

## РОДИТЕЉСТВО

### САДРЖАЈ:

УВОД .....	2
НАГРАДЕ И КАЗНЕ .....	3
ГРАЂЕЊЕ РОДИТЕЉСКОГ АУТОРИТЕТА .....	5
ИСТИ РОДИТЕЉИ РАЗЛИЧИТА ДЕЦА .....	7
НЕИЗБЕЖНИ СУКОБИ .....	8
АУТОРИТАРНИ РОДИТЕЉ .....	9
РОДИТЕЉ БЕЗ АУТОРИТЕТА.....	11
РОДИТЕЉ СА АУТОРИТЕТОМ .....	12
УСПЕШНА ИЛИ НЕУСПЕШНА РЕШЕЊА .....	15
АКТИВНО СЛУШАЊЕ – ПРЕВОЂЕЊЕ „ТИ“ У „ЈА“ ПОРУКЕ .....	16
УМЕСТО ЗАКЉУЧКА .....	18

октобар, 2018.

Педагошко-психолошка служба

## РОДИТЕЉСТВО

### УВОД

Од многих улога које човек током живота има једна од најодговорнијих и најважнијих је васпитање и подизање деце. Родитељи доживљавају најлепша, али често и најтежа искуства, искушења и осећања одгајајући своју децу. Зато је тема родитељства увек актуелна.

Важне карактеристике у васпитању су емоционални однос према детету, доминантна позиција родитеља (ауторитарна, попустљива или са ауторитетом), као и родитељска одговорност (васпитна улога оба родитеља или преузимање од стране једног родитеља – у нашој култури то је најчешће мајка).

Прихватити дете, његов темперамент и карактероснов је доброг односа и васпитања и услов за подстицање психосоцијалног развоја детета. Прихваћено дете јача поверење у родитеље и стиче базичну сигурност.

Обучавање родитеља да се боље разумеју са својом децом и успешније решавају развојне и ситуационе кризе детета, један је од успешних начина у развијању добрих односа између родитеља и деце.

У текстовима који следе бавићемо се најчешћим проблемима са којима се родитељи суочавају у васпитавању деце, са идејом да Вам нова сазнања (или обновљена знања) о породици, применљива у пракси, помогну у грађењу властитог модела породичног живота и унапређењу породичних односа.

## **НАГРАДЕ И КАЗНЕ**

Родитељ је одговоран за васпитање детета и он одређује (или пресуђује) шта је добро, а шта лоше у понашању детета. У процесу васпитања родитељ користи васпитне мере усмерене ка обликовању понашања детета. Казна, као васпитна мера, увек је усмерена уназад ка сузбијању непожељног понашања, а награда увек унапред ка подстицању и развијању позитивних, пожељних облика понашања. Награде и казне свој смисао и сврху добијају у контексту специфичних односа које родитељи изграђују са својом децом. Ако је са родитељима нарушен однос, емоционално хладан и непотпун, дете награду доживљава као куповину љубави, као замену за љубав, а сваку па и најблажу казну као неправедну, као израз злоупотребе моћи.

### **Шта се подразумева под наградама?**

- материјална награда: новац, поклони
- вербална подршка: похвале, обећања

### **Шта награђујемо код деце?**

- понашање, поступке, особине, однос према другима

### **Колико често награђујемо децу? Да ли смо више склони кажњавању или награђивању?**

Истраживања показују да родитељи нерадо признају да кажњавају своју децу, али зато у високом проценту препознају да други родитељи то чине. Пракса показује да родитељи пре кажњавају него награђују, јер све што је добро у понашању детета подразумева се.

