



# ŠKOLA ZA RODITELJE

~ PODSJETNIK ~

obiteljski centar  
primorsko-goranske županije

# **Program namjenjen jačanju roditeljskih kompetencija**



## **Teme:**

1. Uvodno izlaganje, upoznavanje s pravilima, pitanja roditelja
2. Djelotvorni odgojni postupci
3. Psihiološke potrebe: što znači biti bolji roditelj u kontekstu psiholoških potreba
4. Cjelokupno ponašanje
5. Samopoštovanje i samopouzdanje
6. Asertivno, neasertivno i agresivno ponašanje
7. Ljutnja, agresija i sukob, disciplina bez tjelesnog kažnjavnja
8. Motivacija
9. Kako učiti
10. TV,internet i odgoj
11. Pravila u obitelji, Dječja prava
12. Sistematizacija i evaluacija, razgovor, odgovori na pitanja

## 1. O ODGOJU:

### **Jon Kabat – Zinn:**

„Odgoj je posao za desetoro ljudi koje obavljaju jedna ili dvije osobe, bez upute kako se to radi pod neprekidnim pritiskom, 24 sata dnevno, bez povratne informacije rade li to kako treba“

### **W.Glasser.**

Odgoj je nastojanje da dijete podučimo kako da što uravnoteženije zadovolji svoje psihološke potrebe, ne ometajući pri tome drugu osobu da zadovoljava svoje i da nauči da sve što radimo BIRAMO RADITI.

### **I. Filipović:**

Odgoj je osposobljavanje djeteta za samostalni život.

Odgoj je proces u kojem vodimo dijete od potpune bespomoćnosti do samostalnosti.

## **ODGOVORNO RODITELJSTVO-PROCES STRPLJIVOOG I DUGOTRAJNOG ODGOJNOG DJELOVANJA**

Dobar odnos - zalog kvalitetnog odgoja

### **Emocionalna inteligencija:**

- sposobnost prepoznavanja vlastitih emocija
- sposobnost upravljanja emocijama
- sposobnost prepoznavanja tuđih emocija
- sposobnost motiviranja sebe
- uspostavljanje i održavanje veza



## **2. UBOJITA PONAŠANJA -NEDJELOTVORNI ODGOJNI POSTUPCI (NOP)**

- ponašanja kojima „ubijamo“ odnos  
(nastojimo biti uvijek u pravu i pobijediti, izvući za sebe neku korist, nemamo povjerenja)

Primjeri ubojitih ponašanja:

- Kritiziranje
- Okrivljavanje
- Prijetnja
- Kažnjavanje
- Potkupljivanje
- Žaljenje
- Prigovaranje



### **Posljedice NOP-a**

Pokorna, uplašena, bez samopouzdanja i samopoštovanja, FRUSTRIRANA DJECA

Ljuta, ogorčena, osvetoljubiva, svadljiva, agresivna, FRUSTRIRANA DJECA

### **Nedjelotvoran roditelj:**

1. ešće donosi odluke prema trenutačnom raspoloženju, a ne prema ponašaju djeteta i unaprijed utvrđenim pravilima
2. Viče i svađa se s djetetom
3. Nestrpljiv je
4. Dopušta djetetu da njime manipulira
5. Nema dobar odnos s djetetom
6. Bori se s djetetom za moć

## **POVEZUJUĆA PONAŠANJA - DJELOTVORNI ODGOJNI POSTUPCI (DOP)**

### **Djelotvorni odgojni postupci (DOP)**

To su ponašanja koja nas povezuju, u kojima se oslanjamo jedni na druge, dogovaramo se, poštujemo i gradimo povjerenje

Primjeri povezujućih ponašanja:

- Slušanje
- Podržavanje
- Ohrabrvanje
- Poštivanje
- Vjerovanje
- Prihvatanje
- Pregovaranje

### **Djelotvoran roditelj:**

1. Izbjegava odluke prema trenutačnom raspoloženju
2. Trudi se postupati u skladu s trenutačnim ponašanjem djeteta i unaprijed utvrđenim pravilima
3. Ne svađa se
4. Izbjegava vikanje
5. Pregovara i drži se dogovorenih pravila
6. Strpljiv je
7. Ne nasjeda pokušajima djeteta da manipulira
8. Trajno njeguje dobar odnos s djetetom
9. U skladu s uzrastom djeteta prebacuje na njega moć (odgovornost)

