



istražujemo i stvaramo



Čilj je radionica da roditelji od stručnjaka i drugih roditelja dobivaju informacije i podršku koje pomažu da se u roditeljskoj ulozi osjećaju sigurnije i zadovoljnije

Rastimo zajedno

Program radionica za roditelje 'Rastimo zajedno' osmišljen je u skladu s UN-ovom Konvencijom o pravima djeteta i s ciljem podrške roditeljima u ostvarivanju roditeljstva u najboljem interesu djeteta prema preporukama Vijeća Europe. UNICEF je u suradnji s vodećim domaćim stručnjacima pokrenuo 'škole za roditelje' na 12 lokacija u Hrvatskoj pod nazivom *Rastimo zajedno*. Naslov ističe ideju projekta da se na roditeljstvo gleda kao na proces koji se oslanja na postojeće snage roditelja i spaja ih sa znanjima stručnjaka na dobrobit samih roditelja i njihove djece.

Diana Matoš, psihologinja,
Ankica Šiprak, odgajateljica,
Ines Tomić, pedagoginja
Dječji vrtić Bjelovar, Bjelovar
Sandra Miculinić, odgajateljica,
Sonja Pribela-Hodap,
psihologinja, Martina Magaš,
ravnateljica
Dječji vrtić Radost, Crikvenica

Roditeljska uloga uvijek je predstavljala veliku odgovornost, međutim nikad nije bila zahtjevnija nego danas. Od suvremenog se roditelja očekuje da dobro poznaje razvoj djeteta, da primjenjuje odgovarajuće odgojne postupke, da koristi i traži nova znanja i vještine. Od roditeljske uspješnosti u odgojnom djelovanju uvelike ovisi na koji će se način dijete razvijati i hoće li imati prilike za razvoj svojih potencijala.

Da bi roditelj mogao birati ono što je najbolje za njegovo dijete, on mora posjedovati određena znanja i vještine. Riječ je o trajnom procesu svladavanja izazova roditeljstva, pri kojem roditelji imaju pravo na podršku i pomoć. Kako je vrtić prirodan prostor za okupljanje roditelja, njihovo druženje, učenje, dijeljenje... Dječji vrtić Radost iz Crikvenice i Dječji vrtić Bjelovar uključili su se u UNICEF-ov program *Prve tri su najvažnije*. UNICEF je u suradnji s vodećim domaćim stručnjacima pokrenuo 'škole za roditelje' na 12 lokacija u Hrvatskoj pod nazivom *Rastimo zajedno*. Radionice su osmislile psihologinje Branka Starc i Nina Pećnik, a podršku za provedbu dala je Agencija za odgoj i obrazovanje.

Model osnaživanja roditelja

Polazišta projekta uključuju važnost i nezaobilaznu ulogu roditelja u stvaranju uvjeta za zdravo odrastanje djece. Naslov 'Rastimo zajedno' ističe ideju projekta da se na roditeljstvo gleda kao na proces koji se oslanja na postojeće snage roditelja i spaja ih sa znanjima stručnjaka na dobrobit samih roditelja i njihove djece.



Kroz 11 susreta bavili smo se temama: *Roditelji 21. stoljeća, Roditeljstvo u najboljem interesu djeteta, Roditeljski ciljevi, Sva naša djeca i kako ih volimo, Slušanje – važna vještina roditeljstva, Kako dijete uči o svijetu oko sebe, Postavljanje granica, Biramo i kreiramo rješenja, Roditeljske odgovornosti i još neka pitanja, Biti roditelj: utjecaji i izbori, Završetak i novi početak.*

Program radionica za roditelje 'Rastimo zajedno' osmišljen je u skladu s UN-ovom *Konvencijom o pravima djeteta* i s preporukom Vijeća Europe s ciljem podrške roditeljima u ostvarivanju roditeljstva u najboljem interesu djeteta. Pozitivno roditeljstvo uključuje sljedeća roditeljska ponašanja i vrijednosti:

- *Brižno ponašanje* znači odgovaranje na djetetovu potrebu za ljubavlju i sigurnošću. Dijete treba prihvaćanje, uključenost, podršku, roditeljsku odgovornost i osjetljivost na njegove potrebe. Roditelj djetetu može pokazati naklonost i radost, utješiti ga kad je tužno ili potreseno, razgovarati s njim o stvarima koje ga brinu, zadržati pozitivan emocionalni ton kod kuće te mu pružiti osnovnu njegu i sigurnost. Sve ovo djetetu omogućuje da istražuje svijet i vrati se roditeljima kad osjeti zabrinutost ili tugu.
- *Struktura i vođenje* pružaju djeci osjećaj sigurnosti i predvidivosti, koji pomažu djetetu da prihvati odgovornost za svoje ponašanje, da postane svjesno potreba drugih i da razvije samokontrolu. Kako bi to postigao, roditelj mora djetetu pomoći da shvati što su prihvatljivi oblici ponašanja, mora postaviti razumne i primjerenne granice te mora voditi računa o djetetovim mišljenjima i reakcijama. Roditelj također mora imati uredan (ali ne krut) svakodnevni raspored, s redovitim terminima i obrascima za obiteljske aktivnosti. Vrlo je važno biti fleksibilan i razgovarati i pregovarati s djetetom u svim fazama njegova sazrijevanja.

