

# 10 dana do veće saradnje



Dan 4.





# Dobrodošla!

Koliko ti je juče bilo teško da pogledaš ponašanje deteta bez evaluacije? Ovo može biti veoma teško jer imamo razna uverenja kako dete treba da se ponaša, a jedno od najčešćih je da dete uvek treba da radi ono što mu kažemo kada mu to kažemo. I onda kada dete to ne uradi probude se svi naši stahovi (strah da nas neko ne osuđuje, strah od neuspeha, strah da smo iskorišćeni, da nismo važni, da naš trud nije prepoznat) i kada dete vidmo iz tog straha mi ga vidimo kao pretnju, kažemo da je neposlušno, manipulativno, prkosno. Diskonekcija. I još manje saradnje.

A kada dete vidimo iz neutralnog ugla, bez emocionalnog naboja možemo ga videti kakav jeste, možemo videti njegova osećanja, potrebe, strahove, želje. Možemo mu pokazati razumevanje, prihvatanje i pomoć.





Gradimo konekciju iz koje proizilazi detetova želja za dobrovoljnom saradnjom sa nama. Sada dete ceni naš odnos, on mu je važan i čuva taj odnos tako što prihvata naše mišljenje, stav i naše vodstvo i naš uticaj.

I kada od deteta tražimo da uradi nešto što možda ne želi naš jasan zahtev i empatija će biti dovoljni da obezbedimo saradnju.

Želim još da napomenem, posebno kada su mala deca u pitanju, da moramo biti svesni svojih očekivanja.

S jedne strane želimo da imamo visoka očekivanja za našu decu, ali ukoliko su ona razvojno neopravdana moramo ih prilagoditi.

Aktivnosti za dan 4. su:



# 1

## *Kako mogu da pomognem*

Danas kada budeš htela da promeniš ponašanje deteta, umesto da se pitaš kako da me moje dete sada poslušaj, pitaj kako mogu da mu pomognem.

U situaciji:

\*STANI. Samo se zaustavi nemoj ništa da kažeš.

\*DIŠI polako na stomak da smiriš svoj nervni sistem. Pusti svaki cilj koji imaš u tom trenutku. Tvoj jedini cilj je konekcija.

\*PREUSMERI FOKUS. Pogledaj dete.

Vidi njegovu perspektivu. Pitaj se kako mogu da mu pomognem da izrazi ono što mu je potrebno, kako mogu da mu pomognem da uradi ono što očekujem od njega.

Ovo je aktivnost za danas, a za dalje dobijaš Formulu za saradnju, gde imaš sumirano ovo o čemu smo govorili do sada.



## 2

### *1 na 1*

Odvoji 10 minuta da se potpuno posvetiš detetu. Sadi sa njim na pod ili se uključi u njihovu omiljenu video igru. Sada su oni glavni, tvoj jedini zadatak je da budeš potpuno prisutna, što znači da ne razmišljaš šta te od obaveza još čeka, da posmatraš dete, da ga slušaš, da ih vidiš u njihovom svetu, da radiš ono što ti oni kažu .

Ovo nije vreme kada ih učiš, daješ lekcije, ispituješ. Ovo je vreme kada zadovoljavaš njihovu potrebu za pažnjom, konekcijom, pripadnošću. Posebno za malu decu, reci im na početku koliko vremena ćete se igrati. Ukoliko kasnije žele još validiraj njihovo iskustvo "Znam da želiš da se još igramo i meni je bilo jako zabavno. Sada ćemo/ću... Možemo ovo da ponovimo sutra/ za vikend, šta kažeš?"

Ukoliko dogovorite sledeći termin, moraš ga ispoštovati.



# Do sutra

Budi dobro i znaj da ovde imaš  
podršku i razumevanje!



**Ostani u kontaktu**

**[www.razgovarajmooroditeljstvu.rs](http://www.razgovarajmooroditeljstvu.rs)**

Podeli svoja iskustava u privatnoj Facebook grupi Razgovarajmo o roditeljstvu

Za još više podrške tu su YouTubu kanal i Instagram @razgovarajmooroditeljstvu