



Temeljne odrednice obiteljske podrške

Obitelj-gdje život počinje, a ljubav nikad ne prestaje

samostalna odgovorna

samopouzdana sigurna zadovoljna

zdrava osoba

sposobna odgovoriti izazovima

roditeljstvo ..najvažniji, najvrjedniji posao na svijetu.....nova generacijavažnost roditelja čitav život

...fizičko rođenje ...**rođenje osobnosti**

najzahtjevniji i najintenzivniji period odrastanja

često pred izazovima, pitanjima i mogućim problemima koji proizlaze iz

procesa osamostaljivanja

razrješavaju pitanje tko sam
pronalazak sebe
moraju savladati
mnoge životne vještine
pronalazak
svog mjesta u društvu



Što sad?



Što sad?

recepta nema

originalni
pojedinac, obitelj

načela, principi, upute
pomoć su u pronalaženju odgovora
za konkretne situacije

primjena 50%-90%
razlika

snage, vremena, emocija, opterećenosti₃

1. Uvažavanje ORIGINALNE OSOBNOSTI

podržati da ostvari ono najbolje u sebi

pomoći da se sve više oslanja na jače strane

ORIGINAL

10% sposobnosti + 90% rad = uspjeh

realna očekivanja, prihvaćanje različitosti



2. Jasna PRAVILA I OČEKIVANJA ponašanja

dosljedno
princip primjera

osobni autoritet
stvarnim ponašanjem

u izražavanju

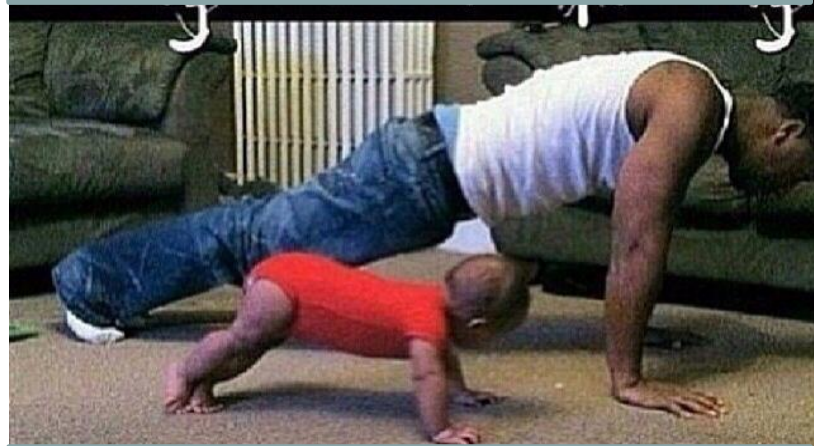
izravni pravilo vežemo uz
konkretnu situaciju i
osobni ne neka opća pravila
već iza kojih mi stojimo

Ne brinimo se
što nas ne slušaju,
brinimo se
što nas promatraju



jedinstveno
princip jedinstva
i majka i otac

Razmišljao sam o odustajanju



tad sam vidio tko me promatra

smisao za dobro i loše

osjećaj krivnje - unutarnji nadzor

baza za osobni sustav vrijednosti



sustav vrijednosti obitelji
moralni orijentir

**predvidljivost sigurnost,
smanjenje tjeskobe**

osjeća se dobro, zaštićeno, voljeno, u "rukama koje znaju što rade"

temeljni osjećaj sigurnosti

OKOLINA pritisak

SLOBODA uz ODGOVORNOST

postepeno

koliko odgovornosti toliko slobode

PROBIJANJE GRANICA normalno

spodobni reći Ne ,
zauzeti se za sebe
uz dužno poštovanje



VAŽNOST KVALITETNOG ODNOSA RODITELJ DIJETE

dr. Sakoman

pravila – bez kvalitetnog odnosa = buntovnost

Granice poštuju samo dok i ako postoji strah od posljedica
(strah često nestaje u adolescenciji)

- **Odnos se mora uspostaviti, njegovati, održavati**
- **Odnos mora biti intenzivan, ugodan i za dijete jako dragocjen (nešto što ne žele pokvariti)**
- **Odgajatelj mora biti pogodan objekt za identifikaciju, vrijedan poštovanja**
- **Samo kroz kvalitetan odnos u dijete je moguće “usaditi” granice: što smije, a što ne i bez otpora prenositi znanje i iskustvo**

Znanje - ponašanje, kako ih povezati ?

