



Kinderschutz Schweiz
Protection de l'enfance Suisse
Protezione dell'infanzia Svizzera



CompAct

Pojačati kompetencije – zaštititi djecu

Ako želite podržati razvoj svog djeteta

Brošura za roditelje i referentne osobe za djecu
između 3 i 8 godina

Bosnisch-Kroatisch-Serbisch / Bosniaque-Croate-Serbe /
Bosniaco-Croato-Serbo / Bosanski-Hrvatski-Srpski



ASPI

Fondazione della Svizzera italiana
per l' Aiuto, il Sostegno
e la Protezione dell' Infanzia

Impressum

Izdavač

Kinderschutz Schweiz
Schlösslistrasse 9a
3008 Berna
www.kinderschutz.ch

Saradnik na sadržaju

Daniela Melone, direktorka Elternbildung CH
Fondazione della Svizzera italiana per l'Aiuto,
il Sostegno e la Protezione dell'Infanzia (ASPI)
Helen Gebert, supervizorka i savjetnica za organizaciju
(bso), docentkinja PHBern
Maria Teresa Escolar, regionalna direktorka Romandie
Elternbildung CH

Kulturna adaptacija

Enesa Puric

Ilustracije

Marianne Kauer

Izrada i proizvodnja

Patrick Linner (izrada)
www.prinzipien.ch
Funke Lettershop AG (proizvodnja)
www.funkelettershop.ch

2. ažurirano izdanje
© 2022 | Kinderschutz Schweiz
Sva prava zadržana

Brošura za roditelje i referentne osobe za djecu između
3 i 8 godina može se dobiti na 14 jezika.
Može se poručiti ili preuzeti u PDF-formatu na
www.comp-act.ch

Prijedlog citata

Kinderschutz Schweiz (2022). CompAct – Pospješivanje
socijalne kompetencije djece između 3 i 8 godina
i vaspitnih kompetencija njihovih roditelja i referent-
nih osoba (2. ažurirano izdanje).
Bern: Kinderschutz Schweiz.

Sadržaj

Na koji način možete podržati razvoj svog djeteta	5
Vašem djetetu je potrebna Vaša ljubav	6
Shvatite ozbiljno osnovne potrebe svog djeteta	8
Shvatite ozbiljno osjećanja svog djeteta	10
Podržite sposobnosti svog djeteta	12
Poštujte i štitite granice svog djeteta	14
Kao roditelji međusobno postupajte brižljivo	16
Postavite svom djetetu jasna pravila	18
Ne kritikujte svoje dijete, već njegovo ponašanje	22

Na koji način možete podržati razvoj svog djeteta

CompAct je Kinderschutz Schweiz ponuda. Ona Vam pruža podršku, savjetima i trikovima, kako da se nosite u zahtjevnim situacijama sa svojom djecom (3-8 godina). Kinderschutz Schweiz funkcioniše kao specijalizovani centar za djecu u cijeloj Švicarskoj. Sva bi djeca trebalo da odrastaju bez nasilja, njihova prava bi trebalo da se poštuju i njihova ličnost bi trebalo da bude zaštićena.

Kao roditelji,¹ želite da je Vašem djetetu dobro i da ima svijetlu budućnost. Vaša djeca treba da se razviju u ljude koji su sposobni voditi svoj život i ostvariti zajednički život s drugima. Zbog toga se svakog dana mnogo trudite. Tu ste za svoje dijete i pazite na njegove potrebe, govorite svom djetetu šta smije, a šta ne smije. Sve to je važno za dobar razvoj Vašeg djeteta.

Svakodnevni život s djecom je, ponekad, pun velikih izazova!

U svakodnevnom porodičnom životu doživljavate puno lijepih trenutaka sa svojim djetetom. Ipak, postoje i neporne i zahtjevne situacije. Na primjer, kada se Vaše dijete ne pridržava pravila, nešto pokvari, ne želi samo vezati pertle ili udari neko drugo dijete.

Roditeljima, tada, nije baš lako uvijek da ostanu smireni, a uz to, u tim je situacijama djeci potrebna neophodna pažnja i podrška. Budite svjesni ovoga: roditelji ne mogu uvijek sve raditi kako treba! I roditelji griješe. Vi ste uzor svom djetetu: kada priznate svoju grešku i izvinite se djetetu, podstičete ga da isto tako postupi.

