu do odgovora
- osiguravanjem vremena za igru
- podržavanjem da pomažu.

Povjerenje malog djeteta u vlastitu sposobnost da uči jest temelj za buduće učenje.

U sljedećim godinama suočit će se s mnogim izazovima; ukoliko krene na taj put s povjerenjem u vlastite sposobnosti, puno je veća vjerojatnost da će znati odgovoriti na te izazove.

(Durrant, J. E. [2007]. POSITIVE DISCIPLINE, What it is and how to do it)



## Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi



### *Dijete u dobi od 1 do 2 godine*

Osnovna karakteristika ovog razdoblja jest povećana motorička spretnost djeteta. Poradi nove kvalitete pokretljivosti i složenijeg rukovanja predmetima, dijete radoznalo istražuje nove mogućnosti i naglo stječe nova iskustva. Jedna od najdražih zabava mu je bacanje predmeta. Toliko toga mora učiniti i toliko toga vidjeti. Do kraja druge godine njegove motoričke vještine vidljivo će se usavršiti, i od jednogodišnje bebe koja je tek prohodala postat će dijete koje trči i skače.

Dijete postaje vrlo aktivno i ukupno ponašanje s oko 18 mjeseci gubi svoju dotadašnju harmoniju. Javlja se prvi negativizam; glavna djetetova riječ je "NE". Stalno mora biti pod nadzorom jer verbalne zabrane u ovom razdoblju nisu dovoljne. Raspoloženja su mu promjenljiva, burna i kratkotrajna. Skretanje pažnje najbolji je način usmjeravanja djetetova ponašanja. Govor, kao sredstvo komunikacije s okolinom, bitno će uznapredovati (i razumijevanje i izražavanje govorom). Također, raste interes za vršnjake. Javljaju se i prvi oblici prosocijalnog ponašanja pa, primjerice, tješi drugo dijete koje plače.

U igri oponaša radnje odraslih (briše, češlja), rabeći pritom zamjene za konkretne predmete. Ovo su najave da s krajem druge godine završava senzomotorno razdoblje i započinje razvoj simboličke funkcije. U drugoj polovici druge godine dijete počinje biti svjesno svojih fizioloških potreba i započinje učiti kako ih kontrolirati.

Strah od odvajanja od roditelja (separacijski strah), koji se javio u prvoj godini, sada se čak i pojačava.

### **Psihološki uvjeti optimalnog razvoja djeteta u dobi od 1 do 2 godine**

#### **1. Olakšavanje odvajanja od roditelja**

- Pružiti djetetu objašnjenje zašto je potrebno odvajanje od skrbnika i što će dijete raditi dok on ne dođe.
- Omogućiti djetetu izražavanje već stečenih navika i ponašanja (ritam i način zadovoljavanja primarnih potreba – ishrana, spavanje, stolica...).
- Omogućiti djetetu korištenje "prelaznog objekta".
- Omogućiti postupno produžavanje boravka djeteta u jaslama te boravak roditelja u jaslama, osobito u vrijeme privikavanja.

#### **2. Poticanje motoričkoga i spoznajnog razvoja**

- Omogućiti djetetu da istražuje velik prostor s bezopasnim i zanimljivim igračkama i predmetima svakodnevne upotrebe (plastične posude, bočice, šareni papiri, krpice, kutije, tuljci i sl.). Ne pretrpavati okolinu, povremeno mijenjati materijale i igračke.
- Brinuti se o optimalnoj količini novih doživljaja – ne previše odjednom!
- Potrebno je da dijete bude aktivno i samostalno u toj aktivnosti te da mu jednostavni i bezopasni materijali omogućuju otkrivanje i učenje bez neposredne pomoći odrasloga.

#### **3. Poticanje razvoja pojma o sebi**

- Rabiti veliko i malo ogledalo za upoznavanje vlastitoga lika.
- Verbalizirati djetetov osjećaj vlasništva (samo tvoja haljinica).
- Poticati uporabu vlastitog imena i zamjenice "ja".

#### 4. Osiguravanje razvoja samostalnosti i nezavisnosti

- Omogućivati djetetu razvijanje osjećaja vlastite sposobnosti, samostalno ovladavanje sve širim krugom aktivnosti te postupno širenje granica.
- Važno je u toj fazi ne posramljivati dijete, nego mu omogućiti da isproba granice koje može samostalno dosegnuti u svakodnevnim aktivnostima (igra, njega, upoznavanje prostora).
- Treba postaviti jasne i realistične granice – što se smije, a što se ne smije – ne učinivši pritom pogrešku da se djetetu sve zabranjuje. Umjesto upozoravanja i zabrana, valja učiti dijete kako može bezopasno obaviti željenu aktivnost (demonstriranje jednostavnih radnji).
- Ponašanja opasna za dijete i druge, kao i za okolinu, treba jasnim, jednoznačnim i dosljednim postupkom prekidati, a dječju radoznalost usmjeriti na bezopasnu aktivnost.

#### 5. Poticanje prosocijalnog ponašanja

- Pohvalama, davanjem primjera treba poticati i reagirati na sve oblike prosocijalnog ponašanja, kao što su pomaganje, tješenje, velikodušnost i suradnja.
- Potaknuti razvoj pojma o sebi i dijeljenje s drugima (osigurati dovoljan broj igračaka, poticati razmjenu igračaka).

#### 6. Govorno komuniciranje s djetetom

- Zajedničke aktivnosti djeteta i odraslih pratiti govorom.
- Paziti na jasnu i točnu artikulaciju odraslog.
- Prihvaćati djetetovu inicijativu za komunikacijom, verbalizirati djetetove geste i komunikacijske namjere (kada dođe s pitanjem, sa željom za utjehom, s nekim komentarom i sl.).
- Prilagoditi svoj govor djetetu: obraćati se izravno, jednostavnim i kratkim rečenicama, djetetu razumljivim riječima, proširivati novim riječima. Primjerice, ako dijete donese loptu, može se reći: "Lopta je crvena, lopta skače, baci loptu..."
- Govoriti djetetu primjerenom intonacijom i intenzitetom u glasu.
- Posebno njegovati komunikaciju djeteta s bliskim osobama u kojoj se ostvaruje i bogata emocionalna interakcija.
- Organizirati "govorne" aktivnosti:
  - slušati i oponašati zvukove iz okoline
  - čitati slikovnice i razgovarati s djetetom o slikovnici uz pokazivanje slika
  - govoriti djetetu pjesmice i brojalice, pjevati mu te ga poticati na isto
  - igrati se igara prepoznavanja i im enovanja sadržaja iz okoline
  - obogatiti dječju okolinu sa što više igračaka sličnih stvarnim predmetima.

#### 7. Poticanje simboličke igre

- Podržavati javljanje simboličkih igara u kojima dijete oponaša radnje i osobine ljudi, životinja, predmeta (npr. briše stol, češlja, hrani lutku, puže, laje, stavlja krpicu na glavu kao kapu i sl.).

## Dijete u dobi od 2 do 3 godine

Dvogodišnje dijete u pravilu je stabilno, motorički spretno, može verbalno komunicirati, povremeno se može strpjeti, izdržati malu frustraciju, uvažiti tuđe želje, odreći se igračke. Ljudi mu znače mnogo više nego ranije, umiljato je, mazi se. Nakon ovoga kratkog uravnoteženog razdoblja slijedi izrazito nestabilno ponašanje, koje doseže svoj vrhunac obično kada dijete navrší oko dvije i pol godine. U tom razdoblju dijete je često prilično kruto i nefleksibilno, dominantno i zahtjevno, emocije su mu burne, izrazito je neodlučno: sve mora biti kako ono hoće i nikako drugačije, a istovremeno hoće i ovo i ono... U konfliktu je samo sa sobom – pa i sa svojom okolinom. To je **kriza treće godine**, doba prkosa i otpora. Dijete se počinje opirati odraslima: ne želi da sve rade umjesto njega i počinje izražavati želju da nešto učini samo. To je doba stjecanja prve autonomije.

S tri godine opet nastupa kratkotrajno smirenje. Dijete će učestalije reći "DA" i rabiti zamjenicu "MI", sve više će uživati u zajedništvu s drugima. Postaje sve sigurnije i više mu ne treba zaštita u vidu rituala niti potreba da sve uvijek bude isto. Motorna spretnost pomogla mu je u samostalnosti, a posebnu sigurnost u sebe pružio mu je u ovom razdoblju razvoj govora – kao sredstvo komunikacije i kao sredstvo mišljenja. U ovoj je dobi vidljiv početak istraživačkoga ponašanja i aktivnog isprobavanja na svim područjima razvoja.

## **Psihološki uvjeti optimalnog razvoja djeteta u dobi od 2 do 3 godine**

### **1. Poticanje motoričkoga i spoznajnog razvoja**

- Osigurati uvjete za kretanje po raznolikom terenu, po stepenicama; penjanje po niskim spravama i sl..
- Stvarati uvjete za samostalnu aktivnost te za eksperimentiranje i istraživanje. Učiniti dostupnima jednostavne i bezopasne predmete i igračke koje omogućuju isprobavanje, rastavljanje, sastavljanje, punjenje i pražnjenje, koje proizvode zanimljive posljedice kada se dijete njima bavi.

### **2. Jačanje osjećaja nezavisnosti i samostalnosti**

- Osigurati aktivnosti u kojima dijete vidi rezultat svojega djelovanja te doživljava vlastitu sposobnost i kompetentnost.
- Osigurati blizinu odrasloga da se spriječe neugodne posljedice istraživanja, ozljede, neuspjeh.
- Odrasla osoba ne mora biti stalno u interakciji s djetetom, ali mora biti prisutna tako da dijete može dobiti komentar, potporu, pažnju, ako je traži.
- Izbjegavati bilo kakvo posramljivanje.

### **3. Govorna komunikacija s djetetom**

- Odrasli treba nastojati razumjeti što dijete želi priopćiti, koncentrirati se na ono što dijete smatra važnim (poštivanje inicijative djeteta).
- U razgovoru s djetetom rabiti jednostavne rečenice, izgovarajući ih polagano i razgovijetno, da dijete može dobro razumjeti.
- Neprestano i strpljivo razgovarati s djetetom, davati mu mogućnost da i ono što više priča i odgovara na pitanja te ga pritom pažljivo slušati; podržati ga i hrabriti glede verbalizacije.
- Iako govor odrasloga mora biti razumljiv i jasan djetetu, odrasli se mora služiti složenim govornim obrascem koji sadrži "obrazloženje" zahtjeva, referiranje na prošlost i budućnost te proširenje konkretnog primjera na opću pojavu.
- Biti tolerantan prema djetetovim pogreškama u izgovoru, ne opominjati ga i ispravljati, već mu pružati ispravan govorni model.
- Listati, čitati i gledati slikovnice s djetetom te komentirati nakon čitanja teksta. Poticati dijete da prema slici samo nadopunjava priču svojim riječima i daje svoja tumačenja.

### **4. Osiguravanje razvoja kontrole izražavanja emocija**

- Stvarati atmosferu sigurnosti i zadovoljstva u djece.
- Odrasli mora biti model prihvatljivog izražavanja svih emocija:
  - maziti dijete u raznim situacijama, ne samo kad ga tješi;
  - u situacijama koje izazivaju ljutnju nuditi djetetu rješenja koja uključuju kratko odlaganje zadovoljenja želja i potreba ili zamjenu za željenu stvar, igračku ili sl..

Razvijen govor i mogućnost komuniciranja s djetetom nije jamstvo da dijete razumije zahtjeve odraslih te da ih može zadovoljiti.

### **5. Poticanje simboličke igre**

- Omogućiti djetetu različita iskustva koja će izražavati početnom igrom pretvaranja (simbolička igra).
- Poticati igru pretvaranja u suradničkom odnosu s odraslom osobom koja se s djetetom i pred djetetom igra te prikazuje aktivnosti i radnje odraslih o kojima dijete već ima iskustva (kuhanje, premotavanje, hranjenje, oblačenje...).

## 6. Poticanje empatije i prosocijalnog ponašanja

- Tražiti od djeteta da se uživi u emocionalnu situaciju drugoga (sjećaš se kako je tebi bilo kada te...)
- Objašnjavati govorom tuđe i vlastite emocije, pružati pomoć govorom.

## Dijete u dobi od 3 do 4 godine

U četvrtu godinu dijete ulazi uravnoteženo i prilično sigurno u sebe i svoju okolinu. U tome mu značajno pomaže već vrlo dobro razvijen govor i interes za jezik i komunikaciju. Mnogo više voli govoriti nego slušati.

S tri i pol godine mogu se pojaviti nesigurnost, neravnoteža i nekoordinacija koja se očituje na jednom ili svim područjima ponašanja. U motorici se, primjerice, može pojaviti spoticanje, padanje, strah od visine, loša koordinacija u crtanju i građenju. Individualne razlike su velike. Nespretnija djeca tek sada započinju usvajati motoričke vještine. Mucanje koje se pojavi u ovom razdoblju može ostati trajna poteškoća. U mnoge su djece izražena ponašanja koja smanjuju napetost, primjerice žmirkanje očima, sisanje palca, griženje noktiju, kopanje nosa. I u odnosu s drugima dijete može imati poteškoće. Svoju emocionalnu nesigurnost izražava plačem, cendranjem, zahtjevima, ljubomorom; u jednome trenutku je sramežljivo, a drugom nametljivo. U ovoj dobi dijete također počinje zaista doživljavati uspjeh i neuspjeh, tako da tu prepoznamo početke samovrednovanja.

Ovo je dob kada su najvidljivija djetetova ograničenja u shvaćanju pojava vanjskog svijeta. Kažemo za mišljenje da je predoperacionalno. Dijete koje je okruženo odraslima koji mu tumače svijet i koje se više igra s drugom djecom brže će prevladavati ograničenja predoperacionalnog mišljenja. Zanima ga i funkcioniranje vlastitoga tijela.

Djetetu je u ovom razdoblju potrebno pokloniti mnogo strpljenja, pažnje i razumijevanja. Osim toga, s četiri godine ulazi u razdoblje kad odjednom postaje previše sigurno u sebe te iskušava svoje sposobnosti i preko dopuštenih granica, što ga može dovoditi u konflikte s okolinom i u opasnost.

## Psihološki uvjeti optimalnog razvoja djeteta u dobi od 3 do 4 godine

### 1. Osiguravanje razvoja samostalnosti i nezavisnosti

- Omogućiti doživljaj uspjeha u aktivnosti.
- Omogućiti uspjeh iz rezultata aktivnosti, a ne iz usporedbe s drugom djecom.
- Djetetu treba pokazati da je postiglo uspjeh. Pritom treba paziti da mu pohvala ne bude važnija od rezultata, jer se na taj način stvara ovisnost motivacije o vanjskim, a ne unutarnjim potkrepljivačima (davanje prednosti intrinzičnoj, a ne ekstrinzičnoj motivaciji). Stoga treba uvijek nastojati da dijete samo ustanovi je li aktivnost završila uspješno i uvijek ga pitati: "Što ti misliš, je li ovako dobro?"
- U ovoj dobi svoj djeci treba omogućiti da se kreću i "vježbaju" stečene motoričke vještine te da u tome uživaju (pokretne igre, igre oponašanja i mali poligoni). Mnoga djeca su još nespretna, druga su u fazi nesigurnosti i zato je uspoređivanje nepoželjno, a ruganje opasno i nedopustivo zbog negativnog utjecaja na djetetovo samopoštovanje.

### 2. Omogućavanje intelektualnog razvoja

- Omogućiti djetetu stjecanje iskustava svim senzornim putevima.
- Omogućiti stjecanje pojma količine rukovanjem stvarnim količinama: bombonima, kestenima, prelijevanjem vode i pijeska...
- Sve značajnije postaje poticanje upotrebe govora: davanjem i traženjem objašnjenja i obrazloženja.
- Poticati i zadovoljavati dječju radoznalost, koja se odražava u postavljanju pitanja – to je doba pitanja "zašto?"
- Omogućiti stjecanje što više različitih iskustava o svijetu koji ga okružuje, **uz podršku odrasle osobe ili vršnjaka**, radi prevladavanja ograničenja mišljenja te poticati upotrebu govora – da dijete priča i prepričava doživljeno (u konkretnim i zamišljenim situacijama, s i bez slikovnog materijala...).
- Pokazati primjerom djeci ispravan govorni model.

### 3. Osiguravanje kontrole izražavanja emocija

- Stvarati atmosferu sigurnosti, prihvatanja i zadovoljstva u djece.



- Odrasli mora biti model prihvatljivog izražavanja svih emocija:
  - maziti dijete u raznim situacijama, ne samo kada ga tješi;
  - u situacijama koje izazivaju ljutnju nuditi djetetu rješenja koja uključuju kratko odlaganje zadovoljenja želja i potreba ili zamjenu za željenu stvar, igračku i sl..

#### 4. Poticanje simboličke igre

- Poticati razvoj igre stjecanjem što više novih iskustava, zajedničkih doživljaja djece i odraslih te omogućiti doživljavanje emocionalnih iskustava uz igru.
- Neophodno je da igri odgojitelja pred djecom prethodi zajedničko iskustvo djece o radu i aktivnostima odraslih.

### *Dijete u dobi od 4 do 5 godina*

Četverogodišnje dijete prolazi prilično burnu razvojnu fazu. Ono nerijetko prelazi dopuštene granice na mnogim područjima ponašanja. Primjerice, udara rukama i nogama, baca kamenje, razbija, bježi, bezrazložno se smije, ima ispade bijesa. Na zahtjeve odraslih često reagira prkosno i drsko. Govor četverogodišnjaka ponekad šokira zbog prostota i "zahodskog" rječnika. Brojalice i izmišljanje pjesmica s prostim riječima pravi su užitek djetetu ove dobi; ono ih namjerno, uza smijeh koristi. I u svojim maštanjima dijete često prelazi granice. Pojavljuju se izmišljeni prijatelji, izmišljaju se nevjerojatne priče; dijete često istinski vjeruje u plodove svoje mašte.

Potreba za samostalnošću i neovisnošću koja se pokazala kao inat i negativizam postupno opada i javlja se u novom obliku, kao potreba za preuzimanjem inicijative. U dobi od oko četiri i pol godine dijete kao da se polako počinje "smještati" u dopuštene granice. To je još uvijek doba neizvjesnosti, nesigurnosti, provjeravanja. Dijete pokušava shvatiti što je pravo, a što izmišljeno, iako mu to još stvara probleme. Jača unutrašnja motivacija. Uz manju pomoć odrasloga dovršava započeto. Ako počne graditi kuću, to će na kraju i biti kuća, dok je to kad je imalo četiri godine mogla postati tvrđava, pa kamion, pa benzinska crpka. U ovoj dobi dijete je velik ispitivač i diskutant te na verbalnom planu pokazuje kako je steklo već mnogo iskustva i znanja, i kako razmišlja. Zanima ga i druga strana slike, što je izvana, a što iznutra i dr.. Jača želja za realnošću. Razgovara o smrti bez uzbuđenja jer smrt ne shvaća kao odrasli. Vidljiva je bolja kontrola i usavršavanje mnogih vještina. Igra je manje divlja, dijete bolje podnosi frustracije, bolje crta, pokazuje prvi interes za slova i brojke.

Oko pet godina učvršćuje se spolni identitet: djevojčice znaju da su žensko, a dječaci da su muško. Za neku djecu to je doba dostizanja ostale djece, osobito za dječake koji su bili spori u razvoju motorike i govora, a često je to doba ubrzanog intelektualnoga razvoja. Ovo sređivanje i učvršćivanje vlastitih sposobnosti bit će s pet godina okrunjeno izraženijom ravnotežom, sigurnošću i prijateljskim stavom prema okolini.

#### Psihološki uvjeti optimalnog razvoja djeteta u dobi od 4 do 5 godina

##### 1. Osiguravanje razvoja inicijative

- Davati slobodu za istraživanje i eksperimentiranje, omogućivati aktivnosti koje dijete preuzima na vlastitu inicijativu (uz poduzimanje mjera opreza).
- Uzimanje u obzir dječje inicijative očituje se i u odgovaranju odrasloga na dječja pitanja, zajedničkom čuđenju, partnerstvu u igri.

##### 2. Omogućivanje razvoja vlastite efikasnosti – kompetentnost

- Djetetu treba omogućiti **doživljaj uspjeha** u onome što poduzima:
  - iz uvida da je nešto postiglo svojim vlastitim zalaganjem bez tuđe pomoći,
  - iz pohvale odraslog.
- Odrasli treba naglasiti što više naglasiti "unutarnji osjećaj uspjeha", pitati dijete: "Što ti misliš, je li ti dobro?"
- Treba umanjiti važnost pohvale, posebice u djevojčica jer one postaju previše ovisne o mišljenju drugih i doživljavaju uspjeh samo iz vanjskih pohvala, bez pravog unutarnjega doživljaja.
- Osigurati prostor i vrijeme za kretanje, trčanje, penjanje (sprave, penjalice, različiti poligoni i što veći repertoar

igara u kojima se usavršavaju osnovni oblici kretanja). Djeca još nisu spremna za natjecanje. Uspjehe treba "odmjeravati" individualno – koliko je nešto bolje nego prošli put.

