



MALIM KORACIMA DO SVJESNOG RODITELJSTVA

Svjesno djelovanje kao najmoćniji alat roditeljstva

Neda Stevanović

NE, NEĆEMO
SE RODITI
KAO DOBAR
RODITELJ. ALI
UVIJEK TO
MOŽEMO
POSTATI. U
SVAKOM
TRENUTKU,
IMAMO
MOGUĆNOST
IZBORA. A
SVAKI NAŠ
IZBOR, BIL
SVJESTAN ILI
NE, IMA
SVOJU
POSLJEDICU.
UVIJEK
POSTOJI
NAČIN, ALI NE
/
OPRAVDANJE.

Sadržaj

Uvod.....	3
Svrha roditeljstva.....	5
Roditelj kao dijete svojih roditelja.....	7
Spremnost za roditeljstvo.....	9
Roditeljstvo – put emotivnih izazova.....	10
Roditeljstvo kao detektor straha i egoizma.....	15
Uvjerenja koja roditelji prenose djeci.....	17
Izazovi – prilike za učenje i duhovni rast.....	19
O „nevaspitanoj“ djeci i „lošim“ roditeljima.....	21
Mudro i svjesno roditeljstvo.....	23
Zadaci uspješnog roditeljstva.....	26
Zlatna pravila roditeljstva.....	31
Uspješno roditeljstvo kroz primjenu četiri moći svakodnevnog djelovanja.....	34
Podsticajna disciplina.....	38
Praktični primjeri rada sa djecom.....	42
Podsjetnik za roditelje.....	44
Deset najčešćih zabluda.....	45
Roditeljstvo kao teleološki momenat života.....	47
Poruke roditeljima.....	48
S kraja na početak.....	49
Preporučena literatura.....	50

Kome je knjiga namijenjena?

Ova knjiga je nastala iz moje želje da prenesem svoja zapažanja i iskustva o roditeljstvu današnjeg doba. Susrećući se u svom radu sa raznim stavovima i mišljenjima roditelja, a koristeći i sopstveno iskustvo majke, zapazila sam brojne izazove roditeljstva koje neki roditelji više a neki manje uspješno savladavaju. Upravo rezultati, tj.uspješnost u savladavanju izazova sa djecom može odrediti dalji smijer i kvalitet odnosa što uveliko utiče percepciju koju će dijete stvoriti o nama, sebi i svijetu uopšte.

U ovoj knjizi ću pisati o najvećim izazovima sa kojima se roditelji susreću u radu sa djecom, o najčešćim zabudama roditeljstva te pokušati dati odgovor na pitanja kako savladati izazove i izgraditi svjesno i odgovorno roditeljstvo. Govoriću ukratko i o tome kako i koliko trebamo raditi na sebi kako bismo stvorili preduslov za kvalitetno i produktivno roditeljstvo.

Knjiga je namijenjena svim roditeljima koji shvataju koliko je „biti roditelj“ važan momenat života te koliko je potrebno raditi na sebi ali i na svakom aspektu ove važne životne uloge. Namijenjena je svima koji žele biti još bolji i produktivniji roditelji i koji žele svoje vrijeme i pažnju posvetiti tome da njihovo roditeljstvo bude sigurna baza koja će djeci davati krila u svim poduhvatima njihovih razvojnih faza.

Cilj knjige jeste i podstaknuti roditelje da uvedu što više svjesnosti u svoje postupke. Da prije nego što nesvjesno počnemo graditi određenu percepciju realnosti u očima svoje djece, sebi postavimo ciljeve koji će odrediti putanju našeg roditeljskog djelovanja.

Da bismo bili uspješni u sferi roditeljstva, važno je da budemo ispunjeni prije svega kao osoba odvojena od svoje roditeljske uloge. Vjerujem da samo srećna i ispunjena osoba može biti uspješan roditelj. Ako tome još i dodamo postavljene ciljeve u roditeljstvu, istrajnost i dosljednost, uz svjesnost i odgovornost, onda nam ni jedan izazov ne može biti toliko veliki da ga ne možemo okrenuti u našu korist.

Uvod

Biti roditelj, znači puno više od „roditi dijete“. Roditeljstvo će nas otisnuti na jedno duhovno putovanje koje će nas naučiti tome kako život može biti zahtjevan ali koliko je istovremeno i neopisivo božanstven. Da, neopisivo... Jer će nas upravo naša djeca dovesti do spoznaje da ljubav ne možemo lako definisati, ni sažeti, čak i kada bismo to željeli. A poenta je da to i ne činimo. Jer upravo ta, riječima teško ukalupljena ljubav svoju će dimenziju predstaviti na jedan drugačiji, prirodniji i mističniji način. Osjećanjima. Pogledima. Titranjem srca. Šapatom duše.

Biti roditelj, znači da sve ono što nosimo u sebi, i na sebi, prenosimo u svoje postupke koji su ništa drugo do lekcije kojima dajemo djeci pravila za igru života. Jer, biti roditelj, prije svega znači da odgajamo čovjeka, za sutra, za budućnost, čovjeka za čitav jedan ciklus života.

Koliko god da smo ispunjeni u ulozi roditelja, postoje i trenuci kada nam se čini da smo na rubu snage i resursa kojima raspolažemo. Roditeljstvo je najljepši posao na svijetu, ali vrlo često, zahtjevan i težak. I upravo zbog sve ljepote koju nam donosi, nerijetko nije lako sebi priznati i ovu drugu, manje lijepu ali ipak poučnu stranu.

Koliko često se pitamo: „Kako uspjeti savladati prepreke na koje nailazimo i dobiti rezultate koje priželjkujemo? Osjećamo li se spremno za sve naredne izazove, znajući da je svaka razvojna faza djeteta samo jedna u nizu svih onih stepenica koje nas čekaju na putu roditeljstva?“

Što prije sebi priznamo da nas ponekad djeca dovode u naizgled nesavladive situacije, koje prevazilaze naše trenutne mogućnosti, to ćemo uspješniji biti u svim narednim izazovnim momentima. Zvuči nelogično, ali zapravo je tako. Jer samo ako sebi postavimo pitanje i sumnju, počecemo nailaziti na odgovore i rješenja.

Ponekad priznati sebi da se može bolje od postignutog, zna biti sjajan početak još uspješnijeg roditeljstva.

Roditeljska uloga od nas zahtijeva uvijek još više davanja, kako bismo dobili najbolje rezultate. Ali, da li uvijek i na pravi način dajemo najbolje koliko

možemo? Koliko smo spremni uložiti kako bismo postigli rezultate koji će naše djelovanje definisati kao „uspješno“?

Kako i koliko raditi sa djecom da bismo u njima izgradili životne vrijednosti da bismo olakšali čitav proces odrastanja djeci, ali i roditeljstvo sebi? Kako djeci pružiti osnovu koja će im biti potencijal za dalji rast u životu?

Prije nego se upustimo u priču o ovom važnom momentu života svih nas koji smo izabrali imati djecu, mislim da bi prvo trebalo razmisliti o samoj svrsi roditeljstva, nalazeći duhovnu nit koja nam treba biti vodilja kada odlučimo biti uzor jednom ljudskom biću.

Nije li divan, bezgranično moćan ali ponekad i zastrašujuć osjećaj, imati spoznaju da nečiji život zavisi od nas?

„Vaspitanje je najlakša tema na koju možete imati mišljenje, ali najzahtevniji posao koji možete raditi.“

Matt Walsh

*Dopustimo sebi da nam roditeljska uloga bude put na kojem ćemo spoznajući naše dijete, spoznati i samog sebe. Rastimo uporedo sa njima. Radeći sa svojim djetetom, dozvolimo da se zaigra i dijete u nama za kojeg smo mislili da je već davno odraslo. Ali nije, jer dijete u nama ostaje čitavog života. Pitanje je:
„Koliko često mu pogledamo u oči?“*

Svrha roditeljstva

Roditeljstvo je previše važan segment života da bismo u njega kročili bez razmišljanja i stremljenja ka višim novoima sopstvenog razvoja. A uz svaki važan aspekt čovjekovog funkcionisanja, često idu i pitanja koja nas vode do toga da se u jednom trenutku zapitamo: „Koja je svrha?“

Svrha roditeljstva nipošto ne bi trebala biti zadovoljenje i ispunjenje želja i prohtjeva, nas roditelja a ni djece. Dijete nije došlo kako bi nam ostvarilo naše životne težnje i neispunjene snove. Niti smo mi djetetu mađioničar da bismo mu sve zahtjeve ispunili i od njegovog života napravili bajku. Svrha roditeljstva zapravo vodi ka ostvarenju potencijala, nas kao roditelja i ostvarenje potencijala djeteta, iz čega proizilazi univerzalna životna svrha, podstaknuti jedno biće da raste i da se razvija na jedan duhovan i prirodan način.

Roditeljstvo koje je usmjereno na stvaranje percepcije života koja se bazira na slobodi, duhovnosti, ljubavi ali i disciplini, pružiće djetetu priliku da mu se pokaže put kroz život koji će ga odvesti do svih onih vrata koja i sama vode do ljubavi, potencijala kojima su djeca opremljena i razvoju mudrosti sa kojima su rođena.

„Kao rezultat iskustva svrsishodne roditeljske ljubavi i pažnje u djetinjstvu, takva srećna djeca će zagaziti u zrelost ne samo sa unutrašnjim osjećanjem sopstvene vrijednosti već i sa dubokom unutrašnjom sigurnosti.“

Put kojim se ređe ide, M.Skot Pek

Cilj roditeljstva je pomoći djetetu da razvije svoje potencijale, ukazati mu na istinske životne vrijednosti koje razvijaju duh, pružiti mu sigurnost koja postaje osnova, dati mu slobodu da izrazi svoju ličnost i prepustiti situacijama koje će ga podstaknuti da se razvija.

Svrha roditeljstva jeste i da roditelj izrazi svoju životnu svrhu kroz mentorstvo tom malom biću kojem trebamo pokazati da koliko je ono dio nas da je isto toliko ono individua za sebe. Priznajmo sebi: „Koliko nas je lekcija naše djetete naučilo?“

Cilj roditeljstva je pokazati djetetu svoju ljubav kroz poštovanje njega kao ličnosti. I uvijek imati na umu da dijete „nije naše“, dijete je dio ciklusa života.

Ako težimo roditeljstvu pristupiti tako da u njemu prepoznamo sve prilike za rast i razvoj i iskoristimo ih, sigurno ćemo svjedočiti roditeljstvu kao jednom najinspirativnijem putu na koji smo krenuli. Ako za nas roditeljstvo postane izazov kojem pristupamo budnog srca, raširenih ruku i otvorenih očiju, nema tog momenta u kojem će izostati uspjeh. Čak i ako se nekad osjetimo manje uspješno, znaćemo ko smo i zašto radimo taj posao. Jer, kada god radimo posao u kojem nalazimo svrhu i izražavamo ljubav, nema te prepreke koja će nas natjerati da posustanemo.

Na linijama koje se nalaze ispod ovog teksta, želim da napišete nekoliko rečenica o svrsi vašeg roditeljstva. Sigurna sam da ste već razmišljali o tome. Nije ni važno kako ste to definisali, svrha, ciljevi ili pravac roditeljskog djelovanja. Hajde da se još jednom podsjetite ili preispitate. Šta je za vas svrha roditeljstva?

Roditelj kao dijete svojih roditelja

Najveća zabluda sa kojom sam se susrela u roditeljstvu i koja me je držala pune tri i po godine moje majčinske uloge jeste –

„Roditelji postajemo nespremni.“

Mi dolazimo spremni. Možda nismo uvijek svjesni, ali imamo mnogo u sebi što odmah na početku možmo iskoristiti. Dolazimo spremni sa školom roditeljstva naših roditelja. Dakle, mi na svojoj koži znamo šta znače roditeljski postupci. I bila bi prava šteta ne uzeti u obzir to iskustveno bogatstvo. U roditeljskoj ulozi, mi ne znamo kako se dijete osjeća. Ali kada se ponovo uživimo u ulogu djeteta svojih roditelja, možemo da se vratimo iskustvu djeteta koje proživljava određene vaspitne metode. Na taj način imamo priliku da u našem roditeljstvu uzmemo najbolje od svojih roditelja i dodamo ono što je falilo te se usmjerimo prema odgoju naše djece.

Nije stvar u tome koliko smo spremni, već koliko svjesno obuhvatamo sva naša iskustva, znanja i otvorenost ka novom učenju koja nas vode ka potrebnim kvalitetima našeg roditeljstva.

Roditeljstvo je dio jednog čarobnog ciklusa života, gdje si u jednom trenutku i roditelj i dijete. I imamo sreću ako smo svjesni toga jer tada oko sebe imamo dva mudraca, našeg roditelja i naše dijete. Ova dva životna učitelja možemo iskoristiti kako bismo bili najbolja verzija svoje roditeljske uloge. Jer, već na svojoj koži imamo rezultate jednog odgoja, i imamo moć izazvati iste takve ili drugačije rezultate na našoj djeci.

Da biste proširili vaše znanje, u nastavku...

1. Sjetite se i napišite jedan vaspitni postupak vaših roditelja prema vama. To može biti jedno od vaspitnih principa ili situacija u kojoj je primijenjena vaspitna metoda koju pamтите.