Sastavili smo za Vas primjere situacija iz svakodnevnog života. One pokazuju šta možete činiti da biste podržali razvoj svog djeteta na najbolji način, tako da ono može osnaženo i hrabro koračati kroz život.

¹ Govorimo o roditeljima i svim ostalim osobama na koje se dijete ugleda, koje se redovno ili duže vrijeme brinu o djetetu: na primjer baka i djed ili pazitelji.

Vašem djetetu je potrebna Vaša ljubav

Djeci je potrebno nešto sasvim posebno: Vi!

Za dobar razvoj, djetetu je potrebna sigurna povezanost s Vama: dijete mora znati da se može osloniti na Vas i da ga volite. Čak i kada uradi nešto što Vas naljuti. Kada Vaše dijete može osjetiti Vašu безусловnu ljubav, onda ono razvija vjeru u samog sebe. Samo tako ono može ojačati i izgraditi dobar odnos s drugim ljudima.

Kroz šta prolazi dijete koje se kažnjava odbijanjem i lišavanjem ljubavi?

Jednom djetetu veoma teško pada kada roditelji, nakon neke svađe, više ne razgovaraju s njim ili se ponašaju kao da ne postoji. Ovo su oblici psihičkog nasilja, u šta također spadaju i omalovažavanje i ponižavanje djeteta.



Kada je dijete na ovaj način kažnjeno, to je mnogo gore nego što mi odrasli možemo pretpostaviti! Dijete vjeruje da je voljeno samo kada je dobro i ne pravi greške. To je veliki stres za jedno dijete. Djeca, koja se češće ovako osjećaju, često imaju poteškoća da vjeruju drugim ljudima i izgrade dobre odnose s njima. Tim odbijanjem se šteti i njihovom samopoštovanju.

Ovako možete pokazati svoju ljubav prema djetetu

Djeci je potrebno sigurno mjesto. Vi, kao roditelj, možete pružiti svom djetetu to sigurno mjesto. Vi omogućujete svom djetetu da radozno istražuje svijet. Kada se Vaše dijete plaši i od Vas traži zaštitu, možete ga utješiti i zagrliti. Čak i kada pravi gluposti ili greške, ono mora znati da Vam se uvijek smije obratiti i da ga Vi nećete kazniti. Vi mu, kao roditelj, onda možete pokazati željeno ponašanje. Na primjer, tako što s njim smireno pričate i dogovarate s njim željeno ponašanje. Ono mora osjetiti da ga Vi volite i cijenite kao osobu, čak i kada Vam njegovo ponašanje ne odgovara.

Primjer: čitav sat ste peglali odjeću za cijelu porodicu, složili ste je i odložili u korpu za odjeću. Čim ste, na kratko, izašli iz sobe, Vaše dijete je prevrnuo korpu da bi se s njom igralo. Objasnite svom djetetu tonom punim poštovanja: *«Potrošila sam dosta vremena na to i smeta mi što još jednom moram sve iz početka. Vidim da se želiš igrati i to je super. Molim te, slijedeći put prvo pitaj, ako ti kopra bude bila potrebna.»*



Shvatite ozbiljno osnovne potrebe svog djeteta

Svi ljudi imaju osnovne potrebe. Primjera radi, za povjerenjem, samostalnošću, poštovanjem, sigurnošću i ljubavlju. Kao roditelji, možete pomoći svom djetetu da zadovolji ove osnovne potrebe. Djeca se često mnogo trude da bi bila prihvaćena i, na primjer, razmišljaju o stvarima koje Vas kao roditelje možda nerviraju. To rade samo da bi dobila Vašu pažnju — čak i ako je ona u vidu vaše negativne reakcije.

Šta se dešava s djetetom čije se osnovne potrebe ne shvataju ozbiljno?

Nezadovoljene osnovne potrebe se najprije uočavaju u ponašanju djeteta. Neka djeca reaguju burno, tako što ispoljavaju zahtjevno, upadljivo ponašanje, dok se druga povlače u sebe. Ako ne shvatamo ozbiljno njegove osnovne potrebe, dijete uči da one i nisu važne. Osjeća se zapostavljeno i bezvrijedno. Zdravlje i blagostanje djeteta se pogoršavaju i ono može ozbiljno oboljeti, fizički i psihički.



