

BROŠURA ZA RODITELJE DOZNAJTE KAKO SUDJELOVATI I PRIJAVITE SE!



VIZIJE

volonteri za roditelje i djecu

Impressum:

Sadržaj ove publikacije isključiva je odgovornost
udruge Roditelji u akciji – RODA



**Projekt je sufinancirala Europska unija iz
Europskog Socijalnog Fonda.**

Grant contract no.:
IPA4.1.5.2.3.01.c02

Grant shema:

Podrška programima organizacija civilnog
društva aktivnih u području volonterstva za
jačanje gospodarske i socijalne kohezije

Tekst:

Silvija Stanić

Lektura:

Iva Nazalević Čučević

Grafički dizajn:

ČUVARI SNOVA

Tisak:

ACT PrintLab

Naklada:

700 kom.

Zagreb, listopad 2014.

Izdavač:

Udruga Roditelji u akciji – RODA

Komu je namijenjena brošura?

Cilj je ove brošure upoznati roditelje u Osječko-baranjskoj, Virovitičko-podravskoj i Vukovarsko-srijemskoj županiji s ciljevima projekta **VIZIJE – Volonter! Za roditelje i djecu** te ih potaknuti da se uključe u aktivnosti projekta koje su namijenjene upravo njima. Brošura je namijenjena samohranim roditeljima, roditeljima s troje ili više djece, maloljetnim trudnicama i majkama, trudnicama i majkama s invaliditetom te roditeljima djece s teškoćama u razvoju. Ako se pronalazite u nekoj od ovih skupina ili roditeljstvo iz kojega drugog razloga pred vas stavlja zahtjeve izazove, pročitajte ovu brošuru i doznajte kako ih prevladati. Čitajući ovu brošuru, doznajte o tome gdje se i kako prijaviti za podršku stručnoga tima koji će vam, zahvaljujući mobilnosti u vašoj zajednici, približiti svoje besplatne usluge savjetodavnoga rada, grupe podrške i radionica za roditelje.

Također, cilj je ove brošure upoznati roditelje s pojmom odgovornoga roditeljstva kako bi ojačali svoje roditeljske kompetencije.

Uključite se u VIZIJE

Uz prava djeteta postoji i pravo roditelja na podršku koja im pripada zato što su roditelji.

Projekt **VIZIJE – Volonter! Za roditelje i djecu** provodi se s ciljem osiguravanja podrške roditeljima koji se susreću s izazovima ili stresnim situacijama.

Odnosi li se neka od sljedećih tvrdnji na vas?

- » Ne znam kako objasniti djeci da ne mogu ispuniti sve njihove želje.
- » Sve bi bilo puno lakše da mogu pronaći posao.
- » Čini mi se da kod kuće pričamo samo o problemima.
- » Ponekad vičem na djecu bez razloga.
- » Ne znam koja su moja prava i gdje potražiti pomoć.
- » Kada bi samo mogao/mogla porazgovarati s nekim tko ima slične probleme.
- » Ponekad bi mi bilo dovoljno da me netko pita kako sam i da pokaže razumijevanje.
- » Svojoj djeci želim pružiti sve, ali ne znam kako.

Projekt VIZIJE namijenjen je svim roditeljima, a posebno onima koji jesu ili bi mogli biti u situaciji u kojoj im je potrebna podrška. Stručni timovi sastavljeni od psihologa, pravnika, edukacijskih rehabilitatora, pedagoga i sličnih struka osiguravat će podršku maloljetnim trudnicama i majkama, trudnicama i majkama s invaliditetom, samohranim roditeljima, obiteljima djece s teškoćama u razvoju te obiteljima s više od troje djece ili onima slaboga imovinskoga statusa.

Koje su usluge namijenjene roditeljima u projektu VIZIJE?

Na području svake od triju županija formirani su mobilni timovi stručnjaka koji vam besplatno mogu pružiti savjet, pomoć ili na neki drugi način olakšati situacije s kojima se suočavate. Timove čine volonterke psihologinje, socijalne radnice, pravnice itd., koje vam mogu pomoći u pronalasku odgovora na brojna pitanja. Možete se uključiti u fokus grupe, individualni savjetodavni rad, grupe podrške i radionice za roditelje i djecu. Također, ovisno o svojim potrebama, možete pomoći kreirati sadržaj grupa podrške ili radionica. Mobilni timovi dostupni su roditeljima do sredine lipnja 2015. Saznajte raspored rada vašega mobilnoga tima.

Komu se obratiti i gdje doznati više o uključivanju u projekt?

Elektroničkom poštom na e-adresu:

vizije@roda.hr

Telefonom na brojeve:

(01) 6177 500

091 2277 232

Udruga Roditelji u akciji – RODA

Čanićeva 14, 10000 Zagreb

Telefon: (01) 6177 500

Mobitel: 091 22 77 232

Telefaks: (01) 6177 510

E-adresa: vizije@roda.hr

URL: www.roda.hr

Organizacija za građanske inicijative - OGI

Kralj Petra Svačića 36, 31000 Osijek

Telefon: (031) 582 290

Telefaks: (031) 582 291

E-adresa: organizacija.za.gradjanske.
inicijative@os.t-com.hr

URL: www.ogi.hr

S.O.S - savjetovanje, osnaživanje, suradnja

Trg fra Bonifacija Gerbera bb,
33000 Virovitica

Telefon/telefaks: (033) 721 500

E-adresa: sos.vt@email.t-com.hr

URL: www.sosvt.hr

Centar za socijalnu skrb VIROVITICA

Podružnica Obiteljski centar

Vladimira Nazora 2, 33000 Virovitica

Telefon: (033) 721 530

Telefaks: (033) 722 706

E-adresa: czss.virovitica@hi.t-com.hr

URL: www.czss-virovitica.hr

Centar za socijalnu skrb VINKOVCI

Glagoljaška 31 E, 32000 Vinkovci

Telefon: (032) 332 315

Telefaks: (032) 332 478

E-adresa:
ruzica.brankovic@gmail.com,
4ruzice@gmail.com

Centar za socijalnu skrb OSIJEK

Podružnica Obiteljski centar

Lorenza Jägera 12, 31000 Osijek

Telefon: (031) 554 361; 554 363

Telefaks: (031) 554 367

E-adresa: vkuic@socskrb.hr

URL: www.czss-osijek.hr



O projektu VIZIJE – VolonterI Za roditelJe i dJecu

Od 11. ožujka 2014. do 10. ožujka 2016. Udruga Roditelji u akciji - RODA u suradnji s partnerima na području Osječko-baranjske, Virovitičko-podravске i Vukovarsko-srijemske županije u okviru Operativnoga programa Europske unije Razvoj ljudskih potencijala provodi projekt VIZIJE – VolonterI Za roditelJe i dJecu .



Partneri su na projektu:

- » Centar za socijalnu skrb Osijek
- » Centar za socijalnu skrb Virovitica
- » Centar za socijalnu skrb Vinkovci
- » Organizacija za građanske inicijative (OGI), Osijek
- » S.O.S. – savjetovanje, osnaživanje, suradnja, Virovitica

Opći cilj projekta jest jačanje ekonomske i socijalne povezanosti u manje razvijenim područjima kroz volontiranje namijenjeno socijalnom uključivanju i poboljšanju kvalitete života građana. Organizacije civilnoga društva, Centri za socijalnu skrb, mladi nezaposleni stručnjaci i osjetljive skupine roditelja bit će uključeni u ovaj projekt postajući njegovim izravnim korisnicima.

Pružanjem savjetodavnih usluga, grupa podrške te radionica namijenjenih roditeljima i djeci volonterI će stjecati potrebno iskustvo za siguran iskorak u svijet rada. Stručni timovi volontera kroz mobilne će timove pružati podršku maloljetnim trudnicama i majkama, trudnicama i majkama s invaliditetom, samohranim roditeljima, obiteljima djece s teškoćama u razvoju te obiteljima s više od troje djece ili onima koje su slabijega imovinskoga statusa.

Specifični ciljevi projekta jesu:

1. Poticanje umrežavanja udruga i javnih institucija kroz implementiranje volonterskih aktivnosti namijenjenih socijalnom uključivanju i poboljšanju kvalitete života građana u slabije razvijenim područjima.
2. Povećanje mogućnosti zapošljavanja nezaposlenih diplomiranih građana bez radnoga iskustva kroz volonterske aktivnosti namijenjene socijalnom uključivanju u slabije razvijenim područjima.
3. Podizanje svijesti šire javnosti o višestrukim koristima volontiranja u svrhu socijalnoga uključivanja kroz partnerstva među udrugama i javnim institucijama.

Projekt se provodi na području Osječko-baranjske, Virovitičko-podravске i Vukovarsko-srijemske županije.

Mobilni timovi = dostupnost usluga namijenjenih pružanju podrške roditeljima i djeci

I u najboljim uvjetima roditeljstvo može predstavljati izazov za sve one koji postaju roditelji ili koji to već jesu. Pritom se neki od roditelja susreću i s dodatnim poteškoćama koje zahtijevaju više podrške nego što je društvo može pružiti. Objektivni razlozi, primjerice nezaposlenost, samohrano roditeljstvo, poteškoće u razvoju djeteta ili fizička udaljenost od institucionalne podrške te nedostupnost informacija, za mnoge roditelje mogu predstavljati teško savladivu prepreku. Mnoge usluge namijenjene djeci i roditeljima pružaju se u većim gradovima. Takav centraliziran način pružanja usluga doprinosi još većemu riziku od socijalne isključenosti onih roditelja kojima su te usluge najpotrebnije. Maloljetnička trudnoća, samohrano roditeljstvo, roditeljstvo djece s teškoćama u razvoju, roditeljstvo u teškim socioekonomskim uvjetima neke



su od posebnih situacija koje traže više pažnje i podrške onih koji znaju i mogu pomoći. Ipak, pažnja i podrška još su teže dostupni ako pružatelje i primatelje usluga dijele kilometri koji traže dodatna financijska sredstva, vrijeme i organizaciju. Za vrijeme trajanja ovoga projekta mobilni će timovi pridonijeti prevladavanju fizičke udaljenosti i određenih društvenih prepreka tako što će se usluge, zahvaljujući volonterima i mentorima, približiti roditeljima. Raspored rada i vrijeme dežurstva mobilnih timova u mjestima u kojima će biti organizirani, unaprijed će biti poznati udrugama

koje su aktivne na području roditeljstva i roditeljima koji se žele uključiti kao primatelji usluga. Konačnomu definiranju i kreiranju usluga svoj će doprinos dati upravo roditelji kojima su te usluge i namijenjene. Osim izravnoga doprinosa za korisnike tijekom trajanja projekta, doprinos mobilnih timova bit će vidljiv i po završetku projekta. Naime informacije prikupljene u radu s roditeljima i udrugama pomoći će budućim kreatorima i inicijatorima usluga namijenjenih roditeljima. Uz spomenuto pružanje se socijalnih usluga kroz rad mobilnih timova u lokalnim zajednicama odlikuje i sljedećim prednostima:

- » Korisnici usluga na jednome mjestu dobivaju pomoć i savjete iz različitih stručnih područja,
- » Smanjuje se nezadovoljstvo korisnika zbog složene administracije,
- » Korisnici usluga štede na vremenu,
- » Poznat teren doprinosi osjećaju sigurnosti kod korisnika,
- » Pospješuju se organizacijske sposobnosti tima,
- » Poboljšava se komunikacija korisnika usluga i stručnjaka,
- » Članovi tima razmjenjuju znanja, vještine i iskustvo,
- » Tim postaje povezaniji.

Podrška osjetljivim skupinama roditelja pružat će se putem individualnoga savjetodavnoga rada, grupa podrške i radionica za djecu i roditelje. Svaka od navedenih metoda pristupa problemu na drukčiji način i ostvaruje rezultate na različitim razinama. Situacije i problemi s kojima se korisnici susreću zahtijevaju katkad pravnu i/ili psihološku podršku, a katkad traže podršku grupe koja čini sigurno mjesto i igra važnu ulogu prilikom rješavanja problema.

Uključivanjem mladih stručnjaka u zajednički rad unose se nova energija, svježa znanja i snažna motivacija, što donosi dobrobit svima koji su uključeni u proces pružanja i primanja usluga.

Biti roditelj

Roditeljstvo je važan posao na koji nas nitko nije pripremao. Premda je biti roditelj oduvijek bilo važno, lijepo, naporno i odgovorno, roditeljstvo nikad nije bilo složenije niti su roditelji bili pod većim pritiskom nego danas.

Sasvim je jasno kako uloga roditelja nije samo postaviti dijete na noge i pobrinuti se da bude poslušno, kao što su bila neka ranija shvaćanja roditeljstva i brige o djeci. Danas je već sasvim poznato kako batina (ipak) nije izašla iz raja i kako metode discipliniranja djece koje su koristile naše bake nisu najbolje za dijete. Zašto je to tako? Za razvoj djece bitno je voditi računa o tome kako se osjećaju, a ne samo o tome što čine. Doista se pokazalo da je usmjerenost na dječje potrebe i uvažavanje djeteta kao osobe dugoročno ulaganje u odgovorne i sretnje ljude te da djeca koja odrastaju u poticajnome okruženju izrastaju u sretnije ljude. A to je ionako ono što roditelji žele za svoju djecu.

Danas se mnogo govori o odgovornome roditeljstvu, roditeljstvu u najboljem interesu djeteta i velik je broj roditelja kojima je u tome potrebna podrška. Možemo reći da su današnje obitelji suočene s većim brojem izazova, ali i s većim očekivanjima nego ikad prije. Jer osim što se promijenio položaj djece u društvu, promijenio se i odnos između roditelja i njihove djece. Možemo reći da je roditeljska uloga zahtjevnija, no još je važnije to da se ta zahtjevna promjena događa u doba kada je radno vrijeme roditelja sve duže, nesigurnost na tržištu rada sve veća, broj razvoda neprestano raste, a došlo je i do značajnih promjena u odnosu žene i muškarca u obitelji. Uz povećan broj tih i drugih čimbenika koji roditeljstvo čine zahtjevnijim, odgovarajuće usluge namijenjene specifičnim potrebama roditelja sporo se razvijaju ili su slabo dostupne, što nekim roditeljima čini roditeljstvo još zahtjevnijim.

Zašto je to ponekad toliko teško?

U želji da zadovolje osnovne potrebe obitelji ili pak želeći svima priuštiti više, roditelji ponekad mnogo vremena provode radeći, zaboravljajući pritom zajedničko vrijeme, kvalitetan odmor ili neke svoje davno zaboravljene želje. Zajedničko vrijeme, razgovori i druženja katkad posljednji dođu na red, stoga ne iznenađuje što roditelji prolaze kroz teška i stresna razdoblja.

U situacijama kada su roditelji pod pritiskom, bilo zbog stresnih uvjeta na poslu, sukoba radne i obiteljske uloge ili financijskih teškoća, može se dogoditi da ni njihov odnos prema djetetu ni roditeljski postupci nisu primjereni.

Da bi mogao djetetu pružiti podršku, bliskost, razumijevanje, ali i jasne granice, i sam roditelj mora imati dovoljno podrške u tome. Čini se kako se oko jedne stvari svi slažu, a to je da roditelji danas trebaju više pomoći i podrške nego ikada prije.



Roditeljstvo je još jedino koje je preživjelo u rukama amatera.

Alvin Toffler

Odgovorno roditeljstvo

Današnje shvaćanje roditeljstva najvećim je dijelom pod utjecajem UN-ove Konvencije o pravima djeteta koja je usvojena 1989. i prihvaćena u gotovo svim zemljama na svijetu. Budući da je Konvencija usmjerena prvenstveno na ostvarivanje prava djece, govori i o roditeljstvu koje poštuje i promiče prava djeteta u obitelji. Osim što daje smjernice za odgovorno roditeljstvo, Konvencija naglasak stavlja i na podršku roditeljima u ispunjavanju roditeljskih odgovornosti.

