

Одрастање у демократској породици.

ПРИРУЧНИК ЗА РОДИТЕЉЕ
СА ОДЕЉЦИМА О УЗРАСТУ 6 - 10 И 11 - 14 ГОДИНА.



КВАЛИТЕТНО ОБРАЗОВАЊЕ ЗА СВЕ
Horizontal Facility за Западни Балкан и Турску 2019-2022

Илустрована верзија
септембар 2021. године

Финансирано
од стране Европске уније
и Савета Европе



EUROPEAN UNION

COUNCIL OF EUROPE



CONSEIL DE L'EUROPE

Имплементирано
од стране Савета Европе

Издање на српском: Одрастање у демократској породици

Ова публикација је припремљена уз финансијску подршку Европске уније и Савета Европе, у оквиру заједничког пројекта „Квалитетно образовање за све“. Ставови изражени у њој не представљају нужно званичне ставове Европске уније или Савета Европе.

Дозвољена је репродукција извода (до 500 речи), осим за комерцијалне сврхе, под условом да је очуван интегритет текста, да се одломак не користи изван контекста, да не даје непотпуне информације нити на неки други начин доводи читаоца на погрешне закључке о његовој природи, обиму или садржају текста. Извор текста је увек обавезно навести на следећи начин “© Савет Европе, 2021!”. Све друге захтеве за репродукцију/превод дела и целог текста, треба упутити на Директорат за комуникације, Савет Европе (Ф-67075 Стразбур Цедекс или на publishing@coe.int)

Сву осталу кореспонденцију која се односи на ову публикацију треба упутити на адресу: Одељење за образовање, Авенија Европе, Ф-67075 Стразбур Цедекс, Француска, тел. +33 (0)3 88 41 20 00 23 е-пошта: Horizontal.Facility@coe.int

Аутори: Ролф Голоб, Светлана Лазић

Илустратор: Мијат Мијатовић

Графички дизајн: MaxNova Creative

Издавач: Савет Европе, Канцеларија у Београду, Шпанских бораца 3,
11070 Нови Београд, www.coe.int/belgrade

© Савет Европе, септембар 2021. Сва права задржана. Лиценцирано Европској унији под условима.

Публикација је настала у сарадњи са Министарством просвете, науке и технолошког развоја.



Република Србија

МИНИСТАРСТВО ПРОСВЕТЕ,
НАУКЕ И ТЕХНОЛОШКОГ РАЗВОЈА

КВАЛИТЕТНО ОБРАЗОВАЊЕ ЗА СВЕ
Horizontal Facility за Западни Балкан и Турску 2019-2022

Одрастање у демократској породици.

**ПРИРУЧНИК ЗА РОДИТЕЉЕ
СА ОДЕЉЦИМА О УЗРАСТУ 6 - 10 И 11 – 14 ГОДИНА.**

Илустрована верзија
септембар 2021.

Садржај

Предговор	1	1. Компетенције као циљ васпитања и образовања	17
Увод	3	1.1 Шта су компетенције?	17
I ДЕО		1.2 Шта су компетенције за демократско грађанство?	17
Демократија у свакодневном породичном животу		а) Компетенције анализе и просуђивања	17
1. Живети у демократији – нека основа размишљања	7	б) Вештине	18
2. Три стила васпитања	9	в) Персоналне и социјалне компетенције	19
2.1 Демократски стил васпитања	9	2. Компетенције за културу демократије:	19
2.2 Ауторитарни стил васпитања	11	2.1 Демократија као уставна структура државе	19
2.3 Либерални (<i>lese fer</i>) стил васпитања	12	2.2 Демократија као знак културе заједнице	19
3. Живот је пун боја: “пачворк” породице	13	2.3 Видљивост компетенција: Дескриптори	20
4. Живети с децом: демократски породични састанци – заједничко одлучивање	14	2.4 Свих 135 дескриптора: Како изгледају демократске компетенције	23
5. www.living-democracy.com: Демократски живот у школи и код куће	15	а) Вредности	23
II ДЕО		б) Ставови	24
Компетенције као помоћ за будућност		в) Вештине	25
	16	г) Знање и критичко разумевање	26
		III ДЕО	
		Основне информације	28
		1. Савет Европе: кратка историја једне важне институције	29
		2. образовање за демократско грађанство: нови начин да се разумеју одговорност и права	29

IV ДЕО

Додатни материјали	31
1. Постер о демократији: чеклиста за размишљање	31
2. Друштвена игра за породице: са коцкицама, мозговима и смехом	32
3. Друштвена игра за породицу: уз коцкице, мозгање и смех	33

V ДЕО

Теме за децу и са децом узраста од 6 – 10 / 11 – 14	34
1. Заједнички живот са нашом децом	35
а) Демократско одлучивање	35
б) Сукоби	35
в) Заједничке породичне активности	36
2. Карактеристике и развој деце узраста од 6 – 14	36
2.1 Ко је моје дете – ко сам ја?	36
2.2 Архитектура мозга мог детета	37
3. Седам тема за родитеље деце узраста између 6 и 10 година	43
3.1 Увод	43

3.2 Страхови код деце – важни за развој	44
3.3 Ноћне море – Када деца виђају чудовишта преко ноћи	46
3.4 Мобилни телефон – стварност свуда у свету	47
3.5 Агресивност – Како реаговати на изливе беса?	48
3.6 Када се родитељи раставе – Како изаћи на крај са променама у животу?	50
3.7 Спремање – Деца се осећају одговорним за свој свет	51
3.8 Када деца говоре ружне речи – како реаговати?	52

4. Шест тема за родитеље деце узраста између 11 и 14 година	54
4.1 Увод	55
4.2 Учење уз компјутер – постаје све важније	55
4.3 Опасности на Интернету – позитиван приступ	57
4.4 Слободан простор – подршка развоју	58
4.5 Прави кућни љубимац за дете – одговорност и задовољство	59
4.6 Браћа и сестре у непрестаном сукобу – учење за живот	61
4.7 Спречавање зависности – прича која нема краја	62

Литература	64
-------------------	----

“ Назовите то кланом, мрежом, племеном,
породицом: Како год то назвали, ко год
да сте, треба вам.”

Џејн Хауард

Предговор

Министарство просвете, науке и технолошког развоја и Савет Европе, кроз интензивну сарадњу на примени Референтног оквира компетенција за демократску културу, унапређују демократску културу у школама која се не ограничава само на школски етос већ и на сарадњу са локалном заједницом и родитељима. Овај приручник је посвећен унапређивању компетенција родитеља у сусрету са развојним фазама и различитим понашањем детета и младих.

Агенда УН 2030 за одрживи развој је постала један од најважнијих референтних докумената широм света и указује на факторе утицаја на одрастање деце кроз снажан утицај медија, високе захтеве према породицама, мобилност и флексибилност у многим областима живота, притисак за обављање посла у породици, послу и школи. Сви ти захтеви удружени са изостанком учења о адекватним васпитним стилима родитеља и све чешћим нефункционалним породичним обрасцима, захтева подршку родитељима у стицању компетенција за демократску културу.

Циљ овог приручника је унапређивање културе демократије кроз оснаживање и развој компетенција родитеља кроз родитељске вештине, ставове, вредности и критичко размишљање на много начина које родитељи могу пренети својој деци.

Референтни оквир компетенција за демократску културу дозвољава широке могућности примене недостајућих елемената демократске културе у образовном систему али и свакодневном породичном животу, што је функција овог приручника. Компетенције и дескриптори одговарају интеракцији у породичном окружењу. Приче и ситуације су универзалне и постављене су на начине који не одговарају само одређеним земљама или етничким групама. У времену када ми одрасли децу и младе посматрамо као индивидуалне личности са својим идејама, мишљењима и жељама, друштвене и нормативне промене не огледају се само у промењеним породичним облицима, већ и у снажној промени образовних циљева, важно је да имамо овакве приручнике на располагању породицама, а најпре свима који се налазе у родитељској улози.

**Министарство просвете, науке
и технолошког развоја Републике Србије**

Начин одгајања деце је лична и приватна ствар док се приступи одгајању разликују као и саме породице. Ипак, одређени принципи превазилазе породице, заједнице па чак и националне границе. Кроз свој програм образовања, Савет Европе је развио оквир овог концепта који је назван *демократска култура*.

Шта је демократска култура? Култура демократије омогућава младим људима да предузму кораке како би бранили и промовисали људска права, демократију и владавину права као и да живе са другима у културно разноликим друштвима. Омогућава им да конструктивно учествују у оквиру својих породица и заједнице, лицем у лице и онлајн.

Како би демократска култура постала реалност, у Референтном оквиру компетенција за демократску културу идентификоване су четири опште области: вредности, ставови, вештине и знање. Како би се тежило ка овом идеалу, идентификовано је двадесет компетенција са 135 дескриптора. Сви се можемо поистоветити са овим компетенцијама. Оне укључују емпатију, одрживост и критичко размишљање, да набројимо неке.

Током врхунца пандемије у пролеће 2020. године када су наставници и ученици (уз помоћ родитеља) брзо прелазили на онлајн учење, Министарство просвете, науке и технолошког развоја Републике Србије и Савет Европе схватили су да је родитељима потребна конкретна подршка. Та идеја довела је до писања ове публикације коју су, у оквиру заједничког програма Савета Европе и Европске уније „Квалитетно образовање за све“, написали професор Ролф Голоб и Светлана Лазиф.

Одростање у демократској породици је усмерено на родитеље две старосне групе, 6-10 и 11-14 године, док постоји и засебна публикација за старију децу од 15 до 19 година под називом *Живот у демократској породици*. Обе публикације садрже и теоријска и практична поглавља и укључују теме и активности које родитељи могу да обрађују заједно са својом децом.

Надамо се да ће ова публикација бити корисна и родитељима и едукаторима у циљу развијања компетенција потребних за будућност деце, и у исто време, да створе складно кућно окружење у ком сви доприносе. Иако су писане у контексту Србије, ове публикације могу такође бити инспиративне родитељима широм света.

Сара Китинг

шефица Одсека за сарадњу и изградњу капацитета Одељење за образовање – Генерални директорат за демократију Савет Европе

Увод

Сви знају шта је породица! Често, то су само мама или тата и деца, понекад она обухвата и баку или деку, а онда ту могу још бити и тетке, стричеви и ујаци и браћа и сестре од тетке, стрица, ујака. Породице могу бити велике или мале и могу се веома разликовати међу собом! Могу можда укључивати и полубраћу и сестре, очуха или маћеху или, понекад, кућног љубимца који је као прави члан породице. А када помислите како су изгледале породице ваших другова из разреда, ове разлике заиста постану јасне. Дакле, на питање шта је породица није тако лако одговорити како се чини на први поглед!

Реч породица (енгл. *family* као и срп. *фамилија*) је изведена из латинске речи „*familia*“ и значи заједницу домаћинства или кућну задругу. У средњем веку, сви људи коју си живели под једним кровом су се називали кућна заједница или *familia*. Она је обухватала не само мајку, оца и децу, већ и такозване слуге, тј. слуге па чак и стоку, тј. краве, свиње или козе. *Familia* је могла да се састоји од доста великог броја чланова. Глава заједнице домаћинства је увек било глава куће, и породица је била одговорна за старање о свим члановима, поготово када остаре или се разболе! Током времена, овакво схватање породице се променило.


Основа данашњег васпитања је поверење.

Сходно томе, мајке и очеви су поузданици, саветници и другови своје деце уместо класичних поштованих особа. Васпитање је у пракси комуникација и саветовање, родитељи васпитавају са пуно љубави, без предрасуда и нису опседнути правилима. У овом приручнику постављамо васпитање у оквир демократије која нас окружује. У демократији, наш задатак као родитеља је да помогнемо деци да пронађу сопствени пут, зато што одрастање данас значи савладавање џунгле могућности и налажење свог пута, и истовремено помагање да се преобликује друштво. Разговор је преузео место ригидних правила, нарочито док деца одрастају.


Циљ овог приручника је да помогне родитељима да праве мале кораке дуж овог пута и да на минимум сведу свој стрес у вези с тим да нешто раде погрешно.

Родитељи који желе да буду саветници својој деци су истински заинтересовани за њихов живот и за друштво у коме ће њихова деца живети. Ово истинско интересовање је основни предуслов да се деца отворе својим родитељима о својим бригама, проблемима и осећањима. Само онда када родитељи постану „саветници“ ће деца поделити свој унутрашњи живот са њима. Како је горе поменуто, „поверење“ је кључна реч а оно, с друге стране, чини основу културе демократије.

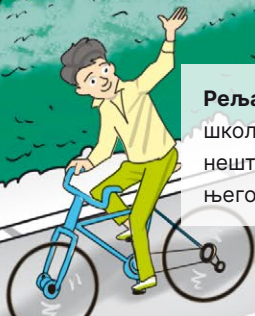
Демократск




Инес (38), самохрана мајка и инструкторка јоге. Помаже својој мами да остане у кондицији.



Нада (58), бави се политиком, породици и пријатељима даје савете везане за друштво и демократију.




Реља (17) игра фудбал у школском тиму. Има „оно нешто“, девојчице обожавају његов смисао за хумор!




Иван (37) предаје географију у једној средњој школи. Као мали обожавао је балет, сада иде на тренинге кад год може.


Ана (34) ради у маркетиншкој агенцији, воли да удомљава маце са улице, али Иванов пас то баш и не воли.




Марко (9) воли да се игра напољу.




Вера (64) радила је као рачуновођа у једној великој компанији али је дала отказ како би могла да проводи више времена са ћеркама Саром и Аном.



Виктор (3) обожава свог деду јер прави смешне изразе лица када виче.



Бранко (84) воли да препричава ратне приче својим унуцима, не воли када неко не зна важне историјске догађаје.



Софија (12) воли да похађа додатне часове из биологије, обожава паукове и друге инсекте.

а породица

Влада (33) власник је теретане. Деца из краја га воле јер им увек помаже да избегну грдњу родитеља.

Уна (16) по цео дан свира гитару, постане мало зла када неко кињи њену сестру близнакињу.

Сара (40) ужива у „другој младости“ у новом браку; фотографија је њена страст, а доказ за то су зидови у њеној кући.

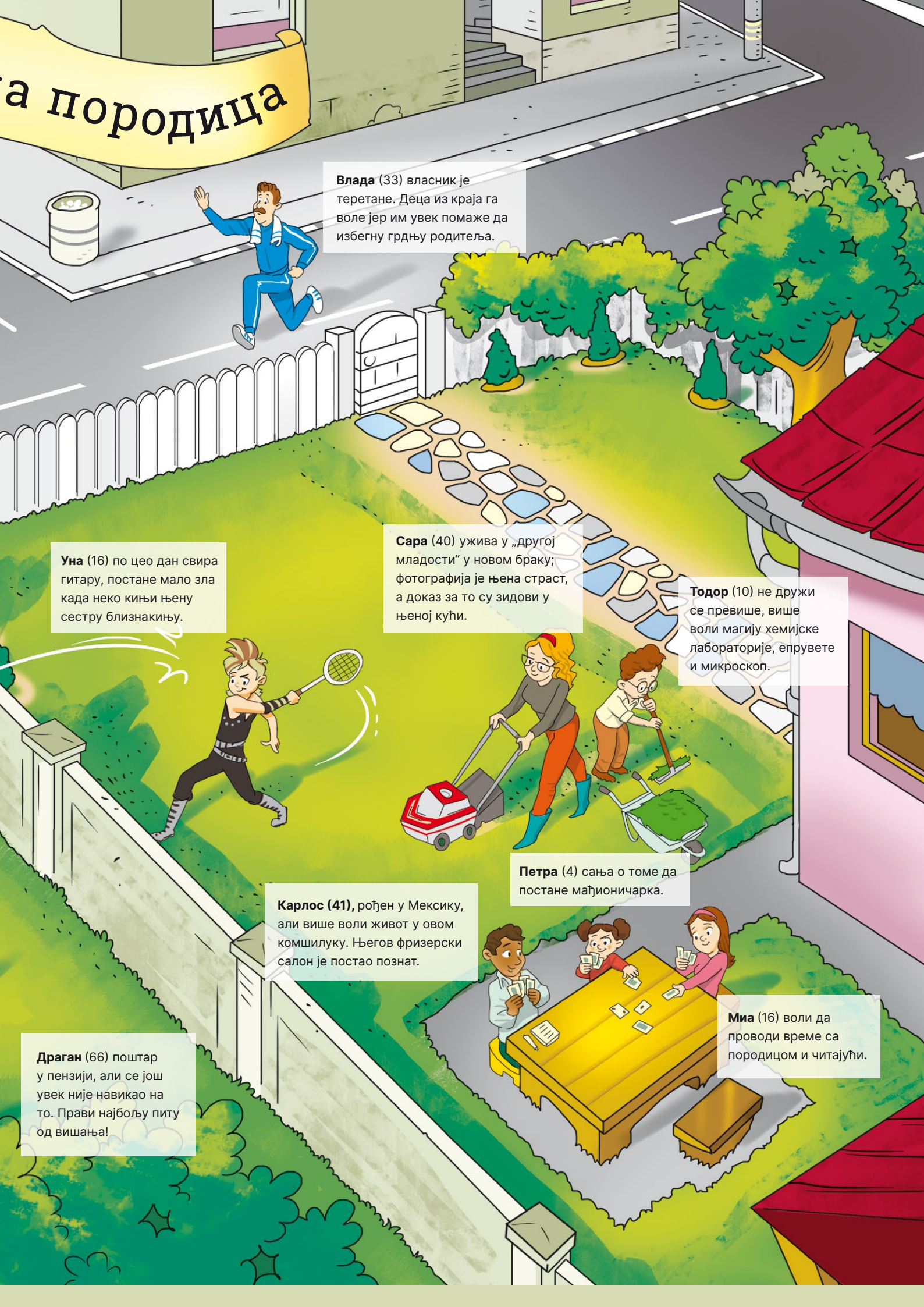
Тодор (10) не дружи се превише, више воли магију хемијске лабораторије, епрувете и микроскоп.

Петра (4) сања о томе да постане мађионичарка.

Карлос (41), рођен у Мексику, али више воли живот у овом комшилуку. Његов фризерски салон је постао познат.

Драган (66) поштар у пензији, али се још увек није навикао на то. Прави најбољу питу од вишања!

Миа (16) воли да проводи време са породицом и читајући.





І ДЕО

Демократија у свакодневном породичном животу

1. Живети у демократији

– нека основа размишљања

Демократија значи поделу моћи. Не треба да влада један, нити неколицина, већ сви. То важи за заједницу као и за породицу. У патријархалној породици, само једна особа влада. Сви други су потчињени и треба да слушају. Антички филозофи су сматрали да неограничена аутократија која лишава грађане њихове политичке слободе заслужује осуду, као тиранија. Међутим, у случају породице, ти исти филозофи су је захтевали. Политичка слобода обухвата право на самоодређење. Тек када је то гарантовано сваком грађанину, та моћ долази од народа, од „демоса“. За разлику од других облика политичке владавине, демократија је једини облик у коме је вршење власти повезано са пристанком и партиципацијом поданика. У античкој демократији, то се одиграло путем великих окупљања на којима је сваки грађанин мушког пола имао право да говори и гласа. У породици, с друге стране, само један мушкарац је имао право да одлучује за све чланове. Никаква скупштина није одржавана. У директној демократији из античког доба, независност сваког појединачног грађанина је морала да се потврди. Услови ове аутономије код куће су се састојали од патријархалне аутократије. Право да се говори јавно у скупштини и моћ да се одлучује приватно код куће су били директно повезани.

Учествовати у јавном простору такође значи имати реч у одлучивању у приватном простору дома

У представничкој демократији, такође, народ треба да влада над самим собом. Владу бира народ и она треба да изражава његову већинску вољу. Али чак и они чија мишљења се не слажу са већином не треба да доживљавају владавину изабране владе као нешто страног. Сва мишљења треба да буду представљена у парламенту, тако да свако може да препозна њихове демократске представнике. Као могућа будућа власт, опозиција увек има удео у садашњој власти. Представници именовани за изборне округе треба да представљају целокупно становништво, мушкарце и жене из сваке класе и професије. Пошто су се избориле за право гласа, жене су почеле сходно томе да буду представљене, не само путем учешћа у демокра-

тији, већ и путем демократизације породице. Партиципација у јавном простору такође значи и изражавање свог мишљења у приватном простору дома. Једнакост се повећала, а запошљивост, слобода избора и међусобни интереси у односу на дете су постали репрезентативна питања породица, као што је случај и данас. Другим речима:

Били смо суочени са чињеницом да деца такође морају бити представљена. Пошто она припадају „демосу“, баш као мушкарци и жене.

Демократска породица укључује све чланове

Вековима се послушност према породици сматрала највишим циљем васпитања. Преданост не само родитељима већ читавој породици је високо вреднована. То је нарочито било тачно када су деца одрасла и имала своју сопствену децу. На тај начин се обезбеђивало да деца испуњавају захтеве својих родитеља, како у смислу њиховог наслеђа и у смислу њихове неге. Интересовања су била окренута заједници, не појединачној особи. Љубав и наклоност нису јавно показивани. Главни фокус породице био је на одгајању деце тако да она могу успешно да раде и да одржавају породичне вредности и богатство. Породица се увек састојала од неколико генерација и великог броја рођака. То је и данас тако у многим културама. Припадност сопственој породици, која често пружа једину заштиту и неопходну подршку појединцима, обично представља снажнију везу него што је она са политичком заједницом и њеним институцијама, а непотизам постаје део свакодневног живота. У таквим условима је тешко успоставити и одржавати демократске политике у оквиру шире заједнице. Због кохезије великих породица, многи покушаји да се примене демократски праксе пропадају, а политиком заједнице може да доминира једна породична мрежа, чак и када су у тој заједници већ успостављене демократске праксе. Важни положаји се додељују рођацима, а чланови породице су фаворизовани кад год је то могуће. А то никако не важи само за највише

нивое, већ кад год су односи са сопственом породицом снажнији од правила заједнице. Чак и у демократијама које постоје већ неко време, има и даље веома утицајних породица у којима се сажима политичка и финансијска моћ. Овај тренд датира све од античких времена, када је један од главних задатака демократске владавине био да се смањи политички утицај великих породица. Демократија је морала да се наметне не само у односу на тираније, већ изнад свега, у односу на владавину племства. Да би се обезбедило да функције не могу да се пренесу од једног на другог рођака, биле су додељиване жребањем. Заједницом није требало да доминирале велике породице и њихови политички савезници, као што је то био случај са европском наследном монархијом још дуго током модерних времена. Без независности деце, велике породице стварају политичку моћ која је у супротности са демократијом. Прекидање ланца између генерација је један од егзистенцијалних услова демократије.

Деца испитују свет

Свако дете ствара нови, лични поглед на свет који није раније постојао. Са сваким новим искуством и у свакој фази учења, деца почињу да доносе свој сопствени суд. То почиње много раније него што то схватимо – од рођења. Осим тога, деца желе да се њихово мишљење чује много пре него што одрасту и укључе се у свет политике. Када науче да говоре, деца одмах почињу да постављају питања о свету око њих. Прво, желе да знају имена биљака, животиња и ствари. Када шетају шумом, родитељи могу да примете колико мало назива грмља и дрвећа могу тачно да наведу. Друго, крећу питања зашто. Дете често може да пита зашто људи морају да спавају и зашто већ мора да иде у кревет.

О самоконтроли, слушању и имању речи у одлучивању

Чињеница је да су, баш као и одраслима, деци потребна јасна правила. Али васпитање се не одвија само у једном смеру.

Породица је заједница учења. Родитељи се мењају уз своју децу, како она одрастају и развијају се.

Деца имају свој укус, своје склоности и често имају јасно мишљење о томе како ствари треба да функционишу. Родитељи морају да знају како да те ствари решавају, чак и ако то може бити исцрпљујуће. Може бити болно за родитеља када дете одбије да уради нешто што је раније радило без проблема: не желе више да седе у својој столици, не желе више да обувају ципеле, најављују са великом озбиљношћу да од тог тренутка неће више да помажу у спремању. Оно што је јуче било у реду данас представља

проблем. Некад нам је потребно време да схватимо који би могли бити разлози за такве изненадне промене. Па ипак смо често импресионирани колико се њихови разлози чине убедљивим. Циљ родитеља треба да буде да поуче своју децу да се контролишу. Али самоконтрола није исто што и дисциплина, нешто што опет данас почињу да се захтева у друштву и образовању. Самоконтрола значи знати шта је добро за тебе а шта није. Родитељи у демократији желе да деца буду у стању да доносе сопствене одлуке. Да би то постигли, родитељи такође морају да им дају право да се њихова реч чује у одлучивању. У поступању с децом, може се искусити делотворност демократије из прве руке. Родитељи не могу да захтевају ништа од своје деце што не раде и сами. Слушање је политичка врлина, због чега су говор и контра-говор кључни међусобни темељи у демократској породици, баш као што су и у демократској политици.

