

# PUT OD MLADOG DO ISKUSNOG OCA

»» *Saveti za roditeljstvo* ««



IZDAJE:



PROGRAM PODRŽALI:



OAK  
FOUNDATION

IZDAJE:



PROGRAM PODRŽALI:



ORGANIZACIJE KOJE REALIZUJU YMI PROGRAM:



Objavlivanje ove publikacije podržali su Austrijska razvojna agencija i OAK Fondacija. Sadržaj i zaključci ove publikacije ne odražavaju nužno stavove Vlade Austrije i OAK Fondacije.

---

# PUT OD MLADOG DO ISKUSNOG OCA

---



➤ *Saveti za roditeljstvo* ➤

---

Napisao i pripremio:  
Srdan Dušanić



# Sadržaj



## **05** *Uvod*

## **07** *Uloga oca u roditeljstvu*

08 Uloga očeva pre rođenja deteta

08 Uloga tokom rođenja

09 Uloga očeva posle rođenja

## **11** *Razvoj dece*

11 Različiti aspekti razvoja dece

12 Korisne aktivnosti za razvoj dece

## **14** *Osnovni principi vaspitanja dece*

14 Kako učiti i vaspitavati decu?

15 Osnovni vaspitni stilovi

16 Ljubav i postavljanje "granica"

## **18** *Odnos i komunikacija sa decom*

18 Osnovna pravila dobre komunikacije sa decom

20 Gde je prava mera između slobode i discipline?

21 Kako uspostaviti određena pravila i disciplinu?

22 Kako i kada pohvaliti i kritikovati dete?

22 Kako se suočavati sa "teškim" ponašanjima dece?

## **29** *Čemu da učimo decu*

30 Saveti očevima za svakodnevne situacije

## **35** *Najčešće greške mladih očeva*

## **39** *Umesto zaključka*

## **40** *Literatura*

SUPER  
TATA



# UVOD

Svrha vodiča "Put od mladog do iskusnog oca"<sup>1</sup> je da na jednostavan i jasan način približi mladima ulogu, odgovornost i izazove sa kojima se očevi suočavaju te kako to sve izvršiti i prevazići na optimalan način. Brojne informacije i saveti koji postoje u ovom vodiču svakako da važe za oba roditelja ali on je prvenstveno namenjen sadašnjim i budućim očevima. Zašto? Brojna istraživanja kako u Jugoistočnoj Evropi tako i celom svetu ukazuju da očevi nisu dovoljno uključeni u odrastanje svoje dece i brojne obaveze koje to prati. Smatramo da su tradicionalne norme jedan od glavnih uzroka za to.

Tradicionalno vaspitanje podrazumeva podeljene uloge između roditelja. Obično su društvena očekivanja i norme takvi da bi majka trebalo da bude više angažovana u kući i brizi o deci. Ona je ta od koje se očekuje toplina, nežnost, briga. Od oca se očekuje da obezbedi egzistencijalne resurse za život. On je nosilac autoriteta koji određuje pravila i sprovodi disciplinu. Međutim, u današnjim uslovima tradicionalne uloge postaju neodržive. Žene su daleko više zaposlene nego ranije te nije realno očekivati da i dalje većina obaveza u porodici i domaćinstvu bude na njihovim plećima. Neophodno je da se muškarci više uključe. Međutim, pored tog razloga, još važniji razlog je psihološka i socijalna potreba dece da očevi više učestvuju u njihovom vaspitanju. Otac može da doprinese razvoju balansirane ličnosti dece, koji će imati odlučnost, integritet, emo-

cionalnu dostupnost i toplinu. Očevi bi trebalo da predstavljaju uzor dečacima kako da se u budućnosti ponašaju prema supruzi i deci, a devojčicama model za traženje emotivnog partnera, od koga će biti uvažene i doživljene kao ravnopravne partnerke. U praksi je vidljivo da je došlo do određenih promena, sve više je očeva koji se svakodnevno brinu o deci podjednako kao i majke. Ovaj trend svakako treba održati i dodatno osnaživati. Izazov koji se javlja u ovom procesu je da brojni očevi nisu potpuno sigurni kada i kako da se više uključe u brigu o deci.

Zbog tog izazova i potrebe, je i nastao vodič "Put od mladog do iskusnog oca". Vodič obuhvata osnovne informacije o ulozi očeva, razvoju dece, principima vaspitanja, odnosu i komunikaciji roditelja sa decom, čemu učiti decu, koje su najčešće greške očeva itd. Trudili smo se da ovaj vodič bude pisan jezikom koji je prilagođen mladoj populaciji, te da tehnički bude interesantno ilustrovan i pripremljen. Pokušali smo da brojne informacije i poruke budu predstavljene na zanimljiv i sažet način tako da finalni produkt ne bude preopširan. Nadamo se da smo uspeeli u tome, te da će vodič ispuniti svoju glavnu svrhu i doprineti većem učešću očeva u vaspitanju svoje dece i to na najbolji mogući način. Izrada ovog vodiča je jedna od aktivnosti koja se sprovodi u okviru projekta: "Dečaci i mladići kao saveznici u prevenciji nasilja i rodnoj transformaciji na

---

1 - termin 'otac' koji se koristi u celokupnom dokumentu odnosi se i na očuhe kao i sve staratelje

06 | Severozapadnom Balkanu". Projekat sprovodi organizacija CARE International Balkan, a u saradnji sa svojim partnerima u Bosni i Hercegovini, Srbiji, Hrvatskoj, Albaniji i Kosovu\*, a uz podršku Austrijske razvojne kooperacije i OAK fondacije.

---

\* U skladu sa Rezolucijom 1244

---



**SUPER  
TATA**



# ULOGA OCA U RODITELJSTVU

Uloga oca u podizanju dece nije važna samo iz pespektive pomoći majkama, već i same bebe. Već u ranom periodu bebe mogu da osete razliku između majke i oca. Budući da majke i očevi obično imaju drugačiji pristup deci, to može da donese pozitivne refleksije na razvoj dece. Beba stara šest nedelja jasno razlikuje glas majke od glasa oca. Beba u smirenom stanju intenzivnije reaguje na glas majke, dok u

uznemirenom stanju će se obično lakše smiriti u naručju oca. Majke često izgovaraju iste reči pre hranjenja, pre kupanja, pri uspavlivanju... Tate retko sa takvom doslednošću pristupaju detetu što je dobro jer beba tako prepoznaje da je drži tata. U nešto starijem uzrastu, vreme koje majke provode sa decom je često programirano kroz hranjenje, presvlačenje, kupanje ili neke edukativne igre. Vreme koje tata provodi sa detetom nije tako strukturisano i sadrži više improvizacije u igrama. Očevi se generalno više "fizički" igraju sa decom kroz različite sportske igre, te igre u kojima ima manje priče, a više fizičke aktivnosti. To je izuzetno korisno, jer takva aktivnost pomaže telesnom razvoju deteta, a takođe i razvoju mozga. Sve ovo ukazuje na strukturalnu važnost angažovanja očeva u podizanju dece. Važnost uloge oca se može podeliti u tri faze.



## 08 | *Uloga očeva pre rođenja deteta* ←

Istraživanja su pokazala da veliki broj muškaraca nije uključen u aktivnosti pre porođaja partnerke. Te aktivnosti nisu zanemarive i veoma je važno da muškarac u njih bude uključen i na taj način pruži podršku majci svog budućeg deteta. Te aktivnosti podrazumevaju:

- Podrška partnerki kroz zajedničke posete ginekologu
- Preuzimanje određenih kućnih obaveza koje je partnerka radila (npr. pranje, čišćenje itd)
- Pomoć partnerki ukoliko je potrebno da se pridržava određenog režima ishrane ili ako treba da pije neke lekove
- U završnoj fazi trudnoće pripremiti stvari koje buduća majka nosi sa sobom u porodilište
- Pripremiti sobu i neophodne stvari koje će biti potrebne kada majka i beba izađu iz bolnice
- Ne izbivajte mnogo iz kuće tokom ovog perioda, nije fer!
- I najvažnije, muškarac bi trebalo da bude strpljiv, smiren i pažljiv. Tako će da pozitivno utiče i na buduću majku koja je u ovom periodu posebno osetljiva i ranjiva.