- Odgoj je presudan za organizaciju i funkcionalnost mozga koji bez otpora uči, prihvaća i **već pohranjena znanja koristi za svjesni izbor ponašanja**
- “Znanje” može biti pohranjeno u mozgu, ali da bi se **u procesu donošenja odluka** to znanje i iskustvo uzeli u obzir, potrebno je u mentalni prostor **ugraditi “mehanizam” koji kontrolira taj postupak** i pri tom koristi sve potrebne elemente

3. POSTUPAK kod prekršaja, problema, izazova

discipliniranje ~~=~~ kažnjavanje

razgovorom do uvida u problem



Što se dogodilo? Kakvo je trenutno stanje?
Što si htio? Što se moglo učiniti? Ostali izbori?



Što ti misliš?

uvažavanje prava, potreba
**ravnopravno
dostojanstvo**

jednaki u dostojanstvu, ali ne u odgovornosti

osoba u razvoju

osuditi postupak, a ne osobu



Konkretno mogu promijeniti, ispraviti, ali ako sam nespretn, glup, 10?? ...



Očekivane posljedice, rezultati takvog pristupa

* **sve bolje upoznaje sebe**

sluša se, dublje zavire u sebe, osvještava što ga pokreće /ne samo trenutačne želje i oduševljenja/

* **sačuvano samopoštovanje**

* **razvoj osobne odgovornosti**

kad preuzima odgovornost za posljedice /štete/

VJEROJATNOST **trajne kvalitetne promjene ponašanja**

jer ovakvim rješavanjem problema iz situacije u situaciju osvještava da može bolje, da ima izbor, a ne na „prvu loptu“ da ima pravo pogriješiti, naučiti i ići dalje

* **razvija se svjesna disciplina**
(odluke-posljedice) **biološka zrelost**

* **sačuvano povjerenje, komunikacija**

što god da se dogodi zna da se može obratiti, da će se pronaći rješenje, da su ozbiljno shvaćene potrebe i granice

* **svladavanje životnih vještina**

“Slobodan kao ptica bez perja”

dobra komunikacija, donošenje odluka, kritičko mišljenje, rješavanje problema, kontrola emocija, empatija, tolerancijakvalitetni odnosi

iskusiti potrebnu količinu „negativnosti“ koja ih imunizira za kasnije životne izazove. biti podrška, a ne rješavati umjesto njih.



Najvažnije stvari u životu djeteta su
sigurnost
ljubav
prihvaćanje i
ohrabrivanje B. Miller



*Nema dobre ni loše djece. Ima samo
obeshrabrene ili ohrabrene djece* Popkin

**U mom svijetu ne postoje loša djeca
samo mlada osoba koja se bori s emocijama i
impulsima**

**pokušavajući iskomunicirati svoje emocije i
potrebe na jedini način na koji zna** Janet Lansbury



Sukobi nisu nužni. U pravilu mladi žele surađivati ako im se pristupa osobno, iz stava ravnopravnog dostojanstva, a ne kritički izazivajući osjećaj nevažnosti, neodgovornosti, krivnje i prigluposti

MLadi uče donositi dobre odluke odlučujući, a ne slušajući naputke A.Kohn

Ponižavajuće je i uvredljivo morati izvršavati naređenja, kad su više nego sposobni i spremni surađivati.

posljedica kršenja dogovorenog

sadržajno, kvalitetom
veličinom, intenzitetom

kazna

odgovara

vremenski, odmah, što prije

prijestupu

Obitelj je nezamjenjiva

ovaj proces razvijanja životnih vještina i osobnog sustava vrijednosti traži



**vrijeme ljubav
strpljenje bliskost**

nitko drugi ne može to ostvariti...
nadmjestiti da, ali zamijeniti nikako...
na pitanje prevencije - snažna obitelj je odgovor
! suradnja s školom bitna (jedinствено)

4. Nagrađivanje angažiranosti, upornosti, uspjeha, napretka

- **materijalne nagrade**

kratkotrajni osjećaj ispunjenosti, zadovoljstva

prisutni i uključeni

u svakodnevne aktivnosti, napore, izazove, pitanja
davanjem svog vremena, pažnje,

dajemo im važnost poruku Ti vrijediš

* izricanje priznanja, ponosa,
odobravanja

PRIORITETI !

n i š t a drugo nije važnije!!!
ugrađivanje, ulaganje u njih ne u
stvarinajbolja investicija .
posebno očevi!



iskustvom

postizanja uspjeha uz podršku ,
suradnju i zajedništvo s bliskim,
važnim osobama-roditeljima
ostvarenih kvalitetnih odnosa

spoznaja o vrijednosti kvalitetnih odnosa

kao izvora trajne ispunjenosti i
zadovoljstva



Cilj i sredstvo-odredište i put isti su

važnost uključenosti mladih u što više aktivnosti unutar obitelji i zajednice

važnost ne samo učenju već i ostalim područjima života

(rad , slobodno vrijeme, odmor, uloge sina/kćeri, brata/sestre, unuka, prijatelja, susjeda

rezultat

ostvarena ravnoteža,

dokazivanje na više područja,

svladavanje raznovrsnih životnih vještina ,

realnije sagledavanje svijeta i mogućnosti,...

