

→ Prihvatite sopstvena osjećanja: ako vidite da ćete izgubiti kontrolu nad svojim emocijama, bolje je da se udaljite... Normalno je da se zbog nečega naljutite na dijete, ali nije prihvatljivo da ispoljite bijes tako što ćete ga udariti ili poniziti!

→ Najvažnije od svega jeste da ne zaboravite da stalno pokazujete djetetu da ga volite.

Ukoliko Vas ponašanje Vašeg djeteta, i/ili Vaše ponašanje prema njemu/njoj uznemirava, čak i kada smatrate da ste uradili sve što ste mogli ali je bilo uzalud, zatražite savjet od pedagoga ili psihologa. Zapamtite, to nije dokaz Vaše slabosti, već izraz želje da budete dobar roditelj i svome djetetu pružite kvalitetno djetinjstvo i odrastanje.

RODITELJI MORAJU DA ZNAJU DA NEKI METODI KAŽNJAVANJA DJETETA JEDNOSTAVNO NIJESU PRIHVATLJIVI.

FIZIČKO KAŽNJAVANJE

(šamari, udaranje prutom, batinom...)

Fizičko kažnjavanje predstavlja vrstu kontrole koja se zasniva na fizičkoj snazi. Suštinski, ono je izraz nemoći roditelja da usmjere djetetovo ponašanje. Ne postoji „Samo ga nekad udarim“ – svaki oblik fizičkog kažnjavanja smatra se nasiljem koje predstavlja opasnost po zdrav razvoj djeteta.

Fizičko nasilje se lančano širi, nasljeđuje, imitira... Vrijeme je da prekinemo ovaj lanac rasprostiranja. URADIMO TO SADA!

EMOCIONALNO/PSIHOLOŠKO KAŽNJAVANJE

(manipulisanje ljubavlju tipa: “Ne volim te kad si takva!”, “Kako si glup!”, “Ti si bezobrazna!”; vrijeđanje, ponižavanje, ismijavanje, izazivanje osjećanja krivice; ignorisanje, izolacija djeteta)

U osnovi ovog stila kažnjavanja leži poruka da dijete nije u redu, te da se to odnosi na njegove/njene osobine (“glupo”, “nevaljalo”, “nepodnošljivo”). Na osnovu navedenih kvalifikacija dijete stvara sliku o sebi i na taj način se i ponaša: ono stalno potvrđuje sliku koju su mu roditelji postavili u ranom djetinjstvu. Iako većina roditelja vjeruje da ova vrsta kažnjavanja ne ostavlja nikakve posljedice, upravo je suprotno – ostavlja UVIJEK, i to ozbiljne emocionalne posljedice.

Navedeni postupci kod djeteta razvijaju nesigurnost, osjećanje manje vrijednosti, gubitak samopoštovanja. Sve to predstavlja pogodnu osnovu za razvoj različitih oblika neadekvatnog ponašanja djeteta, kao što su agresivnost, nasilnost, povučenost, neprilagođenost, uznemirenost...

MINISTARSTVO ZDRAVLJA
www.mzdravlja.gov.me/ministarstvo

UNICEF CRNA GORA
www.unicef.org/montenegro



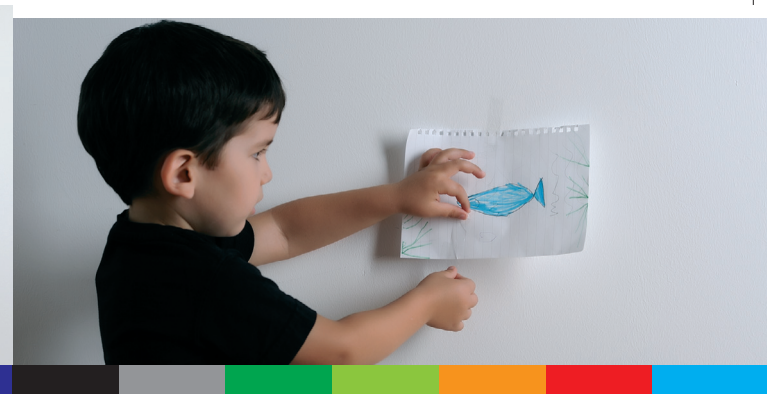
Fotografija: © UNICEF Crna Gora / Duško Milićević

POZITIVNA DISCIPLINA



MINISTARSTVO
ZDRAVLJA

unicef 



Fotografije: © UNICEF Crna Gora / Duško Miljenić

Kao što postepeno i uz podršku roditelja uči da hoda, govori i stiče navike ishrane i spavanja, na isti način dijete od samog rođenja počinje da razvija socijalne vještine i uči se bezbjednom ponašanju.