## *Uloga tokom rođenja* ←

- Kada vam partnerka javi da se bliži porođaj, važna je samo jedna stvar: budite u bolnici tokom porođaja.
- Ukoliko je komplikovano da budete prisutni u samoj porođajnoj sali, možete čekati porođaj svog deteta u bolničkoj čekaonici.

**SUPER  
TATA**



Nakon izlaska majke i deteta iz porodilišta počinje nova faza u vašem životu. Verovatno je prvih sedam dana najstresnije. Taj prvi period karakterišu ushićenje zbog rođenja deteta, plač deteta i veoma malo sna za roditelje. U tom periodu neposredno nakon rođenja vodite računa o nekoliko stvari.

- **Budite što više kod kuće.** Mnogo je obaveza oko novopridošle bebe, neophodno je da se što više uključite. Ako radite, najbolje je da uzmete nekoliko slobodnih dana, zakon vam to omogućuje.
- **Učestvujte u brizi o bebi, potrebni ste i bebi i partnerki.** Oslobodite se stereotipa kakav tata treba da bude. Pomozite tokom noći u hranjenju bebe, a ako vaša partnerka doji, pravite joj društvo i pomozite u presvlačenju i kupanju bebe. Učestvujte u menjanju pelena, to i nije tako teško. Ako beba mnogo plače tokom noći, a nije gladna, pokušajte vi da je smirite da bi se majka odmorila.



- 10 | → **Pomozite u ostalim kućnim poslovima.** Pružite veliku pomoć partnerki ako pomognete prilikom spremanja kuće, odlaska u nabavku, pripremi hrane itd.
- **Vodite računa o gostima.** Vašoj partnerki je potreban odmor i nije zgodno da nju i bebu često posećuju. Sve posete dogovorite unapred i to u periodu kada to vama odgovara.
- **Rođenje deteta prate i neke birokratske obaveze.** Potrebno je u formalnom smislu, dati detetu ime, izvaditi mu u opštinskoj / gradskoj upravi ili drugoj instituciji jedinstveni matični broj, izvod iz matične knjige rođenih itd.
- **Planirajte** da ćete već tokom prvih mesec dana voditi dete u savetovalište gde će je/ga pregledati pedijatar/ica, primiće i vakcinu.

Vodićete je/ga i na kontrolu kukova i verovatno ćete sa detetom kući raditi uobičajene motoričke vežbe.

- **Kako se dete razvija** i raste tako se menjaju i njegove navike, sposobnosti i potrebe. Pažljivo slušajte savete pedijatra/ice, pogotovo o uvođenju novih namirnica u ishranu deteta. Nije zgoreg da imate i neku kvalitetnu knjigu o razvoju dece.
- **Uživajte.** Ovaj period nosi mnogo obaveza i odgovornosti ali je neponovljiv. Dobili ste najveći dar i zato uprkos svim obavezama uživajte u bebi i svakom momentu!
- **Pročitajte** naredne stranice ovog vodiča, trebaće vam!



**SUPER  
TATA**

# RAZVOJ DECE

## *Različiti aspekti razvoja dece* ←↵

Razvoj dece se može posmatrati kroz nekoliko aspekata razvoja. Najčešće razlikujemo sledeće aspekte razvoja:

- Fizički rast i razvoj (promena i razvoj oblika, veličine, visine i težine tela);
- Razvoj fine i krupne motorike (sposobnost kretanja, kontrole pojedinih delova tela);
- Spoznajni razvoj (obuhvata mentalne aktivnosti poput otkrivanja, prepoznavanja, klasifikovanja, procene ideja, rešavanje problema, predviđanje);
- Socijalno-emocionalni razvoj (kako se deca osećaju u odnosu na sebe i druge, kako ulaze u odnose i komunikaciju sa drugom decom i ljudima);
- Razvoj govora (usvajanje razumljivih simbola kojima se komunicira sa okolinom);
- Razvoj perceptualnih sposobnosti (korišćenje informacija dobijenih putem čula vida, sluha, dodira, okusa, mirisa i položaja tela).

Svaki aspekt razvoja nosi sa sobom brojne specifičnosti u različitim uzrastima. Promene su pogotovo intenzivne u prvim godinama. Trebalo bi imati u vidu da se deca mogu razvijati različitim tempom. Pogrešno je pokušavati "na silu" kod deteta razviti određene sposobnosti i to može da izazove kontraefekat.

O bilo kojoj aktivnosti deteta da se radi potrebno je voditi računa o razvojnim mogućnostima deteta (aktivnost ne sme predstavljati opterećenje za dete) , interesovanju deteta (nisu poželjne nametnute aktivnosti), predviđenom vremenu za aktivnost. Navešćemo korisne aktivnosti za različite aspekte razvoja dece:

### *☞ Poželjne aktivnosti za fizički razvoj ☞*

- Poželjni raznovrsni oblici kretanja.
- U prvoj godini života dete bi trebalo da pravilno puzi, zatim da se pravilno diže na noge, da hoda uz samopridržavanje za adekvatne predmete, da hoda uz pomoć drugih, samostalno sedi i sl.
- U drugoj godini dete bi trebalo da samostalno hoda, u drugoj polovini godine da samostalno trči, da trči u krug, da skakuće na obe noge istovremeno uz pridržavanje, da se penje uz nekoliko stepenika uz pomoć drugog lica (držanje za dve, a zatim i za jednu ruku).

### *☞ Poželjne aktivnosti za razvoj čula ☞*

- Potrebno je da se u vidnom polju deteta nalaze zanimljivi i bezopasni predmeti.
- Roditelji bi trebalo da deci pokazuju predmete različitih boja.
- Najbolje je ne zahtevati od deteta da kaže kakve je boje lopta, već prilikom dodavanja lopte detetu reći – izvoli plavu loptu.

### *☞ Zdravstveno-higijenske aktivnosti deteta ☞*

- U prvoj godini najvažniji je pravilan san, položaj i odmor.
- U drugoj godini trebalo bi učiti brisanje ruku i usta posle ručka.
- U trećoj godini decu bi trebalo navikavati da samostalno peru ruke i da samostalno koriste hranu.

## *Socijalno-emocionalne aktivnosti deteta*

- U prvoj godini potrebno je razviti interesovanje dece za odrasle.
- U drugoj godini dete može da se igra samostalno uz prisustvo druge dece ili u manjoj grupi dece.
- U trećoj godini dete prihvata JA – Ti igru.
- U četvrtoj godini vidan je napredak u uvažavanju želja odraslih za vreme igre.

## *Aktivnosti intelektualnog razvoja deteta*

- Za intelektualni razvoj su pozitivne sve igre koje imaju otkrivalački, pronalazački, logičko-matematički karakter i sl.
- U prvoj godini korisne su aktivnosti traženja skrivenih predmeta.
- U drugoj godini posebno su važne simboličke igre.
- U trećoj godini intenzivno se razvija govor i zbog toga moramo biti strpljivi za dečija pitanja
- Vodimo računa da se podsticanje razvoja ne svede na igranje video igrice. Pola sata dnevno je sasvim dovoljno.

