

## ODRAŠČANJE BREZ NASILJA

Dragi starši,

pred vami je zloženka, ki vas – tudi babico, dedka in ostale člane širše družine – želi z besedo in ilustracijami opozoriti, da telesno kaznovanje otrok ni ustrezen vzgojni ukrep. Skozi stoletja so bili otroci tepeni z namenom, da bi se »poboljšali« in da bi ubogali. Danes pričakujemo, da starši v discipliniranju otroka in reševanju sporov ne bodo uporabljali telesnega in psihološko poniževalnega kaznovanja. Govorimo o »pozitivnem starševstvu«, katerega cilj je samozavesten, zadovoljen in srečen otrok. Otroci se morajo zavedati svojih obveznosti in pravic; popraviti jih moramo, kadar se motijo, toda ob razumevanju njihovih sposobnosti. Cilj vzgoje je vzgojiti otroka, ki bo sposoben samostojnega življenja v družbi, pogoj za to pa je, da sprejme pravila in zakone, ki veljajo za družbo, v kateri živi. Telesna kazen je preživet ukrep, ki ni več sprejemljivo, niti dovoljen. Otrokom sporoča, da je nasilje sprejemljiv način za reševanje medsebojnih sporov in za uveljavljanje namenov močnejšega.

V slovenski zakonodaji imamo zapisano, da starši otroke vzgajajo s spoštovanjem do njihove osebe, individualnosti in dostojanstva ter da je telesno kaznovanje otrok prepovedano. Zapisano je tudi, da je telesno kaznovanje otrok vsako fizično, kruto ali ponižujoče kaznovanje otrok oziroma vsako dejanje, namenjeno kaznovanju otrok, ki ima elemente fizičnega, psihičnega ali spolnega nasilja ali zanemarjanja kot vzgojne metode.

Tudi Svet Evrope kot enega od temeljev gibanja za človekove pravice priporoča odpravo telesnega kaznovanja otrok. Vendar bo dober namen ostal le črka na papirju, če mladi starši v družinskem življenju ne bodo sprejeli in uresničili gesla: **Omogočimo otrokom mladost brez telesnega kaznovanja.**



Vsaka klofuta, udarec  
ali drugo, telesno ali duševno,  
nasilje nad otrokom,  
je proti njegovim pravicam.  
Razmislimo o vzgoji otrok  
brez telesnega kaznovanja!

## Pozitivno starševstvo

### Priporočila za starše

Nihče ne želi biti »negativen starš«. Toda kaj pa pomeni biti »pozitiven starš«? Pozitivno starševstvo se nanaša na obnašanje staršev, ki temelji na največjih koristih za otroka: zagotavlja skrb, razvijanje otrokove osebnosti in vodenje, obenem vključuje omejitve, da se otrok lahko v celoti razvije. Otrok potrebuje meje, da se počuti varnega; meje morajo biti jasno postavljene in izražene. Potrebno jih je vzdrževati in prilagajati glede na starost otroka.

Pozitivno starševstvo temelji na spoštovanju otrokovih pravic in predstavlja nenasilno okolje, v katerem starši za reševanje ali »vcepljanje« discipline ne uporabljajo telesnega ali psihološko poniževalnega kaznovanja. Otroke največkrat telesno kaznujejo preobremenjeni starši, ki izgubijo nadzor nad seboj.

### Kaj je telesno kaznovanje?

Ukrep, ki ga uporabi odrasla oseba z namenom, da otroku povzroči telesno bolečino ali neugodje: udarec z roko ali s predmetom (s palico, pasom, itd.); klofuta, lasanje, prisila v klečanje. Otroka lahko še bolj prizadene duševno trpinčenje: zasmehovanje, zaničevanje, ustrahovanje, osamitev.



ŠE HVALEŽEN MI BOŠ ENKRAT ZA TOLE...



Kritiko in kaznovanje vedno usmerite na vedenje in ne na otroka kot osebo: npr. bolje je reči »žalosten sem, ker vlečeš mačko za rep, to je zlobno, saj mačko boli« in ne »zloben deček si, ker vlečeš mačko za rep«.

Znano je geslo, da »nasilje rodi nasilje.« Otroci, ki so tepeni v družini, se vedejo nasilno do svojih šibkejših vrstnikov. Raziskave so potrdile, da starši, ki so bili telesno kaznovani v mladosti, pogosteje pretepajo lastne otroke.

Starši morajo ugotoviti, kaj so otroci sposobni narediti glede na starost in glede na psihofizično zmogljivost in od njih ne smejo pričakovati več, kot so zmožni.

NAJTI BO TOLE V PODUK! DO VEČERA BOŠ NOTER!



## Razumevanje razvoja otroka

Vrste otrokovih vedenj, ki so primerna njihovim letom, a jih včasih tolmačimo tudi kot nagajanje:

- **med 18. in 24. mesecem:** malčki želijo stvari zase, tukaj in zdaj. Ne marajo sprememb, so hitro razočarani in zdolgočaseni. Začenjajo preizkušati meje, se učijo govoriti, teči in plezati. Izbruhi jeze se lahko pričnejo okoli drugega leta;
- **med 2. in 3. letom:** otroci veliko govorijo, imajo ogromno energije in uživajo v hrupu. Zelo jasno vedo, kaj jim je všeč in kaj ne, tako pri hrani, oblekah, igračah ipd. Nekateri dvoletniki postanejo ukazovalni in ljubosumni;

- **med 3. in 4. letom:** otrok je lahko razburjen, saj se ne počuti gotovega, ko gre npr. v vrtec. Pri štirih letih so otroci zelo energični, so lahko grobi, nepotrpežljivi in glasni;
- **med 4. in 5. letom:** v tej starosti so otroci bolj pripravljeni sodelovati in poskušajo biti dobri, raje se igrajo z drugimi otroki, mimogrede pa se zlažejo in ne priznajo radi, da so se zmotili. Lahko pride do sporov med starši in otrokom.