Модерне породице се усуђују да пробају нове ствари

Последњих деценија концепт породице се много променио. Доминација предака и патријархат су се завршили, а већина парова свој партнерски однос сагледава као равноправан. Када се венчају, то више не раде да би полагали право власништва већ, уместо тога, да учврсте обећање. Чак и када то није увек успешно, намера да се остане заједно до краја живота се често повезује са жељом да се оснује сопствена породица, а брак обезбеђује правни оквир за то. Најстарија подела рада између мушкарца и жене више није нешто што се само по себи разуме: све више очева сада доприноси ранијим „женским“ пословима у домаћинству и тиме се излажу егзистенцијалном животном искуству оме раније нису имали приступ. Политичка демократизација, која је први пут виђена у Европи са погубљењем апсолутиста током Француске револуције, не само да је довела до политичког самоодређења мушкараца и, касније, жена, али је такође ослободила породице од структуре која садржи ауторитарне фигуре који имају доминацију. Тај раскид са патерналистичком породичном структуром је изненада променио фокус породице у правцу од њиховог порекла ка њиховој будућности. Иако у античкој *familia*-и кључни фокус је био очување моћи оца, модерна породица је оријентисана ка омогућавању и подржавању новог живота.

Пад деспотског оца користи не само женама и деци, већ и мушкарцима. Само у демократској породичној структури сви чланови породице могу активно да учествују и преузимају одговорност.



2. Три стила васпитања

Курт Левин (*Lewin*) (1890 – 1947), аустријски психолог који је емигрирао у САД, дефинисао је три стила вођства, релевантна за све области заједнице, укључујући породицу. Они се називају демократски, ауторитарни и либерални стил лидерства. Ови појмови служе као смернице за стилове лидерства али, наравно, то не значи да се сви родитељи уклапају у само један тип: родитељи обично испољавају комбинацију елемената два или више стилова. Међутим, такви концепти могу да буду корисни у подизању нивоа свести о сопственом понашању као васпитача, а и могу некога подстаћи да размисли о разним стиливима понашања који постоје.

2.1 Демократски стил васпитања

Родитељи који се одреде за демократски стил васпитања не желе да успоставе ригидна правила или да се односе снисходљиво према својој деци већ су уместо тога усредсређени на подстицање њихове самосталности давањем смерница и подршке. Демократски стил васпитања треба да буде што је могуће транспарентнији и разумљивији за дете, укључујући јасно саопштена правила и прописе.

Демократски стил васпитања: једна од најважнијих карактеристика демократског стила је јасно најављивање

деци будућих планова и активности. Тиме се деца припремају за права и одговорности које живот подразумева у отвореном демократском друштву. Исходи такве комуникације су јасни:

- родитељи ће пре дати сугестије него поставити ригидне границе
- дете може да преиспитује правила и добије објашњења
- родитељи су спремни да разговарају о алтернативним решењима
- мишљења обе стране - родитеља и деце – се генерално сматрају подједнако вредним
- дете може да доноси независне одлуке у задатом оквиру
- важне одлуке које утичу на целу породицу заједно доносе родитељи и деца
- родитељи стално пружају својој деци подршку и стабилности
- однос родитељ-дете карактерише отвореност, прихватање, љубав и топлина
- када родитељ упућује критику на понашање детета, то ради конструктивно и са разумевањем
- ако је дете прекршило правила и родитељи се одреде да примене консеквенце, дете увек разуме разлоге као и дужину у начин казне.

Демократски стил васпитања има следеће предности и мане:

Предности

- снажна комуникација између родитеља и деце унапређује добре језичке вештине и богат речник
- јачање дететовог самопоуздања у његове способности и размишљање
- деца уче да се носе с критиком
- деца развијају веће прихватање других мишљења и спремност да ради заједно с другима на налажењу решења
- деца се подстичу да доносе своје сопствене одлуке и да преузму одговорност за последице

Мане

- од родитеља захтева стрпљење и време
- деца често желе да дискутују о свему
- деца често показују неспремност да прихвате обавезна правила и ограничења
- ван породице, нпр. у школи, дечја горљивост да расправљају може се протумачити као непоштовање

За многе родитеље данас, позитивни аспекти демократског васпитног стила претежу над негативним, а демократске праксе се користе интуитивно, барем делимично. Родитељи сада ретко очекују слепу послушност и дисциплину од деце и обично се труде да обезбеде да се према деци поступа са пуно љубави и да се с њима комуницира јасно и разумљиво. Креативност, иницијатива и самопоуздање треба да се подстичу и јачају од раног узраста.



2.2 Ауторитарни стил васпитања

До 1960-их, ауторитарно васпитање је било преовлађујући модел за одгајање деце. Тек током студентских покрета те деценије су устаљене хијерархије постепено омекшавале и либералнији облици васпитања су постали популарни.

Ауторитарни стил васпитања углавном карактерише строга хијерархија између оног ко васпитава и детета. Родитељи одржавају контролу над својим децом, која се сматрају сувише малим или незрелим да преузму одговорност за сопствене одлуке. У овом приступу, родитељи су субјекат а дете је објекат. Ауторитарни циљ васпитања не толерише никакве облике отпора. Дете мора да поштује установљена правила и испуњава захтеве родитеља најбоље што може. Ако дете не следи упутства родитеља или их не спроводи на за њих задовољавајућем нивоу, бива укорено и кажњено.

Одређени искази су карактеристични за ауторитарно васпитање. На пример:

- „Ако не поједеш, ићи ћеш гладан у кревет.“
- „Када одрасли говоре, деца ћуте.“
- „Ја одлучујем кад идеш у кревет.“
- „Докле год те храним дотле радиш како ти кажем.“

Ауторитарни стил родитељства иде много даље од строгог васпитања; оно такође снажно утиче на емоционални однос између родитеља и детета. Генерално говорећи, дете добија мало присности или пажње, и признање до-

бија само ако је, по мишљењу родитеља, на задовољавајући начин испунило захтеве постављене пред њега. Чак и тада је похвала прилично безлична и објективна, а гестови из љубави су ретки.

Додатне карактеристике ауторитарног васпитања:

- Одлуке и жеље детета се сматрају ирелевантним и неважним
- Васпитање детета се базира на систему награде и казне
- Свакодневни живот је организован по строгим правилима и под контролом
- Критика је честа и нормална форма комуникације

Могуће последице ауторитарног васпитања

Ауторитарни стил васпитања може имати негативне ефекте на развој детета.

Деци се ускрађује прилика да развију своје сопствене мисли, мишљење, независност и личност. То може имати штетан утицај на самопоштовање, креативност и друштвене односе, чак и када одрасту. Жеља да се буде „добро дете“ и задовоље родитељи може утицати на децу током читавог њиховог живота и учинити да им живот буде тежи него што је другима. Сходно томе, у адолесцентском добу, ова деца би могла пролазити кроз болне егзистенцијалне кризе а да нису развила механизме превладавања, неопходне за налажење сопственог пута изласка из кризе. То неке може водити у коришћење дрога, криминал и друга нездрава понашања.



Деца која су одгајана на ауторитарни начин често испољавају проблеме у свом социјалном окружењу.

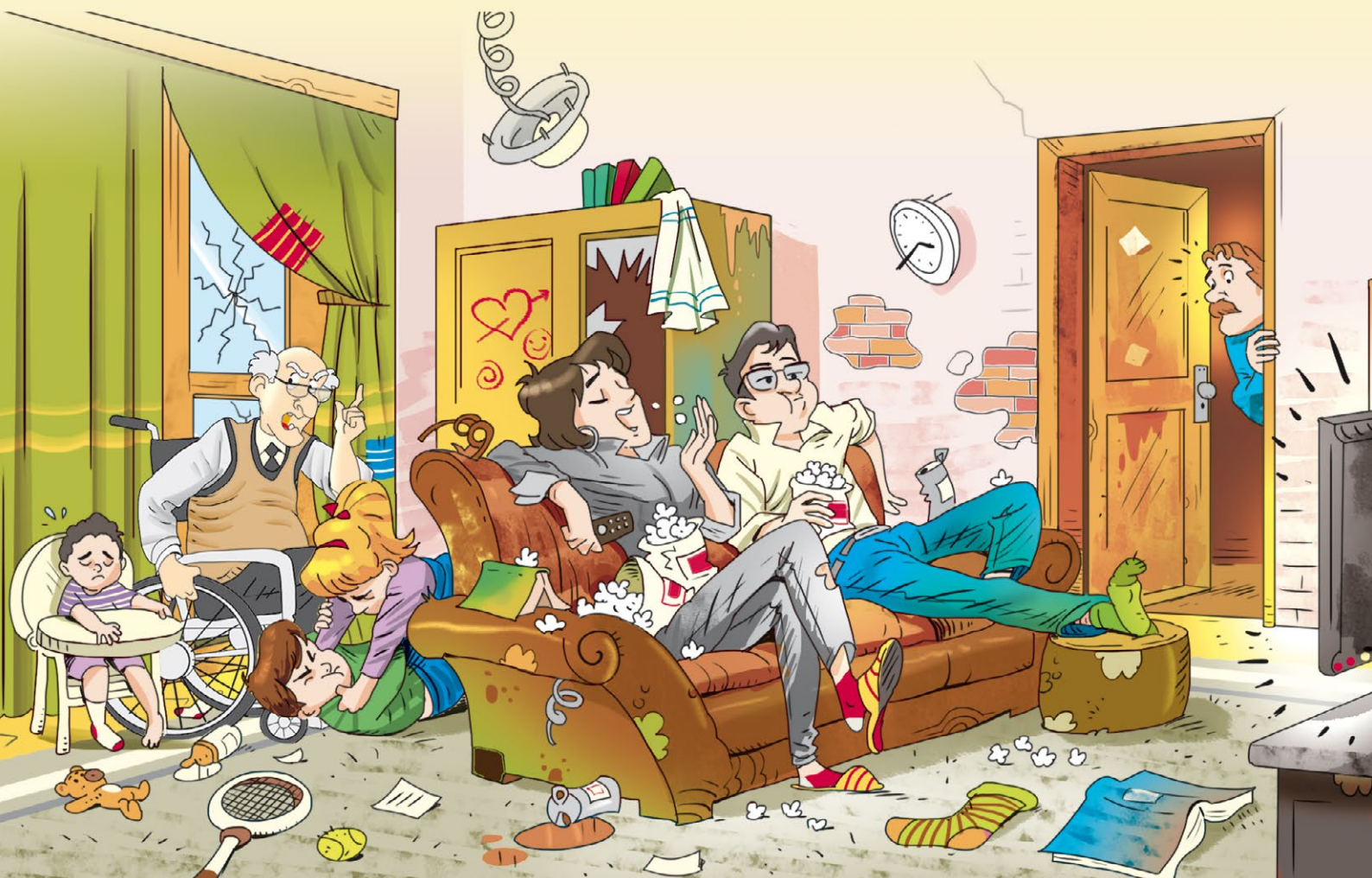
Неретко се доимају агресивно, тешко име ја да поштују ауторитет и често настоје да буду у центру пажње. Често копирају понашање које се испољавало код куче према својим вршњацима. То је нарочито случај у односу на децу коју доживљавају као слабију, са којима често комуницирају заповеднички, агресивно и егоцентрично. То се такође може видети у њиховом коришћењу језика, са честом употребом речи као што су „ја“ „моје“, мене“.

Тakoђе се догађа да се деца која су одгајана у ауторитарном домаћинству понашају управо супротно: Дозвољавају да их њихови вршњаци ставе у улогу жртве, повлаче се и доживљавају осећања изолованости и беспомоћности. Ово понашање се често наставља у одраслом добу.

2.3 Либерални (*lese fer*) стил васпитања

Код либералног стила васпитања, родитељи имају тенденцију да се пасивно понашају према детету. Такође би се могао назвати обликом „анти-ауторитарног“ родитељства, у коме се родитељи понашају потпуно супротно од ауторитарног стила вођења. Само минималне смернице се дају деци, која су суштински препуштена сама себи. Либерални стил не пружа јасан оквир који деци даје оријентацију и безбедност.

Родитељи либералног стила веома мало захтевају од свог детета, а у случају сукоба ретко узимају у обзир мишљење деце. У либералном стилу, родитељи имају тенденцију да се понашају индиферентно и незаинтересовано, радећи само оно што је неопходно и улажући најмањи могући напор. У екстремним случајевима, родитељи са либералним стилем родитељства могу да занемарују своју децу. Либерални стил коначно не задовољава ни родитеље ни дете. Родитељи могу бити разочарани размаженим, незахвалним понашањем своје деце, а деца не науче примерене границе понашања.



3. Живот је пун боја: “пачворк” породице

Многи људи знају за живописну пачворк ћебад и простирке сашивене од много различитих комада тканине. Иако крпице понекад изгледају потпуно различито, када се саставе формирању хармоничну слику. Пачворк породица следи исти принцип: партнери долазе из различитих породица „као спојене крпице“ тј. странци који формирају нову породицу и сродство у првом колону. Следствено томе,

мајке, очеви и деца су „крпице спојене“ у животу. Могуће комбинације су скоро бесконачне.

А за разлику од живописних пачворк простирки, често није лако створити хармоничну општу слику у оквиру пачворк породице, поготово када се појаве проблеми везани за различите вредности, навике, родитељске моделе и заједничке финансије. Упркос томе, међутим, у модерним, отвореним демократским друштвима, у којима жене имају исте могућности као мушкарци да се развијају и доносе одлуке, нове врсте породица више не морају да се крију.

Ако породице одлуче да је у њиховом најбољем интересу да се измешају, на то треба гледати као на позитиван развој догађаја; није лако али је позитивно. Заједнички хармонични живот у пачворк породици се не може постићи на силу, нарочито ако су у игри два различита модела комуникације – интергенерацијски и интрагенерацијски. *Интергенерацијска* комуникација се односи на комуникацију између чланова породице на различитим тачкама у линијама сродства; обично између родитеља и деце и деда и баба и унука, али такође укључујући и чланове шире породице, као што су тетке, ујаци, браћа и сестре од стрица и тазбина. *Интрагенерацијска* комуникација се односи на комуникацију између чланова породице из исте генерацијске групе, тј. комуникација између деце, родитеља, или бабе и деде.

Важно је за породице да разумеју да заједнички раст захтева време. Ако чланови пачворк породице не покушају да збрзају ствари и ако пажљиво поступају једни према другима, онда постоје добре шансе да ова живописна мешавина може да се развије у јединствено дело демократске уметности.

Сваки почетак је тежак: Заснивање пачворк породице

Деца, нарочито у узрасту за вртић и предшколском узрасту, често верују да су они криви што су се њихови родитељи раставили, пошто их један или други не воли. Да би се деца боље прилагодила свом новом животу у пачворк породици, кључно је да схвате да их родитељи воле без обзира на њихов међусобни однос.

Код школске деце, с друге стране, односима са новим животним партнерима њихових родитеља често нарочито доминира конфликт. Љубомора може играти важну улогу када деца осећају да нови(а) партнер(ка) добијају превише пажње, а тинејџери поготово често имају тешкоћа да прихвате нове partnере као фигуре од ауторитета. Постоје пачворк породице где ово није случај – али чак и тада се могу јавити осећања збуњености. На пример, дете које се лепо слаже са мајчиним новим партнером може се бринути да тиме издаје свог биолошког оца.

Односи могу да почну да се опуштају ако нови партнери изграде необавезно пријатељство са дететом уместо да покушавају да замене његову мајку или оца. Такође се не саветује да децу изненадите новим партнером(ком) – нпр. тако што ће се прерано доћи да живи са породицом. Период упознавања кроз заједничке активности обично представља пријатнији и успешнији почетак живота као пачворк породица.

У многим пачворк породицама постоји елемент надметања. Ако оба партнера имају деца из претходних веза или ако имају заједничку децу, идеја полубрата/сестре и брата/сестре по очуху/маћехи је нешто што може захтевати постепено прихватање. Сукоби између нових браћа и сестара често се прошире на родитеље, на пример ако сваки родитељ одлучи да брани сопствено дете. Филм „*Твоја, моја и наша*“ (*Yours, Mine & Ours* (2005)) са Денисом Квејдом и Рене Русо то добро илустрије.

Бивши партнери се такође често међусобно надмећу, на пример када желе да надмаше оног другог у томе шта могу да пруже својој деци, или када им се разликују стилови родитељства. И таквим случајевима је важно да сукоб између родитеља који лежи у основу свега буде решен. Када је неопходно, пачворк породици може да се помогне кроз саветовање породичног терапеута.

Коначно, пачворк породице могу да се суочавају са опiplивим тешкоћама у планирању. Рутина чини добро и деци и одраслима, али не може увек да се постигне у турбулентном свакодневном животу мешовите породице. Ако родитељи живе далеко један од другог, онда се овај проблем увећава због, на пример, различитих периода годишњих одмора. Идеално, бивши партнери треба да буду спремни да раде заједно и да поделе одговорност за своју децу.

4. Живети с децом: демократски породични састанци – заједничко одлучивање

Демократски породични односи се најделотворније развијају када сви чланови имају подједнаку прилику да учествују у процесу одлучивања. Успешни породични састанци захтевају такве услове.

Породични састанак је редовно планиран састанак свих чланова породице. Теме за дискусију се састоје од питања као што су уверења, вредности, жеље, притужбе, планови, питања, и сугестије. То је прилика да се чује свачији глас о питањима која се појављују у породици.

Породични састанак је одговарајуће време да се планира породична забава и да се размене добра искуства и позитивна међусобна осећања. Редовни састанци могу да унапреде породичну хармонију јер обезбеђују време да се успоставе правила, донесу одлуке, констатују добре ствари које се догађају у породици, а и да се укаже на јаке стране појединачних чланова.

Неки родитељи се противе идеји редовних састанака, наводећи да: „нама они нису потребни“, „Наша породица не престано има породични састанак. Ми овако дискутујемо све време.“

Без обзира на то, охрабрујемо родитеље да одвоје рутинско време за породичне састанке, како би подстицали посвећеност свакога учествовању у ономе што се тиче породице. Време састанка треба да одговара свима.

Ако неки чланови одлуче да не присуствују, мораће да прихвате логичне последице неприсуствовања; на пример, то што ће бити искључени из процеса одлучивања.

Укратко, породични састанак нуди прилике:

- да се буде саслушан.
- да се изразе позитивна међусобна осећања и да охрабрење.
- да се кућни послови распореде правично између чланова.
- да се изразе бриге, осећања и притужбе.
- да се изгледе сукоби и решавају проблеми који се понављају.
- да се планира породична рекреација.

Породични састанци су такође подршка способности деце да комуницирају, изразе своје мисли и идеје, постављају питања и очекују одговоре, и да слушају једни друге, између осталих других релевантних животних вештина. Осим тога, они јачају потенцијале деце да буду отпорна на теш-



ке животне ситуације. Породични састанци развијају дечје компетенције, самосвест и односе привржености. То захтева стрпљење и напор, али крајњи резултат развоја важних животне вештине је тога вредан. Слично као кад градим кућу - треба времена али траје цео живот.

5. www.living-democracy.com: Демократски живот у школи и код куће

У сарадњи са специјалистима из различитих земаља Савета Европе, креиран је вебсајт о демократији под руководством ПХ Цирих, који приказује наставницима, директорима школа и родитељима на врло конкретан начин како демократски поступци и учење могу да изгледају у свакодневном животу. Овде кратко представљамо део вебсајта који је посебно посвећен родитељима и чија централна тема јесу питања демократске и партиципативне комуникације између деца различитих узраста и њихових родитеља.

Различите ситуације представљају почетне тачке за разговор и долажење до заједничких решења: најстарије дете у породици ускоро треба да одабере занимање и нема никакву идеју о томе које занимање би јој одговарало. Недавно из школе све чешће долазе информације о недовршеном домаћем задатку сина, а најмлађе дете у породици редовно прави проблеме приликом куповине ако се њени омиљени не нађу у колицима. Да ли вам ове ситуације изгледају познате? Да ли понекад такође имате осећај да треба да потражите нове начине започињања разговора са вашом децом?

Вебсајт [living-democracy.com](http://www.living-democracy.com) нуди разне савете и идеје за свакодневни живот са децом различитих узраста. Поред тога, овај вебсајт даје сугестије о одгајању деце, који, нарочито промовишу демократско размишљање, поступање и комуникацију. Само они који имају искуство демократске комуникације и поступања у свакодневном животу могу сами развити демократски став и у пракси примењивати демократску комуникацију и поступање.

За децу раног узраста (1-3 године), децу (4-12 година) и младе особе (13-18 година), приказано је неколико ситуација у свакодневном животу које могу представљати изазов за родитеље, на пример, спремање за малом децом, вежбање понашања за столом са најмлађима, израда домаћих задатака, регулисање коришћења медија и сексу-

ално образовање тинејџера: како да разговарам о овоме са децом и младима? Приступ различитим темама је увек мање више исти и заснован је на начелу „проблемског учења“. Забавна карикатура са описом уводи тему и проблем (или проблематично понашање) се разјасни.

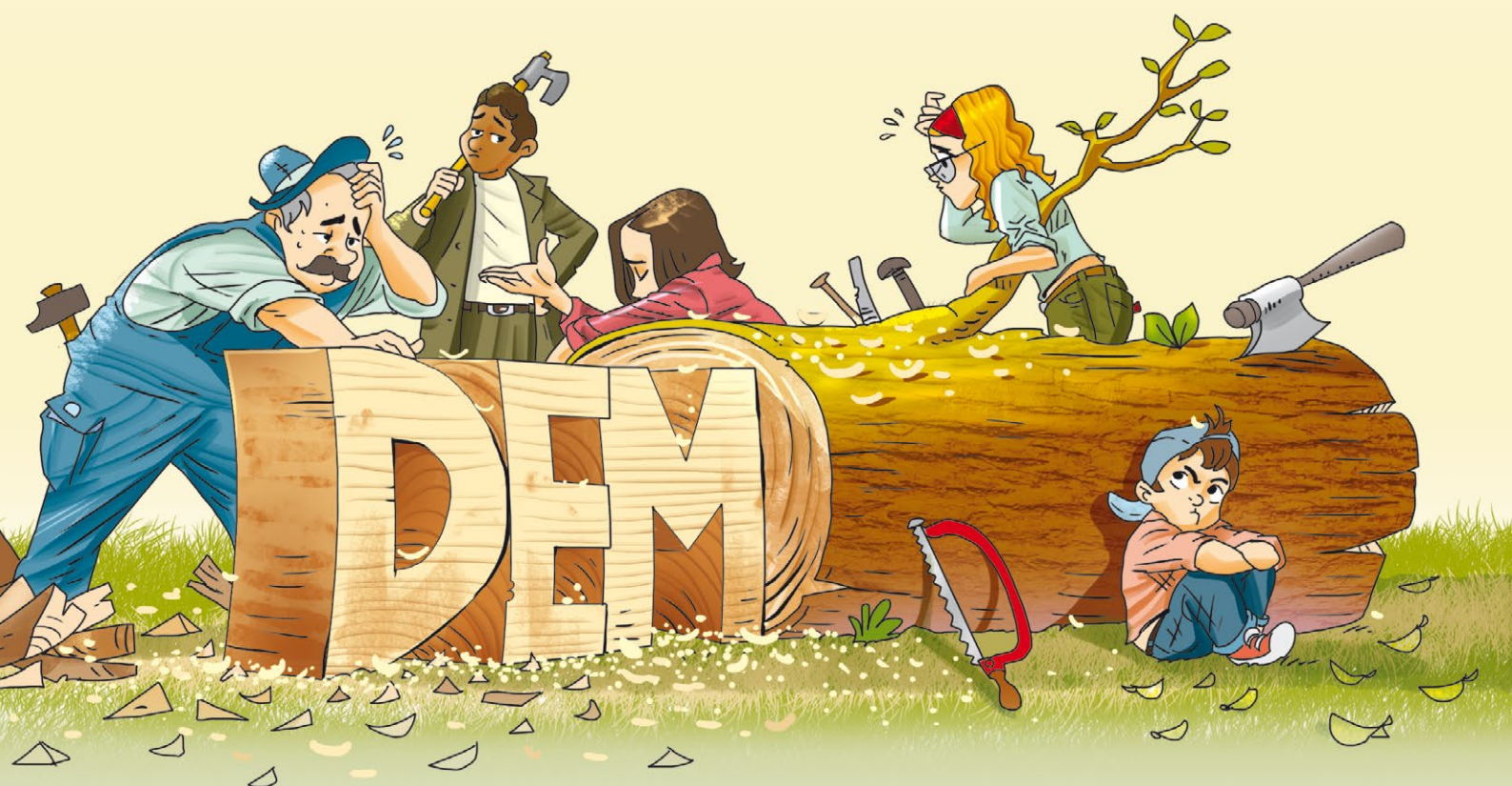
Сада се корисник суочи са питањем „Како бисте Ви као родитељ реаговали?“ Даље следе цртежи налик стрипу, од којих сваки представља различити начин на који би родитељи могли да реагују. Корисник одабере реакцију која највише одговара његовој сопственој реакцији у тој ситуацији и кликне на слику. Сада се дискутује о предностима и могућим манама ове реакције: Да ли ће ова реакција решити проблем? Како ће се ситуација наставити? Како се осећа дете? Како се осећа одрасли? Да ли ће се ситуација променити? Ова и слична питања за промишљање усмеравају оцењивање реакције одраслог.