## *Aktivnosti za razvoj emocionalne zrelosti*

- Ne razmaziti decu i ne raditi sve stvari za njih, to može negativno uticati na njihovo samopouzdanje.
- Deci ne bi trebalo pružati preteranu zaštitu. Takvoj deci će onda nedostajati hrabrosti, samostalnosti i sigurnosti. Doživljavaće okruženje kao opasno mesto.
- Ne reagovati pred decom stresno i panično jer će i oni početi tako da reaguju.
- Uvažavati mišljenje dece, saslušati ih.
- Ne vredati i ne ponižavati decu.

Trebalo bi se truditi da se sve spomenute aktivnosti sprovode što spontanije, kroz igru i u periodu kada je dete zainteresovano. Naime, istraživanje sa Univerziteta u Kembridžu je pokazalo da je slobodno vreme dece previše ispunjeno školskim i nekim drugim planiranim obavezama, te da veoma malo vremena ostaje za slobodnu igru i interakciju sa vršnjacima. Deca žive prema strogo utvrđenom rasporedu, sa nedostatkom slobodne igre, što može da utiče na njihovu kreativnost ali i na „abnormalnosti u neurološkom razvoju“.

# OSNOVNI PRINCIPI VASPITANJA DECE

## *Kako učiti i vaspitavati decu* ←↵

Osnovne metode vaspitanja su: metoda podsticanja, navikavanja, uveravanja i sprečavanja.

- Metoda podsticanja je metod kojim se na dete deluje s ciljem da započne, istraje ili dovrši određenu aktivnost. Primenjuje se kada dete pokazuje uspeh ali i onda kada dete ne istrajava u započetoj aktivnosti. Ova metoda podrazumeva razumevanje dečijih potreba, hrabrenje, pohvale, nagrade itd.
- Navikavanje se temelji na ponavljanju i primeni određenih radnji, s ciljem da se usvoji određena veština ili sposobnost sa što većim stepenom samostalnosti deteta. To se postiže pokazivanjem radnje koja se uči, postepenim vežbanjem, zajedničkim vršenjem aktivnosti.
- Uveravanje se koristi kako bi dete izgradilo pravilne vrednosti, stavove i osećanja te razvilo odgovornost. To se postiže kroz zajedničko vrednovanje aktivnosti, argumentovane razgovore i primere.
- Metoda sprečavanja se koristi u slučaju da navedene metode ne daju rezultate. Ona podrazumeva: zahtev, kritiku, kontrolu, opomenu, naredbu, kaznu.

**SUPER  
TATA**



Postoji nekoliko glavnih stilova vaspitanja.

**Autoritarni stil** vaspitanja karakteriše strog i zahtevan pristup roditelja. Roditelji pokazuju malo ljubavi i strpljenja, a od deteta zahtevaju disciplinu koja se ostvaruje pretnjama i kaznama. Posledice su da je dete plašljivo, nesigurno, nepoverljivo ili pak agresivno.

**Demokratski stil** podrazumeva postavljanje zahteva i granica, ali detetu se pružaju i ljubav, toplina, razumevanje i prihvatanje. Kao metod vaspitanja se često koriste dogovor i dvosmerna komunikacija. Posledice su da je takvo dete odgovorno, samostalno i samopouzvano.



16 | **Popustljivi stil** karakteriše prezaštitnički odnos roditelja koji žele da udovolje detetu. Roditelji emituju mnogo topline i ljubavi, ali ne postavljaju zahteve. Posledice su naizgled raspoloženo i vedro dete ali često neodgovorno, razmaženo i impulsivno dete.

**Ravnodušni stil** vaspitanja karakteriše nezainteresovanost roditelja za potrebe, pitanja, želje i ambicije deteta. Takvo dete često menja raspoloženje, a može biti sklono i nekim ekstremnijim asocijalnim ponašanjima.

Iz svega navedenog vidimo da je demokratski stil najadekvatniji. Da bi dete postalo samostalna i odgovorna ličnost potrebno mu je pružiti ljubav, podršku, razumevanje, a isto tako trebalo bi postaviti i granice i kontrolu njegovog ponašanja.

## *Ljubav i postavljanje "granica" ←*

Postoji mnogo saveta i pravila za vaspitavanje dece ali vrhovni princip je da volimo dete i da mu to pokažemo. Ljubavi, zagrljaja i poljubaca nikad nije viška. U nekom periodu trudićemo se da dete usvoji razne druge veštine i pravila ponašanja. Neke stvari neće ići kako smo planirali, to će nas nervirati, bićemo ljuti na decu. Važno je da upamtimo da ne smemo zbog sekundarnih stvari da narušavamo vrhovni princip, a to je ljubav između dece i roditelja! Ljubav daje detetu samopouzdanje, sigurnost, pozitivnu sliku o samom sebi. Kako preneti svoju ljubav na decu. Evo nekoliko saveta:

- Potrudite se da cela porodica bude što više na okupu tokom svakog dana – zajedno pravite jelo i jedite, šetajte, razgovarajte, zajedno idite kod prijatelja... Okupljenost porodice je veoma važna, pogotovo ako je praćena prijatnim zajedničkim aktivnostima. To daje detetu neophodnu stabilnost.
- Govorite svom detetu svaki dan da ga volite, zagrlite ga, ljubite, nema razloga da to krijete!
- Pomozite deci da razviju osećaj samopoštovanja pružajući konstantnu podršku i ohrabrenje. Pomozite im da otkriju svoju snagu kroz ljubav, utehu i vreme koje im posvećujete.
- Provodite zajedničko vreme u aktivnostima u kojima deca uživaju
- Ako je vaše dete uznemireno ili u lošem raspoloženju razgovarajte sa njim o njegovim osećajima.
- Pomozite im da razviju veštine i sposobnosti koje odaberu (npr. sport, muzika itd).



**SUPER  
TATA**



Međutim, da od deteta ne bismo dobili razmaženog princa ili princezu koji/a misli da sav svet mora da se vrti oko njega / nje, veoma je važno da ljubav prema deci prati i postavljanje određenih "granica." Šta to znači? Evo nekoliko saveta.

- Na dosledan način ukažite detetu koja ponašanja su prihvatljiva, a koja ne.
- Ne ispunjavajte sve dečije želje, pogotovo ako su one nerazumne.
- Ispunjavanje svih dečijih želja će se "odbiti od glavu" i deci i roditeljima. Roditeljima na način da će ih deca s vremenom početi sluđivati sa ne-realnim zahtevima, a deci tako što će se teže uklapati u svetu vršnjaka.
- Neka sa postavljanje granica ne pretvori u "dresuru" dece i programiranje njihovog ponašanja u svakoj situaciji.
- Najbolje vaspitanje je ono koje prati ljubav i umereno postavljanje granica. Takva deca postaju sigurna, odgovorna, zrela i samostalna.

# ODNOS I KOMUNIKACIJA SA DECOM

## *Osnovna pravila dobre komunikacije sa decom* ←↔

Dobra komunikacija obično proizilazi iz bliskosti odraslih i dece te prihvatanja dece. Potrudite se u komunikaciji dati detetu do znanja da je prihvaćeno, i to kroz reči i dela.

Postoje razni stilovi komuniciranja sa decom kao što su: naređivanje, savetovanje, ucenjivanje, kritikovanje, hvaljenje, ismejavanje, razuveravanje, proveravanje itd. Svaki ovaj stil ima svoju negativnu stranu čak i slučaju kada nam se čini da je neki stil bezuslovno pozitivan. U stvari, svaka komunikacija postaje negativna ako guši ili osuđuje dečije mišljenje. Sve u svemu, trebalo bi izbegavati učestalo kritikovanje, osuđivanje, naređivanje, provociranje, ismejavanje, preterano savetovanje, ispitivanje, upadanje u reč i sl. Pa koji je onda najbolji vid komunikacije???