Ovako možete zadovoljiti osnovne potrebe svog djeteta

Zahtjevno ponašanje djeteta privlači pažnju i može nervirati. Iza «teškog» ponašanja se, međutim, krije neka osnovna potreba za nečim. Za bolje razumijevanje djeteta, od pomoći je, ako razumijete osnovne potrebe Vašeg djeteta koje se kriju iza toga. Da li želi poštovanje? Da li mu je neophodna sigurnost?



Positivno ponašanje se često shvata kao nešto, što se podrazumijeva. Djetetu znači kada se osvrnete i na takvo ponašanje.

Primjeri: «Hvala što mi pomažeš da postavim sto.» ili «Vidim da si se mnogo potrudio da naslikaš ovu sliku!»

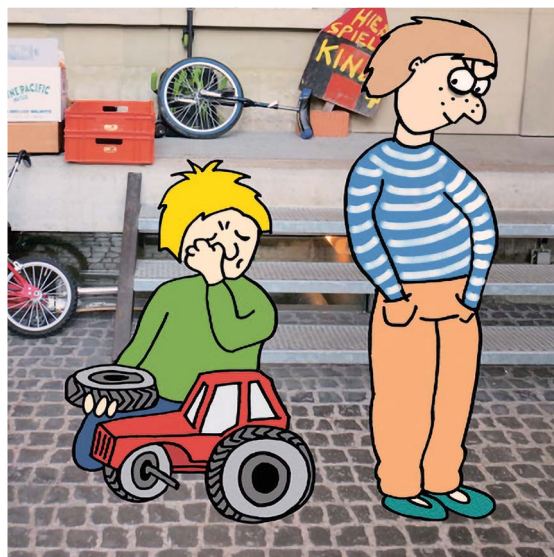
Vašem djetetu pomaže, ako s njim provodite vrijeme koje ste odvojili samo za vas. Pružite svom djetetu što više pažnje. Važna je kvaliteta, a ne broj sati koje provedete sa svojim djetetom. Fizički kontakt pomaže da se dijete osjeća paženo i voljeno. Djetetu također iskazujete svoju ljubav time što pokazujete svoje radovanje i interesovanje za zajedničko vrijeme, provedeno s njim i za njegove misli i osjećanja. Zajednički trenuci s Vama, Vašem su djetetu veoma dragocjeni.

Shvatite ozbiljno osjećanja svog djeteta

Svi ljudi imaju različita osjećanja, tokom svakog dana. I djeca se raduju, ljute, tuguju ili se plaše. Za razliku od nas odraslih, djeca često iskazuju svoja osjećanja vrlo direktno i intenzivno. Mi, odrasli, smo naučili, kako da kontroliramo svoja osjećanja. I dijete će to naučiti tokom godina. Važan preduslov za to je da dijete, prije svega, prepozna Vaša osjećanja i da vjeruje u to da se može nositi sa sopstvenim osjećanjima. Vi, kao roditelji, ovdje morate pružiti podršku svom djetetu.

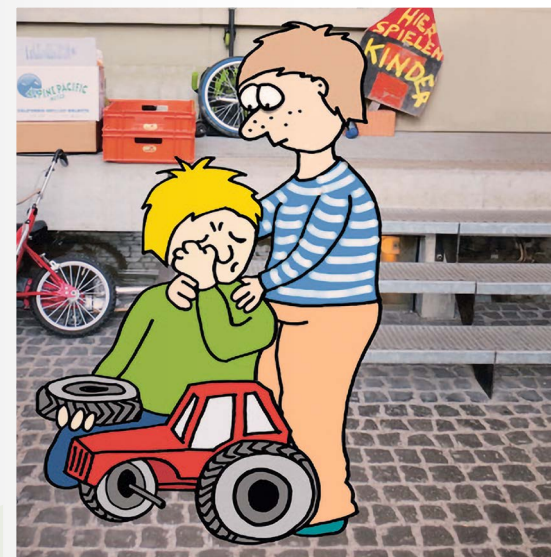
Šta se dešava s djetetom čija se osjećanja ne shvataju dovoljno ozbiljno?

Kada se djetetova osjećanja ne shvataju ozbiljno, ono se, kao čovjek, osjeća neshvaćeno i odbačeno. Ovo utiče na to, kako će ono u budućnosti postupati s ljudima i graditi odnose s njima. Kada se na njegova osjećanja ne reaguje, ono uči skrivati svoja osjećanja i da samo sebe ne shvata ozbiljno. Ako se to stalno ponavlja, dijete može fizički i psihički oboljeti. Njegovo samopouzdanje se ne podstiče dovoljno.