Следећи корак је препознавање алтернативних поступака који могу да помогну да се проблем реши. Овде се модерне педагошке теорије и приступи (као што су упућивање ја порука, ненасилна и отворена комуникација) повезују са конкретном ситуацијом. Међутим, корисник не само да има прилику да прибави теоријске информације о алтернативном поступању, већ је позван да, уз помоћ одговарајућих вежби, практично увежба ове нове начине комуникације. Неке вежбе могу и треба да се директно интегришу у свакодневни живот, као што је филтрирање порука из стила комуникације самих родитеља избацавањем оних деструктивних. То је због тога што се сопствено понашање може променити само ако се прво уочи и прихвати у практичном смислу. Овај поступак чини апстрактну теорију опипљивом и претвара је у непосредно знање о поступцима родитеља. Нови обрасци поступања или сигнали за разговор су релевантни не само за одабране ситуације које су само примери, већ могу такође да се одмах примене на друге ситуације код куће које представљају изазов за родитеље.

Неке од предложених стратегија за комуникацију могу се чинити необичним, ако не чак и чудним и непримереним, међутим испробавање нечег новог је често једини начин на који се може ухватити у коштац са проблемима и начинити напредак. У том смислу бисмо желели да вас подстакнемо да се укључите у овај експеримент! Вреди барем покушати у вашим настојањима да ставите васпитне проблеме под контролу! Надамо се да сукоби који су ухватили корена и ситуације које изазивају наизглед несавладиви стрес могу да се преиспитају и поново процене уз помоћ васпитних и комуникационих стратегија које смо сачинили. Омогућавање овим стратегијама да вам пружи решења и постану део ваше свакодневне васпитне рутине могу омогућити вама и вашој деци да посматрају то време које деле са вама као квалитетне тренутке, од виталне важности за кретање напред на узбудљивој стази одрастања у демократском друштву.

II ДЕО

Компетенције као помоћ за будућност



1. Компетенције као циљ васпитања и образовања

1.1 Шта су компетенције?

У данашње време, чини се да читав свет говори о вештинама: Да ли сам довољно компетентна(ан) да будем мајка или отац? Да ли имам довољно вештина да возим бицикл кроз густе градске саобраћај? А шта је са мојим куварским вештинама? Мојим вештинама читања? Мојим вештинама конверзације? Многи школски програми наставе и учења су засновани на вештинама и тиме одговарају на нове изазове у нашем друштву. Рад и суживот се мењају зато што се мењају економски, еколошки и друштвени услови. Како би се будуће генерације доказале у приватном и јавном животу и нашле своје место на тржишту рада, деца и млади треба да буду у стању да примене своје знање и вештине на иновативан и одговоран начин. У стручним дискусијама, појам компетенција се понекад користи као синоним за појмове као што су таленат, природна склоност, вештина, способност, учинак, учење, знање или, чак, интелигенција.

Како би се сузио концепт компетенције, може се направити разлика између ње и постојећих појмова. На пример, компетенција се примарно сагледава као нешто што се може променити, научити и вежбати. Сходно томе, компетенција се може схватити као основа за успешан процес учења, док се знање може сматрати производом тог процеса учења.

Оно што се мисли под појмом а компетенција је, стога, способност и вештина да се решавају проблеми и спремност да се то чини. Ово је веома важно у данашњем свету који се брзо мења:

Нико не може да предвиди са којим проблемима ће се наша деца суочавати у блиској и далекој будућности.

Ако им дамо вештине помоћу којих ће имати храбрости и самопоуздања да се супротставе проблемима, онда их припремамо за ту непознату будућност. Ако им дамо решења, правимо велику грешку.

1.2 Шта су компетенције за демократско грађанство?

Компетенције су невидљиве и њима можемо приступити само ако погледамо активности које предузимамо у нашим свакодневним животима. Демократски грађани показују своје компетенције кроз своје поступке и учинак. То обухвата и родитеље као и децу. У школама је опште схваћено да су поучавање кроз, о, као и за демократију и људска права кључни приступи. Зашто се то не би применило и у породичном животу? Прецизније, да погледамо различите врсте компетенција које подржавају младе да постану одговорни чланови свог друштва. Оне обухватају следеће:

- анализа и просуђивање
- вештине
- предузимање акције и учествовање
- персоналне и социјалне компетенције.

а) Компетенције анализе и просуђивања

Демократско грађанство захтева да грађани разумеју питања о којима се дискутује, што захтева да грађани буду информисани и способни да анализирају проблеме и линије аргумента и конфликта. То је когнитивна димензија развоја компетенција (учење „о“ питањима јавног живота).

Без овог нивоа разумевања, грађанин бива лак плен демагога, лобиста и популиста и неће моћи да препозна своје појединачне или групне интересе и преговара о њима. Ми зависимо од медија као извора информација, и морамо бити у стању да се према њима односимо критички. Предузимање акције у демократском друштву је једино могуће ако знамо шта желимо да постигнемо. Морамо бити способни да дефинишемо наше интересе и циљеве, правећи равнотежу између жеља и потреба, вредности и одговорности. Јавни живот је процес одлучивања ради решавања проблема и сукоба; не постоји опција да се не донесе одлука, а одлуке нису могуће без просуђивања. Повећавање комплексности у нашим друштвима која се модернизују друштва обично пренапрегну компетенције за анализу и просуђивање „нормалног грађанина“. Бављење поверењем или неповерењем према садашњим политичким лидерима је један начин

смањења ове комплексности. Образовање је кључ оспособљавања грађана да стално буду добро информисани о политичким одлукама које на њих утичу.

б) Вештине

Деци и младима је потребан скуп вештина или техника да би прибавили и користили информације и формирали своје мишљење самостално и систематично. Ови алати омогућавају будућим грађанима да:

- прибаве информације и преко медија и путем искустава из прве руке и истраживања – технике коришћења штампаних и електронских медија, интервјуа, истраживања, рефлексије, итд.
- одаберу и проуче информације захваљујући техникама планирања, управљања временом, читања, размишљања, бележења
- утврде, представе, поделе, и аргументују своје ставове
- промишљају о исходима и процесима учења и примене.

Ове вештине су, у значајној мери, неопходне не само за животе младих као будућих грађана већ и за процес целоживотног учења шире посматрано. Оне припремају свакога за напредне академске студије и за стручне послове. Што више се ова врста учења такође дискутује, подржава и дели у оквиру породице, то ће је више примењивати чланови породице. Не постоји коначни циљ. Ми остајемо ученици нашег целог живота. Родитељи и њихови родитељи могу да уче од своје деце на исти начин на који деца уче од њих.

Предузимање акције: Формална обука у претходно наведеним вештинама представља подршку учењу за живот у демократији. Али то није довољно. И школе и суседства и породице могу се схватити као микро-заједнице у којима деца и млади уче како да узму учешће у друштву кроз практично искуство.

Компетенције које је потребно да стекну да би постигли функционалан породични живот обухватају следеће:

- промишљање о жељама и потребама, разјашњавање и промовисање различитих интереса
- преговарање и одлучивање
- разумевање и уважавање потребе за оквиром сазданим од правила и санкција.



Кључно подручје преноса лежи ван породице или краја града, у друштву у целини и протеже се и на живот одрасле особе.

в) Персоналне и социјалне компетенције

Можда је концепт компетенција донекле растегнут када се прошири на димензију вредности и ставова. С друге стране, оно што се рачуна је учинак, или начин на који се деца и млади понашају, а склоност да се тако понашају се може схватити као компетенција. Ова димензија развоја компетенција одговара учењу „кроз“ демократију и људска права и одражава културу демократије о којој се говори у овом приручнику. Она обухвата следеће:

- самосвест и самопоштовање;
- емпатију;
- међусобно поштовање;
- уважавање потребе за компромисом;
- одговорност;
- уважавање људских права као заједничког колективног скупа вредности

Оквир од 20 компетенција за демократску културу стога не представља оквир само за школе већ пружа јасну слику о ономе што је потребно да ми сами научимо и примењујемо током читавог нашег живота.

2. Компетенције за културу демократије:

2.1 Демократија као уставна структура државе

Прво и пре свега, демократија је нешто на папиру, уписано у устав. У демократији, устав се схвата као централни правни акт неке државе. Њиме се уређује основна организациона структура те државе, територијална структура те државе и однос са државама које су у њеном саставу. У њему је такође записан однос између грађана и државе, као и која права и одговорности важе за њих. Надлежности држава конституисана на овај начин су ограничене уставом као врхунском нормом и њихова моћ над нормом је ограничена. У демократским државама, уставотворна власт потиче од народа те државе. Устави обично такође садрже послове државе и циљеве државе; они се често могу наћи у преамбули. Основни демократски циљеви су слобода, једнакост, правда, безбедност и благостање, што укључује признавање људских и грађанских права, суверенитет народа путем избора, парламентаризам, парла-

ментарну контролу власти и поделу власти. Да би грађани могли да остварују своја политичка права и дужности, држава мора да има гарантује основу социјалну сигурност.

Имати правичан устав у коме су сви централни елементи демократске коегзистенције формулисани је несумњиво важна основа за отворено друштво. Међутим, искуство многих грађана широм света показује да оно што је записано на папиру не одражава увек стварни живот. Шта чланови устава значе за суживот (демократија као форма друштва) и свакодневни живот појединца (демократија као форма живота) ако се не примењују у стварном животу?

2.2 Демократија као знак културе заједнице

Демократија је много више од самог устава. Демократија такође обухвата и друштвену димензију: Демократија је – другим речима – облик друштва. Настајање „младих“ европских демократија и све већа глобализација, која је утицала на границе постојећих држава, показала је да демократија није ограничена на правни систем. Само стварање упоришта у друштву и пренос демократских начела омогућава функционисање политичких демократских система. То се може назвати свакодневном културом демократије. Ово схватање захтева снажно грађанско друштво у коме могу постојати плурализам и друштвене разлике а сукоби се решавају мирним путем. Економска конкуренција, која се одвија по фер условима, такође треба да буде могућа у таквом демократском грађанском друштву.

Слободна и разнолика јавност, подржана широким грађанским ангажманом, је још један предуслов за демократски друштва. С тачке гледишта истраживања политичке културе, треће схватање демократије је било оријентисано ка свакодневном животу, према култури суживота у друштву. Последњих година, васпитно-образовна психологија, филозофија и политичко образовање су преузели овај приступ постављајући питања о појединцу и друштвено-моралним основама политичког схватања демократије:

Како се демократија може учинити опипљивијом и како таква искуства могу да се увећавају? Овде се ради о микро нивоу демократске културе, на пример, у свакој породици или суседству.

То се сагледава као основа за демократско политичко ангажовање и демократско друштво уопште. Према овом гледишту, свако ко одраста у окружењу које карактеришу толеранција и правичност схвата разноликост животних стилова као прилику, васпитан је за солидарност и

само-организовање и има добре предуслове да поступа демократски у оквиру друштва и да учествује у политичком систему на демократски начин.

Савет Европе је сачинио Референтни оквир компетенција за демократску културу. Овај модел са 20 компетенција, развијен у оквиру пројеката демократије Савета Европе, описује како се вредности демократије примењују у школама и у свакодневном животу. У свакој ситуацији учења, видљиви су неки од ових елемената. У свакој учионици, многе од њих се већ примењују, али ми као наставници нисмо их увек свесни ни сами.

Потребно је да их сви родитељи разумеју и да науче да препознају шта се догађа у њиховим породицама и домовима у вези са развојем компетенција за сву децу и младе, како би постали део демократског друштва.

2.3 Видљивост компетенција: Дескриптори

Демократска култура се ослања на грађане који имају вредности, ставове, вештине, знање и критичко разумевање описано у горе поменутом моделу компетенција. Сходно томе, у оквир су дати детаљни дескриптори за сваку од 20 компетенција. Оне су написане углавном за наставнике и ученике како би разумели и применили демократске праксе у учионици и школској згради.

Дескриптори компетенција су искази који описују уочљива понашања која указују да је појединац који је у питању постигао одређени ниво неке компетенције. Ово је важно за развој демократије, зато што кад видимо да се компетенције и дескриптори примењују у породичном животу, онда знамо да друштво није демократско само на папиру, већ да се демократски поступци и резултати могу опазити и у стварности. Породица је важно место за вежбање у овој ствари: деца доживљавају демократију у акцији као део своје нормалне свакодневне рутине.

20 компетенција укључених у модел

Вредности

- Вредновање људског достојанства и људских права
- Вредновање културне разноликости
- Вредновање демократије, правде, поштења, једнакости и владавине права

Ставови

- Отвореност према другим културама као и другим уверењима, погледима на свет и праксама
- Поштовање
- Грађански дух
- Одговорност
- Самоефикасност
- Толеранција према двосмислености

Вештине

- Аутономне вештине учења
- Вештине аналитичког и критичког размишљања
- Вештине слушања и опажања
- Емпатија
- Флексибилност и прилагодљивост
- Језичке, комуникативне и вишејезичне вештине
- Вештине за сарадњу
- Вештине за решавање сукоба

Знање и критичко разумевање

- Знање и критичко разумевање себе
- Знање и критичко разумевање језика и комуникације
- Знање и критичко разумевање света: политике, права, људских права, културе, култура, религије, историје, медија, економија, околине, одрживости

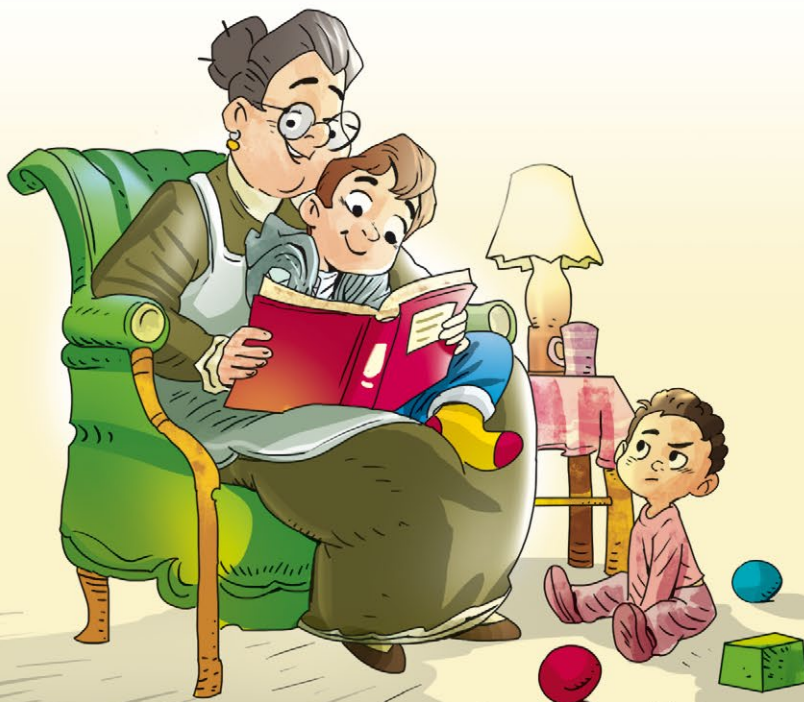
У овој књижици су дате не само компетенције и дескриптори, већ и „башта компетенција“ (може се наћи на последњој страни). Ви и сви други кључни актери можете да користите овај постер да дефинишете профиле демократије вашег разреда, ваше школе, ваших запослених, итд. У наставку објашњавамо како.

Демократија, како се обично тумачи, значи облик управљања од стране или у име народа. Главна одлика таквог управљања је да се реагује на гледишта већине. Из тог разлога, демократија не може да функционише у одсуству институција које обезбеђују укљученост одраслих грађана, организацију редовних слободних и фер избора са више кандидата, правило већине и одговорност владе. Међутим, иако демократија не може да постоји без демократских институција и закона, ове институције саме не могу да функционишу осим ако грађани не практикују културу демократије и имају демократске вредности и ставове. Између осталог, они обухватају: посвећеност јавном расправљању питања, спремност да се изрази сопствено мишљење и саслушају мишљења других, уверење да разлике у мишљењу и сукоби морају да се решавају мирно, опредељење да одлуке доноси већина, посвећеност заштити мањина и њихових права, препо-

знавање да правило већине не може да значи укидање права мањина, посвећеност владавини права.

Демократија такође захтева да грађани буду посвећени активном учествовању у јавној сфери.

Ако се грађани не придржавају ових вредности, ставова и праксе, онда демократске институције неће моћи да функционишу. У културно разноликим друштвима, демократски процеси и институције захтевају интеркултурални дијалог. Основно начело демократије је да они на које политичке одлуке утичу могу да изразе своја гледишта када се одлуке доносе, и да се њихова гледишта доносиоци одлука узму у обзир. Интеркултурални дијалог је, прво и најпре најважније средство путем кога грађани могу да изразе своје виђење својим суграђанима који припадају различитим културама. Друго, то је средство путем кога доносиоци одлука могу да разумеју гледишта грађана, узимајући у обзир њихову самоизражену припадност различитим културама. У културно разноликим друштвима, интеркултурални дијалог је стога кључан за обезбеђивање подједнаке могућности грађана да учествују у процесима јавних расправа и одлучивања. Демо-



кратија и интеркултурални дијалог су комплементарни културно разноликом друштвима.

Вредности су општа веровања која појединци имају о жељеним циљевима којима треба да се тежи у животу. Оне мотивишу активности и служе као водећа начела за доношење одлуке како да се поступи. Вредности излазе из оквира одређених поступања и контекста и имају нормативно прописан квалитет о томе шта треба урадити или мислити кроз бројне различите ситуације. Вредности нуде стандарде или критеријуме за вредновање активности, како сопствених тако и туђих, оправдавање мишљења, ставова и понашања, одлучивање о алтернативама, планирању понашања и покушају да се утиче на друге.

Став је укупна ментална оријентација коју појединац усваја према некоме или нечему (на пример особи, групи, институцији, проблему, догађају, симболу). Ставови се обично састоје од четири компоненте: веровања или мишљења о објекту става, емоције или осећања према објекту, процене (било позитивне или негативне) објекта и тенденције да се на одређен начин понаша према том објекту.

Вештина је способност да се примене сложени, добро организовани обрасци размишљања или понашања на прилагодљив начин како би се постигла нека конкретна сврха или циљ. Постоји осам скупова вештина које су важне за културу демократије, како је наведено на наредним странама.

Знање је целина информација које поседује нека особа, док је разумевање схватање и уважавање значења. Термин „**критичко разумевање**“ се користи да се нагласи потреба да се схвати и уважи значење у контексту демократских процеса и интеркултуралног дијалога и укључи активно размишљање о оном што се разуме и тумачи и да се то критички оцени (на супрот аутоматском, убицајеном и непромишљеном тумачењу).

У оквиру све четири димензије (вредности, ставови, вештине, знање и критичко разумевање), Савет Европе је дефинисао дескрипторе који помажу да се опише де-

мократско поступање. Они су формулисани у главном за потребе школе али такође могу бити релевантни и важни у свакодневном животу породице.

Као пример, можемо погледати компетенцију 13 (емпатија). Има 6 дескриптора који приказују поступање члана породице које показује да има осећај емпатије у свом свакодневном животу:

- Зна да препозна када је другу/другарици потребна његова/њена помоћ
- Изражава саосећање за лоше ствари које види или које је видео/ла да се дешавају другим људима
- Труди се да боље разуме своје пријатеље, замишљајући како ствари изгледају из њиховог угла
- Узима у обзир осећања других људи када доноси одлуке
- Изражава гледиште да, када размишља о људима у другим земљама, дели њихове радости и туге
- Исправно чита осећања других људи, чак и када они не желе да их покажу

Важно је напоменути овде да елементи Референтног оквира компетенција за демократску културу (РОКДК) нису само поступци које родитељи или васпитачи треба да очекују од деце или младих. Оне исто треба да се уоче и на другој страни: Ако сами одрасли не буду посвећени расту и учењу како би постали бољи демократски грађани (неуспех не само да је дозвољен већ се сматра и нормалним делом процеса учења), онда процес поучавања истих не треба чак ни да се започиње.

Да би се помогао процес личног учења и као основа за њихово прилагођавање свакодневном породичном животу, 135 дескриптора је приказано у следећем поглављу.

