



2. ŠOLA ZA STARŠE V ŠOLSLEM LETU 2025/26

MOTIVACIJA, RAZVAJENOST IN SAMOSTOJNOST OTROKA:

»Od mami pomagaj do mami poglej« .

V četrtek, 13. 11. 2025, smo na spletni platformi Zoom poslušali predavanje za starše predšolskih otrok **o motivaciji, razvajanosti in spodbujanju samostojnosti pri predšolskih otrocih.** Svoj vpogled in znanje o tej temi je z nami delila Barbara Cvetko, ustanoviteljica Hiše firbca.

Predavateljica je za začetek družino opredelila kot ekipni šport, kjer ima vsak svojo vlogo. Vprašati se moramo, kakšno vlogo smo mi dodelili otroku – je aktiven, doprinese k družini ali je postavljen na tribuno in lahko samo gleda? Otroci imajo namreč veliko željo doprinesiti, ampak s tem, ko mi otroka »posedemo na tribuno«, mu sporočamo, da ne zmore biti aktiven.

V zadnjih 100 letih se je fokus staršev pri vzgoji otrok popolnoma spremenil. Starši so od vedno vlagali energijo v svoje otroke, le v druga področja. Nekoč je bilo ključno preživetje, saj ni bilo samoumevno. Zaradi različnih družbenih sprememb in tudi množice informacij, ki so danes na voljo, se je fokus iz preživetja prenesel na strah in pogosto pretirano zaščito otrok. Starši si največkrat prizadevajo svojemu otroku zagotoviti vse, posledično otroci odraščajo v deželi, kjer jim je vse na razpolago, kjer so zaposleni ne z odgovornostjo ali prispevkom družini temveč z zabavo.

Pomembno je zavedanje, da otroka ne moremo imeti preveč radi in razvajanost ni odraz tega. Razvajanost je povezana s tem, kako to ljubezen izražamo.

Nasprotje razvajanosti je odgovornost, trdoživost. Otroku rabi bazen dokazov, da nekaj zmore, da vztraja, tudi če mu je težko. Otrokom moramo omogočiti izkušnje frustracije. Vzgoja postane težka, ko začnemo skakati čez mejo lastnih odgovornosti in nalog. Za starša so te naloge odločanje, postavljanje in držanje meja. Naloga otrok pa je odzivanje na naše meje. Če skušamo poseči v to odzivanje otrok, gremo čez lastno mejo odgovornosti.

Frustracija je namreč čustvo, ki ima svoj namen (kot vsako čustvo). Želi spremeniti izid situacije. Ko otrok vidi, da nekaj ne gre, da je težko, da je drugače kot je pričakoval; odžaluje in gre naprej. Otroku mora skozi ta proces velikokrat, da razvije občutek, da nekaj zmore tudi če je težko. Če starši ostanemo mirni, smo neverbalno empatični, bo otrok lažje predelal ta cikel frustracije. **Otrok potrebuje pomoč pri reguliranju čustev**, ne pa pri samem dejanju (npr. začne jokati, ker copat ne gre na nogo → otroku ne potrebuje, da ga mi obujemo, to zmore sam, pomoč potrebuje pri uravnavanju joka, da se potolaži). Razvajanost se razvija, ko sebe postavimo med otroka in svet. Bistvo starševstva ni ustvarjati udobje, ampak otroke podpirati ob neudobju.

Poleg povzetka predavanja so na voljo **razpredelnice**, ki jih je pripravila predavateljica. Te razpredelnice ne služijo vrednotenju sebe kot starša. Na njih so navedene **veščine**, za katere stroka predpostavlja, da naj bi jih otrok **ob prehodu v osnovno šolo** zmogel opraviti sam. Razpredelnice so pomoč pri razmišljanju o tem, kje lahko otroka še spodbudimo.



Pomembno je otroku pustiti, da dobiva izkušnje, ki v njem sprožajo notranjo motivacijo, občutek da je neodvisen in da zmore, npr. da se sam obriše po kopanju (prav je, da dobi npr. izkušnjo kako neprijetno se je oblačiti na mokro telo, iz tega se bo učil in napredoval). Če je otrok izključen iz minimalnih odgovornosti gospodinjstva (npr. zložiti nogavice, dat posodo v pomivalni strok) se nauči, da so to naloge nekoga drugega, kar je bistveno težje spreminjati potem v mladostništvu. Pri otroku se tudi razvija občutek, da ni kompetenten. Otrok je razvojno naravnano, da sodeluje. Če je otrok varno navezan, bo že pri dveh letih močno pripravljen sam prispevati k družini. Potrebno je najti načine, da otrok varno sodeluje (ne damo ostrega noža, ampak lahko preklada zelenjavo, trga peteršilj).

Pomembno področje tudi **iskanje rešitev**, kjer starši pogosto posežemo. Npr. otrok nase zvrne cel krožnik testenin – rečemo: »Vredu je, sleci majico...« ali rečemo: »Kaj pa zdaj?« Slednje otroku omogoča razmišljanje in neodvisno iskanje rešitev. Razporejanje časa – otrok naj se uči razporejati svoj prosti čas brez da mu že starši zapolnimo vse popoldneve z dejavnostmi; tudi pri razvijanju socialnih veščin starši pogosto prehitro posegamo, npr. en otrok vzame drugemu žogo. Otrok potrebuje to izkušnjo povzročene stiske.

Kako graditi odgovornost?

Da je otrok lahko odgovoren in neodvisen, potrebuje pogum, samozaupanje, razvito frustracijsko toleranco in občutek pri otroku, da zmore. Neodvisnost pri otroku je močan notranji občutek, želja, motivacija. Motivacija se tiče vseh področij našega življenja. Teorija samodoločenosti opredeli, da se notranja motivacija pri osebi zbudi, ko ima ta oseba občutek avtonomije, kompetentnosti in povezanosti. Avtonomija je za otroka najpomembnejša, npr. da si sam izbere oblačila, knjigo pred spanjem; kompetentnost doživljamo ob dejavnostih, kjer imamo občutek, da nam lahko uspe; povezanost je dosežena, ko se otrok počuti kot vreden del ekipe. Ko se otrok začne upirati se vprašamo, katera od treh »sestavlin« manjka.

Tudi zunanji motivatorji niso nujno slabi, če vodijo v notranjo motivacijo, torej da preusmerimo pozornost na občutek uspeha, ponosa.

Kako doseči doprinos otrok?

Izberite čas v dnevu, ko boste lahko delovali čim bolj dosledno, ko boste lahko prilagodili vaš tempo, sprejeli možnost napak in zmogli držati lastno frustracijo. Npr. bo to zjutraj pri odhajanju v vrtec, večerna rutina spanja, morda za začetek samo deli vikendov. Cilj naj bodo pozitivne izkušnje te dinamike – tako za nas kot za otroka. Ne stremimo k popolnosti, količini, ampak h kvaliteti.

Nasvet pri delanju seznamov opravil: naj ne bodo samo napisana vsa opravila, ker otroci potem gledajo samo seznam in ne prostora, da bi sami opazili kaj je potrebno narediti. Lahko je na seznamu prazno polje, kjer se kasneje dopiše opravilo, ki so ga otroci sami opazili in naredili.

Razmislek o **dostopnosti**, torej kako bo otrok lahko stvari naredil brez naše pomoči, npr. pručka, da lažje doseže pult; nižja vrstica za obešanje nogavic...



Med samo dejavnostjo otroku ne dajemo usmeritev, navodil, opomnikov, ampak pustimo otroku, da dobi izkušnje. Z opravilom začnemo ekipno, ne čez noč, naloge najprej opravljamo skupaj. Neodvisnost se razvija korak za korakom – npr. najprej otrok samo drži skledo, v kateri mi mešamo, potem meša tudi on.

Otroku ne grozimo in ne pogojujemo njegovih dejanj. Otroka v opravilo povabimo z igro, dovolimo tudi sebi, da se zabavamo pri tem. Otrok namreč odraža tudi našo energijo.

Predavateljica je na koncu odgovorila še na vprašanja udeležencev. Pomembno je zavedanje, da popolnega starševstva ni, od sebe ali otroka ne smemo pričakovati te popolnosti, da more npr. otrok vedno sodelovati, da moramo mi imeti vedno kapacitete za igrivost, mirnost.