



## 2. ŠOLA ZA STARŠE V ŠOLSLEM LETU 2024/25

### VZGOJA OTROK V DANAŠNJEM ČASU

V torek, 22. 10. 2024, smo na spletni platformi Zoom poslušali zanimivo predavanje za starše predšolskih otrok **o vzgoji otrok v današnjem času, kako postavljati meje a hkrati omogočati in razvijati občutek varnosti, bližine pri otroku.**

Svoje znanje in razumevanje o tej temi je z nami delila Damjana Šmid, socialna pedagoginja. Udeležencem je predstavila, da je vse kar naredijo danes, pomembno za samostojnost otroka v prihodnosti. Vzgojamo bodoče partnerje, zaposlene, delavce, vodje. Vzgoja otroka je odgovornost, pomembno pa je sodelovati s strokovnimi delavci vrtca, saj nam informacije o otrokovem funkcioniranju izven domačega okolja pomagajo pri vzgoji. Svet je preplavljen z informacijami o vzgoji, pomembno je, da razmišljamo in uporabimo, kar nam koristi.

Glavne poudarke predavanja si lahko preberete v nadaljevanju.

#### OTROK NAJ NE BO FOKUS DRUŽINE

Starši se pogosto tako zaljubijo v svojega otroka, da postane otrok fokus družine, vse se vrte in prilagaja njemu. Pretiran fokus je lahko škodljiv, ker otrok potem v vseh okoljih pričakuje, da se bo vse vrtelo okoli njega. Razmislimo, kakšen je naš odziv na otroka- je prehitro (otrok lahko postane razvjen), je prepočasen (neodzivanje na otrokove potrebe lahko postane zanemarjanje)? Najboljše je bit v sredini: npr. ko otrok joka presodimo kako hitro ukrepanje je potrebno. Za otrokov razvoj so pomembne **male dozirane stiske** – otrok jih more izkusiti, da razvije svoje spretnosti reševanja težav in reguliranja čustev.

#### OTROKOVO DOBRO POČUTJE

Otrok se ne bo naučil biti zadovoljen, če bomo vedno odrasli poskrbeli za njegovo zadovoljstvo. Otrok naj pri starših vidi, kaj pomeni, ko poskrbiš zase, ko poskrbiš za svoje potrebe, ko si zadovoljen. Če je otrok neprestano v dobrem stanju, ne zna bit v slabem stanju, kar pa ni življenjsko.

Če odrasli zdržimo v tem, da je otroku težko (da doživlja malo dozirano stisko), mu pomagamo pri pridobivanju poguma in življenjskih spretnosti. Zlasti, ko gre za neke obvladljive situacije (npr. da si sam naroči sladoled). Ko gre za hude stiske, pa seveda ne čakamo, temveč otroku pomagamo in se na njegovo stisko ustrezno odzovemo.

#### ŽIVLJENJE V DRUŽINI

Če otrok hodi v vrtec, popoldan ne potrebuje dodatnih aktivnosti, temveč le družino, bližino staršev, »normalnost«. Aktivnosti, strukture, socializacije dobi v veliki meri že v dopoldanskem času. Če vzgojiteljica staršem pove, da otrok potrebuje več spodbud npr. pri gibanju, fini motoriki, to ne pomeni, da ga je potrebno vključiti v popoldanske športne dejavnosti, temveč da nam npr. pomaga olupiti kakšno mandarino več. Otroci ne potrebujejo prenasičenosti s popoldanskimi aktivnostmi, za to bo



primeren čas kasneje. Otrok naj sodeluje pri družinskih opravilih, naj gre s starši na pošto, pomaga pospraviti oblačila, naj mu bo dopuščeno biti čimbolj »navaden«. Otroka naučimo, da vsi skupaj skrbimo za naš dom in družino.

Za otroka ni ključno, da ga odrasli animirajo, temveč da skupaj preživijo kvaliteten čas brez zaslonov. Ob odhodu otroka iz vrtca, se odraslim ne sme muditi. Stvari ne smemo početi namesto otroka, ne hitimo zanj, vzemimo si čas, saj so otroci ob prehitrih in prevelikih spremembah nemirni. Vzemite si čas. Za otroka so starši najpomembnejše osebe do približno 9. leta starosti, potem pomembnost upada, saj postanejo zanj pomembni tudi ostali ljudje, prijatelji, družba, vendar pa lahko vidimo, kako se odraža na otroku, kar smo prenesli v njegovih prvih devetih letih. Tudi ko starejše otroke in mladostnike vprašamo po čem se spominjajo svojih staršev, največkrat govorijo o skupnih doživetjih, dogodkih.

Tudi ko otrok zboli potrebuje čas, da odleži in preboli. Če se hiti z okrevanjem, bo otrok najverjetneje čez dva tedna ponovno zbolel.

*Če otrok toži, da nima kaj početi, ima pa veliko igrac na razpolago, s tem izraža potrebo po bližini, po pozornosti staršev, ne po stvareh.*

## RUTINE

Rutine predstavljajo varnost za otroka, saj točno ve kaj lahko on pričakuje in kaj se bo od njega pričakovalo. Več kot je v družini dobrih rutin, npr. ustaljen urnik spanja, potek obrokov; več izjem si bomo lahko privoščili, ki bodo za otroka posebno doživetje. Izjeme v primeru ustaljenih rutin ne povzročajo kaosa, če pa rutin ni, je lahko vsaka izjema kaotična.