2.4 Свих 135 дескриптора: Како изгледају демократске компетенције

а) Вредности

1. Вредновање људског достојанства и људских права

1. Тврди да увек треба поштовати и штитити људска права
2. Тврди да друштво треба да поштује и штити посебна права детета
3. Брани гледиште да нико не сме бити подвргнут тортури или нељудском или понижавајућем поступању или кажњавању
4. Тврди да све државне институције треба да поштују, штите и спроводе људска права
5. Брани гледиште да када је неко у затвору, иако је подвргнут ограничењима, то не значи да има мање права на поштовање и достојанство него сви остали људи
6. Сматра да сви закони треба да буду у складу с међународним нормама и стандардима за људска права

2. Вредновање културне разноликости

7. Промовише гледиште да је потребно да људи буду толерантни према различитим уверењима других у друштву
8. Промовише гледиште да људи треба увек да стреме међусобном разумевању и смисленом дијалогу с групама које се опајају као „другачије“
9. Сматра да културна разноликост у оквиру једног друштва треба да се позитивно вреднује и цени
10. Тврди да би интеркултурални дијалог требало да нам помогне да препознамо другачије идентитете и културне припадности
11. Тврди да би интеркултурални дијалог требало користити за развијање поштовања и културе „суживота“

3. Вредновање демократије, правде, поштења, једнакости и владавине права

12. Тврди да би школе требало да подучавају ученике демократији и како да делују као демократски грађани
13. Сматра да би сви грађани пред законом требало да буду једнаки и да се према њима поступа непристрасно
14. Тврди да би закони требало да се примењују увек и поштено
15. Тврди да би демократски избори требало увек да се спроводе слободно и поштено, према међународним стандардима и националном законодавству и без преваре
16. Сматра да сваки јавни званичник приликом вршења својих овлашћења не би смео да их злоупотреби и прелази законске границе
17. Поддржава гледиште да би судови требало да буду приступачни свима тако да људима не буде ускраћена могућност да свој предмет изнесу пред суд зато што је то прескупо, мучно или компликовано урадити
18. Поддржава гледиште да би они којима су поверена законодавна овлашћења требало да подлежу одговарајућој уставној контроли
19. Сматра да би информације о јавним практичним политикама и њиховом спровођењу требало да буду доступне јавности
20. Тврди да би требало да постоје мере правне заштите од поступака надлежних органа који крше грађанска права

б) Ставови**4. Отвореност према другим културама као и другим уверењима, погледима на свет и праксама**

21. Показује интересовање за учење о уверењима, вредностима, традицијама и погледима на свет других људи
22. Изражава заинтересованост за путовање у друге земље
23. Изражава радозналост према туђим уверењима и тумачењима и другим културним оријентацијама и припадностима
24. Изражава захвалност за могућност да доживи друге културе
25. Тражи и поздравља могућности за сусрете с људима који негују другачије вредности, обичаје и понашања
26. Тражи контакт с другим људима како би учио/ла о њиховој култури

5. Поштовање

27. Даје простор другима да се изразе
28. Изражава поштовање према другим људима као себи равним људским бићима
29. Поступа према свим људима с поштовањем без обзира на њихово културно порекло
30. Изражава поштовање према људима који имају другачији друштвено- економски статус од њега/ње
31. Изражава поштовање према верским разликама
32. Изражава поштовање према људима који имају другачија политичка мишљења од њега/ње

6. Грађански дух

33. Изражава спремност за сарадњу и рад с другима
34. Сарађује с другим људима на циљевима од заједничког интереса
35. Изражава опредељење да не буде само пуки посматрач када се крше достојанство и права других
36. Разговара о томе шта се може учинити да заједница постане боље место за живот
37. Испуњава обавезе и дужности активног грађанина/ грађанке било на локалном, националном или глобалном нивоу
38. Предузима мере да буде информисан/на о грађанским питањима

7. Одговорност

39. Показује да прихвата одговорност за сопствене поступке
40. Уколико повреди нечија осећања, извини се
41. Завршава задатке на време
42. Показује да преузима одговорност за сопствене грешке
43. Стално испуњава обавезе према другима

8. Самоефикасност

44. Изражава уверење у властиту способност да разуме питања
45. Изражава уверење да може да извршава активности које је планирао/ла
46. Изражава уверење у сопствену способност да заобилази препреке када стреми ка циљу
47. Уколико жели да се промени, изражава увереност да то може да уради
48. Показује да је сигуран/на у своје способности да се носи са животним изазовима
49. Показује увереност да зна како да се носи с непредвиђеним ситуацијама због сналажљивости коју поседује

9. Толеранција према двосмислености

50. Добро се уклапа са другим људима који имају разна другачија гледишта
51. Показује да се може привремено уздржати од доношења суда о другим људима
52. Добро се осећа у непознатим ситуацијама
53. Носи се са неизвесношћу позитивно и конструктивно
54. Добро ради у непредвиђеним околностима
55. Изражава жељу да се његове/њене идеје и вредности преиспитују
56. Ужива у изазову да се реше нејасни проблеми
57. Ужива да решава ситуације које су компликоване

в) Вештине**10. Аутономне вештине учења**

58. Показује способност да утврђује изворе за учење (нпр. људе, књиге, интернет)
59. Тражи разјашњење нових информација од других људи када је потребно
60. Зна да савлада ново штиво уз минималан надзор
61. Зна да оцени квалитет сопственог рада
62. Зна да одабере најпоузданије изворе информација или савете у расположивом обиму
63. Показује способност да систематски прати, дефинише и утврђује приоритете и завршава задатке без директног надзора

11. Вештине аналитичког и критичког размишљања

64. Зна да утврди сличности и разлике између нових информација и онога што је већ познато
65. Користи се доказима да подупре своја мишљења
66. Зна да процени ризике повезане с различитим опцијама
67. Показује да размишља о томе да ли су информације које користи тачне
68. Зна да утврди све неподударности или недоследности или неслагања у штиву које се анализира
69. Зна да користи јасне и утврђене критеријуме, начела или вредности за доношење судова

12. Вештине слушања и опажања

70. Пажљиво ће саслушати другачија мишљења
71. Са пажњом слуша друге људе
72. Посматра гестикулацију говорника и општи говор тела да му/јој помогну да разуме значење онога што му они говоре
73. Зна помно да слуша како би открио/ла значења и намере друге особе
74. Обраћа пажњу на оно што други људи мисле, али не говоре
75. Примећује како људи који припадају другим културама реагују другачије на исту ситуацију

13. Емпатија

76. Зна да препозна када је другу/другарици потребна његова/њена помоћ
77. Изражава саосећање за лоше ствари које види или које је видео/ла да се дешавају другим људима
78. Труди се да боље разуме своје пријатеље, замишљајући како ствари изгледају из њиховог угла
79. Узима у обзир осећања других људи када доноси одлуке
80. Изражава гледиште да, када размишља о људима у другим земљама, дели њихове радости и туге
81. Исправно чита осећања других људи, чак и када они не желе да их покажу

14. Флексибилност и прилагодљивост

82. Мења мишљење уколико му/јој се аргументовано покаже да је то неопходно
83. Зна да промени сопствене одлуке уколико последице таквих одлука показују да је то неопходно
84. Прилагођава се новим ситуацијама користећи нове вештине
85. Прилагођава се новим ситуацијама примењујући знања на другачији начин
86. Усваја друштвено-културне конвенције циљних група других култура када ступа у интеракције са члановима таквих група
87. Зна да прилагоди своје понашање да оно буде одговарајуће за друге културе

15. Језичке, комуникативне и вишејезичке вештине

88. Зна да изрази своје мишљење о неком проблему
89. Пита говорнике да понове шта су рекли уколико му/јој то није било јасно
90. Поставља питања која показују да разуме ставове других људи

91. Зна да усвоји другачије начине изражавања људности на страном језику

92. Зна језички да посредује у интеркултуралним разменама путем превођења, тумачења или објашњавања

93. Зна успешно да избегава интеркултуралне неспоразуме

16. Вештине за сарадњу

94. Изграђује позитивне односе с другим људима у групи

95. Када ради као члан групе, одрађује свој део посла у групном раду

96. Ради на изградњи консензуса ради постизања циљева групе

97. Када ради као члан групе, преноси осталима све релевантне или корисне информације

98. Ствара ентузијазам међу члановима групе, ради постизања заједничких циљева

99. Када ради с другима, подржава друге упркос разликама у гледиштима

17. Вештине за решавање сукоба

100. Зна да комуницира пристојно са сукобљеним странама

101. Зна да утврди опције за решавање сукоба

102. Зна да помогне другима да решавају конфликте тако што им помаже да боље разумеју опције које имају на располагању

103. Зна да охрабри стране које су укључене у сукобе да активно слушају једни друге и поделе проблеме и бриге

104. Редовно иницира разговор да би помогао/ла у решавању међуљудских конфликта

105. Зна да се ефикасно носи са емоционалним стресом, узнемиренешћу и несигурношћу других људи у конфликтним ситуацијама

г) Знање и критичко разумевање

18. Знање и критичко разумевање себе

106. Зна да опише сопствене мотивације

107. Зна да опише како његове/њене мисли и емоције утичу на његово/ њено понашање

108. Зна да се критички осврне на сопствене вредности и уверења

109. Зна да критички сагледа себе из више различитих углова

110. 110 Зна да се критички осврне на сопствене предрасуде и стереотипе и оно што се налази иза њих

111. Зна да се критички осврне на сопствене емоције и осећања у широкој лепези ситуација

19. Знање и критичко разумевање језика и комуникације

112. Зна да објасни како тон гласа, контакт очима и говор тела могу помоћи у комуникацији

113. 113 Зна да објасни друштвени утицај и ефекте различитих стилова комуницирања на друге

114. Зна да објасни како се друштвени односи понекад шифрују језичким облицима који се користе у разговорима (на пример: у поздравима, начинима обраћања, коришћењем поштапалица/псовки)

115. Зна да објасни зашто људи из другачијих култура можда користе другачије вербалне и невербалне конвенције комуницирања које имају смисла с њихове тачке гледишта

116. Зна да се критички осврне на различите конвенције комуницирања које се користе у најмање једној друштвеној групи или култури

20. Знање и критичко разумевање света: политике, права, људских права, културе, култура, религије, историје, медија, економије, околине и одрживости

117. Зна да објасни значење основних политичких концепата, укључујући демократију, слободу, грађанство, права и одговорности

118. Зна да објасни зашто свако има одговорност да поштује људска права других

119. Зна да објасни основне културне праксе (на пример навике у јелу, праксе поздрављања, начине обраћања људима, учтивост) у једној другачијој култури

120. Зна да се критички осврне на то како су сопствени погледи на свет само један од многобројних погледа на свет

121. Зна да процени утицај друштва на свет природе, на пример, у смислу раста становништва, развоја становништва, коришћења ресурса

122. Зна критички да се осврне на ризике који се повезују са штетом по животну средину

123. Зна да објасни универзалну, неотуђиву и недељиву природу људских права

124. Зна критички да се осврне на однос између људских права, демократије, мира и безбедности у свету глобализације

125. Зна критички да се осврне на корене узрока кршења људских права, укључујући улогу стереотипа и предрасуда у процесима који воде ка злоупотреби људских права

126. Зна да објасни опасности од генерализације понашања појединаца на целокупну културу

127. Зна критички да се осврне на верске симболе, верске ритуале и коришћење језика у верске сврхе

128. Зна да објасни утицаје које пропаганда има у савременом свету

129. Зна да објасни како се људи могу штитити и заштитити од пропаганде

130. Зна да опише различите начине на које грађани могу да утичу на политику

131. Зна да се критички осврне на развојну природу појма људских права и стални развој људских права у различитим регионима света

132. Зна да објасни зашто не постоје културне групе које имају чврсто усађене карактеристике

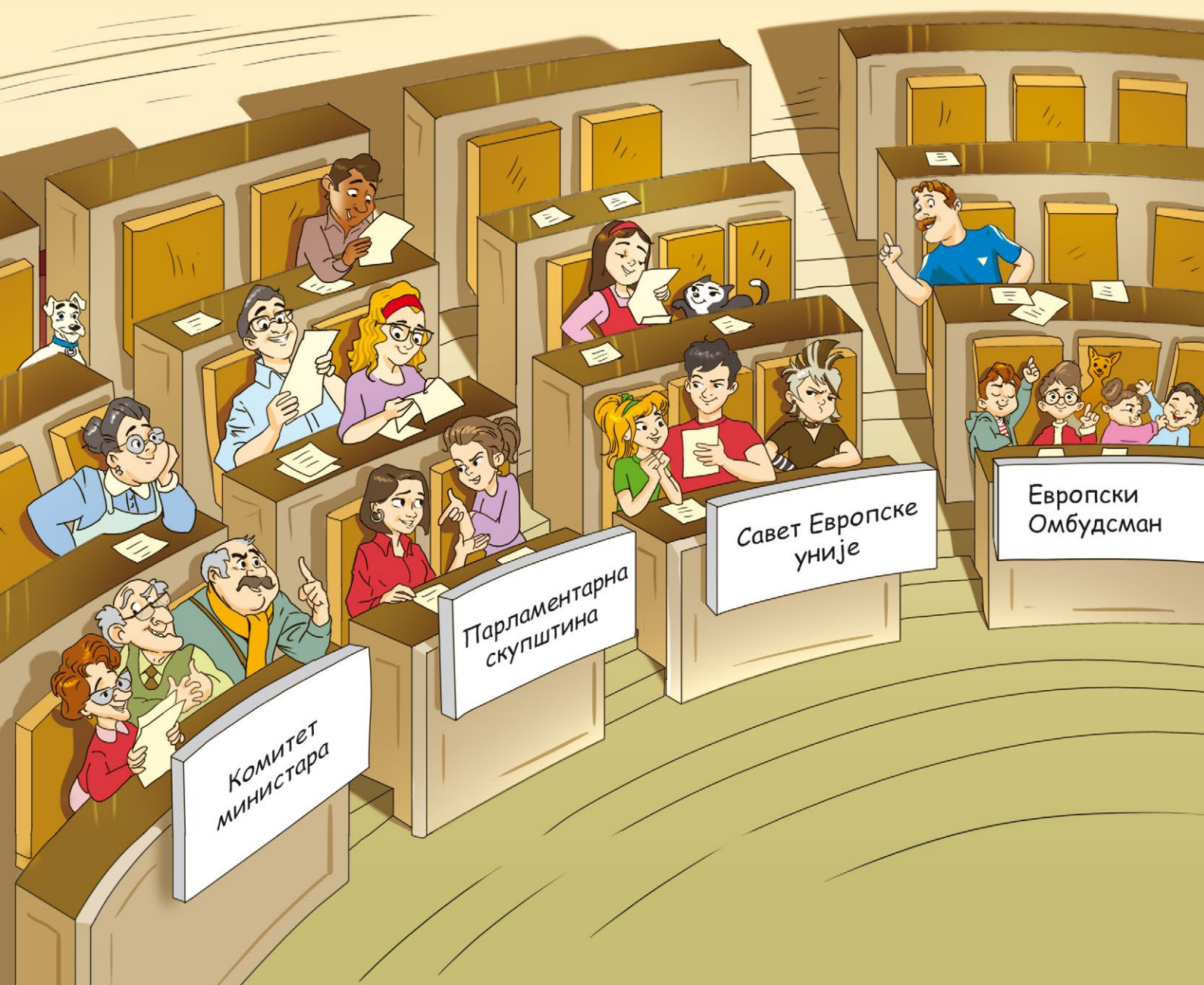
133. Зна да објасни зашто се све верске групе стално развијају и мењају

134. Зна критички да се осврне на то да се историје често презентују и уче са етноцентричке тачке гледишта

135. Зна да објасни националне економије и како привредни и финансијски процеси утичу на функционисање друштва

III ДЕО

Основне информације



1. Савет Европе: кратка историја једне важне институције

Савет Европе је форум за дебату о општим европским питањима. Он сачињава међудржавне уговоре који су обавезујући по међународном праву, као што је Конвенција о људским правима, са циљем очувања заједничког наслеђа и подстицања економског и друштвеног напретка. Србија је постала 45-а држава чланица Савета Европе 3. априла 2003. године.

Савет Европе, са седиштем у Стразбуру, основан је 1949. године и најстарија је међудржавна организација у Европи са највећим бројем чланова. Његове основне теме су заштита и унапређење људских права, демократије и владавине права. У овом тренутку има 47 чланица са укупном популацијом од преко 800 милиона људи.

Једна од најважнијих конвенција Савета Европе је Европска конвенција о људским правима (ЕКЉП). Она омогућава појединцима да подносе представке Европском суду за људска права у Стразбуру. Жртве повреде права и гаранција дефинисаних у Конвенцији или једном од њених Протокола могу да поднесу представку Европском суду за људска права. Услов је да је повреда права извршена од стране државе које је обавезана Конвенцијом.

Осим Европског суда за људска права, Савет Европе има следећа тела:

- Комитет министара, које чине министри спољних послова 47 држава чланица
- Парламентарну скупштину, чије чланове именују национални парламенти
- Конгрес локалних и регионалних власти, који је састављен од представника локалних и регионалних власти држава чланица
- Конференција међународних невладиних организација, коју чине делегати оних организација које испуњавају критеријуме акредитације Савета Европе

Србија је присутна у Парламентарној скупштини са седам посланика и седам заменика.

Сарадња Србије са Саветом Европе има посебан значај у контексту европских интеграција Србије, с обзиром на то да су активности СЕ такође базиране на такозваним Копенхашким критеријумима, у вези са стабилношћу институција, владавином права, људским правима и поштовањем и заштитом националних мањина. председавање Комитетом министара СЕ (од маја до новембра 2007.г.) је било нарочито важно за међународну репутацију Србије, пошто се то сматра демонстрирањем посвећености европским вредностима, поштовању људских права и владавини права. Сарадња са Саветом Европе се такође одвија преко Канцеларије Савета Европе у Београду, која је почела са радом 16. марта 2001. године и која ради заједно са Владом Србије и другим надлежним институцијама, нарочито у областима реформи на пољу извршавање правде, подршке функционисању Скупштине и локалних самоуправа, унапређења система високог образовања, као и јачања капацитета институција за борбу против тешког криминала и друге области.

2. Образовање за демократско грађанство: нови начин да се разумеју одговорност и права

После краја Хладног рата, неколико процеса модернизације који су обликовали нашу историју током дугог периода времена су изненада почели да се убрзавају и интензивирају. Ови догађаји и промене које су се одвијале широм Европе довели су у питање традиционални модел грађанства:

Глобализација слободне трговине и конкурентне тржишне економије су донеле и виши ниво благостања многим људима широм света, али не свима. Јаз услед неједнаке дистрибуције између богатих и сиромашних се проширио

и унутар и између заједница, и представља претњу социјалној кохезији и солидарности међу људима.

Конкуренција тера предузећа да стално повећавају своју продуктивност и смањују своје трошкове производње. То је довело до сталног процеса иновације, што директно утиче на производе, технологију и радна места, а индиректно утиче на читав наш начин живота.

Економски раст је довео де већег благостања, али такође и до повећане потрошње природних ресурса. Све веће емисије CO₂ све више отежавају и поскупљују спречавање климатских промена или прилагођавање истима.

Нове информационе и комуникационе технологије су пружиле нове начине да се повећа продуктивност, размене и прибаве информације и да се дистрибуира забава, поред многих других ствари. Ми живимо у медијској култури, те медијска писменост – како да се користе нови медији и за стварање и за примање порука – постаје елементарна вештина, као читање и писање.

Због економског раста и достигнућа модерне медицине, становништво многих европских земаља стари, док расте у свету у целини. Оба ова тренда представљају озбиљне проблеме за 21. век

Модерна друштва су типично секуларна, плуралистичка друштва. Миграције широм Европе су допринеле таквом развоју. Плуралистичка друштва су динамичнија и продуктивнија, али такође захтевнија у погледу социјалне кохезије како би се интегрисали људи са различитим уверењима, вредностима, интересима, као и социјалним и етничким пореклом.

Демократија нам нуди најбоље шансе да се суочимо са овим изазовима, јер би било какав покушај да решимо ове и друге проблеме путем ауторитарне власти био неуспешан у сагледавању комплексне реалности друштва, економије, животне средине, решавања сукоба, итд. на националном, а камоли на наднационалном нивоу. С друге стране, демократија опстаје и пропада на обећању равноправног учешћа. Што наш свет и изазови који дефинишу нашу будућност буду комплекснији, то ће бити теже да „обичан грађанин“ разуме доношење одлука и у њему учествује. Неповерање у традиционалне политичке институције, облике управљања и политичке вође вуче корене из осећања да сте изостављени и да вас не слушају. Демократија и људска права су неизвесни пројекти и њихов опстанак зависи од тога да ли се њихово наслеђе може пренети млађим генерацијама.

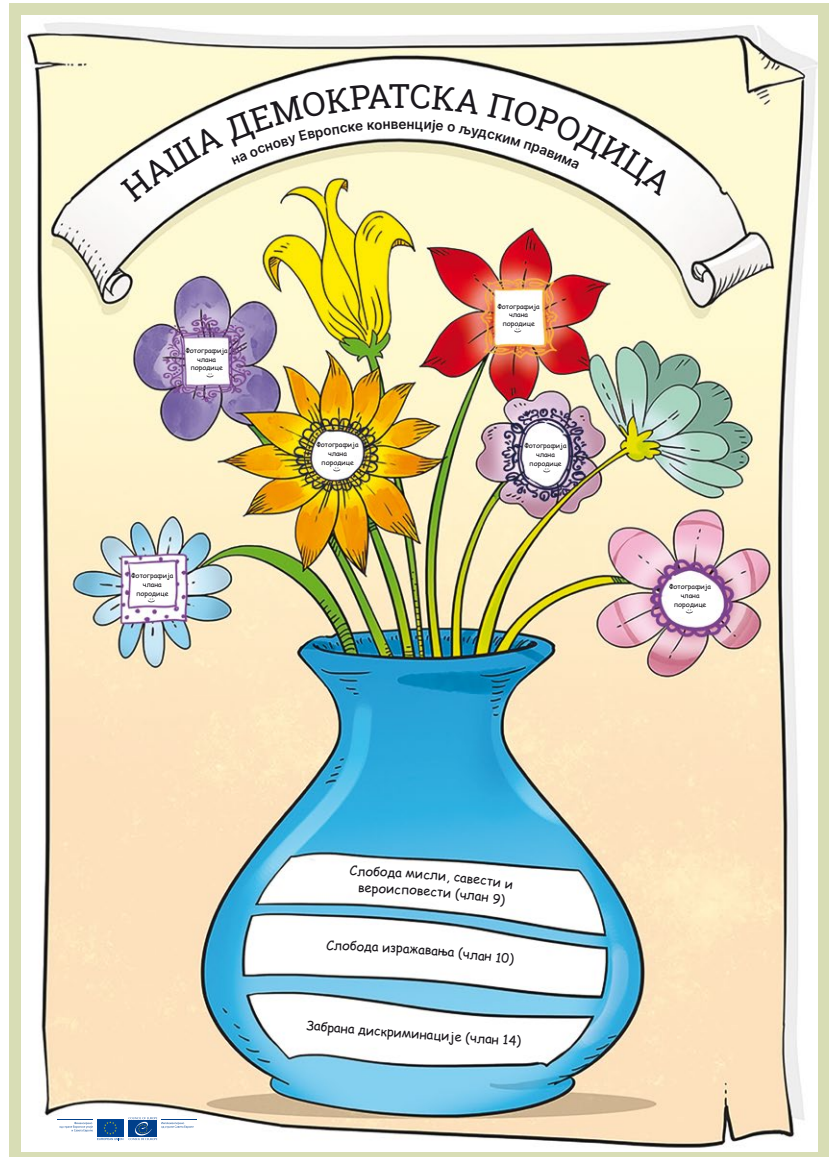
Са изазовима као што су ови, постаје јасно да су потребне нове врсте грађанства: грађани не само да треба да буду информисани и да разумеју своје формалне одговорности као грађани, већ треба да буду и активни; способни и спремни да допринесу животу своје заједнице, својој земљи и свету, активним учешћем на начине који изражавају њихову индивидуалност и помажу да се реше проблеми. Растући изазови захтевају снажна друштва са компетентним – а ради тога и адекватно образованим – лидерима и грађанима. А породица је центар у коме деца свакодневно стичу искуство о томе шта значи живети заједно. До сада, породице су постојале у многим формама и околностима, а све то у различитим типовима политичких система. Оно што је важно овде рећи је да одгајање деце у демократском друштву треба да има јасан циљ: поучавање деце и младих да остварују своја права и носе свој део заједничке одговорности.



IV ДЕО

Додатни материјали

1. Постер о демократији: чеклиста за размишљање

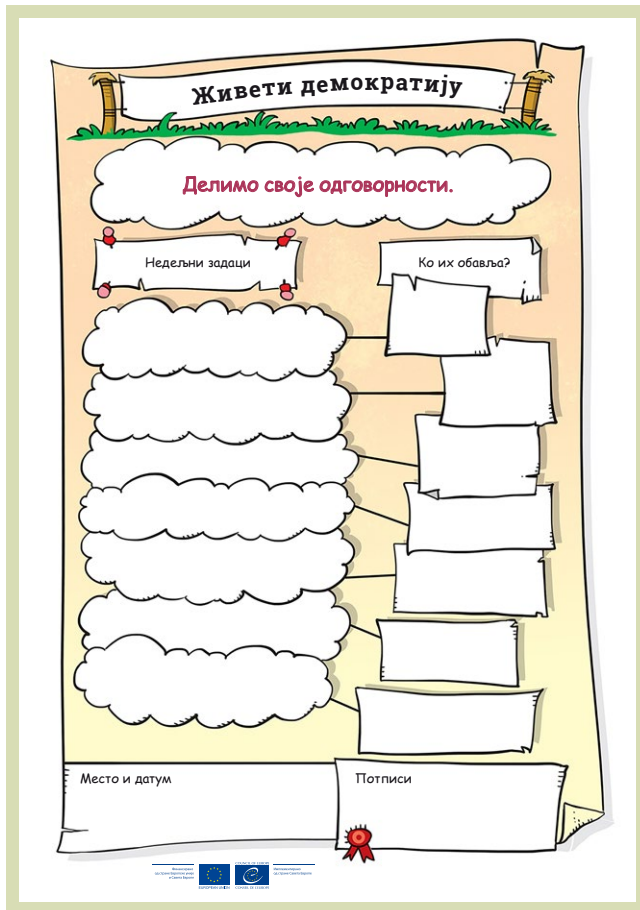
**Много цвећа у истој вази:**

Данашња породица се мање схвата само као правна заједница са унапред дефинисаним улогама мужа и жене, родитеља и деце. Породице су постале разноврсније, мењају се, али функционишу и развијају сопствену снагу. У ком год облику да се појављују:

Породице су смислени животни простори и места поуздане заштите. Остају уточиште ком се људи окрећу када за тим имају потребу.

Заједничко време у породици не долази само по себи, него га чланови породице морају активно „производити“. Радно време, школа и предавања, слободно време, спорт и волонтирање одвијају се у различитим ритмовима и временима и постављају различите захтеве појединцима. Међутим, породицама је потребно заједничко време како би себе доживели као заједницу. Заједничка славља, фестивали и ритуали подржавају и јачају кохезију.

2. Организатор сарадње: породица као тим



Живети заједно – радити заједно.

Зашто родитељи чисте и сређују? Зато што се радују угодној вечери у сређеном стану.