### **Što želimo postići odgojem?**

- a. Nesamostalnu, ovisnu , nesigurnu osobu koja u svemu ovisi o nama ili
- b. Odgovornu, samostalnu, sigurnu, samopouzdanu osobu koja traži rješenja i koja dobro zna živjeti bez nas



### **3. PSIHOLOŠKE POTREBE – KAKO POMOĆI DJETETU DA IH BOLJE ZADOVOLJAVA**

#### **OSNOVNE POTREBE (PREMA RT-u)**

##### **1. Biološke:**

- potreba za preživljavanjem
- potreba za reprodukcijom

##### **2. Psihološke:**

- potreba za slobodom
- potreba za zabavom
- potreba za afirmacijom
- potreba za pripadanjem

Sjetite **se KRUGA POTREBA** i uravnoteženog zadovoljavanja psiholoških potreba!!!!

Kako možete pomoći svom djetetu da bolje zadovoljava psihološke potrebe? **DOSLJEDNOŠĆU u odgoju!!!!**

Dosljednost za izraz psihičke uravnoteženosti osobe, a djeca to instiktivno osjećaju i samo uz takvu osobu se osjećaju sigurno.

#### **Potreba za moći:**

S djetetom dijelimo moć tako da

- s njim dijelimo znanje i vještine
- radimo male zajedničke projekte
- pitamo ga za mišljenje
- raspravljamo o djetetovom stavu
- učimo ga kako se rade izbori
- učimo ga preuzeti odgovornost za izbore
- učimo ga kako se donose odluke
- učimo ga razlikovati izbore od rješenja



### **Potreba za pripadanjem**

- Kažemo djetetu da ga volimo
- Pokazujemo da ga volimo
- Posvećujemo mu vrijeme
- Prihvaćamo ga onakvo kakvo jest
- Ne uvjetujemo ljubav
- Pomažemo mu bez nametanja



### **Potreba za slobodom**

- djetetu dajemo onoliko slobode koliko odgovara njegovom uzrastu
- proširujemo granice prema uzrastu
- mijenjamo pravila prema uzrastu
- potičemo ga da kaže što misli, želi i osjeća
- potičemo ga na vlastite izvore
- učimo ga da je **sloboda = odgovornost**

### **Potreba za zabavom**

- zabavljamo se zajedno
- potičemo ga da osmisli i njeguje vlastitu vrstu zabave
- potičemo ga da mu znanje i učenje bude zabavno
- povezujemo potrebu za zabavom s potrebom za moći

## 4. CJELOKUPNO PONAŠANJE

1. Što **činim**
2. Što **mislim**
3. Što **osjećam**
4. Kakva mi je f **ziologija**

Treba uvijek birati djelotvorno ponašanje – afirmativno, pozitivno, poticajno, susretljivo, odgovorno, konstruktivno, prosocijalno!!!!

**Putokazi:** RT nas usmjerava na pravi put:

- Što želim?
- Što radim?
- Pomaže li mi to što radim?
- Plan
  - Jednostavan
  - Ostvariv
  - Mjerljiv – tko, što, gdje, kako, s kim, koliko
  - Izvediv
  - Kontroliran
  - Obvezujući
  - Konzistentan



## 5. SAMOPOŠTOVANJE I SAMOPOUZDANJE

### **Samopoštovanje:**

1. Osjećaj vlastite vrijednosti: imam pravo tražiti sreću, uspjeh, prijateljstvo, ljubav, putovanje
2. Samopouzdanje:
  - Sviest da smo sposobni nešto učiniti
  - Da smo sposobni suočiti se s izazovima
  - Da smo spremni rješavati probleme
  - Nije konstantna – varira
  - Ovisi o tome kako zadovoljavamo psihološke potrebe