Najkonstruktivnija komunikacija je ona koja podstiče decu da kažu još više. Trebalo bi izbegavati kritiku i ohrabriti dete da podeli svoja osećanja, ideje, stavove. Način na koji se to vrši može biti neverbalan (npr. klimanje glavom), te kroz razne podstičuće reči ili rečenice (npr. "Šta je još bilo? Reci mi nešto o tome? Kako si se osećao/la? Ispričaj mi celu priču? itd).

U situacijama koje su na neki način konfliktne preporučuje se model nenasilne komunikacije poznatiji kao tzv. "ja poruka". Model "ja poruka" nas uči kako da umesto automatskih reakcija, koje su često pune optužbi i naredbi, razgovaramo iz perspektive naših i tuđih potreba. Postoje četiri komponente modela "ja poruka":



1. Opažanje i opis situacije onako kako jeste, bez generalizacije, optuživanja...
2. Izražavanje osećanja, kako se osećamo kad primetimo prethodnu akciju.
3. Izražavanje potreba koje su povezane sa osećanjima koja posedujemo.
4. Saopštiti zahtev bez naređivanja, optužbi, ucena, povisivanja tona...

Primer izjave koja obuhvata sve četiri komponente ja poruka: "Marko, kada vidim dve loptice prljavih čarapa ispod stočića i još tri pored televizora, iznerviram se jer imam potrebu za većim redom u prostorijama koje svi delimo. Da li bi hteo da odneseš čarape u svoju sobu ili u mašinu za pranje veša?" Ovo nije tako komplikovano, ali važno je da primenjujete u praksi!



**SUPER  
TATA**

Veoma je složeno pitanje koliko bi decu trebalo usmeravati i disciplinovati, a koliko im dozvoliti da se slobodno razvijaju, uče i ponašaju. U nekim ranijim vremenima akcenat je bio na disciplini, dok u novija vremena naglašavaju se i prednosti fleksibilnijeg vaspitanja. U prilog većoj slobodi idu istraživanja razvojnih psihologa koji za nesmetan razvoj deteta, ističu važnost toplog odnosa roditelja koji neće biti zasićen strogim pravilima i kaznama. Takođe, upitno je u kojoj meri su norme i pravila koje roditelji žele da "ubace u glavu" dece uopšte ispravna. Veoma je malo principa i istina koji su apsolutno tačni i dugoročno nepromenljivi. Treći argument protiv velike discipline i pravila je da se na taj način guše određeni afiniteti,

sloboda mišljenja, kreativnost, talenti i autentičnost deteta. Sa druge strane, jasno je da su deci potrebna određena pravila i granice. Ona ih štite da u detinjstvu ne urade nešto opasno po život, donose im određeni red i strukturu koji su obično preko potrebni za unutrašnju stabilnost. Imajući ove i brojne druge "za i protiv" argumente, jasno je da smo na prilično klizavom terenu i da nije jednostavno dati neke jasne savete o ovoj temi. Ono što je konstanta i što bi trebalo naglasiti, je da ljubav i bliskost roditelja prema deci bi trebalo da budu vrhovni princip, te da su sva druga pravila podređena njima. Važno je prilikom disciplinovanja deteta da ne odemo u krajnost i da posledica tog procesa ne bude da je ličnost deteta psihički slomljena i ugušena. Dakle, određena pravila i disciplina da, ali nikako apsolutno poslušno dete-robot!



**SUPER  
TATA**

## Kako uspostaviti određena pravila i disciplinu? ←

Pre svega, pravila bi trebalo postaviti u okviru nekoliko sfera življenja.

- **Dečija sigurnost** (npr. ne skakati sa visine, ne dirati izvore struje, ne igrati se sa staklom itd)
- **Zdravlje** (poštovanje režima ishrane i spavanja).
- **Higijenske navike** (redovno pranje ruku, zuba, samostalno oblačenje itd)
- **Učenje osnovnih manira** (npr. pozdravljanje starijih, ne upadanje u reč, zahvaljivanje za uslugu, ne psovati, ne bacati smeće itd).

Trebalo bi opet napomenuti da se kod većine ovih pravila (izuzev onih koji spašavaju život) ne mora biti isključiv. Nije smak sveta ako tokom ručka dete ne može taj dan da jede posluženu hranu već želi nešto drugo. Insistirajući rigidno na nekom našem pravilu verovatno ćemo napraviti samo goru stvar. Dakle, trebalo bi biti dovoljno senzitivni i osetiti kada je potrebno biti fleksibilan sa pravilima. Evo nekih konkretnih saveta koje bi trebalo imati na umu prilikom disciplinovanja deteta.

- Svako pravilo bi trebalo objasniti detetu kroz prijatnu komunikaciju.
- Pravila bi trebalo da budu prilagođena detetu, tako da ono može da ih razume
- Detetu bi trebalo objasniti pozitivne strane nekog pravila.
- Trebalo bi izbegavati poruke sa gotovim rešenjem, biće bolje ako dete samo dođe do poente.
- Odrasli bi trebalo da se pridržavaju pravila koje prenose na decu.
- Svaka disciplina i pravilo trebalo bi da se zasnivaju na njihovom smislu i vrednosti, a ne na roditeljskoj moći.
- Poštovanje pravila i discipline trebalo bi da se odvija dosledno i redovno osim možda u nekim specifičnim situacijama kada je dete možda bolesno, umorno ili pospano.
- Zaboravite na fizičko kažnjavanje.
- Držite se svoje reči i realizujte ono što kažete.

## *Kako i kada pohvaliti i kritikovati dete?* ←←

Dete bi od malih nogu trebalo učiti da sve što se radi u životu ima neku svoju posledicu koja može biti pozitivna, negativna ili i jedno i drugo. Ukoliko smo mi "izvor" tih posledica, trebalo bi voditi računa o nekoliko stvari.

- Svaka pohvala ili kritika trebalo bi da bude utemeljena i opravdana.
- Ako previše hvalimo ili kritikujemo, naše intervencije izgubiće "moć" i neće izazivati nikakav efekat kod dece. Trebalo bi voditi računa da ne postanemo dosadni sa savetima.
- Pohvale i nagrade deluju dugoročnije od kazni ili kritika.
- I pohvale i kritike trebalo bi da budu što preciznije, dakle trebalo bi da budu usmerene na konkretno ponašanje. Treba izbegavati rečenice poput: "Ti si najgori /najbolji", "Ti nemaš pojma", "Nikad nećeš uspeti" itd.
- Svaka nagrada i kazna da bi imala efekat trebalo bi da bude važna za dete.
- Neke od poželjnih nagrada mogu da budu: priprema poslastice koju dete voli; sitni darovi (sličice, poster, olovka i sl.); odlazak na mesto koje dete voli (npr. igraonica, park); posebne privilegije (npr. igranje video igrice) itd.
- Ne zaboravite na moć zagrljaja i poljupca!

## *Kako se suočavati sa "teškim" ponašanjima dece* ←←

Roditeljstvo nije samo "hod po lovorikama", ponekad je i "hod po trnju". Svaki roditelj se kad – tad suoči sa nekim "teškim" ponašanjima dece koja nije tako lako transformisati. Uvek postoji razlog za loše ponašanje dece, i kada shvatimo razloge takvog ponašanja lakše ćemo se nositi sa situacijama u kojima se deca ponašaju nedolično. Ovo su neki od najčešćih razloga:



- Nedostatak pažnje. Deca koja osećaju da ne dobijaju dovoljno pažnje, pokušavaju da je privuku veoma često i kroz neka asocijalna ponašanja.
- Potreba za kontrolom. Svi mi imamo temeljnu potrebu za osećajem moći i kontrole u našim životima. Deca će nekad reći "ne" kako bi dobila kontrolu, ili će učiniti suprotno od onoga što smo im rekli, opet iz istog razloga.
- Nejasne granice. Ako deca ne znaju šta je (ne)dozvoljeno, mnoga će testirati granice tako što će raditi neke aktivnosti koje su za odrasle neprihvatljive.
- Loši porodični odnosi. Deca su vrlo osetljiva na sve što se događa oko njih. Ako se roditelji često svađaju i raspravljaju pred decom, deca će postati napeta i to osećanje će možda izraziti na razne neprilagođene načine.
- Fizička nelagoda. Deca se mogu asocijalno ponašati ako su izloženi gladi, fizičkom naporu, gužvi, buci itd.