Ovako možete pomoći svom djetetu u shvatanju njegovih osjećanja

Za dijete je važno da shvati da sva osjećanja imaju svoje mjesto. Dijete može računati na to da će roditelji prihvatiti njegova osjećanja i da će ih shvatiti ozbiljno. Na primjer, kada je tužno i plače.



Kada dijete padne, možete ga zagrliti i reći «Opa, ala si pao. Je l' boli?» Držite svoje dijete sve dok se ono ne smiri, jer mu fizički kontakt pomaže. Ako kažete «Nije ništa strašno, ustani!» dijete se osjeća kao da ga ne shvatate ozbiljno.

Otvoreno razgovarajte o osjećanjima u svojoj porodici i sa svojim prijateljima i poznanicima. Sva osjećanja su dozvoljena. Vi ste, kao roditelj, uzor za iskazivanje i vladanje osjećanjima. I time što svoja sopstvena osjećanja shvatate ozbiljno. Maloj djeci, koja još uvijek ne mogu prepoznati neko osjećanje, znači kada, na primjer, kažete: «Sad se baš radujem!» ili «Danas se osjećam tužno.» Razgovarajte u porodici kako se Vi sami nosite sa svojim osjećanjima i navedite primjer. Tako možete kazati: «Ljut(a) sam i idem da istrčim jedan krug.» Vaše dijete tako uči da je u redu imenovati i osjećanje i pokazati ga. Možete uputiti svoje dijete kako da se nosi sa snažnim osjećanjima. Ljutnja je u redu, ali nije u redu lomiti stvari. Na primjer, može da udara u kauč i tako se malo izduva.

Podržite sposobnosti svog djeteta

Sva djeca su radoznala i žele sve znati i naučiti. To je ono što pokreće njihov razvoj. Zato je djeci potreban prostor u kojem mogu i smiju sticati iskustva, koja su u skladu s njihovim uzrastom. Na taj način možete trenirati i razvijati njihove sposobnosti. Da bi ovo uspjelo, zahtjevi ne smiju biti ni previše visoki, ni previše niski. Djeca razvijaju svoje vještine na različite načine: posebno tokom igranja ili u školi. Tu može vježbati i radovati se, kada uspije uraditi nešto, što ranije nije moglo. Tako stiče iskustvo da nešto može i da na nešto utiče. To je jedan važan preduslov da bi se moglo suočiti sa slijedećim izazovom.

Šta se dešava s djetetom čije se sposobnosti nedovoljno podstiču?

Kao roditelj, želite najbolje za svoje dijete: treba završiti školovanje s dobrim ocjenama da bi se moglo baviti dobrim poslom. Važno je i ispravno to što se, kao roditelj, interesujete za uspjeh svog djeteta. Međutim, očekivanja moraju biti dostižna Vašem djetetu. Ako su očekivanja postavljena previsoko, Vaše dijete stiče utisak da nije dovoljno dobro. To je loše za njegovu samouvjerenost, a njegova uspješnost se može pogoršati. Ponekad djeca odustanu i



misle: «Ja to ionako ne mogu!» Ako su očekivanja postavljena previše nisko, onda se dijete ne podstiče dovoljno. I djeca koja se nedovoljno podstiču, često se osjećaju neshvaćenom i u jednom trenutku se jednostavno distanciraju.

Kako da podstičete sposobnosti svog djeteta

Da biste mogli podržati svoje dijete u njegovim sposobnostima, najprije ga trebate promatrati: šta Vaše dijete rado radi, gdje vidi čar u izazovima, na koji način uči dobro? Na osnovu svojih opažanja veoma dobro upoznajte svoje dijete. Uvidate, gdje su mu potrebni podrška i podsticaj, a gdje mu ostavljate prostora da samo ide svojim putem. Možete, u toku dana, smisliti situacije koje Vaše dijete može korak po korak da savlada. Tako ono gradi vjeru u svoje

sposobnosti. Primjera radi, Vaše dijete ne može otvoriti flašu. Umjesto da mu je Vi jednostavno otvorite, možete samo malo odvrnuti čep i djetetu prepustiti ostalo.

Djeca uče veoma dobro, kada se mogu igrati slobodno i bez prisмотрe roditelja. Dajte svom djetetu vremena da samo istražuje svijet. Budite tu za svoje dijete kada su mu potrebni Vaša blizina i podrška.