Zašto je odgovorno roditeljstvo toliko važno? Roditelji imaju snažan utjecaj, kako na razvoj djeteta, tako i na razvoj djetetove slike o sebi, o svijetu i ljudima koji ga okružuju. Stoga roditelji trebaju djetetu osigurati životne uvjete koji omogućuju njegov pun i harmoničan razvoj pružajući mu primjereno usmjeravanje i vodstvo. Njima se poštuju rastuće razvojne sposobnosti i mogućnosti djeteta, njegovo mišljenje te su lišeni nasilja i ponižavajućega kažnjavanja.

Oni roditelji koji motiviraju svoje dijete, pomažu djetetu da razvije odgovornost i samopouzdanje, da se nauči nositi i s neuspjesima te da ostvari svoje potencijale. Uz pozitivno i odgovorno roditeljstvo djeca imaju više prilike odrasti u sretni i uspješne odrasle ljude.

Ne odrastaju samo djeca. Odrastaju i roditelji. Koliko god promatrali djecu da vidimo što će napraviti od svojih života, oni gledaju nas da vide što mi radimo s našim životom. Zato, ne mogu reći djetetu da posegne za zvijezdama. Sve što mogu napraviti je da sama posegnem za njima.

Joyce Maynard



Današnji su roditelji suočeni s povijesno jedinstvenim zadatkom. Oni doslovce iznova moraju izumiti partnerstvo između muškarca i žene i također vodstvo u odnosu na djecu i mlade, a sve to u skladu s novim vrijednostima i ciljevima, kao što su ravnopravno dostojanstvo i autentičnost, kako bi izbjegli ugrožavanje integriteta djece i mladih.

Jesper Juul

Za roditeljstvo ne postoji posebna škola koja nas priprema na tu važnu ulogu te smo osnovno gradivo o tome kako biti roditelj naučili još kao djeca od vlastitih roditelja. Većina se roditelja brine o djeci onako kako su naučili odrastajući u vlastitoj obitelji. Unatoč bitnim promjenama u shvaćanju razvoja djece i današnjeg (odgovornog) roditeljstva ponekad roditelji preuzimaju obrasce ponašanja od svojih roditelja te koristeći stare, za njih provjerene metode, odgajaju vlastitu djecu. Takav se odgoj često pokazuje neprimjerenim i neprihvatljivim što ponekad može uzrokovati nesnalaženje i nesigurnost u roditeljskoj ulozi. Roditeljima su često potrebna nova znanja i vještine u odgoju djece te posebna podrška u suočavanju s izazovima kojih je sve više i bitno se razlikuju od izazova iz vremena kada su oni bili djeca.

Roditelji su sposobni za odgovorno roditeljstvo. Odgovorni su roditelji oni koji su spremni preuzeti potpunu odgovornost za kvalitetu odnosa među odraslima i djecom uključujući i odgovornost za pogreške koje su u procesu odgoja neizbježne.

Odgoj djeteta jedna je od najvažnijih zadaća roditelja i zasigurno jedna od najtežih. Roditelji se svakodnevno suočavaju s brojnim pitanjima koja su složena i za njih i za njihovu djecu. Da bi dijete odraslo u neovisnu i odgovornu osobu, potrebno mu je pružiti toplinu, ali i nadzor nad ponašanjem. Koliko je god važno da dijete osjeti da je voljeno i prihvaćeno, ono mora razumjeti i pravila ponašanja, te vjerovati da će roditelji zahtijevati da se ona poštuju. U tom zahtjevnom procesu svi roditelji trebaju potporu.

Roditeljstvo u suvremenoj Europi - pozitivan pristup

Što djeci treba od roditelja?

Roditeljstvo u najboljem interesu djeteta odnosi se na brižno ponašanje, pružanje strukture i vođenja, uvažavanje djeteta kao osobe te omogućavanje osnaživanja djeteta.

Brižno ponašanje odgovara na djetetovu potrebu za ljubavi, emocionalnom toplinom, sigurnošću, pripadanjem, povezanošću, prihvaćanjem. Dijete treba brižno ponašanje roditelja kao sigurnu bazu iz koje može istraživati svijet i u koju se može vratiti kada osjeti umor, strah, tugu ili neko drugo neugodno stanje ili emociju.

To od roditelja traži osjetljivost na poruke djeteta i primjereno odgovaranje na njih, pokazivanje topline i ljubavi, pružanje utjehe i zaštite, prihvaćanje djeteta i davanje podrške. Roditelj može djetetu pokazivati naklonost i radost, utješiti ga kada je tužno ili potreseno, razgovarati s njim o onome što ga brine i zanima, održavati pozitivno emocionalno okruženje u domu te djetetu pružiti sigurnost. Dosljedno pružanje emocionalne topline i dosljedno odgovaranje na potrebe djeteta predstavljaju temelj za razvoj

sigurne, stabilne i emocionalno tople veze s roditeljem. Takva veza osigurava da su djetetove emocionalne potrebe zadovoljene i da se dijete osjeća vrijednim i prihvaćenim.