### 3. Omogućivanje intelektualnog razvoja

- Omogućiti djetetu **stvaranje perceptivnih predodžbi** svim senzornim putevima. Važno je djetetu omogućiti igru "konkretnim" materijalima i predmetima za stvaranje pojmova (količine, odnosa). Igra materijalom: zrnca, plodovi, kamenčići – za pravljenje hrpica, razdvajanje, skupljanje u "stupove", slaganje, redanje (pojam broja, količine, težine...); štapići, krugovi, pločice nejednake veličine – za slaganje po redoslijedu, boji (relacije: veći, manji); voda i pijesak za mjerenje, pretakanje, punjenje, vaganje (odnosi količine, mase, volumena).
- Omogućiti **aktivnu upotrebu govora**. Pažljivim slušanjem podržavati i omogućivati djeci verbalno izraziti svoje osjećaje, potrebe, mišljenje i pitanja. Dati uvijek primjeren i djetetu razumljiv odgovor.
- Pružiti ispravan govorni model.
- Koristiti se govornim igrama u svrhu slušne diskriminacije glasova, bogaćenja rječnika i rečenice.
- Slušati, ponavljati i učiti pjesmice i brojalice, sa što više pratnje pokretom. Postavljati jednostavne pitalice i zagonetke koje dijete u toj dobi osobito voli.

### 4. Razvoj samoregulacije (kontrola impulzivnosti)

- Stvarati naviku u djeteta da razmisli prije nego što reagira:
  - da zastane, da suspregne odgovor/akciju koja mu se prva javi
  - da najprije procijeni je li to točno/prikladno.

### 5. Poticanje maštovitosti i kreativnosti

- Poticati maštovitost i kreativnost u igri davanjem ideja za variranje, traženjem da se zamišlja kako još, što bi kad bi i dr.. Važno je pritom pomoći djetetu u određivanju granice između stvarnosti i mašte (pomaže vremenska ili prostorna granica, primjerice stvarna zemlja – zemlja mašte, kad pozvonim – izmišljamo i sl.).

### 6. Osiguranje razvoja kontrole emocija

- Omogućivati djetetu da izražava i prepoznaje svoje emocije.
- Omogućivati da verbalno izrazi što osjeća, kako se osjeća.
- Omogućivati da nađe alternativna rješenja za izražavanje svojih emocija.
- Koristiti se socijalnim igrama – jasno postavljanje granica prihvatljivoga i neprihvatljivog ponašanja i objašnjenje zašto na djetetu razumljiv način.

### 7. Poticanje simboličke igre

- Poticati igre pretvaranja omogućivanjem djeci da uoče raznolikosti radnji odraslih u svakodnevnome životu i situacijama (posjeti, susreti, promatranja...)
- Omogućiti raznolike i nove, nestereotipne uloge u igri, uz veliko bogatstvo materijala za igru.

### 8. Poticanje razvoja "predčitačkih" aktivnosti

- Razvijati i vježbati glasovnu osjetljivost.
- Razvijati razumijevanje prijenosa izgovorenoga u pisanu formu.
- Razvijati poznavanje karakteristika pisanog teksta.

# Tri dijaloga

Empatička interakcija roditelja i djeteta

## UVOD



Ključ kvalitetne brige i utjecaja na djetetov rast i razvoj jest roditeljska **empatija** s djetetovim stanjima i **usklađivanje** s njegovim potrebama i inicijativom.

**Empatija ili suosjećanje je sposobnost da razumijemo i osjećamo ono što razumije i osjeća druga osoba te da to razumijevanje i pokažemo.** Indijanska uzrečica kaže da je empatija "hodanje u tuđim mokasinama". Empatija je važna jer olakšava komunikaciju s drugim ljudima, a osobito je važna u komunikaciji između odraslih i djece.

Da bi roditelj uspješno komunicirao s djetetom, on treba moći razumjeti što dijete misli i osjeća. **Sposobnost roditeljeva usklađivanja i reagiranja na djetetove potrebe i inicijativu temelj je kvalitetne brige o dobrobiti djeteta.**

Roditelj koji prepoznaje i usklađuje se s djetetovim potrebama, omogućuje djetetu razvijati osjećaje kako drugi ljudi mogu i žele suosjećati s njim. Taj se osjećaj razvija oko 8. mjeseca i nastavlja se oblikovati bliskim odnosima s drugim ljudima tijekom cijeloga života. Ukoliko se pak roditelji ne usklađuju s djetetom, to za dijete može biti izrazito uznemiravajuće i dugoročno štetno. Naime, ako roditelj konstantno ne uspijeva pokazati empatiju za emocije koje dijete pokazuje – radost, plač, potrebu za maženjem – dijete prestaje pokazivati, pa čak i osjećati te emocije. Na taj se način može iz djetetova repertoara za bliske odnose izbrisati cijela lepeza emocija, posebice ako se tijekom djetinjstva uporno obeshrabruje razvoj i iskazivanje tih emocija.

Usklađivanje roditelja s djetetom uspostavlja se empatičkom interakcijom od početka njihovog odnosa. Kako se dijete razvija i kako se veza produbljuje, **emocionalni** dijalog između roditelja i djeteta postaje sve bogatiji, za dijete i njegov razvoj sve poticajniji i sve više usmjeravajući. Dijete počinje sâm tražiti uključivanje roditelja u svoje akcije s predmetima koji ga okružuju, tražiti i shvaćati značenje pojava oko sebe; postaju mu potrebni pomoć i vođenje u planiranju i izvođenju različitih ideja i pothvata. Postupno, kako se djetetovi horizonti šire, roditelji počinju usmjeravati njegovo ponašanje uputama, pravilima i granicama sve dok se dijete ne osamostali te usvoji djelotvorne i društveno prihvatljive načine ponašanja.

Takav razvojni pristup interakciji roditelja i djeteta može se opisati **trima različitim tipovima dijaloga** koji se razlikuju po sadržaju komunikacije roditelj – dijete, tj. po porukama koje primarno roditelj šalje djetetu. U prvome, to je izražavanje emocija, u drugom prenošenje značenja, a u trećem usmjeravanje ili regulacija ponašanja. Ono što bi trebalo biti **zajedničko svim tipovima dijaloga jest empatijsko razumijevanje djeteta** i njegova stanja te usklađivanje s njime.

Svi ovi dijalozi započinju rano, ovim redom te se nastavljaju, međusobno isprepliću i nadograđuju, a to jesu:

- I. **Emocionalni dijalog** – stvaranje duboke veze i prihvaćanja – razvijanje privrženosti
- II. **Spoznajni dijalog** – pomaganje djetetu u otkrivanju i razumijevanju svijeta – posredovanje značenja
- III. **Usmjeravajući dijalog** – usmjeravanje djetetova ponašanja – regulacija k samoregulaciji.

# Tri dijaloga

Empatička interakcija roditelja i djeteta



## I. EMOCIONALNI DIJALOG

### I. Emocionalni dijalog između majke i djeteta dominira u prvim mjesecima djetetova života, kada je važno izražavati emocije i komunicirati licem u lice, uz nježne dodire, uzvraćanjem osmijeha, milovanjem.

Izraz emocionalna komunikacija odnosi se na rani afektivni dijalog izražajnim gestama između roditelja i djeteta, u kojem se roditelj suosjećajno prilagođava djetetu. To će pokazati tako da promatra, slijedi i reagira na tjelesne poruke djeteta, prepoznaje uočene signale i verbalizira ono što dijete čini. Primjerice, Sve si popila, baš si bila žedna. Lutku želiš, da ti je skinem s police? Da, avion leti! Pospan si, tvoj krevetić već te čeka. Tako se razvijaju pravi dijalog emotivno izražene bliskosti i osjećaj povjerenja, radosti i partnerstva između djeteta i roditelja. Na ovakvom se odnosu razvijaju sigurna privrženost i temeljno povjerenje u sebe i druge, što je u skladu s Eriksonovom teorijom psihosocijalnog razvoja.

**TIPIČNE SITUACIJE** u kojima se razvija emocionalna komunikacija:

- × situacije bliskoga kontakta (dojenje, hranjenje, kupanje, presvlačenje, odlazak u krevet, jutarnji pozdrav, rastanci...)
- × situacije kada je potrebna utjeha (kad je dijete uznemireno, žalosno, povrijeđeno, nešto ga boli...)
- × situacije kada je potrebno ohrabrenje, naše prilagođavanje i odobravanje, podrška (kada dijete ima poteškoća u samostalnom obavljanju nečega – u igri, svakodnevnim aktivnostima poput jela, oblačenja, pospremanja i sl.).

### Kako roditelj uspostavlja emocionalni dijalog?

(Prema: Hundeide, 1996.)

#### a. Pokazivanjem bezuvjetne ljubavi i emocionalnom komunikacijom

Za zdrav razvoj, posebice za razvoj samopoštovanja, važno je da se dijete osjeti bezuvjetno voljenim – samo zato što postoji. Već malo dijete razumije emocionalne izraze te razlikuje prihvatanje i odbijanje, radost i tugu. Djetetu treba pokazati kako ga volite, uživate u njemu, radujete mu se... To je njegova psihološka hrana od koje se ne može prejesti.

Jednako tako, već s vrlo malim djetetom može se komunicirati izrazima lica, pogledom, osmijesima, gestama, dodirima. Roditelj izražava svoju radost i interes za ono što dijete čini ili ga zanima, a dijete odgovara zadovoljnim glasanjem. Ovakvo rano izražajno "razgovaranje" s puno osjećajnosti važno je kako za djetetovo buduće uspostavljanje odnosa s drugima, tako i za razvoj njegova govora.

#### b. Slijedenjem dječje inicijative i davanjem podrške

Kada dijete pokazuje neku inicijativu te kada iskazuje svoje želje i potrebe, važna mu je podrška – moramo ga vidjeti i čuti, prepoznati što mu treba, prilagoditi mu se i zadovoljiti njegove potrebe, pratiti i podržati inicijativnost. Stoga je važno prepoznati stanje, želje, namjere i govor tijela djeteta te se pokušati prilagoditi i slijediti dijete u onome čime je u tom trenutku zaokupljeno. Dijete će osjetiti da ga vidite, pratite i odobravate. Primjerice, ako je posegnulo za slikovnicom, čitajte s njim – ne gurajte mu kocke u ruke.

Za razvoj samopouzdanja i motivacije posebno je važno da dijete u sigurnim granicama slijedi svoju inicijativu (a ne da ga uvijek netko drugi gura u aktivnosti), da biva uspješno u onome što poduzima te da mu jasno kažemo u čemu je bilo uspješno. Na primjer ako je samo skinulo hlačiće pri odlasku na WC, dajte mu povratnu informaciju o uspjehu jer tako djetetu pružate potvrdu da je kompetentno i važno.

Rani emocionalno-ekspresivni dijalog uvjet je formiranja emocionalnog odnosa djeteta s roditeljima te djetetova povjerenja i otvaranja prema ljudima koje se širi i izvan obitelji.

(Karsten Hundeide. International Child Development Programmes, [www.icdp.info](http://www.icdp.info))

# Tri dijaloga

Empatička interakcija roditelja i djeteta

## II. SPOZNAJNI DIJALOG

### II. Spoznajni dijalog prisutan je kad odrasla osoba s oduševljenjem sudjeluje, opisuje, objašnjava ono što dijete radi i doživljava

Dijete ima potrebu razumjeti svijet oko sebe. Najbolji tumač svijeta jesu bliske osobe; one daju smisao djetetovu neposrednom iskustvu. Već tijekom prve godine dijete svjesno traži uključivanje odraslog u svoje akcije. Zajedničko "učenje" u podržavajućem ozračju je najučinkovitije. Dijete uživa činiti nešto zajedno s odraslim i da mu se objašnjava.

**TIPIČNE SITUACIJE** u kojima se djetetu tumači svijet jesu situacije u kojima djetetu treba **informacija ili objašnjenje** o tome što se događa (razgovor o svemu što dijete okružuje i događa se s njim i oko njega; kod kuće, u šetnji, razgovor o okolišu, o ljudima koje srećemo, o svakoj novoj situaciji, o ponašanjima ljudi; o sadržaju slikovnice i dr.).

### Kako roditelj uspostavlja spoznajni dijalog?

#### a. Pomaganjem djetetu da se usredotoči na stvari i događaje u okolini

Roditelj može pomoći djetetu da se usredotoči tako da usmjerava njegovu pažnju u zajednički doživljaj o onome što ih okružuje (Vidi...), uz pokazivanje onoga što želi da dijete vidi (Vidi kako leti avion...; Slušaj kako je vesela ova glazba, kao da netko stupa...; Pomiriši ovo u loncu, na što te podsjeća?...). Nema zajedničkog iskustva ako se dijete bavi jednim, a odrasli nečim drugim – primjerice dijete jede, a majka hraneći ga gleda televiziju. Za djetetovo shvaćanje događanja važno je da i odrasli bude usmjeren na hranjenje i o tome razgovara s djetetom, (Baš je fina ova zelena juha od graška, njam-njam!) Zajednička i uzajamna usmjerenost pažnje preduvjet su dobrog kontakta i komunikacije.

#### b. Unošenjem značenja i oduševljenja u ono što dijete doživljava

Kada roditelj imenuje i opisuje vanjski svijet i zajedničke doživljaje te pokazuje osjećaje i oduševljenje, on daje djetetu značenje stvarima oko njega. Dijete ne doživljava značenje direktno, ono mu mora biti posredovano, preneseno razgovorom i izražavanjem osjećaja. Djetetu treba vođenje da bi svijet dobio smisao. Kao kada smo u stranoj zemlji pa nam je potreban tumač. Dijete ne uči samo nazive stvari, aktivnosti i ljudi, već iz roditeljeva izražavanja osjećaja doznaje što je dobro, a što nije; što je lijepo, što je prihvatljivo, što je žalosno itd.. Ništa se ne podrazumijeva samo po sebi. Kako će znati jesu li bobice na grmu jestive ako mu to roditelj ne kaže? Ono što dozna od bliskih osoba bit će jasnije zapamćeno.

#### c. Proširivanjem i obogaćivanjem djetetova iskustva objašnjavanjem, uspoređivanjem i maštom

Roditelj treba ne samo objašnjavati, nego i proširivati ono što doživljava zajedno s djetetom, primjerice stavljajući novo iskustvo u odnos s prošlim i budućim događajima (Sjećaš se kada smo bili kod bake i onda smo mijesili kolače; Kada budeš veći i ti ćeš ići u školu kao Vedran). Kod starije djece oslanjamo se i na priče, ističemo sličnosti i razlike – proširujemo veze i odnose i izvan neposrednog iskustva (npr. uz pričanje priče "Tko je Videku sašio košuljicu" možete komentirati: I svi su bili jako ponosni što su pomogli Videku. Sad mu nije hladno. I ti voliš pomagati, pomažeš meni kada brišemo prašinu i ja sam ponosna na tebe.)

Uz pomoć odrasloga dijete uči usredotočiti se, promatrati, uočavati, razlikovati, uspoređivati. Odrasli daje nazive predmetima koje dijete vidi, imenuje osobine igračke koju je odabralo (npr. kotrlja se – okruglo je, plavo je kao nebo, teško je), proširuje djetetov verbalni iskaz (npr. Da, to je lopta – lopta je velika, lopta je crvena, lopta skače.). Imenuje i objašnjava što vidi u slikovnici i proširuje u skladu s djetetovim mogućnostima i iskustvom (npr. zašto, od kuda je to, na što ga podsjeća, što će se zatim dogoditi). Odrasla osoba pretvara sliku u priču ili u neki logičan slijed, usporedbu, zamišljanje.

### Zajedničko sudjelovanje i proširivanje iskustva možda je najvažniji čimbenik koji utječe na dječji intelektualni razvoj u ranoj dobi.

Razni su načini proširivanja iskustva koji pripremaju djecu za različita područja ljudskog djelovanja i kulture, recimo **poetsko-umjetničko i moralno** s jedne strane (priče, glazba, likovni izričaj, predstave, igre zamišljanja) i **znanstveno-tehničko i računalno** s druge strane (s više tumačenja, uspoređivanja, razvrstavanja i logičkog objašnjavanja). Dobro je da dijete susretne raznolike načine proširivanja iskustva, da ima susrete s raznim ljudima i područjima ljudskog djelovanja i stvaranja – jer tako se aktiviraju svi njegovi potencijali.

S komunikacijskog stajališta **posredovanje vanjskog svijeta prirodan je i pravovremen odgovor roditelja na djetetov interes i znatiželju u zajedničkim aktivnostima**. To nije podučavanje izvan konteksta (npr. usmjeravanje pažnje djeteta i objašnjavanje kada ga povedemo na tržnicu, prirodan je odgovor na djetetovu znatiželju – nasuprot “školskog predavanja” o tome što se prodaje na tržnici). Treba prepoznati što dijete zanima ili ga može zanimati te slijediti njegovu usmjerenost i interes. Tada u žarištu naše empatije nisu samo djetetovi osjećaji, nego i njegova istraživačka inicijativa, što uzajamnu komunikaciju i posredovanje čini kvalitetnijima.

(Karsten Hundeide, International Child Development Programmes, [www.icdp.info](http://www.icdp.info))

#### Izvori proširivanja iskustva

- × Svakodnevne situacije – u kući i izvan nje, igračke, slikovnice...
- × Susreti s odraslima i djecom...
- × susjedstvo, dućan, pošta, ambulanta, bolnica
- × knjižnica, knjižara, knjige, slikovnice
- × dječje kazalište, kino, koncerti, izložbe, događanja u zajednici
- × park, zoološki vrt, botanički vrt
- × kolodvor, aerodrom
- × izletišta, putovanja...

#### Čitajmo im od najranije dobi

- × Upišimo sebe i dijete u knjižnicu.



# Tri dijaloga

Empatička interakcija roditelja i djeteta

## III. USMJERAVAJUĆI DIJALOG

**III. Usmjeravajući dijalog prisutan je kada se roditelj u djetetove aktivnosti uključuje planiranjem i davanjem uputa za ono što dijete želi postići; kad usmjerava (regulira) ponašanje djeteta postavljajući norme ili granice.**

Podrška koju roditelj pruža djetetu u spoznajnom dijalogu, opisanom u šestoj radionici, mijenja se kad situacija traži jasnije usmjeravanje djetetove pozornosti i ponašanja. Proširivanje dječjeg iskustva prestaje biti najvažnije u interakciji roditelja s djetetom ako djetetu u onome što radi treba pomoć, podrška, vođenje, **usmjeravanje** radi toga što dijete nešto ne zna i nema iskustva ili ne razumije situaciju, u opasnosti je, prekoračuje našu granicu. Naravno, i u ovom, usmjeravajućem dijalogu važno je prepoznati i slijediti djetetovu inicijativu i namjere, njegove ciljeve, usmjeriti ga na odgovarajući način (sugestijama, podrškom...) i povući se kada vidimo da je dijete ovladalo potrebnim vještinama i ponašanjima. Treba uočiti opasnost od preuzimanja previše inicijative odrasloga, koja sprječava dijete da bude kompetentno i autonomno.

Važna usmjeravajuća uloga roditelja jest i pomoći djetetu da se kontrolira kada želi učiniti nešto što nije dopušteno, postavljajući mu **pozitivne granice**, vodeći ga ukazivanjem na prihvatljiva ponašanja i planirajući zajedno s njim. Djeca trebaju pomoć u stjecanju samokontrole i sposobnosti planiranja. Treba postaviti okvir, uvjete (očekivanja i granice), planirati korak po korak. Starijem djetetu treba objasniti zašto nešto nije dopušteno. Umjesto stalnih zabrana važno je ukazati na poželjna ponašanja (očekivanja). Djeca trebaju pomoć u vježbanju samokontrole i sposobnosti planiranja.

### Nekoliko važnih pojmova:

Samoregulacija je upravljanje vlastitim ponašanjem, a njezin najsavršeniji oblik jest **uspostavljanje samokontrole – vladanja sobom**. Uspostavljanjem samokontrole dijete postaje sposobno prilagođavati se nužnostima i zahtjevima vanjskog svijeta. Dok je dijete maleno roditelji mu govore, pokazuju i zahtijevaju od njega određeno prilagođavanje (roditelj = vanjski "regulator" ponašanja). Sazrijevanjem dijete postupno postaje sposobno razumjeti vanjske zahtjeve za određena ponašanja, stječe znanje kako tim zahtjevima udovoljiti i uvježbava najučinkovitija ponašanja. Ponašanje temeljeno na tim spoznajama i vještinama zovemo samoreguliranim ponašanjem, a njegova je najvažnija oznaka razvoj samokontrole (vladanja sobom).