### **Који су најчешћи облици кажњавања?**

- физичка казна; вербална казна; ускраћивање потреба (забрана); ускраћивање наклоности, пажње, љубави; ускраћивање привилегија

### **Који су дозвољени, а који недозвољени облици кажњавања?**

- **недопустиве казне:** физичко и психолошко злостављање деце; психолошко злостављање се односи на све понижавајуће поруке које родитељ упућује детету када га грди (све ружне речи - увреде; негативно вредновање поступака детета – критика; одузимање вредности детету – омаловажавање; етикетирање детета као кривца за нешто – оптужбе; понижавање детета – изазивање стида)
- **дозвољени облици кажњавања:** опомена, прекор или превентивна употреба благе силе када је дете угрожено, у опасности или изазива опасност за друге

### **Зашто је казна увек мање моћно средство васпитања?**

- зато што није усмерена ка развоју него ка сузбијању понашања

### **Ефекти казне су по превилу непредвидиви и ограниченог деловања:**

- могу довести до елиминације непожељног понашања
- могу довести до механизма померања (недозвољено понашање детата када је ван контроле родитеља)
- могу довести до нарастања негативног понашања

### **Грешке у кажњавању:**

- **неиндивидуализована казна** (родитељи кажњавају нпр. оба детета истом казном непримерено њиховом различитом узрасту – због кашњења у школу десетогодишња ћерка и седамнаестогодишњи син добијају исту казну, морају на спавање у девет сати увече)
- **индиректна веза понашања и казне**(због тога што су нпр. открили да њихов син пуши родитељи га кажњавају ускраћивањем потреба - неће му купити патике, не дају му новац за ужину ...)
- **недоследност** (за исто понашање родитељи реагују непредвидиво - једном не кажу ништа, други пут забране омиљену активност, трећи пут физички кажњавају ...)
- **неправедност**(родитељи оптужују и кажњавају дете а да претходно нису проверили и потврдили да је одговорно за ситуацију због које га кажњавају)
- **одмазда** (родитељи детету „враћају истом мером“ за понашање које желе да санкционишу – дете је разбило вазу, родитељ уништва неку омиљену ствар детета)
- **центрираност казне на себе** (родитељи реагују према расположењу - када су нерасположени и незадовољни онда кажњавају)
- **предозирано кажњавање** (неодмерена казна у намери да дете „научимо памети“ – дете не брине о исхрани и шетњи свог пса, родитељи га поклоне рођацима на селу)

### **ПРЕПОРУКА РОДИТЕЉИМА:**

Бележите у току недеље шта и како награђујете, а шта и како кажњавате код своје деце:

- Да ли сте више склони кажњавању или награђивању?
- Да ли предност дајете материјалним или психолошким наградама?
- Да ли правите грешке у кажњавању?

## ГРАЂЕЊЕ РОДИТЕЉСКОГ АУТОРИТЕТА

Однос одраслих према деци је специфичан људски однос у коме постоји генерацијски дисбаланс – одрасли су одговорнији, зрелији, јачи, моћнији.

Однос родитељ – дете у коме су једна зрела, одрасла особа и једна још неизграђена личност која се у том односу развија, специфичан је и по томе што га карактерише трајна узајамна емоционална везаност. **Природа и квалитет односа од самог почетка зависи од позиције моћи (ауторитета) коју заузима родитељ.**

Постоје три различита модела родитељског ауторитета:

- **Ауторитарни родитељ** - родитељ који присваја моћ: „Ја најбоље знам шта је добро за моје дете.“
- **Родитељ без ауторитета** - родитељ који је моћ пренео на дете: „Дете најбоље зна шта му треба.“
- **Родитељ са ауторитетом** - родитељ који гради ауторитет не злоупотребљавајући моћ: „Заједно градимо добре односе.“

Ауторитарни родитељ	Родитељ без ауторитета	Родитељ са ауторитетом
изразито строг, не показује емоције, делује хладно	врло благ, топао у односима са децом	топао и благ
промењује своја права, ауторитет и моћ	допуштавелике слободе	одлучан и јасан у захтевима
верује у забране	не поставља ограничења (страх да свако ограничење представља фрустрацију)	допушта слободе, али тражи и одговорност (поштије потребе детета не занемарујући властите)
уводи јаку контролу и ограничења	не примењује мере ауторитета	изграђује заједничка правила при чему има јасну свест да је он зрелији и одговорнији
захтева одређено понашање	сматра да је штетно ограничавати дете у његовим потребама	уместо обликовања детета обликује однос са дететом
даје савете	уздржава се од саветовања детета - вера у снагу природног развоја	уместо ауторитета моћи примењује ауторитет вредности
очекује покорност		очекује одговорност
служи се казнама		очекује од детета прихватање последица за сопствено понашање