Pružanje strukture i vođenje daju djetetu osjećaj sigurnosti i predvidivosti te omogućuju razvoj kompetentnosti. Struktura se odnosi na prostor, vrijeme i usmjeravanje djetetova ponašanja.

Strukturiran prostor siguran je prostor u kojemu je dijete zaštićeno od opasnosti koje ga mogu ugrožavati kako u vlastitom domu tako i izvan njega. Strukturirano vrijeme i aktivnosti podrazumijevaju uredan (ali ne krut) svakodnevni raspored s redovitim vremenom i obrascima obiteljskih aktivnosti. Fleksibilnost u strukturiranju vremena također omogućuje više dogovaranja s djetetom što je ono starije i zrelije. Strukturu čine i granice prihvatljivoga i neprihvatljivoga ponašanja te drugi načini vođenja i usmjeravanja djeteta, kao što su izražavanje očekivanja ili objašnjavanje zahtjeva. To omogućuje djetetu da nauči samostalno upravljati svojim ponašanjem.

Roditelj je djetetu uzor prikladnoga ponašanja i izražavanja emocija te odnošenja prema drugim osobama. Od njega dijete uči i razvija vlastite moralne vrijednosti, uči kako se rješavaju sukobi i uči se prosocijalnome ponašanju. Kako bi se to postiglo, roditelj pomaže djetetu razumjeti što jest, a što nije prihvatljivo te postavlja razumne i primjerene granice i očekivanja. Pritom je važno uzimati u obzir djetetovo mišljenje te ga usmjeravati na pozitivan način, uz postavljanje jasnih granica, pružanjem smislenih objašnjenja, bez tjelesnoga i psihičkoga pritiska ili kažnjavanja.

Uvažavanje djeteta kao osobe ili priznavanje djetetove individualnosti odgovara na potrebu i pravo djeteta da ga se vidi, čuje i poštuje kao osobu s vlastitim shvaćanjima, idejama, planovima, preferencijama i ljudskim dostojanstvom. Za razvoj djetetove samosvijesti potrebno je da roditelj primijeti, prepozna i potvrdi djetetov osobni doživljaj sebe i/ili svijeta.

To podrazumijeva posvećivanje vremena i pažnje te pokazivanje zanimanja za svakodnevne aktivnosti i iskustva djeteta. Potrebno je da roditelj sluša dijete, pokuša razumjeti njegovo gledište te da pomogne djetetu izraziti misli i osjećaje. Kada roditelj pokazuje da mu je važno čuti i razumjeti kako se dijete stvarno osjeća i što misli, tada dijete doživljava da je vrijedno takvo kakvo jest. Uvažavanje djeteta kao osobe podrazumijeva i to da roditelj vodi brigu o djetetovu mišljenju prilikom donošenja odluka koje se tiču djeteta i obitelji.

Omogućavanje osnaživanja djeteta odnosi se na stvaranje uvjeta za jačanje djetetova osjećaja kompetentnosti, osobne kontrole i sposobnosti utjecaja na druge ljude i svijet oko sebe u skladu s rastućom dobi i zrelošću. Drugim riječima, osnaživanje se odnosi na roditeljevu potporu djetetovoj

autonomiji, doživljaju vlastite inicijativnosti i djetetovim nastojanjima da riješi svoje probleme.

To zahtijeva roditeljsku osjetljivost, otvorenost za djetetov utjecaj i međusobnu suradnju. Roditelji podupiru djetetove jake strane, hrabre dijete i izražavaju povjerenje u djetetove sposobnosti, slijede i podržavaju djetetove inicijative. Roditelj osnažuje dijete slijedeći s interesom djetetovu ideju, pridružujući mu se u aktivnosti ako mu ono to dopusti te suzdržavajući se od vođenja i pomaganja ako dijete može samo provesti svoj naum. Osim toga roditelji mogu stvarati prilike u kojima dijete uči i stječe nova iskustva. To uključuje proširivanje djetetova iskustva i upoznavanje djeteta sa svijetom, odgovaranje na djetetova pitanja, podržavanje igre i omogućavanje djetetu da doživi uspjeh. Pritom ne treba zaboraviti da povećavanje samostalnosti djeteta koje raste nije pravocrtan proces, nego da dijete katkad može pokazivati potrebu za autonomijom, a katkad opet potrebu za većom blizinom i zaštitom roditelja. Kada prepozna da svojom aktivnošću može utjecati na okolinu, dijete stječe osjećaj djelotvornosti koji ga ohrabruje da bude aktivno i da djeluje u skladu sa svojim potrebama i u novim situacijama. S druge strane ako dijete nikad nije uspješno u pokušajima da utječe na svoju okolinu, može postati pasivno i povući se.

Izvor: Pečnik, 2008; Pečnik i Starc, 2010

Djeca trebaju roditelje koji brinu o sebi

Od roditelja, osobito od majki, često se može čuti izjava: *Ma nije bitno kako sam ja, bitno je da su djeca dobro*. Premda su u njezinoj podlozi najbolje misli i namjere, nekoliko je razloga zašto stvari ne funkcioniraju baš tako. Obitelj funkcionira kao sustav, stoga se i događaji u životu svakoga člana obitelji odražavaju i na druge članove, kao i na njihove odnose. Osjećaj osobnoga (ne)zadovoljstva neminovno unosimo u odnose s drugim ljudima, osobito s članovima obitelji.