Razvoju samokontrole bitno pridonosi **razvoj unutarnjega govora**. Verbalna uputa odraslog znatno pomaže djetetu u stjecanju samokontrole jer dijete najprije glasnim govorom oponaša vanjsku kontrolu roditelja i slijedi je, zatim rabi tihi govor i šaptanje te na kraju razvoja samokontrole govor potpuno nestaje, tj. dijete više ne mora glasno ponavljati roditeljske riječi (upute ili zabrane) – one postaju njegove vlastite misli. Tada započinje pravi proces razvoja samokontrole, a to se događa **nakon trećeg rođendana**. Samokontrola/samousmjeravanje omogućuje djetetu da se strpi, nauči naizmjeničnost (sad ja – sad ti), prepusti prednost drugima, svlada strah te nastavi raditi i onda kada je ono što radi teško i dosadno.

**Regulacija** je vanjska kontrola ponašanja a podrazumijeva naše **postupke** (podrška, pomaganje, vođenje, usmjeravanje, očekivanja, granice, pravila). Regulacija prethodi djetetovoj samoregulaciji i uvjet je za njezin razvoj.

**Samoregulacija** je djetetovo vladanje sobom, tj. **cilj našeg usmjeravanja, regulacije** (da može bez nas).

**Suprotnosti** regulaciji i usmjeravanju jesu:

- ✗ ignoriranje djeteta ili puštanje da dijete radi što god hoće bez podrške i granica (zanemarivanje djeteta, izostanak strukture koju čine očekivanja i pravila o prihvatljivome i neprihvatljivom ponašanju),
- ✗ zapovijedanje djetetu na grub način, ne mareći za njegove želje i potrebe te isticanje samo onoga što ne može. Riječ je o pretjeranom kontroliranju djetetova ponašanja, uz prisilu i neuvažavanje djeteta.

**TIPIČNE SITUACIJE** u kojima djetetu pomažemo da uči vladati sâmo sobom jesu:

- ✗ situacije koje traže usmjerenost cilju i suradnju – kada dijete treba podršku i/ili vođenje kako se nešto radi, kad se treba usredotočiti, fokusirati na “izvršavanje zadatka” (npr. sagraditi toranj od kocaka, složiti puzzle, izraditi papirnat avion, oprati ruke, postaviti stol)
- ✗ situacije koje traže reguliranje ponašanja jer nešto nije dopušteno ili poželjno – poštivanje kućnih pravila, upoznavanje vrijednosti, situacije dijeljenja s drugima, situacije koje traže pravila za društveno prihvatljivo ponašanje, situacije koje traže altruističko ponašanje i empatiju za druge, uključujući životinje, biljke... (npr. dira štednjak, hoda po kući u prljavim cipelama, ne želi dati ruku na ulici, treba podijeliti čokoladu, treba nekog utješiti, otima tuđu igračku, trga cvijeće, udara mačku).

## Kako roditelj uspostavlja usmjeravajući dijalog?

### a. Podržavanjem djetetovih aktivnosti i inicijative; vođenjem djeteta korak po korak prema cilju

U komunikaciji s djetetom već je rano prisutna podrška u zajedničkom usmjeravanju pažnje. U aktivnostima koje su usmjerene cilju prirodno je da komunikacija postaje više regulativna i prilagođena, kako djetetovim sposobnostima tako i težini zadatka.

Primjerice, dijete želi sagraditi toranj od mnogo kocaka, koji se neće srušiti (= cilj). No ne znači da odrasli to treba raditi umjesto djeteta. U spontanoj igri kockama dijete usmjeravamo davanjem ideja, postavljanjem pitanja, predlaganjem da pokuša ponovno, da uzme možda drugu kocku i sl.. Pomažemo mu da **planira korak po korak**: Što ćeš sada, koju ćeš kocku sada staviti. Nema potrebe da dijete požurujemo ili direktno vodimo da obavi zadatak, ima vremena... Važno je da je dijete autonomno (njegov cilj, njegov trud, njegov uspjeh) i da povećava svoje sposobnosti i kompetenciju (toranj je sve viši). Ili pak sa strane pratimo kako uči od druge djece i pritom se ne uplićemo.

Kad roditelj procijeni da dijete nešto može, ali je nesigurno, potaknut će ga da se potruži, da uloži dodatni napor ne bi li obavilo zadatak. Za takve aktivnosti kažemo kako “vuku” razvoj naprijed. Važno je prepoznati fokus dječje pažnje, motiviranost i sposobnosti. Ako tražimo i očekujemo malo više nego što dijete zaista može, ono će taj put možda i odustati, ali će ipak nešto od naših uputa i zahtijeva zapamtiti, generalizirati i primijeniti u nekoj sljedećoj sličnoj situaciji.

U svim aktivnostima u kojima je dijete usmjereno cilju, uloga odrasle osobe jest podržati nastojanje, ulaganje napora, planiranje korak-po-korak, ne odustajanje te dati povratnu informaciju kada je dijete zadovoljno svojim uspjehom (Uspio si složiti visok toranj.). Kako dijete napreduje, tako se udio naše potpore smanjuje. Važno je realistično **uskладiti svoja očekivanja s djetetovim mogućnostima** i postavljati mu dobre izazove i podršku (Mislim da ti to možeš, pokušaj još jednom...). Ako dijete taj put ne uspije, treba mu dati do znanja da ima vremena i za nove pokušaje, kako se ne bi osjećalo krivim i obeshrabrenim (U redu, sad znamo da treba pričekati da još malo narasteš pa onda pokušati ponovno.).

Kad ne uspije izvesti svoj naum (naći pravu rupu, toranj se sruši i sl.), dijete bude ljuto i frustrirano. Tada ga ne treba “spašavati” od frustracije i ljutnje niti sagraditi toranj umjesto njega, već treba imenovati što se dogodilo, suosjećati i ostaviti djetetu da odluči što će napraviti. Treba poticati strpljenje jer tako se vježba tolerancija na frustraciju (O, tvoj toranj se srušio, a bio je već tako visok. Što ćeš sada?)

### b. Izricanjem očekivanja na pozitivan način, s jasnim granicama za ono što je djetetu dopušteno, a što nije

Riječ je o granicama koje su postavljene u ozračju uzajamnog poštovanja. Umjesto vikanja i zabrana, dajemo objašnjenja i razloge zašto neke stvari nisu dopuštene, a neka su pravila i zabrane neophodni. Uz izricanje djetetu razumljivih očekivanja, postavljamo pravila i posljedice koje slijede za njihovo nepoštivanje. Zabrane izričemo jasno i čvrsto uz objašnjenja, a djetetovu pažnju i ponašanje preusmjeravamo na ono što je dopušteno. Tako dijete postaje sve sposobnije da samo sebe vodi i predviđa posljedice svojeg ponašanja, što vodi unutrašnjoj kontroli općenito.

**Kad granice izričemo unaprijed, kao očekivanja,** naše je djelovanje **proaktivno**. Ukoliko se dijete u najavljenom situaciji ponašalo dobro, u skladu s našim izrečenim očekivanjima, važno je dati i dobru povratnu informaciju u kojoj točno kažemo što je bilo dobro i zbog čega, kako bi se ponašanje učvrstilo. Ako je dijete prekršilo granicu i pravilo, povratna mu informacija treba reći što točno nije bilo dobro i zbog čega, kako bi dijete doznalo što učiniti sljedeći put. Može uslijediti prirodna i/ili logična posljedica (npr. ako si prolio – obriši). Sada je naše djelovanje **reaktivno** (reakcija na djetetovo ponašanje). Prilikom postavljanja granica i reagiranja na djetetovo ponašanje, trebamo pripaziti da ne pretjerujemo u **emocionalnom** iskazivanju svojeg odobravanja ili neodobravanja.

Ovakav, pošten odnos prema djetetu u kojemu mu točno kažemo što ga očekuje i ne lažemo mu (npr. da u dućanu više nema bombona, da u liječnika ništa neće boljeti i sl.) razvija u djeteta, između ostalog, pravo povjerenje. Često se spominje djetetovo "testiranje granica", tj. ponašanje djeteta koje neki roditelji vide kao borbu moći i dovodenje u pitanje roditeljskog autoriteta, a zapravo je u malog djeteta jednostavno riječ o njegovu nastojanju da dobije ono što želi pa se teško suočava s roditeljskom zabranom i granicom. Možemo to usporediti s vožnjom na autoputu brže od 130 km/h jer se vozaču tako sviđa, a ne zato jer testira nečije granice.

Stoga, kad god krećemo s djetetom u neku situaciju za koju nismo sigurni zna li dijete kako se treba ponašati ili kada znamo da bi se moglo neprihvatljivo ponašati (npr. dućan, gosti u kući, odlazak liječniku), djetetu trebamo najaviti kamo i zašto idemo, tko će tamo biti, što će se događati, što ćemo mi raditi i **što očekujemo od njega**. Po završetku mu dajemo povratnu informaciju što je bilo dobro i što bi se trebalo promijeniti u njegovu ponašanju.

### NIŠTA SE NE PODRAZUMIJEVA, POTREBNO JE REĆI!

**Primjer:** Idemo u dućan po namirnice za ručak, pozdravit ćemo tetu prodavačicu, ja ću ići po meso, a ti ćeš potražiti gdje je mlijeko. Sebi ću kupiti kavu, a ti možeš potražiti Životinjsko carstvo za sebe.

### DJECA ŽELE RAZUMJETI ŠTO SE OD NJIH OČEKUJE.

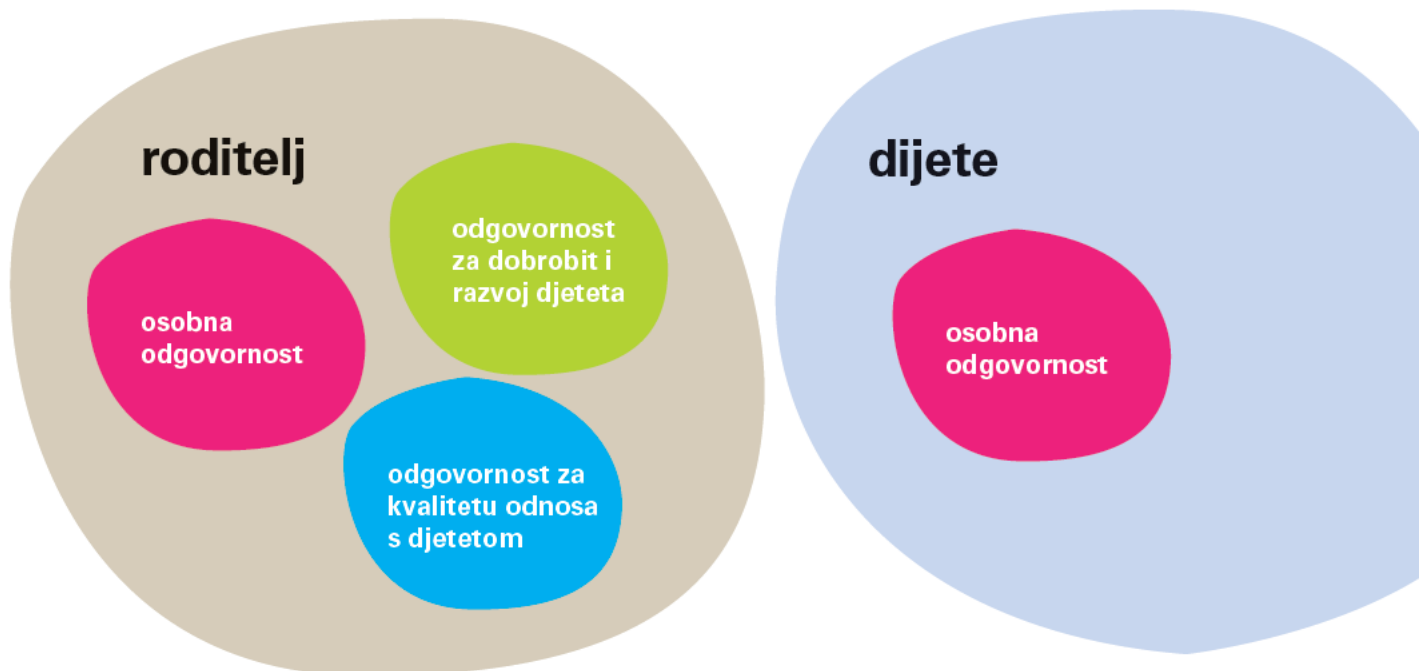
**Primjer:** Kad je majka četverogodišnjem Saši rekla da bi već mogao prestati piškiti po noći u krevet, pristojno je odgovorio: Reci mi kako da to učinim i ja ću to učiniti. Majka je bila zatečena njegovim pitanjem i nije mu znala odgovoriti. Kako ću ja to naučiti kad mi ne znaš objasniti, odgovorio je Saša.

(Karsten Hundeide, International Child Development Programmes, [www.icdp.info](http://www.icdp.info))



## Tri vrste roditeljske odgovornosti

Za što je odgovoran roditelj, a za što dijete?



### Komunikacija:

• **osobni govor**  
JA-poruke  
povratna informacija

• **slušanje djeteta**  
pasivno / aktivno

• **osobni govor**  
hoću / neću  
volim / ne volim

## Zašto i kako bez batina?

### Razlozi za nenasilno odgajanje djece

Tjelesno kažnjavanje krši ljudska prava djeteta jer predstavlja napad na djetetovo dostojanstvo i fizički integritet. Prema Konvenciji o zaštiti ljudskih prava i temeljnih sloboda, tjelesno kažnjavanje u Europi nije dopušteno. U Hrvatskoj je Obiteljskim zakonom zabranjeno tjelesno i drugo ponižavajuće kažnjavanje djece.

No ipak neki roditelji vjeruju kako je tjelesno kažnjavanje (odnosno udaranje djeteta rukom ili predmetom poput štapa ili remena) učinkovit način postizanja toga da djeca učine ono što im je rečeno. Iako djeca u tom trenutku mogu napraviti što želite, negativni učinci ovakvoga kažnjavanja mogu potrajati cijeli život.

Poznato je da djeca koja su doživjela tjelesno kažnjavanje mogu imati:

- slabije mentalno zdravlje (npr. manje samopouzdanja, češće depresije);
- lošiji odnos s roditeljima (nasilje ih ne uči da poštuju roditelje, već da ih se boje te ih potiče na otpor i osvećivanje roditeljima, i/ili na udaljavanje od njih);
- slabije razvijenu samoregulaciju i niže moralne standarde (nasilje ih ne uči razlozima i načinima ispravnog ponašanja);
- pojačanu agresivnost i društveno neprihvatljivo ponašanje (tjelesno kažnjavanje djeci daje dojam da je nasilje normalno, prihvatljivo i učinkovito).

Također, poznato je da odrasle osobe, koje su kao djeca iskusile tjelesno kažnjavanje, češće imaju problema s mentalnim zdravljem te pokazuju više kriminalnoga i društveno neprihvatljivog ponašanja, uključujući i obiteljsko nasilje, od odraslih koji nisu bili tjelesno kažnjavani u djetinjstvu.

Međutim, tjelesno kažnjavanje nije jedino ponašanje koje ostavlja trag na zdravlju djece. Važno je izbjegavati i ostale oblike ponašanja kojima se djeca ponižavaju i degradiraju, uključujući ismijavanje, izazivanje u djeteta osjećaja bezvrijednosti, nevoljenosti, nesposobnosti ili straha.

### Praktične smjernice za nenasilno odgajanje djece

Nenasilno odgajanje djeteta ni približno ne znači poticanje popustljivog roditeljstva. Roditelji koji su uvjereni da je tjelesno kažnjavanje djece neučinkovito i ponižavajuće za dijete pronalaze druge načine rješavanja sukoba i postizanja usklađenosti s njihovim standardima ponašanja.

**Nenasilni načini reagiranja na djetetovo pogrešno, štetno, opasno ili društveno neprihvatljivo ponašanje donekle se razlikuju u odnosu na dob djeteta.**

- Kada je riječ o mlađoj djeci – odvlačenje pozornosti prije negoli se problem razvije; smirivanje djeteta pronalaženjem druge zajedničke aktivnosti; pridobivanje djeteta da vas sasluša i ukazivanje na ono što je bilo pogrešno i kako se može drugačije; odmak od situacije i raspravljanje o njoj kasnije, kada se emocije smire; korištenje prekida aktivnosti; korištenje prirodnih i logičnih posljedica.
- Kada je riječ o starijoj djeci – razgovaranje o nepoželjnim oblicima ponašanja, korištenje prirodnih i logičnih posljedica, upućivanje djeteta da, po mogućnosti s roditeljem, nadoknadi "štetu" koju je svojim ponašanjem izazvalo i ispravi loš postupak ili pak uskraćivanje povlastica (npr. gledanja televizije ili susreta s prijateljima).

U ovim je situacijama vrlo važno izbjeći vrijeđanje djeteta te ugrožavanje njegove samosvijesti i dostojanstva; naime, ono što treba osuditi jest neželjeno ponašanje, a ne dijete. Roditelj bi također trebao razmisliti o djetetovoj sposobnosti da razumije i slijedi pravila te o okolnostima i ozbiljnosti ponašanja. Prilikom postavljanja granica roditelj treba voditi računa o tome što je dobro za dijete – sukladno njegovu uzrastu i stupnju razvoja – te razmisliti o razlozima zbog kojih ih određuje.

Mnogi roditelji ustanovili su da mogu izbjeći prisilu u odnosu sa svojom djecom ako su već od njihova rođenja s njima uspostavili odnos pun osjećaja, poštivanja i zadovoljstva. Ključ uspješnog poučavanja djece da sama reguliraju svoje ponašanje leži u uspostavljanju obostranog poštovanja i u očekivanju suradnje s djecom od njihove najranije dobi. Djeca dobro reagiraju na poštovanje i pozitivna očekivanja. To znači da roditelji trebaju očekivati dobro ponašanje i usredotočiti se na nj, umjesto na loše ponašanje, pobrinuti da dijete razumije što se od njega očekuje te da je to sposobno i ispuniti.

**Da bi djeci pomogli naučiti pozitivne oblike ponašanja, roditelji mogu:**

- djetetu redovno pružati pozitivnu pozornost bez obzira na djetetovu dob (kako dijete raste, ovakvo postupanje uključuje i zanimanje za njegove vršnjake i školske uspjehe);
- pozorno slušati svoju djecu i pomoći im da izraze osjećaje;
- pomoći im da shvate moguće posljedice svojih izbora;
- poticati pojavu poželjnih ponašanja pridajući im pozornost i hvaleći ih, a ignorirati manje manifestacije neželjenog ponašanja;
- ponašati se kao što bi željeli da im se dijete ponaša, komunicirati s djetetom s poštovanjem i svojim primjerom pokazati kako se rješavaju sukobi (konstruktivno).

Podržavanje poželjnih oblika ponašanja i smanjivanje onih neželjenih najbolje uspijeva roditeljima koje njihova djeca poštuju. To od roditelja iziskuje priznavanje i prihvaćanje činjenice da i sami griješe te preuzimanje odgovornosti za svoje roditeljsko ponašanje i kvalitetu odnosa s djetetom (a ne da za sve krive dijete).

Novija istraživanja potvrđuju kako djetetova samoregulacija i suradnja nisu posljedica roditeljskih disciplinskih postupaka, već izviru iz pozitivnog odnosa roditelja i djeteta. Dakle, **nije dijete pristojno jer smo ga tako istrenirali, nego zato jer se mi s njime i ostalima pristojno ophodimo.** Upravo roditeljsko ponašanje koje pridonosi stvaranju i održavanju pozitivnog odnosa s djetetom jest ono što pruža rane temelje djetetovoj suradnji s roditeljevim zahtjevima. Djeca spremnost na suradnju razvijaju iz ranih iskustava recipročne suradnje s roditeljima tijekom povijesti njihova odnosa.



## Slušanje kao životni stil

Slušanjem priznajemo pravo djeteta da ga se čuje te da se uvažavaju njegovi stavovi i iskustva u vezi sa svime što ga se tiče. Samo ako ga slušamo možemo razumjeti djetetove prioritete, interese i potrebe, možemo razumjeti kako se dijete osjeća glede samoga sebe. Slušanje je ključno za uspostavljanje odnosa uzajamnog poštovanja. Slušanjem dobivaju i dijete i odrasli.

**Slušanje je aktivan, dvosmjerni proces primanja, razumijevanja i reagiranja na poruke, a uključuje sve senzorne puteve i emocije te nije ograničeno samo na verbalni govor.** Ono otvara vrata djetetovoj inicijativi i sudjelovanju te našem usklađivanju s njim u zadovoljavanju njegovih potreba. Pažljivo slušanje omogućuje nam upoznati dijete na nov način pa i otkriti ozbiljnije brige koje ga muče, a ne zna ih izreći (npr. zlostavljanje).