Последице које родитељи преузимају, заузимајући, једну од три основне позиција моћи		
Ауторитарни родитељ	Родитељ без ауторитета	Родитељ са ауторитетом
добро контролише понашање своје деце, али се излаже ризику да однос гради на негативним осећањима отпора и страха и да се послушност и конформизам деце преобрате у негативна и друштвено непожељна понашања	допуштајући велике слободе и поштујући вредности и моћи детета, одриче се (свесно или не) нужне родитељске одговорности у процесу васпитавања детета	изграђује добар однос са дететом, послушује и поштује његове потребе; учи дете вредностима које подстичу психолошки здрав и квалитетан развој личности

### ПРЕПОРУКА РОДИТЕЉИМА:

- Ставите се у реално проживљену позицију када сте и сами били деца; оживите у сећању једну ситуацију отпора према родитељском ауторитету и опишите начин како сте се супротставили.
- Ставите се у позицију свог детета тако што ћете означити његов типичан начин отпора подвлачећи одговоре на понуђеној листи:
  1. инат, побуна
  2. љутња, бес, непријатељство
  3. агресивност, враћање истом мером
  4. лагање, скривање осећања
  5. окривљавање других, варање
  6. доминирање, командовање осећањима, тиранисање
  7. посваку цену победити – оставити добар утисак на друге
  8. склапање савеза против родитеља
  9. поводљивост, покорност, подчињавање
  10. улагивање, умиљавање
  11. прилагођавање, страх да се покуша нешто ново, потреба за гаранцијом успеха
  12. повлачење, бежање
  13. нерад, пасивност, апатија
  14. снови, фантазија
  15. склоност ка болести, претерано (не) узимање хране
- Да ли увиђате сличности и разлике у механизмима отпора према родитељском ауторитету: Како сте Ви као дете реаговали, а како реагује Ваше дете?
- Да ли сте пренели исти образац понашања у васпитавању свог детета какав су имали и Ваши родитељи или се руководите супротним обрасцем понашања?
- Који модел ауторитета су примењивали Ваши родитељи, а који примењујете Ви?

## **ИСТИ РОДИТЕЉИ, А РАЗЛИЧИТА ДЕЦА**

Ова тема захтева одговоре на нека питања иако већина родитеља верује да има исти однос према сваком детету:

- Да ли постоје разлике међу децом?
- Ако постоје, где су изворишта тих разлика?
- Да ли и како исти васпитни утицаји могу да произведу различите последице код деце?
- Да ли родитељ треба да се прилагођава сваком детету?

Родитељи изграђују различите моделе понашања са својом децом, чак и онда када верују да имају потпуно истоветне васпитне ставове. Они врше различите васпитне утицаје, јер имају специфична очекивања од сваког детета.

Посебно извориште разлика је особен васпитни утицај сваког родитеља (оца и мајке) и када је међусобно вредносно усаглашен и складан (различите невербалне поруке, различити поступци као пример за усвајање одређеног понашања, различит сензибилитет и афинитети).

Такође, разлике међу децом објективно постоје. Оне су биолошке (прилагодљивост нервног система на спољашње надражаје; наследна основа, брзина и темпо развоја), психолошке (карактеристике личности – темперамент, идентификација са родитељем истог пола), „социјалне разлике“ (прворођено дете, мушко – женско дете, позиција између рођених браће и сестара). Позиција између рођених браће и сестара је значајна за осветљавање одређене „емоционалне позиције“ појединца. Разлика у полу и узрасту међу браћом и сестрама, редослед рођења, урођене карактеристике детета (нпр. здравствени проблеми), могуће подударање рођења детета са одређеним кризним или трауматским догађајем у животу породице, могуће велико значајна за развој личности, стил живота, специфичне проблематичне теме појединца у оквиру породице, тако да исти васпитни утицаји могу да произведу различите последице код деце.

### **ПРЕПОРУКА РОДИТЕЉИМА:**

- Како представљате (описујете) своју децу?
- Каква су ваша основна очекивања од деце (како ће „проћи“ у животу)?
- Које су две кључне речи које упућујете деци када Вас „изнервирају“, а које две речи сматрате „комплиментима“?