2.Sada napišite jedan od vaspitnih postupaka koji primjenjujete kod vaše djece. Ako ste budući roditelj, napišite bar jednu od vaspitnih metoda koju „planirate“ primijeniti kada dobijete djecu.

3.Sada uporedite vaše odgovore u prethodna dva zadatka. Da li se odgovori podudaraju? I u slučaju odgovora DA i NE, razmislite, i odgovorite, zašto?

Pokušajmo zamisliti da roditeljstvo funkcionise tako da djeca biraju svoje roditelje. Ali kada se rodimo, zaboravimo to. Na trenutak, zamislimo to!

Šta mislite, zbog čega ste vi mogli izabrati svoje roditelje baš takve kakvi su?

A sad, razmislite, zašto su vaša djeca mogla izabrati baš vas?

Ako zaista sve ono što nam se događa nije slučajno, onda vjerujem da je najmanje slučajan susret nas i naših roditelja, baš takvih kakvi jesu. Prihvatimo ih i zapitajmo se, čemu nam je poslužilo roditeljstvo naših roditelja? Zamislimo, jednog će dana ovako o nama moći razmišljati i naša djeca. Pitajmo se, šta smo ponijeli od naših roditelja, a šta želimo da djeca ponesu od nas?

Spremnost za roditeljstvo

„Osoba je emocionalno spremna da postane roditelj kada je spremna da svoje unutrašnje dijete „isključi“ na nekoliko godina. Tada je spremna da na neko vrijeme odustane od svojih ambicija i da da prednost djetetovim potrebama.“
(Milivojević, *Roditeljovanje*, 2017)

Da li se uopšte može definisati spremnost za roditeljstvo? Teško. Jedni će spremnost za roditeljstvo opisati kroz prizmu svog finansijskog aspekta života. Drugi pak kroz prizmu emocionalne stabilnosti. Treći možda kroz sposobnost organizovanja vremena, prioriteta i poslova. Najprije bih rekla da sopstvenu spremnost za krunisanje ovom životnom ulogom određuju sva tri aspekta, ne nužno podjednako. S obzirom na naše karakteristike ličnosti, jedna od vrsta spremnosti može biti dominantnija.

Ipak, da bismo bili uspješan roditelj, moramo biti spremni davati i primati. Davati svaki dio sebe. Davati sve svoje resurse, materijalne i duhovne. Često, davati i ono što u trenutku nismo imali ali su nas oni podstaknuli da to razvijemo u sebi. Ljubav. Davati najviše ljubavi. Uvijek i na svakom mjestu. Davati ljubav i kada griješe, tada i najviše.

Ali, nemojmo im davati sve što požele. Dajmo im ponekad često i te nelagodne emocije koje im prouzrokuje to naše ne-davanje. Jer, tada im dajemo i najviše. Dajmo im lekcije da će život ponekad biti surov. A znate da hoće. Naučimo ih da je život ponekad težak, ali da su oni jači od samog tereta. Dajmo im lekciju da neće moći uvijek dobiti najveći paketić ili omiljenu igračku. Dajmo im lekciju da je sve to život. Ali i najvažniju lekciju, koliko god život dao tamnih boja, svjetlost u njima uvijek će im moći obasjati sve puteve kojim budu trebali hodati.

Dragi roditelju, kada djetetu budeš mogao dati poneku životnu lekciju, a poneku lekciju i samom sebi, spreman si. Itekako spreman. Ali nikad nemoj posumnjati u sebe. Uvijek u čovjeku ima snage mnogo više nego što je osjećamo. I nemoj tražiti previše objašnjenja u životu, nekada je logika suviše mala za sva čuda koja naša ljubav i vjera mogu probuditi.

Roditeljstvo – put emotivnih izazova

„Svako u sebi nosi potencijal i kapacitet za dobrog roditelja, sa kojim je samo potrebno doći u kontakt. „Dobar tata“ i „dobra mama“ kriju se u nama i čekaju da ih otkrijemo, probudimo i počnemo slušati.“

Mala knjiga za velike roditelje, Milivojević i sar., 2015

Pored sve ljubavi koju pružimo i iskusimo u roditeljstvu, nailazićemo s vremena na vrijeme i na prepreke, otpore, izazove. Ne samo u radu sa djecom, već i one poteškoće koje budemo osjećali sami sa sobom. A te bitke, često znaju biti najteže. Međutim, to je sastavni dio roditeljske uloge. Jer, ko je rekao da je lako biti roditelj?

Pojedini od nas će se u izazovima koje nose roditeljske uloge snalaziti odlično, drugi opet ne baš najbolje. I to je sasvim prirodno.

Dobra vijest je da je roditeljstvo zapravo posao čiji su rezultati proporcionalni uloženom. Tako da, u bilo kojem trenutku kada odlučimo uložiti više i krenemo sa radom, dobićemo rezultate, neizostavno. Tačno je da nećemo nakon kratkog vremena moći promijeniti, na primjer, izazovan odnos sa djetetom. Ali ćemo u bilo kojem trenutku moći donijeti odluku da krenemo sa drugačijim pristupom. A htjeli mi to priznati ili ne, promjena pristupa i rada, uvijek daje drugačije rezultate.

Roditeljstvo je priča koja, kao i sve druge, počinje uvodom. Uvod ove priče je roditelj, sa svim svojim proživljenim, veoma često i potisnutim emocijama.

Šta je to poželjno da znamo i priznamo sebi prije nego što postanemo roditelji ili tokom samog procesa definisanja naše roditeljske uloge:

1. Roditeljstvo je teško.

Roditeljstvo zna biti jako teško i zahtjevno, fizički ali i na polju mentalnog funkcionisanja čovjeka. Što prije sebi priznamo da je pred nama izazovan životni period, to ćemo se lakše nositi s tim u momentima kada se nađemo pred preprekama. Na taj način, bićemo svjesnije spremni za period promjena.

Priznajmo sebi da je teško, kada to jeste. Izražavanjem poteškoće u kojoj se nalazimo, već otvara put ka oslobađanju od tereta kojeg često nosimo. Izražavanjem onog što nosimo u sebi, štitimo se od psihičkih blokada koje nam mogu stajati na putu napretka.

2. Greške su sastavni dio roditeljstva.

Koliko god voljeli svoje dijete, nikada nećemo uspjeti sve roditeljske zadatke raditi bez grešaka. Važno je priznati sebi da je prirodno griješiti i da su greške dio roditeljstva. Čim sebi priznamo „grešku“ i prihvatimo je, već smo korak ka tome da budemo uspješniji u onome što želimo postići. Jer, svjesnost vodi ka promjenama. A svjesnost podrazumijeva jednako prihvatanje i uspjeha i neuspjeha.

Greške, čak i ako ih tako definišemo, nisu tu da bi nas spriječile da uspijemo već, naprotiv, da bi nas podstakle da budemo još bolji. Ako u roditeljstvu na greške gledamo kao na dio puta, onda će nas takav pogled definitivno odvesti na „pravi“ put.

3. U roditeljstvu je i roditelj učenik.

Koliko god da znamo o vaspitavanju djece i roditeljstvu, uvijek ćemo nailaziti na izazove u kojima ćemo morati dobro razmisliti kako da postupimo.

Čak i roditelji koji imaju dvoje, troje ili više djece, često će reći kako i pored toliko roditeljskog „staža“, naiđu na izazov koji imaju po prvi put. Ili ako je isti izazov koji su već prolazili sa starijom djecom, dijete je karakterom drugačije i moraju odlučiti kako postupiti. Odlično! Znači, sve dok smo roditelji, učimo?

Dobra stvar ovog životnog učenja u roditeljstvu je i ta da ukoliko pred djecom pokazujemo da i sami učimo radeći sa njima, djeca u nas stižu više povjerenja. Jer, na taj način sa djecom gradimo partnerski odnos u savladavanju svakodnevnih izazova. Dajemo djeci primjer učenja i eliminišemo „nadmoćni“ vaspitni stil u kojem se predstavljamo djeci kao bolji, sposobniji i pametniji.

Zamislite vaše dijete kako govori dok učite uporedo: „Divno, mi smo isti. Wow, oni nisu bolji od mene. Jednako smo dobri. Jednako smo vrijedni. Znači ja mogu postići sve kao i oni.“

4.Emocionalne krize prate roditeljske izazove.

Prihvatiti svoje emocionalne „krize“ kada i ako ih imamo, ključno je za mentalno zdravlje roditelja. I sama sam prolazila kroz emocionalne krize tokom početaka svog roditeljstva. Upoznala sam i majke koje su prolazile kroz slično iskustvo. Sve smo nailazile na slične umne barijere koje smo same sebi postavile. Osjećale smo krivicu i sram zbog onog što smo proživljavale. Osjećale smo krivicu jer smo i pored blagoslova da postanemo majke imale periode u kojima nismo bile srećne. Iskusile smo sram da bilo kome priznamo svoje emocije zbog čega smo još više patile. Osjećale smo i strah pred novim iskustvima.

Nažalost, o ovome se malo govori, posebno u konzervativnijim sredinama. Često sam se pitala: „Da li sve ovo znači da majka u svakom trenutku doživljava samo pozitivne emocije tokom majčinstva? Onda vjerovatno sa mnom nešto nije u redu...“ Ne. Samo se o tome rijetko govori.

Dragi roditelji, u redu je priznati da se s vremena na vrijeme osjećamo loše u roditeljskoj ulozi. To nas ne čini manje uspješnim roditeljem. To nas čini roditeljem koji želi ispoljiti svoje emocije. To nas čini čovjekom koji ima pravo da ispolji ono što nosi u sebi. Naša djeca trebaju emotivno stabilnog roditelja. A takvi ćemo postati samo ako bez potiskivanja živimo svoje emocije.

Kako olakšati emocionalne krize u roditeljstvu:

1.Prepoznati, prihvatiti i ispoljiti emocije koje se javljaju u nama.

Postati roditelj, po prvi put posebno, je novo iskustvo. I sasvim je prirodno da nam treba vremena da prihvatimo novu životnu ulogu. Važno je priznati sebi i ljudima u svojoj okolini šta osjećamo. Težinu ovog iskustva nikako ne trebamo nositi sami. Imamo pravo na podršku i pomoć.

2.Dati sebi vremena.

Trebamo sebi dati vremena da se definišemo u novoj ulozi. Ako će nas roditeljstvo šta naučiti, onda je to da su vrijeme i strpljenje puno moćniji alati nego što se čine na početku.

Kao i u svim „poslovima“, potrebna su iskustva kako bismo naučili raditi nešto. Priznati sebi da nešto ne znamo raditi, a imamo volju i spremnost da preuzmemo

akciju, već je jako dobar početak koji će nas voditi ka tome da budemo dobri u nečemu.

Neki roditelji se brže, neki sporije navikavaju na ulogu roditelja. I to je uredu. Svi smo različito fleksibilni. Svi nosimo drugačiji emotivni teret sa kojim ulazimo u novu ulogu. Svi postajemo roditelji u različitim životnim uslovima. Dati sebi vrijeme i prostor koji je potreban da se prilagodimo, znači ojačati vjeru u svoj uspjeh.

3. Ne postoji savršenstvo.

Što prije prihvatimo činjenicu da u roditeljstvu nema savršenstva, to ćemo biti više opušteniji, fleksibilniji i uspješniji.

Biti savršen, znači da igramo na kartu predvidivosti i već unaprijed određenih kriterijuma koje bismo trebali ispoštovati kako bismo postigli osjećaj uspjeha. U roditeljstvu to i nije tako lako ostvarivo. Prije svega, nikada ne možemo predvidjeti izazove sa kojima ćemo se susretati. Koliko trebamo imati definisane principe našeg djelovanja, toliko u okviru njih trebamo biti spremni na fleksibilnost upravo radi prilagođavanja situacija koje jednostavno ne možemo predvidjeti. I pored svega toga, naučiti se nositi sa svim nesavršenostima koje će biti neizostavni dio čitavog našeg roditeljskog putovanja.

Vjerujte, djeca od nas ne žele savršene roditelje. Djeca nas žele baš takve kakvi jesmo, uz sve uspone i padove. Jer, kako da ih drugačije naučimo da se ustaje i poslije pada, da je neuspjeh sastavni dio života i da sebe volimo sa svim nesavršenostima koje dolaze u paketu života?

Kako je jedan, meni nepoznat autor rekao: „*Roditeljstvo je avantura.*“ Ništa manje, ništa više. Korak po korak, dan po dan, izazov po izazov.

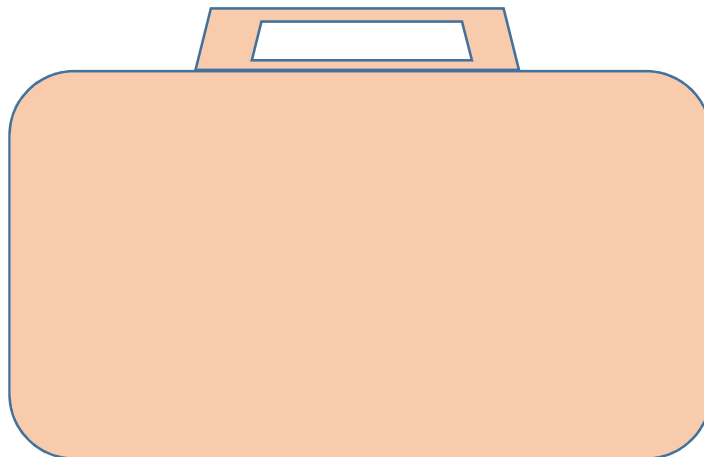
Želim da razmislite o izazovima sa kojima se često susrećete sa djecom. Koji su to najveći izazovi koji zahtijevaju najviše uložениh resursa?

