

Čuvanje djece

i dječje zdravlje

INFORMATIVNI LIST ZA RODITELJE



Izgradnja otpornosti vašeg djeteta

Kao roditelji, vi naravno želite zaštititi svoju djecu od poteškoća, ali sva djeca će se suočiti sa izazovima i preprekama. Sve vrste iskustava – raspad obitelji, bolest, preseljenje u novi grad, polazak u vrtić i školu, bilo koji traumatski događaj – sve to može staviti na test otpornost vašeg djeteta.

Otpornost je sposobnost da se brzo oporavi od negativnih ili izazovnih iskustva. Mi često mislimo da će se djeca automatski brzo oporaviti, ali to nije tačno. I mada ne možemo uvijek zaštititi djecu od teških perioda, možemo im pomoći da izgrade otpornost i osigurati da imaju vještine i podršku da se nose sa poteškoćama i da se lako prilagođavaju.

Kako roditelji mogu da izgrade otpornost svog djeteta?

Izgradnja otpornosti se ostvaruje poticanjem bezbjednih i nježnih porodičnih odnosa i pružanjem podrške i pozitivnih iskustava, kako biste time pomogli vašem djetetu da raste i razvija se.

Osim uspostavljanja čvrste veze sa svojim djetetom, možete mu pomoći u izgradnji otpornosti i:

- Pokazujući djetetu da se brinete za njega i njegove potrebe.
- Priznajući osjećaje i vještine vašeg djeteta, brinući o bebi i reagujući na njen plač i zvukove.
- Osmijesima i pohvalama kad vaše dijete samostalno nešto obavlja
- Dajući saglasnosti i ohrabrenja kad vaše dijete isprobava nove stvari i pokušava da nešto uradi.
- Dajući djetetu pravila koja su laka za razumjeti i objašnjavajući razloge za pravila i posljedice.
- Zahtijevajući uzajamno poštovanje mišljenja.
- Dajući djetetu puno vremena da se bavi stvarima u kojima je uspješno.
- Dajući djetetu obaveze kod kuće.

Važno je ostati pozitivan sa djetetom čak i kada ste vi i vaša obitelj pod stresom. To pomaže da uvjerite dijete da ga volite i brinete za njega.

Ne zaboravite da razgovarate sa djetetovim vaspitačem u vrtiću ili nastavnikom u školi o tome šta se događa u životu vašeg djeteta. To će pomoći nastavnicima da bolje razumiju potrebe vašeg djeteta, osobito u vrijeme stresa. Slično tome, nastavnici vašeg djeteta mogu biti velika podrška i pomoć u razumijevanju ponašanja vašeg djeteta. Zajedno, roditelji, obitelji i zajednica mogu izgraditi otpornost djece te im pomoći da odrastu sretna, zdrava i sposobna da se nose sa životnim izazovima.

Ova brošura za roditelje dostupna je na različitim jezicima, a može se preuzeti zajedno sa referencama iz www.econnections.com.au

INICIJATIVA

The **Royal Children's**
Hospital Melbourne
Centre for Community Child Health

PODRŽALI KROZ SUBVENCIJU
ZA OBRAZOVANJE

Johnson's
baby

PODRŠKA NACIONALNO VIJEĆE
ZA AKREDITACIJU OBDANIŠTA

Working
Together
First
NCAC
National Children
Accreditation Limited Inc.

PODRŠKA VLADA AUSTRALIJE
ODJEL ZA PORODICU,
STANOVANJE DRUŠTVENE
USLUGE I DOMORODAČKE
POSLOVE