izbjegavanje zamki nove tehnologije (utjecaj na mozak)



npr. kroz:

što više zajedničkih obiteljskih aktivnosti (druženja, veći poslovi, ..)

preuzimanje odgovornosti za neke poslove i obveze obitelji

uključivanje u upravljanje obiteljskim financijama,

upravljanje vremenom, određivanje prioriteta,

donošenje odluka, rješavanje problema.. ,.....



5. „ZDRAVA SEBIČNOST“ I KVALITETAN odnos RODITELJA

Ulažući u sebe ulažemo u djecu

Dobro je da smo kao roditelji
zadovoljni sobom osobno "zdrava sebičnost"

Svako dobro roditeljstvo
počinje brigom roditelja za samoga sebe

- primjer nesavršenih, ali upornih ljudi koji ne odustaju, ne mrmljaju, već poduzimaju sve što im je u mogućnosti da riješe situacije i idu naprijed
- iz našeg života iščitavaju da život ima smisla, ima smisla postavljati ciljeve, ima smisla ulagati napor

Djeca ne trebaju savršene,
već zadovoljne roditelje

Razmišljao sam o odustajanju



tad sam vidio tko me promatra

Dobro je da kao roditelji
postavimo partnerstvo, naš odnos na 1.mjesto

uvažavanje osobnosti
uvažavanje potreba i granica
dobra komunikacija
povjerenje
optimizam
iskrenost
upornost u traženju rješenja
učenje iz grešaka



1. partnerstvo
2. roditeljstvo
3. posao...

Ne brinimo se
što nas ne slušaju,
brinimo se
što nas promatraju

Jedan od razloga zbog kojeg mnogi roditelji ne mogu uvesti red i poštovanje kod svoje djece leži u tome što ne postoji red i poštovanje u njihovim odnosima. Nered i pobuna u djeci je projekcija njihovog odnosa.

- ! djeca su važan dio života, ali ne bi smjeli biti jedini razlog zašto su roditelji zajedno... ovakva situacija jako zahtjevna i teška za djecu
- ! nekompletna obitelj uz korektan odnos roditelja također može pružati potrebnu podršku razvoju
- ! bitno je mlada osoba ima blisku, njoj važnu osobu koja je primjer , pozitivna/optimističkog stava



DOBRA PODRŠKA, dijete doživljava
prihvaćanje, ljubav, sigurnost, oslonac,
ima povjerenja, osjeća, zna i vjeruje da nam je stalo

SAVLADAVA ŽIVOTNE VJEŠTINE

- rješavanja problema
- donošenja odluka
- kritičkog mišljenja
- uspješne komunikacije
- kontroliranja emocija
- sposobnost empatije, tolerancije
- ostvarivanja kvalitetnih odnosa



ZADOVOLJENE POTREBE

LJUBAV	<p><u>doživljavaju pripadanje, prihvaćanje, razumijevanje, podršku</u> bez „maske“ sa svim dobrim i lošim stranama, nesigurnostima, slabostima,..., „Ti si OK“ poruka VAŽNE OSOBE</p>
MOĆ	<p><u>vrijedim, tko sam, što radim važno je</u> dajete im važnost kroz odnos, uključivanjem u aktivnosti, davanjem sebe i svog vremena</p>
SLOBODA	<p><u>imaju mogućnost izbora djelovanja na temelju svog mišljenja, samostalno bez prisile</u> malo po malo- dozirana samostalnost-sloboda prema razini odgovornosti - postepeno</p>
ZABAVA	<p><u>vrijeme za obnavljanje snage, zabavu, opuštanje, igru, učenje</u> potičete što veći broj ideja mogućih aktivnosti u koje se mogu uključiti, a kada odlučite ostajete uključeni, ostajete uz njih prateći i bodreći nastojanja i uspjehe ! Alarm!! kafići jedino mjesto zabave .</p>

razlika

želje \neq **potrebe**

mogu se odgoditi
nisu razlog za nesreću

moraju se
zadovoljiti
svakodnevno



- Odgoj djeteta podrazumijeva **1. toplinu**, razumijevanje, ljubav, podršku i ohrabrenje koju roditelj pruža djetetu
- te **2. kontrolu** koju čine roditeljska očekivanja, zahtjeve i nadzor ali se ona može protezati od potpune kontrole do zanemarivanja djeteta.
- Prema tim dimenzijama odgoja, postoje različiti **ODGOJNI STILOVI** od kojih svaki na drugačiji način utječe na razvoj djetetove ličnosti.