Poštujte i štitite granice svog djeteta

Baš kao mi odrasli, i djeca imaju svoje granice. Ove granice pružaju sigurnost i zaštitu.

Ponekad odrasli u dobroj namjeri pređu granice djeteta: na primjer, žele ga motivirati na nešto što ono ne želi, primjera radi, poljubiti baku prilikom pozdravljanja ili je primorano da se izvini nekom drugom djetetu.

Svaka osoba ima drugačije granice. Zbog toga je važno obratiti pažnju na reakciju djeteta.

Šta se dešava s djetetom, čije se granice ignorišu?

Ako se djetetove granice stalno i iznova ignorišu ili prelaze, dijete može pretrpjeti značajne psihičke i fizičke posljedice.



Dijete uviđa da ne može raspolagati sobom i svojim tijelom i nema mogućnost opredjeljivanja. Nastaje stid. Dijete se upravlja prema odraslima. Ono uviđa da njegove granice nemaju značaja. Uči da trpi nelagodnosti i da se ne suprotstavlja. Time dijete postaje ranjivije za nasilno ponašanje drugih ljudi, npr. i za seksualno nasilje.

Kako da poštuje i štitite granice svog djeteta

Važno je da Vi i drugi odrasli prepoznate granice Vašeg djeteta, podržite ih i zaštitite. Kao roditelj, možete svom djetetu pomoći da upozna svoje granice. Od pomoći je, ako u porodici otvoreno pričate o ovoj temi. Pričajte i Vi o svojim granicama, kako se Vi osjećate, kada ih neko pređe i zahtijevajte da se i Vaše granice poštuju.

Razgovarajte sa svojim djetetom o njegovim granicama. Kakav kontakt mu je prijatan ili neprijatan? Ko smije da ga dodirne, a ko ne smije? Kako bi, recimo, trebalo da se ponaša prilikom pozdravljanja s drugim ljudima? Ne prisiljavajte svoje dijete da radi nešto što ono ne želi. Upitajte ga zašto nešto ne želi i prihvatite to.

Djetetu je potrebno mnogo hrabrosti da odbrani svoje granice. U tome mu je potrebna Vaša podrška: smije se odbraniti od neprijatnog fizičkog kontakta! Na taj način pomažete svom djetetu da se izbori za svoje sopstvene granice.



Primjer: Baka želi da poljubi dijete prilikom pozdravljanja. Djetetu je to neprijatno. Pričajte s djetetom o tome, kako se ono želi pozdravljati s bakom. Razgovarajte s bakom o tome, kako se dijete želi pozdravljati na drugi način – na primjer, slanjem poljupca. Budite pored djeteta prilikom pozdravljanja.

Kao roditelji međusobno postupajte brižljivo

Djeca dobro promatraju i tačno usvajaju, kako se odrasli ophode jedni prema drugima. Ona vrlo dobro osjećaju atmosferu u porodici. Kada se roditelji jedno prema drugom ophode brižljivo, djeca se osjećaju sigurno i zaštićeno.

Normalno je da se roditelji tu i tamo posvađaju. Čak i u svađi se može sačuvati poštovanje. Dijete uči na primjeru i prenosi to na svoje ponašanje prema drugim ljudima. Ono tako dosta uči, kako da se nosi s teškim situacijama.

Šta se desi kada dijete doživi nasilje između roditelja?

Kada se roditelji svađaju, mogu biti poprilično ljuti. Međutim, kada svoje konflikte rješavaju psihičkim ili fizičkim nasiljem, djeca se osjećaju bespomoćno i uplašeno. Često misle da su ona kriva za svađu roditelja.

Recimo, kada se roditelji psuju, ignorišu ili primjenjuju fizičko nasilje, to uznemirava dijete. Doživljaj nasilja između roditelja je za dijete jedan oblik psihičkog nasilja. Djeca, u najvećem broju slučajeva, primjećuju nasilje između svojih roditelja, čak i kada, na primjer, nisu prisutna u istoj sobi. To stvara veliki stres. Dijete može na to



reagovati potišteno, nemirno, uplašeno, agresivno ili pak, iz straha, ne reagovati uopšte. Doživljaj nasilja između roditelja po dijete može imati zdravstvene posljedice sve dok ne odraste.