Родитељи имају стварну корист од кућних послова. Деца, с друге стране, обично уопште не брину да ли је стан сређен или не, да ли су прљави судови од јуче још увек у судопери или не. Они имају способност да се осећају пријатно чак и у највећем хаосу.

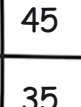

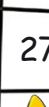
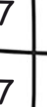



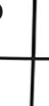

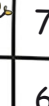

Ипак, има смисла да родитељи укључе своју децу у домаћинство. С једне стране, задаци промовишу осећај заједништва, на пример, забавно је седети за лепо постављеним столом. С друге стране, деца која учествују у кућним пословима од малих ногу брже се осамостаљују. То заузврат представља помоћ за родитеље. Чак и мала подршка може бити од велике помоћи родитељима. Обично није тешко мотивисати децу да помогну. Деца воле

да опонашају одрасле. На крају крајева, они желе да буду велики да раде оно што велики могу. Чак и мала деца могу да перу воће и поврће, заливају цвеће, постављају сто, помере своје тањире, скупе своје играчке и сортирају чарапе. Наравно, пуштање детета да помогне око кувања, усисавања или прања посуђа захтева много стплења.

И за крај једна напомена: светске студије још увек показују да и у 21. веку многи мушкарци такође могу да се више укључе у кућне послове. То би био добар демократски узор коме би деца тежила.

Предложени постер је спреман за штампање. Можете мењати улоге на свака 3 или 6 месеци. Можете одлучити су други задаци реалистичнији и, свакако, да неко други избацује ђубре или залива цвеће. Додавањем датума и потписа, овај постер постаје документ који ће све у породици признавати.

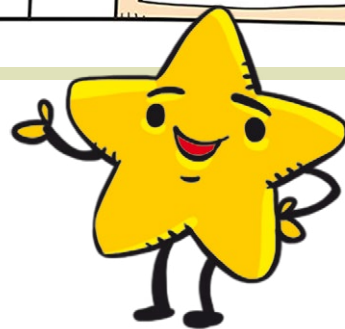
3. Друштвена игра за породицу: уз коцкице, мозгање и смех

	99	98	97	96		94	93	92	91
90	89	88	87	86	85	84	83		81
80	79	78	77	76	75		73	72	71
70	69	68	67	66		64	63	62	61
60	59	58		56	55	54	53	52	51
	49	48	47	46	45	44	43	42	
40	39	38	37	36	35	34		32	31
30	29	28	27		25	24	23	22	21
20	19	18		16	15	14	13	12	11
10		8	7	6	5	4	3	2	1

Игра се може играти са онолико учесника колико желите да игра. Ако имате само једну коцкицу, два пута је бацајте. Ако станете на догађај, ★ два пута је бацајте. Ако станете на догађај, ★ док демократском догађају се ради и да ли идете напред или назад. Ко први стигне до циља, има среће. Ако сте на крају, знајте да у демократији морате бити стрпљиви. Последњи може бити први (можда).

поени Догађај и одлука

- 9** Деца су самоницијативно очистила улице у крају од смеће, одвајали и одложила у складу са еколошким стандардима. Браво! Иди 10 поља напред!
- 17** Опет нисте обавили свој део кућних послова. Сви испштају због тога. Иди 5 поља уназад!
- 26** Сви из комшилук су организовали уличну журку. Иди 5 поља напред за јаку заједницу!
- 33** Неко је уништио јавну спортску опрему у вашем комшилuku. Ово је додатни порески издатак. Иди 4 поља уназад иако није твоја кривица!
- 41** Ти и твоји пријатељи сте продали играчке и одећу која вам више не треба и зараду сте донаирали организацији која се бави правима деце. Браво. Иди 6 поља напред!
- 50** Мрази те да више возиш бицикл иако знаш колико су издувени гасови аутомобила штетни за околину. Иди 8 поља уназад!
- 57** Формирали сте породични савет и сваке недеље се састајете како бисте заједно дискутовали о битним одлукама. Браво! Иди 7 поља напред!
- 65** Одвајаш време за личне разговоре и пажљиво слушаш. Иди 3 поља напред у знак подршке!
- 74** Мушкарци и дечаци у твојој околини одбијају да кувају и чисте. Ниси рекао/ла ништа против тога. Иди 8 поља уназад, кукавице!
- 82** Твоја породица се преглатила на неутрални дневни лист зато што желите да budete добро информисани о битним проблемима. Иди 5 поља напред јер демократски грађани морају да буду добро информисани!
- 95** Два пута си добио/ла 6. Ово је велика срећа. Можеш или ићи 12 поља напред или одлучити да ли ћеш тих 12 поља дати неком другом.



Породичне или друштвене игре имају традицију дугу хиљадама година. У гробницама египатских фараона пронађене су претече данашњих игара старих и до 3500 година. Данас су породичне игре веома популарне јер не само да нуде алтернативу свакодневном животу на компјутеру него и омогућавају заједничко, интимно, искуство. Такође, оне промовишу бројне вештине које су од велике важности посебно за децу.

За млађу децу, од 3 до 8 година, то укључује координацију или спретност, упаривање боја и облика, рачунање, памћење, језичко разумевање и оно што је битно за наш демократски контекст, деца уче да губе и побеђују и да се придржавају правила.

И старија деца и одрасли могу да развијају вештине друштвеним играма. Међутим, овде је фокус на даљем развијању компетенција као што су: креативност, тактичке вештине, планирање, логичко размишљање, доследна акција, процењивање других играча итд.

Најбоља ствар код породичних игара је што се ове вештине развијају „успут“. Јер је у првом плану сваке игре:

заједничко искуство и забава!

V ДЕО

Теме за децу и са децом узраста од 6 – 10 / 11 – 14



1. Заједнички живот са нашом децом

Драги родитељи, кад ваше дете крене у основну школу имате механизам којим ћете утицати на његово васпитање. Та чињеница вас чини фантастично расположеним, доноси вам задовољство вама самима и вашим дететом и његовим постигнућима. Међутим, док буде у основној школи, ваше дете ће почети да улази у нову фазу у којој почиње да оспорава све што је до тада научило, а ви можда почнете да схватате да ваши захтеви изазивају побуну. Због тога можете да се питате шта се дешава са вашим дететом и вашим родитељским ауторитетом.

Овај приручник је настао због потребе да се разумеју начини васпитања у породицама и да се поброје компетенције које су потребне да би се подржала демократска култура.

Дескриптори компетенције нам показују како и када се појављују демократске компетенције. Наравно, преговарање не значи да се о свему у потпуности слажете. Оно подразумева и разлике у ставовима и мишљењима које, иако знају да буду непријатне, представљају искуство које је важно за размену мишљења и идеја.

а) Демократско одлучивање

Демократско одлучивање у породици је кључно за изградњу односа поверења, поштовања и прихватања између свих чланова породице. Зато не изненађује то што родитељи основаца у Србији покушавају да разумеју своју децу дајући им могућност да учествују у одлукама које се њих тичу. Тако, на пример, деца у нижим разредима активно учествују у договорима са својим родитељима о томе шта ће се кувати наредног дана, шта треба да се купи и да ли за то има новца тог месеца, колико често деца треба да посећују своје бабе и деде и буду у контакту са њима, или како њихова соба треба да се уреди. Мишљење деце се чује и поштује, али родитељи често буду ти који доносе крајњу одлуку. Међутим, има начина да се осигура да у породици буде право демократско одлучивање:

- Сваки члан породице има прилику да изнесе своје идеје, сугестије и жеље

- Ако се идеје разликују, траже се аргументи и објашњења и одлука се доноси на основу њих.
- Деца треба да као технику одлучивања науче да одређују приоритете. (На пример, „Да ли би радије ишла код другарице или у зоолошки врт?)
- Када се породице двоуми између два предлога и нема могућности да се постигне договор, постоји могућност да чланови породице гласају.
- Смењивање може да буде добар начин да се поштују идеје различитих особа. На пример: данас једна особа бира филм а сутра друга.

б) Сукоби

Сукоби у оквиру породица са децом ових узраста често се дешавају на крају радне недеље, или током летњег распуста. Док школска година тече, сукоби се често тичу учења и домаћих задатака. Због тога родитељи често одлуче да у дане када иде у школу детету одузму мобилни телефон. Заправо, деца и сама често предложе да се спроведе ова мера. Међутим, исто тако може да се деси да се компликован однос који деца имају са својим вршњацима одражава на њихов однос и понашање код куће. Ван куће, деца често мисле да треба да се лепо понашају и да потисну све негативне емоције пред другим људима.

Деца стога могу да се у јавности понашају сасвим лепо, али чим стигну кући почну да праве сцене и да се ружно понашају.

Такво понашање представља начин на који се она ослобађају фрустрације и љутње који осећају према другима: нарочито према вршњацима и особама од ауторитета.

Деца схватају да им је дом сигурно место на коме могу да се тако понашају јер ће их родитељи волети увек и без обзира на све. Међутим, то може да изазове велики стрес код родитеља који онда помисле да нешто раде како не треба. Овај стрес доживљавају као негативно осећање према себи и својој деци и директно је повезан са захтевима родитељства (Вуковић, 2017, 33). Они знају да се сукоби не могу одмах решити и да о њима треба да се

разговара касније, хладне главе. У неким породицама у којима се сукоби решавају до краја дана када се мисли и осећања сабирају и решавају пољупцима, али има и породица у којима се пушта да се сукоби продубе.

в) Заједничке породичне активности

Заједничке породичне активности и/или ритуали су веома важни за очување јединства породице и блискости њених чланова. Можда звучи као фраза, али ритуално понашање удахњује живот породици, побољшава односе у оквиру ње, а временом постаје и незванично стандардно понашање свих. Активности које родитељи основаца схватају као ритуале укључују заједнички ручак на дневном или недељном нивоу, прављење торти и колача, извођење пса у шетњу, гледање породичног филма недељом пре подне, вожња бициклом, излазак на сладолед или колаче, одлазак у тржни центар, итд. Управо због тога што су део свакодневног живота и чине његов контекст, не представљају неко селективно искуство већ их је тешко издвојити и сагледати као такве. Међутим, веома су важни за све.

Овај приручник треба да помогне родитељима да схвате какво понашање представља основ демократског васпитања и стила родитељства, што би требало да им помогне да развију сопствене ставове и нађу своје место у друштву.

2. Карактеристике и развој деце узраста од 6 – 14

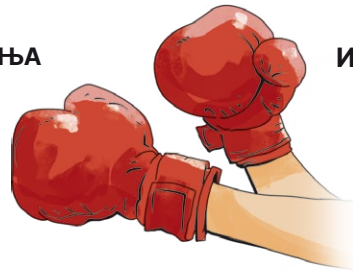
2.1 Ко је моје дете – ко сам ја?

Понекад је веома тешко спровести демократску праксу у контексту породице. У породичном окружењу, сви чланови имају право да буду баш такви какви јесу. Сваки појединац има сопствене бриге, одговорности и гледишта. Неспоразуми који проистичу из тих разлика могу да доведу до свађа и створе непријатну атмосферу. То значи да нико није срећан.

Понекад је тешко наћи равнотежу у настојањима да се буде добар партнер, родитељ, сусед, запослени, итд. и може да доведе до осећања исцрпљености и усамљености. Због тога је од кључне важности да се побринете за своје здравље и добробит.

У ситуацијама каква је ова, у свима нама се води нека врста „борбе“ између значајних процеса у људским односима: сарадње и интеграције. **Сарадња** је процес којим помажете другима и размењујете идеје, бриге и задовољства са њима. **Интеграција**, с друге стране, представља процес у коме имате своја аутентична осећања, бринете се о својим сопственим мислима, осећањима и потребама. Ова два процеса су међусобно супротстављена и прекомерно присуство једног на штету другог може довести до проблема. Ако неко само сарађује с другима, почеће да губи осећај самог себе, а то може довести до развоја негативних осећања. С друге стране, ако неко мисли само на себе, може брзо изгубити подршку других људи око себе. Кључ живота је наћи праву равнотежу између ове две тачке.

САРАДЊА



ИНТЕГРАЦИЈА

Важно је схватите да другима не можете да понудите (сарадња) оно што немате у себи (интеграција). Уколико не волите себе не можете волети друге у довољној мери, а ако не водите рачуна о себи, немате ресурсе да водите рачуна ни о другима. Због тога је некада боље престати са сарадњом и позабавити се интеграцијом. Понекад, рећи НЕ може бити најплеменитији одговор који некоме можете дати. Међутим, није лако рећи НЕ. Научили су вас да сарађујете и да се осећате добро док помажете другима. Али суштина је у следећем: Док другомо говорите НЕ, то вам омогућава да себи кажете ДА.

Да бисте могли успешно да се побринете за друге, пре свега морате да научите да се побринете за себе. У породичним односима ови процеси су познати као преживљавање и напредовање. Да бисте у томе били успешни, важно је да разумете неке основне чињенице у савременој педагогији и породичном васпитању која су израсла из развојне неуролошке науке. Најважније што се сазнало је да је мозак „социјални орган“ који се развија кроз искуства.

“ Свака ситуација је прилика да се нешто научи и да се унапреди реакција (Нелсен, Ирвин, Дафи, 2007).

Све што се дешава у мозгу детета у тесној је вези са свиме што се дешава у мозгу одрасле особе. Деца, за разлику од одраслих, немају искуство у процесуирању информација које њихов мозак прикупља током читавог дана. Све им је ново и мозак је заузет давањем смисла свим новим садржајима. Мала деца често плачу, а то је начин ослобађања мозга од вишка информација. У овом смислу, одрасли су у предности јер разумеју реалност, због чега је веома важно допустити деци да осећају и именовати сва осећања које дете проживљава. Овим чињењем, деца уче да разумеју своја осећања и да их препознају у будућности. Како би се код њих развиле есенцијалне животне вештине, важно је интегрисати вертикалне и хоризонталне делове мозга.

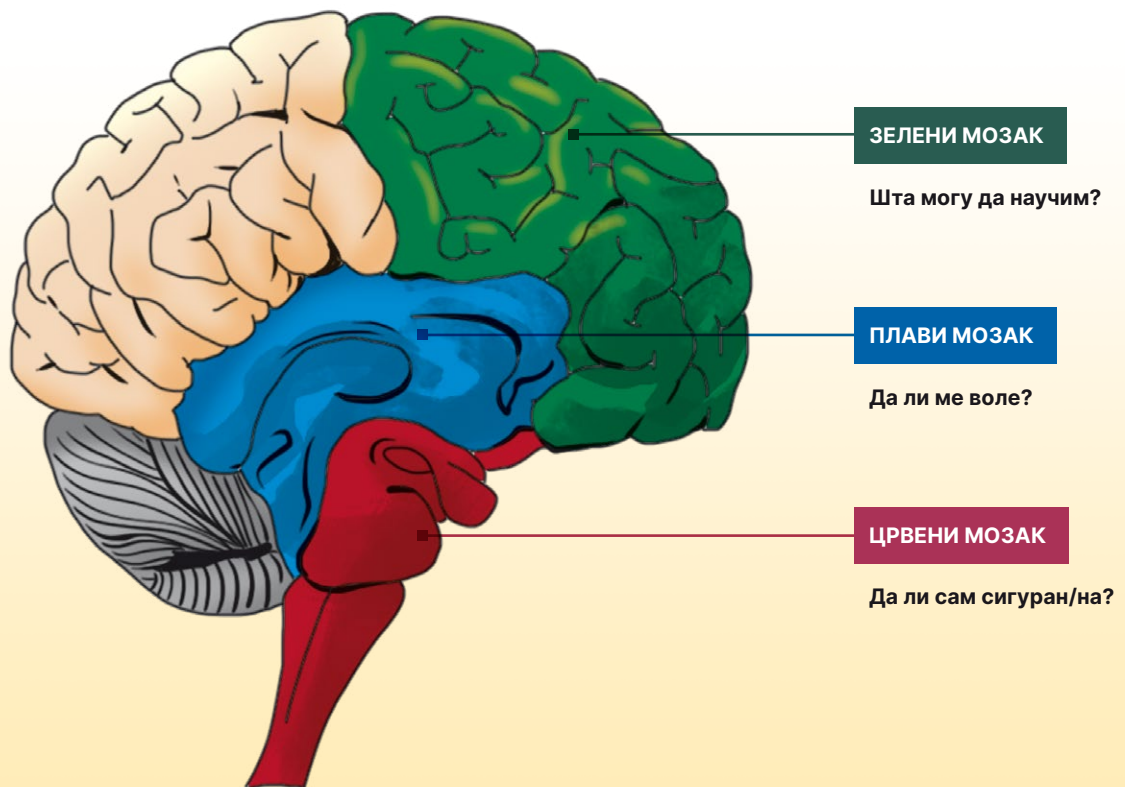
2.2 Архитектура мозга мог детета

“ Ако знамо како се мозак мења у одговору на наше родитељство, то ће нам помоћи да однегујемо снажније и отпорније дете”. (Сигл и Пејн Брајсон, 2011, стр. 25).

Људски мозак показује потенцијал да се развија током читавог човековог живота. Овај податак нас веома охрабрује и због тога свако од нас треба да интегриса свој мозак вертикално и хоризонтално.

Вертикални делови мозга

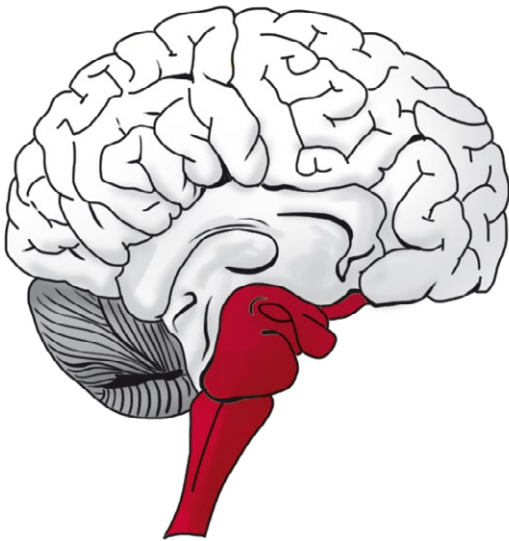
Људски мозак увек функционише као целина (Лорх, 2016), а састоји се од неколико делова ако се гледа вертикално (Мушкиња, 2020).¹



¹ Ово је кратак приказ гостујућег предавања под називом „Развој дејег мозга“ које је одржала у Високој школи струковних студија за образовање васпитача Нови Сад 4. марта 2020. године. Мушкиња Ивана је национални координатор асоцијације Familylab у Србији. Види више детаља на: <https://www.familylab.rs/ivana-muskinja/>

ЦРВЕНИ МОЗАК

ЦРВЕНИ МОЗАК се назива „рептилски мозак“, јер рептили једу своју децу. Одатле људима долази инстинкт да кажњавају и туку своју децу. Односи се на примарне, несвесне реакције које су веома важне за сигурност, као на пример у саобраћају или у опасним ситуацијама. Црвени мозак је важан, мада некада можеда реагује исконски. На пример, додир у тренутку док га не очекујемо за последицу може имати несвесну реакцију да се тргнемо или чак одскочимо од страха.



Функције које има црвени мозак су бори се, бежи или заледи се. Уколико погледамо слику девојчице са папагајем на глави, видимо да је шокирана. Неће јој помоћи ако јој кажемо да се не плаши те мале птице. Она се од шока заледила и једино што можемо да урадимо је да отерамо папагаја. Дете у жутој јакни је у борбеном ставу. Не зна шта му се дешава (могуће да је уморан, гладан или жедан) и једини канал којим може да прикаже своја осећања је кроз тантрум. Старији дечак у доњој слици се штити од удараца и бежи од ситуације.

ФУНКЦИЈЕ:

- Бори се, бежи или заледи се
- Активно од првог дана по рођењу

РАЗВОЈНА ПОТРЕБА:

- СИГУРНОСТ

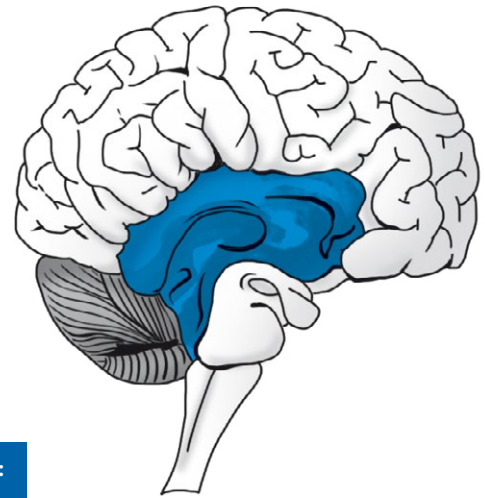


ПЛАВИ МОЗАК

ПЛАВИ МОЗАК се односи на емоције. Све што осећамо, попут љубави, љутње, среће и туге се догађа у овом делу мозга.

Покушајте да се сетите ситуације у којој вас је неки мирис који памтите тренутно преместио у прошло време, изазивајући иста осећања која сте имали и у тренутку њиховог преживљавања. Ове ситуације активира плави мозак.

Важно да знамо да у ситуацијама шока, које су нас сместиле у црвени мозак, било какве емоционалне реакције попут плача, смеха или тресења, показују да је плави мозак преузео контролу над ситуацијом.



ФУНКЦИЈЕ:

- Емоције
- Рана сећања

РАЗВОЈНА ПОТРЕБА:

- ПОВЕЗИВАЊЕ



ЗЕЛЕНИ МОЗАК

ЗЕЛЕНИ МОЗАК је место у које смештамо све информације које смо научили и које можемо да објаснимо.

Све што смо научили, што знамо, можемо да напредујемо, изнова покушавамо итд., се решава у зеленом мозгу. Овај део мозга је јединствен само код људи.

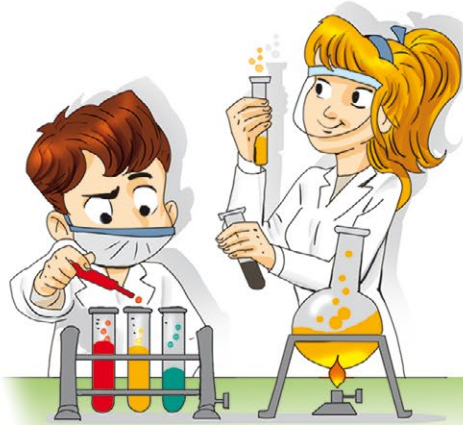


ФУНКЦИЈЕ:

- Контрола импулса
- Емпатија
- Решавање проблема
- Сарадња
- Морални суд
- Овај део мозга зна одговор на питање „Зашто?“

РАЗВОЈНЕ ПОТРЕБЕ:

- УЧЕЊЕ У ОДНОСИМА



Међутим, зелени мозак остаје зелен само у ситуацијама које су пријатне и познате. Када се осећамо несигурно или осећамо било какав несклад у вертикалним деловима свог мозга, зелени мозак (или мозак са горњег спрата) постане мање ефикасан. Ако смо преплављени непријатним осећањима, тешко је да ћемо моћи рационално да размишљамо и доспећемо у ниже делове мозга којима ћемо одлучивати како да реагујемо. Што смо удаљенији од рационалног и логичког дела мозга, то смо ближе рептилском мозгу. На крају одлепимо!

Овакве ситуације често виђамо код деце свих узраста као део свакодневног живота. На пример, мало дете је на поду и има тантрум, а родитељ стоји изнад и виче на дете. Адолесценти покушавају да вичу и узвраћају ударце родитељима. Ако се проблем не реши, ситуација може резултирати тиме да млада особа напусти ситуацију, једноставно оде. У овим случајевима мозак и детета и родитеља пада из зеленог у плави а затим у црвени. То је потпуно природна реакција која не зависи од животне зрелости, нивоа образовања или посла којим се особа бави.

На првој слици која се односи на црвени мозак, дете је у стању шока и глуво за готово све. То је тренутак у ком одрасла особа, после прве инстинктивне реакције да виче, може да начини круцијални напредак у свом понашању како би заштитио и своја и осећања свог детета.

Тренутак у ком одрасла особа почиње да се пита о свом понашању је тренутак у ком њен мозак почиње вертикално да се интегрише.