### **Osoba visokog samopoštovanja:**

1. **Odnosi se** prema drugima s poštovanjem
2. Ne osjeća se trajno kao žrtva „**velike zavjere**“
3. Prihvata izazove i spremna je odreći se rutine – KAKAV IZBOR IMAM
4. **Teži razvoju svakog segmenta svoje ličnosti:** emocionalnom, duhovnom, intelektualnom, materijalnom
5. Ne očekuje da joj netko drugi osigura sreću, **sama utire put svojoj sreći**
6. Otvorenija je i iskrenija
7. **Uvažava različitosti** i nije sklona ono što ne zna, ne razumije ili vidi drukčijim proglašiti glupim, smješnim, besmislenim, dosadnim
8. Nije nesigurna zbog činjenice da **ne zna sve**

Osoba koja ima samopoštovanja i samopouzdanja NE E nas povrijediti, jer ne crpi snagu iz naše nemoći i povrijeđenosti.

**Bahata** i arrogantra **osoba nema** dovoljno **samopouzdanja** i samopoštovanja i osjeća se „moćnom“ kada ponizi i povrijedi drugu osobu.

### **Osoba niskog samopoštovanja:**

- Sramežljiva
- Pretjerano povučena
- Odustaje
- Depresivna
- Agresivna
- Traži izgovore, a ne rješenja

### **Što učimo djecu:**

- Da uvijek imamo više izbora
- Da smo odgovorni za svoje izbore
- Da svakim izborom biramo i poslijedicu
- Informiramo ih
- Ohrabrujemo ih
- Ne činimo stvari umjesto djeteta već:  
ZA, S NJIM
- Određujemo jasna pravila i granice
- Govorimo u JA, a ne TI porukama
- Izbjegavamo UVIJEK i NIKAD



Jesam li svom djetetu uzor za osobu s visokom ili niskom razinom samopoštovanja i samopouzdanja?

### **Uzroci niskog samopoštovanja:**

1. Uzor - osobe
2. Obilje N O P

### **Prentice Mulford:**

„Nikad ne učite svoje dijete da se podcjenjuje. Navikne li se tako osjećati, onda će se i drugi naviknuti da ga ne cijene, sad kao dijete, a kasnije kao čovjeka.

Ništa ne šteti čovjeku koliko samopodcjenjivanje, a mnogo je djece stupilo u život oslabljeno teretom dugogodišnjeg prigovaranja“

## 6. ASERTIVNO, NEASERTIVNO I AGRESIVNO PONAŠANJE

**Asertivno ponašenje** je ponašanje u kojem se zauzimamo za sebe; iznosimo svoj:

- stav
- mišljenje
- potrebu
- želju

Ne ugrožavamo tuđa prava!

**Neasertivno** ponašanje je ponašanje u kojem se ne zauzimamo za sebe. Izbjegavamo izreći svoj:

- Stav
- Mišljenje
- Potrebu
- Želju

Očekujemo da drugi pogodi što nam treba ili što nam smeta.

**Agresivno** ponašanje:

Pokušavamo dobiti ono što želimo pod svaku cijenu:

- Vićemo
- Prijetimo
- Ucjenjujemo
- Omalovažavamo
- Svađamo se
- Spremni smo udariti

**Temeljni principi asertivnosti:**

1. Ne mogu promijeniti tuđe ponašanje
2. Nemoguće je čitati tuđe misli
3. Navike se mogu promijeniti
4. Moji osjećaji ovise o meni
5. U odnosima nije uvijek „sve po mom“
6. Ne moram pristati na ulogu žrtve
7. Učinit ću najbolje što mogu
8. Ne moram u svakom trenutku biti asertivna



## 7. LJUTNJA, AGRESIJA I SUKOB, DISCIPLINA BEZ TJELESNOG KAŽNJAVANJA

### Ljutnja je osjećaj:

- Na osjećaje imamo pravo
- Uznemirujuća, ali daje osjećaj moći (radije se ljutimo nego bojimo)
- Izražava da nešto želimo promijeniti, (najčešće kod drugih)
- **Podsjeća nas da ne zadovoljavamo neku od psiholoških potreba ili su one u sukobu**

### Agresija je ponašanje:

- Ponašanje biramo
- Nad ponašanjem imamo izravnu kontrolu
- O ponašanju postoji društveni dogovor