Одговор на питање какву поруку шаљете својој деци о томе колико су способни, добри, успешни, даје списак Ваших очекивања, али и особина и које ће деца развијати.

**КАДА СЕ ВАШЕ ДЕТЕ РЪАВО ПОНАША, РАЗМИСЛИТЕ КОЛИКО СТЕ ОДГОВОРНИ ЗА ТАКВО ПОНАШАЊЕ.**

## **НЕИЗБЕЖНИ СУКОБИ**

Овом темом желимо да допринесемо разумевању, препознавању и преиспитивању начина решавања сукоба између родитеља и деце у контексту могућих последица на будуће односе.

Свака ситуација у којој се истовремено јављају различите, супротне потребе, интереси и очекивања може да буде извор сукоба – конфликта између родитеља и деце. Сукоб може да буде латентни или отворени сукоб.

Сукоб је неизбежан пратилац различитости потреба, али у зависности од квалитета односа родитеља и детета различито се доживљава, различити су начини његовог решавања и различите последице, а будући однос зависи од начина на који се сукоби између родитеља и деце решавају. Отворена борба није нужан начин решавања сукоба. Када се конструктивно реши, сукоб води ка бољем разумевању. Добри односи родитеља и деце већ садрже клицу конструктивног решавања сукоба.

Родитељи увек треба да имају на уму да су они били деца, а деца тек треба да постану родитељи. Зато је детету објективно тешко да разуме родитељску позицију. Родитељ може имати субјективну тешкоћу да се стави у позицију детета ... али, чињеница да родитељ има доживљено искуство детета треба да појача његову одговорност и олакша превазилажење сукоба.

### **ПРЕПОРУКА РОДИТЕЉИМА:**

Бележите у наредном периоду:

- Око чега је долазило до сукоба са децом:
- Колико често се сукобљавате са својом децом?
- Како сте решавали сукобе?



## **АУТОРИТАРНИ РОДИТЕЉ**

Кључне речи ауторитарног родитеља су: НЕМОЈ, НЕ СМЕШ, МОРАШ, ПРЕКИНИ, УЋУТИ, ДА, НЕ, ОДМАХ, ..., а кључне реченице: „ЗАТО ШТО ЈА ТАКО КАЖЕМ“, „ВАЉДА ЈА ЗНАМ НАЈБОЉЕ“, „ЗНА СЕ КО ЈЕ СТАРИЈИ“, „МОРАШ, И ТО ОДМАХ“, „ДОК СИ У МОЈОЈ КУЋИ ...“.

Снажнаунутрашња потрба ауторитарних родитеља је контрола. Они користе сложене и разноврсне модалитете негативне контроле управљања дететом:

1. Најгрубља сила – физичко кажњавање детета
2. Физичка забрана – нпр. закључавање стана како би се дете спречило да изађе
3. Вербална забрана – „Док си у овој кући ....“
4. Тајни надзор – шпијунирање
5. Пасивни надзор – родитељи све време присутни у некој активности коју дете обавља, јер никад се не зна ...
6. Јавно надзирање – распитивање код другова и другарица, других људи, упадање у кафић где је дете са друштвом ...
7. Потпуно уплитање у живот детета – родитељ ради за и уместо детета ....
8. Стално мотрење – родитељи у сваком тренутку знају где је, с ким је, зашто је, како је њихово дете, јер га не пуштају „из вида“
9. Стална провера, ислеђивање – родитељ никада потпуно не верује детету, стално тражи доказе (ако каже да је било у биоскопу – нека покаже карту; ако је на рођендану – нека остави фиксни телефон да се провери; ...)
10. Укључивање саучесника у контролу – траже „доушника“ преко кога проверавају своје дете

### **ВАЖНО: ПОСТОЈИ И НЕОПХОДНА ДОЗА ПОТРБНЕ КОНТРОЛЕ У ВИДУ ПОМОЋИ И ПОДРШКЕ КОЈЕ РОДИТЕЉИ ПРУЖАЈУ ДЕТЕТУ.**

Када строг и ауторитаран родитељ решава сукобе са својим дететом са позиције моћи и силе то резултира стварањем привида да утиче на дете. Моћ присиљава или спречава дете да се понаша на одређен начин. Чим престане дејство моћи оно се враћа на стари начин понашања зато што примена моћи и силе ускраћује прилику за развијање самодисциплине и одговорности. Дете покушава да избегне родитељску контролу и забране што га доводи у ситуацију да изгради образац манипулисања родитељима и да осећа (и потискује) стрепњу, страх, гнев и осећање кривице.

