



## Јавна установа Основна школа „Свети Сава“, Бијељина

Предавање за родитеље  
ЈУ Основна школа „Свети Сава“ Бијељина

### Дјеца и друштвене мреже

Уторак, 14. март 2023. године  
у 17.30 часова  
- амфитеатар школе -

Предавач: Ведрана Ракић, специјални педагог и системски породични терапеут

Предавање за родитеље  
ЈУ Основна школа „Свети Сава“ Бијељина

### Развој дјеце у дигитално доба

Четвртак, 16. март 2023. године  
у 17.00 часова  
- амфитеатар школе -

Предавач:  
Лидија Ристић Кобеља,  
магистар логопедије

Предавање је намењено свим родитељима, а нарочито онима чија су дјеца у одређеном добу од првог до петог разреда.

Предавање за родитеље  
ЈУ Основна школа „Свети Сава“ Бијељина

### Како васпитати самостално и успјешно дијете - Самостална дјеца су срећнија

Четвртак, 23. март 2023.  
у 17.30 часова  
- амфитеатар школе -

Предавач: Даница Мојић, магистар педагогије

Предавање за родитеље  
ЈУ Основна школа „Свети Сава“ Бијељина

### Постављање граница и изградња ауторитета

Уторак, 28. март 2023. године  
у 17.00 часова  
- амфитеатар школе -

Предавач: Цвијанка Ракић,  
дипломирани психолог

Родитељи не стално ограничавају. Хм, Можда желе најбоље за мене?

Предавање за родитеље  
ЈУ Основна школа „Свети Сава“ Бијељина

### Како васпитати без критиковања

Уторак, 4. април 2023. године  
од 17.00 часова  
- амфитеатар школе -

Предавач: Борјана Гаврић, магистар психологије и психотерапеут

„ Како бити добар родитељ у XXI вијеку“

Поштовани родитељи,

У циљу развијања и његовања партнерских односа на релацији родитељ-школа организовали смо низ стручних предавања за вас. Жеља нам је била да вас подржимо и да вам помогнемо на вашем највећем животном путу - родитељству. Потрудили смо се да вам обезбиједимо најстручније предаваче у нашем граду, на теме које сте ви изабрали/предложили путем анкете. Овом приликом захваљујемо свим родитељима који су се одазвали позиву и присуствовали предавањима. Сва предавања су реализована у оквиру пројекта „Како бити добар родитељ у XXI вијеку“ под покровитељством Министарства породице, омладине и спорта. У оквиру пројекта потрудили смо се да вам обезбиједимо и ову брошуру. Надамо се да ће вам помоћи у недоумицама и изазовима са којима се сусреће већина родитеља новог доба.

С поштовањем,

Пројектни тим: Владимир Вуловић, директор школе

Станислава Станчић, наставник вјеронауке

Вијолета Катанић, наставник разредне наставе

Александра Дивчић, педагог школе

Данијела Ђорђић, психолог школе

## „Дјеца и друштване мреже“

Ведрана Ракић, специјални педагог и системски  
породични терапеут

Кориштење друштвених мрежа код дјеце основношколског узраста је једна од најактуелнијих тема. За или против? Вјечито питање! Чињеница је да дјецу не можемо изоловати од употребе истих, јер нас савремена технологија свакодневно окружује. Доносимо вам неколико корисних савјета како и на који начин можете да ограничите вријеме које ваше дијете проводи на друштвеним мрежама, те како да га заштитите од нежељених посљедица.