Napišite kojih 10 emocija najčešće proživljavate u roditeljstvu?

Na linijama ispod, napišite šta radite kako biste sebi olakšali emotivno zahtjevne situacije u roditeljstvu. Koje su to metode koje primjenjujete na sebi ili neke aktivnosti?

Hajde da odradimo jedan zanimljiv zadatak. Zove se „*kofer resursa*“. Ispod se nalazi jedna sličica koja podjeća na kofer. Zamislite da se u tom koferu nalazi sva vaša „snaga“. Svi potrebni resursi za koje vi smatrate da su vam potrebni kako bi, po vašoj definiciji, vi bili uspješan roditelj. Ali, ne ono što vi trebate raditi u odnosu sa djecom, nego ono što lično vi posjedujete. Dakle, ubacite u kofer sve vaše osobine, mane, vrline, sve vaše vještine, sposobnosti koje vam omogućavaju da budete dobar roditelj.

Zadatak je dobar jer nas podstiče da razmislimo o tome šta mi sve imamo u sebi, jer možda o tome i ne razmišljamo previše a ponekad je dobro da to osvijestimo. Dobro je jer u trenucima kada mislimo da nam ništa ne ide dobro, možemo zaviriti u kofer i podsjetiti se šta to sve imamo u njemu.



Roditeljstvo kao detektor straha i egoizma

Kažu da ako hoćeš vidjeti koliko si napredovao sa radom na sebi, samo provedi neko vrijeme sa svojim roditeljima. Ja bih rekla: „Ako hoćeš da vidiš ko si, kakav si i kako si, provedi vrijeme sa djecom. Razoružaće te, u svakom smislu.“

Odgajajući dijete pokazujemo ko smo. Jer dijete od nas uvijek zahtijeva da se dajemo. A možemo dati samo ono što imamo u sebi. Roditelj se pred djetetom ogoli do one srži koja je zapravo srž njegovog bića, izbacujući usput sva uvjerenja, stavove, iluzije. Tačno je da ćemo u pojedinim momentima moći predstaviti sebe kao idealnog roditelja, bez mana, bez emotivnih zavrzlama, ali to će zahtijevati više uložene energije. Međutim, u izazovnim momentima, kada odnos sa djetetom prelazi granicu svjesnog uma i svih iluzija koje gajimo, bićemo ono što jesmo. Tada ćemo pred dijete surovo baciti sve ono što nosimo u sebi, razbijajući ljušturu koju smo željeli predstaviti djetetu. U tim trenucima, dijete će nas pročitati, jer ćemo samo tada biti izraz svega onog što nosimo u sebi.

„Roditeljstvo će vas, prije ili kasnije, vratiti svakoj vašoj neproplakanoj suzi, svakoj nezadovoljenoj potrebi, svakoj nemoći ili neizgovorenoj ljutnji i svakoj nepravdi koju ste ikada doživjeli. To je poklon za vas od vašeg djeteta.“ Marion Rose, Ph.D., psiholog i psihoterapeut

Iskustvo rada sa roditeljima mi je pokazalo da će mnogi od njih teško priznati neproduktivnost spostvenog roditeljskog stila. Ili ako čak i priznaju, teško da će preuzeti odgovornost. Najmanje sam srela roditelja koji preuzimaju odgovornost za neuspjeh i koji rade aktivno da se to promijeni. Pitanje je, zašto je to tako?

Priznati da naš način rada ne funkcionira, značilo bi da priznajemo da postoji nešto što ne znamo, nešto što ne radimo dobro. To bi također značilo priznati sebi da neko to radi bolje od nas. Ovdje stupa na scenu ego koji se snažno opire ovakvom priznanju. Vođeni egom, možemo odreagovati na sljedeći način: „Meni će neko reći da ja ne znam vaspitati svoje dijete!“, ili „Kad sam ih znala roditi, valjda ih znam i vaspitati!“.

Čak i ako priznajemo da nismo baš najbolji, moralo bi značiti da bismo nešto trebali promijeniti. Tu stupa na snagu drugi momenat, koji će za pojedine biti „problem“. Trebamo izaći iz okvira svojih dosadašnjih misaonih procesa i uraditi nešto drugačije. Vođeni strahom od promjene ili manjkom volje za drugačijim pristupom, možemo odreagovati na sljedeći način: „I mene su moji roditelji ovako vaspitali, pa šta mi fali!?“ ili „Nemam ja vremena sad učiti o tome kako se djeca odgajaju!“.

Izazov roditeljstva sa sobom nosi:

1.suočavanje sa egom,

2.zahtjev za promjenama.

Neka svaka naša odluka u roditeljstvu bude sa željom da napravimo više i bolje, čak iako to znači da moramo napraviti nešto drugačije, čak iako to znači da se moramo prepustiti našim strahovima i pobijediti naš čvrsti ego. Samo kada smo iz bezuslovne ljubavi spremni na promjene i rad na tim promjenama kako bismo došli do željenih rezultata, naši roditeljski postupci NE MOGU biti neuspješni.

„Neka tvoji izbori budu odraz tvojih nadanja, a ne tvojih strahova.“

Nelson Mandela

Koji su najčešći strahovi koje proživljavate u roditeljstvu?

Šta mislite, da li vam je neka od vaših karakteristika ličnosti bila kamen spoticanja na putu ka uspješnom roditeljstvu?

Uvjerenja koja roditelji prenose djeci – teret koji vuče ka dole ili krila koja nose ka gore

Kako svojim uvjerenjima oblikujemo živote naše djece?

Sjetimo se nekih stavova i mišljenja naših roditelja koja smo, ne znajući kada, kako i zašto i mi usvojili. Npr, ljubav prema Partizanu ili odbojnost prema rožoj boji kod muškaraca. Postoji mnogo ovakvih primjera, svako od nas ih može nabrojati bar deset. Dakle, preferencija, odbojnost ili negacija, vezano za neki stav, objekat ili pojam. Ne znamo kada, kako i zašto smo to usvojili. Kao da to postoji oduvijek u nama. Ne, ne postoji. Nismo se sa tim rodili. Zapravo, rođeni smo oslobođeni svih vezivanja i predrasuda. To su uvjerenja koja su nam, svjesno ili nesvjesno, prenijeli razni uticaji iz naše okoline.

Primjeri nekih uvjerenja, koja su nam uglavnom nesvjesno roditelji prenijeli jesu i uvjerenja djeteta da nije dovoljno vrijedno da zasluži ljubav. Uvjerenja da nije dovoljno sposobno da se nosi sa izazovima i zadacima odrastanja. Uvjerenje da ne može postići u životu ono što želi. Uvjerenje da je „glupo“, „smotano“ ili „nedovoljno dobro“.

Podijeliću sa vama jedno svoje iskustvo iz djetinjstva koje se tiče uvjerenja nametnutog od okoline a upravo oslikava primjer nesvjesnog uticaja na ličnost djeteta.

Od kad znam za sebe, bila sam introvert, shvativši to mnogo kasnije kada sam se susrela sa ovim pojmom. Međutim, ljudi su mi nametnuli uvjerenje da sam stidljiva. „Ma, ona je stidljiva, ona baš i ne priča...“, često sam svjedočila ovakvim situacijama u krugu porodice i društva. Okolina mi je nesvjesno nametala uvjerenja da sam stidljiva, nakon čega sam sve više postala „zatvorena“. Godinama sam se poistovjećivala sa tim nametnutim obilježjem svoje ličnosti. A kasnije, godine rada na sebi su mi trebale da uvjerim sebe i druge da nisam stidljiva. Da, introvert sam, ali nisam stidljiva. Da, volim samoću i tišinu ali to ne znači da sam nesposobna da uspostavam komunikaciju, da se izborim za svoj stav ili da postignem ono što želim. Međutim, nametnutim uvjerenjem, u čitavom tom periodu od adolescencije pa do odrasle dobi, proživljavala sam brojne izazove

koji su narušavali moje međuljudske odnose i funkcionisanje u raznim drugim životnim sferama. A sjetite se, sve je počelo od uvjerenja drugih da sam stidljiva.

Pokušajmo osvijestiti postupke i riječi koje upućujemo djeci. Naša djeca vjeruju nama. Djeca vjeruju u sve što roditelji kažu i urade. Jer u očima djece, roditelji su heroji i sve što mi radimo su herojski činovi koji su zapravo kriterijumi za vrednovanje svega u životu, gledajući iz njihove perspektive.

„Kako u djetinjstvu često nemamo mogućnost upoređivanja, naši roditelji za nas predstavljaju bogolika stvorenja. Kada roditelji nešto čine, to djeca shvataju kao jedini način da se to uradi. Ako dijete svakodnevno posmatra roditelja koji se ponaša disciplinovano, uzdržano, dostojanstveno, koji je sposoban da organizuje svoj život, ono će svakim djelićem svijesti prihvatiti ovo kao jedini način života.“

M. Skot Pek, Put kojim se ređe ide, 2013

Radimo na tome da svjesno djelujemo na djecu prije nego im nesvjesno počnemo servirati uvjerenja koja će im često i otežavati životni put.

Zadatak.1.

Pokušajte se sjetiti 3 uvjerenja koja su roditelji prenijeli na nas.

1. _____
2. _____
3. _____

Sada pokušajte osvijestiti, koja 3 uvjerenja o životu, ljudima i sebi iz vašeg životnog iskustva vi prenosite djeci.

1. _____

2. _____

3. _____

Izazovi – prilike za učenje i duhovni rast

Najteži momenti roditeljstva su upravo prilike za razvoj i najveće lekcije koje možemo učiti mi kao roditelji i primjerima prenijeti svojoj djeci. Jer upravo u kriznim situacijama djeci dajemo primjere koji određuju naš dalji tok roditeljstva. Krizna situacija je tačka u kojoj vidimo da li smo ostali na istoj stepenici ili smo prešli na višu stepenicu naše sposobnosti da se produktivnije i svjesnije nosimo sa izazovom, te tačka u kojoj ćemo ispitati prag naše tolerancije na izazov.

Npr. majka koja je odlučila da neće više primjenjivati batine kao vid vaspitnog postupka će vidjeti da je zapravo pounutrla svoju odluku u trenutku kada sa djetetom dođe u situaciju u kojoj je prije uvijek reagovala batinama.

Sjetite se najizazovnije roditeljske situacije koja se desila u posljednja 2 mjeseca. Sada odgovorite na sljedeće pitanje:

Kako mi ovaj izazov pomaže da duhovno rastem i šta mogu svoje dijete naučiti kroz ovaj izazov?

Uzmimo za primjer česte izazove koje imamo sa djecom. Npr., dvogodišnje dijete pokušavamo nagovoriti da pojede supu od povrća. Trogodišnje dijete pokušavamo naučiti da ne lupa vratima. Četvorogodišnje dijete pokušavamo naučiti da prespava kod bake i djeda. Desetogodišnje dijete pokušavamo naučiti da sređuje svoju sobu. Ili petnaestogodišnje dijete pokušavamo naučiti da poštuje vrijeme povratka kada izlazi sa društvom. Sve su to izazovi koje manje-više susreću kod svih roditelja. Sve su to jako važni izazovi jer prevazilaženje pomenutih izazova postavlja osnovu za kasniju saradnju između roditelja i djece ili čak postavljaju osnovu za razvoj određenih ponašanja, odnosno osobina ličnosti.

Svaki roditelj će primijeniti svoj princip savladavanja izazova. Nema pravila. Sva djeca su drugačija. Ista pravila neće jednako važiti kod različite djece za ista ponašanja. Dakle, roditelj radi najbolje što zna. Ako vaspitni principi funkcionišu, odlično! Ali, šta ako postupci koje primjenjujemo jednostavno ne funkcionišu? Ili funkcionišu djelimično ali u potpunosti ne dobijamo željene rezultate?

Međutim, smatram da je jedno pravilo u kriznim situacijama sa djecom jako važno. DJELOVATI. Djelovati što prije. Ne prepuštati slučaju. Ne gurati pod tepih. Ne prebacivati odgovornost. Uvijek je lakše promijeniti smijer djelovanja, nego krenuti kada je vaspitna kriza uveliko uzela maha.

Dobra vijest je da mi biramo kakav će biti ishod krizne situacije u kojoj se nađemo sa našom djecom.

Koje najveće životne lekcije ste naučili kroz roditeljstvo?

Šta ste naučili od vašeg djeteta za šta biste mogli reći da vam je promijenilo neki pogled na život?

Koliko ste spremni promijeniti vaš način rada sa djecom ukoliko isti ne dovodi do željenih rezultata?