Дете које родитељ побеђује силом или је послушно или агресивно дете са слабом мотивацијом да извршава наметнуто понашање. Послушно, покорно и попустљиво дете одрастањем замењује ауторитет родитеља другим ауторитетима (учитељ, професор, муж, жена, надређени на послу ...) тражећи контролу и одобравање за своје понашање.

Позитивне импликације: емоционално топли односи родитеља са децом умањују последице строгих захтева и помажу развијање социјално пожељних облика понашања код детета.

АУТОРИТАРНИ РОДИТЕЉ	
У сукобу са дететом	Последице по дете трајне
одлучује о решењу	слаба мотивација за извршавање одлуке
решење саопштава детету	осећај гнева, непријатељство, потреба за контролом
убеђује дете да прихвати решење	спутава се самодисциплина и одговорност
ако га не убеди користи моћ	недостатак унутрашње контроле и стална потрага за ауторитетом који ће контролисати понашање
контролише извршење	послушност

#### **ПРЕПОРУКА РОДИТЕЉИМА:**

Ако сте се препознали као ауторитаран родитељ размислите:

- Да ли сте до сада на овакав начин размишљали о контроли понашања свог детета?
- Шта желите да постигнете строгим наредбама, захтевима, претњама, казном?
- Да ли то успевате?

**КАО ПОСЛЕДИЦА АУТОРИТАРНОГ СТИЛА РОДИТЕЉСТВА ЈАВЉА СЕ ПАРАДОКС – ПРИМЕНОМ МОЋИ РОДИТЕЉИ ГУБЕ УТИЦАЈ НА ДЕТЕ!**

## **РОДИТЕЉ БЕЗ АУТОРИТЕТА**

КЉУЧНЕ РЕЧЕНИЦЕ: „ДЕЦА НЕ ТРЕБА ДА ИМАЈУ ОГРАНИЧЕЊА“, „ВАЖНО ЈЕ ДА СУ ЖИВИ И ЗДРАВИ“, „САМО НЕКА ЈЕ МИР У КУЋИ“, „УВЕК ЧИНИМ СВЕ ЗА ДЕЦУ“, „НЕ МОГУ ИМ НИШТА“

Благи и попустљиви родитељи дају претерану слободу деци, а она то могу да доживе као недостатак родитељске бриге.

РОДИТЕЉ БЕЗ АУТОРИТЕТА	
У сукобу са дететом	Последице по дете
дете има решење	уче како да манипулишу родитељима (нападима беса, уценама)
саопштава га родитељу	родитељима усађују осећај кривице
убеђује родитеља	егоистична деца (каприциозна, мало сарађују, импулсивна, несавладива, нереална у процени својих могућности)
примењује моћ и манипулацију	имају проблем у сусрету са „ауторитарним“ институцијама и групама
родитељ попушта	осећа да су родитељи често љути на њега, несигурност у родитељску љубав
родитељ је повређен, осећа се поражено, немоћно и кивно; често је гневан и љут на дете	мото: добити - узети
штитећи дете избегава одговорност васпитача	инвентивна деца уз високу цену

### **ПРЕПОРУКА РОДИТЕЉИМА:**

Сетите се ситуације у којој сте се као родитељ осетили побеђеним. Размислите шта и како сте могли да урадите другачије.

## **РОДИТЕЉ СА АУТОРИТЕТОМ**

Процес грађења родитељског ауторитета је сложен. Постоји тешкоћа да се напусти објективно доминантна позиција, али важна је спремност родитеља да снагу и моћ замени психолошким вредностима ауторитета који ће код детета развити поштовање, а не старх. Родитељ са ауторитетом примењује модел васпитања који је синтеза предности ауторитарног и попустљивог васпитног стила пружајући детету најбољу подршку, помоћ и подстицај у развоју - поштујући индивидуалност детета уважава његове потребе и допушта слободу, одлучање у попостављању захтева, контролише понашања детета али без примене силе и моћи.