Огледало неурони се активирају па дете, пошто види одраслу особу која почиње да се опушта, и само започиње процес опуштања и потом најчешће заплаче. Дечји мозак се тада попео у плави део. Немојте заборавити, одрасла

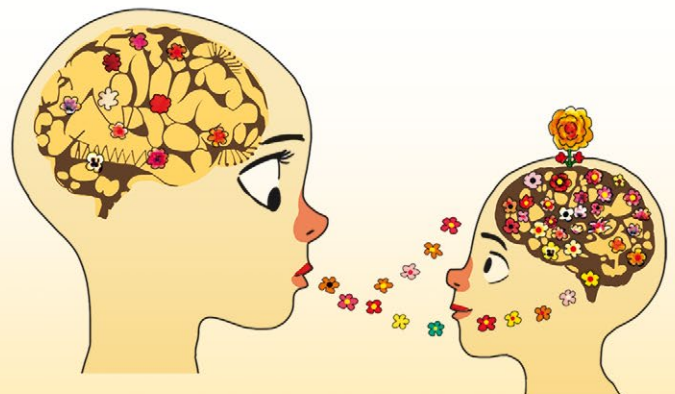
особа је одговорна за квалитет односа и комуникације са својим дететом. Због тога она мора бити прва која ће вертикално интегрисати свој мозак.

Хоризонтални делови мозга

Све што осећамо је смештено у десну страну мозга. У левој страни мозга се налази разумевање и ствари су јасније. Десна страна је део мозга који се први развија након рођења. Деца само осећају стварност без истинског разумевања разлога због чега се осећају баш тако и како се зове то осећање. Лева страна мозга се обликује путем социјалног искуства. На пример, када се дете осећа на одређен начин и када одрасла особа именује конкретно осећање и објасни га, то је веома важно за дечју добробит. Дете се упознаје са својим осећањима и зна да њихова осећања имају своје име, док у исто време учи да их препозна и разуме да ће проћи.

Значи, сваки поглед, осмех, критика, грдња или пак загрљај су важни у обликовању дететовог мозга.

“ Како се деца развијају, њихови мозгови се 'огледају' у родитељским мозговима. Другачије речено, раст и развој самог родитеља, или његов недостатак, имају утицај на дететов мозак. Како родитељи постају свеснији и емоционално здравији, њихова деца бивају тиме награђена па и она постају здравија. Ово значи да је интегрисање и неговање сопственог мозга један од најлепших и најнежнијих поклона које можете дати својој деци” (Сигл и Пејн Брајсон, 2011, стр. 19).



Преживљавање и напредовање су важне људске реакције које нам помажу да осећамо, разумемо, сарађујемо и делујемо. У питању су веома сложене и комплексне процедуре које су зависне од година живота, искуства и улога које имамо. У обавези смо да преживимо и напредујемо током читавог живота, не само због себе већ и да помогнемо својој деци и научимо их да то чине:

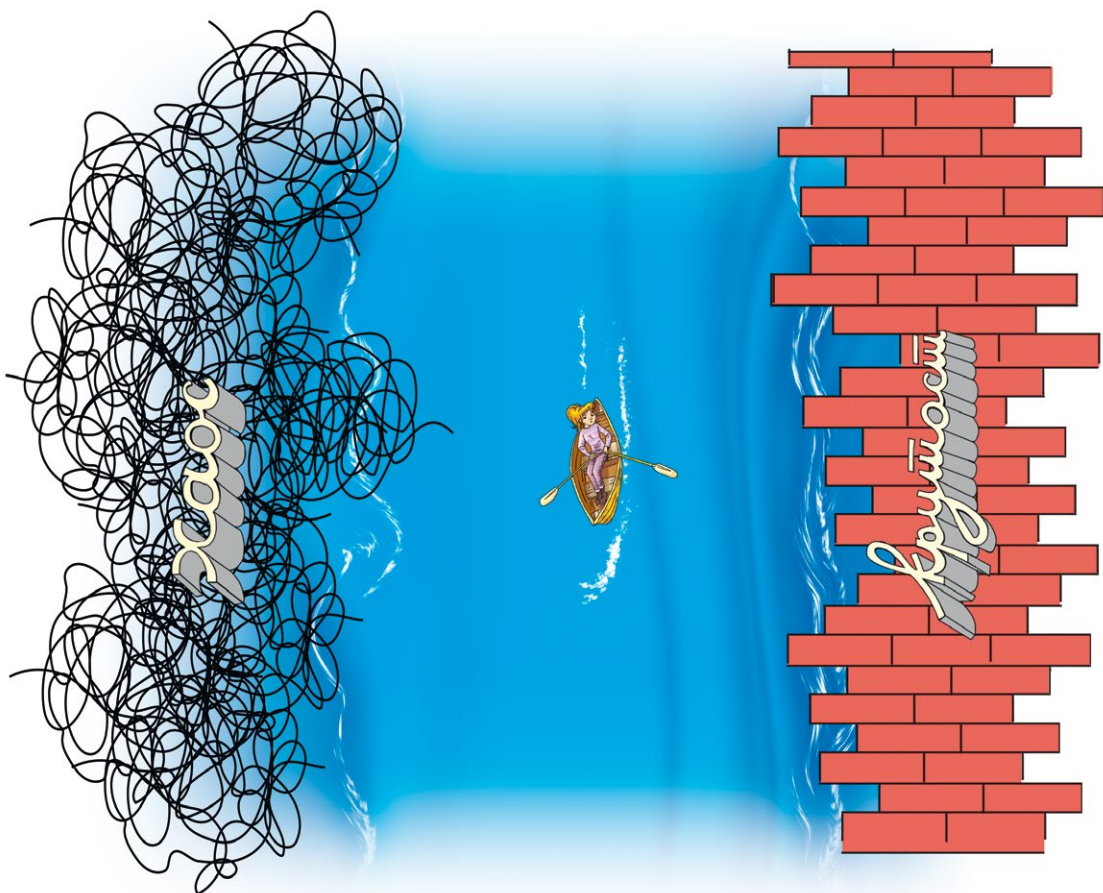
“Тренуци у којима покушавате да преживите су прилике да помогнете вашем детету да напредује” (Сигл и Пејн Брајсон, 2011, стр. 11).

Ако замислимо свој живот као „реку благостања” (Сигл и Пејн Брајсон, 2011, стр. 44), то значи да плутамо на средини између две речне обале, покушавајући да нађемо равнотежу између осећања и разумевања. Реци не дозвољавамо да нас приближи био којој од двеју обала, које могу да нам пруже само један начин гледања на ствари. Десна

обала (осећања) је непроходна и пуна биљака. Не постоји стаза којом бисмо ишли. Лева обала (рацио) је пуна цигала које су логички структурисане. Ни на једној обали није лепо. Таласи ближе обали су веома велики и чамац нам се може преврнути или насукати. Због тога

је изузетно важно да пловимо средином реке где су најмањи таласи. То нам омогућава да одржавамо свој правац.

Једна од најважнијих вештина које би требало да научимо у животу је да вертикално и хоризонтално интегрисемо свој мозак. То захтева време, искуство, мудрост и знање. Такође тражи комуникацију између браће и сестара, чланова породице и са широм заједницом. Пуна интеграција се постиже у средњим двадесетим. Девојке у потпуности интегришу свој мозак око 21. године живота а момци око 23.



3. Седам тема за родитеље деце узраста између 6 и 10 година

3.1 Увод

Одабрали смо седам ситуација које треба знати како бисте превазишли конфликте у свакодневном животу са децом узраста између 6 и 10 година. Наравно, постоје и многобројне друге ситуације, а свака породица је друга-чија. Међутим, ове теме обухватају широку лезу проблема са којима се породице често срећу:

- Страхови код деце – важно за развој
- Ноћне море – када деца виде чудовишта током ноћи
- Мобилни телефон – стварност свуда у свету
- Агресивност – како поступити приликом излива беса?
- Када се родитељи раставе – како се изборити са променама у животу?
- Спремање – деца се осећају одговорним за сопствени свет
- Када деца псују – како реаговати?



“ Данашња деца сарађују и кажу ДА дисциплини само у ситуацијама када се осећају равноправним и поштованим од стране особа од ауторитета (Јул и Јенсен, 2014).

Данас је то предуслов за дисциплину (некада је било довољно то што дете поштује ауторитет).

Дакле, покушајте да остварите и одржите демократичност односа. Покушајте да постигнете **релевантно вођство** / стил васпитања.

Релевантно вођство значи да се омогући да деца имају равноправан дијалог са родитељима како би им помогла да развију сопствену личност и да се деци остави простора и времена да понешто схвате и сама.

Важно је, међутим, да се схвати да нам није жеља да понудимо само још један водич за родитеље. Више нас занима да се запитамо:

- Како да поступамо као родитељи знајући да своју децу усмеравамо путем ка демократском друштву?
- Шта то значи када се надамо и очекујемо да наша деца преузму одговорност за себе, за друге и за свет?
- На који начин та чињеница обликује наше поступке и реакције?

Надаље су приказани кратки текстови на седам тема. Молимо вас да заједно са својом децом анализирате те ситуације и заједно изнађете још могућих ситуација. Сви родитељи знају: налажење решења је развој, а не само задатак који се може једноставно решити за неколико минута. Сетимо се Конфуција. Пут је циљ а на сваком путу има препрека. Те препреке изазивају осећај напетости, авантуре и развојног бола, попут осећања панике, страха и разочарања. Али препреке нас и усмеравају и пружају нам тренутке успеха које повезујемо са осећањем среће, весеља и испуњености.

3.2 Страхови код деце – важни за развој

Чудовиште испод кревета, страшни човек са шеширом или комшијски пас: одрасли често не разумеју страхове у детињству, али деца заиста осећају тај страх. И то је важан део њиховог развоја. Неопходно је да родитељи покажу емпатију – а понекад и мало маште

Развојне анксиозности код деце

Страх није ништа лоше. Управо супротно томе: страх може да спречи ваше дете да доспе у опасне ситуације. То је разлог што су одређени страхови као природни заштитни механизам присутни у различитим развојним фазама вашег детета. Сетите се када је ваше дете почело да пузи у узрасту између 6-тог и 10-тог месеца и само се удаљило од вас. Претпоставља се да је сврха узнемирености због одвајања које се дешавају у овој фази развоја да се спречи да се дете удаљи сувише далеко од родитеља.

Ови страхови су карактеристични за одређене фазе развоја:

У узрасту између седам месеци и две године, код деце се најчешће јављају страхови од одвајања и губитка, укључујући и страх од непознатих људи.

Деца у узрасту између две и четири године пролазе кроз „чаробну“ фазу када своје окружење тумаче на веома креативан начин. Чаролија и чудовишта свакако могу да имају улогу у овоме, а то се одражава и у њихових страховима у овој фази – на пример, чудовишта вребају испод њихових кревета током ноћи.

У узрасту између пет и седам година, деца све више сазнају за стварне догађаје попут несрећа или катастрофа, али не разумеју их у потпуности. То такође може довести до узнемирености.

У школском узрасту се често појављују страхови у вези са школом, на пример страх од одласка у школу, школских другова или тестова / испитивања.

Наравно, ту су и други страхови који проистичу из начина васпитања или из одређених ситуација, на пример дете се плаши паса након што га је неки пас ујео. Међутим, ови страхови се везују за појединце, док се развојне узнемирености јављају код готово све деце у већој или мањој мери.

Када се дечји страхови испољавају?

Страхови се код деце испољавају на различите начине и то не зависи само од узраста већ и од конкретног детета код кога се јаве. Постоје три различита нивоа:

- **Физички ниво:** Дете се жали на болове у стомаку, главобољу или на проблеме са спавањем, на пример.
- **Понашање:** Дете жели да изађе из ситуације тако што побегне; или се укочи.
- **Наративи:** Дете прича о ономе што га плаши.

Како родитељи могу да помогну

Страхове код деце су нешто сасвим **нормално** – на срећу могуће их је превазићи. Посебно развојне узнемирености уз мало родитељске подршке обично брзо нестану. Главни задатак родитеља је да се ставе у положај детета и да разумеју његове страхове. Изјавама попут „Не треба да се плашиш“, „Већ си велики“ или „Не драми толико“, изазивате код свог детета осећање да његове страхове не узимате за озбиљно.

Овде је потребно показати емпатију. Ако исувише инсистирате да се ваше потомство суочи са својим страховима, то може довести до погоршавања страховања код неке деце.

Међутим, не треба превише ни да штитите своје дете и треба да му дозволите да се суочи са својим страхом. Превазилажење страха је доживљај од значаја за њихов будући развој јер ће и у одраслом добу наилазити на проблеме и страхове.

Причајте са својим дететом о ономе што га брине. Питајте га чега се плаши и нежно га охрабрите да се суочи са својим страхом. Дајте им слободу да сами испробају ствари, али их увек подржавајте. Можете им испричати и о сопственим страховима и шта ви радите да бисте их превазишли – на тај начин ће имати на кога да се угледају.



3.3 Ноћне море – Када деца виђају чудовишта преко ноћи

Посебна врста страхова су ноћне море. Оне утичу на сан свих чланова породице и зато су у породичним разговорима присутније него било шта друго. Ако деца не спавају добро, онда она пате а то има за последицу да пате и родитељи. Као да расправе о времену одласка на спавање нису довољне, понекада проблеми са спавањем узнемире децу преко ноћи. Когнитивни развој брзо напредује у првих неколико година живота а нова искуства су честа, узбудљива и очарavajuћа за децу.

Као што знамо, људи у својим сновима обрађују ствари – и позитивне и негативне, а емоције и сукоби се обрађују кроз ноћне море.

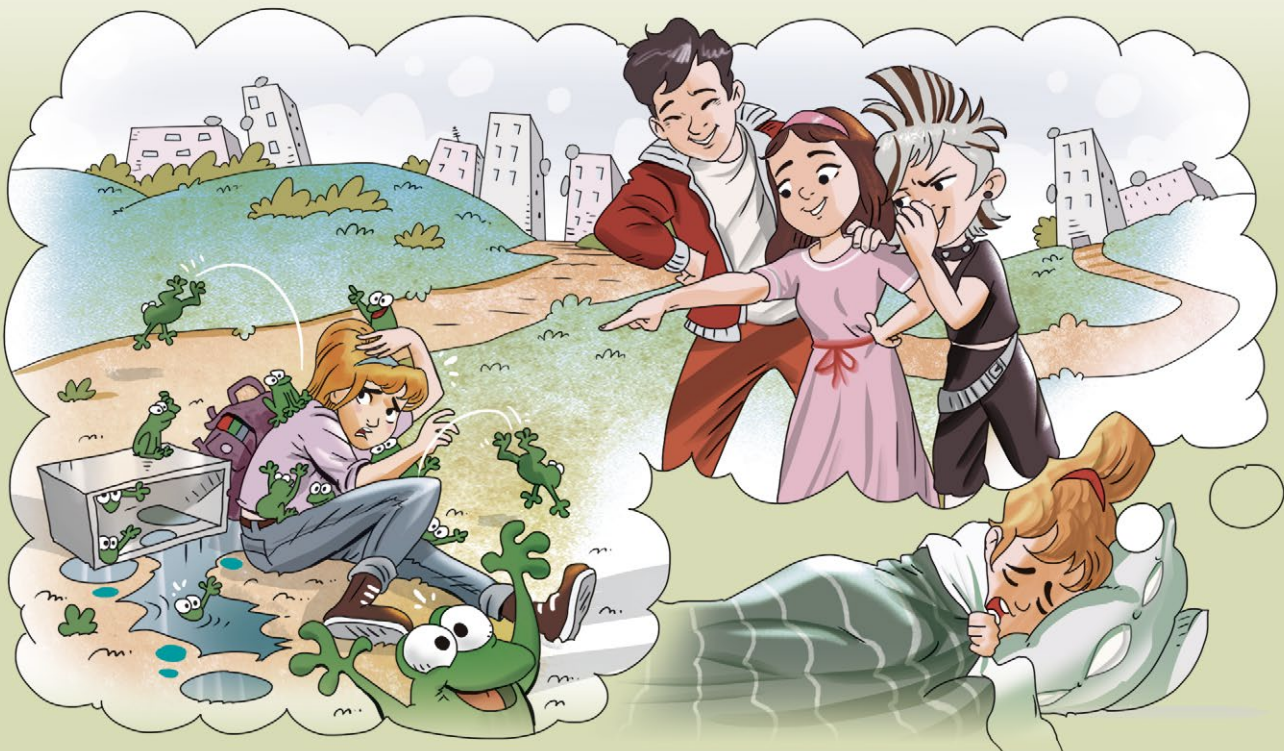
Оне често остају чврсто у свести деце. Као и леци снови, ноћне море помажу деци да од најранијег узраста интернализују догађаје, утиске и осећања. Често су сензитивна и креативна деца посебно подложна ноћним морама. Једна финска студија је показала и да су једнојајчани близанци често подложнији ноћним морама од двојајчаних.

Ноћне море није увек могуће објаснити негативним догађајима. Када деца доживе нешто што је нарочито узбудљиво и у чему су уживали, њихов мозак буде пред подједнаким изазовом. Понекад подсвест онда у облику сна обрађује оно што се догодило.

Шта радити када деца имају ноћне море?

Када се деца пробуде вриштећи и плачући, једна ствар им је потребна више од свега: утеха. Потрено им је управо да их се узме у наручје, да се нежно милују и чују умирујуће речи. Исто тако, у овој ситуацији има смисла и казати деци да су ружно сањала, али да је сада с тим готово и да је све у реду. Деца могу да науче да разликују снове од стварности и да при том науче и о својим емоцијама и како да превазиђу тешке тренутке.

Можда се ваше дете сада боји да поново заспи јер страхује да ће опет ружно сањати. Против таквих страхова се лакше бори, чак и у старијем узрасту, ако се користи хватач снова или ноћно светло. Иначе, родитељи могу да се упусте у борбу против чудовишта заједно са својом



децом: тако би вода из боце са распршивачем постала „чаробна водица против чудовишта“ коју ћете заједно попрскати око кревета. Тиме се деца охрабрују да активно узму страхове у сопствене руке.

Истина је да ноћне море помажу деци да обрађују доживљаје. Међутим, ако ружни снови потрају у дужем временском периоду, родитељи треба да помогну својој деци да их обраде. Треба на умирујући начин али објективно разговарати о стварима које их плаше у њиховим сновима. Терапеути спавања препоручују да пустите децу да вам насликају шта се догодило. Сликајући и цртајући, деца могу да се изразе и да се истовремено ослободе онога што их тишти. Родитељи и деца онда могу заједно да окончају ноћну мору тако што ће ту слику заједно поцепати.

Део живота

Ноћне море код деце не могу да се спрече. Као и други проблеми са спавањем, оне су део живота, како дечјег, тако и живота одраслих. Данас истраживања спавања јасно показују да ми дневне догађаје обрађујемо док спавамо и да то што повремено имамо ноћне море не треба да нас забрине. Међутим, ако деца често пате од проблема са спавањем, на пример стружу зубима или имају поремећаје покрета, родитељи би требало да испитају шта је узрок.

Дечје проблеме са спавањем може да изазове напета ситуација у кући или велики притисак да буду успешни. Ниједан од ових узорка не може се уклопити преко ноћи.

Родитељи који разумеју бриге своје деце, који их слушају и охрабрују, и несвесно реше многе страхове. Општи савет за родитеље би био да покушају и умање стрес свакодневног живота.

3.4 Мобилни телефон – стварност свуда у свету

У неком тренутку готово свако дете пита када може да добије свој први мобилни телефон. Родитељи од своје деце чују, између осталог, и да сви њихови вршњаци већ имају мобилни телефон и да се они без њега осећају искључено. Заправо, има разлога и за и против да свом детету дате мобилни телефон и на крају крајева на вама је да одлучите јер та одлука није ни црна ни бела.

За – Зашто би било добро да ваше дете има сопствени мобилни телефон

Данас питање више није да ли ће, већ када ће се добити мобилни телефон. Судаћи према различитим анкетама, већина школске деце је рекла да свакодневно користи мобилни телефон (приступ мобилном телефону или интернету код куће (% узраста 15+), у Србији је тај проценат 2014. године био 92,39 % судаћи по развојним показатељима које Светска банка прикупља из различитих признатих извора). Сходно томе, боље за децу да рано и под надзором науче потребне вештине. У супротном ће своја прва искуства стећи на уређајима друге деце – највероватније без надзора. Који је узраст коначно прави узраст да свом детету дате телефон зависи од понашања и зрелости вашег детета. Не мора то нужно бити паметни телефон. И најобичнији телефон је довољан за једноставне операције. Међутим, шестогодишњаци лако стекну способност да користе екран на додир и апликације.

Када дете научи како да користи мобилни телефон и родитељи од тога имају користи. У сваком тренутку могу да позову своје потомке.

Ако аутобус касни, нема чекања у страху, већ се добије порука са дететовог мобилног телефона. Паметни телефон пружа више могућности. Деца могу да утврде где се налазе и да виде какве су вазе јавног превоза, а родитељи могу да имају могућност да користе функцију лоцирања како би пратили кретање свог детета.

Произвођачи паметних телефона и дизајнери апликација већ одавно креирају своју понуду према потребама родитеља и деце. На пример, могућност да контролишете којим садржајима ваше дете има приступ, или коришћење „породичних функција“ како бисте видели податке о томе колико су дуго коришћене апликације и вебсајтови.

Против – Зашто мобилни телефон није за децу

Животна реалност не може да се симулира телефоном. Деца треба да се играју у природи, да имају интеракцију са другом децом и да се крећу. Ако ставите паметни телефон детету у руке, ризикујете да ће оно пропустити да добије таква искуства. Ризик од зависности од дигиталних медија је доказан, а деци је тешко да размишљају о свом понашању када је реч о коришћењу телефона. Ако дете осећа потребу да за својим мобилним телефоном посегне на сваких неколико минута, родитељи су у ризику да изгубе контролу. Једном када је паметни телефон ту, појављују се бројни ризици:



Паметни телефони одвлаче пажњу и ограничавају способност концентрисања. Непрестано комуницирање преко друштвених мрежа какав је Facebook и сервиса за слање порука као што је WhatsApp значи стрес, а њихова употреба може негативно да утиче и на успех у школи.

Деца често откривају податке о личности на нету а да о томе нису размислила. Исто тако, на интернету се лако приступа садржају који може да будне штетан за малолетна лица.

Да би заиста контролисали све ове ризике, родитељи би морали да надгледају њихове мобилне телефоне 24 сата на дан – али то није могуће. Родитељске контроле постоје, али да ли заиста можете да гарантујете да ће радити како треба и да их неко неће неовлашћено променити? А који родитељ жели да непрестано прекореве и надгледа своје дете због његовог мобилног телефона? На крају крајева, то зависи од развоја конкретног детета и његовог осећања одговорности.

То је стварност

Мобилни телефони и уређаји могу да донесу доста нових образовних и креативних могућности за нашу децу. Али они могу и да одвлаче пажњу, као и да смање приватност. Међутим, било да је њихов утицај позитиван или негативан, мобилни телефони и преносиви дигитални уређаји су ту да остану. Као родитељи (заједно са наставницима, лидерима ове индустрије и доносиоцима политика), ми се старамо да деца могу да имају користи од мобилне технологије и дигиталних медија, а да их при том заштитимо од могућих негативних последица када се не претварамо да их нема и налазимо начина да се бавимо овом темом.

Светска здравствена организација је донела препоруке за време проведено испред екрана у односу на узраст детета:

- Деца до 18 месеци не би требало уопште да проводе време пред екранима.
- Деца у узрасту од 18 месеци до 2 године могу да гледају или користе неки медијски програм или висококвалитетне апликације само у присуству одраслих који надгледају и усмеравају то њихово коришћење и помажу им да разумеју оно што виде.
- Деца у узрасту између 2 и 5 година не би требало да пред екраном проводе више од сат времена на дан и то би требало да буде у присуству одраслих који гледају тај програм или се играју са њима.
- Деца старија од 6 година би требало да имају одређени период времена који је планиран за електронске и дигиталне медије, а требало би да се јасно утврди коју врсту медија могу да користе.



(<https://www.who.int/news-room/detail/24-04-2019-to-grow-up-healthy-dec-need-to-sit-less-and-play-more>)

3.5 Агресивност – Како реаговати на изливе беса?

Да би се разумела агресивност код старије деце, требало би да погледамо каква су била у ранијем узрасту. Сви родитељи се сећају како је брзо долазило до промене расположења кад би једно дете узело играчку другом детету на игралишту за децу. Агресивност и насилно понашање би често уследило након тога.

Зашто ми дете постане агресивно?

И деца понекад имају лоше дане. Међутим, када су мала она не знају како са тим да изађу на крај.

Мала деца не могу добро се изразе и онда често испољавају агресивност. Таквим понашањем скрећу пажњу да нису срећна.