Ovo su neki od uzroka koji mogu da proizvedu razna "teška", asocijalna i neprihvatljiva ponašanja dece poput izražene tvrdoglavosti, hiperaktivnosti, besa i ljutnje, nekontrolisanog plakanja ili straha, psovanja, agresivnosti i nasilja, krađe, grickanja noktiju, tehnološkoj zavisnosti. U svakoj situaciji trebalo bi dobro razmisliti šta je dovelo do takvog ponašanja deteta. Poed toga, evo nekih saveta kako reagovati u takvim situacijama.

### *🌀 Izrazita tvrdoglavost i nametljivost 🌀*

Ovu decu karakteriše izražena neposlušnost, želja da u svakoj situaciji dominiraju i da bude po njihovom. Iako deluju dominantno, često imaju manjak samopouzdanja. Budući da su navikli da dobijaju sve, svaki mali nedostatak doživljavaju veoma emotivno i kao veliki gubitak ili poraz. Saveti za odnos prema ovakvoj deci su:

- Omogućiti u porodici ambijent gde svi prirodno i otvoreno ispoljavaju svoje slabosti.
- Pratite ponašanje deteta i na svaki njegov normalan zahtev odgovorajte sa ljubaznošću i određenom nagradom.
- Ne nadmećite se sa detetom i ne ulazite u njegovu igru komandovanja;
- Ne demonstrirajte pred detetom naređivački odnos.

Hiperaktivnost se sve više javlja kod dece. Povezuje se sa poremećajima metabolizma te sindromom deficitarne pažnje. Karakteriše ga nemogućnost koncentracije, nestrpljenje, stalni pokret i nemir, povremeni napadi besa prilikom neuspeha, kratko interesovanje za igračke itd. Saveti za suočavanje sa hiperaktivnošću su:

- Davati deci često male i pegledne zadatke;
- Imati plan rada za svaki dan i jasnu strukturu šta i kad se radi;
- Igrati igrice koje zahtevaju koncentraciju, poput kockica;
- Ne nuditi detetu istovremeno mnogo igračaka. Skloniti ih sa radnog stola;
- Čitati detetu priče jer ih to smiruje, pogotovo pred spavanje;
- Trošiti energiju kroz fizičku aktivnost i sport;
- Pokazivati bliskost prema detetu kad god je to moguće;

### *Bes i ljutnja*

- Ostanite smireni, batine i vikanje neće pomoći;
- Razgovarajte, pitajte dete da vam objasni šta ga je toliko naljutilo. Pokažite da vam je stalo do njegovih/njenih osećanja. Ako ne želi da priča, ne forsirajte, pokušajte kasnije kada se malo smiri.
- Ako vas dete udara, uhvatite ga čvrsto (ali ne grubo) za ruku i recite: "Ne smeš da me udaraš!"
- Odvedite dete na sigurno mesto gde ne može da se povredi, najbolje kući;
- Popuštanje će voditi novim izlivima besa te to svakako nije poželjno;
- Ne pridavanje posebne pažnje može biti uspešno sredstvo u ovakvim situacijama, pogotovo kod starije dece;
- Kod mlađe dece, obećati da ćete udovoljiti želji ali ako fino zamoli;
- Dosledno stajati iza svoje odluke;
- Učiti dete kako da nedestruktivno ispolji svoj bes (npr. da crvenim flomasterom šara po papiru, da se istrči itd)
- Budite dobar primer, ne ispoljavajte svoj bes pred decom jer tako ona uče da besno reaguju

Nasilno ponašanje dece mogu da postaknu brojni faktori poput: fizičko kažnjavanje od strane roditelja, ravnodušnost i nedostatak ljubavi, prevelika sloboda bez granica, alkoholizam u porodici, preterano gledanje nasilnih sadržaja u medijima, uticaj vršnjaka itd. Saveti u slučaju učestalog nasilja dece su sledeći:

- Omogućiti detetu da izbací agresivnost kroz neku fizičku aktivnost, sport i sl;
- Izbegavati nasilne sadržaje u medijima;
- Smanjiti agresivnost u porodici;
- Često razgovarati sa detetom i objašnjavati mu/joj (može i kroz tzv. igranje uloga) kako neki problem može da se reši bez agresivnosti i kako reagovati na nenasilan način. Podstaci ga da se stavi u ulogu deteta/osobe koje je bilo žrtva njegovog nasilnog ponašanja.
- Stalno sa detetom razvijati prislan odnos.

## *Krada*

Deca kada krađu, najčešće krađu igračke ili slatkiše, uglavnom od druge dece u vrtiću, igraonici ili iz drugih mesta gde se deca okupljaju. To čine najčešće jer nemaju to što im se dopada. Ako su mlađeg uzrasta često to i ne doživljavaju kao nešto loše. Ako se krađa učestalo ponavlja, to može biti i simptom doživljaja odbačenosti pa se na taj način skreće pažnja na sebe. U tom slučaju bi kazne bile potpuno pogrešan metod za rešavanje ovog problema. Najbolja prevencija je vaspitanje puno ljubavi, poverenja i iskrenog odnosa. Još neki saveti su:

- Kada se krađa prvi put desi ne reagovati na ekstremlan i nasilan način;
- Omogućiti detetu da na regularan način zadovolji svoje potrebe;
- Razgovarati sa detetom o osećanjima druge, oštećene strane;
- Ono što je ukradeno, trebalo bi da se vrati;

Grickanje noktiju je navika uglavnom uzrokovana određenim stresom ili napetošću. Odrasli često ne mogu da prepoznaju koje situacije mogu da izazovu stres i osećaj teskobe kod deteta, i zbog toga je jako teško prepoznati uzroke grickanja noktiju. Pokušajte da prepoznate vreme, mesta i aktivnosti najčešće povezane sa grickanjem.

- Pogrešno je kritikovati i kažnjavati dete zbog grickanja noktiju.
- Razgovarajte sa svojim detetom o ovoj navici i pokušajte da utvrdite uzroke napetosti. Objasnite mu kako je to loše i za zdravlje jer se ispod vrhova noktiju kriju različite bakterije.
- Pokušajte ići korak po korak. Dogovorite se sa detetom o malim nagradama koje ćete mu/joj dati ukoliko ne bude grickalo nokte jedan dan, pa drugi, pa treći... i tako dalje.
- Ponudite alternativu. Pokušajte sa žvakom, bombonom ili nečim sličnim, što može detetu dati potrebnu oralnu stimulaciju kada oseti napetost.

### *Psovanje*

- Za decu mlađu od šest godina jednostavan i kratak pristup je najbolji: "Da više nikad nisi psovao / la". Starijoj deci, koja su sposobna da shvate kompleksnija objašnjenja, potrebno je pojasniti zašto psovanje nije u redu.
- Pitajte dete da li razume šta znače te reči. Ako je odgovor "ne", objasnite da je reč uvredljiva, da utiče na druge, i da nije prihvatljiva.
- Razgovarajte sa detetom i pronadite nove, neuvredljive reči koje može da kaže kada se oseća uzrujano ili ljuto.
- Ako ništa od gore navedenog ne pomaže, odredite posledice za svako naredno psovanje.
- Ispravljajte sebe i ostale, to će uticati da i deca pre prestanu da psuju.