Како се решава конфликт?

У сукобу нема ни победника ни побеђеног, тражи се најбоље решење и сагласност обе стране. Ефекат је јачање узајамног поверења и развијање квалитетног односа родитељ – дете:

1) Конфликт се идентификује и дефинише:

- родитељ бира погодно време када је дете спремно да разговара
- јасно каже у чему је проблем
- износи лична осећања у вези са проблемом
- не даје изјаве које вређају дете
- јасно испољава вољу за сарадњом (експлицитно каже: „Волео-ла бих да ово заједно решимо.“)

2) Разговара се о могућим решењима конфликта:

- родитељ пита дете шта предлаже, а затим даје своје предлоге
- не процењује и не ставља примедбе на предложена решења
- прихвата све идеје као могућа решења

3) Предлози се критички оцењују:

- одбацују се решења која нису прихватљива детету, родитељу или обома (јасно се каже зашто су предложена решења неприхватљива)
- родитељ и дете траже најбоље решење или боље од осталих

4) Одлучује се за најприхватљивије решење:

- договор о заједничком решењу прихватљивом за све
- оставља се могућност да се одлука може мењати
- обавезно се проверава да ли су свима јасне обавезе

5) Договара се о начину реализовања договореног решења:

- ко ће када и шта урадити

6) Проверава се како функционише договор:

- повремено се проверава сагласност око одлуке (ако „не иде“ добро, потребно је направити неопходне измене)

РОДИТЕЉ СА АУТОРИТЕТОМ	
У сукобу са дететом	Последице по дете
родитељ и дете равноправно учествују у тражењу решења прихватљивог за обоје(нема универзалног решења)	постоји велика мотивација да се изврши решење јер је у доношењу одлуке учествовало дете
сарадња открива прави проблем који је у основи сукоба, па се решење назире (нема борбе око проблема него сарадња на проблему)	дете разуме да је решење и његово решење
кад деца вербализују тачно уобличи шта осећају почну и сама да разумеју свој проблем и да за њега траже решење (потребе деце су важне родитељима; узете су у обзир и потребе родитеља)	развија се осећај одговорности за преузето решење
решење предлаже један или обоје (родитељ има поверење у дете)	поверење у дете развија поуздану особу
разматрање решења (решавање проблема је процес који захтева више времена)	развија се наклоност и сигурност због нађеног заједничког решења
избор решења прихватљив за обоје (нема потребе за контролом)	развија се позитивно осећање, јер нико није повређен
сукоби бивају све ређи	продубљује се квалитет односа

БУДИТЕ АУТОРИТЕТ ЗА СВОЈЕ ДЕТЕ, РОДИТЕЉ КОГА ДЕТЕ ПОШТУЈЕ И ВОЛИ, А НЕ КОГА СЕ ПЛАШИ.

#### **Последице смењивања строгости и попустљивости родитеља према деци:**

1. Један родитељ строг, ауторитаран, а други благ, попустљив (изазива емоционалну несигурност)
2. Родитељ који је строг према једном детету, а попустљив са другим (дете према коме су родитељи строги негативистично је према другом детету)
3. Родитељ који је попустљив према малом детету, а постаје све строжи како дете одраста (дете научено да истерује вољу за коју се касније кажњава постаје „конфузно“)
4. Родитељ који је строг према малом детету, а постаје све попустљивији како дете одраста (понашање које се среће код јединаца или природни ток губљења ауторитета одрастањем детета)
5. И строг и попустљив родитељ у зависности од проблема (привид демократије – код неважних питања одлучује дете, код важних родитељ)
6. У основи попустљив родитељ, али ауторитаран кад дете претера (дете одлучује док не постане неподношљиво, а онда родитељ преузима контролу)

**ВАЖНО:** Решење није у промени или комбинацији строгости и попустљивости (тражењу средине између ограничења и допуштања), јер је недоследност која проистиче из промене позиције често штетнија по дете од било које „чисте“ форме. Посебну категорију родитеља чине они који немају дефинисан васпитни став, недоследни су, стално између строгости и попустљивости, између слободе и ограничења. Последице оваквог сталног колебања – недостатка става су: несигурност код деце, нетрпељивост међу браћом и сестрама, несигурност у социјалним контактима, збуњеност и неразумевање родитеља, нејасно препознавање родитељских очекивања.