Посебно у узрасту између две и четири године, деца тек треба да развију контролу својих нагона. Овај процес траје до њихове шесте године. Па ипак и старија деца повремено буду агресивна. И то је сасвим нормално. Напоследку, ни одрасли се не понашају увек мирно и разумно, већ вичу или се свађају. **Важно је развити здрав начин препирања и решавања сукоба.**

Ако дете веома често испољава агресивно понашање, то је знак да узрок може да буде нешто друго. Агресивно дете можда пати физички или ментално, или можда има проблеме у обданишту или у школи. Исто је тако могуће да осећају да их родитељи или рођаци недовољно вреднују, да бесно реагују на неки значајан догађај попут рођења новог брата или сестре, уписа у школу или смрти кућног љубимца или рођака.

Сасвим је јасно: Агресивност код деце показује да нешто није како треба и да се она осећају лоше. Сходно томе, треба да покажете свом сину или ћерки да их волите и да заједно схватите шта се догађа. Као што је већ речено, у некој мери агресивно понашање је нормално иако није пријатно.

Међутим, када се дешава сувише често или постане уобичајено, важно је предузети кораке да се оно спречи. Ако схватите да као родитељи не можете да то решите сами, или ако ваше дете свакодневно испољава агресивно, насилно понашање, време је да потражите помоћ. Како смо већ поменули, можда постоји узрок за овакво понашање. Да бисте га открили, разговарајте са другим родитељима (иако вам то може пасти тешко), обратите се васпитно-саветодавном центру, или заједно са својим дететом идите код дечјег психолога.

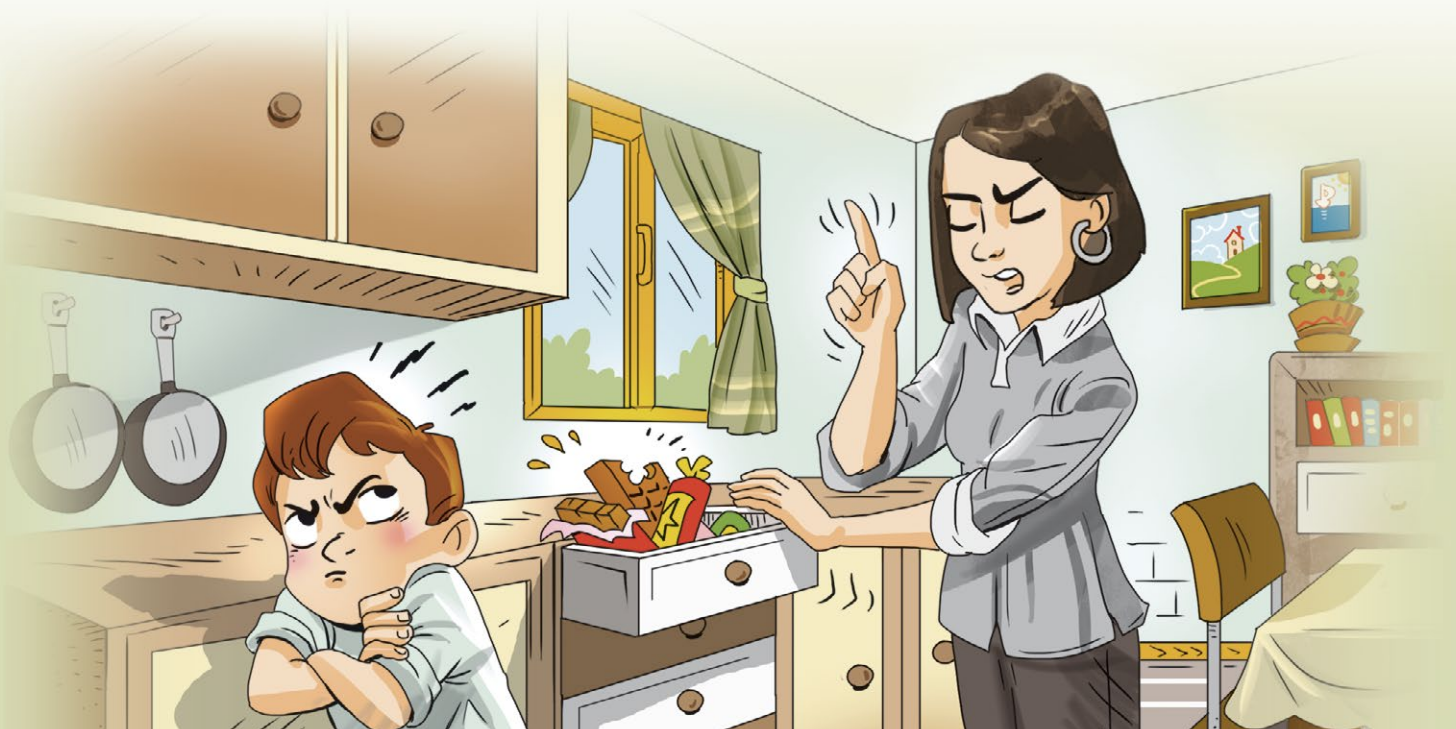
Спречавање: Савети за дом без насиља

Иако је искушење понекад велико: немојте реаговати агресивно суочени са агресивношћу свог детета.

Уместо тога, успоставите јасна правила и усвојите стратегију за деловање које ће вам помоћи да га смирите.

Ево неких савета који вам могу бити од помоћи да то урадите:

- Успоставите правила: Јасна правила могу да спрече агресивно понашање. Договорите се са својим дететом какво агресивно понашање није дозвољено – на пример, ударање, гребање и уједање.
- Последице: Размишљајте заједно о последицама кршења правила. На пример, можете послати дете у његову собу, или можете навести неке радње које ће га смирити. Међутим, немојте кажњавати дете тако што ћете му ускратити љубав, оставити га самог или изаћи из собе.



- Хвалите га: Ако се ваше дете понаша како треба или успе да само стави под контролу своју агресивност, похвалите га. На та начин ће оно знати да ћете им посветити пажњу ако се лепо понашају и да не морају да скрећу на себе пажњу испадима. Можете да успоставите и систем награђивања.
- Разговарајте о узроцима: Уместо да казните свог сина или ћерку због агресивног понашања, боље да са њима разговарате о томе шта их је довело до напада беса. Тако ћете помоћи свом детету да разуме сопствена осећања. Поред тога, разговор ће им помоћи да науче како да следећи пут свој без изразе вербално.

3.6 Када се родитељи раставе – Како изаћи на крај са променама у животу?

Иако растава може да означи ослобађање и крај дугог и тешког путовања за пар, за децу је тешко да почну нову фазу промене у свом животу. Када и како кажете деци и како се понашате према својој деци знатно утиче на то тако ће се ваше дете изаћи на крај са променом. Никада није лако када неки пар раскида. Још је теже када су умешана и деца. Док је развод крај једног периода живота за

родитеље, за њихову децу растава често значи крај света за који су до тада знали. У најгорем случају, последице би могле да буду страх од губитка, здравствени проблеми и проблеми понашања.

Растава не мора да остави негативне последице

Утеха за разведене родитеље: Докази из много примера показују да, једном када се поступак оконча, деца више не трпе никакве негативне последице раставе својих родитеља. Године посматрања деце из разведених бракова и деце из „традиционалних породица са два родитеља“ нису показале никакве озбиљне разлике у развоју личности или социјалном понашању. Данашња деца расту у великом броју различитих констелација, од једног родитеља до пачворк породице, а да при том не буду стигматизована.

Штавише, веома су способна да се успешно изборе са раставом својих родитеља, али треба да имамо на уму да им треба две до три године да се прилагоде. Ова нова равнотежа је могућа ако и се и родитељи добро сналазе у новој ситуацији и међусобно одржавају снажан, или макар срдчан, однос. Коликогод да растава били, није најважније то што се родитељи растављају, већ како то раде.



Растава: Када и како рећи деци?

Немојте говорити деци о растави пре него што коначно одлучите да се раставите, обоје. Подједнако је непотребно једнострано изразити жељу да се раставите и спонтано и импулсивно говорити о растави после свађе. Непотребно ћете тиме оптерети своју децу. Децу треба укључити тек када се обе стране усагласе да њихов однос више не може да се спасе и разматрају се конкретни планови за раставу.

Немојте предуго чекати да то урадите. Оставите детету довољно времена да се упознају са идејом раставе пре него што родитељи и одистински спакују своје торбе. Када дође време, оба родитеља треба да седну са дететом и разговарају о растави. Немојте ићи превише у детаље о разлозима за раставу јер то обично одведе у међусобна оптуживања која могу негативно да се одразе на однос родитеља и деце. Уместо тога, будите кратки и усмерите пажњу на конкретну будућност ваше деце. Њима је сада више него икада потребна блискост, пажња и осећање да су оба родитеља још ту за њих, чак и ако се многе ствари око њих мењају.

Ако виде да њихови родитељи држе ситуацију под контролом и могу да конкретно замисле како ће изгледати њихов свакодневни живот након раставе, деца ће мање страховати и мање ће бити склони да криве себе за раставу.

Како би и даље заједно подизали децу, циљ растављеног пара са децом увек треба да буде сарадња упркос свим убретама.

На тај начин деца могу да наставе да одржавају здрав однос са оба родитеља, а да при томе немају осећај кривице нити да морају да се одреде кога треба више да воле. Таква ситуација би могла да ваше дете оптерећује током дугог периода након раставе.

3.7 Спремање – Деца се осећају одговорним за свој свет

Лего коцкице доклегод поглед досеже и ни центиметар слободног простора на поду дечје собе је приказ који родитеље доводи у очајање. С друге стране, деца се у хаосу осећају одлично. Она још не знају шта је то ред. Као и многе друге ствари, деца морају научити и како да спремају.

Сви родитељи знају какав је осећај спремати после игре и наједном остати сам. Не узимајте то лично; ваше дете вас не би разочарало намерно, оно вероватно не види зашто би требало да спреми своју собу.

Деца се не рађају са осећањем за уредност. Нарочито када су у најмлађем узрасту, читав свет је за њих један узбудљиви хаос – она тек треба да науче да постоји тако нешто као што су структура и ред.

Ако желите да ваша деца развију осећај за ред, онда требате да им својим понашањем дате пример. Ако се ви старате да ваш дом буде чист и уредан, ваше дете ће ускоро следити ваш пример уз мало подстицања. Али будите искрени према себи. Је ли ваш дом место у којем проводите живот или изложбени простор за скупе ствари? Да ли свакодневно дајете пример радећи шта треба? Да ли то раде мајка и отац? Иако нема ничег лошег у томе што имате помоћ спремачице, ако ви сами уопште не поспремате кућу, како ће то научити ваша деца?

Научите своју децу зашто је важно поспремати: на пример, зато што је онда лакше да нађете оно што вам је потребно или зато што ћете се слободније играти ако не будете све време газили по играчкама.

Како научити децу да спремају

Када родитељи стегну песнице са рукама изнад главе и прекорно викну „Среди своју собу!“ ка соби, мало тога се постиже. Уз ове савете можете научити своје дете да држи ред на забаван начин.

Поступајте разиграно: Деца треба да уживају у спремању, тек тако ће бити срећна што то раде. Дакле, обезбедите да то не постане принуда нити казна, већ од најранијег узраста почните да уводите спремање у време за игру. На пример: аутомобилчићи сада морају у гаражу, или све плишане животиње морају на спавање у кутију.

Издајте конкретна упутства: Апстрактна упутства попут „Почисти овај неред!“ не помажу. Уместо тога, издајте конкретна упутства. Већа је вероватноћа да ће деца поступити по наредби „Стави коцкице у кутију!“ или „Књиге на полицу“ него ако им кажите „Поспреми то!“

Полице и кутије лако доступне деци: Да би деца могла самостално да спремају, полице и кутије за играчке у њиховој соби морају да буду дизајниране тако да их она лако могу дохватити. Бојама и сликама можете означити где која играчка припада и тако олакшати својим малишанима. После другог разреда могу и сами да напишу налепнице за кутије.

Не будите ситничави: Не мора баш све да буде савршено уредно све време. Деца се често са нечим играју по неколико дана и не желе да сруше кућицу коју су тешком муком саградили само да би све изгледало уредније увече.

Поставите јасна правила: Деца воле свакодневну рутину. Побрините се да се кућа спрема свако вече и инсистирајте да играчке са којима се ваше дете не игра у том тренутку морају да склоне пре него што почну да се играју са нечим другим. Таква структура ће вашој деци помоћи да се оријентишу боље него што бу то учинила произвољна упутства.

Најавите спремање: Најавите свом детету време за спремање барем 15 минута унапред како их не бисте нагло прекидали у игри.

Редовно бацајте неодговарајуће играчке: Тешко је спремати ако су ормари препуни. Редовно бацајте поломљене играчке и играчке које је ваше дете прерасло како би спремање дечје собе уопште било изводљиво.

Помозите им: Нико не може очекивати од детета да очисти своју собу. Чак је и школској деци понекад потребна помоћ, на пример да послажу школски прибор.

Када деца развију сопствени ред

Када напуне седам година, спремање више не би требало да буде проблем за већину деце. До тада буду прилично независна и требало би да желе да сами организују своју собу уместо да то чине на наредбу родитеља. Дајте им ту слободу (до одређене мере). Онда ће више желети да

одржавају ред. Ако се договори не поштују, останите доследни. Инсистирајте да ваша деца сама спремају своју собу чак и ако бисте ви то брже урадили. Немојте се ослањати на награду јер то оставља утисак да је спремање нешто што се не ради добровољно.

3.8 Када деца говоре ружне речи – како реаговати?

„Срање“, „идиот“ или „наказа“ – деца брзо усвајају речи и прилагођавају их за сопствену употребу језика. Када родитељи открију да њихова деца псују, то може да их потпуно шокира. Отприлике је то тренутак када треба разговарати о узроцима и наћи решења. Било на телевизији, у комшилуку или у школи, у неком тренутку деца чују ружне речи. Зависно од узраста, поносно понесу та своја новонаучена постигнућа кући и, наравно, за столом код куће причају о „идиоту“ са којим седе у клупи.

„Где си чуо ту реч?“, „То се не говори!“, „Да то више ниси рекао у овој кући!“, често уследе као спонтана реакција родитеља. За вашу децу то је разлог да те ружне речи понављају што је чешће и гласније могуће тако да испаљују ватромет ружних речи. Како би родитељи требало да на то реагују? На крају крајева, не желите да ваша деца псују и да се такви изрази увреже у њиховој употреби језика.





Деца и њихова одушевљење ружним речима

Мала деца су нарочито подложна да брзо усвајају ружне речи како се њихов језик развија. Она спремно усвајају нове речи и фразе у том раном узрасту, с једне стране, а са друге стране воле да испитују које су им границе. То што их гледате са неверицом када изговарају такве речи их само тера да наставе да их користе.

Што буду старији, то више схватају да могу да спровоцирају реакције користећи биране речи. Одрамама им се поклони већа пажња.

Сходно томе, ваша деца ће вероватно чешће користити ружне речи ако одреагујете шокирано када их изговоре.

Како реаговати:

Не можете у потпуности заштити децу од псовања, али на вама је да осигурате да се према њима поступа опрезно и да мање псују.

Останите мирни: Ако ваше дете почне тираду, најпре треба да останете мирни. Претерана реакција ће вероватно бити контрапродуктивна. Забране и импулсивно придиковање чине да псовање деци буде још занимљивије.

Приступите решавању проблема: Седите са својим дететом и питајте га зашто користи ружне речи. Јасно му ре-

ците да такве речи вређају људе. Ако је потребно, објасните им значење тих израза користећи прикладне речи. Ако започнете дијалог са својом децом, ваше речи ће до њих боље доспети ако их наредите или забраните.

Утврдите који је извор: Телевизија, старији брат или сестра, школски другови или ви сами ... Откријте где је ваше дете чуло псовке. И родитељима се понекад омакну псовке и зато би требало да се и на себе критички осврнете, да озбиљно схватите своју улогу узора и да што је више могуће суздржавате од коришћења псовки.

Пустите дете да се „издува“: И деца имају лоше дане и желе да изразе своју фрустрираност. Оставите неко ограничено време дана када ваше дете може да се 'издува'. Међутим, то треба да буде стварно кратко и не би требало да има за резултат прекомерно псовање. Боље је правити алтернативне вентиле: мало лудирања на дечјем игралишту како би се разбистриле мисли често учини чудо.

Алтернативе псовкама: Да бисте се изборили против ружних псовки, потражите неке блаже изразе, нпр. „проклетство“ уместо „срање“. Или једноставно измислите нове псовке, као нпр. „досадни млади сир“ или „простодушни мочварни јеж“. Маштовите комбинације речи које творе произвољне изразе су смешне и ваше дете ће уживати да их прави.

Тегла са псовкама: За старију децу која већ добијају цепацац може бити од помоћи да у кући успоставите теглу за псовке. Сваки члан породице би тако био подстакнут да у њу убаца неки мањи износ новца за сваку псовку коју изговори. Заједно одлучите на шта ће се потрошити тај новац.

4. Шест тема за родитеље деце узраста између 11 и 14 година



4.1 Увод

Драги родитељи, знамо да ово није најлакши период нашег родитељства. Молимо имајте на уму да су ваша деца у веома бурном животном добу. Понекад мисле да владају светом, а неколико дана после се осећају као да не могу ништа да ураде и да их нико не разуме. Поврх тога, не могу да објасне своја размишљања и осећања другима, па чак ни себи самима. Често се осећају као да немају никога.

Будите позитивни: СВЕ ЈЕ У РЕДУ СА ВАШИМ ДЕТЕТОМ! Овај период је важан период за ваше дете у смислу развоја и јачања менталног здравља. Сасвим су добро и здраво!

Не заборавите, ОВО ЋЕ ПРОЋИ. Можда ће им требати седам до десет година, али овај период ће се окончати у њиховим двадесетим.

Адолесценцију обележавају психолошке промене које прате физички раст у пубертету и завршавају се када се формира идентитет. Обично траје од 11-те до 20-те године старости. Адолесценција почиње са пубертетом, али то су две различите ствари. Пубертет се односи на биолошке промене у организму, док адолесценција има шири обухват (Требамо ли бринути?, 2010).

Адолесценција се може поделити у три фазе:

- **Преадолесценција.** Обично је обележава арогантно, бучно понашање и пркосно супротстављање. Често се назива и фазом супротстављања.
- **Адолесценција.** Усмерена је на стицање независности у свим сферама живота.
- **Постадолесценција.** Време када адолесценти улазе у свет одраслих, почињу да прихватају улоге одраслих и формирају сопствени родни и професионални идентитет.

Адолесценција се сматра делом живота када особа покушава да успостави равнотежу између детињства и зрелости.

То је такође и део самоваспитања, када млада особа почне да одбацује ауторитете, родитељску контролу и зближи се са вршњацима. То је време побуне, испитивања граница, великих и неочекиваних промена расположења, унутрашњих сукоба и сукоба са другима (Зотовић, Петровић и Мајсторовић, 2012; Зотовић и Беара, 2016).

Није лако бити дете овога узраста. Потребно је да преузму доста одговорности и личног развоја (нпр. да прихвате свој физички изглед, своје нове родне улоге, да стекну емотивну независност од родитеља, да прихвате социјалне вредности и да створе сопствене личне вредности које ће одржавати читавог свог живота. Иако се промене у овим сферама одвијају још од рођења, током адолесцен-

ције су преовлађујуће и радикалне. Ове промене су од пресудне важности за развој али могу да изазову велики стрес нашем адолесценту и људима око њега. Што будете показивали више емпатије користећи сопствено искуство као адолесцента, то ће вам бити лакше да разумете своје дете и да живите у слози. То је време када раније методе васпитања и кажњавања више немају дејство и једини значајан утицај који родитељи могу имати је утицај кроз квалитет живота који обезбеђују (Јул, 2011).

Следећи редови из *Алисе у земљи у чуда* Луиса Карола олакшавају нам да добро разумемо како се адолесценти осећају:

“Ко си ти?” питала је гусеница. Алиса је одговорила прилично збуњено: „Ја ...Не знам сад ... наравно, знам ко сам била када сам се пробудила јутрос, али од тада сам се неколико пута променила.“

У наредним поглављима ћемо приказати низ уобичајених тема у домаћинству којима се може приступити на демократски начин:

- Учење уз компјутер – постаје све важније
- Опасности на интернету – позитиван приступ
- Слободан простор – подршка развоју
- Прави кућни љубимац за дете – одговорност и задовољство
- Браћа и сестре у непрестаном сукобу – учење за живот
- Спречавање болести зависности – прича која нема краја

4.2 Учење уз компјутер – постаје све важније

Компјутери су незаобилазни у нашем свакодневном животу и то је корона вирус јасно показао

Највише деце у Србији има компјутер у својој соби. Шта ми као родитељи треба да о томе мислимо? Искуство са пандемијом корона вируса је једну ствар јасно показало: без дигиталне компетенције, деца (и не само деца) су изгубљена. Док су студенти и већина средњих школа углавном самостални у обављању послова коришћењем учење на даљину, родитељи мале деце су се обрели у ситуацију да су постали наставници са непотпуним радним временом, што је одговорност коју треба ставити у равнотежу са другим радним дужностима. У Србији је школске 2019/2020. године у основну школу уписано 517.826

ученика. Они су похађали 3286 школе. Од наступања пандемије, терет онлајн школовања често пада на родитеље. Они који су у стању да имају онлајн послове били су флексибилнији у праћењу и помагању њиховој деци са учењем. Они чије је физичко присуство на послу било неопходно су често тешко излазили на крај и нису били у стању да се ослоне на бабе и деде због рестрикција које су се односиле на контакт са старијима.

Компјутери у школама помажу учење – свуда у свету

Компјутери су део свакодневног живота деце и младих. Студије показују да нови медији имају веома важну улогу у слободном времену школске деце. Младима је компјутер важнији чак и од телевизора. Они не могу да замисле живот без интернета. Користе га да би ћаскали са пријатељима и размењивали информације на друштвеним мрежама, играли онлајн игрице, као и тражили податке који су им потребни за часове. У основној школи нови медији имају и важну улогу у пројектним недељама у школама, ако их има. На пример, ученици имају прилику да се баве дигиталном фотографијом и да едитују своје фотографије користећи компјутерски програм. Када је реч о предметима попут језика, математике или природних наука, деца и млади често раде са образовним софтвером. Компјутерски програми се сада користе и у обдаништини, говорној терапији и допунској настави.

Учење на компјутеру: Чему то?

Али да ли компјутери помажу у школи? Резултати научних истраживања су показали да компјутери могу да повећају квалитет наставе и да побољшају исходе учења. Деца уживају у раду на компјутеру и Интернету. Ако се нови медији користе у отвореном окружењу за учење, ученици имају прилику да самостално прибаве материјал за учење. Чинећи то, не само да уче како да користе компјутер, већ стичу и медијску компетенцију.

Многи родитељи не користе нове могућности

Многи родитељи се слажу да компјутери представљају важан додатак за сврхе учења. Без обзира на то, многи родитељи их сами ретко користе и нису свесни колике су користи од њих. У блиској будућности ће се показати да ли је похађање школе од куће то променило у Србији или не.

Учење на компјутеру ће задржати значај и у будућности

Компјутери и Интернет ће у будућности имати све важнију улогу у школама. У оквиру једне студије 50 стручњака је замољено да оцене какву ће улогу нови медији у будућ-



ности имати у настави и учењу. По мишљењу испитаника, значај компјутера ће у будућности расти. Истовремено, ученици ће вероватно постати још хетерогенији, што би могло да донесе нове изазове садашњим школама. У том контексту, учење би требало да буде флексибилније и боље прилагођено ученику као појединцу. Стручњаци се слажу да су наставници незаобилазни када је реч о коришћењу нових медија. Не зна се пуно како се компјутери користе код куће и за израду домаћих задатака, али се чини да се неки родитељи брину због количине времена које деца проводе пред екраном. Важан предлог за управљање коришћењем компјутера би могао да буде да својој деци дозволите да вам покажу нешто ново, како раде истраживање, како уче јези, или како комуницирају са другима. Будите заинтересовани!

4.3 Опасности на Интернету – позитиван приступ

Многи родитељи споро уче како да користе Интернет, али за већину деце и младих коришћење Интернета за разону је постала њихова друга природа. Због тога је за родитеље још важније да својој деци дају потпуне информације о опасностима Интернета. Није добро почети разговор причом о опасностима. То је као кад разговарате о возњи аутомобила. Истина, возња може да буде опасна, али прво и најважније је то што је корисна!