- Процјените да ли је ваше дијете спремно за друштвене мреже. Као родитељ имате најбољи увид у ниво зрелости дјетета у вези социјалних интеракција. Уколико нисте сигурни да ли је дијете спремно договорите са њим пробни период кориштења друштвених мрежа.
- Уколико ваше дијете користи друштвене мреже или вас пита да се прикључи на исте, важно је да са њим поразговарате о томе шта су друштвене мреже заправо, које су то добре/корисне стране њихове употребе, а које опасне, која правила имате у вези њиховог кориштења, а шта би биле посљедице уколико се дијете не придржава правила и како оно што се приказује на друштвеним мрежама врло често није реална/истинита слика нечијег живота.
- Отворено разговарајте о томе зашто су дјеца заинтересована за конкретну друштвену мрежу/платформу и за шта је желе користити.
- Лимитирајте вријеме које дијете проводи испред екрана. Побрините се да дијете има довољно дневне физичке активности и интеракција „лицем у лице“
- Имајте надзор над садржајем које ваше дијете претражује на интернету. Важно је свакако дјетету дати и одређену независност, али степен независности је у директној вези са вашом процјеном зрелости дјетета и његовог кретања ка зрелости.
- Будите добар модел/ примјер понашања својој дјечи. Колико ви времена проводите на телефону? Како се ви понашате на друштвеним мрежама? Који садржаји вас занимају? Који су ваши животни ставови?
- За многе родитеље свијет друштвених мрежа је неистражена територија. Многи од вас се кроз своје одрастање нисте сусретали са феноменом интернета и свега што исти нуди. Стога, будите благи према себи. Потребно је значајно времена и енергије за управљање сигурним одрастањем дјеце у савременом друштву, и потпуно је у реду да уколико се у некој родитељској ситуацији „заглавите“ потражите помоћ кроз отворен разговор са особом у коју имате повјерење, другим родитељима, одјељењским старјешиним, стручном службом у школи или стручњацима који су запослени ван школског система.

## „Развој дјеце у дигитално доба“

Лидија Ристић Кобелја, магистар логопедије

Проблем данашњице свакако није модерна технологија, него прекомјерна употреба исте. Дигитални уређаји су у многим породицама преузели улогу играчака, а нажалост често и васпитача. Дјеца све мање времена проводе у игри, те квалитетној интеракцији с одраслима и вршњацима. Они већину слободног времена и сву расположиву енергију (тјелесну, емоционалну и мисаону) улажу у „интеракцију“ с уређајима. Све већи број истраживања показују како претјеран боравак дјеце пред екранима не утиче само на њихово физичко здравље, већ и на ментално.

### Подручја на која утиче прекомјерна употреба технологије:

1. **Пажња:** Смарт технологија учи дјецу да се додиром на икону, садржај отвара одмах и сад.
2. **Моторика:** Код развоја fine моторике, веома је важно да се свакодневно користе мишићи прстију и шаке, што код дјеце изостаје, или употребљавају само палац и кажипрст. Све то касније резултира неадекватним држањем оловке, што надаље утиче и на усвајање вјештине писања и цртања
3. **Говор и комуникација:** Дјеца која много чешће бораве поред екрана, имају изузетно ниске језичке способности (смањен је број ријечи у рјечнику, дужина и комплексност реченица су, такође ниже, а јављају се и тешкоће у преношењу мисли у реченице).
4. **Социо-емоционални развој:** С обзиром на то да је говор основно средство за комуникацију и да помоћу њега изражавамо своје мисли, потребе, осјећања, дијете које има недовољно развијен говор има проблем са социјализацијом.
5. **Поремећај сна:** Истраживања којима су била обухваћена дјеца од 3-17 година, показују да је више временаведеног пред екранима утицало на поремећај спавања.

### Препоруке Свјетске здравствене организације:

- од 0 до 2 године дјеца не би требало да уопште проводе вријеме испред екрана,
- од 3 до 5 година до 30 минута дневно,
- од 6 до 10 година до један сат дневно,
- од 11 до 13 година највише два сата дневно.

### Како бити добар родитељ у дигитално доба

1. **Ограничите вријеме:** Ако је дијете често везано за свој уређај и онлајн свијет, нагла забрана код дјетета може изазвати кризу. Важније од забране је ограничавање времена.
2. **Дајте примјер:** Најбољи начин учења јесте када слиједимо примјере из околине. Уколико и сами проводимо много времена користећи модерну технологију, биће нам тешко објаснити да они ипак морају другачије.
3. **Дјеца воле јасну структуру:** Направите план кориштења уређаја – који су то тачно садржаји и дигиталне платформе, када и колико дуго их дијете може користити.
4. **Одредите просторију без кориштења уређаја.**
5. **Понудите друге изборе.**
6. **Будите водич свог дјетета.**

## Самостална дјеца су срећнија!

Даница Мојић, магистар педагогије

## „Како васпитати самостално и успјешно дијете“

Уколико желимо да наша дјеца постану одговорне, самосталне, самопоуздане, успјешне и срећне одрасле особе, непоходно је да на томе радимо сваки дан.