**SUPER  
TATA**



### *🌀 Nekompatibilno kukanje i plakanje 🌀*

Ovde govorimo o plakanju i kukanju koje nije posledica stvarnog bola ili problema, već više hira deteta. Veoma je važno da pravilno razlikujete opravdani plač od usiljene kuknjave. Potrebno je da budete svesni činjenice da svako dete nekad kuka, plače, dere se. Dete će još više kukati ako roditelj zbog toga počne da popušta pred detetovim zahtevima. Važno je da roditelj pokaže odlučnost ali bez besa, velikih pridika ili nervoze.

- Na prvi znak kukanja odmah recite: „Prestani, neću da slušam takve glasove.“ U trenutku kad kukanje prestane, pozitivno odreagujete na normalni ton deteta i na taj način ćete podsticati prestanak dečijih hirova.
- Pokažite detetu lep način da se nešto traži.
- Recite detetu da nikada neće dobiti ono što želi ako bude na sličan način kukalo ili plakalo bez razloga.
- U slučaju da dete i dalje nastavi da plače neophodno je da postoji tačno određena posledica ovog ponašanja. Isto važi i za psovanje, udaranje, pljuvanje, odgovaranje i sl. Najbolje je da posledica usledi odmah nakon neprihvatljivog ponašanja jer tada ima najveći efekat.

Različiti strahovi često obuzmu decu, poput straha od mraka, druge dece, nepoznatog prostora, buke, životinja, neuspeha itd. Strah se može razviti kroz bezazlenu igru u kojoj deca plaše jedni druge različitim stvarima i pojavama.

- Razgovarajte sa detetom o tome šta ga je uznemirilo, kada je strah počeo, šta dete misli da je najgora stvar koja će se dogoditi. Ukažite mu da su izvori straha u stvari bezopasne prirodne pojave, npr. mrak, insekti itd.
- Ne idite metodom "bacanja u vatru", to može stvoriti još gori efekat, tj. panični strah ili fobiju.
- Nacrtajte zajedno ono čega se dete boji. Ako su u pitanju insekti, nacrtajte zajedno bubu koje se jako boji i ne zaboravite da čestitate detetu kada dovrši crtež. Tada je zajedno dotaknite, kako bi dete uvidelo da se ništa nije dogodilo. Malo po malo, i već kroz nekoliko dana dete će biti spremno da dotakne pravu bubicu.
- Čitajte zajedno o onome čega se dete boji. Ako su to insekti, čitajte o njima. Budite strpljivi ukoliko ne dođe odmah do pozitivnog pomaka.

### *Zavisnost dece o tehnologiji i medijima*

U proseku, deca provedu 35-40 sati nedeljno uz televizor, računar, telefon / tablet što ih na specifičan način izoluje od porodice, a izloženi su i sadržajima pornografije, nasilja i besmislenih reality show emisija. TV i video igrice su loši roditelji i dadilje, te je potrebno da se njihovo konzumiranje smanji.

- Potrudite se da znate šta vaše dete gleda, čita ili sluša.
- Odredite pravila korišćenja ovih vrsta medija (vreme, mesto, sadržaj...).
- Pokušajte da objasnite detetu koji medijski sadržaji su štetni i zašto.
- Ohrabrite dete da uživa u "zdravijim" vidovima zabave poput šetnje, crtanja, slaganja kocki itd.
- Svojim primerom pokažite detetu da bi trebalo da bude manje vezano za sadržaje iz medija.

# ČEMU DA UČIMO DECU?

Postoje neke moralne i humane vrednosti i osobine koje su pozitivne za sve ljude i važe za celi život. Pod tim podrazumevamo:

- iskrenost i poštenje;
- altruizam (pomaganje drugima);
- marljivost i odgovornost;
- pokazivanje i razumevanje emocija;
- nesebičnost;
- samostalnost;
- strpljenje;
- upornost;
- ponos;
- ljubaznost;
- otvorenost prema promenama;
- postavljanje i ispunjavanje ciljeva itd.

Pored ovih univerzalnih vrednosti postoji još mnogo lekcija koje možemo da učimo naše dete. U nastavku se nalaze brojne pouke koje mogu biti korisno štivo za čitanje u periodima slobodnog vremena ili pred spavanje. Možete ove pouke da zajedno čitate sa decom i razgovarati o njihovom smislu.

**SUPER  
TATA**



30 | *Saveti očevima za svakodnevne situacije* ⇐⇐

- *Provodi dosta vremena sa detetom, pogotovo dok je malo.*
- *S vremenom, dozvoli detetu da bude sve samostalnije i odgovornije.*
- *Uči dete da ono što pozajmi neka i vrati!*
- *Pomozi mu da shvati da je nekad normalno biti slabiji ili neuspešniji od drugih.*
- *Televizija je najgori roditelj i dadilja na svetu!*
- *Nauči dete da ne povređuje druge ljude.*
- *Nauči ga/je da deli sa drugom decom.*
- *Nauči dete da čuva svoje stvari.*



**SUPER  
TATA**





- *Pripremi ga da na svetu postoje i loši ljudi.*
- *Nauči da ga da poštuje autoritet ali ne i da bude rob ili sluga.*
- *Pomozi mu u pisanju domaćeg zadatka.*
- *Uči ga/je da isprobava nove stvari.*
- *Jedite zajedno kad god je to moguće.*
- *Idite zajedno na sportske utakmice.*
- *Uči ga/je da raspolaže sa novcem.*
- *Ne ogovaraj majku zajedno sa detetom.*
- *Uči dete da bude tolerantno prema različitim ljudima.*
- *Zasmejaj svoje dete, smeh je višestruko zdrav i koristan.*
- *Zagrlj i poljubi dete kad god možeš!*
- *Pusti dete da puzi, pre će prohodati!*
- *Istraživanja pokazuju da deca misle da očevi bolje pričaju priče za laku noć - pokaži i dokaži!*
- *Zdravlje nije u višku kilograma, ne preterujte sa hranjenjem!*
- *Ne opijaj se pred detetom, pomisliće da to tako treba!*
- *Dozvoli svom sinu da plače.*
- *Ne prebacuj na dete svoje neostvarene želje!*
- *Ne planiraj dečije slobodno vreme do najsitnijih detalja. Dozvoli i detetu da radi ono što voli i želi.*
- *Na dečija pitanja odgovaraj iskreno, a ako ne znaš odgovor reci da ćeš se raspitati pa kasnije odgovoriti.*
- *Aktivni roditelji - aktivna deca; lenji roditelji - lenja i deca*

- *Ako roditelj u detinjstvu štiti dete od svih izazova, ti izazovi će ga dočekati u odraslom dobu!*
- *Slobodna igra najbolje podstiče dečiji razvoj!*
- *Posadi sa svojim detetom drvo ili biljku.*
- *Uči dete da voli i poštuje životinje.*
- *Prošetaj sa svojim detetom po mraku, predloži mu da jednu etapu ide nekoliko koraka ispred vas.*
- *Pomozi svom detetu da uživa u lepoti ranog jutarnjeg sunca ili mesečine.*
- *Podstakni svoje dete da nauči da ponekad uživa u tišini.*
- *Pitaj dete pre spavanja, kakav mu je bio dan, šta je sve radio/la tokom dana, šta mu/joj je bilo lepo, a šta ne. Ovo će mu pomoći da upoznaje sebe i duhovno raste.*
- *Predloži detetu da piše svoj dnevnik.*
- *Plivajte zajedno, ono je korisno za razvoj deteta.*
- *Omogući svom detetu da se bavi nekim sportom.*
- *Podstiči dete da isprobava nove vrste hrane, uključujući i one koje se više jedu u nekim drugim zemljama.*
- *Uči dete da pomaže drugima ali i da se s tim ne hvali na sav glas.*
- *Uči dete da daje pomoć siromašnima ili bolesnima - nazovite zajedno neki humanitarni broj.*
- *Kupi detetu kasicu i podstakni ga da skuplja i štedi svoj novac.*
- *Pomozi detetu da shvati koliko koštaju osnovne namirnice.*

The logo consists of the words "SUPER" and "TATA" stacked vertically in a white, bold, sans-serif font. The text is centered within an orange circle. The background of the page features abstract orange shapes, including a large tree-like structure at the top and several overlapping circles and loops at the bottom and right side. A partial image of a person's arm in a blue sleeve is visible on the right edge.