Otrokom berite čim več pravljic – imajo vrednote, strukturo, so jasne, posledice so vedno prisotne; otrok to znanje nalaga in prej ali slej ga bo uporabil. Pri izbiri kakovostnih pravljic je v pomoč izbira najboljših literature za otroke »zlata hruška«, katerega prejmejo najboljše slikanice in pravljice za otroke. Seznam le – teh lahko vsako leto poiščete na spletu.

## KUPOVANJE DARIL

Otroci rečejo, da nekaj rabijo, čeprav si to le želijo. Skupaj z otrokom poiščite sliko predmeta, ki si ga otrok želi, naj vam ga opiše, pove kaj bi s tem počel, kaj vse ima ta predmet. Sliko nalepite na hladilnik in se z otrokom pogovorite, da je to super ideja npr. za darilo za rojstni dan in bo super, da bo počakal nanj. V večini primerov ta predmet v roku dveh tednov ni več zanimiv. Naučite otroke čakati.

## NA OBISKU

Ko otrok ne želi domov in začne jokati, ne potrebuje pregovarjanja, preusmerjanja pozornosti, odštevanja. Poskusite z: »Vidim, da si žalosten, ker ti je tukaj tako všeč in bi rad še ostal, si bomo zapomnili in bomo še prišli. Zdaj pa gremo.« Tako otroku postavimo mejo in se je držimo, pomembno je, da zaznamo otrokovo počutje, ga ubesedimo, mu omogočimo priložnost za uravnavanje čustev. Nejasna sporočila otroku odprejo možnost za manipuliranje.

## PREHRANJEVANJE

Prehranjevanje lahko postane predmet manipulacije otroka, če se pretirano ukvarjamo s hrano. Če otrok nima stroge diete oz. specifičnih navodil s strani zdravnika, ni potrebno dajati tolikšne pozornosti



na hrano. Če otrok reče, da je lačen, je to dobro, saj se uči zaznavati in prepoznavati svoje občutke v telesu. Če otrok tega nikoli ne reče pomeni, da nima te priložnosti.

Otroci morajo biti tudi dovolj hidrirani, predvsem z vodo.

Ko otrok dobi nek obrok, ki ga mi ne bomo jedli, moramo biti vsaj fizično prisotni. To ne pomeni, da otroka vmes sprašujemo in animiramo, temveč da smo samo prisotni, pijemo vodo in nismo na telefonu. Otroka ne silimo v dodatke oz. da obrok poje do konca, saj se tako nauči kdaj je dovolj. Pomembno je, da otroke učimo poslušati svoje telo.

### **TRIJE BONUSI ZA BODOČE MLADOSTNIKE**

Treh jokerjev (možnosti) ne damo otrokom, saj jih bodo starši potrebovali kasneje: 1. **frizura** – do 12. leta na otrokovi glavi ne bi smelo biti nič drugega kot špange, šampon, uši, elastika... 2. **oblačila**: otrok potrebuje le udobna, oprana oblačila, noben problem ni, če ima gor kakšen madež paradižnika. Otrok že sam po sebi lepo diši, ne potrebuje dodatnih dišav mehčalca ali dragih znamk oblačil. Ni objekt, ki bi ga bilo potrebno lepiti. Otrok je lep sam po sebi in ne potrebuje komentarjev v stilu: kako si lepa s to obleko. 3. **glasba**: obstaja kvalitetna glasba za predšolske otroke, od katere se učijo; otrok bo imel še celo življenje možnost poslušati različne zvrsti glasbe; v tem obdobju pa potrebuje kvalitetno glasbo in le-ta naj bi prevladovala.

Vsi trije jokerji pridejo na vrsto v puberteti, ko je otrokova poglavitna naloga, da se upre avtoriteti, kar naredijo z glasbo, oblačili in frizuro. Če te bonuse uporabijo že prej, kaj jim ostane v času pubertete? Ostane jim lastno telo, samopoškodovanje po vedno bolj narašča.

### **UPORABA ZASLONOV**

Pomembno je tudi doziranje uporabe ekranov: če se že zgodaj privadijo na močne dražljaje, se nanje prilagodijo in posledično potrebujejo vedno intenzivnejše dražljaje, da jih sploh pritegnejo. Otroku naj telefon dobi, ko ga zna pravilno uporabljati. Zasloni naj bodo za rezervo, npr. ko bodo bolni in res ne boste vedeli kaj več.

Sicer pa je pomembno nudenje kvalitetnih vsebin. Na RTV Slovenija so kvalitetne risanke, ki jih v program umestijo strokovnjaki s področja.

### **KAKO OTROKU SVETOVATI?**

Otrokom dajemo čim manj nasvetov. Če otrok reče: »Žejem sem.«, pričakuje navodila kaj naj naredi. Predstavljajte si, kako se vi počutite, ko nekaj izgubite in vam nekdo svetuje, da to stvar poiščite. Enako je, če otroku odgovorimo, naj si gre iskat za piti. Če je otrok dovolj star, ga vprašamo: »**Kaj boš zdaj naredil?** Kaj pa misliš, da je treba zdaj narediti?« Vprašamo na prijateljski način, ne s sarkazmom. Otroci prepuščajo odločitve staršem in posledično že na enostavno vprašanje odgovorijo z »ne vem«. Če otrok ne ve, kaj bi naredil, mu pomagamo: »Ok, kaj pa ponavadi narediš, ko si žejen? Kje pa imamo za piti?« Če otroka naučimo da razmišlja in ne le upošteva nasvetov, mu damo dobro popotnico za življenje. Otroci se namreč hitro naučijo, da vse probleme preložijo na starše, in starejši kot so, zahtevnejše probleme prelagajo v reševanje. Otroka moramo naučiti logičnega razmišljanja. Če dajemo nasvete, otroka prikrajšamo za možnost, da sam razmisli in se nauči.