Starši se včasih prestrašimo, ko vidimo, da otrok počne nekaj nevarnega. Takrat ne ukrepamo dovolj premišljeno. Pa tudi otroci kdaj preverjajo naše potrpljenje, pričakovanja in pravila. In tako včasih pridemo v situacijo, ko se razjezimo, kričimo in otroka telesno kaznujemo. Zavedajmo se, da to ni prav in se o dogodku kasneje pogovorimo z otrokom, pri tem pa pazimo, da odgovornosti za naše nasilje ne pripišemo otroku.



Otroci niso lastnina staršev!

Dušan Muc

## Nenasilni načini odgovorov na otrokovo napačno, škodljivo, nevarno ali antisocialno obnašanje

### Pri predšolskih otrocih:

- otroka odvrnemo in zamotimo, preden bi se težave še povečale; najdemo nekaj drugega, kar lahko počnemo skupaj;
- umirimo otroka tako, da ga objamemo, primemo roko, ki je v krču, jo razpremo, božamo;
- otroku povemo, da bomo skupaj počakali, da se bo umiril, da bo nehal jokati;
- pripravimo otroka, da prisluhne, in mu razložimo, kaj je narobe; ali pa počakamo, da se čustva umirijo, in se o tem pogovorimo kasneje.



Marjan Manček

**Pri šolskih otrocih** je pomemben pogovor. Najprej je treba situacijo umiriti: »Počakaj malo, tako ne moreva. Najprej se umiriva«. Nato pa:

- »Ti povej, kaj te je spravilo v tak bes, potem povem jaz;
- ko ti govoriš, jaz molčim, ko jaz govorim, molčiš ti;
- potem ti poveš, kakšen predlog imaš, kako bi šlo naprej, in svoj predlog povem tudi jaz;
- nato iščeva, ali se lahko dogovoriva, to potrdiva in izrečeva – tako in tako naj bo!«

Do 2. leta starosti prepoved izrazimo z besedo »ne«, ki jo razume že večina 9-mesečnih otrok.

Najsprejemljivejša kazen za otroke med 3. in 5. letom starosti je **odvzem privilegijev**, za šolske otroke pa **prepoved**.

Za 3- do 5-letne otroke uvedite kotichek za premislek, ohlajanje in trmarjenje, kamor za krajši čas pošljete otroka zaradi neprimerne vedenja. Strokovnjaki priporočajo minuto do dve za vsako dopolnjeno leto starosti.

Digitalni svet (internet, pametni telefoni in ostale mobilne naprave) predstavlja otrokom prostor z ogromno priložnostmi za pridobivanje informacij in učenje, komunikacijo, igro in zabavo, pa tudi umik iz vsakdanjih napetosti ali obveznosti.

Vendar pa otroci na internetu zlahka pridejo v stik z vsebinami, ki zanje niso primerne ali so lahko celo nevarne. S svojim vedenjem na spletu lahko škodujejo drugim in obenem ogrožajo sebe. Starši **morda težje sledite** tehnološkemu razvoju, vendar naj vas ne bo strah, da sami niste dovolj kompetentni za pogovore z otroki o internetu ali mobilnem telefonu ter o pravih varne in odgovorne uporabe.

Pri **mlajših otrocih** je pomemben nadzor nad uporabo novih tehnologij in zgled staršev. Dejanja staršev imajo zelo velik vpliv na otroka, ki želi starša v vsem posnemati.

Pri **starejših otrocih** je potrebno vzpostaviti dialog o uporabi interneta in mobilnih naprav ter lepem vedenju na spletu oziroma spletni etiki. Pomembno je že zelo zgodaj oblikovati **družinska pravila** za uporabo interneta in mobilnih naprav, ki se jih morajo držati tako otroci kot starši.

Številni starši na družabnih omrežjih objavljajo in preko aplikacij delijo posnetke svojih otrok. Vendar pa ... objava fotografije ali video posnetka otroka na družabnem omrežju pokaže, kako je otrok videti, kje se zadržuje, s čim se ukvarja, itd. Vse to so informacije, ki jih je mogoče izkoristiti v škodo otroku, zato previdnost pri objavah nikakor ni odveč.

*Več informacij, nasvetov, priporočil in video vodičev za starše najdete na [Safe.si](https://safe.si)  
**<https://safe.si/starsi>.***

*V primeru težav lahko otroci in starši pokličete na TOM telefon 116 111, ali pišete na [tom@zpbs.si](mailto:tom@zpbs.si) oziroma **<https://www.e-tom.si/poklepetaj-z-nami/>.***

*Zveza prijateljev mladine Slovenije, 2019*

*Oblikovanje: Alenka Vuk Trotovšek*

*2. natis*

*Naklada: 20.000 izvodov*

*Tisk: Tiskarna Januš*

*Izdajo zloženke je omogočila farmacevtska družba Lek d.d.*



član skupine Sandoz