### Agresivnim ponašanjem:

- Ponekad prikrivamo strah
- Branimo se ako se osjećamo ugroženima
- Izražavamo da nešto želimo dobiti ili promijeniti

### Oblici:

- Neprikriveno agresivno ponašanje: vikanje, psovanje, udarci, lupanje, razbijanje
- Prikriveno agresivno ponašanje: cinizam, ironiziranje, ismijavanje, oma-lovažavanje, podrugljivost, ponižavanje, vrijeđanje, uvrijeđena šutnja

### Dijete mora znati:

- Da se smije ljutiti
- Da ga ne prestajemo voljeti kad se ljuti
- Što se s njim događa kad se ljuti
- Kako može kontrolirati ljutnju
- Da agresivno ponašanje nije prihvatljivo
- Da njime neće dobiti ono što traži
- Da agresivno ponašanje ne donosi rješenje, iako kratkoročno i prividno tako izgleda

### **Pomoć malom djetetu:**

- Preusmjeriti pažnju!
- Smiriti dijete kroz različite zajedničke aktivnosti!
- Ponuditi mu druge sadržaje!
- Pridobiti da vas dijete sasluša i ukazati mu na problem!
- Napraviti odmak od situacije i porazgovarati o njoj kasnije, kad se emocije smire
- Uzeti time-out

### **Pomoć većem djetetu:**

Razgovarati o nepoželjnjim oblicima ponašanja,

Uputiti dijete da eventualno zajedno s roditeljem, popravi štetu koje je svojim ponašanjem izazvalo

Sankcionirati svako nedolično ponašanje ili uskratiti privilegiju (npr. gledanje TV ili susret s prijateljima)

- Identifcirati osjećaj
- Bez straha prihvati osjećaj
- Vježbati percepciju
- Graditi odnos s okolinom
- Razvijati sposobnost uživljavanja
- Ispoljiti ljutnju na prihvatljiv način

### **Kako možemo kontrolirati ljutnju:**

- Kontroliramo cijelokupno ponašanje
- Biramo misli koje neće dohranjivati ljutnju
- Tražimo rješenje umjesto „tko je u pravu“
- Tražimo dodirna područja s drugom osobom
- Nastojimo imati uvid što se s nama događa

### **Kako razgovarati:**

*Roditelj:*

- Ja ovu situaciju vidim ovako ...
- Što ti misliš o tome?
- Koje izbore imaš?

*Dijete:*

- Razmišlja o situaciji
- „smije“ razmišljati drukčije od roditelja
- Smije iznijeti svoj stav
- Uči prepoznavati izbore izbore i donositi odluke



**Dijete učimo da:**

**Agresivnim ponašanjem problem ne rješavamo**

Stvaramo odnos pobjednik – gubitnik

**SURADNJOM problem rješavamo**

Nema odnosa pobjednik – gubitnik, svatko nešto dobije

**Mogu djetetu:**

- Reći da ga razumijem
- Podučiti ga kako se traže rješenja
- Ponuditi mu pomoć u traženju rješenja
- Ohrabriti ga, pomoći mu u traženju izbora
- Biti uz njega
- **Nikada tjelesno kažnjavati**



## 8. MOTIVACIJA

Motivacija je **snaga koja nas pokreće** i podržava u namjeri da napravimo nešto što većina smatra nemogućim!

Izvori motivacije su vezani uz psihološke potrebe

**Kako motivirati dijete:**

1. Razgovarajte s djetetom o budućnosti!
2. Potičite ga da vjeruje u svoju snagu i sposobnosti!
3. Razgovarajte s djetetom o vrijednim i radosnim trenucima koje doživljavate na poslu!
4. Potičite ga aktivnostima!
5. Podržite ga u onom što ga interesira!
6. Ohrabrujte ga, ako se zaustavi, da upozna nova područja!
7. Ponudite djetetu široku lepezu mogućnosti!
8. Pristupite učenju kao svečanosti, a ne kao prislnom radu