Уместо дозирања строгости, колебања и комбиновања строгости и попустљивости родитељи треба да развијају благ и одлучан став, уважавајући обостране потребе, у односу у коме нема доминирајуће позиције.

#### **ПРЕПОРУКА РОДИТЕЉИМА:**

Препознавање замерки које упућујемо једни другима је почетни услов на путу ка решавању проблема и унапређењу односа. Размислите:

– Које замерке најчешће упућујете деци, а које деца Вама?

Најавите детету покушај другачијег приступа у решавању сукоба. Примените поступак договарања и тражења решења.

Питања која ће Вам помоћи да поступно решавате сукоб:

1. Шта је проблем, шта је стварни, прави узрок који лежи иза сукоба?
2. Како подстичете дете да искаже своја осећања и мишљење, да предложи решење?
3. Која решења дете даје?
4. Која решења дајете Ви?
5. Шта је прихваћено као решење?
6. Како се прихваћено решење реализује?

## **УСПЕШНА ИЛИ НЕУСПЕШНА РЕШЕЊА**

Подела проблема на оне који су лична ствар детета, лична ствар родитеља и заједнички проблем је условна, релативна и великим делом зависи од развојног нивоа детета и социјалног контекста. Тенденција је да се са узрастом шире подручја активности која припадају само детету и повећава преузимање његове одговорности за заједничке активности.

Листа проблема: лична хигијена; одржавање хигијене стана; куповина намирница; распоред кућног буџета; висина џепарца; где и како се троши џепарац; време одласка на спавање; избор хране; одевање, фризура и општи изглед; одржавање реда у дечјој соби; уређење и изглед дечје собе; уређење и распоред заједничких делова стана; успех у школи; израда домаћих задатака; избор другова; сукоб са вршњацима; избор музике, књига и филмова; избор младића или девојке; активности у слободно време; решавање брачних сукоба; неслагање родитеља око васпитања деце; организација породичних свечаности; планирање годишњих одмора; решавање сукоба међу децом.

## **ПРЕПОРУКА РОДИТЕЉИМА:**

Разговарајте са својом децом око сваке тврдње која је дата у листи (листу допуните према специфичним потрама Ваше породице), како бисте постигли сагласност у одређивању личних и заједничких подручја.

## **АКТИВНО СЛУШАЊЕ – ПРЕВОЂЕЊЕ „ТИ“ У „ЈА“ ПОРУКЕ**

Родитељ пружа подршку детету када му даје „дозволу“ да има свој поглед на свет - кадага прихвата као биће одвојено од себе, са властитим идентитетом, када јеу стању да прихвати његова осећања, када има поверања у способности детета.

Активно слушање је подршка деци у развијању самопоуздања, одговорности и независности - подршка да искажу своја осећања и мисли, анализирају проблем, разумеју га, трагају за сопственим решењем и преузму одговорност за изналажење решења.

**ВАЖНО:** Активно слушање захтева од оног који слуша потпуну отвореност за мишљења другог и спремност на властито мењање.

Родитељ активним слушањем показује да жели да чује своје дете и има времена за њега, да жели да разуме његова осећања и потребе.

Како се „активно слуша“?

Родитељ кроз разговор проверава да ли је добро разумео оно што дете говори. Не исказује лични став, већ подстиче дете да изражава мисли и осећања, као и да проналази властито решење за проблем. Оваквим односом према детету родитељ га поступно уводи у могућност да и оно активно слуша.

### **Шта су „ТИ“ , а шта „ЈА“ поруке?**

„ТИ“ поруке – оцењујемо, квалификујемо, процењујемо, критикујемо дечје понашање полазећи искључиво од детета и усмеравајући се искључиво ка детету („доста више“, „прекини са тим“, „ти си лењ“, „неваспитан си“, понашаш се као мала беба“, „неуредан си“).