Kada bismo pokušali opisati što sve može utjecati na to kakav će tko biti roditelj, uz roditeljska znanja i vještine u vezi s brigom o djetetu valjalo bi istaknuti i tjelesnu i psihičku dobrobit roditelja. Važno je da roditelj brine o sebi, o zadovoljavanju vlastitih potreba za bliskošću, druženjem, rekreacijom i svojim interesima. Nitko od nas nije samo roditelj, nego je osoba sa svojim mislima, osjećajima, potrebama i željama, a to se vrlo često stavlja u drugi plan.

Ako želimo da naša djeca odrastu u osobe koje će brinuti o sebi, moramo im svojim primjerom pokazati kako to postići. Brinući o svojim potrebama, učimo djecu kako da preuzmu brigu o sebi.



Roditeljstvo bez osjećaja krivnje

Svijest o važnosti poštivanja dječjih prava i važnosti roditeljskih postupaka usmjerenih na interes djeteta kod mnogih je roditelja dovela do preispitivanja svojih postupaka prema djeci. Usmjerenost na prihvatljivo roditeljstvo prisutna je u društvu te pronalazi put do roditelja kroz različite kanale, od pristupa u vrtićima, školi, kroz medije, stručnu literaturu, brojnu literaturu



iz područja samopomoći, internetske portale namijenjene upravo dobrim roditeljima. I mnogi se roditelji uslijed svega toga s pravom mogu osjećati nekompetentno jer u podlozi savjeta leži i neizrečena procjena o tome da niste dobar roditelj. Roditelji ponekad razvijaju osjećaj krivnje i nesigurnosti, zanemaruju svoje potrebe i postaju nezadovoljni. Roditelji su samo ljudi sa svojim greškama, ograničenjima, osjećajima i potrebama. Svi roditelji katkad imaju loš dan i to je neizbježan dio života svih ljudi pa tako i roditelja. No osjećaj nam krivnje ponekad može odmoći i stoga je važno koliko ulažemo u svoj razvoj i u razvoj svoje djece jer taj se trud višestruko isplati.

Kako prebroditi teška razdoblja u roditeljstvu?

Kao i u većini situacija s kojima se suočavamo, i u roditeljstvu dolazi do kriznih razdoblja kad vam se može činiti da je sve krenulo naopako. Stresna razdoblja na poslu ili, još gore, nezaposlenost, zahtjevi s raznih strana, svađe unutar obitelji i teškoće u komunikaciji s djecom mogu dovesti do toga da se osjećate usamljeno, iscrpljeno te da ne znate kako nastaviti dalje.

Podrška bliskih osoba, članova obitelji i prijatelja, iznimno je važna u ovakvim razdobljima. Gotovo da ne postoji osoba kojoj nije potrebna podrška kad se suočava s izazovima svakodnevice. Jednako tako postoje i razdoblja kada pomoć bliskih osoba nije dovoljna, kada je o svemu dobro popričati i sa stručnom osobom ili se uključiti u program jačanja vlastitih snaga. Ponekad je lakše svoja pitanja, teškoće i dileme podijeliti i s drugim roditeljima koji se suočavaju s istim ili sličnim izazovima. Sama spoznaja da određena krizna razdoblja prolaze i drugi može pomoći roditeljima da se osjećaju manje krivima i da shvate da mnogi problemi imaju različita rješenja.

I premda su okolnosti u kojima današnji roditelji odgajaju djecu same po sebi dovoljno izazovne, postoje i posebne situacije u kojima je podrška i više nego potrebna.

Ako ste samohrani roditelj...

Ako ste samohrani roditelj, svakodnevna briga o djetetu i funkcioniranju obitelji zasigurno vam nije uvijek lak zadatak. Većinu samohranih roditelja brine suočavanje s financijskim teškoćama, nedostatak vlastitoga slobodnoga vremena, osjećaj usamljenosti, ali i manjak slobodnoga vremena koje roditelj i dijete mogu zajedno provesti. Roditeljstvo je zahtjevan zadatak i onda kada brigu i odgovornost za dijete dijelite s drugim roditeljem, no kada ste u tome sami, često je riječ o još zahtjevnijem zadatku. Možda se pitate kako ćete sve stići, tko će pričuvati dijete, ima li okolina predrasuda prema vama, hoće li vaše dijete promatrati drugačije zato što nema oba roditelja i sl. Zato je u takvim je okolnostima ključno pronaći podršku.

Ako ste roditelji djeteta s teškoćama u razvoju...

Briga o djetetu s razvojnim teškoćama često se spominje kao jedna od najtežih i najstresnijih okolnosti s kojima se roditelji susreću. Bilo da je riječ o djeci s intelektualnim teškoćama, bilo da je riječ o raznim tjelesnim teškoćama poput oštećenja vida, sluha ili motoričkih sposobnosti, sasvim je sigurno da vaše dijete zahtjeva posebnu brigu i skrb. I premda je briga o djetetu s teškoćama sama po sebi zahtjevna te dovodi roditelje u niz stresnih okolnosti, ona često dolazi u kombinaciji s nizom otežavajućih okolnosti. Hoće li se moje dijete moći uključiti u redovno školovanje kao i njegovi vršnjaci, kako i gdje osigurati najbolju zdravstvenu skrb, kako pronaći i vrijeme za sebe, kako se nositi sa silnom administracijom, samo su neka od pitanja koja si roditelji djece s teškoćama u razvoju mogu postaviti. Ako postoji mogućnost, važno je da oba

roditelja preuzmu odgovornost za brigu o svom djetetu te da osiguravaju međusobnu potporu. Svaki pokušaj međusobnoga okrivljavanja ili osjećaj manje uključenosti nepovoljno utječe na odnose među roditeljima, a samim time otežava okolnosti koje ionako nisu lake. U takvim okolnostima ni podrška partnera pa čak ni podrška šire obitelji često nije dovoljna da vas oslobodi preteškoga tereta. Stoga je podrška koju nudi zajednica i cijelo društvo od velike važnosti.