### **Motivirajući roditelj: DOP**

- potiče
- ohrabruje
- zanima se
- pohvaljuje
- uključuje se

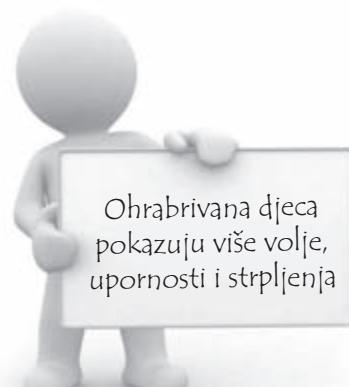
### **Demotivirajući roditelj: NOP**

- nezainteresiran
- udaljen
- hladan
- zanemaruje
- omalovažava

## **Ohrabrivana djeca pokazuju više volje, upornosti i strpljenja**

### **Djeca registriraju:**

- Kad se odnosimo neodgovorno prema poslu, a od njih tražimo da budu odgovorni
- Kad ne spremamo stvari na njihovo mjesto, a to tražimo od njih
- Kad provodimo puno vremena pred TV, a od njih tražimo da uče
- Kad govorimo o drugim ljudima bez poštovanja, a od njih tražimo da se odnose prema njima s poštovanjem
- Kad krivimo druge za ono što bismo mogli i trebali sami učiniti



## 9. KAKO U ITI

Učenje je **proces** usvajanja znanja, vještina i navika. Počinje našim rođenjem, a završava krajem. U prvim dječjim rečenicama čujemo: Ja ću sam. **U prirodi je djeteta da teži samostalnosti**, ali roditelji često znaju sputavati dječju inicijativu, što nije dobro.

### **Vanjski uvjeti:**

Potrebno je djetetu osigurati prostor za učenje:

- vlastitu sobu, mirno mjesto u stanu, mjesto za kuhinjskim stolom (prema mogućnostima)
- ohrabrivati dijete – uključivati se
- stvarati atmosferu – socijalnu potporu
- pokažite vlastitim primjerom da cijenite intelektualni rad, znanje
- uspostavite dobar odnos sa školom
- budite realistični i tolerantni

### **Pripreme za učenje:**

- mjesto i vrijeme učenja
- usmjeravanje i održavanje pažnje:
  - postani gospodar situacije
  - potrudi se da razviješ mentalnu kondiciju
  - nagradi se za uspješno održanu pažnju

### **Učenje:**

Učenje s razumijevanjem i učenje napamet

### **Učenje s razumijevanjem:**

1. Pronalaženje bitnoga
2. Pronalaženje osnovne misli
3. Podvlačenje u tkstu
4. Bilježenje bitnoga
5. Naslovljavanje
6. Izrada sažetaka
7. Povezivanje s prijašnjim znanjem
8. Traženje primjera
9. Prepričavanje svojim riječima



## **Učenje napamet ponavljanjem:**

1. Rasporedi gradivo učenja
2. Rasporedi vrijeme učenja
3. Mnemotehničke metode
4. Grupiranje
5. Metoda zamišljanja mesta
6. Metoda akronima
7. Pamćenje pomoći rime
8. Metoda pomoći riječi



## **KAKO U ITI:**

Metoda 4 PSP  
*P – pregledaj*  
*P – pitaj*  
*P – pročitaj*  
*P – promisli*  
*S – sažmi i na glas ponovi sažetak*  
*P – ponovi sve na glas*

## **KAKO DOBRO ITATI:**

1. Traži smisao rečenice
2. Traži smisao odlomka
3. Razjasni nerazumljivo
4. Predviđaj što slijedi
5. Vraćaj se na već pročitano i povezuj s onim što upravo čitaš
6. Stvaraj slike o onome što čitaš
7. itaj svakodnevno

## **KAKO DOBRO PISATI:**

1. Prije pisanja razmisli što želiš reći
2. Napravi plan
3. Piši prema planu
4. Piši jednostavno
5. Piši cjelinu
6. Ispravljaj
7. Ispravljaj kompoziciju
8. Ispravljaj rečenice
9. Ispravljaj riječi
10. Ispravljaj tekst ponovo

## 10. TV, INTERNET I ODGOJ



Koje mjesto zauzima televizor u vašoj obitelji?

- Dominantno
- Sporedno
- Beznačajno

Koliko vremena je **uključen** vaš televizor?