**SUPER  
TATA**



- *Daj ponekad detetu novac da samo plati namirnice u prodavnici.*
- *Dozvoli detetu da odabira sveže voće i povrće u prodavnici ili pijaci.*
- *Kada dođe vreme za to, pokušaj da objasniš detetu šta je ljubav, seks i čemu služe genitalni organi. Ne pravi od ovoga "tabu" temu, pristupi joj kao i svakoj drugoj potrebi koju čovek ima.*
- *Odredi vreme kada će dete ići na spavanje.*
- *Nauči dete kada i kako se telefonom zove policija ili hitna pomoć.*
- *Uči dete da nikada ne započinje i ne učestvuje u tuči.*
- *Uči dete da psihički i fizički ne maltretira drugu decu.*



## SUPER TATA

- *Uči dete da pokuša ako može da zaštiti drugo dete koje neko maltretira ili tuče.*
- *Poštuj dečije crteže, zalepi neki u kući ili na poslu - ceniće to!*
- *Nesrećno dete je često umorno ili gladno. Obrati pažnju...*
- *Uči petogodišnjaka o štetnosti alkohola i droge.*
- *Jedite u porodici zajedno, kad god je to moguće.*
- *Neka vaša deca kuvaju s vama, to je korisna i zabavna veština koja će im sigurno zatrebati.*

- *Pokaži detetu kako da sprema i složi svoju odeću.*
- *Uči dete da uvek posle igre pospremi svoje igračke.*
- *Nauči dete kako da te zove telefonom, a onda mu odgovaraj na pozive. Zauvek.*
- *Kako dete raste, daj mu sve veće odgovornosti.*
- *Nagrađuj dete kad god to ima smisla.*
- *Ne toleriši dečije izlive besa, ni šira okolina neće u budućnosti! Nauči ga/je na vreme konstruktivnom ispoljavanju nezadovoljstva.*
- *Galami na dete i dobićeš galamdžiju!*
- *Uči dete da ne odustaje od cilja kod prve prepreke.*
- *Nemoj da vodiš dečije borbe, prepusti to njemu / njoj, osim ako se ne radi o ozbiljnijem zlostavljanju.*
- *Podstiči dete da se igra napolju kad god je to moguće.*
- *Nauči ti da ne možeš da ga naučiš sve što si planirao.*
- *Objasni mu da postoje ljudi različite boje kože i da su svi podjednako vredni.*
- *Čak iako možeš, ne kupuj detetu sve što poželi.*
- *Nasilje odraslog nad detetom utiče da i to dete lako može postati nasilno!*
- *Nauči dete kako da pronađe put prema kući.*
- *Uči dete da se ne boji da proba nove stvari.*
- *Ako je sport koji tvoje dete trenira važniji tebi nego njemu, tu nešto škripi!*
- *Pripremi svoje dete da su porazi sastavni deo života.*
- *Nauči svoje dete da se dostojanstveno ponaša i kada pobeđuje i gubi u nečemu!*
- *Ako ste porodica vernika, molite se zajedno sa detetom!*

- *Kada dete nešto traži, ponekad mu to daj nakon nekog vremena. Važno je da nauči da bude strpljiv/a.*
- *Nikada ne kritikuj detetovu majku pred njim!*
- *Uči dete da postavlja ciljeve i da planira korake kako da ih ostvari. Na primer, da nauči da vozi bicikl može da bude jedan od tih ciljeva koji se uči u fazama.*
- *Uči ga/je da sam/a proceni kada bi trebalo da obuče novu odeću, a staru odloži za pranje.*
- *Pričaj sa detetom o njegovim / njenim i svojim snovima.*
- *Podstiči dete da čita knjige. To može usmeriti dete na pozitivnu stranu.*
- *Često ponavljaj svom detetu da ga voliš. To mu daje sigurnost i samopouzdanje.*
- *Neka dete provodi vreme sa širom porodicom.*
- *Uči dete kako da konstruktivno ispolji svoj bes ili agresivnost.*
- *Nauči dete da su ljudi različiti i da ne moraju da misle i ponašaju se kao on/ona.*
- *Ne kritikuj dete ispred njegovih prijatelja i prijateljica.*
- *Nauči dete svojim primerom da ne kasni.*
- *Nikada ne vozi malo dete na prednjem sedištu.*
- *Bebe i mala deca moraju tokom vožnje da budu smešteni i vezani u dečjem sedištu.*
- *Pričaj detetu kako je važno da ide u školu i da bude dobar učenik/ca.*
- *Ohrabri dete da ne konzumira alkohol i droge iako se to možda dešava u njegovom okruženju. To ne znači da je on/ona slabić već da je hrabar/hrabra i da ima svoj karakter.*



**SUPER  
TATA**

- *Savetuj dete na vreme da se ne druži sa vršnjacima koji piju ili se drogiraju.*
- *Nauči ga najvažnijim životnim vrednostima, a to definitivno nisu igračke, odeća, auto ili bilo koja druga stvar!*
- *Nauči svog dečaka da je normalno da muškarci rade u kuhinji, čiste kuću ili brinu se o deci.*
- *Ohrabri dete da učestvuje u školskim humanitarnim ili volonterskim akcijama. Tako se uči šta znači biti aktivan/na građanin/ka.*
- *Uči dete da svako delo ima svoju posledicu.*
- *Dopusti da dete oseti posledice svog ponašanja, pozitivne ili negativne. Posledice su najbolji učitelji.*
- *Uči dete strpljenju, ljubaznosti i toleranciji. Ako ga sada ne naučiš, žalićeš kasnije.*
- *Ohrabri dete da brani svoja prava i uverenja čak i ako drugi misle drugačije.*
- *Ako je pogrešio/la, ne opravdavaj ga/je i ne brani. To će doprineti da bude odgovorniji/a ali i da se nosi sa pritiskom.*

- *Uči ga da je poverenje kao konopac. Kada pukne, može da se veže ali uvek ostaje čvor.*
- *Ne obećavaj detetu nešto što ne možeš ispuniti.*
- *Ne preti detetu nečim što nećeš uraditi.*
- *Shvati da ti ne možeš biti detetu sve!*
- *Nauči dete da završi posao koji je počelo.*
- *Nauči dete da se izvini kada nešto pogreši.*
- *Ako odeš na neko putovanje, zovi ga telefonom, nedostaješ mu!*
- *Uči ga da nije problem ako se u nečemu ne uspe, već ako prestane da pokušava!*
- *Uči svoje dete kako da koristi osnovne kućne alatke, čekić, klešta, ekser itd.*
- *Uči dete da se snovi mogu ostvariti uz veliku veru, posvećeni rad i odricanje!*
- *Kada dete odraste, dozvoli mu da ode, fizički i mentalno!*

**SUPER  
TATA**



# NAJČEŠĆE GREŠKE MLADIH OČEVA

## *☞ Pasivna uloga oca ☞*

Postoje i danas očevi koji veruju, u skladu sa nekim tradicionalnim normama, da bi majke trebalo da odgajaju decu, a očevi da obezbeđuju egzistenciju i kada se vrate kući gledaju TV ili čitaju novine. To je valjda jedna od najvećih

gluposti ikada zbog koje pate i očevi i deca i majke. Dakle, ne robujte tim stereotipima. Oba roditelja bi trebalo da podjednako vaspitavaju decu, skinite noge sa taburea i uključite se!