Slušanje je dio ozračja u kojem se dijete osjeća sigurno, moćno i s povjerenjem se može izražavati na način koji njemu najviše odgovara. Osobito je važno pokazati djetetu da ga slušamo ako ima poteškoće u izražavanju, jer tako uči da ga se i sluša i čuje. Slušanje je put za usvajanje i drugih socijalnih vještina (komunikacija s novim odraslima, s djecom, slijeđenje važnih uputa – u igri, zadacima, dnevnoj rutini...). Slušanje djeteta daje pravo odraslome da ne mora biti sveznalica i pruža mu priliku da istražuje zajedno s djetetom, da čuje njegove zamisli u vezi sa svime što mu se događa – o prostoru, rutini, ophođenju – te da svoje postupke lakše korigira i prilagođava djetetu i sebi.

Za pravo slušanje moramo pokazati poštovanje, iskrenost i strpljenje, biti osjetljivi za dobar trenutak, biti maštoviti, otvoreni i voljni surađivati. Svako dijete, bez obzira na dob, spol, obrazovanje roditelja i kulturu, ima kapacitete za komunikaciju i izražavanje sebe te svojih želja i potreba. Odrasli treba iskreno reći zašto sluša, ima li vremena i može li udovoljiti onome što dijete traži. Slušanje traži vrijeme i strpljenje te, ako ga nemamo, djetetu to treba iskreno reći i obećati da ćemo mu posvetiti čim budemo mogli, određivši točno kada će to biti, jer djeca često nešto žele u trenutku koji nama ne odgovara i objektivno nemamo vremena za slušanje. Osim toga, djeci često treba dosta vremena da kažu što žele. Ako dijete pitamo, a ne odgovorimo – šaljemo mu poruku da ga ne slušamo i ne uzimamo ozbiljno.

Mnogo je načina i tehnika slušanja. Koji god odabrali, **promatranje djeteta i empatija trebaju biti početna točka.** Svojim ponašanjem (mimika, geste, neverbalne poruke, ponašanje...) dijete nam daje naslutiti, zaključiti o emocijama, mislima, stanjima. Dijete se izražava i likovno, glazbeno, glumom i plesom (Malaguzzi: Sto jezika djeteta), iz čega također možemo mnogo naučiti o njegovim potrebama, interesima, emocijama... Često dijete tako izražava ono što govorom ne može izreći. Stoga **odrasli mora slušati ušima, očima, nosom i dodirom** – osobito malene.

Slušanje malog djeteta ima utjecaj na njegovo stvaranje slike o sebi, kao i na ponašanje u kasnijoj dobi. Ne slušanje malog djeteta kada je pod stresom može dovesti do kasnije tjeskobe i agresivnog ponašanja. Slušanje uznemirenog djeteta na miran način bez uzrujavanja i panike, najbolji je način na koji bliske osobe mogu pomoći djetetu da razvije dobar osjećaj u vezi sa sobom i drugim ljudima koji ga okružuju. Slušanje malog djeteta ključno je za razvoj njegovih vještina slušanja i temelj za razvoj socijalnih vještina.

**Slušanjem djeteta dajemo mu dobar model** da i sâm nauči slušati.

Roditelji obožavaju slušati malu bebu – čak i kad spava, raduju se njezinu glasanju, gukanju, smijehu. Važno je da slušaju i čuju što je veseli, što joj smeta i da postupaju u skladu s time, da provjere jesu li dobro čuli što bebi treba, kao i da je utješe ako ne može dobiti što želi. Roditelji razlikuju uzroke bebina plača. U **emocionalnom** razgovoru s malim djetetom treba mu reći kako prepoznamo da ga boli, da se uplašilo, da je gladno, sito, veselo, pospano, da je čisto i da mu je ugodno, ili pak da ga zanima neki tamo predmet (i dodati mu još jedan).

Odrasli koji sluša malo dijete obraća mu se govorom (prilagođenim govornom razvoju), daje mu mogućnost da bira; razgovara gugutanjem, brbljanjem (ja, pa ti), reagira na ono za što beba pokazuje interes, umirujuće i nježno uvažava djetetove emocije, pjeva mu različite pjesme i pjesmice, priča priče, uči ga igrice s pjevanjem, komentira svakodnevne aktivnosti, igra se s njim, smije se s njim. Opasnosti koje nas mogu onemogućiti da čujemo malo dijete jesu kućna rutina, glasni ukućani, glasni TV i glazba. **U životu s malim djetetom nema požurivanja, a buku vlastitog doma treba smanjiti kako bismo dijete mogli slušati i čuti kao ravnopravnog člana.**

Kada nas se sluša, učimo važne vještine kao što su slušanje, razgovaranje, pregovaranje, dogovaranje. Učimo reflektirati ono što smo čuli ili vidjeli, uzimati u obzir tuđa stajališta, biti objektivniji. Slušanjem razvijamo dublje razumijevanje tuđih potreba i osjećaj odgovornosti. I, konačno, učimo je li naš glas drugim ljudima vrijedan slušanja. Prvi koje dijete čuje i koji čuju njega jesu roditelji i bliski odrasli. Njihovi glasovi najmoćnije utječu na stavove i kasnija postignuća. Da bi se dijete razvijalo dobro (**emocionalno**, mentalno i tjelesno), važno je da ga roditelji slušaju i uvažavaju ono što čuju.

Da bi se uskladio s djetetom, roditelj treba biti strpljiv, zainteresiran, dostupan, realističan, iskren i osjetljiv za ono što vidi. Također je važno da se fokusira na ono čime se dijete bavi, da ne zanemari djetetove emocije kao bedaste ili nepotrebne, da ima pozitivna očekivanja, da ne viče, da reflektira što je razumio od onoga što je dijete reklo – **jednom riječju, da se potruđi**.

(Clark, A. i Rich, D. [2004]. NCB – Nacionalni ured za djecu, Velika Britanija)

### Možemo slušati i djecu koja još ne znaju riječima izraziti što im treba

Svi znamo da je plač izraz nezadovoljstva i sve mame pokušavaju ovu neverbalnu poruku dekodirati na neverbalni ili bihevioralni način, obično metodom pokušaja i pogrešaka – pa će pokriti, premotati, napojiti, nahraniti, pomaziti, dok ne otkriju što dijete muči i dok ono konačno ne pomisli: "Konačno si me razumjela – to je ono što sam htio, bio sam gladan." Postupno svaka mama nauči dekodirati plačeve svojega djeteta: odgovornost za razumijevanje dječjih poruka je na odraslome. **Kao i u aktivnom slušanju, treba provjeriti jesmo li dobro razumjeli što dijete treba ili traži, a ne pretpostaviti da znamo što mu treba.** Komunikacijsku sekvenciju treba dovršiti (primjer Jana). Da bi sporazumijevanje s djetetom i zadovoljavanje njegovih potreba, kao i rješavanje njegovih problema bili uspješni, prve godine treba puno vremena provoditi s djetetom. Malo dijete treba roditelje, treba ih "očajnički" jer je bespomoćno i ovisno, a uz roditelje se oblikuje njegovo povjerenje u svijet (Erikson). U svakodnevnome životu najvažnije je slušanje djeteta, tj. zadovoljavanje njegovih potreba. S razvojem djeteta komunikacija se mijenja na način da ono može samo zadovoljavati svoje potrebe i rješavati svoje probleme. Dobar roditelj, koji sluša, u tome će mu pomagati (primjer Petar). Odgovornost za rješavanje problema ostavit će djetetu, izbjegavajući direktno uključivanje ili savjetovanje. Ponekad su roditelji nestrpljivi pa želeći pomoći djetetu preuzimaju njegove probleme. Uznemiruje ih djetetovo proživljavanje nezadovoljene potrebe (zapravo ne prihvaćaju dijete) pa "moraju" preuzeti djetetov problem i ponuditi brzo rješenje. Ukoliko se to radi često, usporava se djetetovo osamostaljivanje u korištenju vlastitih sposobnosti i koči se njegova neovisnost te se zapravo stvara temelj učenju bespomoćnosti.

**Jana** se podiže u svojem krevetiću i počne cmizdriti, a zatim i glasno plakati.  
**Majka** je posjedne natrag i da joj zvečku.  
**Jana** nakratko prestane plakati, zatim baci igračku preko ograde na pod i nastavlja plakati još jače.  
**Majka** podigne zvečku i čvrsto je usadi u Janinu ruku govoreći strogo: "Ako je opet baciš, više je nećeš dobiti!"  
**Jana** nastavlja plakati i baca zvečku iz krevetića.  
**Majka** je pljesne po ruci.  
**Jana** sada zbilja jako plače.

**Petar** (plačući): "Kamion, kamion – nema kamiona."  
**Roditelj**: "Hoćeš tvoj kamion, ali ga ne možeš naći." (aktivno slušanje)  
**Petar** (zagleda pod kauč, ali kamiona nema)  
**Roditelj**: "Kamiončić nije tu." (reagira na neverbalnu poruku djeteta)  
**Petar** (otrči u svoju sobu, traži, ne može ga naći)  
**Roditelj**: "Kamiončić nije ni tu." (reagira na neverbalnu poruku djeteta)  
**Petar** (razmišlja, odlazi prema vratima dvorišta)  
**Roditelj**: "Možda je kamion otraga u dvorištu." (reagira na neverbalnu poruku djeteta)  
**Petar**: (istrčava, pronalazi kamiončić u pješčaniku, izgleda ponosno): "Kamion!"  
**Roditelj**: "Našao si svoj kamion." (aktivno slušanje)

(Gordon, T. [1996]. Škola roditeljske djelotvornosti)

## Kako slušati i čuti

(priredila Branka Starc)

Ako želite potaknuti ljude da razgovaraju s vama i da taj razgovor ima smisla, morate biti spremni slušati i to nedvosmisleno pokazati.

Poznati psiholog Carl Rogers kaže kako nije dovoljno naučiti vještine slušanja, jer umijeće slušanja prvenstveno ukazuje na vaš temeljni stav prema životu i drugim ljudima.

Slušanjem i razumijevanjem onoga što vam druga osoba kaže, bez kritiziranja i moraliziranja pokazujete prihvatanje te stvarate ozračje sigurnosti.

Aktivno slušati drugoga čovjeka najveći je dar koji mu možete dati. Moć da sluša i čuje druge ljude možda je najveće umijeće ljudske vrste.

Kako slušati? Kako pokazati prihvatanje?

Kako slušati dijete te čuti što hoće i što mu treba?

*Gdje god se ljudi nađu zajedno, nastoje biti slušani; međutim, vrlo su rijetko slušani jer osoba koju nastoje pridobiti da ih sluša, vrlo nestrpljivo čeka priliku da bude slušana.*

*Jackins, 1982.*

## Na koji način slušati da dijete s nama poželi razgovarati

### JEZIK PRIHVAĆANJA

Prihvatanje nije samo osjećaj i stanje uma. Prihvatanje treba znati iskazati.

Kada dijete nema problema, kad je zaokupljeno nekom svojom aktivnošću, pokazat ćemo prihvatanje tako da se **ne uplićemo**, da ne govorimo i ne činimo ništa, da pustimo dijete neka bude samostalno, neka istražuje, neka se "zdravo" od nas separira. Time mu pokazujemo kako mu vjerujemo da je sposobno te da zna i može samo primjerice složiti puzzle, obući lutku, gledati slikovnicu, graditi kuću, crtati automobil i sl.. Dok nas ne pozove, pustimo ga neka uživa bez naših intervencija. Ako nas pogleda, dovoljno je da mu klimnemo glavom i osmjehnemo se, što znači "vidim te". Ako nas treba, dijete će to reći.

Kada dijete verbalno ili neverbalno iskazuje da ima neki problem, da ga nešto muči, čudi, ljuti, žalosti, prihvatanje pokazujemo **slušanjem**.

### Pasivno slušanje

- ✕ **Šutnja** je snažna neizrečena poruka, pomaže izražavanju osjećaja. Osoba koju se pasivno sluša sama kreće u rješavanje svojih problema jer je nitko ne prekida, osjeća se uvaženom jer je se ne kritizira niti savjetuje.
- ✕ Naše **neverbalno ponašanje**, kretnje, izraz lica, stav tijela pojačavaju poruku slušanja. Stoga se prestanite baviti drugim stvarima, okrenite se djetetu, nagnite se prema njemu, čučnite, "otvorite" tijelo, pokažite izrazom lica kako dijelite njegovu brigu, čuđenje.
- ✕ **Početak slušanja** potkrijepite jednostavnim riječima kojima ćete pokazati interes za ono što vam dijete želi reći;

- Najjednostavnije jesu:    - a-ha        - mm, hm        - ma nemoj!  
                                      - o!!        - stvarno?        - razumijem  
                                      - da?        - a tako!        - i?  
 ili poziv da se kaže više: - Pričaj mi o tome.        - Zanima me što ti misliš o tome.  
                                      - Reci, slušam.        - Vidim da ti je to važno.

### Aktivno slušanje

Aktivnim slušanjem potičemo i održavamo razgovor, pomažemo svojem sugovorniku da s povjerenjem govori o onome što je muči.

- × Provjerite jeste li pravilno **razumjeli što dijete želi reći**.
  - Ako dobro razumijem ti kažeš da...
  - Ispravi me ako griješim...
  - Ti misliš da...
- × Recite mu da **prepoznajete njegove osjećaje**.  
 Budite ogledalo u kojem se odražavanju njegovi osjećaji.
  - Vidim da plačeš. Žalostan si što mame još nema?
  - Čujem podižeš glas, ljuti li te to?
- × Budite suosjećajni, **uživite se u djetetov položaj**, "hodajte u njegovim cipelama".
  - Vjerujem da ti je neugodno...
  - To te stvarno naljutilo...
- × Potičite dijete da **samo dođe do rješenja**.
  - Što ćeš učiniti?
  - Tko ti za to treba?
  - Vidiš li negdje mene u tome?

**Aktivnim slušanjem provjeravamo jesmo li razumjeli značenje izrečenog i prepoznali osjećaje onog kojega slušamo. Time poručujemo:**

- × Čujem i razumijem tvoj problem.
- × Vidim i razumijem kako se osjećaš.
- × Pomoći ću ti da o tome razmisliš.
- × Vjerujem u tebe i u to da možeš sâm naći dobro rješenje.

#### Dodatna literatura o komunikaciji:

1. Thomas Gordon: Škola roditeljske djelotvornosti, Poduzetništvo Jakić, Zagreb, 1996.
2. Grupa autora: Lijepo je biti roditelj, priručnik za roditelje i djecu, Creativa d.o.o., Zagreb, 2000.

*Slušati je napor. Samo čuti nema vrijednost.  
 I kokoš čuje.*

*I. Stravinski*

Kada smo otvorili "vrata za komunikaciju", treba ih držati otvorenima.

Pazite da treskom ne zatvorite vrata, jer dijete će zašutjeti ako umjesto razgovora i slušanja njegova problema:

- × Zapovijedate – Prestani se derati!
- × Prijetite – Ako ne pospremiš igračke, bit ću jako tužna.
- × Propovijedate – Dobra djeca to ne rade.
- × Savjetujete – Okreni kocku na drugu stranu.
- × Kritizirate i okrivljujete – Opet si pogriješila!
- × Razuvjeravate – Ma nije to ništa.
- × Analizirate – To radiš samo zato da bi te svi gledali.
- × Ispitujete – Zašto plačeš?
- × Odbijate – Nećemo sada o tome.
- × Ismijavate – Pametnjaković. Cvilidreta.

**Umjesto toga, pokušajte upotrebljavati sve oblike dobrog slušanja – tako pokazujete djetetu da ga prihvaćate i uvažavate kao osobu.**



## Aktivno slušanje

- ✗ namjerno, svjesno slušanje
- ✗ nastojimo što bolje razumjeti **osobu** koja govori i **što govori** te joj dajemo povratnu informaciju
- ✗ zahtijeva jednako ili više energije od govorenja.

| AKTIVNO SLUŠANJE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| PARAFRAZIRANJE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | REFLEKTIRANJE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <p>Ponavljanje svojim riječima onoga što smo čuli od govornika, kako nam je to zvučalo. Na taj način provjeravamo jesmo li dobro <b>razumjeli što je govornik rekao</b>.</p> <p>Govorniku dajemo mogućnost da potvrdi ili ispravi ono što smo čuli i razumjeli.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ako sam dobro razumjela...</li> <li>• Drugim riječima...</li> <li>• Dakle, ti kažeš...</li> <li>• Pitam se je li to...</li> <li>• Možda misliš...</li> <li>• Znači li to...</li> <li>• Želiš reći...</li> <li>• Ispravi me ako griješim...</li> </ul> | <p>Kažemo govorniku da ga vidimo i čujemo, tj. da prepoznamo njegove osjećaje, osvještujemo mu koje <b>osjećaje i ponašanje</b> pokazuje.</p> <p>Pokušamo biti ogledalo u kojem se odražavaju njegovi osjećaji (reflektiramo).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Plačeš, žalostan si...</li> <li>• Smiješ se, radostan si...</li> <li>• Šutiš, teško ti je...</li> <li>• Vičeš, ljut si...</li> <li>• Vidim da si...</li> <li>• Čujem...</li> <li>• Osjećaš se...</li> <li>• Misliš da te ne voli jer...</li> <li>• Šutiš, što se događa?</li> <li>• Djeluješ mi uzrujano...</li> <li>• To je zasigurno bilo stvarno strašno...</li> </ul> |
| POTPITANJA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | SAŽIMANJE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>Postavljanje potpitanja, <b>pojašnjavanje</b> nejasnih i nepotpunih tvrdnji, traženje dodatnih informacija.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kako to misliš...?</li> <li>• Možeš li mi više reći...?</li> <li>• Objasni mi...</li> <li>• Što je onda bilo...?</li> <li>• Što je ona rekla tebi...?</li> <li>• Kako si se osjećao kad...?</li> <li>• Što se dogodilo?</li> </ul>                                                                                                                                                                     | <p>Kratko prepričavanje onoga što je govornik rekao, što smo razumjeli i <b>kako percipiramo njegov problem</b> – kako bi ga i on sâm bolje vidio, razumio.</p> <p>Rabimo ga obično pri kraju razgovora.</p> <p>Obično obuhvaća parafraziranje i reflektiranje:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Razumjela sam da... i da te to žalosti...</li> <li>• Dosad sam razumjela ovo...</li> <li>• Znači ovako: raduje te kad... i onda ti... i zato bi volio...</li> </ul>                                                                                                                                                                      |

## Jezik prihvatanja - čista komunikacija

Komunikacija = odnos

Odnos kreiraju i za njega su odgovorni **odrasli**.

Prihvatanje se mora pokazati na djetetu prepoznatljiv način.

| ŠTO RADIMO KAD ŽELIMO POKAZATI PRIHVAĆANJE? |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                             | KADA DJETETOVO PONAŠANJE NIKOME NIJE PROBLEM:                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | KAD SVOJIM PONAŠANJEM DIJETE POKAZUJE DA ONO IMA PROBLEM:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| SLUŠAMO NEVERBALNO                          | <p><b>Kad nas dijete ne treba</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• suzdržavamo se od reagiranja – puštamo dijete na miru, npr. kad se udubilo u neku svoju aktivnost, <b>ne uplićemo se!</b></li> <li>• na neverbalni upit (pogledom) reagiramo neverbalno (kimanjem, smiješkom)</li> </ul>                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>"slušamo" tijelom:</b> okrenuti smo prema djetetu, blizu smo djetetu, spuštamo se na njegovu razinu (čučnemo); geste (nježan dodir, klimanje glavom); kontakt očima, mimika (suosjećajan, zainteresiran izraz lica)</li> <li>• <b>paraverbalni znakovi:</b> umirujuća boja i visina glasa, intonacija rečenice (zainteresiranost)</li> <li>• <b>pasivno slušanje:</b> prihvaćajuća šutnja</li> </ul>                                                                                                                                                      |
| SLUŠAMO VERBALNO                            | <p><b>Kad nas dijete treba:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• odgovaramo na djetetova pitanja, pružamo mu zatraženu pomoć</li> <li>• objašnjavamo, dajemo upute, poučavamo</li> <li>• ohrabrujemo samostalno traženje rješenja</li> <li>• pohvaljujemo, dajemo povratnu informaciju</li> <li>• razgovaramo, šalimo se</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>jednostavni "otvarači vrata"</b> – poziv da se kaže više: mm, hm, a-ha, i?, i onda?, da?...</li> <li>• <b>Aktivno slušanje:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>parafraziranje</b> – razumijevanje rečenog (ako sam dobro razumjela...),</li> <li>- <b>reflektiranje</b> – prepoznavanje osjećaja (plačeš, žalostan si...),</li> <li>- <b>postavljanje pitanja</b> – dodatno pojašnjavanje (i što si onda napravio?)</li> <li>- <b>sažimanje</b> – uvid u djetetov problem (razumjela sam da... i da te to žalosti...)</li> </ul> </li> </ul> |



## Zna li dijete što ja hoću?

(Istak iz UNICEF-ova projekta *Pomozimo im rasti*, 1996.; priredila Ana Pleša)

Zamislite neku situaciju u kojoj ste vi i vaše dijete  
(posjet rodbini, šetnja, gosti u kući, zajednički posao, igra i sl.)