O „nevaspitanjoj“ djeci i „lošim“ roditeljima

Sjećam se dana kada sam posljednji put pomislila u sebi „kako nevaspitano dijete“. Došlo mi je do svijesti šta sam izgovorila. I zašto sam to rekla.

Rođendan jednog djeteta. Petnaestak djece. Događaj na kojem vidiš različitu djecu, različite roditelje. Vriska, gurkanje, veselo trčkanje, otimanje igračaka, uobičajena ponašanja djece u većoj grupi raznolikoj po uzrastu. I nađe se uglavnom, što nije pravilo, na taj broj jedno-dvoje djece koje će ostalo djecu na malo grublji način izazivati, gurati, pa čak i psovati.

Na jednoj takvoj proslavi pecnuo me događaj u kome je dijete ispoljilo jako agresivno ponašanje. Roditelji ne reaguju, što me još više naljutilo. Gledam u dijete i u meni se javlja jaka odbojnost prema njemu, a u sebi mislim „kako nevaspitano dijete, kako loši roditelji“.

Ne odmah, nešto kasnije, postidila sam se svoje reakcije istovremeno osjetivši sažaljenje prema tom djetetu. Osvijestila sam i poradila na tome da otkrijem otkud potiče ta moja reaktivnost. Potekla je od uvjerenja da su „loši“ oni koji ne „igraju“ po društveno prihvatljivim normama. Naprotiv, ovo dijete nije bilo „loše“. Ovo dijete je imalo neku nezadovoljenu potrebu.

Ne postoje „nevaspitana“ djeca. Postoje djeca koja imaju nezadovoljene potrebe. Ne postoje „loši“ roditelji. Postoje roditelji koji uprkos tome što daju najbolje od sebe, usljed nekorištenja svih potencijala koje nose u sebi, ne dolaze do željenih vaspitnih rezultata. Onog trenutka kada se dobije svjesni uvid u sopstvene postupke uz potpuno preuzimanje odgovornosti, može se postati roditelj koji će u svojim rukama držati konce vaspitanja svoje djece.

Često nam svojim ponašanjem pažnju može privući dijete iz komšiluka, porodice ili nepoznato dijete koje sretnemo na ulici.

Svi postupci djeteta koji su okarakterisani kao „društveno neprihvatljivi“, bilo da se radi o agresivnosti ispoljenoj nad roditeljima ili vršnjacima, o iskazanoj neposlušnosti koja vodi ka određenim posljedicama, ili razni drugi ponašajni oblici kao što su vandalizam ili odavanje porocima, iako naizgled tako ne govore, pokazatelji su da je dijete došlo do tačke kada smo mu najpotrebniji.

U svim ovakvim situacijama, djeca rade najbolje što znaju. Možda to nije najproduktivniji način ali za njih je najdostupniji. Te na taj način, šalju najjači alarm svojoj okolini. Trebaju pomoć šaljući šifrovane poruke. Nažalost, nisu rijetki roditelji koji nisu osjetljivi za ono što im njihova djeca poručuju.

Dijete svoje borbe vodi kroz formu koja je usvojena tokom odrastanja, koja je dostupna njegovim naučenim obrascima. Iako zna biti teško uočljivo kada se gleda sa distance, a pri tom i površinski, svojim ponašanjima i stanjima, dijete samo teži da dobije ljubav, pažnju i razumijevanje. Pogledajte svoje dijete, zar i ono ne teži istom? Sva djeca, kao i odrasli, imaju ove univerzalne potrebe. Odrasli su naučeni da ih često potiskuju. Djeca, u većini slučajeva pronalaze način da traže zadovoljenje ovih potreba. Na razne načine, pa i ponašanjima na koja možemo gledati kao oblik *nevaspitanja*.

Upravo u trenucima kada djeca „griješe“, tada im je potreban najtopliji zagrljaj ljubavi, riječi prihvatanja i pažnja kojom ćemo im pokazati da vrijede upravo zato što postoje.

Sljedeći put, prije nego osudimo i „uperimo prst“ u dijete koje izlazi iz okvira nama pojmljivog funkcionisanja, zapitajmo se: „Šta je to potrebno ovom djetetu da bi bilo srećno i radosno?“

*Djeca su kao vrt. Ako gajiš s ljubavlju, posiješ
najljepša sjemena, odstraniš travke kojima tu nije mjesto, posvetiš mu vrijeme i
pažnju uređujući ga, zalivaš ga, izrašće
najljepše cvijeće. Često to cvijeće neće biti savršenog izgleda ali
svaki cvijet okolini u kojoj raste daje posebnu draž. Svaki taj cvijet izmamiće
osmijeh onom ko traži autentičnu ljepotu.
Ako taj vrt zapustimo, ako ne uložimo sebe u njegovo uređenje, izrašće korov.
Tako će nas korov ipak na kraju natjerati da obratimo
pažnju da vrt postoji. Ali će tada trebati puno više uložiti kako bismo vidjeli sve
one cvjetove koji su se stidljivo skrivali pod sijenkama
onog čemu tu nije mjesto.*

Mudro i svjesno roditeljstvo

Mudro i svjesno roditeljstvo jeste roditeljstvo satkano od postupaka roditelja koji imaju uvid u to šta daju svojoj djeci, na koji način i koje efekte izaziva njihovo djelovanje na mentalnu konstrukciju djece koja određuje formu funkcionisanja koju djeca uveliko prihvataju u izgradnji percepcije svog života.

Svi želimo biti dobri i uspješni roditelji. Bitno je imati svijest o tome da ne teže svi roditelji istim roditeljskim i vaspitnim ciljevima. Kada govorimo o „biti uspješan roditelj“, važno je da shvatimo da nikada nema smisla upoređivati uspjeh jednog roditelja sa uspjehom drugog roditelja. Svako od nas ima različitu viziju i definiciju uspješnog roditeljstva.

Pokušavajući generalizovati definiciju uspješnog roditeljstva, analizirajući svoja i shvatanja majki sa kojima sam radila, došla sam do sljedeće zamisli:

Uspješan roditelj je onaj koji kontrolišući svoj ego i svoja uvjerenja o životu

a-otvara polje bezuslovne ljubavi,

b-svjesno djetetu pruža slobodu i

c-podsticaj u ostvarivanju potencijala kroz balans ljubavi i discipline,

razvijajući time u djetetu prirodne potencijale za

1-samodisciplinu,

2-ljubav prema sebi i drugima,

3-empatiju i

4-ličnu autentičnost.

Kako bismo kvalitetno utabali put ka uspješnom i konstruktivnom roditeljstvu, bez obzira kakvu imali definiciju uspješnog roditeljstva, smatram da je bitno obratiti pažnju na pojedine momente.

Na osnovu opservacije uspješnosti roditeljstva mnogih porodica i na osnovu svog ličnog iskustva, smatram da je uspješnost roditeljstva određuje sljedećih 6 principa:

1.Fleksibilnost.

Biti otvoren za promjene u radu sa djecom ali i promjene na planu sopstvene ličnosti. Biti spreman prilagoditi se situacijama i izazovima koje su sastavni dio roditeljstva. Odbaciti težnju za perfekcionizmom. Prihvatiti svoje greške kao dio

puta. Prihvatiti sebe u svim svojim roditeljskim neuspjesima. Samo kada priznamo da možemo bolje, već smo na putu da uradimo bolje.

2.Istrajnost.

Ako nas ništa drugo nije naučilo koliko je važna istrajnost u životu, onda će to sigurno uraditi roditeljstvo. Da bismo dijete nešto naučili, mi zapravo radimo na tome da u njegovom mozgu napravimo novi neuronski put. Stvaranje nove navike uopšteno, pa i kod djece, je neuronski postupak. Nikako ne može preko noći. Ne može brzo i jednostavno. Vrijeme i ponavljanja su ključ da dijete naučimo nečemu. A ključ toga je istrajnost. Biti istrajan u postizanju toga šta želimo kod djece. Istrajnošću skraćujemo put do uspjeha i sami postajemo primjer istrajnosti našoj djeci.

3.Odgovornost.

Roditeljska odgovornost ne podrazumijeva samo postupke koji obezbjeđuju djetetu zadovoljenje potreba i želja. Roditeljska odgovornost ide puno više i dalje. Roditeljska odgovornost podrazumijeva i da smo uvijek svjesno odgovorni za veliku većinu navika, osobina i postupaka naše djece.

Odgovornost u roditeljstvu za mene podrazumijeva sljedeće: „Ja sam taj od čijeg rada zavisi čitav produkt roditeljstva.“ Preuzeti odgovornost za čitav proces roditeljstva znači da samo od nas zavisi uspjeh u svim segmentima roditeljstva. Mi određujemo uspjeh u našem odnosu sa djecom. Mi određujemo uspjeh naših vaspitnih postupaka. Mi određujemo smijer u kojem će ići razvoj ličnosti našeg djeteta.

„Roditelji nisu odgovorni za to kakva će njihova djeca biti, ali su odgovorni da učine sve što mogu kako bi izvukli ono najbolje iz njih.“ John Gray

4.Svjesnost.

Svjesnost u roditeljstvu podrazumijeva spoznaju roditelja o tome šta znači biti roditelj i koliki uticaj imamo na razvoj dječije percepcije o životu. Imati predstavu o svim posljedicama naših djelovanja usmjerenih na dijete. Svjesnost podrazumijeva svakodnevnu mentalnu prisutnost u svim segmentima života djece.

5. Balans ljubavi i discipline.

Moje pravilo je: „Koliko ljubavi, toliko discipline. Ponekad i malo više discipline.“

Bez ljubavi, dijete ne može ostvariti prirodan psiho-socijalni razvoj. Bez ljubavi nema optimalnog razvoja ni na jednom polju. Ljubav koju je potrebno iskazati na način da je dijete osjeti svim svojim čulima. Ljubav kroz djela i primjere.

Ipak, disciplina je ta koja postavlja granice između premalo i previše, između da i ne, između samodiscipline i haotičnosti, između poštovanja i nepoštovanja. Disciplina je zapravo druga strana ljubavi.

„Savremeni roditelji treba da izbjegnu zamku nemoći, ali i da ne upadnu u zamku premoći. To mogu da postignu ako jasno pokazuju djetetu da ga vole, ali i da su autoritet koji ga disciplinuje.“ Milivojević, Politika, 2016.g.

6. Dosljednost.

Zamislimo da vrijedno radimo nekoliko mjeseci i odjednom ne dobijemo platu. Ili, jedan mjesec imamo platu, drugi mjesec ne. Jedan mjesec dobijemo punu platu, sljedeći mjesec samo pola plate. Šta ćemo reći za ovakvog poslodavca: „Da je nepouzdan.“ Više nam neće biti korporativni uzor i tražićemo negdje drugo da pronađemo drugi oblik zadovoljstva koje smo do sad pronalazili u ovom poslu. Ukoliko sa djecom želimo razviti produktivan partnerski odnos, moramo im pokazati da smo dosljedni u svojim stavovima i postupcima, a time i pouzdani. Dosljednost gradi zonu sigurnosti koja je neophodna za optimalan psihosocijalni razvoj djeteta a učvršćuje disciplinske okvire bez kojih naš roditeljsko-vaspitni stil ne može biti uspješan i konstruktivan.

Zadaci uspješnog roditeljstva

Generalno gledajući, roditeljstvo pred nas uvijek postavlja zadatke na koje mi, kao roditelji, moramo odgovoriti. Mi zapravo, uvijek odgovaramo zadacima sa kojima se susrećemo. Pitanje je, na koji način i čime vođeni, tragamo za rješenjima tih zadataka?

U nastavku je navedeno pet zadataka za koje smatram da najčešće predstavljaju okvir roditeljskog djelovanja.

1. Odrediti smjer vaspitanja.

Da bismo bilo koji posao uspješno obavili, potrebna nam je dobra organizacija. Potrebno je da imamo jasan cilj. Važno je da znamo odakle krećemo. Poželjno je i da imamo plan koraka koji će nas odvesti do cilja. Zvuči lako, zar ne? Hajde da vidimo kako to primijeniti na odabir vaspitnih metoda.

Jasan cilj u pogledu vaspitanja podrazumijeva jasnu viziju o tome šta želimo da promjenimo ili postignemo u oblasti vaspitanja kod našeg djeteta. To svakako zavisi od životnih vrijednosti koje definišu stil života cjelokupne porodice. Tako npr., u porodici u kojoj se ističe važnost ispunjavanja obećanja, djecu će učiti sopstvenim primjerima i metodama da se obećanja moraju uvijek na vrijeme ispoštovati. Tako roditelji mogu formirati čitav sistem pozitivnih i negativnih uslovljavanja vodeći se principom „ispunjeno - neispunjeno“ obećanje. Ako dijete ispuni obećanje i popravi ocjenu u školi, zna se koja je posljedica, odnosno nagrada. Na ovakav način, kod djece možemo ojačati/oslabiti bilo koji vid ponašanja. U jednoj porodici će se raditi na tome, npr., da se odgoji dijete koje će biti slijepo poslušno roditeljima i ostalim autoritetima. U drugoj porodici će vaspitanje ići u smjeru odgajanja što samostalnijeg djeteta koje će se znati izboriti za sebe. U trećoj porodici će u vaspitanju dominirati možda neka religiozna uvjerenja. U svakom slučaju, mi kao roditelji određujemo na koji način vaspitavamo dijete, svjesno ili nesvjesno, kao i to šta želimo da izgradimo u životu djeteta. Poenta je da kada smo svjesni vaspitnih postupaka koji određuju smjer u kojem ćemo odgajati dijete, imamo veoma široku lepezu mogućnosti i izbora.