**САМОСТАЛНОСТ/НЕЗАВИСНОСТ МОЖЕМО ДЕФИНИСАТИ КАО СТАЊЕ НЕКЕ ОСОБЕ КОЈОЈ НИЈЕ ПОТРЕБАН НИКО ДРУГИ РАДИ САМООСТВАРЕЊА. Она подразумијева:**

- ❖ одлучност,
- ❖ чврст карактер,
- ❖ истрајност,
- ❖ независност,
- ❖ самопоуздање,
- ❖ самопоштовање ...

**ПОДИЈЕЛИТЕ ОДГОВОРНОСТ** - будите партнер са својим дјететом  
**„ПОКАЖИ МИ, ПА ЋУ И САМ ЗНАТИ“** - дијете мора да зна шта се од њега очекује  
**ПОДСТИЧИТЕ ДЈЕЦУ ДА ТРАЖЕ ПОМОЋ КАДА ИМ ЈЕ ПОТРЕБНА** - у реду је да тражи помоћ када му је потребна

### УСПОСТАВИТЕ ПРАВИЛА У ПОРОДИЦИ

Дјеци је веома важно да знају шта се од њих очекује. Они ће се осјећати сигурније и срећније када живе у оквиру разумних ограничења.

#### ДЕСЕТ ЗЛАТНИХ ПРАВИЛА:

1. Ако отвориш, затвори!
2. Ако упалиш, угаси!
3. Ако откључаш, закључај!
4. Ако поквариш, поправи!
5. Ако не можеш поправити, зови онога ко може!
6. Ако позајмиш, врати!
7. Ако узмеш, пази на то!
8. Ако запрљаш, почисти!
9. Ако помакнеш, врати на мјесто!
10. Ако ти не треба, остави глупу ствар тамо гдје стоји!

### САМОСТАЛАН ОДЛАЗАК У ШКОЛУ

#### НАУЧИТЕ ДИЈЕТЕ КАКО ДА СЕ ОРГАНИЗУЈЕ

#### ПОДСТИЧИТЕ И УЧИТЕ ДИЈЕТЕ ДА САМОСТАЛНО УЧИ

#### НАУЧИТЕ ДИЈЕТЕ ДА УПРАВЉА НОВЦЕМ

#### НЕ БУДИТЕ „ЛОВЦИ НА ГРЕШКЕ“

### РОДИТЕЉСТВО – ИСТИНА И ИЗАЗОВ

**ИСТИНА: СВИ РОДИТЕЉИ ГРИЈЕШЕ!**

**ИЗАЗОВ: ПОГРИЈЕШИТИ ШТО МАЊЕ ПУТА И НЕ ПОНАВЉАТИ ИСТЕ ГРЕШКЕ!**

„Постављање граница и изградња ауторитета“

Цвијанка Ракић, дипломирани психолог

Дужност сваког родитеља јесте да васпита своје дијете и да га научи како да разликује добро и лоше, дозвољено и недозвољено. Да би то што успјешније урадио, неопходно је да родитељ прије тога изгради поштовање према ауторитету код дјетета, и да исти заслужи.