**Razmislite i odgovorite kakvi su vaši postupci prema djetetu u toj situaciji.**

| Zabranjujem | Dopuštam | Očekujem |
|-------------|----------|----------|
|             |          |          |
|             |          |          |
|             |          |          |
|             |          |          |
|             |          |          |
|             |          |          |
|             |          |          |
|             |          |          |
|             |          |          |

Ima li više zabrana ili dopuštenja?

Izričete li očekivanja češće nego zabranu ili dopuštenje?

Kada želite da se vaše dijete drukčije ponaša i pritom se koristite zabranom, kao:

- ne lupaj tako
- ne budi zločest
- ne cendraj i sl.,

zna li dijete tada što točno od njega očekujete?

Možda ćete reći: Naravno da zna!, no je li baš tako?

**Zabranom djetetu govorimo što ne treba raditi, što nam se ne sviđa  
i pritom dijete ne zna jasno što treba raditi.**

**Zato umjesto nejasnoga:** Ne lupaj tako, treba djetetu reći kako valja lupati da biste i vi i ono bili zadovoljni (Igraj se tiše ili Lupaj u svojoj sobi, ili Lupaj ovako i sl.).

**Umjesto:** Ne budi zločest, recite djetetu konkretno kako se treba ponašati, što treba raditi da bi bilo bolje.

**Na primjer:** Budi strpljiva, Pričekaj dok završim, Podijeli slatkiše, Slušaj kad ti govorim, Sjedni mirno i slično.

**Na taj način zabranu pretvaramo u dopuštenje.**

**Umjesto:** Prestani cendراتи pa ćeš dobiti..., recite djetetu kako se treba ponašati da bi od vas dobilo ono što želi.

**Na primjer:** Od mene nećeš to dobiti ako:

(ili) ne razumijem što hoćeš kad:

- cendraš
- prepireš se
- baciš se na pod
- lupaš žlicom po tanjuru
- vičeš
- prigovaraš mi...

Od mene ćeš dobiti što želiš ako:

- pitaš jasno
- zamoliš
- kažeš što hoćeš...

Tako učimo dijete da i ono jasno kaže što hoće u sklopu nekih dogovorenih granica ponašanja. Ako dijete radi nešto što je opasno za njegov život (igra se oštrim predmetima, pretrčava prometnu ulicu i sl.), uz pravilo što treba raditi da bi bilo sigurno, važno je dodati: To što si napravio je opasno ili za posve malu djecu: Ne, to je opasno.

Kada dijete od vas traži dopuštenje za neko svoje ponašanje, a vi biste najradije rekli: Ne, ne dolazi u obzir i nabrojili neke posljedice za dijete – stanite, razmislite! Možda postoji neki uvjet uz koji bi se to ipak moglo napraviti, možda postoji neki "ako". Primjerice, vani pada kiša, a vaše dijete pita smije li u dvorište. Umjesto: Ne, vani pada kiša, smočit ćeš se, dobro je reći: Da, ako obuješ čizme ili: Da, ako prestane padati kiša.

Trogodišnjak želi s vama kuhati i rezati nožem. Umjesto: Ne, porezat ćeš se, dobro je reći: Da, ako nož držiš ovako, a rajčicu ovako (pokazati kako). Ako ipak morate reći: Ne, objasnite djetetu razlog i nemojte se predomisлити.

Pri izricanju očekivanja također vrijedi pravilo da dijete zna što od njega očekujemo, ako mu kažemo što konkretno treba raditi u nekoj situaciji.

Ako kažemo: Budi pristojan kada dođe Marko, dijete ne zna što konkretno od njega očekujemo. Isprobavat će razna ponašanja i po vašim reakcijama (zabranama, dopuštenjima) zaključivati je li to pristojno ili nije.

Budite odmah jasni i kažite djetetu prije negoli Marko dođe:

Očekujem od tebe:

- da ponudiš Marka bombonima
- da mu dopustiš neka se igra tvojim igračkama
- da se igrate u tvojoj sobi i sl..

**Budite konkretni!**



## Pravila

**Pravila podrazumijevaju ponašanja za koja članovi neke grupe vjeruju da su potrebna kako bi pojedini članovi grupe, a i grupa u cijelosti, mogli uspješno funkcionirati.**

Velik broj jasnih pravila važan je u velikim organizacijama (vojska, bolnica, brod), gdje je nužno da se točno zna tko što radi i za što je odgovoran. S druge pak strane, velik broj pravila guši odnos i mogao bi obitelj pretvoriti u "vojni odred". No to nitko ne želi i zato, kada govorimo o obiteljskim ili kućnim pravilima, riječ je o nepisanim pravilima, dogovorima, rutinama, navikama i ritualima. Primjerice, neke obiteljske rutine postaju nepisano pravilo pa tako čitanje priče za laku noć postaje pravilo. Ili, na ulasku u kuću brišemo cipele, jedemo u kuhinji... Ipak, ponekad će trebati jasno i glasno izreći pravilo jer ga se svi ne pridržavaju. Primjerice, "jedemo u kuhinji" osvještava se kao pravilo ako se počne hrana raznositi po kući, prljati, mrviti itd.; "nogomet igramo u parku" bit će često izrečeno ako se djeca uporno pokušavaju igrati loptom po stanu.

Dnevne rutine, navike, pravila, ponavljanja, pomažu da se dan strukturira, čine svijet predvidivim i daju osjećaj sigurnosti.

### PRAVILA PRI DOGOVARANJU PRAVILA:

1. Usmjerena pozitivno – ne kao zabrane (nogomet igramo u parku).
2. Donesena dogovorom – svih kojih se tiču!! To je najbolje jamstvo da će ih se pridržavati ako su sudjelovali u dogovaranju pravila (malom djetetu koje ne sudjeluje u dogovaranju pravila treba na primjeren način objasniti zašto je važno pridržavati ga se).
3. Pravila je moguće mijenjati – opet dogovorom!
4. Jednostavna i razumljiva – provjeriti je li dijete razumjelo pravilo.
5. Ne gomilati pravila – da se ne pretvorimo u vojsku.
6. Pravilo podrazumijeva i "sankciju" – prirodnu ili logičnu posljedicu ako ga se netko ne pridržava – i to se mora znati jer je dio pravila.

### DESET ZLATNIH PRAVILA KUĆE

1. Ako otvoriš, zatvori!
2. Ako upališ, ugasi!
3. Ako otključaš, zaključaj!
4. Ako pokvariš, popravi!
5. Ako ne možeš popraviti, zovi onoga tko može!
6. Ako posudiš, vrati!
7. Ako uzmeš, pazi na to!
8. Ako zaprljaš, počisti!
9. Ako pomakneš, vrati na mjesto!
10. Ako ti ne treba, ostavi glupu stvar gdje jest!



## Povratna informacija

(engl. feedback)

**Verbalan ili neverbalan odgovor na nečije ponašanje neposredno nakon tog ponašanja, i to u takvom obliku da ga osoba kojoj je namijenjen može razumjeti i upotrijebiti.**

Svrha povratne informacije > pridonijeti promjenama u ponašanju, a ne mijenjati osobu!

**Povratna informacija je regulirajuća jer roditelj njome potvrđuje ponašanje djeteta ili usmjerava promjenu njegova ponašanja.**

Davanje povratne informacije jest **dijalog** prijeko potreban kao pomoć djetetu da uči iz vlastitog iskustva, kako bi poboljšalo svoju "izvedbu" i uvidjelo što njegova okolina smatra dobrim i prihvatljivim.

**POVRATNA INFORMACJA treba biti:**

- × utemeljena na onome što se opaža, a ne na onome što se pretpostavlja
- × usmjerena na ponašanje, a ne na ličnost
- × specifična, a ne opći komentar ponašanja
- × jasna, konkretna, dana odmah nakon ponašanja
- × korektna, razumljiva i provjerljiva
- × osobna i podržavajuća.

**Primjeri:**

Vidim da si stavio sve autiće u kutiju, pa ćeš ih sutra odmah pronaći.

Sve si pojela, sad si sita i vesela.

Koliko si prozora nacrtala! Baš si bila strpljiva.

Složio si cijeli puzzle, bio si jako uporan.

Sad kad si obrisala to što si prolila, neće se nitko poskliznuti.

Strpljivo i pažljivo nižeš kuglice, posebno mi se sviđa kako si složila boje...

Volim kad mi tiho govoriš što želiš...

Prejako si otvorila slavinu pa je voda sve pošpricala. Tu je krpa pa obriši. Pogledaj, slavinu otvori ovako.

Išarao si zid! Sad je prljav i neuredan. Pomoći ćeš mi da ga prebojimo. Evo, ovdje ćemo zalijepiti veliki papir po kojem možeš šarati do mile volje.



## JA-poruke

- ✗ spadaju u osobni govor
- ✗ govoriti o sebi znači preuzeti odgovornost za sebe
- ✗ rabeći ja-poruke, mi smo model i učimo dijete da govori o sebi.

### Što je TI-poruka?

Ti poruku upućujemo kada nam djetetovo ponašanje smeta, kada smo nestrpljivi i ne čekamo da dijete samo mijenja ponašanje, već reagiramo **ti-porukom** kojom negativno procjenjujemo dijete.

Ti-poruka uperena je na ličnost i kaže: Ti si loš (Gordon, 1996.).

Pogledajte, svi primjeri počinju s **ti** ili ga sadrže:

| Nudimo rješenja                         |                                                                                                                                                                | Ponižavamo (ubitačne poruke)            |                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| naređujemo, zapovijedamo                | <ul style="list-style-type: none"> <li>✗ Nađi si nešto za igru!</li> <li>✗ Prestani gužvati taj papir!</li> <li>✗ Ostavi na miru te lonce i zdjele!</li> </ul> | osuđujemo, kritiziramo, grdimo          | <ul style="list-style-type: none"> <li>✗ Ti si nepristojan.</li> <li>✗ Ti si glup, nemaš pojma.</li> </ul>                                    |
| upozoravamo, opominjemo, prijetimo      | <ul style="list-style-type: none"> <li>✗ Vrisnut ću ako ne prestaneš!</li> <li>✗ Ako odmah ne izideš, bit će ti žao!</li> </ul>                                | dajemo imena, posramljujemo, rugamo se  | <ul style="list-style-type: none"> <li>✗ Ti si beba, gospodica "neću"</li> <li>✗ Sram te bilo!</li> </ul>                                     |
| nagovaramo, propovijedamo, moraliziramo | <ul style="list-style-type: none"> <li>✗ Igraj se negdje drugdje.</li> <li>✗ Nikad ne prekidaj kada netko govori.</li> </ul>                                   | tumačimo, dijagnosticiramo, analiziramo | <ul style="list-style-type: none"> <li>✗ Samo tražiš moju pažnju.</li> <li>✗ Želiš me naljutiti.</li> <li>✗ Testiraš moje granice.</li> </ul> |
| savjetujemo, predlažemo rješenja        | <ul style="list-style-type: none"> <li>✗ Zašto se ne bi igrao vani?</li> <li>✗ Ne bi li pospremio svaku stvar kad budeš gotov?</li> </ul>                      | poučavamo, upućujemo                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>✗ Dobra djeca to ne rade.</li> <li>✗ Za promjenu budi dobar.</li> </ul>                                |

### Poslije TI-poruke:

- ✗ dijete se osjeća krivo, odbačeno, nevoljeno, osjeća nepravdu
- ✗ dijete se pravda, "uzvraća" ili se povlači.
- ✗ TI-poruke smanjuju samopoštovanje!

### Što je JA-poruka?

Kada djetetu kažem kako se **ja** osjećam kad ono radi nešto što je za mene neprihvatljivo, šaljem mu **ja-poruku**. Ja-poruka ne izaziva na otpor i pobunu, već pošteno priopćava kako djetetovo ponašanje djeluje na mene: informativna je i sugerira smjer promjene ponašanja.

#### Struktura JA poruke:

- ✕ kad ti radiš to (konkretno djetetovo ponašanje koje mi je neprihvatljivo)
- ✕ loše se osjećam (smeta mi, ljuti me, brine me, bojim se, žalosti me...)
- ✕ i želim, očekujem, predlažem... (da razmisliš, učiniš nešto drugačije...)

| TI-PORUKA                                  | JA-PORUKA                                                                                                                          |
|--------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Izvoli se obući!                           | Kada hodaš bos, brinem se za tvoje zdravlje i želim da obuješ papuče ili se igraj na tepihu.                                       |
| Sram vas bilo, opet ste sve ostavili meni! | Ljuti me kad ostavite kaos u kuhinji pa sve moram sama pospremiti! Pomoglo bi mi da svatko iza sebe stavi svoje tanjure u sudoper. |

**Dijete se ponaša onako kako zna i nastaviti će sve dok mu ne pokažemo na koji način može drugačije zadovoljiti svoju potrebu, a da ne ugrožava tuđe potrebe.**



## Principi prirodnih i logičnih posljedica

- ✗ Nagrada i kazna ne dopuštaju djeci da donose vlastite odluke.
- ✗ Nagrada i kazna ne dopuštaju djeci da budu odgovorna za svoje ponašanje.
- ✗ Prirodne i logične posljedice omogućuju djeci da uče iz prirodnog reda u svijetu. (npr. ako neće jesti, bit će gladna)
- ✗ Logične posljedice omogućuju djeci da uče iz socijalne realnosti. (npr. ako ne ustanu navrijeme, zakasnit će u školu)
- ✗ Da bi posljedice bile efikasne moraju DJECI biti logične.
- ✗ Doživljavanje logičnih posljedica potiče djecu na odgovorne odluke i smanjuje njihovu ovisnost. Efikasne su samo ako nisu paravan za skrivene motive odraslih. (npr. pobjeđivanje i kontroliranje)
- ✗ Kada umjesto djece radite ono što mogu sâma, lišavate ih samopoštovanja i osjećaja odgovornosti.



### RAZLIKE IZMEĐU KAŽNJAVANJA I LOGIČNIH POSLEDICA

- ✗ Kažnjavanje pokazuje snagu autoritarnosti. Logične posljedice nisu osobne i pokazuju realnost socijalnog reda.
- ✗ Kažnjavanje se rijetko odnosi na neprihvatljivo ponašanje. Logične posljedice su u logičnom odnosu s neprihvatljivim ponašanjem.
- ✗ Kažnjavanje kaže djetetu da je ono loše. Logične posljedice ne uključuju moralno prosuđivanje.
- ✗ Kažnjavanje je usmjereno na prošlost. Logične posljedice odnose se na sadašnje i buduće ponašanje.
- ✗ Kažnjavanje je otvoreno ili prikriveno, povezano s prijetnjom. Logične posljedice temelje se na dobroj volji, a ne osveti.
- ✗ Kažnjavanje traži poslušnost. Logične posljedice dopuštaju izbor.

### STUPNJEVI U PRIMJENJIVANJU LOGIČNIH POSLJEDICA

- ✗ Omogućite djetetu izbor i prihvatite njegovu odluku. (npr. ili će s mamom u dućanu gurati kolica [to je pravilo] ili će juriti po dućanu, a tada odmah napuštamo dućan [to je posljedica])
- ✗ Govorite prijateljskim tonom.
- ✗ Manje govorite, više djelujte.
- ✗ Kada primjenjujete logične posljedice neprihvatljivog ponašanja, uvjerite dijete da može ponovno pokušati drugom prilikom (Danas u dućan idem sama jer si prošli put ponovno jurio, a sutra možeš sa mnom.).
- ✗ Ako se neprimjereno ponašanje ponavlja, produžite vrijeme koje mora proći do ponovnog pokušaja.
- ✗ Budite strpljivi, trebat će duže vrijeme da se pokaže efikasnost uporabe prirodnih i logičnih posljedica.

## Kako čitati djetetu, nalazeći u tome zajedničko veselje i korist?

(Pripremila Sonja Pribela-Hodap)

Čitanje djeci jedna je od onih aktivnosti koje se prenose iz naraštaja u naraštaj i svako dijete u njoj uživa.

Želite li da vaše dijete zavoli čitanje, neke korake morate poduzeti već u doba kada ono čini svoje prve korake.

- ✕ Knjigu najprije pročitajte sami. Kada znate što slijedi, čitat ćete s više živosti te ćete u čitanje lakše uključiti i dijete.
- ✕ Dopustite djetetu da sâm odabere što ćete mu čitati. Nemojte se iznenaditi kada poželi da mu istu priču čitate više puta; to znači da je želi zapamtiti.
- ✕ Dok čitate, dijete vam treba sjediti u krilu ili vrlo blizu vas kako bi osjetilo bliskost.
- ✕ Pri čitanju se valja udobno smjestiti i isključiti izvore ometanja (radio, TV).
- ✕ Mala djeca posebno uživaju u čitanju ako mogu pratiti slike. Držite knjigu na prikladnoj udaljenosti kako bi dijete moglo razgledati slike.
- ✕ Čitajte polagano, sporije nego što inače govorite, kako bi dijete moglo pratiti misao i zapamtiti pročitano.
- ✕ Kada dijete poželi, dopustite mu da sâm "čita" knjigu, izmišljajući priču, a vi slušajte.
- ✕ Što je dijete mlađe, priča treba biti kraća jer će djetetova pažnja brže odlutati. Poštujte djetetove želje i prekinite priču u trenutku kada dijete više nije zainteresirano za slušanje.
- ✕ Čitanje ne smije trajati predugo, kako se dijete ne bi zamorilo i kako bi uskoro ponovno poželjelo da mu čitate.

Zajedničko čitanje slikovnica, kratkih priča i sl. izvrstan je početak za razvoj predčitateljskih vještina. Često se roditeljima čini da je čitanje rezervirano samo za razdoblje polaska u školu, ali pritom zaboravljaju da je to prirodan proces koji počinje s prvim izlaganjem pisanom tekstu.

- ✕ Roditelj koji čita svom djetetu, potiče osjećaje uzajamnosti i bliskosti.
- ✕ Čitajući djetetu, potičemo spoznaju i razumijevanje tuđih i vlastitih osjećaja.
- ✕ Čitajući, potičemo prihvaćanje i uvažavanje socijalnih načela i odnosa.
- ✕ Čitanjem potičemo razvoj djetetova govora.
- ✕ Čitajući, potičemo razvoj djetetova zapažanja i pamćenja.
- ✕ Čitajući djetetu, potičemo zaključivanje i usvajanje pojmova.
- ✕ Čitanjem potičemo djetetovu kreativnost i kritičko razmišljanje.
- ✕ Čitajući djetetu, pripremamo ga za samostalno čitanje.



## Deset je načina na koji “rituali” čitanja mogu poticati dijete na kasnije uspješnije učenje.

### 1. STVARANJE POSEBNOG MJESTA ZA ČITANJE

Osigurajte stalno mjesto za čitanje, mjesto na kojemu će se vaše dijete osjećati sigurno i ugodno. Smjestite se na omiljenom kauču, okruženi omiljenim igračkama i pokriveni omiljenom dekom. Ovime **potičete višesenzorni razvoj mozga**. Kada se vaše dijete osjeća sigurno i ugodno, svi osjeti (njuh, okus, sluh, vid i dodir) su stimulirani. Vaše dijete će povezivati čitanje s ugodom, čitanje će postati nešto čega će se rado sjećati i rado mu se vraćati.

### 2. PRIBLIŽITE SE

Osigurajte djetetu osjećaj sigurnosti tako što ćete ga posjesti u krilo ili ga smjestiti što bliže sebi. Ovime  **smanjujete izlučivanje kortizola u mozak**. Kortizol je hormon koji djeluje poput obrambenog mehanizma kada su ljudi prestrašeni ili se osjećaju nesigurno. Ovaj hormon može ometati učenje. Kada dijete sjedi što bliže vama (tijela vam se dodiruju), kortizol se luči znatno manje.

### 3. JAČAJTE DJETETOVE POTENCIJALE ZA UČENJE

Započnite s kraćim pričama. Ubrzo ćete primijetiti da se djetetova pažnja povećala pa nedugo zatim kako se opet povećala i tako stalno. Ovime **povećavate zonu proksimalnog razvoja**. Ova “zona” je razlika između onoga što dijete može naučiti samo i onoga što može naučiti uz pomoć odrasle osobe. Kako postupno povećavate vrijeme čitanja, dijete postaje sve pripremljenije za samostalno učenje.

### 4. DRAMATIZIRAJTE

Upotrebljavajte različite glasove, različite zvukove i sl.. Kada čitate naglas, dramatizirajte različite likove. Ovime **potičete slušnu percepciju djeteta**. Kad je dijete u prilici slušati različite zvukove, ne samo što priča postaje zabavnija, već u djeteta potiče razvoj vještina kritičkog slušanja.