Tačka iz koje krećemo u vaspitanju je važna jer tako pravimo paralelu onog što želimo i trenutne situacije u kojoj se nalazimo. Roditeljima neće biti jednako zahtjevno ako imamo situaciju da dijete svaki dan nema motivaciju da obavlja svoje obaveze, a želimo da ih redovno obavlja, i ako imamo situaciju da dijete dva/tri dana sedmično nema motivaciju. U prvoj situaciji poželjno bi bilo da čitav

koncept motivisanja djeteta mijenjamo, dok u drugoj situaciji, s obzirom da već nekako funkcionise, poželjno bi bilo da ga doradimo do određene mjere.

Koraci u samom procesu vaspitanja su najvažniji, ali ipak bez prethodna dva ne bi funkcionisali. Koraci u vaspitanju podrazumijevaju da tačno definišemo šta ćemo kontinuirano poduzimati u radu sa djetetom. Ova faza zna biti jako teška i zahtjevna za roditelje jer se odnosi na to pored konkretnih, praktičnih koraka, roditelj održi sopstvenu motivaciju za radom sa djecom, bilo da se to radi o usvajanju određenih životnih vrijednosti, eliminisanju ili korekciji postupaka djece u nekom od životnih aspekata.

Ovladavanjem ove tri faze i izgradnjom lične motivacije možemo postići uspjeh u radu sa djecom te na taj način usmjeriti tok vaspitanja u pravcu u kojem želimo.

U trenucima kada posustanemo i mislimo da rad na određenim promjenama kod djece ne daje rezultate ili traje vječnost, sjetimo se šta želimo postići. Sjetimo se cilja zbog kojeg smo krenuli raditi sa djecom na konkretnom problemu. Sjetimo se životnih vrijednosti koje želimo da izgradimo kod djece postupcima koje primjenjujemo.

Iz mog ugla, vaspitavanje djece se odvija na sljedećim osnovama: mnogo iskazane ljubavi, podsticajna i čvrsta disciplina, fleksibilnost, istrajnost, primjer roditelja, motivacija.

2. Izgraditi konstruktivan odnos sa djecom (partnerski odnos).

Konstruktivan i pouzdan odnos sa djecom je baza koja vrlo često određuje uspješnost savladavanja vaspitnih izazova.

Dobar odnos sa djecom je kao jak imunitet tijela. Ako je dobar imunitet, tijelo će se lakše izboriti sa virusima i infekcijama. Tako i dobar odnos, lakše i brže pomaže da se riješe problemske situacije u koje dolazimo sa djecom.

Što se tiče uspješnosti odnosa, shvatila sam da tu važi jednostavno matematičko pravilo. Ako jedan od sabiraka povećamo, čitav zbir se mijenja. Što znači, ako nismo zadovoljni odnosom sa djecom i u svom postupanju nešto promijenimo, odnos se istog momenta počinje mijenjati. Tako je i u svim roditeljskim postupcima. Ukoliko mi nešto promijenimo, neko svoje shvatanje, ponašanje, čitav ishod se mijenja. Dobijamo onoliko koliko smo uložili, i dobijemo ono šta smo uložili. Kratko i jasno. Iako, nije uvijek jednostavno.

Jako je važno da roditelj napravi prvi korak. Roditelj je primjer i treba da bude uzor. Jer, sjetite se, djeca gledaju šta mi radimo.

Neka naš odnos bude kuća koja počiva na četiri jaka stuba: ljubav, iskrenost, poštovanje, dosljednost.

3. Postaviti dobar temelj za odraslu dob.

Svaki roditelj koji je svjestan svog uticaja na djecu, zna da se kroz vaspitanje djece postavljaju osnovi za zdravo i prirodno psiho-socijalno funkcionisanje djece i u odrasloj dobi.

Dobro poznata priča jednojajčanih blizanaca razdvojenih po rođenju, govori upravo o uticaju vaspitanja na razvoj ličnosti. Dvoje djece, identičnog genetskog materijala, odgajani u različitim porodicama, postaju dvije potpuno različite ličnosti. Zanimljivo, zar ne?

Da, u djetinjstvu se postavlja temelj samodiscipline.

Da, u djetinjstvu se postavlja temelj percipiranja svijeta oko sebe.

Da, u djetinjstvu se postavlja osnova za preuzimanje odgovornosti za vlastite postupke.

Da, u djetinjstvu se postavljaju osnove za zahvalnost, poštovanje, samopouzdanje, vrednovanje sopstvene ličnosti, emocionalnu stabilnost generalno. I još mnogo toga.

Međutim, ako nešto od ovoga kod djeteta izostane u djetinjstvu, ne znači da dijete neće razviti svoje pune potencijale u odrasloj dobi. Roditeljstvo postavlja osnovu koja nikako ne isključuje važnost našeg djelovanja kao odrasle osobe.

Osnova za što što čvršći temelj za odraslu dob počiva na: disciplini, razvoju emocionalne inteligencije, preuzimanju odgovornosti, podsticanju samostalnosti, jačanju samopouzdanja, učenju odlaganja zadovoljenja, fleksibilnosti, zahvalnosti.

4. Odgojiti dijete koje će biti srećan čovjek.

Kao tinejdžer, mislila sam da je cilj vaspitanja roditelja odgojiti inteligentno i poslušno dijete.

Tokom godina rada na sebi, ali kada sam i sama postala roditelj, počela sam više razmišljati o ovoj temi. Shvativši da inteligencija, materijalni i društveni status nisu prediktori percipiranja sreće kod ljudi, poželjela sam da imam srećno dijete. Na razmišljanje me podstaklo jedno istraživanje u kome se došlo do zaključka da su srećniji ljudi kod kojih je razvijenija emocionalna nego opšta inteligencija. Dakle, visok IQ nam ne garantuje da ćemo biti srećni u životu.

Srećno dijete nije dijete kome su sve želje ispunjene. Srećno dijete nije ni dijete koje je sve vrijeme gušeno pažnjom i roditeljskom strepnjom. Srećno dijete znači dijete kome je pružena optimalna ljubav uz brojne druge preduslove koji su nužni za razvoj srećne osobe i u odrasloj dobi.

Neki od preduslova za razvoj srećnog djeteta, a kasnije i srećne odrasle osobe su:

- samodisciplina,
- zahvalnost,
- razvijena emocionalna inteligencija,
- samopouzdanje.

Da bismo odgojili srećno dijete, treba da uložimo ono najvrednije što imamo u životu, a što se ipak ne može novcem platiti: ljubav, vrijeme, pažnju, podršku, zahvalnost, poštovanje. Vjerujte, većina stvari koje možemo dati djeci a koje se novcem plaćaju, nemaju nikakve veze sa istinskom srećom kojom ih možemo naučiti.

5. Biti srećan roditelj.

Posljednja stavka u nizu, ali možda čak i najviše bitna. Biti srećan roditelj.

Do pišem o tome, pitam se: „Koliko majki i očeva razmišlja o vlastitoj sreći u ostvarivanju sebe kroz roditeljsku ulogu?“ Čini mi se, nedovoljno, nažalost.

Prema mojim zapažanjima, postoje tri tipa roditelja:

1. Roditelji koji će svu svoju energiju i resurse uložiti u odgoj djece, potpuno zanemarujući sebe kao ličnost koja ima pravo na ispunjen i srećan život i van njihove uloge.
2. Roditelji koji će vođeni egoizmom i nedovoljnom svjesnosti zanemariti pojedine potrebe djece i tako djeci uskratiti osnovu za duhovni razvoj njihove ličnosti.
3. Roditelji koji će se truditi izbalansirati roditeljstvo i rad na sebi i svojim ciljevima i van roditeljske uloge.

Zašto je važno da je roditelj osoba koja je ispunjena i srećna svojim cjelokupnim životom:

1. na taj način, svojoj djeci dajemo primjer ispunjenog života.
2. pronalazimo i negujemo dodatna polja koja nam daju energiju i strast. Tačno je da nam djeca daju najveću motivaciju za sreću i ispunjenje, ali nas roditeljstvo

zna i iscrpiti. Tako da, ponekad je poželjno usmjeriti svoj fokus i na druge momente osim djece.

Znate ono životno pravilo: „*U balansu je ključ.*“ A upravo roditeljstvo balansirano sa ostvarenjima i u drugim aspektima života, učiniće čovjeka srećnijim i ispunjenijim. Ako nije naš zadatak da djeci pokažemo šta je sreća, pitam se: „Šta bi to onda moglo biti?“

Kako vi definišete uspješno roditeljstvo? Opišite!

Koje zadatke se trudite ispuniti kao roditelj kako biste došli do vaše definicije *uspješnog roditelja*?

Koliko smatrate da je važno da roditelj bude osoba koja je ispunjena i van roditeljske uloge? I zašto?

Koji ste tip roditelja prema tome koliko vlastitih resursa ulažete u roditeljstvo? I da li ste svjesno izabrali taj tip?

Zlatna pravila roditeljstva - Kako izgraditi čvrst i svjestan roditeljsko - vaspitni stil?

Čvrst roditeljski stil ne podrazumijeva fizičko kažnjavanje. Disciplina zapravo uopšte nužno ne uključuje riječ „kazna“. Kada želimo djetetu dati do znanja da nešto ne može, čak i ne moramo uvijek koristiti riječ NE.

Zapravo, poenta je da se djetetu prenese određena poruka, davajući mu slobodu, mnogo iskazane ljubavi i granice koje se nikad ne prelaze jer poštujući njih zajedno sa djecom gradimo životne vrijednosti na kojima se gradi njihova ličnost.

Devet poruka mudrog i svjesnog roditeljstva

Poruka 1.

Ne vrti se svijet oko tebe.

Na ovaj način, učimo dijete da se prilagodi realnoj životnoj stvarnosti i što prije nauči da njegova okolina nije usmjerena zadovoljavanju njegovih potreba.

Naučite svoje dijete da mama i tata trebaju imati vrijeme i aktivnosti samo za sebe. Trebaće vam.

Poruka 2.

Mnoge stvari u životu nikada nećeš moći dobiti onda kada ih poželiš.

Imaj strpljenja.

Zašto je važno strpljenje? Ako odložimo zadovoljenje želje za čokoladom sat vremena ili igračkom jednu sedmicu, sa 8 godina će lakše shvatiti da za dobijanje telefona mora čekati još jednu godinu, sa 18 će shvatiti da mora čekati da sebi zaradi kako bi dobilo auto, a kasnije u životu će već znati da za neke vrijedne stvari jednostavno moramo čekati kako bi nam se ispunile. Mnoga istraživanja su pokazala da su djeca koja su mogla više odgađati zadovoljenje želje, zapravo izrasla u srećnije osobe.

Naučite dijete da čeka u dugim redovima u banci i trgovini. Da čeka nekoliko minuta ili više ručak, čak iako je gladno. Ili nekoliko dana da bi dobilo neku igračku.

Trebaće vam. Djetetu posebno.

Poruka 3.

Nije poenta da dijete uvijek bude zadovoljno. Poželjno je da se nauči nositi sa situacijama drugačijih scenarija od onih zamišljenih. Učimo ga da će biti mnogo situacija u životu koje će morati prihvatiti bez mogućnosti vlastitog kontrolisanja.

Naučite ga da se ponekad mora pojesti i onaj ručak koji nije omiljeni. Jer, trebać ih pojesti puno u životu.

Poruka 4.

Od mame i tate nikada nećeš dobiti sve što poželiš.

Smatram da je ovo saznanje za dijete važno jer ga učimo da mamin i tatin život nije podređen zadovoljavanju njegovih potreba i želja.

Naučite dijete da se ne može dobiti svaki slatkiš ili igračka u koju se uperi prst. Naučite ga da postoje stvari koje mu mama i tata nikada neće moći priuštiti. Trebaće mu to.

Poruka 5.

Ako je život utakmica, naučimo uzimati TIME OUT.

Predah u trenucima emotivnih kriza i afekata, smatram da je važan ne samo za djecu, već za sve nas.

Naučite djecu da uzimaju trenutke samo za sebe. Naučite ga da čuje tišinu, da čuje sebe, svoj otkucaj srca i disanje. Trebaće mu nekad.

Poruka 6.

Ne postoje kazne, postoje posljedice ispoljenog ponašanja. Na ovaj način, učimo dijete da razmišlja o sopstvenoj odgovornosti u životu.

Naučite ga da svaki postupak njegov ima svoju posljedicu. Vrlo dobro zna da to znači: „To što si uradio, ima svoju cijenu.“

Poruka 7.

Budi sam svoj majstor.

Upravo jedan od ciljeva roditeljstva bi i trebao biti učenje samostalnosti. A važno je krenuti sa ovom lekcijom od malih nogu. Umjesto „daj da ti pomognem“, govori se „prvo pokušaj sam“.

Poruka 8.