Ovako pružate podršku svom djetetu

Za djecu dom predstavlja mjesto na kom su sigurna i bezbrižna. Kao roditelj možete mu pokazati da je moguće posvađati se i nakon toga se pomiriti. I to bez napadanja i vikanja. Dobro je i ako Vaše dijete vidi kako se Vi, nakon neke svađe, mirite s nekim i kako se izvinite za svoje ponašanje. To Vašem djetetu daje sigurnost, koja mu je potrebna za njegov dobar razvoj. Vi ste uzor za svoje dijete.



Ukoliko imate problema s partnerom, pronađite podršku u savjetodavnom centru svog kantona:

> <https://www.kinderschutz.ch/it/consultori.html>

Postavite svom djetetu jasna pravila

Pravila života u zajednici prate nas svuda. Ona djeci pružaju sigurnost i zaštićen, slobodan prostor. Ona znaju, kako se treba ponašati u određenim situacijama i mogu preuzeti odgovornost za svoje ponašanje. Pravila koja dijete nauči kod kuće, važe i napolju. Tako dijete uči, kako se treba ponašati prema drugim ljudima.

Pravila, koja su dobro postavljena i dosljedno se poštuju, pomažu da se dijete razvije u kompetentnu osobu i od značaja su za zajednički život u porodici. Ona doprinose tome da se ne ponavljaju svađe oko svakodnevnih tema, kao što je pospremanje ili radenje domaćih zadataka. To oduzima mnogo snage i strpljenja. Osim toga, pravila pomažu da se izbjegnemo opasnosti po dijete.

Šta se dešava kada se djetetu ne postave nikakva pravila?

Ako se ne postave nikakva pravila, dijete je zbunjeno. Osjeća se dezorijentisano i opterećeno u svijetu. Ne zna šta se od njega očekuje i kako se treba ponašati. To može dovesti do velikih frustracija, a samim tim i do agresije, nasilja i problematičnog konzumerizma. Ako dijete uvijek može raditi šta hoće, imati će probleme u ophođenju prema drugim ljudima. Na primjer, ponašaće se bezobzirno prema potrebama drugih osoba.



Kako vješto postaviti pravila

Mnoga pravila, kao roditelji, već pokazujete svojoj djeci. Ona se upravljaju prema Vašem ponašanju: Vi ste njihovi uzori.

Djetetu pomaže, ako su pravila povezana s posljedicama. Posljedice pokazuju djetetu da su pravila obavezujuća i pružaju mu sigurnost i orijentisanost. Pri tome se razlikuju *prirodne* i *logične posljedice*.

Prirodna posljedica nastaje bez Vašeg djelovanja i zbog toga se ne moraju postavljati pravila. Dijete uči kroz primjere, koje vrste ponašanja povlače kakve posljedice.

Primjer: hladan je jesenji dan, a Vaše dijete želi s Vama ići na igralište. Kažete svom djetetu da obuče debelu jaknu, jer je hladno. Vaše dijete, međutim, želi bez jakne da ide napolje. Već nakon 15 minuta na igralištu je Vašem djetetu hladno. Plače, s jedne strane zato što mu je hladno, a s druge strane zato što bi se rado i dalje igralo, ali shvata da mu je bez jakne nelagodno.

Logična posljedica je dogovor između Vas i Vašeg djeteta oko zajedničkih pravila i posljedica. Kada Vaše dijete može učestvovati u donošenju odluke, onda je voljnije da se pridržava pravila. Dijete se onda osjeća sposobno samostalno brinuti o sebi. Posljedice treba primjenjivati u većini slučajeva. Međutim, trebalo bi da budu i fleksibilne. Na taj način Vaše dijete uči da ste autoritativni, ali i da niste tvrdoglavi. Ipak, često roditelji kažnjavaju svoju djecu za neprimjereno ponašanje. Djeca, međutim, uopšte ne razumiju šta su pogrešno uradila. Mjere su zato smislenije od kazni i o njima bi trebalo, ako je moguće, prethodno razgovarati s djetetom.

Primjer: dijete želi jesti čokoladu prije večere. Vi ste se dogovorili s djetetom da samo jednom dnevno smije pojesti jedan slatkiš. Ako želi jesti čokoladu, to znači da nakon večere neće dobiti desert. Tako dijete može samo odlučiti. Ako se dijete odluči za čokoladu, budite dosljedni i nemojte mu kasnije dati desert.