Ako ste obitelj s troje ili više djece...

Jedna od društvenih promjena u kojoj se odvija današnje roditeljstvo odnosi se i na veličinu obitelji, odnosno na broj djece u obitelji. U ranije vrijeme mnogočlane obitelji bile su uobičajene, dok se danas broj djece u obiteljima bitno smanjio. Ako ste roditelji troje ili više djece, i sami ste svjesni da je vaša obitelj veća od prosječne. Lako je moguće da se suočavate s predrasudama i nerazumijevanjem okoline, škole i druge djece. Kao najčešće brige ipak se javljaju zabrinutost zbog nepovoljne financijske situacije, briga oko novca za školovanje djece te nedostatak podrške i slobodnoga vremena.

U današnje vrijeme, više nego ranije, očevi sudjeluju u brizi za dijete, odgoju i u većoj su mjeri uključeni u pitanja vezana uz podizanje djece. Ipak, i danas je česta pojava da su majke puno više uključene u brigu o djeci, a nerijetko podrška partnera posve izostaje. Neke od takvih okolnosti koje zahtijevaju posebnu podršku donosimo u nastavku.

Ako ste maloljetna trudnica ili majka...

Premda ne postoji univerzalno vrijeme za roditeljstvo, postati majka prije osamnaeste danas nije nimalo lako. I dok su naše bake možda već imale djecu u toj dobi, danas je uobičajeno postati majka nešto kasnije. Razloga je više, naprimjer dulje trajanje školovanja, zaposlenost žene i nastojanje da sačuva radno mjesto. U takvim okolnostima i majčinstvo kasnije dolazi na red.

Ako ste maloljetni, a otkrili ste da ste trudni, vjerojatno se pitate kako drugima reći za trudnoću, možda se pitate hoćete li moći sve prolaziti sami, hoće li vaš partner ostati uz vas, kako će okolina reagirati i što će biti sa školom. Pitanja je mnogo, a ovo se razdoblje pokazuje prilično stresnim. Ako ste maloljetna majka, vjerojatno balansirate između brige o djetetu, učenja i polaganja ispita, možda vas brine kako ćete se i kada uspjati osamostaliti, imate li podršku okoline. I kao da majčinstvo samo po sebi nije dovoljno zahtjevno, biti maloljetna majka može biti doista teško.

Ako ste trudnica ili majka s invaliditetom...

Kod trudnica i majki s invaliditetom često se javlja zabrinutost oko brige za dijete i mogućnosti osiguravanja uvjeta za podizanje djeteta. Kako ćete brinuti o djetetu, hoćete li biti dovoljno dobra majka, hoćete li moći djetetu pružiti dovoljno pažnje, kako ćete se nositi s tim da drugi mogu skrbiti o djetetu više nego vi, hoćete li imati koga uz sebe da vam pomogne... Pitanja je bezbroj. Vjerojatno ste se i sami susreli s predrasudama okoline, a moguće je da će te predrasude s majčinstvom postati još veće. Podrška članova obitelji i bliskih osoba iz okoline u ovakvim je okolnostima iznimno dragocjena te ju je važno uključiti, ali i postaviti granice jer želja drugih da pomognu lako može izazvati osjećaj nekompetentnosti.

Kakvi sve roditelji postoje - o stilovima roditeljstva

Autoritarni roditelji obično su zahtjevni i strogi te traže poslušnost bez pitanja i objašnjenja. Obično kroz prijetnje i kazne te uz malo topline i razumijevanja uče djecu kako se prilagoditi pravilima. Djeca ovih roditelja obično budu poslušna, nervozna i uznemirena, često imaju dobar uspjeh u školi, ali vrlo nisko samopouzdanje.

Popustljivi roditelji jako su usmjereni na dijete, udovoljavaju mu u svemu, pokazuju mnogo topline i pozitivnih osjećaja, no najčešće nemaju nikakvih zahtjeva prema djetetu i sve mu dopuštaju. Ovakav oblik roditeljstva najčešće stvara dobro raspoloženo dijete, ali dijete obično nema mogućnost razviti osjećaj odgovornosti, nesigurno je i nezrelo. Kao rezultat nejasnih i nepostojećih granica dijete često ima slabu samokontrolu.

Nezainteresirani roditelji postavljaju vrlo malo zahtjeva i ograničenja, ali jednako tako djeci pružaju i vrlo malo pažnje i podrške. Ovakav oblik roditeljstva najčešće rezultira djetetom promjenjiva raspoloženja koje ne zanima škola i koje nema kontrolu nad svojim ponašanjem. To postaje najočitijim u razdoblju adolescencije kada dijete iskazuje nesigurnost i izgubljenost, pa se pojavljuje rizik od društveno nepoželjnih oblika ponašanja.