Nauči da možeš. Samopouzdanje se uči, ponajviše od roditelja. Imamo u sebi moć da izgradimo samopouzdanu djete koje će biti spremnije za samostalnost i sve druge izazove u životu. Samopouzdanje kod djece se stvara svjesnim djelovanjem roditelja kroz najbanalnije primjere, kao što su: „Znam da možeš nasuti sebi vodu.“ Ili, „Naravno da možeš naučiti bacati loptu, samo ti danas ne ide baš najbolje.“

Umjesto „ne možeš ti to“, govori se „znam da to možeš“.

Poruka 9.

Čarobna riječ NE.

Dijete mora znati granice. Riječ NE, to zaista mora i značiti. Kroz naše zabrane, postavljajući disciplinski okvir našeg vaspitanja, učimo koliko će djeca vrednovati naše riječi i postupke.

Naravno da je rijetko kada situacija savršena. Biće momenata kada djeca jednostavno ne žele uraditi ono što su inače naučila. I to je OK. Važno je da ne odustajemo. A važno je i da pokušamo zadržati stav da će situacije kada ne ide kako smo planirali jednostavno proći, te da naučimo uzimati emotivni predah u momentu kada svjedočimo trenutnom neuspjehu. Ako ponekad i popustimo, naš vaspitni sistem se neće urušiti. Ali važno je što prije vratiti se na putanju koju smo izabrali za nas i našu djecu.

Nećemo propasti u zemlju ako se naše dijete, oko kojeg se toliko trudimo, počne bacati po podu trgovine jer silno želi igračku. Većina roditelja će to doživjeti. I djeca oko koje se roditelji mnogo trude nekada će se ovako ponašati. U redu je. Opustite se. Preživjećete. ALI...

Poenta je šta ćemo uraditi poslije toga? Poenta je, kako ćemo pristupiti ovakvom ponašanju djeteta? Kakvu lekciju ćemo izvući? Kako ćemo naše principe nastaviti primjenjivati i poslije? Sjetimo se, jedna izgubljena bitka ne znači da smo izgubili rat.

Uspješno roditeljstvo kroz primjenu četiri moći svakodnevnog djelovanja

Nadmoćan stil roditeljstva, kroz ispoljavanje kažnjavanja, nametanja krutih stavova i isticanje roditelja kao autoriteta koji je „iznad“ po svojim vrijednostima, stil je koji od djeteta teško da će „stvoriti“ samopouzdanu, slobodno, otvoreno i kreativno dijete. Umjesto pomenute nadmoći, možemo koristiti moć svakodnevnih situacija i postupaka, na jedan fleksibilniji i kreativniji način kako bismo mnogo lakše kod djece razvili korijenje koje će poslužiti kao čvrsta osnova srećnijem i ispunjenijem životu.

1. Moć izvinjenja.

Nije slučajno što sam stavila izvinjenje na prvo mjesto. Da li se i koliko često izvinjavamo djeci? Kada sam počela dolaziti u najveće izazove roditeljstva, otkrila sam moć izvinjenja.

Najveći izazovi su me dovodili do najvećih emotivnih krahova. Znae onih momenata kada u afektu djetetu uradite ili kažete nešto zbog čega se poslije kajete, znajući da ste mogli i mnogo bolje odreagovati. Npr. kod roditelja koji primjenjuju fizičko kažnjavanje to može biti šamar, čupanje za kosu ili čupanje za uši, a kod drugih to može biti histerično vikanje, psovanje i verbalno obezvređivanje djeteta. Često će roditelji ignorisati ovu situaciju i praviti se kao da ništa nije ni bilo, iako će negdje, duboko u sebi, naslutiti da su pogriješili, bar neki. Pojedininim roditeljima reakcija u afektu bez prethodne odluke o izboru reakcije je navika koja čak može i karakterisati vaspitni stil.

Svi dolazimo u ove situacije. To je uredu. Svi ćemo ponekad nepromišljeno djelovati, pa i prema djeci. Voljela bi da mi se jave oni kojima se ovo nikad ne dešava, rado bih učila od njih! 😊

Poslije jedne takve situacije, neveliki broj roditelja će se izvinuti djetetu zbog nepromišljene reakcije. Shvatila sam koliko je ovo važno za odnos sa djetetom. Sjetila sam se da se meni moji roditelji nikad nisu izvinuli. A nije moguće, da baš nikada nisu pogriješili.

Da, nije lako priznati da smo pogriješili. Ego će nas pokušati odvratiti od te namjere. Kada osjećamo da smo pogriješili ali ipak ne želimo priznati, naš ego radi ono što mu je zadatak. To je sasvim u redu, tako funkcionišemo. Ali, sjetite

se, roditeljstvo nije mjesto gdje ego treba djelovati. Upravo suprotno, neka ljubav bude mnogo jača.

Zašto je važno izvinjenje djeci:

- Pokazujemo djeci da je u redu pogriješiti. Svi griješimo.
- Pokazujemo djetetu da nismo nadmoćni i važniji od njega.
- Pokazujemo djetetu na vlastitom primjeru kako se kontroliše ego.
- Pokazujemo djetetu da nam je stalo do njegovih osjećanja.

2.Moć iskrenosti.

Vrlo često svjedočim situacijama u kojima roditelji lažu djecu. Npr. budi dobar, kupiću ti igračku. Dijete se smiri u trenutku, bar neka djeca, ali kasnije, igračku ne dobiju. Ili, idemo kod doktora samo da uzmemo jedan papir, a na kraju, dijete dobije vađenje krvi i histeričan plač u trajanju od sat/dva.

Kasnije, možda ćemo se pitati, zašto nas dijete ne sluša? Zašto nam dijete ne vjeruje? Pogodite, ko ga je naučio tome?

Kada govorimo o uspješnosti partnerske veze, često ćemo reći da je visoko kotiran kriterijum – vjernost koja vodi ka povjerenju. A kada govorimo o odnosu sa djecom, koliko nam je to važno? Jako je važno, također. Ali jako je važno i kako se to povjerenje gradi. U braku, podrazumijeva se da nas partner ne laže, ni u kom slučaju. Zašto bi onda bilo drugačije sa djecom?

Tačno je da nekada dijete neće shvatiti da smo slagali. Tačno je da će poneka laž biti toliko bezazlena da neće nanijeti odnosu štetu. Međutim, nikada ne možemo biti sigurni koliko će naš takav postupak uticati na dijete, kratkoročno ili dugoročno gledano. Povremene laži na koje djeca mogu biti itekako osjetljiva mogu uticati na to kako će djeca percipirati pouzdanost našeg partnerstva sa njima.

Koliko god u trenutku za dijete bila bolna iskrenost, ona će u djetetu graditi percepciju našeg roditeljstva kao baze sigurnosti i predvidivosti za koju mislim da je jako važna za optimalan psihosocijalni razvoj djeteta. Tačno je da će dijete u trenutku iskrenosti na primjerima spomenutim u ranijim pasusima odreagovati kroz histerisanje, ljutnju ili bijes, ali dugoročno gledano, više će biti koristi od ovakvog pristupa.

Zašto je važna iskrenost još od ranijeg doba u odnosu roditelj – dijete:

- Iskrenost nas vodi ka tome da dijete u nama vidi pouzdanog partnera sa kojim se gradi odnos.

- Na ovaj način dijete shvata pojam iskrenosti te ga projektuje i na ostale aspekte života.
- Ovim pristupom učimo djecu prihvatanju nelagodnih emocija prozrokovanih trenutnim životnim okolnostima.

„Kada odrasli kažnjavaju dijete zato što je reklo istinu ili pokazalo ono što misli i osjeća, dijete uči da se pretvara, i njegova nevinost biva uništena. U tom trenutku ono postaje samo brojka u neizmjerljivoj gomili onih koji govore: „Ja više ne znam ko sam“, jer kad tako dugo kriju istinu o sebi, na kraju je sakriju i od samih sebe.“

Put ljubavi, Antoni de Melo

3. Moć zahvalnosti.

Koliko se često zahvaljujemo djeci? Koliko se često pred djecom zahvaljujemo za sve blagodati koje imamo u životu?

Čitala sam o tome kako je zahvalnost promijenila ljudske živote. Povjerovala sam u to. Uvjerila sam se na vlastitom primjeru.

Pogledajmo svoje dijete kada mu se zahvaljujemo. Rijetko kada da će taj momenat proći bez ushićenog izraza. Djeca će to osjetiti. I zapamtiti. Svaki senzibilan roditelj će to primijetiti. A kada ih naviknemo na zahvalnost, to će postati dio njihovog života. I sami će iskazivati više zahvalnosti.

Jedan od najemotivnijih momenata u roditeljstvu bio je kad me je moj sin od četiri godine, jedne večeri pred spavanje, zagrlio i rekao: „Hvala ti mama, hvala za sve...“ ovakve stvari su jedan od momenata kada znate da ste na pravom putu svoje roditeljske uloge.

Kako izražavanje naše zahvalnosti utiče na dijete:

- Učimo dijete da cijeni sve što ima u životu.
- Zahvaljujući se djetetu, pokazujemo mu da je vrijedno.
- Učimo ga da zahvalnost bogati odnose među ljudima.
- Učeći ga zahvalnosti, dajemo mu osnovu za srećniji život.

4. Moć primjera.

Na razmišljanje o moći primjera u roditeljstvu, podstakla me sljedeća situacija. Igraju se dva dječaka u parku. Jedan dječak se naljuti i počne tući drugog dječaka. Majka prvog dječaka ustaje, počinje ga tući govoreći mu: „Znaš da nije lijepo tući djecu!“

Svojim ličnim primjerima, pokazujemo djeci kongruentnost našeg roditeljskog djelovanja. Tj., koliko je ono što prezentujemo djeci kroz svoj roditeljsko-vaspitni stil u skladu sa onim što mi živimo kroz vlastiti životni stil.

Uspješno roditeljstvo zahtijeva što veću budnost. To bi značilo da, kada nešto uradimo ili kažemo, pomislimo: „Kako ovo utiče na moje dijete? Kakvu poruku ovo što ja sad prezentujem, šalje mom djetetu?“

Tačno je da nije lako u svakom trenutku razmišljati o tome šta mi trenutnim postupcima pokazujemo djeci. I vjerovatno nikad nećemo to u potpunosti postići. Ali dobra vijest je što se „budnost“ vježba. Zaista, vremenom možemo postati svjesniji vezano za to šta svojim ličnim primjerima dajemo djeci.

Zašto je važno obratiti pažnju na moć primjera:

- Kroz primjere ličnog djelovanja, pokazujemo djetetu da li smo pouzdan partner za odnos.
- Pokazujemo djetetu kako se živi život u svim aspektima.
- Ako mi kao roditeljski uzor ne damo primjer djeci, djeca će uzore potražiti u društvu, medijima, na ulici.

Razmisliti o „moći“ koju primjenjujete u svom roditeljstvu. Šta mislite koje od moći, ponuđenih u prethodnom tekstu ili nekih drugih, svojstvenih vašem stilu, mogu biti od presudnog značaja za uspostavljanje produktivnog odnosa vas i vaše djece?

Podsticajna disciplina – disciplina bez fizičkog kažnjavanja

Kada podignemo ruku na dijete, zapitajmo se: „Da li je ipak moglo drugačije?“

Naučna istraživanja pokazuju da fizičko kažnjavanje ne vodi do razvoja agresivnosti kod djece kao što se mislilo jedno vrijeme. Ali, to nikako nije razlog da ne razmislimo o tome da ipak ovaj metod stavimo na posljednje mjesto naših raspoloživih vaspitnih opcija.

Međutim, nema jasnih podataka o tome da li i kako fizičko kažnjavanje utiče na ostale, pojedinačne aspekte mentalnog zdravlja. Npr. kako utiče na osjećaj samopoštovanja, samopouzdanja? Da li ima kakve poveznice sa odnosima roditelj – djeca, kasnije u životu? Da li je fizičko kažnjavanje povezano sa osjećajem manje vrijednosti? Ili da li utiče na razvoj određenih strahova u djetinjstvu?

Istraživač Marej Stros je 2009.godine objavio rezultate istraživanja u kojem se pokazalo da su djeca koja su fizički kažnjavanja manje inteligentnija. Kako ističe Stros, roditelji koji više pribjegavaju batinama manje verbalno komuniciraju sa djecom. A i djeca koja su više fizički kažnjavanja, više su bila izložena stresu što je još jedno od objašnjenja rezultata.

Osoba sam koja je tokom tokom djetinjstva trpila fizičko kažnjavanje. Nisam agresivna. Dapače, mislim da sam poprilično emotivno stabilna osoba, danas. Ali tokom odrastanja, pa i kasnije, u zreloj dobi, nije uvijek bilo tako.

Imala sam strah od autoriteta. Strah od neuspjeha. Imala sam velikih poteškoća sa emotivnom stabilnošću i osjećajem manje vrijednosti, tada. Nisam nikada bila podvrgnuta nikakvoj ozbiljnijoj psihološkoj analizi, ali nekako čvrsto vjerujem da me je drugačiji vaspitni proces mojih roditelja mogao poštediti psihičke nestabilnosti kroz koju sam u adolescenciji prolazila.