Ako je moguće, mjera bi trebalo uslijediti odmah i biti povezana s ponašanjem, jer djeca razumiju samo ovdje i sada. Čak i uz mnogo volje, pridržavanje zajednički dogovorenih pravila ne uspijeva uvijek iz prvog puta. Djeca moraju ponavljati i vježbati stvari. To zahtijeva, ponekad, mnogo strpljenja. Ako se Vaše dijete odluči za posljedicu, pratite ga u tome s ljubavlju i ne puštajte ga samog. Također, može biti od pomoći da djetetu date dodatni prijedlog. Na primjer, podsjećanje da dijete neće dobiti desert, ako se odlučilo za čokoladu.

Pravila se moraju uvijek iznova kontrolisati. Prije svega, onda kada se neko pravilo rijetko poštuje. Razlog tome može biti i da to pravilo opterećuje dijete ili da (više) ne odgovara njegovom uzrastu.

Postavite, zajedno s djetetom, nekoliko, ali svrsishodnih pravila, jer djeca ne mogu zapamtiti mnoštvo pravila. Djeca se raduju kada primjećujete i cijenite njihove male napretke.

Ne kritikujte svoje dijete, već njegovo ponašanje

Bez obzira na to što volite svoje dijete, vjerovatno Vam nisu svi njegovi postupci super. Posebno je naporno, kada svom djetetu uvijek iznova morate ponavljati jedno te isto. Ponekad roditelji, u svojoj ljutnji, izgovore nešto poput: «Kako me nerviraš!» ili «Jesi li toliko glup da ne razumiješ?» Takve riječi bole svakog čovjeka, a djecu pogotovo. One povređuju njihovo samopouzdanje. Dijete mora, u svakom trenutku, znati da je cijenjeno i bezuslovno voljeno. To je važno za njegovo samopoštovanje i samostalnost, a samim tim i za njegov pravilan razvoj.

Šta se dešava s djetetom koje je stalno kritikovano?

Ukoliko dijete često sluša loše stvari o sebi od osoba s kojima se poistovjećuje, onda počinje vjerovati u sve te stvari. Vremenom, počinje misliti da je bezvrijedno. Mnogi roditelji nisu ni svjesni, koliko snažno utiču tim riječima na svoje dijete. Dijete koje o sebi misli da ništa ne umije ili da je glupo, sve manje vjeruje u sebe. Na kraju, to utiče na njegovo ponašanje. Neka djeca postanu plašljiva i pasivna, druga postanu ljuta i agresivna. Često onda popuštaju i uspjesi, na primjer u školi. Slabiji uspjeh i manjak prihvaćenosti vode do još većeg straha i povlačenja u sebe ili ljutnje i agresije. I tako nastaje vrtložno kolo.



Kako da kritikujete ponašanje, a ne dijete

Kada se nervirate zbog ponašanja svog djeteta, udahnite nekoliko puta duboko i izdahnite. Tako se možete malo smiriti. Zatim zastanite i razmislite, kakvo ponašanje očekujete od svog djeteta. Često nam je lakše da kažemo šta ne želimo, ali to ne pomaže djetetu u promjeni njegovog ponašanja. Zato pokušajte kazati, kakvo ponašanje želite.

Na primjer: dijete tokom večere obori čašu, jer se uživelo u pričanje neke priče. Umjesto da ga grdite ili da mu kažete, kako je smotano, recite: «Znam da si uzrujan. Donijeću ti krpu da obrišeš to. Pomjeri čašu od sebe, kada pričaš priču.»

Time možete svom djetetu prenijeti nešto veoma važno u životu: snažan osjećaj samopouzdanja. Mnogo će bolje dorasti izazovima svakodnevnog života, jer vjeruje u sebe i svoje sposobnosti. Na taj način je motivisano širiti svoja znanja i ne odustajati tako brzo, kada naiđe na neuspjeh ili razočarenje.






Kinderschutz Schweiz
Protection de l'enfance Suisse
Protezione dell'infanzia Svizzera

Zaštitimo djecu.

Jačajmo djecu.

**Mi smo snažan glas
djece u Švicarskoj.**

Vašom donacijom podržavate Kinderschutz Schweiz.

Na liniji: kinderschutz.ch/spenden 



HVALA VAM PUNO 

Kinderschutz Schweiz

Schlösslistrasse 9a | 3008 Bern
Telefon +41 31 384 29 29

www.kinderschutz.ch
info@kinderschutz.ch

   /kinderschutzschweiz
 /kinderschutz_ch