«Danas prosječno dijete gleda TV sedam sati dnevno. Do kraja osnovne škole odgleda 8 000 umorstava i 100 000 činova nasilja. U istom razdoblju provede s ocem oko 5 minuta dnevno, a s majkom oko 20 minuta.»

Koristite li televiziju kao:

- Informativni
- Zabavni
- Obrazovni program
- Kao čuvara djeteta?

### **TV je dobar sluga, ali loš gospodar.**

1. Gledati označene emisije
2. Pregovarati o emisijama koje će se gledati
3. Isključiti nasilne f lmove
4. Ako je f lm nasilan, gledati s djetetom i razgovarati o dobru i zlu, nepravdi, suošćenju za drugu osobu
5. Razgovarati s djetetom o tome što ga plaši, što ga žalosti, što ga brine
6. Biti UZOR u izboru programa!

### **Internet**

#### **Pozitivne strane:**

- Brojni podaci iz raznih područja života
- Jednostavna i laka dostupnost raznih podataka
- Brzina razmjene informacija
- Elektr. pošta sa suučenicima
- Pedagoške igrice

### **Negativne strane:**

- Pornografski sadržaj
- Dostupnost sumnjivih ideja, religija i političkih opcija i pokreta (rasizam, ekstremizam)
- Nepouzdanost podataka
- Sumnjava trgovina

### **Nadzor:**

- Razvijati odnos povjerenja i razumijevanja
- Razgovarati o mogućim opasnostima
- Razgovarati o sadržajima
- Dogovor o optimalnom vremenu provedenom uz kompjutor
- Praćenje stranice koje dijete posjećuje – «history»
- Antivirusni programi
- Postupanje s poštom nepoznatog pošiljatelja
- Oprez sa stranicama koje traže registraciju
- Kontrolni software za roditelje



## **11. PRAVILA U OBITELJI, PRAVA DJECE**

Pravilima pokušavamo sačuvati postojeći red.

Kršenjem pravila težimo promjenama.

Pravila u obitelji:

- regulacijska pravila – koja služe održavanju odnosa, izbjegavanju konfliktta, ali ne pod svaku cijenu.
- nagrađujuća pravila – koja propisuje ponašanja kojima se podiže kvaliteta odnosa, daje emocionalna podrška.

**Regulacijska pravila** određuju:

- što rade djeca
- što rade roditelji
- što rade zajedno

**Nagrađujuća pravila:**

Zahvala

Pohvala

- Pomaganje
- Ohrabrvanje



**W.Glasser: „Ovo je način da od mene dobijete što želite“:**

Pristojno zamolite

Pitajte

Podignite ruku

Govorite jсno

Recite što vam treba

**„Ovo kod mene ne uspijeva“:**

- Plakanje
- Kukanje
- Prepiranje
- Prijetnje
- „Svi to rade“

## **PRAVILA U OBITELJI:**

1. Pravila ponašanja
2. Održavanje prostora
3. Održavanje tijela i odjeće
4. Organiziranje vremena



## **4 AROBNE RIJE I: MOLIM, HVALA, IZVOLI I OPROSTI**

### **10 ZLATNIH PRAVILA:**

1. Ako otvořiš – zatvori!
2. Ako upališ – ugasí!
3. Ako otevřeš – zaključaj!
4. Ako slomíš – popravi!
5. Ako ne můžeš opravit – zamoli někogo kdo může!
6. Ako posudiš – vrati!
7. Ako užmeš – pazi na to!
8. Ako unereďš – počisti!
9. Ako pomakneš – vrati na místo!
10. Ako ti ne treba – ne diraj!

### **PRAVILA KVALITETNE KOMUNIKACIJE:**

1. Gledaj sugovornika u oči
2. Teži asertivnoj komunikaciji
3. Razgovor je dijalog, a ne monolog
4. Dopusti sugovorniku da završi misao
5. Govori u „Ja“ obliku
6. Druga osoba ima pravo vidjeti situaciju drugčije
7. Provjeravaj povremeno razumijete li se
8. Usredotoči se na trenutačni problem
9. Ako želiš razgovarati o događaju iz prošlosti nužno jer postići dogovor sa sugovornikom
10. Teži dogovoru

### **Važno...**

Pravila je dobro povremeno preispitati i ako se svi članovi obitelji slože da ga treba mijenjati, onda to treba i učiniti!