Drugi razlog zbog kojeg sam protiv bilo kakvog oblika fizičkog kažnjavanja, jesu moje dugogodišnje opservacije ponašanja brojne djece i njihovog odnosa sa roditeljima. Moje opservacije su pokazale da NISU disciplinovanija niti uspješnija djeca kod kojih se primjenjuju oblici fizičkog kažnjavanja. Dakle, fizičko kažnjavanje nije uspješnija vaspitna metoda od ostalih.

Ono što se u literaturi i navodi kao problematika fizičkog kažnjavanja jeste definisanje i primjena oblika i mjere fizičkog kažnjavanja. Da li roditelji koji primjenjuju ovu vaspitnu metodu imaju definisano koji se tačno oblici fizičkog djelovanja primjenjuju za tačno određena ponašanja? Da li roditelj može u

trenutku afekta kada primjenjuje mjeru fizičkog kažnjavanja, da se kontroliše i svjesno odreaguje na unaprijed definisan način?

Smatram da nema te situacije koja nužno zahtijeva primjenu metoda fizičkog kažnjavanja. Uvijek postoji bar još jedna opcija, ako ne i više njih. Pitanje je samo, šta biramo uzeti kao opciju? Te koliko smo u trenutku kada posežemo za tom metodom svjesni sopstvenog postupka?

Postoje mišljenja koja odsustvo discipline u vidu fizičkog kažnjavanja povezuju sa sve većim razvojem narcisoidnosti i samoljublja. Da, tačno je da nedostatak discipline vodi ka razvoju egoističnih crta ličnosti. Ali često se zaboravlja jedno. Disciplina nisu samo batine. Disciplina prije svega obuhvata postavljanje jasno definisanih granica koje se mogu učvrstiti bilo kojom metodom koja obuhvata fleksibilnost, istrajnost i našu odlučnost. A fizičko kažnjavanje je samo jedan od načina da se postave granice. I to način za kojeg definitivno nije naučno utvrđeno da je najučinkovitiji.

Zašto bismo trebali razmisliti prije nego sljedeći put odlučimo primijeniti fizičko kažnjavanje kao vaspitnu metodu:

- 1.Fizičkim kažnjavanjem pokazujemo djeci da se i fizičkom silom rješavaju problemi. Zapitajmo se, koji raspon metoda rješavanja problemskih situacija želimo da ponudimo djeci? Zapamtimo, mi im pokazujemo kako se to radi.
- 2.Fizičko kažnjavanje razvija strah i stres kod djece. Jeste teško, ali pokušajte, da skenirate izraz dječijeg lica kada iščekuje fizičku kaznu. Šta mislite, kakvu tjelesnu reakciju im izazivamo našim takvim postupkom?
- 3.Fizičko kažnjavanje utiče na percepciju roditelja u očima djece.
- 4.Fizičko kažnjavanje utiče na kvalitet odnosa roditelja i djece.

Zašto je roditeljima teško odustati od primjenjivanja metoda fizičkog kažnjavanja:

1.Samodisciplina roditelja.

Odustati od navike koju smo primjenjivali možda čak i nekoliko godina, zahtijeva volju, istrajnost i jaku samodisciplinu. A upravo da bismo promijenili naviku da tučemo dijete, potrebna je jaka samodisciplina koja se ne postiže uvijek za kratko vrijeme.

2.Trenutna svjesnost o posljedicama.

Vrlo često se fizičko kažnjavanje ispoljava u afektu, kada roditelj impulsivno odreaguje i udari dijete. U tom trenutku je potrebno napraviti odmak od svoje emocije kako bismo osvijestili svoj trenutni osjećaj. Napraviti odmak znači osvijestiti „prostor“ između osjećaja i reakcije. Upravo vježbanjem tog odmaka postizemo svjesnost i dajemo sebi mogućnost izbora u reagovanju. Napraviti pauzu između osjećaja koji nas vodi ka fizičkom kažnjavanju i naše reakcije (udarca), jeste nešto zahtjevnija mentalna vježba čije savladavanje zaista zahtijeva vrijeme i učenje.

Ponašanje djeteta kao poziv u pomoć

Često nam svojim ponašanjem pažnju može privući dijete iz komšiluka, porodice ili nepoznato dijete koje sretnemo na ulici.

Svi postupci djeteta koji su okarakterisani kao „društveno neprihvatljivi“, bilo da se radi o agresivnosti ispoljenoj nad roditeljima ili vršnjacima, o iskazanoj neposlušnosti koja vodi ka određenim posljedicama, ili razni drugi ponašajni oblici kao što su vandalizam ili odavanje porocima, iako naizgled tako ne govore, pokazatelji su da je dijete došlo do tačke kada smo mu najpotrebniji.

U svim ovim situacijama, djeca rade najbolje što znaju. Ali istovremeno, šalju najjači alarm svojoj okolini.

Dijete svoje borbe vodi na način koji je usvojen tokom odrastanja, u formi koja je dostupna njegovim naučenim obrascima. Iako zna biti teško uočljivo ako se gleda površinski, svojim ponašanjima i stanjima, dijete samo teži da dobije ljubav, pažnju i razumijevanje.

Upravo u trenucima kada djeca „griješe“, tada im je potreban najtopliji zagrljaj ljubavi, riječi prihvatanja i pažnja kojom ćemo im pokazati da vrijede upravo zato što postoje.

Sljedeći put prije nego osudimo i „uperimo prst“ u bilo čije dijete koje izlazi iz okvira nama shvatljivog funkcionisanja, zapitajmo se, šta je to potrebno ovom djetetu da bi bilo srećno i radosno?

Kakva je to „podsticajna“ disciplina?

Podsticajna disciplina jeste vid discipline u kojoj je fokus na ponašanju koje se želi postići a ne na ponašanju koje se želi eliminisati.

Svojim disciplinskim mjerama, koje isključuju fizičko kažnjavanje, podstičemo dijete na željeno ponašanje imajući u vidu kako naši postupci utiču na psihosocijalni segment razvoja ličnosti kod djece.

Sjetimo se, ono što zalivamo, to raste, to opstaje. Šta želimo da se razvija kod našeg djeteta? Ono što želimo da eliminišemo iz njegovog dijapazona ponašanja, ili ono što želimo da raste? A svaka naša reakcija vodi ka jednom ili drugom. Pitanje je, koliko smo toga svjesni?

Pokušajte zamisliti jednu situaciju.

Jako ste stari. Da, zaboravljate često ono što se događa oko vas. Ne znate mnoge činjenice i pravila koja su dio svakodnevnog života modernog doba u kojem su vaša djeca sada odrasle osobe. Nemate mnogo strpljenja. Ponekad ste bolesni, često ste nervozni. Imate mnogo prijatelja i rodbine ali najviše se oslanjate na svoju djecu. Ipak, oni najviše brinu za vas. Zahvalni ste za sve što rade ali često im to zaboravite reći. Pod uticajem starosti, možete i vikati na njih, bez razloga. Nećete razumjeti njihove poglede na život. Ponekad ćete više tražiti od njih nego što ćete im u tom trenutku moći dati.

Kao što vaša djeca sada zavise od vas, tako i vi možete jednog dana zavisiti od njih.

Razmislite, da li biste željeli da se vaša djeca prema vama ponašaju u starosti, kao što se vi ponašate sada prema njima? Ne morate odgovarati na glas, čak ni sebi. Osjetićete. Već imate odgovor. Zapitajte se: „Šta mi ovaj odgovor poručuje?“

Djeca su naše ogledalo.

Koliko god se trudili našem djetetu predočiti svijet kojeg želimo da vidi, ono nikada neće otići dalje od granica našeg svijeta. Dalje od granica naše stvarnosti.

Ljubav koju dijete konstruiše, odraz je ljubavi koju mi ispoljavamo. Strah kojim mi pridajemo važnost u našem životu, gospodariće i u životima naše djece.

Kad bi svaki roditelj imao potpuni uvid u moć koju ima nad svojim djetetom, osjećao bi se toliko blagoslovljen da se nikada ne bi usudio drugačije uticati na svoje dijete osim s onom ljubavlju koja se diči svojom najuzvišenijom verzijom duhovnog razvoja i oslobađajućom bezuslovnosti.

Praktični primjeri rada sa djecom

Primjer 1.

Kako naučiti dijete bilo kojem ponašanju? (za djecu od tri godine)

1. Objasniti zašto ponašanje koje želite promijeniti ne funkcioniše. Ne fokusirati se na razloge za promjenom samo iz svoje i „generalne“ perspektive, već predočite djetetu zašto je važno za njega.
2. Korist koju će dijete imati od tog ponašanja. Dugoročnu i kratkoročnu. Šta će dijete dobiti od novog ponašanja, koju će dobiti pogodnost, materijalnu ili socijalnu.
3. Biti primjer tog ponašanja. Svakodnevno svojim ličnim primjerima potkrepljivati željena ponašanja i navike kod djece.
4. Postaviti čvrste granice u situacijama manipulacije. Imati razrađen sistem naše odbrane u situacijama koje nas mogu dovesti do toga da djetetu popustimo. Naoružajmo se malim trikovima koji nam mogu biti od pomoći.
5. Biti istrajan. Koliko god nam bilo teško, potrebno je imati pred očima cilj koji želimo postići svojim radom na određenim segmentima ponašanja kod djece.
6. Pronaći motivaciju za roditelja. S obzirom da su često ostvarenja djece i nas isprepleteni, nađimo korist koju ćemo mi imati od željenog ponašanja kojeg želimo izgraditi kod djece.

Primjer 2.

Kako naučiti dijete da prihvati vaše odsustvo:

1. Razviti naviku – dovoljno puta ponoviti situaciju. Istrajnošću početi sa malim odsustvovanjima koja će se vremenom, kontinuirano povećavati.
2. Razlog zbog kojeg ostavljate dijete – uvijek detaljno i iskreno objašnjenje kako bi dijete steklo povjerenje.

3. Kada se vraćaju roditelji po dijete. Djetetu obavezno reći koliko roditelji ostavljaju dijete, uz objašnjenje koje je u skladu sa uzrastom. Ako dijete ostaje da prespava bez vas, svakako djetetu recite da se mama i tata vraćaju tek sutra.

4. Šta će biti kada se mama vrati – vizualiziranje. Opišite djetetu situaciju koja će se desiti kada se roditelji vrate. Dajte time djetetu sliku koja će mu pomoći da lakše podnese period razdvajanja.

5. Povjerenje od prije (u povratak majke) – važnost iskustva. Dijete ima iskustvo vezano za povjerenje u majku i oca iz ranijih situacija koje će itetako uticati i na momenat kada želite naučiti dijete da lakše podnese odsustvo.

Primjer 3.

Kako kod djeteta razviti prirodan i konstruktivan sistem emocionalnog funkcionisanja:

1. Naučiti ga prepoznati i definisati emocije.
2. Podsticati dijete da ispoljava emocije.
3. Naučiti društveno prihvatljivo ispoljavanje emocija.
4. Naučiti dijete da mi nismo emocije, nego da mi osjećamo emocije koje su dio nas i koje vremenom učimo prihvatiti kao dio našeg tijela.
5. Biti slobodni da iskazujemo emocije pred djecom.
6. Zajedno učiti sa djetetom prepoznavanje emocija kod drugih.
7. Svojim primjerom učiti razvoj empatije.
8. Podsticati emotivni predah kod djece.

Podsjetnik za roditelje

Roditelji koji se žale da su njihova djeca nezahvalna su oni roditelji koji svoju djecu nisu naučili zahvalnosti. Samo kada živimo zahvalnost svakog dana, djeca će biti u stanju i da je prihvate.

Roditelji koji smatraju da njihova djeca nemaju poštovanja su oni roditelji koji svojoj djeci nisu ni pokazali šta je poštovanje. Da bismo naučili dijete da poštuje sebe i sve oko sebe, moramo mi iskazivati poštovanje prema njima i prema svima u našoj okolini.

Roditelji koji krive društvo jer je na njihovu djecu bačena sijenka društvene neprihvatljivosti su oni roditelji koji nisu preuzeli odgovornost za ponašanje svoje djece. Mi učimo dijete koja ponašanja su prihvatljiva a koja ne.

Lako ćemo doći u vrtić ili školu i kriviti nastavnike za ponašanje i uspjeh. Ali, šta time radimo sebi i našoj djeci? Učimo djecu da su drugi odgovorni za naš život. Učimo djecu da se problemi guraju „pod tepih“. Ali ono što svaki roditelj treba da ima na umu jeste da „prašina“ ostaje tu gdje jeste. Naše dijete će otići iz tog vrtića i škole. Možemo se sa djecom i preseliti u drugu državu koja naizgled daje veće prilike za njih. Ali neriješeni problemu ostaju tu, sa nama. Možemo sve oko nas pokušati promijeniti, zaobići, ali NAŠE dijete ostaje NAMA za cijeli život.

Roditelji koji su na svoju djecu stavili teret svog života, nisu ni sami spremni naučiti lekciju života. Djeca imaju svoj život. Naš život je naša obaveza.

Roditeljima čije uzde života drži ego, propuštaju sve one divne lekcije o ljubavi koje bi mogli ispričati svojoj djeci. Roditelji koji su vođeni egom u svojim vaspitnim postupcima, udaljiće djecu od sebe. Djeca su došla na ovaj svijet opremljena svim duhovnim mudrostima koje podržavaju ljubav a ego onih koji bi im trebali dati još više ljubavi će ih odvratiti od njih.