Васпитни стил родитеља	Шта ради?	Ризици за дијете
АУТОРИТАРНИ РОДИТЕЉ - „ВОЈСКОВОЂА“	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) командује и управља животом дјетета</li> <li>2) шаље поруке о слабости и ниској личној вриједности</li> <li>3) много захтијева и очекује</li> <li>4) пријети, користи грубе ријечи</li> <li>5) кажњава - бол и понижења као поуке</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ несигурност</li> <li>▶ повлачење</li> <li>▶ може бити неповјерљиво</li> <li>▶ може бити неуспјешно (страх од грешке)</li> <li>▶ стално брине како удовољити</li> <li>▶ адолесценти - бунтовни</li> <li>▶ чести на психотерапији</li> </ul>
ПОПУСТЉИВИ И ЗАШТИТНИЧКИ РОДИТЕЉ - „ХЕЛИКОПТЕР“	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) лебди над дјететом, спашава га од непријатности</li> <li>2) преузима одговорност за њега, одлучује умјесто њега</li> <li>3) кука и жали се, користи кривицу</li> <li>4) користи много ријечи, показује да дијете није довољно способно</li> <li>5) штити га од развојно нормалних задатака и шаље поруке о слабости и ниској личној вриједности</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ размаженост, мора све бити по њиховом, егоцентрични</li> <li>▶ несналажљиви, импулсивни, слаба самоконтрола</li> <li>▶ склони тражењу да се тренутно испуне жеље и очекивања</li> <li>▶ агресивност у сусрету са ограничењима</li> <li>▶ озбиљни проблеми у социјализацији</li> </ul>
ДЕМОКРАТСКО-АУТОРИТАТИВНИ ВАСПИТНИ СТИЛ - „РОДИТЕЉ ЉУБАВИ И ЛОГИКЕ“	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) шаље поруке о личној вриједности и снази</li> <li>2) показује како се бринути о себи и бити одговоран, дијели са дјететом своје доживљаје</li> <li>3) пружа алтернативе дјетету, помаже му да истражи и сам донесе неке одлуке</li> <li>4) показује задовољство због добро обављеног посла</li> <li>5) конкретно дјелује</li> </ol>	<p>Дијете је:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▶ самостално</li> <li>▶ сигурно у себе, одговорно</li> <li>▶ са високим степеном самоконтроле и самопоштовања</li> <li>▶ толерантно</li> <li>▶ социјализовано</li> </ul>

## „Како васпитати без критиковања“

Борјана Гаврић, магистар психологије и  
психотерапеут

Нови модел васпитања популаризован последњих деценија тражи од родитеља бескрајно стрпљење и толеранцију, јер дјеца добијају права, а родитељи дужности. Са идејом да све треба рјешавати на лијеп начин, родитељима је одузета моћ и не преостаје ништа друго осим методе наговарања, која се брзо сведе на критику која оставља много теже последице и по родитеље и по дјecu.

### Како васпитавати без критиковања:

1. Водите отворен разговор са дјецом.
2. Слушајте шта вам дјеца говоре.
3. Поклоните неколико минута свог времена сваки дан својој дјeci.
4. Увијек се трудите да сазнате како вам се дјеца осјећају.
5. Питајте дјecu шта им је потребно.
6. Учите их о потребама, оним емоционалним.
7. Збрините емоције дјeci. Увијек то прво, прије рјешавања самог проблема.
8. Будите добар примјер у свакодневном животу.
9. Учите дјecu кроз примјере, јер другачије неће разумјети.
10. Увијек провјерите како су разумјели оно што им причате. Увијек!
11. Похвалите их. И то, не само кад нешто постигну.
12. Покажите им оно што не знају, а потребно је да знају.
13. Подржите дијете.
14. Његујте топло породично окружење.

За крај доносимо вам један мали тест. Пажљиво прочитајте сваку ставку. Молимо вас да оцијените колико често практикујете доле наведене поступке. Одговори су рангирани од „Никад“ до „Увијек“ на шестостепеној скали.