### 5. ČITAJTE I PRATITE TEKST PRSTOM

Dok čitate naglas, prelazite prstom ispod riječi, “podcrtajte” prstom naslov, autora i glavne riječi u priči. Ovime pomažete djetetu **usvajati smjer čitanja slijeva nadesno**. Osim toga, **potičete i fonemsku svjesnost**. Fonemska svjesnost jest mogućnost da čujemo, identificiramo i rabimo glasove u govornom jeziku. Čuti glas u riječi prvi je korak učenja čitanja.

### 6. ČITAJTE PONOVNO I PONOVNO

Možda ste se vi i zasitili jedne te iste priče koju vaše dijete voli stalno slušati, ali postoje razlozi zašto djeca žele čuti neku priču više puta – ponovno i ponovno. Time djeca **organiziraju mišljenje višeg reda**. Kada dijete čuje ili čita priču ponovno i ponovno, ono se uči predvidjeti ishode na osnovi prethodnog iskustva i prepoznavanja poznatih rečenica. **Razvijaju pamćenje** – čitanje iste priče ponovno i ponovno pomaže djeci razviti vještine pamćenja.

### 7. OSVIJESTITE

Istaknite slike, oblike, boje i brojeve stranica naglašavajući ih dok čitate. Ovime potičete **razvoj vizualne percepcije**. Isticanjem različitih elemenata tiskanog teksta ili slike pomažete djetetu uočavati detalje na tiskanome materijalu.

### 8. SNAGA RIJEČI

Govorite što je moguće “normalnije”, no naglašavajte riječi što točnije i jasnije. Vaše vas dijete vrlo pažljivo sluša! Ovime potičete **razvoj govora**. Kada vas vaše dijete sluša, ono sluša jezik koji se govori. To je proces u kojem pomažete djetetu da svoje misli pretoči u riječi i da istovremeno nauči osnovna pravila uporabe jezika.

### 9. USPOREĐUJTE I UOČAVAJTE RAZLIČITOSTI

Uspoređujte dok čitate, primjerice možete djetetu postaviti pitanje: “Koje je drvo više?” ili pak možete unositi elemente stvarnog života: “Ti imaš smeđu kosu, koje je boje kosa Snjeguljice?” Ovime potičete **analitičko mišljenje**. Uspoređivanjem i uočavanjem različitosti pomažete djetetu prepoznati odnose među stvarima te uočavati različitosti i sličnosti.

### 10. PRIČANJE PRIČE PO SJECANJU

Nakon što ste zajedno pročitali priču, propitajte dijete što se dogodilo na početku i na kraju priče, koji su glavni likovi i što im se dogodilo i slično. Ovime potičete **mišljenje višeg reda**. Dok dijete pokušava objasniti događaje svojim riječima, stimulira mišljenje višeg reda. Ovo može biti težak zadatak u početku, ali ubrzo ćete primijetiti kako je dijete naučilo procesirati informacije u višim kategorijama. Ova aktivnost istovremeno potiče aktivnosti slušanja i razumijevanja.



# Čitajmo im od najranije dobi



## Podijelite užitek čitanja sa svojim djetetom, i onim tek rođenim!

Brojna su istraživanja pokazala kako se djeca kojoj se čita i priča od najranije dobi brže razvijaju, zainteresiranija su za okolinu, brže uče, bolje se snalaze u komunikaciji s drugima, razvijaju predčitačke vještine....

Stoga čitanje djetetu treba postati dio svakodnevnog ugodnoga druženja roditelja i djece.

### ČITANJE DJETETU OD NAJRANIJE DOBI:

- ✗ pomaže u stvaranju posebne emocionalne veze između djeteta i odraslog;
- ✗ potiče zadovoljstvo i ugodu djeteta;
- ✗ uvodi dijete u svijet umjetnosti i književnosti;
- ✗ unapređuje djetetove sposobnosti slušanja;
- ✗ pomaže u razvoju opažanja, promatranja, pozornosti, pamćenja, mišljenja i logičkog zaključivanja;
- ✗ uvodi dijete u raznolik svijet zbivanja i iskustava, razvija različite djetetove interese, omogućuje stjecanje znanja;
- ✗ bogati njegov rječnik i govorne sposobnosti, pomaže mu razviti predčitačke vještine prijeko potrebne za samostalno čitanje;
- ✗ bogati maštu i kreativno mišljenje djeteta;
- ✗ razvija djetetove osjećaje i sposobnost uživljavanja u osjećaje drugoga;
- ✗ pomaže usvajanju moralnih vrijednosti i humanih poruka;
- ✗ pridonosi motivaciji za samostalno čitanje, pridonosi uživanju u čitanju i knjizi;
- ✗ pomaže djetetu da zavoli knjigu.

### KADA ČITATI:

- ✗ s čitanjem valja započeti od rođenja djeteta (slušanje glasa odrasloga razvija slušnu osjetljivost za glasove i govor, iznimno važnu predčitačku vještinu);
- ✗ čitajte djetetu kad god imate priliku, no stvarajte i posebne rituale čitanja (prije spavanja, uz popodnevni odmor...);

- ✗ ponesite djetetovu slikovnicu i čitajte u situacijama kada se negdje čeka (u liječnika, u uredima i sl.);
- ✗ čitajte kada ste i vi i dijete opušteni, da biste mogli uživati;
- ✗ procijenite kada valja prestati (jer je dijete umorno i gubi koncentraciju).

### KAKO ČITATI:

- ✗ pronađite udobno i mirno mjesto za čitanje;
- ✗ isključite sve što bi vas moglo ometati;
- ✗ držite knjigu ispred djeteta, tako da je ono može dobro vidjeti i dodirivati;
- ✗ uključite dijete u čitanje razgovarajući o slikama, ponavljajući riječi koje mu se sviđaju, postavljajući pitanja, dopustivši mu da lista stranice...
- ✗ pokazujte rukom riječi koje čitate; dijete tako uči vezu pisanoga i govornog jezika te pravila hrvatskoga jezika;
- ✗ preskočite riječi koje dijete ne može razumjeti;
- ✗ čitajte priču u cijelosti radi doživljaja, a zatim razgovarajte o njoj;
- ✗ potaknite dijete da ono priča priču, slušajte ga;
- ✗ čitajte izražajno, ne dopustite da vam glas postane monoton;
- ✗ čitajte s izmjenama ritma i glasnoće, činite stanke i dajte djetetu dovoljno vremena da "proradi" ono što je čulo;
- ✗ birajte knjigu koju ćete čitati zajedno s djetetom; ponovno čitajte istu knjigu ako to dijete traži;
- ✗ čitajte s djetetom razne materijale kojima ste u kući okruženi (recepte, upute, poštu...), kako bi ono vidjelo smisao i primjenu pisanja i čitanja.

### ŠTO JE SLIKOVNICA ?

Slikovnica je prva djetetova knjiga, u kojoj je priča upotpunjena ili proširena i obogaćena ilustracijama. No priča može biti ispričana i bez riječi, samo slikama ili su pak slike nanizane kao pojmovi koje dijete razgledava, prepoznaje, imenuje i priča o njima.

Ako se radi o dobroj i vrijednoj slikovnici, u pravilu su imena autora i ilustratora navedena na naslovnici, dok su anonimne slikovnice često znak da je riječ o manje vrijednome, lošijem djelu.

### DOBRA SLIKOVNICA

Kvaliteta se procjenjuje prema ilustracijama i tekstu ili pak prema njihovoj međusobnoj usklađenosti i opremi.

#### Tekst slikovnice treba biti:

- ✗ prilagođen djetetovoj sposobnosti razumijevanja poruke koju prenosi; zanimljiv, smislen i pisan jasnim i djetetu razumljivim jezikom.

#### Ilustracije u slikovnici trebaju biti:

- ✗ jednostavne i djetetu razumljive;
- ✗ estetski vrijedne, skladnih boja i odgovarajućih poruka koje prenose da bi razvijale djetetov smisao za lijepo;
- ✗ realne kada djetetu pojašnjavaju neke pojmove;
- ✗ maštovite kada prate radnju koja dijete uvodi u svijet stvaralaštva i mašte te obogaćuju doživljaj;
- ✗ s manje detalja za mlađu djecu, bogatije i složenijih kompozicija za stariju djecu.

Slikovnica mora biti tiskana neotrovnim bojama, zaobljena i bez oštih rubova te prikladna za rukovanje.

### NE ZABORAVITE!

- ✗ **budite poticaj svojem djetetu u svim aktivnostima vezanim uz čitanje;**
- ✗ **čitajte i sami jer dijete rane dobi mnogo toga uči po modelu;**
- ✗ **budite** uvijek okruženi knjigama i materijalima za čitanje;
- ✗ **otkrijte** što najviše veseli vaše dijete pri čitanju, upoznajte njegove čitateljske interese;
- ✗ **učlanite** dijete u dječju knjižnicu što ranije, zatražite savjet knjižničara o tome što čitati djetetu određene dobi;
- ✗ **darujte** djetetu slikovnice što češće.

### SLIKOVNICA SE MIJENJA

#### S DJETETOVIM ODRASTANJEM:

- ✗ **slikovnice za najmanju djecu** (u prvoj i drugoj godini života) više sliče igrački nego knjizi – rasklapaju se u lepeze, sastavljaju u maštovite oblike, izrezane su i oblikovane prema nekom liku na slici, debele, izrađene od kartona ili mekane i savitljive, izrađene od tkanine, spužve ili plastike;
- ✗ **u ranoj dobi** djeca vole slikovnice s ritmičkim stihovima, brojalicama i pjesmicama koje uvijek ponovno i sa zadovoljstvom slušaju;
- ✗ **prve djetetove slikovnice** su obično tzv. pojmovne slikovnice (slike predmeta, ljudi, okruženja iz prirode...), koje su za malo dijete ujedno i prvi udžbenici uz koje uči tumačiti sliku, prepoznavati, govoriti, opisivati, uspoređivati...
- ✗ **slike u slikovnicama** za najmlađu djecu ne smiju biti opterećene suvišnim detaljima koji bi mogli odvlačiti djetetovu pažnju (dok su djeci mlađe dobi primjerene slikovnice s više slika, a manje teksta, starijima uz ilustracije treba i složenija radnja);
- ✗ **kako dijete odrasta** i osamostaljuje se u razgledavanju, listanju pa i čitanju slikovnica, ilustracije sve više gube informativnu i u sve većoj mjeri ispunjavaju estetsku funkciju (slika više ne pomaže shvaćanju teksta, već obogaćuje doživljaj);
- ✗ **četverogodišnjacima i petogodišnjacima** zanimljive su radnje s jednostavnim zapletom, priče o ljudima i događajima bliskim njihovom iskustvu, a djecu u šestoj godini života zanimaju složenije priče o ljudima i prirodi bliskih i dalekih krajeva, zatim basne i bajke;
- ✗ **starijoj predškolskoj djeci** primjerene su slikovnice s maštovitim, nedorečenim ilustracijama jer dijete slušajući i čitajući samo stvara predodžbe o likovima i radnji.

Autorica teksta: mr. sc. Ivanka Stričević

Izvor: Projekt Komisije za knjižnične usluge za djecu i mladež Hrvatskoga knjižničarskog društva: "Čitajmo im od najranije dobi", Zagreb 2006.

(Projekt je odobren i financiran od strane Gradskog ureda za obrazovanje, kulturu i šport grada Zagreba)

## Dijete i igra

(Ietak iz UNICEF-ova projekta "Pomozimo im rasti", 1996.; priredila Ljiljana Šarić)

### Što je igra?

- ✗ Igra je slobodna, spontana aktivnost koja proizlazi iz unutrašnje djetetove potrebe.
- ✗ Igra je prerađena stvarnost u skladu s dječjim doživljajem.
- ✗ Igra je stvaralačka aktivnost, svaki put drukčija, neponovljiva, koja najviše odgovara djetetovoj prirodi, zakonitostima njegova razvoja i omogućuje mu skladan tjelesni, intelektualni, socijalni i **emocionalni** razvoj.
- ✗ Igra je aktivnost kojom se dijete izražava i potvrđuje – to je snaga koja ga upućuje na nove aktivnosti, pomoću kojih razvija sve svoje mogućnosti.

### Što igra znači za dijete?

| IGRAJUĆI SE DIJETE...    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ...uči:                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• predmetni svijet, tj. okolinu (upoznaje, istražuje, rukuje stvarima, neposredno provjerava)</li> <li>• svijet ljudi i njihove odnose (misaono ispituje, uživlja se, zamišlja "kao da...", "kad bi...").</li> </ul>                                                     |
| ...rješava:              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• najjednostavnije i najlakše sukobe</li> <li>• svoje strahove i poteškoće (u igri je ono vuk, liječnik, mrak... ono plaši druge oko sebe, tjera vuka, tjera mrak, operira lutku – suočava se, prerađuje te polako nadvladava strah i nelagodu).</li> </ul>              |
| ...iskazuje:             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• sve ono što mu u stvarnom životu nije dopušteno iskazati (ljuti se na drugu djecu, na odrasle, više, iskazuje agresivnost na predmetima...)</li> <li>• u igri se dijete oslobađa napetosti, postaje smireno, opušteno – jer u igri je gotovo sve dopušteno.</li> </ul> |
| ...stječe samopouzdanje: | <ul style="list-style-type: none"> <li>• čini što želi</li> <li>• gospodar je situacije</li> <li>• ima onu ulogu koju odrasli imaju u stvarnom životu (dijete je policajac, vojnik, pjevačica, glumac, pilot, liječnica, otac, majka...).</li> </ul>                                                            |

## Kako roditelj može pomoći djetetu da se igra?

- ✕ OSIGURATI osjećaj prijateljstva, topline, opuštenosti, sigurnosti, iskazivati ljubav (riječima ili pokretom).
- ✕ Gledati na dječju igru kao na najvažniji posao odrasloga.
- ✕ Dati potporu, pohvaliti.
- ✕ OSIGURATI stalan prostor za igru (veličina je nevažna), nesmetano vrijeme u kojem će dijete samo odlučiti kad će početi igru, što će se igrati, kako, koliko dugo. Ostaviti djetetu da uredi igrajući prostor – dopustiti na tom prostoru "neurednost" (prema poimanju odraslih) – za dijete je to red.
- ✕ OMOGUĆITI djetetu da samo istražuje igračku i igra se njome (savjetovanje [upali ovdje, složiti tu...] smeta djetetu i govori mu ti to ne znaš, ja nisam zadovoljan tobom te čini dijete nesretnim).
- ✕ OMOGUĆITI djetetu da nesmetano, samo, igrajući se, svladava probleme, bez uplitanja odrasloga.
- ✕ POMOĆI, ako dijete traži pomoć, ali tako da dijete i dalje ostane "gospodar situacije".
- ✕ ODREDITI, DOGOVORITI neko vrijeme za određenu aktivnost s djetetom (dovoljno je nekoliko minuta) – pročitati priču, razgovarati, našaliti se, pogledati zajedno TV-emisiju, prošetati...).

## Dijete - igra - igra - dijete

Igrajući se dijete uči o sebi, svijetu i drugima.

Igrajući se prorađuje sve svoje doživljaje – lijepe i ružne (na sebi prihvatljiv način).

Igrajući se, dijete se izražava.

Igrajući se, priprema se za buduće događaje.

Igra je "ogledalo" u kojem se odražava što dijete misli, doživljava, osjeća, želi – sve ono što dijete ne može izraziti riječima izražava igrom.

Igra je potrebna svakom djetetu i potrebne su različite igračke (i djevojčicama i dječacima). Djeca će sama odabrati što im treba.

## Roditelji - odrasli

Sjetite se kako ste ljuti kad vas netko prekinu u poslu. Jednako je tako ljuto i dijete kad mu prekinete igru, jer IGRA JE ZA DIJETE NAJVAŽNIJI POSAO.



## Razvoj igre

Dijete raste i razvija se igrajući se. To je temeljna aktivnost djetinjstva. Igra je arena u kojoj se iskušavaju različiti aspekti socijalnog, emocionalnog, tjelesnog i spoznajnoga razvoja djeteta.

Dječja igra može se sagledati s različitih aspekata.

- ✗ Zašto se neka djeca vole igrati sama?
- ✗ Što možemo naučiti o djetetu promatrajući njegovu igru?
- ✗ Što čini igru sve složenijom i sve bogatijom?

Da bismo odgovorili na ova i slična pitanja, prilazimo igri kao socijalnom fenomenu te kao aspektu spoznajnog razvoja (Vasta i suradnici, 1998.).

Igru predškolskog djeteta možemo opažati s obzirom na dvije razine, spoznajnu i društvenu.

| SPOZNAJNA RAZINA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | DRUŠTVENA RAZINA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>funkcionalna igra</b> – vrsta igre u kojoj dijete koristi, isprobava i tako razvija svoje sposobnosti (funkcije)</li> <li>• <b>konstruktivna igra</b> – igra u kojoj se dijete služi predmetima, rukuje njima s namjerom da nešto stvori</li> <li>• <b>igra pretvaranja</b> – vrsta igre u kojoj djeca rabe predmet ili osobu kao simbol nečega drugog (simbolička igra; igra uloga, “kao da...”)</li> <li>• <b>igra s pravilima</b> – vrsta igre prema unaprijed poznatim pravilima i ograničenjima.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>promatranje</b> – gledanje drugih kako se igraju bez uključivanja u igru</li> <li>• <b>samostalna igra</b> – samostalno i nezavisno igranje bez pokušaja približavanja drugoj djeci</li> <li>• <b>usporedna igra</b> – vrsta igre u kojoj se djeca igraju jedno pokraj drugoga i sa sličnim materijalima, ali bez stvarnog druženja ili suradnje</li> <li>• <b>usporedno-svjesna igra</b> – igra u kojoj djeca priznaju prisustvo drugog djeteta uspostavljajući kontakt očima</li> <li>• <b>jednostavna socijalna ili povezujuća igra</b> – igra u kojoj dolazi do porasta kontakta među djecom, djeca se igraju u blizini, započinju razgovor, smiješe se, izmjenjuju igračke</li> <li>• <b>komplementarna i uzajamna igra</b> – vrsta socijalne aktivne igre u kojoj dijete “uzima i daje” (ulovi me – ulovit ću te; skrij se – traži...)</li> <li>• <b>suradnička igra</b> – igra u grupi koja je nastala radi obavljanja neke aktivnosti ili postizanja nekog cilja, a postupci djece su usklađeni.</li> </ul> |

Poseban oblik suradničke igre jest igra pretvaranja, u kojoj djeca zamišljaju svoje i tuđe emocije u različitim izmišljenim odnosima i scenarijima, što osobito poticajno djeluje na razvoj djetetove društvenosti.

Iako ju je moguće ovako analizirati, igra djeteta je kompleksan fenomen, i u njezinu pojavljivanju prisutne su obje spomenute razine.

Prateći društvenu razinu, djetetov napredak od samostalne do suradničke igre, možemo promatrati kao teoretski model, ali prijelaz iz jedne faze igre u drugu (npr. samostalne u usporednu ili pak suradničku) nije za svu djecu jednak, kao što može postojati i više različitih načina igranja u nekom razdoblju života djeteta.

Spoznajna složenost igre zasigurno se mijenja s dobi djeteta. Sva se ključna razdoblja u spoznajnom životu djeteta odražavaju i na složenost spoznajne razine igre. To znači da iste vrste igara mogu postojati u različitim fazama, iako je njihova složenost s obzirom na spoznajnu razinu drukčija. Tako funkcionalna igra, primjerice, postoji i u jednogodišnjaka i u šestogodišnjaka, ali ona se razlikuje onoliko koliko se i oni razlikuju u ukupnom razvoju.

Djeca predškolske dobi pokazuju i individualne razlike u stilu igre. Prema Steinberg i Meyer (1995.) neka su sklonija konstrukciji i građenju, a druga pak simboli i dramatizaciji. U neke su djece prisutna oba stila, a s vremenom se počinju razvijati preferencije stila. Nijedan stil nije bolji za dječji razvoj – naprosto su različiti. Izazov budućim istraživanjima jest pitanje koliko su stilovi igre važni naprimjer za kasnije osobne stilove u životu.

Iako je igra bazična aktivnost djetinjstva, neka djeca su jednostavno zaigranija od druge. Ustanovljeno je kako su to ona djeca koja imaju pozitivniji odnos prema svijetu oko sebe, koja su više prosocijalna od svojih vršnjaka, sklonija angažmanu u društvenim i simboličkim igrama, razvijenijih verbalnih sposobnosti.