- *Priznavanje* se odnosi na potrebu svakog djeteta da ga se vidi, čuje i cijeni kao osobu. To od roditelja zahtijeva da pokažu interes za svakodnevna iskustva vlastitoga djeteta te da ga saslušaju, pokušaju razumjeti njegovu mišljenje i pomognu mu izraziti vlastite osjećaje. To također znači dopustiti djetetu pravo glasa i omogućiti mu aktivnu ulogu u obiteljskom životu i donošenju odluka.
- *Osnajivanje* se odnosi na jačanje osjećaja sposobnosti djeteta, na njegov osjećaj osobne kontrole i mogućnosti da utječe na stavove i ponašanje drugih. Roditelji se mogu usredotočiti na djetetove sposobnosti i pokazati vjeru u njegove potencijale. Osim

Nije cilj roditeljima prenijeti neko definirano znanje, nego ih potaknuti da mobiliziraju vlastite snage, da sami zaključ kako najbolje reagirati u kojoj situaciji.

toga, roditelji mogu stvarati prilike u kojima dijete uči, stječe nova iskustva i društvene veze. Sva djeca imaju faze u kojima se više ponašaju kao odrasli, ali i one u kojima se vraćaju oblicima ponašanja mlađe djece. Bitno je da ih roditelji za trajanja tih faza podržavaju i pomažu im da prijeđu u sljedeću fazu razvoja.

Osnajivanje

Cilj ovih radionica je da roditelji od stručnjaka i drugih roditelja dobivaju informacije i podršku koje pomažu da se u roditeljskoj ulozi osjećaju sigurnije i zadovoljnije. Umjesto poučavanja roditelja važan je aktivan naglasak na osnaživanju

roditelja, dakle uvažavanje roditelja kao aktivnih sudionika. Svrha ovakvog načina rada je omogućiti protok informacija, znanja, vještina i podrške koje roditeljima koriste u odgoju i promiču rast i razvoj i roditelja i djece. Voditeljicama koje rade s roditeljima nije cilj polaznicima prenijeti neko definirano znanje, nego ih potaknuti da mobiliziraju vlastite snage, da sami zaključ kako najbolje reagirati u kojoj situaciji. U sklopu radionica roditelji imaju prilike podijeliti svoje brige i dileme s drugim roditeljima, ali i pitati stručnjake o konkretnim izazovima s kojima se susreću. Na jedanaest grupnih susreta roditelji se bave traženjem svojih odgovora zajedno s drugim roditeljima, voditeljima i korištenjem stručne literature. Roditelj najbolje poznaje svoje dijete i sebe, ali iskustva stručnjaka i drugih roditelja često su dobrodošla. Nitko ne zna sve odgovore na sva pitanja sam. Kroz ciklus od 11 radionica roditelji se osnažuju u razvijanju stavova, vjerovanja i vrijednosti koje su u skladu s roditeljstvom u najboljem interesu djeteta. Roditelji se potiču da razviju ponašanja i vještine, posebno komunikacijske, koje podržavaju pozitivne odnose roditelja i djece, da uče o dječjem razvoju i učinkovitim načinima odgovora na potrebe djeteta, te im se daju informacije o drugim roditeljima bitnim temama.

Roditelji koji su sudjelovali na radionici rekli su da su im savjeti voditeljica dragocjeni, ali i da su im iskustva drugih roditelja neprocjenjiva. U svojim su komentarima iskazali da su nakon radionica spremniji shvatiti svoje dijete, bolje ga razumjeti, tolerantniji su i smireniji. Mnogi napominju da su naučili postaviti granice, ali i naučili bolje brinuti o sebi i djetetu. Prema želji prve generacije roditelja koji su prošli ovaj ciklus, od travnja u Crikvenici djeluje i Klub roditelja – Rastimo zajedno.