Успоставите правила за своје дете када претражује Интернет

Учење са компјутерима и коришћењем Интернета део су наставног плана. У нашем информационом друштву, ова знања постају све важнија за професионалну будућност наше деце. Међутим, важно је мотрити и на опасности које су ту можда крију. Ако деца имају сопствени паметни телефон или компјутер, родитељи често не могу да прате њихове *онлајн* активности. Немогуће им је да све време управљају својом децом и контролишу шта она раде.

Због тога родитељи треба да се постарају да у потпуности разумеју какве опасности Интернет може собом да носи и да онда то своје сазнање пренесу свом детету. Поред тога што ћете објаснити могуће ризике, треба и да поставите неколико основних правила. Уверите се да ваше дете зна сврха правила није да им се нешто забрани већ да их се заштити од опасности. Разговарајући са својим дететом о томе шта и како претражује на Интернету вам може помоћи и да мање бринете о томе шта оно заправо ради *онлајн*.

Избегавање опасности на друштвеним мрежама

Друштвене мреже су изузетно популарне међу децом и младима, а учесници на овим мрежама учествују неколи-



ко различитих начина, нпр. гледају слике и видео снимке, размењују информације са пријатељима и обавештавају се читавом низу различитих тема. Међутим, ту су присутне и многе опасности. На пример, подаци о личности су валута на нету. Деца често без оклевања откривају ову врсту података провајдерима друштвених мрежа, чествовањем или у надметањима. То не само да може да доведе до мноштва нежељене поште, већ и до узнемиравања од стране педофила и других злонамерних одраслих особа.

Безбедно коришћење друштвених мрежа зато мора да се учи. Постављање старосних ограничења за прегледање неких вебсајтова углавном је узалудно и лако се заобилази. Зато је важно да обавестите своје дете како да остане анонимно на Интернету. Коришћење надимка или лажног имена ће помоћи да се заштити идентитет вашег детета. Исто тако, било би добро да за своје дете направите и другу е-маил адресу која нема значење и коју деца могу да користе за све своје активности *онлајн*.

Савет: Пре него што се ваше дете придружи некој друштвеној мрежи или преузме неку апликацију, прочитајте Услове и ту ћете сазнати да ли и у којој мери провајдер ограничава ваше права када је користите.

Схватите озбиљно потребу да се дете заштити на Интернету

Све су чешћи случајеви електронског насиља. Злобне гласине, увреде и компромитујуће фотографије или видео снимци се нетом шире брзо. Што је најгоре, у већини случајева то ширење не може да се заустави и информације остају (можда заувек) на Интернету. Исто важи и за све коментаре, фотографије и слично што ваше дете постави на нет. Јасно реците свом детету да Интернет никада ништа не заборавља. Уверите се да знају да би непријатности могле да се догоде сваког тренутка. Штагод да се деси, ваше дете треба да може да вам верује и да зна да не треба да буде посрамљено.

Савет: Ако желите да играте на сигурно, размотрите могућност да купите неки од многих програма родитељске контроле који су доступни на Интернету. Тако ћете деци дозволити приступ само провереном Интернет садржају. Можете да одаберете шта желите да дозволите: програми за то нуде различита подешавања.

Алтернативе Интернету

Рад са медијима треба научити. Ако видите да је ваше дете под ризиком да постане зависно од одређених *онлајн* активности, треба да му наметнете ограничења. Тачно утврђено време за Интернет помаже да ваше дете не изгуби везу са реалним светом. Понајпре, понудите му алтернативне активности, као нпр. излете, време које би провели са пријатељима, или вече за игре. Међутим, ово функционише само ако и ви учествујете.

4.4 Слободан простор – подршка развоју

Деца су по својој природи радознала, али немају увек прилику да задовоље своју жеђ за знањем. Родитељи имају највећи утицај на спремност њихове деце да уче.

Деца су по природи радознала и желе да открију свој свет

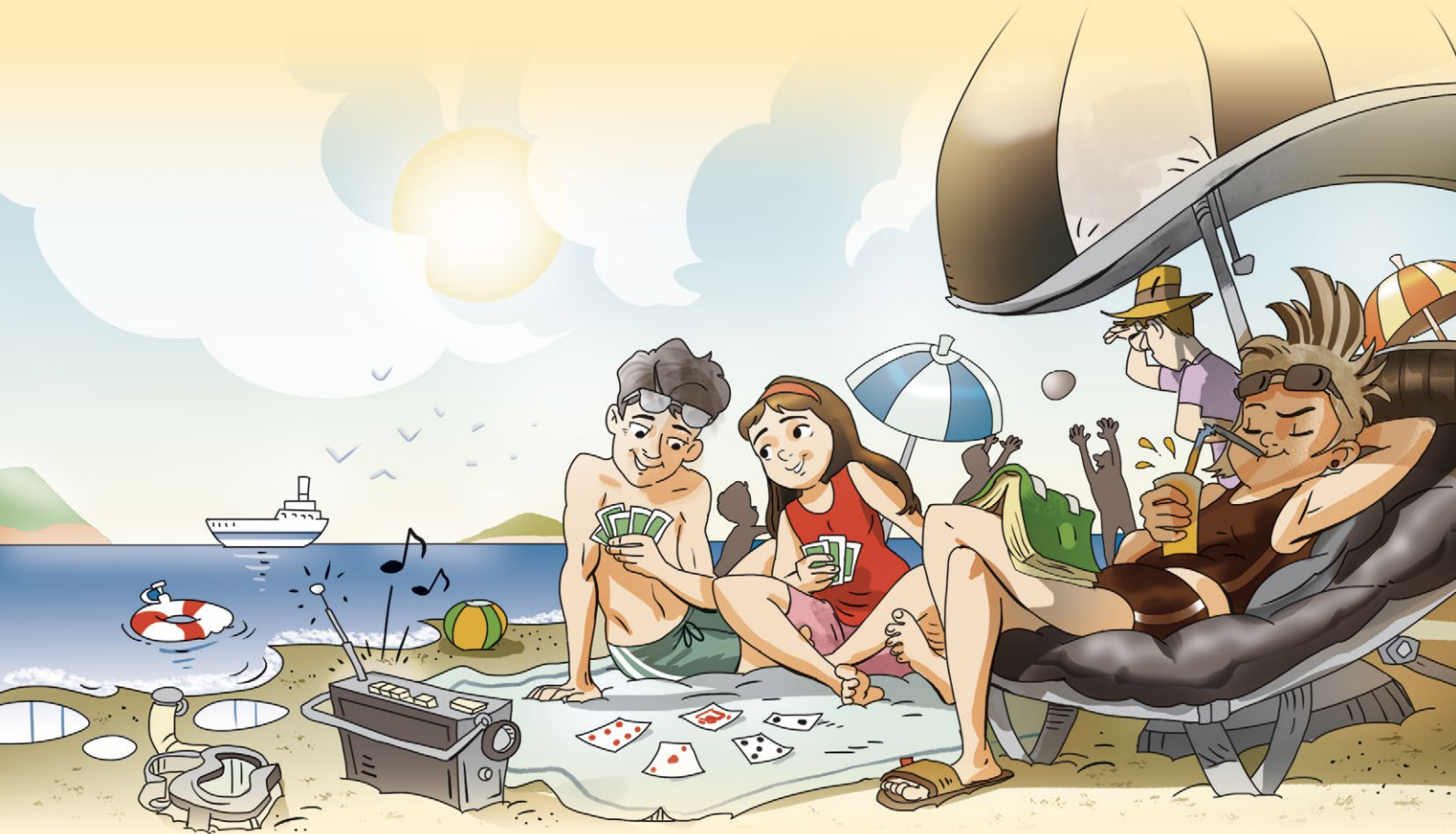
Шума нуди занимљиве прилике да деца упознају биљке, животиње и природу. Они који имају могућност да, на пример, као породица прате шумара у шуми ће научити доста о животу у шуми. Таква искуства су незаборавна и често формативна за децу јер са таквим искуствима нагло почне да расте њихово, раније сакривено, интересовање за одређене теме.

Хобији њихових родитеља и браће и сестара могу да инспиришу дете.

Уопштени разговори и дискусије за столом приликом вечере, као и заједнички излети, такође представљају корисне канале којима се деци обезбеђују нове доживљаје и авантуре. Таква истраживачка путовања могу да буду заиста позитивно искуство за децу и да дуго времена остану похрањена у њиховим мозговима и тако имају трајан утицај на њихова интересовања и радозналост.

Окружење емотивне пријатности

Деци је природа подарила радозналост и жеђ за знањем. Како су показале научне студије, родитељи имају највећи утицај на спремност њихове деце да уче. Најпре су ту емоције које граде темељ да дете ужива у учењу. Зато учење треба да се одвија у окружењу које је емотивно пријатно. Међутим, не уче сви људи на исти начин и свака особа има сопствени начин учења, зависно од врсте учења. Сходно томе, важно је да се дете не приморава на неки одређени образац учења. Некој деци је потребно доста иницијати-



ве од стране родитеља, док је другима то потребно тек у незнатној мери. Децу никад не треба стављати пре прекомерне нити пред премале изазове, већ њихови нагони за учењем треба да одговарају личности детета. Музика и кретање су популарни и корисни начини да се на децу пренесу нова знања јер многа деца осећају јак нагон да се крећу, а познато да се више делова мозга активира музиком него једноставним читањем наглас.

Усмеравање ка независности од најранијег узраста

Како деца воле да експериментишу и да испробавају нове ствари, за њих је важно да осећају да други имају поверења у њих. Ако родитељи уклоне све тешкоће или опасности са аргументом да је то „за дететово добро“, онда они тешко да им помажу на њиховом путу учења. Боље је да се деца од најранијег узраста уче самосталности коришћењем метода као што су стратегије решавања проблема. Мото гласи „учење кроз искуство“, а то значи да се омогућава учење путем различитих канала, као што су слушање, читање, гледање и рад. Управо у дугу овога говоримо свом детету: Како се најбоље учи? Који је ваш циљ? Да ли то што радите има неко значење?

Време и простор за индивидуални развој

Образовање у демократији изискује рад који је усмерен на ресурсима и решењима и који полази од јаких страна детета. Демократски мото је да ће сваки појединац наћи

своје место у овом друштву. Нажалост, школски систем је још увек увелико усмерен на грешку и дефицит. Многа питања у вези са оцењивањем су предмет расправе, политичким одлукама се добри системи оцењивања избацују из равнотеже, а нејасноће у погледу компетенција школских власти и руководства школе јасно показују недостатке. Ове неадекватности одраслих увек иду на рачун деце. Међутим, ако желите да одржите радозналост и жеђ за знањем ваше деце, морате узети за озбиљно и њих и сва њихова питања. За то су потребни време и простор за њихов индивидуални развој.

4.5 Прави кућни љубимац за дете – одговорност и задовољство

Мало тога на децу делује толико очаравајуће као животиње. Има добрих разлога што мекана играчка често неизоставно прати дете у првим годинама живота. Али то није права замена за стварну животињу. Дакле, сасвим је могуће да ваше дете једнога дана изразити жељу да добије кућног љубимца. Оно што ви као родитељ треба да имате на уму приликом одлучивања је да кућни љубимац увек представља равнотежу између задовољства и одговорности. Има ли чега што је ближе вредностима демократије?

Буђење односа окружењем: Кућни љубимац може детету да буде веран пратилац

Пре него што попустите пред молбама свог детета, треба да знате неколико ствари. Што је најважније, кућни љубимац није играчка и не можете га просто оставити у углу једном када вам досади. Одабир кућног љубимца увек подразумева посао за родитеље. Па ипак, доста тога иде у прилог томе да имате кућног љубимца у кући. Стручњаци се већински слажу када је реч о позитивном утицају који кућни љубимци имају на децу.

Кућни љубимци смањују осећање стреса и пружају емотивну утеху деци; миловање и додиривање кућних љубимаца ослобађа хормоне среће код деце.

Нарочито градска деца имају мало контакта са природом и животињским светом ако немају кућне љубимце. Ако има пса, лењивац је приморан да иде у шетњу, а сво то лудирање унаоколо може да га претвори у љубитеља природе. Исто тако, деца која имају кућног љубимца су често мање болесна и имају јачи имунитет. С обзиром да брзо науче да одговарају на потребе својих животињских сустанара, ваша деца проширују своје социјалне вештине. Поред тога, деца преко кућног љубимца науче да преузму одговорност.

Нарочито проблематична деца имају користи када имају животињског пријатеља. Свакодневно пружање бриге и неге јача развој њихове личности и њихову психолошку стабилност.

Постају мирнија и уравнотеженија. Укратко: деца која имају кућне љубимце науче да преузму одговорност, самостално предузимају активности и развијају социјалне компетенције.

Добро размислите пре куповине

Међутим, и даље је на родитељима одговорност да покажу детету како да се правилно односи према животињи. Деца ће имати близак однос са кућним љубимцем ако науче да су кућни љубимци жива бића која имају сопствену слободну вољу и не могу да се натерају да се мазе. Поред тога, родитељи треба да науче децу правилима за понашање са животињама, на пример да не треба узнемиравати животињу док спава или једе.

Пре него што купите кућног љубимца, ви и ваша породица треба да се јасно определите о следећем:

- Који је кућни љубимац подесан за нашу породицу?
- Да ли је кућа довољно велика да се кућни љубимац држи на одговарајући начин?



- У случају изнајмљивања стана или куће, да ли је дозвољено држање кућних љубимаца?
- Можемо ли да посветимо довољно времена кућном љубимцу?
- Да ли можемо себи да приуштимо издатке на кућног љубимца? На пример, трошкови хране и ветеринара могу да буду превелики за домаћинства са ниским примањима.
- Имамо ли пријатеље или рођаке који могу да се брину о животињи када смо ми на одмору?
- Колико дуго желимо да се старамо о кућном љубимцу? Животињице попут хрчака и мишева живе само између 1 и 4 године, док мале корњаче могу да поживе и 40 година ако се држе на правилан начин. Чак и зечеви могу да доживе 10 година. Мачке и пси живе од 10 до 18 година.
- Да ли је ико алергичан на длаку кућног љубимца?

4.6 Браћа и сестре у непрестаном сукобу – учење за живот

Свађа са братом или сестром је део свакодневног живота у породицама и нешто је што је савршено нормално. Браћа и сестре се међусобно воле, али се често препиру, посебно у раном узрасту. Интересовања, искуства и расположења су им често веома различита. Међутим, различитост мишљења је суштински елемент транспарентног друштва, а демократија подразумева и надметање добрих идеја. Никада није превелико рано да почнете да примењујете.

Шта радити кад се то деси:

Свађа са братом или сестром је нешто што се свакодневно дешава и представља важан процес за развој. Кроз препирке, испољавају се различите склоности и карактерне црте и деца уче како да се дистанцирају од свог брата или сестре и стичу самопоуздање. Сукоби са братом или сестром су зато важни као процес учења за социјални живот ван породице. Међутим, многе родитеље нервирају непрестане свађе, а озлојеђеност често угрожава породичан живот.

Када вика и размирице међу браћом и сестрама постану неподношљиви, родитељи се питају: Кад би требало да интервенишем? Како да следећи пут спречим ескалацију?

Важно је да се пронађе прави тренутак. Ако родитељи интервенишу прерано, тиме ће ускратити браћи и сестрама прилику да сами реше спор. С друге стране, ако интервенишу прекасно, мирно решење можда више неће бити могуће. Најбоље време да се умешате је зато тренутак када су изнесене све оптужбе и родитељи схвате да браћа и сестре неће ништа постићи расправом.



Родитељи помажу својој деци ако она имају осећај да родитељи схватају ситуацију озбиљно. Претње, подигнут кажи-прст или задиркивање никоме нису од користи никоме.

Они који осећају да имају разумевање других када се љуте су спремни да разумеју друге. Ово не важи само за децу, већ и за одрасле. Укратко представите деци ситуацију на начин који је прикладан за њихов узраст: трогодишњици се расправљају другачије него осмогодишњаци. Уз овакву подршку, деца би требало да буду способнија да самостално нађу решење за своју расправу.

Ако свађа ескалира и браћа и сестре постану насилни, родитељи треба да их раздвоје. Онда је сукоб ушао у фазу у којој речима више не можете пуно да постигнете. Браћа и сестре треба да се смире како би могло да се нађе решење.

Како избећи непотребне свађе?

Чврста правила која су обавезујућа за све су добар основ за спречавање свађа. Најбоље да се ова правила донесу заједно са децом.

Да бисте донели правила, можете себи поставити следећа питања:

- Које играчке и личне ствари се не деле са браћом и сестрама?
- Које псовке нису дозвољене?
- Која је врста физичког контакта дозвољена?
- Каква су права и дужности деце?
- Приликом преговарања о правилима ниједно дете не би смело да буде запостављено нити да осећа да се према њему неправедно поступа.

И да вам успут дамо још један савет: досада је плодно тле за сваку препирку између браће и сестара. Ако су заокупљени нечим, имају мање разлога и жеље да се сукобљавају.

4.7 Спречавање зависности – прича која нема краја

Интернет, мобилни телефони, коцкање, алкохол, пушење. Многи родитељи се питају шта би могли да ураде да заштите своје дете од проблема са зависношћу, или како би требало да реагују ако њихово дете већ показује понашање зависника. Штагод урадили, имајте на уму да деца треба да буду одговорна за своје одлуке, као и да их је у демократском друштву немогуће потпуно контролисати. Шест малих савета вам могу помоћи да научите и покушате да урадите све што можете како би се изборили са таквим ситуацијама:



Оснажите своју децу – Заштитите своју децу од проблема зависности

Много тога што радите свакодневно васпитавајући своју децу има и ефекат спречавања зависности: охрабрујте своје дете. Слушајте га. Нека осети да вреди. Покажите му како да савлада стрес и научите га да контролише своје нагоне и да одлаже награду. Све ово може да помогне да ваше дете буде јаче, али и да спречи зависност.



Будите узор

Родитељи су узор када је реч о зависности о дрогама или медијима. Ако конзумирате алкохол због задовољства и уз незнатан ризик, то може позитивно утицати на ваше дете. Исто важи и за уредно, непрекомерно коришћење медија или мобилних телефона. Ако пушите, вашем детету помаже ако се самокритички односите према томе и отворено причате о томе зашто пушите, на пример.



Преносите знања

Пуко информисање наравно није довољно за успешну превенцију. Без обзира на то, важно је да ваша деца знају за ризике који се повезују са коришћењем супстанци које изазивају зависност. То се односи на законом дозвољен алкохол као и на дроге. Део овога је и знање о коцкању, коришћењу Интернета, итд. Помозите свом детету да то научи на начин који је прикладан за његов узраст.



Негујте однос

Веома је важан однос поверења између деце и родитеља. Такав однос је резултат свакодневног начина образовања. Водите дијалог са својим дететом од његовог најранијег узраста. Озбиљно томе приступајте. Питајте га за мишљење. Однос поверења ће имати важну улогу и ако будете имали веће проблеме са дететом, на пример ако оно почне да користи марихуану или непрестано игра игрице.



Нека буде јасно који је ваш став

Родитељи треба јасно да кажу какав је њихов став у погледу супстанци које изазивају зависност и коришћења таквих супстанци и (ако је то могуће) да наметну свој став: Нема конзумирања алкохола пре 16-те године, нема коришћења дувана, марихуане и других забрањених дрога, док коришћење медија треба да допуни друге врсте активности у слободно време а не да их омета.



Како реаговати када дете користи супстанце које изазивају зависност или непрестано игра игрице

Ако сте забринути због коришћења дроге или зависничког понашања свога детета, разговарајте са њим. То је најбољи начин да сазнате шта се тачно дешава. Заузмите јасан став и будите доследни. Ако нисте сигурни или је ситуација забрињавајућа, немојте оклевати да се обратите специјализованој установи. Саветодавни центри за зависнике, саветодавни центри за младе, као и образовни саветодавни центри су ту да вам помогну.

Литература

Аутори базирају своје текстове на разним специјалистичким књигама и разговорима са стручњацима. Следеће књиге представљају извод из коришћене литературе у коме су приказане теорије и специјалистички приступи коришћени у овом приручнику.

- Богелс, С.** (2020). *Mindful Parenting: Finding a Space to Be* [Свесно родитељство: Налажење простора да се буде]. Pavilion Publishing. Hove UK.
- Брекет, М.** (2019). 'Permission to Feel: Unlocking the Power of Emotions to Help Our Kids, Ourselves and Our Society Thrive' [Дозвола за осећање: Ослобађање снаге осећања да бисмо помогли својој деци, нама самима и нашем друштву да напредује]. Лондон: Quercus Books.
- Јул, Ј.** (2011). *Ваше компетентно дете. Нов, револуционаран поглед на успешно васпитавање и подизање деце.* Београд: Лагуна.
- Јул, Ј. и Јенсен, Х.** (2014). *Компетенција у педагошким односима. Од послушности до одговорности.* Београд: Едука.
- Лорч, Б.** (2016). *Brain States: Learning to Read Children's Behaviors* [Стања мозга: Научите да читате понашања деце]. Доступно на: <https://www.slideshare.net/NicoleGregoryPortzen/brain-states-parent-involvement-belinda-lorch-61275315>
- Левин, Роберт А., Левин С.** (2016). *Do Parents Matter? [Да ли родитељи нешто значе?]* Њујорк: Ingram Publisher.
- Маркхам, Л.** (2012). *Peaceful Parent, Happy Kid. How to stop Yelling and Start Connecting* [Миран родитељ, срећно дете. Како да престанемо да вичемо и почнемо да се повезујемо] Лос Анђелес: Perigee Book.
- Нелсен, Ц., Ирвин, Ч., и Дафи, Р.** (2007). *Positive Discipline for Preschoolers* (Позитивна дисциплина за предшколце). Београд: Leo Commerce.
- Сигл, Ц., Пејн Брајсон, Т.** (2011). *The whole brain child. 12 revolutionary strategies to nurture your child's developing mind.* New York: Delacorte Press. [Развој дјечјег мозга. 12 револуционарних стратегија интегрираног приступа за потицање развоја здравога дјечјега ума]. Сплит: Харфа д.о.о.
- Требамо ли бринути?** (2010). Линк: <https://www.poliklinika-djeca.hr/publikacije/trebamo-li-brinuti/>
- Вуковић, С.** (2017). *Стрес родитељске улоге у контексту породичних односа и васпитног стила.* Београд: Задужбина Андрејевић.
- Зотовић, М., Петровић, Ј., Мајсторовић, Н.** (2012). *Извори стреса и начини превладавања стреса код адолесцената: јесу ли буре и олује мит или реалност?* Психологија, 45 (2), 171–188. doi: 10.2298/ПСИ12021713
- Зотовић, М., Беара, М.** (2016). *Ментално здравље младих у АП Војводини. Стање и перспектива.* Нови Сад: Центар за производњу знања и вештина.
- Војцички, Е.** (2019). *How to raise Successful People* [Како одгајати успешне људе]. Лондон: Random House.

**Канцеларија Савета Европе у Београду,
Шпанских бораца 3, 11070 Нови Београд, Србија
Tel. +381 11 71 555 00 Fax +381 11 31 22 088**

🏠 <http://horizontal-facility-eu.coe.int>

f [jp.horizontal.facility](https://www.facebook.com/jp.horizontal.facility)

🐦 [@CoE_EU_HF](https://twitter.com/CoE_EU_HF)

Ова публикација је припремљена уз финансијску подршку Европске уније и Савета Европе, у оквиру заједничког пројекта „Квалитетно образовање за све“. Ставови изражени у њој не представљају нужно званичне ставове Европске уније или Савета Европе.

SRP

Савет Европе је водећа организација за људска права на континенту. Обухвата 47 држава, укључујући све чланице Европске уније. Све државе чланице Савета Европе потписале су Европску конвенцију о људским правима, споразум чији је циљ заштита људских права, демократије и владавине права. Европски суд за људска права надгледа примену Конвенције у државама чланицама.

www.coe.int

Земље чланице Европске уније су одлучиле да удруже своја знања, ресурсе и судбине. Заједно су изградиле стабилно окружење, демократију и одрживи развој задржавајући културну разноликост, толеранцију и индивидуалне слободе. Европска унија је посвећена дељењу својих достигнућа и вредности са земљама и народима ван својих граница.

www.europa.eu

Финансирано
од стране Европске уније
и Савета Европе



EUROPEAN UNION

COUNCIL OF EUROPE



CONSEIL DE L'EUROPE

Имплементирано
од стране Савета Европе