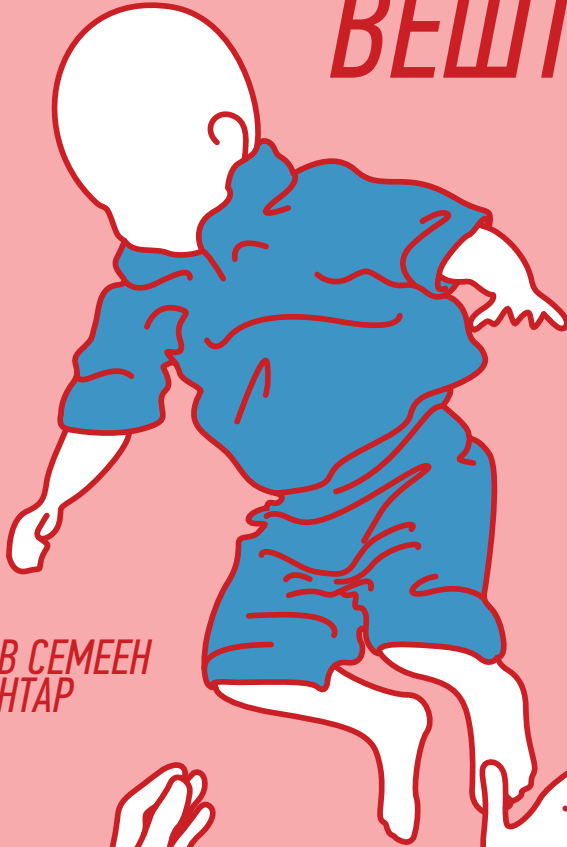


РОДИТЕЛСКИ ВЕШТИНИ



ПРВ СЕМЕЕН
ЦЕНТАР

Х.Е.Р.А. – АСОЦИЈАЦИЈА ЗА ЗДРАВСТВЕНА ЕДУКАЦИЈА И ИСТРАЖУВАЊЕ, во Скопје, 2015

www.hera.org.mk

Уредник: Мила Царовска

Автори:

Александра Прошева

Маја Балшиќевска.

Илустратор: Дамјан Моморовски

CIP – Каталогизација во публикација

Национална и универзитетска библиотека "Св. Климент Охридски", Скопје

316.362.1-055.52:37.018.1(035)

ПРОШЕВА, Александра

Родителски вештини / Александра Прошева, Маја Балшиќевска. –

Скопје : Х.Е.Р.А. – Асоцијација за здравствена едукација и истражување, 2015. – 8 стр. ; 21 см

ISBN 978-608-4598-42-8

1. Балшиќевска, Маја [автор]

а) Родителство – Стилови на воспитување – Прирачници

COBISS.MK-ID 99149834

Кога некој сака да им помага на луѓето и да лекува – се образува за да стане лекар;

Кога некој ужива да подготвува храна, учи да стане готвач;

Но, кога сакаме да имаме дете тогаш треба да станеме родители и во исто време да ја преземеме една од најодговорните улоги во историјата на човештвото – улогата на родител. Дали знаеме доволно за тоа? Дали сме образовани или научени како да бидеме родители?

Родителската улога е една од најпозитивните животни искуства за повеќето од нас но, од друга страна, може да биде проследено со низа недоумици, несигурности и конфликти во нашето однесување.

Родителството е една од најважните животни одлуки преку која интуитивно се однесуваме согласно искуството кое го имаме со нашите родители, нашите замисли и идеи за родителската улога. Наспроти ова постојат насоки и воспитно- едукативни и дисциплински постапки кои се намерни, насочени и можат да го обликуваат и изградат родителското однесување.

Психолозите говорат за нормален стрес при промена во животните улоги каде се јавува *стрес на родителската улога*, односно *родителски стрес* од барањата кои се поставуваат со оваа улога (без разлика дали детето е планирано или не).

Ваквиот стрес се јавува особено кај родители кои имаат недостаток на знаење од непосредно искуство (смрт на родител, недостиг на родител, конфликти на родителите, семејно насилство, развод), луѓе кои имаат помала емоционална поддршка и кои се гледаат себе како помалку компетентни за родителската улога.

Родителството, освен задоволување на основните детски потреби за храна, нега услови и физичка сигурност, вклучува и начин т.е. **стил** на кој ќе се **воспитува** детето.

Основните две димензии на кои се градат воспитните стилови и каде секој стил на поинаков начин влијае на развојот на личноста на детето се:

Емоционалност - емоционалната топлина, поддршка, љубов, охрабрување, внимание и разбирање кои родителот ги дава на детето, наспроти емоционално студенило, крутост и одбивање на детето.

Контрола - родителски надзор и барања, односно очекувањата кои ги има родителот од детето кои може да се движат од целосна контрола до занемареност на детето.

Комбинацијата на двете димензии ги одредува различните родителски **постапки** кон детето, **емоционалниот однос родител-дете** и родителските **ставови** кон детето и неговиот пристап кон психо-емоционално-социјалното растење и развој. Оттука, произлегуваат четирите родителски стилови, вештини и постапки во воспитување на децата:

Авторитарен стил – се карактеризира со крути и строги родители кои користат цврста контрола и надзор. Имаат големи барања и очекувања од своите деца, но не даваат доволно топлина, разбирање, поддршка и љубов. Тука главна цел е децата да стекнат голема самоконтрола и да почитуваат авторитет при што родителите не даваат објаснувања, ниту пак се трудат да сослушат што детето мисли или чувствува.

Користат цврсти граници и однос на надредени и подредени.

Користат казни и награди.

Децата се развиваат како несигурни, повлечени, послушни со страв, лажна почит кон авторитети, со постојано загриженост да ги задоволат или оправдаат очекувањата на родителите.

Демократски стил - се одликува со градење на добри односи постапки и доследност при што за детето се поставуваат јасни граници, надзор и контрола – но, во исто време, му се дава голема топлина, љубов, сослушување и разбирање. Со овој воспитен стил се поттикнува детската љубопитност, креативност и мотивација каде мислењето и ставовите на детето се подеднакво вреднувани.

Родителот ги вреднува детските емоции, а контролата е насочена кон неприфатливото однесување на детето нудејќи соодветно објаснување зошто се прави тоа. Се поттикнува детската „посебност“ и индивидуалност.

Децата растени со демократски авторитаривни родители имаат поголема сигурност во себе, самодоверба, одговорни се, независни,

искрени, со почитување на различности и се развиваат во емоционално зрели личности.

Пермисивниот или попустлив стил - се одликува со ниска контрола, ниски барања и очекувања од детето и давање емоционална топлина, љубов и поддршка. Главна цел е да се задоволат сите детски желби и барања. Родителот е премногу чувствителен кон барањата на детето што резултира со преголема слобода и независност кај детето, без вистински граници на контрола во однесувањето. Ваквото дете станува разгалено или ги контролира возрасните со неговото однесување.

Овие деца се, најчесто, добро расположени и пријателски насочени сè до момент кога нема да се исполни некоја нивна желба. Тогаш реагираат незрело и импулсивно, не се справуваат со граници и ограничувања и имаат ниска самоконтрола.

Индиферентен, незаинтересиран и занемарувачки стил – се карактеризира со мали барања од родителите, без никаква контрола, без топлина, љубов и поддршка. Со овој воспитен стил не се поставуваат воспитни цели, родителите се

окупирани со себе каде децата или се емоционално отфрлени или родителот нема време и сила да се грижи за нив. Тука постои ниско ниво на разбирање и интерес за детските потреби и интереси и родителите не поминуваат заедничко време со своите деца.

Развојните карактеристики на овие деца се: непослушност, непријателско однесување, променливо расположение, чувство на несигурност, проблематично и деликвентно однесување.

ПРАКТИЧНИ СОВЕТИ ЗА РОДИТЕЛИТЕ КАКО ДА ГИ ПОДОБРАТ СВОИТЕ РОДИТЕЛСКИ ВЕШТИНИ:

- Слушајте ги вашите деца, нивните размислувања, нивното однесување и емоции – тие имаат јасна порака до вас!
- Упатувајте јасни и кратки пораки за децата за да можат ве разберат
- Охрабрувајте го детето и давајте неизмерна поддршка за насоките и целите кои детето ги избира
- Договарајте се и барајте СЕКОГАШ и двете страни да се држат до договорот
- Биде доследни во постапките, кога детето е искарано за една ситуација, тоа правило да важи и за други слични ситуации. Воедно, и двајцата родители да се согласат за истото упатувајќи на тој начин јасна порака за детето
- Кога сакате да упатите на неодобрување, зборувајте со **Јас** реченици на пример *Јас сум лута...*
- Направете увид во себе и својот стил како и начинот на воспитување на партнерот/ката и обидете се да прифатите дека и тој е родител исто колку и вас и има право на свое мислење и насоки во однос на тоа што е најдобро за вашето дете
- Родителите мора да направат меѓусебен договор и усогласеност во поглед на воспитувањето на сите нивни деца и да ги регулираат меѓусебните односи. Во секоја ситуација на конфликт и нејзиното разрешување, во фокус СЕКОГАШ ТРЕБА ДА БИДЕ ДЕТОТО И НЕГОВИОТ НАЈДОБАР ИНТЕРЕС, согласно неговата возраст, потенцијал и посебност. За сето ова, најдобро е да се консултирате или советувате со психолог или психотерапевт за малолетни деца и родителски вештини.

РАЗВОД И РОДИТЕЛСКАТА УЛОГА

На разводот му претходи подолг период на нарушени партнерски односи каде неретко поранешните партнери и понатаму ја продолжуваат непријателската комуникација преку децата и по нивната разделба при тоа не ги согледуваат последиците и стресот низ кои децата поминуваат со самиот развод. Во таквата ситуација, поранешните партнери тешко ја раздвојуваат ПАРТНЕРСКАТА од РОДИТЕЛСКАТА улога.

Ако го доживувале партнерот/ката како незадоволувачки во бракот, тоа го пресликуваат и во неговата улога како родител занемарувајќи ги неговите/ нејзините позитивни страни и родителското вложување во воспитувањето на детето. Со тоа своите негативни емоции од партнерот/ката ги пренесуваат на детето кое, обидувајќи се да не ја изгуби нивната љубов и наклонетост, развива внатрешни конфузни доживувања и е приморано е да заземе страна, иако тоа не го сака. Ако едниот родител го понижува другиот пред детето и детето се чувствува понижено. Сето тоа се одразува на детската самодоверба, вербата во родителите и севкупно на детскиот емоционален развој.

ПРЕПОРАКА

На детето му се потребни обата родители-обидете се и покрај разводот ДЕТЕТО и неговите потреби да ги ставите во прв план. Тука исклучителна важност има договорот со поранешниот/ната партнер/ка за воспитување, наспроти партнерската комуникација која може да е влошена во текот и после разводот. Тој/таа што не бил добар партнер/ка, секогаш ќе остане родител на вашето дете и има можност да работи на подобрување на своите родителски вештини.

ПРВ СЕМЕЕН ЦЕНТАР е специјализирано советувалиште за психосоцијална поддршка и третман на семејства кои се во конфликтни односи, во кои акутно се врши насилство или пак во изминатиот период постоело семејно насилство.

Доколку имате потреба од:

- советување и поддршка од социјален работник или
- советување и поддршка од психотерапевт

контактирајте не на тел. 02 321 5 905, е-адреса: infopsc@hera.org.mk или директно во просториите на центарот на улица „29 Ноември“ бр. 51, Скопје.



X. E. P. A.

интересна за здравствена политика и организација

A Member Association of



IPPF International
Planned Parenthood
Federation

European Network