(Starc i sur. [2004]. Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi, Zagreb, Golden marketing)



## Dijete i televizija

(pripremila Sonja Pribela Hodap)

Zabrinjavajuća je činjenica da prosječno dijete u SAD-u tjedno provede 1.680 minuta ispred televizora, dok s roditeljima provodi tek 38,5 minuta u suvislom razgovoru. Zabrinjavajuće je i to što dijete mlađe od 6 godina u prosjeku provede 3 sata dnevno pred ekranom, 2 sata u igri na vanjskom prostoru, a tri puta manje vremena provede čitajući ili da mu netko čita. ([www.tvturnoff.org/factsheets](http://www.tvturnoff.org/factsheets))

Jedno od važnih roditeljskih pitanja 21. stoljeća jest kako balansirati između televizijskog ekrana i želje djeteta, razvojnih potreba i diskusija o štetnosti i koristi te "magične kutije". Ovaj članak pokušat će vam dati neke odgovore na česta pitanja o djeci i televiziji.

Djeca su posebna publika s nepotpunim stupnjem razumijevanja svijeta (Dorr, 1986.). Stoga je potrebno voditi dijete televizijskim svijetom. Djeci je televizija posebno zanimljiva iz nekoliko razloga:

- x privlačnost slika
- x raspoloživost
- x raznovrsnost TV-programa
- x nepostojanje braće/sestara ili vršnjaka za igru
- x sve veća zaposlenost roditelja.

### Kako "pripitomiti" televiziju?

#### 1. Preuzmite odgovornost

Djetetu je televizija previše zanimljiva i moćna da bi je moglo samo kontrolirati, zato im je potrebno vodstvo odraslih koji će voditi brigu o tome kada, što i koliko dugo dijete gleda. Roditelji su ti koji imaju odgovornost i koji moraju uvesti pravila gledanja televizije u zajedničkom domu. Preporuka stručnjaka jest početi gledati televiziju s navršene tri godine života jer u najranijem razdoblju slike s ekrana izazivaju zbrku i kontradiktorne dojmove.

#### 2. Ne stavljajte televizor u dječju sobu

Istraživači sa sveučilišta Columbia (New York) dokazali su kako djeca koja imaju televizor u svojoj sobi gotovo pet sati tjedno više gledaju televiziju od onih koji ga nemaju. Nemojte djetetu dopustiti da samo gleda televiziju. Kad vam dijete sljedeći put kaže da bi gledalo televiziju, upitajte ga što bi htjelo gledati. Tražite precizan odgovor.

#### 3. Gledajte televiziju s djetetom

Roditelji mogu znatno umanjiti utjecaje nasilnih sadržaja na djecu na način da tijekom i nakon gledanja objasne djetetu ono što je vidjelo.

#### 4. Ugasite televizor kad ga nitko ne gleda

Kad na TV-programu nema ništa vrijedno gledanja, ugascite televizor. Roditelji bi trebali djetetu usaditi kritičnost prema gledanju televizije i medija općenito; razgovarajte i pokažite primjerom kako selektirati program. Razmislite o tome treba li televizor biti upaljen za vrijeme jela ili kao kulisa dok nešto obavljate. Pokazalo se da se djeca igraju određenom igračkom dvostruko kraće kada je televizor upaljen, nego kada je isključen te da se znatno manje koncentriraju na igru. Na taj se način ometa razvoj djeteta i smanjuje njegova mogućnost koncentracije.

## 5. Uvedite pravila

Djeca ne bi trebala gledati televiziju više od dva sata dnevno (to vrijedi za djecu mlađe školske dobi); postavite granicu, dogovorite se što se i kada gleda. Ovo vremensko ograničenje vrijedi za kvalitetan TV-program, crtiće ili slično. Ostali program ne bi djetetu trebao biti dostupan. Dogovorite se i koliko vremena dijete treba provesti vani, u slobodnoj igri na zraku, a koliko ćete vremena provesti u zajedničkim igrama, druženju i slično. Imajte na umu to da, što je dijete mlađe, vrijeme koje provodi pred televizorom treba biti kraće. Djeca u dobi do dvije godine uopće ne bi trebala gledati televiziju. Američko pedijatrijsko društvo smatra da gledanje televizije u toj ranoj dobi rezultira promjenama u mozgu, koje kasnije dovode do slabijeg rezultata u čitanju, manje kreativnosti, površnosti i neadekvatne kritičnosti. Gledanje u ekran dovodi do lošeg strukturiranja dječjeg mozga, što je siguran put prema poremećajima koncentracije. Možda vas na ograničavanje djetetova gledanja televizije potakne istraživanje koje je pokazalo kako ograničeno gledanje televizije u dječjoj dobi povećava šanse za uspješno završavanje fakulteta.

## 6. Izbjegavajte koristiti televiziju kao dadilju

Kako bi zaokupili djetetovu pažnju, roditelji mu često upale crtić i puste ga da fascinirano sjedi pred televizorom. Pribjegavate li tome, razmislite o televiziji kao o preskupoj dadilji koju možete iskoristiti vrlo rijetko i u stvarno iznimnim situacijama. Roditelji često govore kako djeca mnogo nauče gledajući njima primjerene programe. Psiholozi su ustvrdili da djeca do druge godine života ne mogu ništa naučiti od same televizije (bogatiti rječnik, bolje prepoznavati likove i sl.), za kasniju dob obrazovni programi imaju utjecaj na onu najmanje kreativnu i obrazovanu djecu, dok su u sve druge djece potisnuli kreativnu igru i nisu imali značajan utjecaj na edukaciju. Možemo reći da televizija djeci može dati veću količinu informacija, ali ih ne čini pametnijima ili boljima u školi.

## 7. Nemojte televizoru dati središnje mjesto u stanu

Razmjestite pokućstvo tako da dijete ne može lako doći do televizora.

## 8. Potrudite se i sami što manje gledati televiziju

Djeca najbolje uče oponašajući; ako ste vi ovisnik o TV-sadržaju, velika je vjerojatnost da će i vaše dijete to biti.

## 9. Razmišljajte o televiziji kao o povlastici

Neki autori navode da je gledanje televizije mentalni ekvivalent ishrane prezasićene šećerom i mastima, kao i slatkisima: ne treba je ukinuti ili zabraniti (jer zabranjeno je voće najslađe), ali je treba dozirati i voditi računa o tome da su zdravije aktivnosti dovoljno zastupljene.

## 10. Stvorite kućnu videoteku

Ciljano kupite ili snimite visokokvalitetne edukacijske ili zabavne programe, za koje znate da ne sadrže nasilje i neadekvatne poruke.

(Dorr, A. [1986]. *Television and Children: A Special Medium for a Special Audience*. Beverley Hills: Sage)



## Zamke roditeljstva

Najčešće roditeljske **zamke** koje pridonose roditeljskom stresu i otežavaju podizanje djece, a počivaju na pogrešnim uvjerenjima i očekivanjima jesu:

- ✗ **RODITELJ-NEGATIVAC** – u čestim je borbama moći s djetetom; često kritizira, viče, opominje i prijeti. U opasnosti je upasti u zamku da primjećuje samo djetetova negativna ponašanja i daje mu samo negativnu pažnju.
- ✗ **PUSTI IH NA MIRU/NE DIRAJ IH/NE GLEDAJ IH (dok su dobri)** – roditelj na djecu ne obraća pažnju, ignorira ih ako se lijepo ponašaju i igraju. Zamka: ignoriranje smanjuje vjerojatnost ponavljanja lijepog ponašanja.
- ✗ **SAVRŠEN RODITELJ** – ova zamka proizlazi iz želje da se bude savršen, a ne samo dobar ili dorastao roditelj. Svi roditelji su ljudska bića – i griješe. Važno je samo da ne ponavljaju iste pogreške. Budući da savršen roditelj ne postoji, nastojanje da se to bude samo vodi u stres, razočaranje, frustraciju i krivnju. Od silne želje da se zadovolje svi zahtjevi i savjeti, roditelji ne uživaju danas, očekujući uspjeh ili neuspjeh sutra.
- ✗ **SAVRŠENO DIJETE** – nije realistično očekivanje roditelja da njihovo dijete bude savršeno. Sva su djeca ponekad "cendrava", uznemirena, rade nered, svađaju se s roditeljima. Način na koji roditelji reagiraju utječe na to hoće li ovi problemi ostati isti, pogoršati se ili će se pak smanjiti s vremenom.
- ✗ **ZA SVE SAM JA KRIVA/KRIV** – ponekad se roditelji okrivljuju za sve djetetove poteškoće i probleme. Moguće je voditi/usmjeravati dijete na način da se nauči vrijednostima i socijalnim vještinama, ali nije moguće kontrolirati sve što utječe na djetetovo ponašanje. Roditelji su ponekad deprimirani jer misle da je sva krivnja za djetetovo ponašanje na njima te im je zbog te depresije još teže biti mirni i strpljivi s djetetom.
- ✗ **ZA SVE JE KRIVO ONO** – ovo vjerovanje za probleme u ponašanju u potpunosti okrivljuje dijete (npr. Ona je tako tvrdoglava, nikad ne radi što joj se kaže.) Takva uvjerenja mogu sprečavati roditelja da uvidi kako njegova vlastita ponašanja pridonose djetetovu lošem ponašanju – mnoge poteškoće rezultat su toga kako djeca i roditelji razgovaraju i odnose se jedni prema drugima.
- ✗ **ŽRTVA** – kada roditelji postanu tako zaokupljeni svojim roditeljstvom, događa se da zanemare svoje potrebe za intimnošću, druženjem, rekreacijom, privatnošću / vremenom nasamo i zabavom. Kad si nešto "priušte", javlja se nezadovoljstvo i odnos s partnerom se pogoršava. Kvalitetno roditeljstvo moguće je kad odrasli imaju uravnotežen život. Nasuprot tome, žrtvovanje ne proizvodi kvalitetno roditeljstvo.
- ✗ **OSTAJANJE ZAJEDNO ZBOG DJECE** – djeca koja rastu u obiteljima u kojima postoje ozbiljni problemi u odnosima i mnogo sukoba, vjerojatnije će razviti emocionalne probleme, kao i probleme u ponašanju.
- ✗ **TO ĆE ONI PRERASTI** – problem u djetetovu ponašanju roditelji često vide kao nešto prolazno, nešto što će djeca s vremenom sama prerasti. Nepoželjnim ponašanjem treba se pozabaviti rano, da ne preraste u ozbiljnije poteškoće. Vjerovanje kako će problematično ponašanje samo proći može sprečavati roditelje da nađu uzroke takvog ponašanja, da traže rješenja problema, učine neke promjene ili potraže pomoć.

Pročitajte sve zamke i odaberite onu/one u kojoj/kojima ste prepoznali sebe ili vam je to predbacio netko od vaših ukućana.

Ako ste se prepoznali, pronašli u nekoj mjeri u ovim zamkama, razmislite jeste li u ovih naših osam susreta naučili, spoznali, stekli nešto što procjenjujete kako će vam pomoći da se "iskoprcate" iz zamke u koju ste upali.

## Bilješke o roditeljevu raspoloženju

Vaše raspoloženje snažno utječe na ponašanje vašeg djeteta, ali i na to kako vi reagirate na djetetovo ponašanje.

Ukoliko ste umorni, pod stresom, zbog nečega zabrinuti ili ljuti, veća je vjerojatnost da ćete se razljutiti na dijete. Ponekad se roditelji nađu u situaciji da svoje frustracije iskaljuju na djeci.

Kad su roditeljeva raspoloženja nepredvidiva, djeca se osjećaju nesigurno i brinu se.

Kada se roditelji jedan dan niti ne obaziru na neko djetetovo ponašanje, a drugi ih dan to isto ponašanje razljuti, djeca su zbunjena.

Kad se roditelji razljute na djecu zato jer pod stresom zbog nečega drugog, djeca su ogorčena jer su roditelji prema njima tada nepravedni.

Ako su roditelji često ljuti ili loše raspoloženi, djeca se osjećaju uplašeno i ugroženo.

Roditeljeva raspoloženja utječu na djetetovo ponašanje. Važno je da roditelji budu svjesni svojih raspoloženja. Trebali bi izbjegavati iskaljivati vlastita raspoloženja na svojoj djeci.

Važno je da roditelji dovoljno spavaju i zdravo se hrane, kako bi imali energije za nošenje sa svim životnim stresovima.

Ako vam se čini da ste često ljuti, tužni, zabrinuti ili pod stresom, trebali biste porazgovarati sa stručnjakom ili prijateljem, ili članom obitelji.

Važno je da svoje probleme riješite na konstruktivan način koji ne šteti vašoj djeci.

(Durrant, J. [2007]. Positive discipline: What it is and how to do it. Bangkok: Save the Children Sweden)



## Bilješke o roditeljevoj ljutnji

U životu s djetetom mnogo ćete se puta osjećati izžvcirano, frustrirano ili uplašeno. Ponekad će ti osjećaji voditi u ljutnju.

Ljutimo se kada mislimo da su naša djeca namjerno “zločesta”. Ako mislimo da djeca mogu upravljati svojim ponašanjem i da nas namjerno pokušavaju razljutiti, vjerojatno ćemo se zaista i razljutiti.

Ali mala djeca ne razumiju kako se mi osjećamo. Ona ne znaju što nas hoće, a što neće razljutiti. Ona sve to tek nastoje shvatiti i boje se naše ljutnje. Ljutnja nije naša reakcija koju žele i kojoj se nadaju.

Dok je dijete malo, strpljenje je iznimno važno. Djeca će od nas naučiti kako se ponašati kad su ljuta. A to je vrlo važno učenje jer je ljutnja jedna od temeljnih ljudskih emocija, koju svi osjećamo, samo se razlikujemo u tome kako se ponašamo kad smo ljuti.

Ljutnja može, ali ne mora voditi u agresivno ponašanje. Umjesto iskaljivanja svoje ljutnje verbalnim ili tjelesnim nasiljem, roditelj kad je ljut može učiniti i kako slijedi:

- ✗ osloboditi se napetosti, “ispuhati se” pomoću neke tjelesne aktivnosti ili razgovora s nekom trećom osobom o tome što ga je naljutilo; ponekad roditelju može pomoći to da duboko udahne, prošeće ili napusti prostoriju dok se ne smiri;
- ✗ izraziti svoju ljutnju na način kojim ne povređuje druge; ako vas je naljutilo nešto što je dijete napravilo, možete reći da ste ljuti i kako je došlo do toga da se tako osjećate (pritom je važno da budete određeni i konkretni – to je manje zastrašujuće djetetu na koje ste ljuti i daje mu šansu da ispravi pogrešku;
- ✗ razmisliti o tome jesu li do ljutnje dovela nerealna očekivanja od sebe i/ili djeteta te na koji način može smanjiti ljutnju.

Djeca uče postupno. Treba im vremena da posve razumiju ono čemu ih pokušavamo naučiti. No njihovo je razumijevanje ključno za ostvarivanje naših dugoročnih ciljeva.

Još neki savjeti roditeljima za kontrolu vlastite ljutnje:

1. Izbrojite do 10 prije negoli bilo što kažete ili učinite. Ako se i nakon toga budete osjećali ljutito, udaljite se i dajte si vremena da se smirite.
2. Opustite ramena, duboko dišite i ponavljajte sami sebi umirujuće riječi poput: “Polako” ili “Smiri se.”
3. Stavite ruke na leđa i recite si: “Pričekaj malo.” Nemojte ništa govoriti dok se ne smirite.
4. Izidite u šetnju i razmislite o situaciji. Razmislite o tome zašto se dijete moglo ponašati onako kako se ponašalo. Sagledajte to s djetetove točke gledišta. Isplanirajte svoju reakciju na djetetovo ponašanje tako da poštujete djetetovo gledište, ali i da objasnite zašto ste se razljutili.
5. Otidite na neko mirno mjesto i ponovite ono što se govorilo na radionicama. Svojem se djetetu vratite nakon što smislite reakciju koja je u skladu s vašim dugoročnim ciljevima, koja djetetu daje toplinu i strukturu te koja uzima u obzir način na koji vaše dijete razmišlja i što osjeća.
6. Ne zaboravite kako je ovakva situacija prilika da dijete naučite kako rješavati sukob razgovorom i uz rješavanje problema. **Ljutnja je signal da se vi i vaše dijete ne razumijete.** Ona vam govori da je potrebno ponovno uspostaviti komunikaciju s djetetom.

Ne dopustite ljutnji da vas navede da kažete nešto zlo, da vrijeđate, vičete ili udarate svoje dijete. Nemojte nastojati vratiti mu “milo za drago”, niti ustrajati u zamjerkama i prigovaranju. Sjetite se: naše se najvažnije učenje događa u najtežim situacijama. **Iskoristite svaku priliku da budete osoba kakva želite da postane vaše dijete.**

## Biti dobar roditelj

(Priredila Branka Starc)

Mnogi se zaposleni roditelji pitaju jesu li dobri roditelji ako ne provode dovoljno vremena sa svojim djetetom.

Naravno, važno je biti s djetetom što je više moguće, ali ako ste odlučili raditi dok je dijete još malo, zasigurno ste imali valjan razlog za takvu odluku. Vaša sigurnost i uvjerenje da trebate raditi dat će vam određenu smirenost i umanjiti vašu tjeskobu što ne provodite više vremena s djetetom.

Vaša smirenost pomoći će i djetetu da lakše prihvati vaša izbivanja.

Po povratku s radnog mjesta, iz škole, vrtića, vaš bi dom trebao biti mjesto na kojem se svaki član obitelji osjeća prihvaćeno. U obiteljskom ozračju prihvaćanja najvažnije je da kao roditelj budete psihološki dostupni djetetu – da budete **tu za njega** kada vas ono treba i želi.

Dijete je dio obitelji koja živi zajedno i ono se na svoj način želi uključiti u taj život. Na vama je da mu to omogućite.

Nije neophodno odustati od svih kućanskih poslova da biste se bavili djetetom. Istovremeno treba imati na umu da kuća u kojoj živi malo dijete ne može biti besprijekorno uredna te da ćete mnoge poslove ostaviti za kasnije ili ih jednostavno nećete obaviti. Bolje je primjerice zajedno mijesiti tijesto, što će naravno duže trajati, nego žuriti sami obaviti taj posao da biste zatim igrali s djetetom neku poučnu igru.

Zajedništvo u obavljanju obiteljskih poslova dragocjenije je za dijete od svih didaktičkih igara.

Imajte u kuhinji posudice u kojima dijete "kuha", neka pere plastične zdjelice, dajte mu malu krpu da briše prašinu, neka vam dodaje kvačice, neka nosi jabuku koju ste kupili u dućanu, neka pridržava metar dok nešto popravljate i slično.

U nekim aktivnostima malo dijete treba odraslog **partnera** pa ćete zajedno: čitati slikovnice, razgledavati slike i časopise, pričati, crtati, pjevati, plesati, loptati se, šetati, trčati, sakupljati lišće u parku...

Igračke i razni didaktički materijali namijenjeni su **samostalnoj igri** djeteta i važno je da mu se u takvim igrama **ne namećete**.

Kad se zaigra promatrajte ga, nasmiješite mu se, klimnite glavom – time dajte djetetu do znanja da ga vidite te da odobravate njegovu samostalnu igru. Baviti se djetetom ne znači da s njim ili umjesto njega slažete kocke, puzzle i slično. Ove su igračke već napravljene tako da ih dijete može i želi samo slagati.

Za djetetov razvoj mnogo je korisnije da dijete to radi samostalno; to je preduvjet za razvoj pažnje i motivacije.

Igre, naprimjer, kockama možete započeti, dati djetetu ideju i poticaj te zatim prepustiti da ono samo istražuje što se sve njima može. Nekada je dovoljno staviti mu igračku u blizinu da je ugleda i ona će privući djetetovu pažnju.

Za takve samostalne igre dobro će doći i predmeti svakodnevne upotrebe koje ste prenamijenili za igru (npr. kvačice, plastične boce od šampona i sokova, krpice, šareni papiri...). Dijete će istraživati, razgledavati, slagati, kotrljati, voziti, otvarati, zatvarati, umetati, prazniti, gurati, vući...

Dok se dijete samostalno igra, vi možete pokraj njega čitati, glačati, slagati posteljinu, kuhati, prati posude i slično.

Naravno, važno je da dijete bude pod nadzorom, osobito ako je živahno i dovodi sebe ili svoju okolinu u opasnost. Sklonite sve što je opasno, to je bolje nego da mu stalno nešto branite. Važno je da se dijete igra i istražuje u sigurnoj okolini. Onda ćete uživati i vi i ono.

**Obroci, odlazak na spavanje i buđenje te presvlačenje i obavljanje higijene trenuci su u kojima su vaša pažnja, tjelesna i psihološka bliskost te ugodna atmosfera nezamjenjive.** Tada se djetetu treba potpuno posvetiti.

Da bi dijete zadovoljno pojelo svoj obrok, smireno zaspalo, uživalo u čistoći i presvlačenju, važno je nastaviti ugodne rituale iz dojenačkog vremena.