Roditelji koji djeci umjesto duhovnih daju materijalne stvari, nisu u stanju djeci pokazati istinsku čistotu ljubavi koja postoji na ovom svijetu. Oni roditelji kojima prednjače materijalni nad duhovnim poklonima, naučiće djecu da budu površni i sva unutrašnja prostranstva koja čovjek može istražiti i popuniti, djetetu će ostati nepoznata i prazna.

Bez obzira na sve ljude koje će dijete sresti u životu, na sve uzore na koje će se ugledati, na sva iskustva, roditelj djetetu ostaje najveći i najmjerodavniji učitelj.

.....

Deset najčešćih zabluda koje nas mogu usporavati na putu uspješnog roditeljstva

1. Dijete će biti baš „ovakvo“.

Dijete nikad ne može biti onakvo kakvo smo zamislili. Grijech po dječiju autentičnost je graditi sliku djeteta po mjeri roditelja. Time možemo gušiti dječiji potencijal i „zatrovati“ dječiji neispunjeni mentalni sklop koji se treba puniti njegovim iskustvima, znanjima i stavovima.

2. Djeca su mala, šta ona znaju?

Djeca su mudrija od nas. Jer djeca su oslobođena svih predrasuda i uvjerenja koja smo mi stekli kroz životno iskustvo. Samim tim, u duhovnom smislu, djeca su bogatija od nas. I, djeca osjećaju, jače i dublje. A emotivne spoznaje imaju mnogo jaču moć od spoznaja materijalnog svijeta na koje smo naviknuti.

3. Znaju oni da ja njih volim.

Ne, ne znaju. Trebamo im pokazati, dokazati. Svakodnevno ih podsjećati. Zamislite da smo u školi. Učiteljica ocjenjuje znanje. Da li mi dobijamo ocjenu na osnovu pretpostavke učiteljice da znamo ili nakon što pokažemo da znamo?

4. Rađajući dijete biću srećnija i ispunjenija.

Ne, nećemo. Nikad. Sjećam se jedne majke koja je rekla da joj je život malo dosadio i da nema šta drugo u životu nego da rodi dijete i biće ispunjena. Ta ista žena mi je rekla da joj je još uvijek često dosadno u životu i nakon što je rodila dijete. Samo kada smo srećni sami sa sobom, bićemo srećni i kada dobijemo dijete.

5. Nije važno kako sam ja, važno je da je djeci dobro.

Ne, nikako! Da bismo djeci prenijeli ljubav prema životu i uopšteno iskazali ljubav, moramo voljeti sebe. Kako želimo da nas se djeca sjećaju? Kao žrtve životnih okolnosti ili osobu koja je uživala u životu, i kakvu to poruku njima šaljemo?

6. O roditeljstvu se nema šta učiti, ja sam već roditelj.

Zamislite da imamo cilj popeti se na vrh građevine koja ima hiljade stepenica. Da, imamo noge i znamo hodati. Rećemo, ma lako je to. Sad zamislite situaciju, neko nam kaže da je dobro ponijeti vodu da pijemo usput dok se umaramo. Zamislite, pročitali smo negdje kakva obuća je najudobnija za penjanje po stepenica.

Zamislite, od jednog atlete smo vidjeli kakva odjeća je najadekvatnija za ovu vrstu hodanja. A sad zamislite da smo krenuli na taj pohod za uvjerenjem da nam je samo naš hod dovoljan. Uporedimo sa situacijom kada smo bili još opremljeniji sa vodom, kondicijom, odjećom i obućom. Šta mislite, u kojoj situaciji nam je bilo lakše i uspješnije?

7. Djeca i roditelji trebaju biti najbolji prijatelji kako bi imali dobar odnos.

Apsolutno ne! Ova tema mi je uvijek bila dilema. Kada sam postala majka, shvatila sam koliko je važno za dijete imati sigurnost, oslonac i predvidivost u roditeljima. U svakom uzrastu, dijete ima različite potrebe. Ali sve te potrebe su uokvirene potrebom za sigurnošću i razumijevanjem. Da bi dijete osjetilo sigurnost, roditelj mora biti čvršći, sigurniji, jači. Nikako ne nadmoćniji, ali roditelj mora biti osnova koja će kroz autoritet pružiti djeci sigurnost i podršku koja im omogućava priliku da istražuju svijet oko sebe. Prijateljstvo je povjerenje na nivou samog djeteta. Roditelj je povjerenje iznad. A taj viši nivo je upravo to što gradi sigurnost.

8. Djeca trebaju slušati roditelje.

Ne, ne i ne! Od djece trebamo saradnju a ne slijepu poslušnost. Zahtijevanje slijepu poslušnosti narušava sliku nas kao idealnog vođe u roditeljstvu. Najviše mi je žao djece koju roditelji i nastavnici karakterišu kao: mirno i poslušno. Disciplina i slijepa poslušnost nisu isto.

9. Mi znamo šta je najbolje za našu djecu.

Nikada! Možemo svom djetetu poželjeti sve najbolje u životu a da pri tome slobodno kažemo da mi ne znamo šta je najbolje za njih. Mi znamo šta je najbolje za nas, iz naše životne perspektive, ali dijete ima svoju perspektivu koja može biti itekako različita od naše. Djeca imaju slobodu birati svoj život kao što smo i mi birali svoj.

10. Takvo je, kakvo je! Moje dijete se ne može promijeniti.

Učeći o roditeljstvu na jednom seminaru, kod jednog jako cijenjenog psihoneurologa, čula sam zanimljivu rečenicu. Govorilo se o tome, kada procjenjujemo udio genetike i okoline u formiranju ličnosti i životnih navika, zapravo je omjer 100:100. Dakle, 100% utiče genetika, 100% okolina.

S kakvom god genetskom osnovom se dijete rodi, okolina utiče na formiranje ličnosti. Mi ne trebamo dijete „mijenjati“. Mi dijete trebamo usmjeriti najbolje što mi znamo kako bi ono bilo najbolja verzija sebe.

Roditeljstvo kao teleološki momenat života

Proučavajući mišljenja mnogih majki koje su iznosile svoja iskustva, mišljenja, osjećaje o majčinstvu, pokušala sam doći do zaključka da li je i koliko zapravo roditeljstvo smisao života? Vjerujem da se svi mi, s vremena na vrijeme, bavimo proučavajući i pokušavajući dosegnuti smisao života. Pitala sam se: „Da li je smisao života imati i odgajati dijete?“

S obzirom da mislim da nam život, univerzum, Bog (zavisi ko u šta vjeruje) nikada ne bi „dao“ pitanje bez odgovora, cilj bez moći da ga ostvarimo, tako mislim da smisao života, generalno gledajući nije podizanje djece. Jer da je, tako, ne bi postojali ljudi kojima priroda nije podarila mogućnost da imaju iskustvo roditeljstva u ovom životu. Duboko u sebi osjećam da je tako.

Postoje roditelji kojima su njihova djeca smisao života. Postoje i roditelji kojima djeca nisu, ili bar nisu jedini, smisao života. Jer, neko se želi u potpunosti ostvariti samo kroz roditeljsku ulogu. Nekome pak, uloga roditelja nije jedina i najvažnija uloga kroz koju će ostvariti svoje potencijale. I ovo je važno shvatiti, osvijestiti.

Nije važno koju „opciju“ živimo, sve dok smo svjesni na koji način ispoljavamo svoje roditeljske potencijale. Sve dok smo svjesni koliko moć imamo kao roditelj nad djecom, nije ni važno kako ćemo definisati naše roditeljstvo. Jer, nikada forma nije bila važnija od suštine.

Na svom „roditeljskom“ putu, mi biramo kako i koliko ćemo iskoristiti svoje potencijale da budemo dobar roditelj. Mi biramo koliko ćemo i kakav ostaviti trag na živote naše djece. Ono što sve logike i ne-logike ovog svijeta pokazuju jeste da mi utičemo na našu djecu. Nema pravila kako, nema pravila koliko. Nekada, kocke se bace onako kako i ne možemo baš isplanirati. Ali je važno da kakve god kocke padnu, da nađemo pravu varijantu i da ih sa što više ljubavi posložimo kako bismo našoj djeci u naslijeđe ostavili čvrst temelj na kojem će sami graditi svoju verziju života.

Na kraju, jednog dana kada nas više ne bude, činjenica je da će nas djeca pamtiti. Činjenica je da ćemo baš mi djetetu pokloniti korice knjige u koju će ispisati sve važne sadržaje svog životnog bogatstva. Zato, birajmo kako...Birajmo svjesno. Birajmo odgovorno. Prije svega, birajmo s ljubavlju!

Poruke roditeljima

Priznajmo sebi, nikad nećemo biti savršen roditelj. Uvijek će biti momenata kada ćemo osjećati da smo mogli bolje. Uvijek će biti tih osjećaja krivice koji će se skupljati na dnu srca.

Ali, znajmo, svi ti osjećaji koji stižu s vremena na vrijeme, znak je da možemo bolje. A ako želimo biti još bolji, mi smo već najbolji roditelj.

Nije bitno koliko je dijete naučilo u školi. Nije važno koji posao će raditi jednog dana. Nije važno koliko će novca zaraditi. Važno je kakav će biti čovjek. Mi pravimo čovjeka od njega.

Nije važno ni koliko ćemo mi novca zaraditi za njega, jer, ne broje se novci, skupljaju se osmijesi i zagrljaji. Skupljaju se momenti topline koje dijete osjeti kada zna da je prihvaćeno i voljeno.

Ne treba da se krivimo što im nismo priuštili sve što su poželjeli. Razumije to dijete. Iako se mršti u trenutku kada mu ne ispunimo sve, ono razumije. Njihov je zadatak da nas testiraju. Ali reći će nam to jednog dana kada, kada odraste. Tako će naučiti da se neke stvari u životu moraju i sačekati.

Djeca ne žele savršene roditelje. Dijete nas želi baš takve kavi jesmo, naš nesavršeni osmijeh baš u tom savršenom trenutku kada su mu trebali toplina i razumijevanje. Pokažimo mu da savršenstvo nikad neće biti mjerilo srećnog života.

Sjetite se momenta kada ste postali roditelj. Šta biste vi sada, kao iskusniji roditelj, poručili sebi u tom trenutku kada ste tek kretali na ovo predivno roditeljsko putovanje?

S kraja na početak

I na kraju, vratimo se na početak. Vratimo se na djecu.

Učimo od djece. Djeca su mudra, djeca su bliža izvornoj inteligenciji nego što će i jedan odrasli čovjek ikad biti. Djeca žive u trenutku. Djeca su bez predrasuda. Djeca ne poznaju razlike. Djeca vole bezuslovno. Djeca ispoljavaju ono što osjećaju. Djeca samo traže ljubav. Djeca daju ljubav. Sve ostalo i sve drugačije, mi odrasli ih naučimo.

Ono što djeca nose u sebi, zaista je vrijedno najvećeg bogatstva. Zato, dajmo sebi priliku da od njih učimo:

- *Kako se bezuslovno voli,*
- *Kako se brzo prašta,*
- *Kako se živi bez predrasuda,*
- *Kako se uživa u nematerijalnim stvarima,*
- *Kako se živi u trenutku,*
- *Kako se život prihvata onakav kakav jeste,*
- *Kako svaki trenutak života može biti igra bez granica.*

Kada bismo više učili od djece, a manje tražili da oni od nas uče, sigurna sam da bi ljudski rod svjedočio većim razmjerama percipiranja vlastite sreće.

„Da bi postao veliki, odrasli treba da bude ponizan i uči od djeteta. Neobično je to što među svim čudima koja je stvorio i svim otkrićima do kojih je došao, ljudski rod ne obraća pažnju samo na jedno, na ono koje je Bog dao već na početku – na čudo djeteta.“

Marija Montesori, Upijajući um, 2016

Literatura za preporuku:

Danski recept za srećno dete, Džesika Džoel Aleksander i Iben Dising Sandal

Disciplina bez straha, Wolfgang Bergman

Još tajni srećne djece, Stiv Bidalf

Mala knjiga za velike roditelje, Zoran Milivojević i saradnici

Muškarci su sa Marsa, žene su s Venere, djeca su iz raja, Dr. John Gray

Put kojim se ređe ide, M. Skot PEK

Roditeljovanje, Zoran Milivojević

Safari duha, knjiga o mudrosti odgoja, Ana Bučević

Upijajući um, Marija Montesori

U nadi da ste u ovom elektronskom izdanju moje male knjige pronašli bar nekoliko pasusa za sebe, želim Vam se zahvaliti na tome što ste mi dozvolili da bar na momenat budem dio Vaše roditeljske priče.

Ako ste se svega i na nekoliko trenutaka zapitali kako biste mogli biti još produktivniji roditelj, moja misija je uspjela.

Želim Vam ugodno čitanje svih narednih redova i stranica na ovu i slične teme!

*Neda Stevanović,
roditelj koji čitavog života želi ostati jedno veliko dijete spremno da svakodnevno uči sa svojim malim djetetom*