Р.бр.	Тврдња	Скала процјене
1.	Реагујем на осјећања и потребе свог дјетета.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
2.	Када ме дијете пита зашто мора нешто да уради, одговорим да је то због тога што ја тако кажем, јер сам ја родитељ, или да је то због тога што ја тако желим.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
3.	Узимам у обзир жеље свог дјетета прије него што га замолим да нешто уради.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
4.	Кажњавам своје дијете одузимањем нечега што воли.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
5.	Објашњавам свом дјетету како се осјећам у односу на његово добро/лоше понашање.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
6.	Вичем када не одобравам дјететово понашање.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
7.	Тешко ми је да дисциплинујем своје дијете.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
8.	Трудим се да се не уплићем у дјететов живот.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
9.	Охрабрујем своје дијете да говори о својим осјећањима и проблемима.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
10.	„Полудим“ од бијеса на своје дијете.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
11.	Охрабрујем своје дијете да слободно говори, иако се не слаже са мном.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
12.	Ударим своје дијете када ми се не свиђа шта је рекло или урадило.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
13.	Урадим умјесто дјетета када оно осјећа нелагоду да уради сам.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
14.	Од дјетета ништа не очекујем.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
15.	Дајем објашњење за своја очекивања.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
16.	Критикујем своје дијете када желим да коригујем његово понашање.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
17.	Када је моје дијете узнемирено, пружам му утјеху и разумјевање.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
18.	Користим пријетње као вид кажњавања.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
19.	Похваљујем своје дијете.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
20.	Кажњавам своје дијете ускраћивањем њежности.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
21.	Попуштам свом дјетету.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
22.	Разговарам са дјететом само о рјешавању основних ствари (храна, новац, уколико се жали на болест).	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
23.	Узимам у обзир оно што моје дијете воли да ради када планирам породични пут.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
24.	Отворено критикујем дијете када не испуни моја очекивања.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
25.	Поштујем мишљење свог дјетета и охрабрујем га да га износи.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
26.	Дешава ми се да се трудим да промијеним дјететово мишљење и осјећања.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
27.	Третирам своје дијете као равноправног члана породице.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
28.	Осјећам потребу да подсећам своје дијете на претходно лоше понашање, како се такво понашање не би поновило.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
29.	Игноришем дјететово лоше понашање.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
30.	Не осјећам потребу да будем њежан према свом дјетету.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
31.	Објашњавам свом дјетету шта од њега очекујем.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
32.	Подсећам своје дијете да сам ја његов родитељ.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек



33.	Са својим дјететом проводим топле и интимне тренутке.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек
34.	Подсећам своје дијете на све што сам радио и радим за њега.	Никад 1 2 3 4 5 6 Увијек

Рачунање резултата:

Прво саберите резултат за сљедеће ставке поред сваког стила. Затим их подијелите са бројем послје заграде. Стил који има највећу бројчану вриједност је стил који доминантно користите у васпитању дјете.

АУТОРИТАТИВНИ (1,3,5,9,11,15,17,19,23,25,27,31,33) \_\_\_\_\_ / 13 = \_\_\_\_\_

АУТОРИТАРНИ (2,4,6,10,12,16,18,20,24,26,28,32,34) \_\_\_\_\_ /13 = \_\_\_\_\_

ПОПУСТЉИВИ (7,13,21,29) \_\_\_\_\_ /4 = \_\_\_\_\_

ИЗБЈЕГАВАЈУЋИ (8,14,22,30) \_\_\_\_\_ /4 = \_\_\_\_\_

## ДЈЕЧИЈИ МЕМОРАНДУМ РОДИТЕЉИМА

1. Немојте са мном на силу. То ме учи да се једино сила уважава. Радије ћу поштовати упутства.
2. Немојте бити недоследни. То ме збуњује.
3. Немојте да се осјећам мањим него што јесам.
4. Немојте, умјесто мене, чинити ствари које могу учинити сам(а). Због тога се осјећам као беба, а могао/ла бих вас почети доживљавати као слуге.
5. Немојте дозволити да моје лоше навике обузму сву вашу пажњу. То ме само охрабрује да наставим по своме.
6. Немојте ме исправљати пред другима. Бићу много пажљивији ако са мном разговарате тихо и насамом.
7. Немојте ми држати придице. Изненадили бисте се како добро знате шта је право, а шта криво.
8. Немојте да имам осјећај како су моје грешке заправо гријеси. Морам научити гријешити, а да се ипак не осјећам злим.
9. Не приговарајте ми стално. Ако то будете радили, мораћу се правити да не чујем приговоре.
10. Немојте заборавити да волим експериментисање. Ја из тога учим, те вас молим да будете стрпљиви.
11. Немојте ме штитити од посљедица. Морам учити на искуству.
12. Не одбијајте ме кад тражим одговоре на нормална питања. Ако ме одбијете, видјећете да ћу престати да испитујем, а информацију ћу тражити на другом мјесту.
13. Немојте ми наглашавати да сте идеални и непогријешиви. С таквим ћу тешко живјети.
14. Немојте заборавити да не могу одрасти без много разумијевања и подршке; заслужена похвала понекад изостане, али пријекор никада.
15. Сматрајте ме својим пријатељем, па ћу и ја бити ваш. Упамтите - више учим од примјера него од критике.

И поред свега, много вас волим, волите и ви мене...