„ЈА“ поруке – родитељ говори детету о томе како доживљава његово понашање (шта мисли, осећа, шта му смета: „уморан сам, желим да се одморим и не могу сада са тобом да ...“, „смета ми ...“)

„Ти“ поруке се преводе у „Ја“ поруке тако што се уместо вредновања дететовог понашања исказује доживљај родитеља о том понашању. Све „ти“ поруке се могу превести у „ја“ поруке, али је нарочито важно негативне „ти“ превести у „ја“ поруке. Такође, „Ја“ поруке се могу применити у различитим сферама комуникације, али кључно је применити их код сукоба жеља, интереса или потреба родитеља и деце.

Ако се „ја“ поруке користе у свим ситуацијама комуникације појављују се негативни ефекти:



- ризик да се понашање родитеља претвори у егоцентризам (неспособност да се свет посматра из угла другог појединца, већ искључиво из сопственог; преокупација собом)
- збуњеност деце „бомбардовањем“ „ја“ порукама

Позитивни ефекти примене превођења „ти“ у „ја“ поруке - деца:

- јасно разумеју шта родитељи мисле и осећају и уче да „ослушкују“ осећања других
- разумеју зашто и како њихово понашање смета родитељима и уче да слушају друге
- спремна су да промене понашање

### **ПРЕПОРУКА РОДИТЕЉИМА:**

- Размислите о карактеристичним порукама које сте као деца добијали од својих родитеља када су Вас грдили и када су Вас хвалили.
- Какве поруке упућујете својој деци када сте незадовољни њиховим понашањем, односно када их грдите?
- Које похвале уобичајено упућујете својој деци?
- Колико има сличности у порукама које сте добијали као деца и које Ви као родитељи упућујете својој деци?
- Да ли сте као родитељи склонији да хвалите или грдите своју децу?

Ако сте закључили да постоји одређена сличност између порука које сте примали као деца од својих родитеља и које Ви као родитељ упућујете својој деци, важно је да знате да та сличност постоји као ефекат трансгенерацијског преношења чак и оних образаца понашања које оцењујете као непожељне и негативне. Први корак да, као родитељ, изађете из тог трансгенерацијског круга је освешћивање онога шта радите и како радите.

У току наредне недеље користите „ја“ уместо „ти“ порука у уобичајеним породичним ситуацијама сукобажеља, интереса или потреба и забележите реакцију деце.

## УМЕСТО ЗАКЉУЧКА

Процена евентуалних промена које су се догодиле у Вашем односу са децом.

- Означите са **Т** (тачно) тврдње са којима се у потпуности слажете
- Означите са **Д** (делимично тачно) тврдње са којима се делимично слажете
- Означите са **Н** (нетачно) тврдње са којима се уопште не слажете

Промена родитељских ставова

1. Сада проводим више времена са својом децом. \_\_\_\_\_
2. Пажљиво планирам време које проводим са децом. \_\_\_\_\_
3. Трудим се да наше заједничко време буде обогаћено новим активностима. \_\_\_\_\_
4. Са децом више разговарам него раније. \_\_\_\_\_
5. Разговарамо о истим стварима, али се боље разумемо. \_\_\_\_\_
6. Отвореније разговарамо о неким заједничким стварима. \_\_\_\_\_
7. Наши разговори обухватају шири круг питања. \_\_\_\_\_
8. У нашим односима мање је сукоба. \_\_\_\_\_
9. Лакше излазимо на крај са нашим несугласицама. \_\_\_\_\_
10. Решили смо неке важне проблеме око којих смо се раније спорили. \_\_\_\_\_
11. Отворено показујемо како се осећамо и шта доживљавамо. \_\_\_\_\_
12. У нашим односима је више блискости и топлине. \_\_\_\_\_
13. Спремнији/ја сам да прихватим слабости и мане своје деце. \_\_\_\_\_
14. Више пажње поклањам јачању узајамног поверења. \_\_\_\_\_
15. Лакше контролишем љутњу и бес. \_\_\_\_\_
16. У целини сам задовољан/на понашањем своје деце. \_\_\_\_\_
17. Себе опајам као доброг родитеља. \_\_\_\_\_
18. Сигурнији/ја сам у доношењу неких одлука које се тичу васпитања моје деце. \_\_\_\_\_