Ako se predlaže promjena pravila, dobro je navesti razloge

## **PRAVILA IMAJU SMISLA:**

- Ako ih provodimo od djetetove najranije dobi
- Ako ih provodimo dosljedno
- Ako ona vrijede za sve članove obitelji
- Ako djetetov prigovor da neko pravilo nije pošteno, razmotrimo ozbiljno i s uvažavanjem
- Ako mijenjano pravila promjena mora biti svima prihvatljiva

**SVRHA PRAVILA JE U TOME DA OBITELJI OLAKŠA SUŽIVOT,  
A NE DA STVORE UVJETE „DUGOGODIŠNJE KAZNE“**

## **PRAVA DJECE**

„Prava“ su nešto što svako dijete treba imati ili smije učiniti. Ta su prava navedena u Konvenciji UN-a o pravima djeteta.

Sva su prava međusobno povezana i sva su jednako važna. Kad razmišljamo o pravima moramo razmisliti **što je u najboljem interesu za djecu u nekoj situaciji**, što je presudno za život i zaštitu od patnje.

Konvencija uključuje djetetovo pravo na zaštitu (npr. da se prema njoj ili njemu odnosi nenasilno) i njegovo pravo na sudjelovanje (npr. poštivanje djetetova mišljenja). Ona također naglašava važnost dostizanja razvojnog potencijala za svako dijete. Različiti aspekti Konvencije znače da bi roditelji djeci terebali osigurati odgoj i brigu, formirati i prihvati ih kao lude s vlastitim pravima i hrabriti ih da se ponašaju kao osobe.



## 12. ŠTO SMO NAU ILI:

1. Svi imamo psihološke potrebe – I MI I DJECA
2. Sve što radimo, radimo da bi ih zadovoljili
3. Remetimo ravnotežu kada ih pokušavamo zadovoljiti na tuđi račun
4. Možemo izabrati kako ćemo se ponašati i što ćemo misliti
5. Neće doći vrijeme u kojem će sve biti onako kako bismo mi to željeli
6. Malo je vjerovatno da ćemo naći partnera s kojim bismo se uvijek u svemu slagali
7. Naša se djeca, najvjерovatnije neće ponašati u cijelosti onako kako bismo mi to željeli, ali će ponekad preslikati neka naša ponašanja koja baš i ne smatramo da bi trebala biti model po kojem bi nas itko trebao pamtitи
8. Svoju djecu ne možemo zaštитiti od života, a to znači ni od tuge, boli, loših izbora, razočaranja, gubitaka ...
9. Malo je vjerovatno da ćemo postići savršenu ravnotežu u kojoj se više nikada nećemo naljutiti, uzrujati, depresirati, osjećati se povrijeđenima i sl.
10. Realno je očekivati, da ćemo sve kraće ustrajati u svojim ljučenjima, depresiranjima, povrijeđenostima i uzaludnostima, ako tako odlučimo
11. Uvijek imamo više izbora; ponekad možemo birati između više dobrih izbora, a ponekad između manje dobrih ili loših
12. Možemo izabrati da nam sve kraće traje crveno, **a sve duže zeleno svjetlo na životnom semaforu!**

I što sad?

**Zemljovid ste dobili, put je ucrtan – k r e n i t e!**

Literatura:

1. I. Filipović „Škola za roditelje“
2. Konvencija o pravima djeteta

Privedile:

Gordana Stolfa, dipl.soc.radnik  
Nedeljka Rajačić, dipl. prof. pedagog

# obiteljski centar primorsko-goranske županije

Rijeka, Krešimirova 12

Telefon: 051/ 338- 526

Fax: 051/ 311-107

[www.oc-pgz.hr](http://www.oc-pgz.hr)

E-mail: [oc-pgz@oc-pgz.hr](mailto:oc-pgz@oc-pgz.hr)

Najave i dogovori:

Svaki radni dan od 08:00-20:00

Petak od 08:00-16:00

(Prijem stranaka uz prethodnu najavu)