Autoritativni roditelji najčešće su brižni i uvažavaju dječje potrebe, no istovremeno određuju djetetu jasne granice i stvaraju mu sigurno i predvidljivo okruženje. Roditelji koji se trude djecu odgajati na ovaj način pokazuju toplinu i brigu za dijete, potiču dvosmjernu komunikaciju, pitaju dijete za mišljenje i vode računa o njegovim osjećajima. Objašnjavaju svoje postupke i očekivanja, a zahtjeve prema djetetu prilagođavaju dobi djeteta. Ovakav oblik odgoja najčešće rezultira samopouzdanim i sigurnim djetetom koje je odgovorno, motivirano te dobre samokontrole.

I dok je tradicionalan odgoj djece, temeljen na poslušnosti, najbliži autoritarnom odgojnom stilu, danas se općenito autoritativni stil roditeljstva smatra najboljim te se roditelji potiču na pružanje ljubavi i brige uz istovremeno postavljanje jasnih zahtjeva i granica.



Bilješke:

Lined area for notes, featuring horizontal magenta lines and a background of colorful circles in shades of pink, yellow, and blue.

PROJEKT PROVODI:

Udruga Roditelji u akciji – RODA
Čanićeva 14, 10000 Zagreb
t. (01) 61 77 500 , f. (01) 61 77 510
m. (0)91 22 77 232
e. vizije@roda.hr
www.roda.hr

PARTNERI NA PROJEKTU:

Organizacija za građanske inicijative - OGI

Kralja Petra Svačića 36, 31000 Osijek
t. (031) 582 290, f. (031) 582 291
e. organizacija.za.gradjanske.inicijative@os.t-com.hr
www.ogi.hr

S.O.S - savjetovanje, osnaživanje, suradnja

Trg fra Bonifacija Gerbera bb, 33000 Virovitica
t./f. (033) 721 500
e. sos.vt@email.t-com.hr
www.sosvt.hr

Centar za socijalnu skrb Virovitica

Podružnica Obiteljski centar
Vladimira Nazora 2, 33000 Virovitica
t. (033) 721 530, f. (033) 722 706
e. czss.virovitica@hi.t-com.hr
www.czss-virovitica.hr

Centar za socijalnu skrb Vinkovci

Glagoljaška 31 E, 32000 Vinkovci
t. (032) 332 315, f. (032) 332 478
e. ruzica.brankovic@gmail.com
4ruzice@gmail.com

Centar za socijalnu skrb Osijek

Podružnica Obiteljski centar
Lorenza Jägera 12, 31000 Osijek
t. (031) 554 361; 554 363, f. (031) 554 367
e. vkuic@socskrb.hr
www.czss-osijek.hr

POSREDNIČKA TIJELA:

Vlada Republike Hrvatske

Ured za udruge

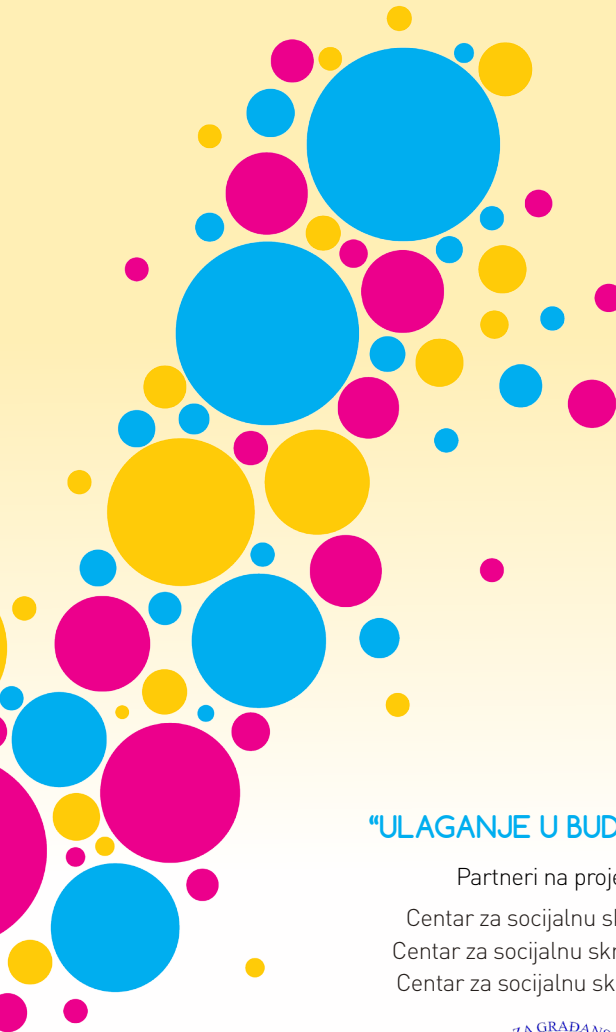
e. info@uzuvrh.hr
www.uzuvrh.hr

Nacionalna zaklada za razvoj civilnoga društva

e. zaklada@civilnodrustvo.hr
http://zaklada.civilnodrustvo.hr

Više informacija o EU fondovima:

www.strukturnifondovi.hr



“ULAGANJE U BUDUĆNOST”

Partneri na projektu:

Centar za socijalnu skrb Osijek
Centar za socijalnu skrb Virovitica
Centar za socijalnu skrb Vinkovci