LJUBAV, RAZUMIJEVANJE, PODRŠKA I OHRABRENJE

NADZOR, OČEKIVANJA, ZAHTEJEVI

s podrškom
podržavajući
dijete u centru



bez podrške
nepodržavajući
roditelji u centru



ZAHTEJEVAN

visoka
očekivanja



AUTORITATIVNI
demokratski, dosljedan

- odnos uzajaman
- dvosmjerna komunikacija

Porazgovarajmo o tome !

AUTORITARNI
kruti, strogi

- kontrolirajući odnos
- jednosmjerna komunikacija

Jer sam ja tako rekao!

NEZAHTEJEVAN

mala očekivanja
ili
ih uopće nema



PERMISIVAN
popustljiv odnos
slaba kontrola

Ti si šef!

INDIFERENTAN
zanemarujući
odnos odbijanja ili
zanemarivanja
roditelji neuključeni,
zaokupljeni sobom

Prepušten si sam sebi!

AUTORITATIVNI odgojni stil DEMOKRATSKI I DOSLJEDAN

kombinira čvrstu roditeljsku kontrolu i emocionalnu toplinu.

provode nadzor i imaju čvrstu kontrolu nad djetetovim nepoželjnim obrascima ponašanja, uz ljubav, podršku i emocionalnu toplinu

realni zahtjevi i očekivanja koja su primjerena dobi djeteta,

potiču djetetovu znatiželju, kreativnost, samouvjerenost i nezavisnost emocija

vode računa o djetetovim osjećajima, potiču ga

takva su djeca samopouzdana, sigurna u sebe visokog stupnja samokontrole, odgovorna.

Porazgovarajmo o tome !

AUTORITARNI odgojni stil KRUTI I STROGI **Jer sam ja tako rekao !**

velika očekivanja i zahtjevi pred dijete

- provode strogi nadzor i kontrolu pri čemu ne pružaju dovoljno topline i podrške
- roditelji su usmjereni na postavljanje granica i pravila,
- skloni su kažnjavanju u situacijama kada se isto ne poštuje ili se prekrši
- glavni odgojni cilj je **učenje samokontrole i poslušnosti djeteta autoritetu**, a odnos roditelj – dijete se temelji na odnosu nadređenosti i podređenosti.
- Takva su djeca često nesigurna, povučena ali mogu biti i agresivna, niskog praga tolerancije na frustraciju. Često su nepovjerljiva, nesigurna, neuspješna u rješavanju problema, stalno brinu kako udovoljiti roditelju/autoritetu.

PERMISIVAN odnosno **POPUSTLJIV** odgojni stil

Ti si šef !

- **podrazumijeva emocionalnu toplinu ali slabu kontrolu**
- **roditelji su pretjerano emocionalno osjetljivi, pružaju veliku ljubav, podršku i emocionalnu toplinu, ali postavljaju male zahtjeve,**
- **imaju slabu kontrolu bez postavljanja granica nad djetetovim ponašanjem.**
- **primarno zadovoljavaju sve djetetove zahtjeve i želje**
- **takva djeca su često nesigurna i nesnalažljiva, impulzivna, slabe samokontrole, sklona agresivnosti kada se susretnu s ograničenjima i trenutačnom neispunjavanju želja i zahtjeva**

INDIFERENTAN odnosno **ZANEMARUJUĆI** odgojni stil **Prepušten si sam sebi!**

- podrazumijeva slabu kontrolu uz emocionalnu hladnoću roditelja.
- roditelji postavljaju male zahtjeve, nemaju kontrolu nad djetetovim ponašanjem, djetetu ne postavljaju granice
- emocionalno su hladni, nezainteresirani za djetetove aktivnosti, zaokupljeni su sami sobom rijetko iskazuju roditeljsku ljubav
- Takva djeca su često neposlušna, neprijateljska, niskog su samopoštovanja, sklona delikventnim oblicima ponašanja. Bazično se osjećaju nesigurnim, promjenjivog su raspoloženja, slabe samokontrole.

- samostalna
- odgovorna
- samopouzdana
- sigurna
- zadovoljna
- zdrava osoba



- sposobna odgovoriti izazovima

**Ne brinimo se
što nas ne slušaju,
brinimo se
što nas promatraju**

**Ulažući u sebe
ulažemo u djecu**

J.Jull Vaše kompetentno dijete
Covey 7 navika uspješnih obitelji
Glasser Teorija izbora