Jedan od ciljeva ovog projekta bio je i profesionalno osnaživanje odgajatelja i stručnih suradnika vrtića kako bi mogli dati podršku roditeljima na njihovom



Umjesto poučavanja roditelja aktivan naglasak je na osnaživanju roditelja

putu ka pozitivnom roditeljstvu, te ih poticati i podržavati u pozitivnim promjenama odnosa s djecom. Edukacija voditelja radionica (vrtičkih psihologa, pedagoga i odgajatelja) bila je usmjerena na bolje razumijevanje i prihvaćanje koncepta roditeljstva u najboljem interesu djeteta. Voditelji su kroz edukaciju dobili nova znanja o principima i tehnikama pozitivnog roditeljstva i njihovoj primjeni u radu s roditeljima. Provedena je evaluacija projekta kroz kvalitativnu i kvantitativnu analizu podataka iz 25 vrtića koji su bili uključeni u pilot-projekt. Dobiveni rezultati pokazuju pozitivne promjene u roditeljskim stavovima i u izvješćima roditelja o vlastitim ponašanjima (manje fizičkog kažnjavanja i vikanja, više poticanja djetetovog izražavanja emocija), kao i povećanje osjećaja roditeljskog stresa i smanjenja procjene roditeljske učinkovitosti (možda zbog povećanja svjesnosti svojeg utjecaja ili je to rezultat napuštanja nekih ustaljenih ponašanja i primjene tek naučenih). Roditelji i voditelji radionica su iskazali veliko zadovoljstvo spoznajama i iskustvima dobivenim na radionicama, što govori o dobrobitima na području osobnog i profesionalnog razvoja.

Roditelji govore

Ove radionice su za mene vrlo pozitivno i edukativno iskustvo. Spoznala sam ono što se sada čini vrlo jednostavnim za zaključiti, a to je da pokazivanjem i pružanjem ljubavi djetetu ne činimo razmaženo već zdravo, zadovoljno i samopouzdanu dijete. Drago mi je da sam pohađala radionicu jer mi je ona pomogla da se od roditelja poluvojnika opustim i postanem roditelj koji sluša te slijedi svoje dijete i raste zajedno s njim. S naših susreta sam se vraćala kući napunjenih baterija te postala nježniji, opušteniji i strpljiviji roditelj. (R.M.)



Moram priznati da svaki dan učim i da svaki dan griješim. Mislim da je ipak jako važno što ubrzo shvatim kad pogriješim i primijenim nešto što sam naučila na radionici. Najvažniji djelić na kojem sam počela raditi je iskazivanje nježnosti, te postizanje strpljivosti i smirenosti. Kako je obrazovanje cjeloživotni proces, tako je i s osobnim rastom. Ne težim savršenstvu, niti ga očekujem, već težim tome da ispravim pogreške koje činim i da ih ne ponavljam. (D.H.)



Bolje razumijem svoje dijete, sigurnija sam nego ranije da neke stvari radim dobro, manje me zabrinjavaju kritike okoline. Reagiram smirenije na neke oblike djetetovog ponašanja jer ih sada razumijem. (I.J.)

Riječ voditeljice - odgajateljice

Kad me je psihologinja ustanove obavijestila da ćemo kao vrtić sudjelovati u programu UNICEF-a 'Prve 3 su najvažnije', odazvala sam se bez oklijevanja.

Zamišljala sam to kao iskorak u neposrednu odgojnu praksu i život jaslica. Međutim, nakon prve riječke edukacije nisam više bila tako samouvjerenja i bilo me je pomalo strah jer su sve radionice i cijeli projekt bili usmjereni na rad s roditeljima, a ne s djecom. Došlo je vrijeme održavanja 1. radionice. Naš UNICEF tim se puno pripremao, ali ja sam svejedno s 'knedom u grlu' došla na prvu radionicu. Sve je prošlo u najboljem redu, atmosfera ugodna. Ja sam se polako opuštalala i nakon treće radionice više nije bilo zapreka.

Zapravo, mogu reći da sam rasla kao voditeljica kroz ove radionice. Pomogle su mi da steknem samopouzdanje u vođenju, poučile me tehnikama vođenja i naučile diskretnosti. Mislim da su bile prava nadopuna mom odgajateljskom pozivu, radu s roditeljima, uz golemu podršku kolegice i psihologinje iz tima. Poseban odnos se razvio s roditeljima moje skupine koji su polazili radionice. Ovih dana, nakon roditeljskog sastanka u mojoj skupini, razmišljala sam koliko sam se osnažila u suradnji s roditeljima, ali i koliko sam kompetentnija u toj suradnji nego prije (iako, naravno, uvijek mogu dalje učiti). Hvala na tome! I na prilici da učim, ispravljam pogrešno kad pogriješim i doživim jedno novo iskustvo. Korist od radionica je za mene golema, i osobna i profesionalna. Sigurna sam da je ovaj moj primjer rasta jedan od onih koji potvrđuje da je učenje i obrazovanje cjeloživotni proces.