## 40 | *Nedostatak kontakta i razgovora u porodici*

Sve češći problem savremenog društva je velika ubrzanost i trka za sticanjem materijalnih dobara. Jedna od posledica je da su članovi porodice sve manje zajedno. Istraživanja su pokazala da manja okupljenost porodice direktno korelira sa većim nivoom asocijalnih ponašanja dece. Dakle, deci je potreban kontakt i to po mogućnosti što kvalitetniji i ispunjeniji. Nikakav novac to ne može nadoknaditi!

## *Nerazumevanje i kritikovanje deteta*

Brojnim roditeljima je često teško da shvate jednu jednostavnu stvar, da je dete – dete! Roditelji često očekuju da petogodišnjak nikada ne prospe, ne padne, ne postavi besmisleno pitanje i sl. Na takva dešavanja reaguju nervozno, uz kritike, optužbe i omalovažavanja dece. Da bi se to izbeglo potrebno je da roditelj pre svega bude svestan svojih nerealnih očekivanja. Da bi se to prenelo i u praksu, potrebno je da roditelj radi na sebi, da povremeno posmatra sebe, analizira svoje stavove i ponašanja. Najbolje je ako se ova samoanaliza radi sistematski npr. dva puta dnevno, tako ćete sami sebe "držati na uzdi".

## *Preterana roditeljska kontrola*

Ovu grešku uglavnom čine roditelji sa prvim ili jedinim detetom. Pokušavaju da osiguraju da se detetu ništa štetno ne desi. Previše ga zaštićuju, rade brojne stvari koje bi dete trebalo samo da radi, odgajaju ga "kao pod staklenim zvonom." Rezultat je da dete postaje nesigurno, nesamostalno, uobraženo i nezrelo. Namera roditelja je bila pozitivna, ali deca moraju ponekad da uče iz sopstvenih grešaka.

## *Nedostatak posledica*

Ovu grešku najčešće čine roditelji koji imaju više dece, ili koji dobiju prvo dete u kasnijoj životnoj dobi. Ponekad su jednostavno preumorni da bi sproveli kaznu u delo kada deca "zabrljaju". Ako se to prečesto dešava deca (dete) će pomisliti da mogu da rade šta god žele. Na taj način dete neće naučiti kako da preuzme odgovornost.



**SUPER  
TATA**

Pogrešno je da vaspitavamo dečake sa porukama da moraju da budu hrabri, dominantni, da ne pokazuju emocije itd. Tako mislimo da ćemo ih zaštititi od neprijatnih situacija, a u stvari tako često sprečavamo da razviju emocionalnu inteligenciju. Dečake ne bi trebalo samo učiti da štite porodicu, već i da se porodica neguje iznutra, komunikacijom, bliskošću i razmenom emocija. Takođe, greška je isključivo potencirati da bi devojčice trebalo da budu nežne, lepe, suzdržane, a pri tome ne isticati da budu npr. pametne, hrabre itd. Trebalo bi da nauče da nisu ništa manje vredne nego muškarci. Rodno-sterotipne poruke mogu da postanu tokom života veliki teret. Naime deca koja usvoje i internalizuju ovakve poruke, tokom života pokušavaju i da ih prožive što često komplikuje međuljudske odnose, pogotovo sa partnerom/kom. Pogotovo su u riziku dečaci i mladići od kojih se očekuje da budu "alfa" mužjaci. U slučaju da ne ostvare takva očekivanja, što je veoma moguće, takvi muškarci postaju nesigurni i razočarani u sebe.



Roditelji koji su nestrpljivo čekali rađanje deteta, često zaborave na sve što se dešava izvan odnosa sa samim detetom. Potpuno su posvećeni detetu, zapostavljajući druge sfere življenja. Ovo može da utiče na lošiji kvalitet odnosa sa partnerkom i prijateljima. Takođe, potpuna usmerenost prema detetu može dovesti s vremenom i do "gušenja deteta" jer je i ono prezasićeno odnosom sa roditeljem. Dakle, volite dete ali ne zaboravite na partnera/ku i prijatelje! Ili još bolje, volite dete i partnerku ali ne zaboravite i na sebe! Ne dozvolite da sa rođenjem deteta umre kompletan svet oko vas! Pronađite balans!



## UMESTO ZAKLJUČKA

Roditeljstvo je jedna od najvažnijih uloga koju neko može da ima tokom života. Pogotovo je intenzivno i važno u periodu dok su deca mala. Iskoristimo ovaj period. Ne dozvolimo da nam deca odrastu a da mi to zbog nekih drugih obaveza skoro i ne primetimo. Kajaćemo se

jednom zbog toga. Mnogo je saveta kako biti dobar roditelj, ali ako bi trebalo nešto izdvojiti onda je to da posvećeno roditeljstvo zahteva vreme. Biti aktivan i angažovan u životu djece od ranog djetinjstva mora biti prioritet jer je to veoma važno za razvoj deteta. Međutim, ako smo roditelj u "žurbi, u prolazu" ređaće se greška za greškom. Pronađimo balans između profesionalnog i porodičnog života. Nijedan novac ne može da kompenzuje propušteno odrastanje dece! Veoma je važno da provodimo kvalitetno vreme sa decom i da u tom periodu budemo opušteni, strpljivi, pozitivni. Mi smo im potrebni.

**SUPER  
TATA**



## Literatura



Dobud – Došen, A. (2005). *Malo dete veliki istraživač*. Zagreb: Alinea.

Grupa autora (2013.). *Priručnik za dadilje i roditelje*. Banja Luka: Centar za kreativni rad sa djecom Dobri medo

Glennon, W. (2009). *Best things fathers do*. New York: Universe publishing.

Gordon, T. (2006). *Umeće roditeljstva*. Beograd: Kreativni centar, Grupa Most.

Harrison, H. (2013). *Father to son*. New York: Workman publishing.

Ivić, I., Novak, J., Atanacković, N., Ašković, M. (2007). *Razvojna mapa*. Beograd: Kreativni centar.

Zomer, J., Kopic, K. (2001). *Problemi sa klincima*. Beograd: Teovid.

Kamenov, E. (2006). *Obrazovanje predškolske dece*. Beograd: Zavod za udžbenike i nastavna sredstva.

Milivojević, Z., Bilban, K., Kokelj, V., Kramberger, M., Steiner, T., Kožuh, B. (2007). *Mala knjiga za velike roditelje*. Novi Sad: Psihopolis institut.

## Izvor sa interneta:



[www.roditeljstvo.com](http://www.roditeljstvo.com)



## CARE International Balkan:

Hasana Kaimije 11  
71000 Sarajevo  
Bosna i Hercegovina  
Tel: +387 33 536 790

Petra Lekovica 59  
11000 Beograd, Srbija  
Tel: +381 11 3558 802  
Email: mstarcevic@care.rs

Aleja Svetog Save 7a #17  
78000 Banja Luka  
Bosna i Hercegovina  
Tel: +387 51 258 200  
Email: spetkovic@carewb.org,  
jcrowover@carewb.org

Gazmend Zajmi # 21  
10 000 Priština  
Tel: +381 (0) 38 224 779; 222 435  
Email: Besnik.Leka@care.org

[www.youngmeninitiative.net](http://www.youngmeninitiative.net)

ORGANIZACIJE KOJE REALIZUJU YMI PROGRAM:

