



Priručnik za roditelje

UČINITI SVE KAKO TREBA...

Samopoštovanje je najvažniji zadatak djetinjstva

Nastavni zavod za javno zdravstvo Splitsko-dalmatinske županije
Služba za zaštitu mentalnog zdravlja, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti

Nakladnik:

Nastavni zavod za javno zdravstvo Splitsko-dalmatinske županije
Služba za zaštitu mentalnog zdravlja,
prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti

Za nakladnika:

Berislav Pelivan, dr. med., spec. epidemiolog
Željko Ključević, dr. med., spec. psihijatar
Dječji vrtić Marjan, Split, Liljana Vladušić, prof.
Dječji vrtić Cvrčak, Solin, mr. Davor Mikas, prof.

Urednice i autorice teksta:

Mirela Grbić, prof.
Najda Čajo, prof.
Žana Pavlović, prof.

Lektorica:

Nikolina Tičinović, prof.

Tisak:

Slobodna Dalmacija

Naklada:

2500 komada

Grafički urednik:

Žarko Tičinović

Ilustracije: Djeca dječjeg vrtića Cvrčak, Solin

CIP – Katalogizacija u publikaciji
SVEUČILIŠNA KNJIŽNICA
U SPLITU

UDK 371.382:372.3

GRBIĆ, Mirela

Učiniti sve kako treba : priručnik za roditelje : samopoštovanje je najvažniji zadatak djetinjstva / <urednice i autorice teksta Mirela Grbić, Najda Čajo, Žana Pavlović>. - Split : Nastavni zavod za javno zdravstvo Splitsko-dalmatinske županije, Služba za zaštitu mentalnog zdravlja, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti, 2009.

ISBN 978-953-96304-8-3

1. Čajo, Najda 2. Pavlović, Žana
I. Predškolski odgoj – Metodički priručnik

130517023



Priručnik za roditelje

UČINITI SVE KAKO TREBA...

**Samopoštovanje je najvažniji
zadatak djetinjstva**



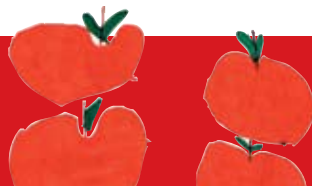
4

PRIMATELJSTVO

ZAGRAJAJ

POJUBAC

NJEŽNOST



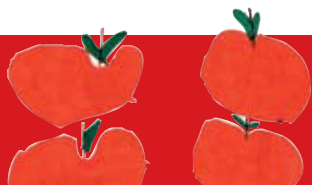
Predgovor

Rano djetinjstvo je osobito važno za razvoj samopoštovanja i pozitivne slike o sebi. U tom procesu presudan utjecaj imaju roditelji, ali i odgojitelji jer su važne osobe u djetetovoj neposrednoj okolini. Odgojiti djecu kao osobe koje će razvojne i životne teškoće „nositi“ zrelo i odgovorno, nije jednostavan cilj. Prihvaćanje sebe, uvažavanje različitosti, učenje socijalnih vještina, zdravog načina života i poticanje pozitivnih vrijednosti započinje u najranijem djetinjstvu.

Primarna prevencija uključuje sustavno provođenje aktivnosti koje imaju za cilj zaštititi i unaprijediti mentalno zdravlje djece. Podrazumijeva rad na smanjenju ili sprječavanju emocionalnih poremećaja i rizičnih ponašanja mladih o kojima svakodnevno slušamo (zlostavljanje, nasilje, ovisnosti, krađe, suicidalnost). Napori u sprječavanju ovih ozbiljnih problema bit će uspješniji ako okolina u cjelini prepozna i podrži usvajanje i korištenje preventivnih postupaka koji unapređuju mentalno zdravlje svakog djeteta i njegove obitelji od najranije dobi.

Namjera ovog priručnika je senzibilizirati roditelje i odgojitelje o važnosti poznavanja i praćenja ranog razvoja tijekom boravka u predškolskoj ustanovi, ali i ranije unutar obitelji. Neraskidivost obiteljskog i institucionalnog utjecaja na dijete, te neophodna suradnja, temeljne su vrijednosti koje treba poticati s ciljem optimalnog razvoja i razvoja samopoštovanja djeteta.

Najbolji pristup cjelovitom dječjem razvoju uključuje interakciju tjelesnog, spoznajnog i socio-emocionalnog, a u ovom priručniku naglašava se **socio-emocionalni razvoj djeteta** od rođenja do šeste godine života.



ZDRAVJE
SREĆA
ŽIVOT

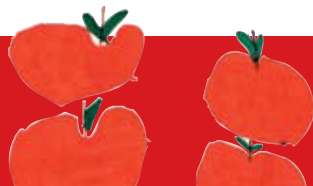
UDJAV
SIGURNOST

Dragi roditelji...

Brojni su razlozi zbog kojih je **važno poznavati dječji razvoj!** Djetinjstvo je razdoblje brzog i složenog razvoja. Događanja i iskustva iz ranog djetinjstva utječu na kasniji period. Poznavanje ranog razvoja pomaže u razumijevanju kasnijih složenijih ponašanja i daje mogućnost **aktivne uloge** svim odraslima koji se bave djecom (roditelji, odgojitelji, učitelji). Aktivna uloga odnosi se na mogućnost stvaranja dobrih uvjeta za razvoj u okolini djeteta, kroz rješavanje problema koje djetinjstvo nosi. Pod dobrim uvjetima podrazumijevaju se materijalni i socijalni uvjeti. Osjećaj sigurnosti djeteta ostvaruje u sigurnom, stalnom, poznatom prostoru u kojem se može kretati, istraživati i igrati. Socijalni uvjeti podrazumijevaju dostupnost i odgovarajuću emocionalnu reakciju odrasle osobe. Želja nam je da ovaj priručnik postane podsjetnik i podrška u značajnoj i zahtjevnoj roditeljskoj ulozi. Odnos s majkom i odnosi u primarnoj obitelji prototip su svih budućih odnosa djeteta, a ovaj razvojni period (predškolski) nudi priliku **za korekciju loših i nadogradnju dobrih iskustava.**

To je jedinstvena prilika da učinite sve kako treba ...!

Autorice



Jeste li znali...?

Prema podacima ispitivanja Udruge stručnih suradnika predškolskih ustanova Splitsko-dalmatinske županije, na uzorku 10.835 djece predškolskih ustanova, (travanj 2007.) utvrđeno je da:

- » 16, 5% je ukupan broj djece s posebnim potrebama
- » 42 % je ukupan broj djece s govorno-jezičnim teškoćama u predškolskim ustanovama
- » 19,1% djece u predškolskim ustanovama ima oštećenja vida, sluha, tjelesnu invalidnost i smetnje spoznajnog razvoja
- » 15,3% djece ima emocionalne teškoće uključujući elemente hiperaktivnosti i autizma
- » 19,8% djece pati od kroničnih i alergijskih bolesti

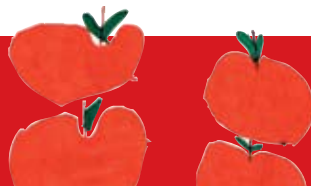
Svako peto dijete treba dodatnu pomoć!



ZDRAVIJE
SREĆA
ŽIVOT

LUBAV
SIGURNOST

“Od prvog dana meni treba...”



Socio-emocionalni razvoj djeteta od 0-12 mj.

Početak emocionalnog života

Proces učenja emocija ostvaruje se u interakciji s važnom odraslom osobom (majkom/skrbnikom). Dijete prepoznaje i uči izražavati emocije, ogleda se u majčinom licu **kao u zrcalu**. Kroz ugodne aktivnosti (dodire i gledanja) majčino lice zrcali djetetu da je voljeno i privlačno. Pojavljuje se **“smiješak trećeg mjeseca”** kao znak prepoznavanja drugog lica, a smatra se **prvim organizatorom psihičkog života**.

Od najranije dobi prisutni su urođeni strahovi: od jakih, iznenadnih zvukova i pokreta, od padanja ili naglog gubitka podloge i oslonca. U dobi od šestog do osmog mjeseca dijete se počinje bojati nepoznatih osoba. **“Strah osmog mjeseca”** smatra se **drugim organizatorom psihičkog života**. Tada postaje vidljiv strah od odvajanja (separacijski strah).

Prejaki i prečesti strahovi od nepoznatih osoba mogu djelovati na razvoj bojažljivosti i trajati dugo iza dojenačkog perioda. **Dijete se ne može “prevariti” i ostaviti na čuvanje drugoj osobi jer ono zna da to nije mama, a još uvijek ne može razumjeti razloge odvajanja.** Sramežljivost je složenija emocionalna reakcija koja se javlja krajem prve godine. Posljedica je razvoja znatije i straha od nepoznatih osoba.

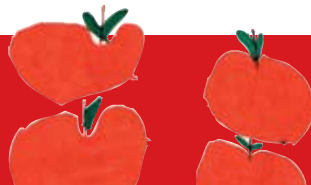


Odnosi s drugima

Temeljni odnos ove faze je odnos majka-dijete (odnos dijade). Odnos majka-dijete doprinosi razvoju privrženosti. **Privrženost je čvrsta emocionalna veza između djeteta i odrasle osobe (majke) koju dijete pokazuje izrazima sreće i zadovoljstva u prisustvu majke, a strahom kad se od nje odvaja.** Zadovoljenje djetetove svakodnevne potrebe za dodirima i grljenjem dovodi do **razvoja moždanih struktura, a osobito onih koje su sjedište emocija.** Razvoj privrženosti pojačava se od šestog do petnaestog mjeseca, a postupno opada do treće godine. U slučaju razvijanja **zdrave, sigurne privrženosti**, djeca su spoznajno bolje razvijena, bolje se prilagođavaju, surađuju s drugom djecom i rjeđe pokazuju probleme u ponašanju. **Nesigurna privrženost** kod djece manifestira se kroz socijalno neprimjereno ponašanje, nesposobnost prepoznavanja i iskazivanja emocija, te osobito izraženu spremnost na reagiranje strahom, tugom i srdžbom (negativna emocionalnost). Zbog izrazite povezanosti s okolinom, dijete doživljava ono što se događa drugima kao da se događa njemu i to je **početak razvoja empatije.**

Prva igra se odvija na djetetovom tijelu ili tijelu majke uz angažiranje svih osjetila (stavljanje u usta, opipavanje). Svojstva tijela djeteta i majke prenose se na meke predmete, posebno tijekom noći (krpica, jastuk, plišana igračka) i to postaje prva igračka.

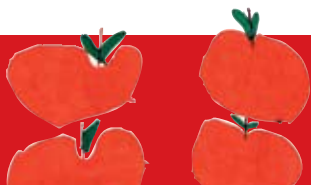
Brojnim ponavljanjima razvija se svijest o mogućnosti osobnog djelovanja i baratanja igračkom. To je doba prvih igara s okolinom (dajem-uzimam, igre skrivanja) i početak oponašanja drugih.



Što bi trebalo učiniti...?

Budući da je razvoj zdrave, sigurne privrženosti najvažniji razvojni zadatak ove dobne skupine djece, važno je znati:

- » Iskoristite svaku priliku za **tjelesni kontakt** s djetetom. Svakodnevne aktivnosti hranjenja, presvlačenja i njege popratite tjelesnim dodirom, smiješkom i glasom. Važno je da igre tijelom, maženje, grljenje, nošenje u naručju budu svakodnevna, ponavljajuća aktivnost s djetetom. **Ne zaboravite da su tjelesni dodiri temelji sigurnog samopoštovanja.**
- » **Hranjenje simbolizira odnos s majkom i nakon dojenačkog perioda. Ovo je vrijeme formiranja jednadžbe hrana = majka, koja dijete prati čitav život.** Za emocionalni razvoj djeteta dojenje ima **neprocjenjivu važnost.** Hranjenje je usko povezano s tjelesnim kontaktom, zato držite dijete u naručju i kad ga ne dojite već hranite bočicom. Milujte ga, dodirujte i držite za ruku! Ove aktivnosti praćene gledanjem i nježnim šaputanjem otvaraju prostor za prilagođavanje majke i bebe.
- » **Naučiti spavati za dijete predstavlja djelomično ostvarenje samostalnosti. Uspijete li naučiti dijete spavati to znači da se možete odvojiti i dopustiti djetetu da noću nauči biti samostalno.**

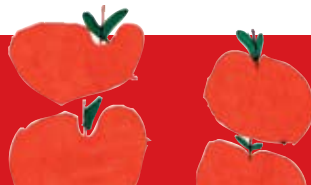


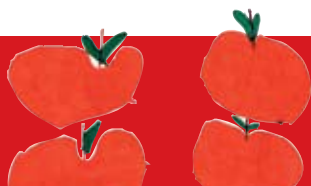
ZDRAVIJE
SREĆA
ŽIVOT

LUKAV
SIGURNOST

Uvedite dijete u period uspavljivanja tihim, umirujućim aktivnostima. Započnite uspavljivanje ritualom ljuljanja, pjevanja, čitanja i pružanja „ljubimca“ - prst, duda, dekica, plišana igračka... Uvedite, potičite i radujte se djetetovim novostečenim vještinama samosmirivanja. Uvijek ostavite međuprostor za djetetov osobni ritam.

- » **Plać djeteta** je način komunikacije kojim dijete iskazuje svoje potrebe. Oslonite se na svoju roditeljsku intuiciju, prepoznajte vrstu plača - dijete koje plače nije uvijek samo gladno ili mokro. **Ni jedan drugi signal u dopiranju do roditelja nije ravan moći plakanja.** Osim plača, dijete brzo nauči da su osmjehivanje, govor tijela, gugutanje i kontakt očima važni načini neverbalne komunikacije s roditeljima. Ozbiljno shvatite djetetovu poruku da mu je „previše“ (ljudi, zvukova i podražaja), zaštitite dijete od prevelikih podražaja.
- » Prepoznajte djetetove osjećaje straha i srama te mu pomognite da u tom trenutku osjete bliskost, osjećaj sigurnosti i zaštitu odrasle osobe.
- » Kako se dijete ne bi osjećalo napušteno, bavite se njime i u trenucima kad ne traži vašu pozornost. Tako se dijete u situacijama kad ga morate “prepuštiti samom sebi” neće osjećati kao da ste ga ostavili na cjedilu.





ZDRAVJE
SREČA
ŽIVOT

LJUBEZ
SIGURNOST

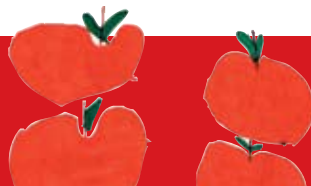
Socio-emocionalni razvoj djeteta od 1-3 god.

Razvoj emocija

Prema poznatoj osobi dijete iskazuje ljubav i privrženost osmjesima, zagrljajima i poljupcima. Pokazuje nezadovoljstvo i ljutnju koju usmjerava na predmete i ljude. Pojavljuje se prkos, inat, govori “ne”, “neću”, krši zabrane, ima napadaje bijesa (baca se na pod). **Znak negacije “ne”** predstavlja početak samostalnosti i neovisnosti te se smatra **trećim organizatorom psihičkog života. Dijete jača vlastito “ja” i ispituje “granice” mogućnosti.** Navedeno je najvidljivije kod treninga na čistoću i prvih zahtjeva koje majka i okolina postavljaju, a odnose se na čistoću i urednost. Iza osamnaestog mjeseca javlja se emocija ljubomore. Za drugu godinu karakteristični su razvojni strahovi: od mraka, samoće, vjetrova, kiše, divljih životinja, promjena u prostoru i dr. Dijete nastavlja učiti izražavati emocije imitacijom drugih.

Ovo je **vrijeme ulaska djeteta u jaslice** u kojem ga prate emocije straha i napuštenosti te jača potreba za **prijelaznim objektom** (plišana igračka, dekica, bočica, duda, jastuk i dr.). Učvršćuju se rituali samosmirivanja u situacijama bez prisutnosti roditelja.

Proces individuacije očituje se u prepoznavanju samog sebe u ogledalu, na slici, zna svoje ime i spol, dijelove tijela. Pojavljuje se “ja”, “moje”, vrednuje sebe u kategorijama “dobar”, “lijep” i sl. Dijete razlikuje majku od



oca i od drugih odraslih osoba. Zapaža razlike živih i neživih objekata te između njih i sebe. Iskazuje ponos i zadovoljstvo kad uspije i zna nešto napraviti. Sve navedeno predstavlja **razvoj samopoštovanja u užem smislu**.

Proces odvajanja od majke i stvaranje svijesti o sebi i o svome “ja” (proces separacije i individuacije) vidljiv je kroz različite aktivnosti. Uz aktivnosti koje dijete poduzima zbog odobravanja ili neodobravanja odraslih (“jer je mami drago, jer će me tata pohvaliti, jer teta to voli”) pojavljuju se i druge aktivnosti koje ono samostalno poduzima zbog osobnog zadovoljstva (“mama, ja sam to sama napravila”, “pusti me”, “ja to mogu”, “ja ću sam”...). Ove aktivnosti **sastavni su dio razvoja samopoštovanja**.

Odnosi s drugima

Ovo je period početka procesa separacije i individuacije. Posebno se ističe period od osamnaestog do dvadesetčetvrtog mjeseca u kojem se javlja “kriza približavanja” kada donekle odvojeno dijete ponovo počinje iskazivati pojačanu potrebu za majkom. To je normalna faza razvoja i majka opet postaje “centar svijeta”, dok je dijete prati u stopu i postaje emocionalno ljepljivo i zahtjevno.

Uključivanjem u jaslce sposobno je prihvatiti rastanke koji često znaju biti popraćeni burnim reakcijama. **Dijete treba prisutnost odraslih od kojih traži pažnju i sudjelovanje u aktivnostima.**



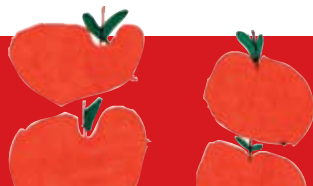
Iako se počinje javljati interes za drugu djecu, dijete se igra kratko i usputno s drugima. Ako su druga djeca i prisutna, samo su smetnja ili sredstvo s kojim izvršavaju neki cilj („dodaj mi kocku“). Česta je pojava rivaliteta s drugom djecom, jer dijete ne odustaje od vlastitih privilegija. **Dijeljenje bliske osobe (odgojitelja) i igračaka je otežano.**

Što bi trebalo učiniti...?

Budući da je proces separacije i individuacije najvažniji razvojni zadatak ove dobne skupine djece, važno je znati:

- ▶ **Pripremiti se na odvajanje od djeteta preduvjet je za njegovo uspješno prilagođavanje na jaslce.** Odvajanje od majke bit će znatno podnošljivije ako je dijete postiglo sigurnu privrženost jer je takvo dijete sposobno za druženje s drugima, nove doživljava i avanture. Čak i tada do promjene mora doći postupno, u malim dozama, a periodi neovisnosti ne smiju biti predugački. Ponekad izgleda da je dijete u “ljubavnoj avanturi sa svijetom”, ali ono se vraća majci jer ima potrebu za emocionalnim “punjenjem”. U početku bi izbor trenutka povratka majci svakako trebalo prepustiti samom djetetu.

Iskustvo i znanje odgojitelja i djelatnika ustanove od neprocjenjive je važnosti kao pomoć u ovom prijelaznom periodu.



» Ne očekujte da se dijete mlađe od tri godine igra s drugom djecom dok nije doseglo fazu konstantnog odnosa s važnim osobama. **Ni jedno dijete se ne može u potpunosti integrirati u kolektiv prije nego što vezanost sa roditelja premjesti na odgojitelje i vršnjake.**

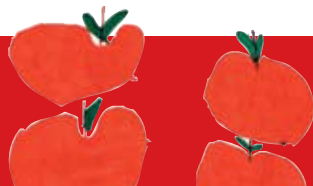
» Potičite i pomažite sve aktivnosti kojima dijete jača samostalnost (početak samostalnog hranjenja, motoričke aktivnosti). Budite dosljedni u postavljanju zahtjeva na djetetovo funkcioniranje (npr. navikavanje na čistoću). Prihvatite svoju ulogu koja može biti frustrirajuća i za dijete i za vas npr. zabranite agresiju koja može biti opasna i **postavite granice** djetetu. Tako dijete uči prihvaćati realitet i spoznaju da majka nije samo dobra ili samo loša, već ponekad dobra, ponekad loša, baš kao i ono, ali ga i dalje voli. **Očekujte da će se dijete teško snalaziti s vašim promijenjenim zahtjevima i ponašanjima, kao i s postavljenim granicama pa je dosljednost, konstantnost i jasnoća tih zahtjeva neophodna.**

Stabilno samopoštovanje nastaje iz optimalne ravnoteže između zadovoljenja potreba djeteta i njihovog osujećenja (što odrasli dozvoljavaju a što brane i korigiraju). Ova optimalna ravnoteža stvara i opskrbljuje zalihe bazičnog samopoštovanja što je temelj svih idućih osjećaja koji podupiru osobu tijekom cijelog života.



ZDRAVJE
SREĆA
ŽIVOT

LJUBAV
SIGURNOST



Socio-emocionalni razvoj djeteta od 3-6 god.

Razvoj emocija

U ovom periodu dijete lakše prepoznaje i imenuje vlastite emocije (diferencijacija emocija) – **povećava se kapacitet za empatiju.**

Uz odgovarajuću pripremu lakše se podnose odvajanja.

U svakodnevnim aktivnostima dijete još uvijek voli bliskost važnih osoba, ali je sve više samostalno. Uvježbava vlastite aktivnosti koje mu pomažu u razvoju samostalnosti. Opada negativizam i prkos, a stvara se potreba za preuzimanjem inicijative i osjećaj uspješnosti. **Doživljaj uspjeha i neuspjeha rezultira pojavom samovrednovanja što predstavlja razvoj samopoštovanja u užem smislu.** U ovoj fazi dijete razvija sposobnost ponavljanja izvođenja neke aktivnosti kad je to potrebno (pokušava ponovo).

Ljubomora, ljutnja i srdžba imaju svoj vrhunac tijekom četvrte godine života. Razvojno su povezane s ulaskom djeteta u sve intenzivnije socijalne odnose, kao i s rođenjem braće i sestara. Promjene su vidljive na vanjskom planu manifestacije emocija. Dijete pokazuje skrivenije, diskretnije oblike agresije (podrugivanje, ismijavanje) nasuprot dosadašnjim direktnim.



ZDRAVIJE
SREĆA
ŽIVOT

LJUBAV
SIGURNOST

Uočava se porast strahova od životinja, stranih predmeta, maski, nakaza, policajaca, lopova i imaginarnih bića. **U predškolskom periodu strahovi počinju imati stvaran karakter (strah od ozljeda, pada, bolesti, nesretnih slučajeva).**

Ponašanja koja smanjuju napetost (sisanje prsta, grizenje noktiju) javljaju se samo u emocionalno napetim situacijama (pred spavanje, kod odvajanja i za vrijeme bolesti).

Pojačava se interes za vlastito tijelo i njegove funkcije što je povezano s početkom iskazivanja spolnog identiteta (ja sam dječak, djevojčica).

U ovoj dobi dijete uočava vanjske spolne karakteristike (odijevanje, kosa, muško-ženske igranje). Sve su izraženije muško-ženske osobine i spolno-tipična ponašanja (agresija, dominacija - umiljatost, nježnost).

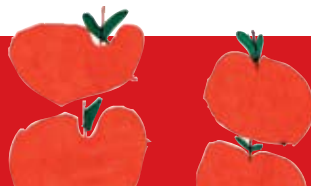
Znatiželja za vlastiti i suprotni spol normalna je u ovoj dobi. Uspješno prevladavanje rezultira identifikacijom s roditeljem istog spola (dječak se približava ocu, a djevojčica nastoji postati kao mama).

Postignuta identifikacija s roditeljem istog spola smatra se **četvrtim organizatorom psihičkog života.**

Odnosi s drugima

Od površnih i slučajnih kontakata s drugom djecom, dijete postaje **otvorenije za suradnju.** Prihvaća drugu djecu kao partnere („mi zajedno gradimo“) i stvara prijateljstva. U prijateljskim odnosima biraju se prijatelji istog spola (muška ekipa, društvo djevojčica).

Dijete razvija zaštitnički odnos prema mlađima, zna podijeliti i pomoći. Zbog pojačane potrebe za samopotvrđivanjem stvara se prostor za česte sukobe s drugom djecom.

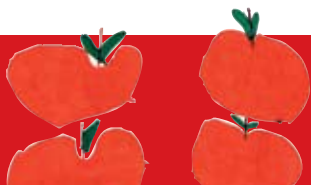


Uspoređivanje i natjecanje dovodi do rivaliteta i otpora prema autoritetima. Stalna upozorenja odraslih nisu više tako potrebna jer, dijete ima bolju sposobnost samokontrole. Istovremeno, osjetljivo je na kritiku i doživljaj neuspjeha te koristi laž kao mehanizam obrane da bi „preživio“ neuspjeh. U održavanju samopoštovanja važan čimbenik je **iskustvo pripadanja** nekome ili dijelu nečeg većeg nego što smo mi sami. **Osjećaj da netko pripada obitelji, skupini u vrtiću, školi, društvu i zajednici, nadopunjuje dio selfa i podržava naše samopoštovanje** („ja sam tvoj, ovo je moja skupina, moja djeca, moja teta, moj vrtić“). **U psihološkom smislu samopoštovanje uključuje prosuđivanje ili odmjeravanje sebe u odnosu na internalizirani “osjećaj tko sam ja”, na drugog pojedinca i na zajednicu. Samopoštovanje u širem smislu kao “zaokruživanje cjelokupnog selfa” predstavlja peti organizator psihičkog života.**

Što bi trebalo učiniti...?

Budući da je proces socijalizacije najvažniji razvojni zadatak ove dobne skupine djece, važno je znati:

- » Imajte u vidu da na razinu samopoštovanja u ovoj dobi važan utjecaj imaju vještine odnosa s vršnjacima i uspješnost u sportskim aktivnostima. Podržite i ponudite djetetu susrete i kontakte s drugom djecom. Pripadati određenoj skupini (vrtić, sportski klub) djetetu daje osjećaj važnosti, sigurnosti i pojačava njegovo samopoštovanje u širem smislu.

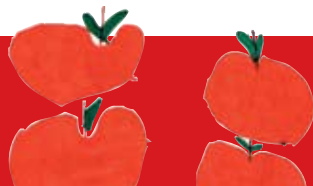


ZDRAVLJE
SREĆA
ŽIVOT

LUGAV
SIGURNOST

Samopoštovanje nije odraz samo osobnih procjena već proizlazi iz reakcija drugih, a osobito onih koje volimo i koji su nam važni (roditelji, prijatelji iz vrtića, odgojitelji, treneri).

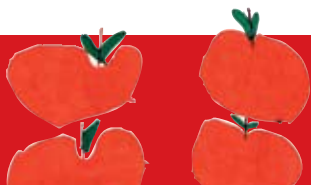
- »» Dijete stvara unutarnje predodžbe svojih iskustava. Prihvatite da su neka od tih iskustava ugodna i zadovoljavajuća, a druga štetna i bolna. **Održavanje sigurnog samopoštovanja ovisi o uspješnoj integraciji pozitivnih i negativnih slika o sebi.**
- »» Ohrabrite dijete u prvim socijalizacijskim poteškoćama („niko se ne igra sa mnom“, „rugaju mi se“) jer pronaći mjesto u skupini vršnjaka nije uvijek jednostavno. Ovo je vrijeme i prilika da uključite dijete u donošenje prvih odluka i rješavanje problema. **Iako i dalje trebaju vašu podršku, dosljednost, pravila i kontrolu, treba im prostor kako bi počeli razvijati vještine samostalnih odluka.**
- »» Ponudite djetetu razumijevanje i pomoć u prevladavanju strahova, znajući da su oni razvojni, normalni i prolazni. Rezultat su unutrašnjih zbivanja s kojima se dijete mora nositi. **Većina djece proživi ove strahove na uspješan način i oni postaju sastavni dio njihovog odrastanja.**
- »» Razmislite o svojim strahovima jer djeca uglavnom nasljeđuju strahove svojih roditelja, a posebno majki. Ukoliko strahovi predugo traju i ometaju djetetovo funkcioniranje, **potražite pomoć stručnjaka.**



Umjesto zaključka...!



**Rana intervencija i pomoć stručne osobe,
ukoliko je to potrebno, bitno
pridonosi većoj uspješnosti u želji
da pomognemo djetetu!**



ZDRAVIJE
SREĆA
ŽIVOT

LJUBAV
SIGURNOST



Nastavni zavod za javno zdravstvo Splitsko-dalmatinske županije

Služba za zaštitu mentalnog zdravlja,
prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti
Split, Vukovarska 46, tel. 021/401-190 fax., 021/401-195

www.prevenција.ovisnosti-split.org

e-mail: prevencija.ovisnosti1@nzjz-split.t-com.hr

DV Marjan, Put Sv. Mande 11, Split, 021/396-275, dv-marjan@st.t-com.hr

DV Cvrčak, Zvonimirova 71, Solin, 021/213-309, dv-cvrcak3@st.t-com.hr