Rituali daju djetetu osjećaj sigurnosti i povjerenja. Za to treba vremena kako bi sve proteklo u prisnoj smirenosti i vedrini. To su trenuci kada kućne poslove valja ostaviti za kasnije ili ih prepustiti nekome drugom.

Dobar roditelj osluškuje potrebe svojeg djeteta, stvara uvjete da se te potrebe adekvatno zadovolje. On uživa u napredovanju svog djeteta, blagonaklono prima djetetove nezrelosti, tješi ga i smiruje u djetetu teškim situacijama; **ne nameće se**, već je dostupan za interakciju kad god to djetetu treba. On je djetetov orijentir.

**Dobar roditelj vjeruje u sebe i svoje dijete, mijenja se i raste zajedno s njim.**



## 6

## LITERATURA

- Ajduković, M. (1997). *Grupni pristup psihosocijalnom radu*. Zagreb: Društvo za psihološku pomoć.
- Aldgate, J. i Jones, D. (2006). The place of attachment in children's development, str. 67 – 96. U: Aldgate, J., Jones, D., Rose, W. i Jeffery, C. (ur.) *The Developing World of the Child*, London: Jessica Kingsley.
- Baumrind, D. (1968). Authoritarian vs. authoritative parental control. *Adolescence*, 3, str. 255 – 272.
- Belsky, J. i Stratton, P. (2002). An ecological analysis of the etiology of child maltreatment. U: Browne, K., Hanks, H., Stratton, P. i Hamilton, C. (ur.) *Early Prediction and Prevention of Child Abuse: A Handbook*, str. 95 – 110. Chichester: Wiley.
- Breton, M. (1994). On the meaning of empowerment and empowerment-oriented social work practice. *Social Work with Groups*, 17 (3), str. 23 – 37.
- Clark, A. (2004). *Why and how we listen to young children: Leaflet Sure Start project Listening as a Way of Life*. London: National Children's Bureau.
- Čudina-Obradović, M. i Obradović, J. (2006). *Psihologija braka i obitelji*. Zagreb: Golden marketing.
- Doek, J. E. (2004). *Parents and the rights of the child*. Izlaganje na sastanku Odbora stručnjaka za djecu i obitelji Vijeća Europe. Strasbourg.
- Dorr, A. (1986). *Television and Children: A Special Medium for a Special Audience*. Beverley Hills: Sage.
- Durrant, J. (2007). *Positive discipline: What it is and how to do it*. Bangkok: Save the Children Sweden Southeast Asia and Pacific.
- Fabes, R. A., Poulin, R. E., Eisenberg, N., Madden-Derdich (2002). The coping with children's negative emotions scale (CCNES): Psychometric properties and relations with children's emotional competence. *Marriage & Family Review*, 34 (3/4), str. 285 – 310.

- Flett, M.** (2007). Supporting mothers: Enriching the learning environment for young children. *Early Childhood Matters*, 11, str. 45 – 50.
- Gabelica Šupljika, M.** (1997). Stavovi roditelja koji obeshrabruju suradnju i potporu. U: Milanović, M. (ur.) *Pomozimo 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.
- Gilligan, R.** (2000). Family support: Issues and prospects. U: Canavan, J., Dolan, P. i Pinkerton, J. (ur.) *Family Support: Direction From Diversity*, str. 13 – 35. London: Jessica Kingsley.
- Gordon, T.** (1996). *Škola roditeljske djelotvornosti*. Zagreb: Poduzetništvo Jakić.
- Gray, M. R. i Steinberg, L.** (1999). Unpacking authoritative parenting: Reassessing a multidimensional construct. *Journal of Marriage and the Family*, 61, str. 574 – 587.
- Grolnick, W. S., Deci, E. L. i Ryan, R. M.** (1997). Internalization within the family: The self-determination theory perspective. U Grusec, J. E. i Kuczynski, L. (Ur.), *Parenting and children's internalization of values: A handbook of contemporary theory*, str. 135 – 161. New York: Wiley.
- Grolnick, W.** (2003). *The psychology of parental control: How well-ment parenting backfires*. Mahwah: Lawrence Earlbaum Associates, Inc.
- Grolnick, W. S., Beiswenger, K. L. i Price, C. E.** (2008). Stepping up without overstepping: Disentangling parenting dimensions and their implications for adolescent adjustment. U: Kerr, M., Stattin, H. i Engels, R. C. (ur.) *What can parents do? New insights into the role of parents in adolescent problem behavior*. Chichester: John Wiley & Sons, Ltd.
- Hart, B. i Risley, T.** (1995). *Meaningful differences in the everyday experience of young American children*. Baltimore: Paul H Brookes Publishing.
- Heckman, J.** (2009). *Investing in early childhood: The most effective use of a nation's resources*. Izlaganje na <http://www.issa2009.ro/keynotes.php>.
- Honoré, C.** (2009). *Pod pritiskom: Spašavanje djece od kulture hiperroditeljstva*. Zagreb: Algoritam.

- Hundeide, K.** (1996). *Eight themes for positive interaction*. Oslo: ICDP International Child Development Programmes.
- Hundeide, K.** (n.d.). *What is ICDP*. Preuzeto s <http://www.icdp.info/Brochure.pdf>.
- Hundeide, K.** (n.d.). *An introduction to the ICDP Programme*. <http://www.icdp.info/Introduction%20to%20the%20ICDP%20Program1.pdf>.
- Juul, J.** (2002). *Relational competence: From obedience to responsibility - A new perspective on professional relations of adults to children*. Seminar održan 10. – 11. 10. 2002. u Zagrebu.
- Juul, J.** (2005). [http://www.family-lab.com/about\\_us.asp](http://www.family-lab.com/about_us.asp).
- Juul, J.** (2006a). *Vaše kompetentno dijete*. Zagreb: Naklada Pelago.
- Juul, J.** (2006b). *Ovo sam ja! Tko si ti? O bliskosti, poštovanju i granicama između odraslih i djece*. Zagreb: Naklada Pelago.
- Juul, J.** (2007). *Znati reći 'ne' mirne savjesti*. Zagreb: Naklada Pelago.
- Juul, J.** (2008). *Život u obitelji: Najvažnije vrijednosti u zajedničkom životu i odgoju djece*. Zagreb: Naklada Pelago.
- Keresteš, G., Brković, I. i Kuterovac Jagodić, G.** (2008). *Skala percipirane roditeljske kompetentnosti*. Neobjavljeni priručnik.
- Kerr, M., Stattin, H., Biesecker, G. i Ferrer-Wreder, L.** (2003). Relationships with parents and peers in adolescence. U: Weiner, I. B. (glavni ur.) *Handbook of psychology: Vol. 6. Developmental psychology*, str. 395 – 419. New Jersey: Wiley.
- Konvencija UN-a o pravima djeteta* (2001). Zagreb: Državni zavod za zaštitu obitelji, materinstva i mladeži.
- Kuczynski, L. i Parkin, M.** (2006). Agency and bidirectionality in socialization: Interactions, transactions and relational dialectics. U: Grusec, J. E. i Hastings, P. (ur.), *Handbook of socialization*, str. 259 – 283. New York: Guilford Press.
- Laible, D. J. i Thompson, R. A.** (2002). Mother-child conflict in the toddler years: Lessons in emotion, morality and relationships. *Child Development*, 73, str. 1187 – 1203.

**Landhuis, C. E., Poulton, R., Welch, D. i Hancox, R. J.** (2007). Does childhood television viewing lead to attention problems in adolescence?: Results from a prospective longitudinal study. *Pediatrics*, 120, str. 532 – 537.

**Lyons-Ruth, K. i Zaenah, C. H.** (1998). The family context of infant mental health: 1. Affective development in the primary caregiving relationship. U: Zaenah, C. H. (ur.) *Handbook of infant mental health*, str. 14 – 37. London: Guilford Press.

**Maccoby, E. E. i Martin, J. A.** (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. U: Mussen, P. i Hetherington, E. M. (ur.) *Handbook of Child Psychology*, Vol. 4., str. 1 – 101. New York: Wiley.

**Marinković, Z.** (1997). Komunikacijski roditeljski sastanak o temi Zna li dijete što ja hoću. U: M. Milanović (ur.) *Pomozimo im rasti: Priručnik za partnerstvo odgojitelja i roditelja u Programu psihosocijalne potpore djeci predškolske dobi*, str. 109 – 111. Zagreb: Ministarstvo prosvjete i športa Republike Hrvatske.

**McAuley, C., Pecora, P. i Rose, W.** (2006). *Enhancing the well-being of children and families through effective interventions: International evidence for practice*. London: Jessica Kingsley Publishers.

**Milas, G.** (2005). *Istraživačke metode u psihologiji i drugim društvenim znanostima*. Jastrebarko: Naklada Slap.

**Miljković, D. i Rijavec, M.** (2004). *Bolje biti vjetar nego list: Psihologija dječjeg samopouzdanja*. Zagreb: IEP.

**Moran, P., Ghate, D. i van der Merwe, A.** (2004). *What Works in Parenting Support? A Review of the International Evidence*. London: Department for Education and Skills.

Nielsen Media Research, American Family Research Council, Jack Mango “TV in America”, Harpers, The Washington Post, American Medical Association, Senate Judiciary Committee Staff Report, dostupno na [www.tvturnoff.org/factsheets](http://www.tvturnoff.org/factsheets).

**Pećnik, N.** (2007). Towards a vision of parenting in the best interests of the child. U: Daly, M. (ur.) *Parenting in contemporary Europe: A positive approach*, str. 15 – 36. Strasbourg: Council of Europe Publishing.

**Pećnik, N.** (2006). Prilog odbacivanju tjelesnog kažnjavanja djece. *Dijete i društvo*, 8 (1), str. 177 – 199.

- 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.
- Pećnik, N.** (2008 b). Suvremeni pogledi na dijete, roditeljstvo i socijalizaciju. *Dijete i društvo*, 10(1/2), str. 99 – 115.
- Pećnik, N., Radočaj, T. i Tokić, A.** (u tisku). Uvjerenja građana o ispravnim roditeljskim postupcima prema najmlađoj djeci. *Društvena istraživanja*.
- Pleša, A.** (1996). Letak Zna li dijete što ja hoću. U: Milanović, M. (ur.) *Pomozimo im rasti: Psihološka pomoć i potpora roditeljima*. Zagreb: Ministarstvo prosvjete i športa Republike Hrvatske i Ured UNICEF-a za Hrvatsku.
- Pleša, A.** (1997). Komunikacijski roditeljski sastanak. U: Milanović, M. (ur.) *Pomozimo im rasti: Priručnik za partnerstvo odgojitelja i roditelja u Programu psihosocijalne potpore djeci predškolske dobi*, str. 79 – 101. Zagreb: Ministarstvo prosvjete i športa Republike Hrvatske.
- Pojašnjavajuće izvješće za Preporuku 19 (2006) Odbora ministara državama članicama Vijeća Europe o politici podrške pozitivnom roditeljstvu. *Dijete i društvo*, 10 (1/2), str. 471 – 488.
- Pregrad, J.** (2007). *Priručnik Projekt Za sigurno i poticajno okruženje u školama – prevencija i borba protiv nasilja među djecom*. Zagreb: Ured UNICEF-a za Hrvatsku.
- Pregrad, J.** (2009) Roditeljska kompetentnost. Izlaganje na evaluacijskom seminaru “Rastimo zajedno”, Zagreb-Sljeme, rujan 2009.
- Preporuka 19 (2006) Odbora ministara državama članicama Vijeća Europe o politici podrške pozitivnom roditeljstvu. *Dijete i društvo*, 10 (1/2), str. 463 – 470.
- Pribela-Hodap, S.** (2008). *Što roditelji trebaju od stručnjaka?* <http://www.roda.hr/tekstovi.php?TekstID=7&Tekst2ID=&Show=2673>.
- Quinton, D.** (2004). *Supporting Parents: Messages from Research*. London: Jessica Kingsley.
- Radočaj, T.** (2008). Što (ne) znaju i što čine roditelji najmlađe djece? *Dijete i društvo*, 10 (1/2), str. 119 – 135.

- Rich, D.** (2004). *Listening to babies: Leaflet Sure Start project Listening as a Way of Life*. London: National Children's Bureau.
- Richter, L.** (2004). *The Importance of caregiver-child interactions for the survival and healthy development of young children*. A review. Geneva: World Health Organisation.
- Rijavec, M., Miljković, D. i Brdar, I.** (2008). *Pozitivna psihologija*. Zagreb: IEP-D2.
- Ryan, R. i Deci, E.** (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. *American Psychologist*, 55 (1), str. 68 – 78.
- Sandbaek, M.** (2007). Usluge za podršku pozitivnom roditeljstvu. U: Daly, M. (ur.) *Roditeljstvo u suvremenoj Europi: pozitivan pristup*, str. 15 – 38. Zagreb: Ministarstvo obitelji, branitelja i međugeneracijske solidarnosti.
- Sanders, M. i Cann, W.** (2002). Promoting positive parenting as an abuse prevention strategy. U: Browne, K., Hanks, H., Stratton, P. i Hamilton, C. (ur.) *Early Prediction and Prevention of Child Abuse: A Handbook*, str. 145 – 164. Chichester: Wiley.
- Schaffer, R.** (1996). *Social Development*. London: Blackwell Publishing.
- Seligman, M.** (2005) *Optimistično dijete*. Zagreb: IEP
- Shonkoff, J. i Phillips, D.** (2000.). *From neurons to neighborhoods: The science of early childhood development*. Washington, DC: National Academy Press.
- Shanker, S.** (2009). *The Promotion of Healthy Mental Functioning*. <http://www.issa2009.ro/keynotes.php>
- Sommer, D.** (1998). The reconstruction of childhood-implications for theory and practice. *European Journal of Social Work*, 1 (3), str. 311 – 326.
- Starc, B., Čudina-Obradović, M., Pleša, A., Profaca, B. i Letica, M.** (2004). *Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi: Priručnik za odgojitelje, roditelje i sve koji odgajaju djecu predškolske dobi*. Zagreb: Golden marketing – Tehnička knjiga.
- Stričević, I.** (n.d.) *Čitajmo im od najranije dobi*. Letak Hrvatskog knjižničarskog društva.

Šarić, Lj. (1996). Letak Dijete i igra. U: Milanović, M. (ur.) *Pomožimo im rasti: Psihološka pomoć i potpora roditeljima*. Zagreb: Ministarstvo prosvjete i športa Republike Hrvatske i Ured UNICEF-a za Hrvatsku.

Šarić, Lj. (1997). Komunikacijski roditeljski sastanak o temi Dijete i igra. U: Milanović, M. (ur.) *Pomožimo im rasti: Priručnik za partnerstvo odgojitelja i roditelja u Programu psihosocijalne potpore djeci predškolske dobi*, str. 121 – 125. Zagreb: Ministarstvo prosvjete i športa Republike Hrvatske.

*UNICEF – interni materijal Parent Group Sessions. (n.d.)*

Velemir, B. i Kašuba, V. (2009). Kako roditelji reagiraju kad je djetetu teško: Kvalitativna analiza roditeljskih iskaza. *II. kongres primijenjene psihologije: Zaštita zdravlja djece i mladih: Knjiga sažetaka*, str. 94. Hrvatska psihološka komora i Hrvatsko psihološko društvo.



Lektura: EDITOR PLUS d.o.o.

#### **Napomena lektora:**

*U Priručniku se javljaju termini emocionalnost (emocionalan, emocionalna i sl.) i ličnost, koji bi u skladu s hrvatskim standardnim jezikom trebali glasiti emotivnost ili osjećajnost (emotivan, emotivna; osjećajan, osjećajna i sl.), odnosno osoba ili osobnost, ovisno o tome u kojemu se kontekstu javljaju. No budući da je riječ o psihologijskoj stručnoj terminologiji gdje su navedeni termini često sastavni dijelovi sintagmi i stručnih termina, na zamolbu autorica u Priručniku su radi konzistentnosti zadržani kao takvi.*

**Voditeljice (i voditelj) radionica s roditeljima "Rastimo zajedno" koje su sudjeleovale u pilot primjeni programa 2008-2009, te dale vrijedan doprinos u kreiranju radionica**

## **JESEN 2008**

### **Dječji vrtić "SISAK NOVI"**

Marija Ščetko  
Blaženka Katančević  
Mira Krnjaić

### **Dječji vrtić KARLOVAC**

Ana Rupčić  
Gordana Hajdin  
Lidija Šinkovec

### **Dječji vrtić VARAŽDIN**

Marija Milković  
Krešimir Plantak  
Ksenija Pletenac

### **Dječji vrtić BJELOVAR**

Dijana Matoš  
Ines Tomić  
Ančica Šiprak

### **Dječji vrtić RIJEKA**

Lahorka Jurčić  
Ksenija Vičić  
Željka Jerneić Kraljić

### **Dječji vrtić "RADOST", Crikvenica**

Sonja Pribela Hodap  
Martina Magaš  
Sandra Miculinić

### **Dječji vrtić "SUNCE", Zadar**

Jelena Šestan  
Natalija Begonja  
Edita Tošić

### **Dječji vrtić VUKOVAR 1**

Silvija Genčić  
Milka Kunac  
Larisa Takač

**Dječji vrtić "GRIGOR VITEZ", Split**

Dijana Begović

Ani Mrnjavac

Mirela Gudelj

**Dječji vrtić "RADOST", Zagreb**

Ljubica Duspara

Željka Horvatić

Nada Brcković

**Dječji vrtić "ZRNO", Zagreb**

Božana Velemir

Vesna Kašuba

Kristina Špoljarić

**Centar za predškolski odgoj OSIJEK**

Tatjana Mikloš

Jasna Korovljević

Mirjana Zetović



## PROLJEĆE 2009

### Dječji vrtić "SISAK NOVI"

Marija Ščetko  
Blaženka Katančević  
Mira Krnjaić

### Dječji vrtić KARLOVAC

Lana Pomoravec  
Gordana Hajdin  
Lidija Šinkovec

### Dječji vrtić VARAŽDIN

Marija Milković  
Ksenija Pletenac  
Andreja Kirchbaum

### Dječji vrtić BJELOVAR

Dijana Matoš  
Ines Tomić  
Ančica Šiprak

### Dječji vrtić RIJEKA

Lahorka Jurčić  
Ksenija Vičić  
Željka Jerneić Kraljić

### Dječji vrtić "RADOST", Crikvenica

Sonja Pribela Hodap  
Martina Magaš  
Sandra Miculinić

### Dječji vrtić "SUNCE", Zadar

Jelena Šestan  
Natalija Begonja  
Martina Rados

### Dječji vrtić VUKOVAR 1

Silvija Genčić  
Milka Kunac  
Larisa Takač

### Dječji vrtić "GRIGOR VITEZ", Split

Dijana Begović  
Ani Mrnjavac  
Mirela Gudelj

### Dječji vrtić "RADOST", Zagreb

Ljubica Duspára  
Željka Horvatić  
Nada Brcković

### Dječji vrtić "ZRNO", Zagreb

Božana Velemir  
Vesna Kašuba  
Ankica Pavić

### Centar za predškolski odgoj OSIJEK

Tatjana Mikloš  
Jasna Korovljević  
Božica Milohnoja  
Nada Eškutić  
Anita Kukučka  
Mirjana Zetović

### Dječji vrtić DUBROVNIK

Dolores Aleksić  
Katija Obradović  
Evgenija Matović



**Dječji vrtić "IVANA BRLIĆ  
MAŽURANIĆ" Slavonski Brod**

Nataša Bardak  
Božana Lovrić  
Blanka Stažić

**Dječji vrtić "RADOST" Zadar**

Marijana Miočić  
Jadranka Maletić  
Ines Barešić

**Dječji vrtić "RIN TIN TIN", Pula**

Severka Verbanac  
Serena Sirotić  
Sara Pancun

**Dječji vrtić "TRATINČICA", Koprivnica**

Katarina Flac  
Adrijana Gajski  
Diana Vrhoci

**Dječji vrtić ČAKOVEC**

Eleonora Glavina  
Sanja Košak  
Gordana Šolčić-Siladi

**Dječji vrtić "ZLATNA RIBICA", Kostrena**

Bruna Rubinić  
Nataša Dilas Babić  
Sandra Krstačić

**Dječji vrtić "PETAR PAN", Zagreb**

Vesnica Prelčec  
Ivanka Karačić  
Dijana Pelić Mihelj

**Dječji vrtić PREČKO, Zagreb**

Kosjenka Lovrec-Marinović  
Zrinka Vrčec  
Maja Babić

**Dječji vrtić RADOST, Jastrebarsko**

Marija Svoboda  
Jasenska Gluščić  
Valentina Božić

**Dječji vrtić i jaslice ZIPKICA, Zabok**

Silvija Dugorepec  
Ankica Arl  
Zvezdana Balijsa

**Dječji vrtić CVRČAK, Zagreb**

Branka Starc  
Vesna Jakšić Kmetić  
Biserka Radošević