Prvih pet godina života najvažniji su period u razvoju djeteta – tada se stvara osnova za odnos prema sebi (samopoštovanje i samopouzdanje), prema drugima i prema svijetu. Da biste pomogli Vašem djetetu da usvoji određene norme i pravila ponašanja, kao i da biste postavili dobar temelj za njegov/njen budući razvoj, potrebno je da Vi budete strpljivi, istrajni, spremni da ponavljate instrukcije i da usmjeravate ponašanje djeteta, pružajući mu puno ljubavi, nježnosti i pažnje.

NE POSTOJI RECEPT ZA VASPITANJE DJETETA, ALI POSTOJE ODREĐENI POSTUPCI KOJI VAM MOGU POMOĆI DA SE OSJEĆATE BOLJE U ULOZI RODITELJA, A VAŠEM DJETETU DA ODRASTE U ODGOVORNU I ZADOVOLJNU OSOBU.

Evo nekoliko savjeta koji Vam mogu pomoći da usmjerite Vaše dijete ka poželjnim oblicima ponašanja.

- Provodite kvalitetno vrijeme sa Vašim djetetom: igrajte se sa njim/njom, crtajte, slušajte muziku, čitajte priče, idite u šetnje, jedite zajedno, razgovarajte...
- Vi određujete pravila i postavljate granice. Potrebno je da ih objasnite djetetu, ponavljate i provjeravate da li ih ono razumije. Pravila ponašanja se uče, ona nijesu urođena!
- Pravila moraju biti jasna i konkretna – Vaše dijete mora jasno da zna šta se od njega traži i očekuje. Potrebno je da Vi znate zašto djetetu govorite da nešto mora da uradi, jer je važno da mu/joj to i objasnite.
- Stvorite rutinu u ponašanju Vašeg djeteta – obroci u određeno vrijeme, igra, šetnje – to je osnov za sticanje navika. Ipak, povremeno dozvolite i promjenu rutine, kako biste Vašem djetetu omogućili da bude prilagodljivo i da nauči da uživa u kreativnosti i raznolikosti.
- Imajte na umu da je važnije ono što radite nego ono što kažete – budite dobar primjer Vašem djetetu.

- Odredite pravila i objasnite djetetu zašto su ta pravila dobra. Nije dovoljno kazniti dijete zato što ne poštuje pravilo, ukoliko ono ne razumije zašto je to pravilo važno. Na primjer, objasnite djetetu: "Ako to uradiš, onaj dječak će biti tužan. Kako bi se ti osjećala kada bi on to uradio tebi?" Sa objašnjavanjem postupaka, i Vaših i djetetovih, treba početi od samog početka – ono Vas ne mora uvijek razumijeti, ali ćete time kod sebe stvoriti potrebnu naviku da uvijek objasnite djetetu zašto su određena ponašanja poželjna, a druga ne.
- Pohvalite i nagradite dijete kad god uradi nešto dobro, jer ono tako usvaja socijalno poželjno ponašanje. Za dobro ponašanje mnogo je snažnija motivacija pohvala nego kazna!
- Kritikujte ponašanje, a ne ličnost djeteta! Na primjer, u redu je reći: "Ne treba da razbacuješ svoje igračke svugdje po sobi. Pospremi igračke u kutiju!"; ali ne i: "Stoko neuredna! Pokupi to!"
- Prihvatite osjećanja Vašeg djeteta i preusmjerite nepoželjnu aktivnost na aktivnost koja je prihvatljiva. Na primjer: "Razumijem da si ljut, ali igranje staklenom čašom nije sigurno. Evo, možemo zajedno da slažemo kulu od kockica, znam da ti to voliš da radiš..."