

# Uloga OCA u odgoju



DJEČJI KREATIVNI CENTAR  
**DOKKICA**



REPUBLIKA HRVATSKA  
Ministarstvo rada, mirovinskoga  
sustava, obitelji i socijalne politike

**i TATA JE VAŽAN**

# I TATA JE VAŽAN

*I tata je važan* projekt je poticanja očeva na veću uključenost u obiteljskom životu i aktivniju roditeljsku ulogu, a provodi se 3. godinu (lipanj 2020. – ožujak 2021.) uz financijsku podršku Ministarstva rada, mirovinskoga sustava, obitelji i socijalne politike.

Jedna od projektnih aktivnosti predavanja su za polaznike Tečaja za trudnice i partnere u Domu zdravlja Osijek. Kako se uslijed pandemije koronavirusa obustavilo održavanje Tečaja, odlučili smo napraviti ovaj priručnik za očeve (ali i majke) koji žele saznati više o tome kako preuzeti aktivnu roditeljsku ulogu. Nadamo se da će vam ovaj priručnik dati odgovore na neka od vaših pitanja te vam pomoći u kreiranju zajedničkog vremena s djetetom.

Autorica je priručnika Andrea Žulj, mag. psych., voditeljica psihosocijalne podrške za djecu i roditelje u Dokkici.



“

*Otac je zaboravljeni sudionik u djetetovu životu.*

”

Michael, E. Lamb, razvojni psiholog

## OTAC – ZABORAVLJENI SUDIONIK U DJETETOVU ŽIVOTU?

Većina je istraživanja u razvojnoj psihologiji stavila naglasak na odnos djeteta i primarne figure privrženosti, pri čemu se najčešće mislilo na majku. No što je s ocem?

Je li on zaista zaboravljeni sudionik u djetetovu životu, kako je to iznio Michael Lamb, razvojni psiholog?

Roditeljstvo je pojam koji uključuje niz procesa, zadataka i uloga koje odrasli ostvaruju i ispunjavaju u kontaktu sa svojom djecom. Jedna je od rijetkih uloga koja ne dolazi s *uputom* ili *receptom*, odnosno za nju ne postoji sustavno obrazovanje i potvrda koja će biti pokazatelj da (ne)možemo biti roditelji.

Današnji roditelji u potrazi za odgovorom na pitanje *kako biti savršen roditelj* obično posežu za informacijama dostupnim na raznim stranama: u medijima, na internetskim stranicama, među poznanicima. Iznimno je važno osvijestiti kako sve te informacije, ali i stavovi i uvjerenja koji su u nas ugrađeni našim odgojem, utječu na način na koji ćemo mi odgajati svoju djecu.

Suvremeni roditelj mora konstantno učiti, mijenjati se i unapređivati svoje kompetencije kako bi uspješno odgovorio na izazove roditeljske uloge. Isto vrijedi i u situacijama u kojima već ima roditeljskog iskustva, jer svako je dijete jedinstveno i kao takvo traži jedinstveni odgovor na izražene potrebe. Izazovi roditeljstva potiču roditelja na kontinuiranu samoprocjenu i propitivanje kreće li se u željenom smjeru, čime formira sliku željenog roditeljstva (Ljubetić, 2012).

Cilj je ovog priručnika u prvi plan izvući ulogu oca i istaknuti njezinu važnost za adekvatan razvoj djeteta. Što je to što u odnosu s djetetom čini otac, a razlikuje ga od odnosa koji dijete ostvaruje s majkom? Kako se očeva uključenost od najranijeg djetinjstva odražava na dijete u kasnijoj dobi? Odgovore na ova i mnoga druga pitanja pronađite u nastavku.



## RAZVOJ PRIVRŽENOSTI

Kada govorimo o roditeljstvu, u literaturi se često spominje **privrženost** kao važna veza koja se formira od rođenja, a uvelike utječe na kasniju prilagodbu djeteta, kao i odrasle osobe. Privrženost se odnosi na snažnu emocionalnu vezu koju ostvarujemo s ljudima koji u našim životima imaju posebnu ulogu, a interakcije s njima pružaju nam ugodu i radost, kao i utjehu u situacijama koje u nama izazivaju strah ili neugodu (Berk, 2015). Autor najpoznatije teorije privrženosti John Bowlby naglašavao je kako dojenčad ponašanja kojima iskazuju privrženost usmjeravaju prema jednoj osobi, figuri koja primarno skrbi o njima. Kako je u počecima istraživanja privrženosti majka bila ta koja je primarno skrivila o djetetu, ne iznenađuje da se i sam pojam privrženosti vezao isključivo za odnos majke i djeteta, što je dovelo do stereotipa umanjivanja važnosti oca u djetetovu životu. Tek se kasnije počelo naglašavati kako dijete može razviti privrženost i s više nego jednom osobom, ostavljajući prostor za figuru oca kao važnu figuru u djetetovu životu.

Uloga oca tijekom povijesti doživjela je brojne promjene. Prvotna je uloga bila primarno uloga hranitelja i smatralo se kako je očeva dužnost osigurati financiranje obitelji, dok je majka bila ta koja se brinula o svim drugim potrebama djeteta. Današnjem se ocu, osim uloge hranitelja, dodjeljuju i druge važne uloge, poput zaštitnika, učitelja, skrbnika, moralnog uzora. Važno je ne izostaviti i ulogu partnera jer upravo međusobni odnos roditelja uvelike određuje prilagodbu djeteta i djetetovo mentalno zdravlje. Očeva uspješnost u obavljanju svih ovih uloga ima pozitivan ili negativan utjecaj na pojedine aspekte djetetova razvoja. (Lamb i Tamis-Lemonda, 2004).

### PRIVRŽENOST

**snažna emocionalna veza koju ostvarujemo s ljudima koji u našim životima imaju posebnu ulogu, a interakcije s njima pružaju nam ugodu i radost, kao i utjehu u situacijama koje u nama izazivaju strah ili neugodu**

## OTAC I TRUDNOĆA MAJKE

Iako se može činiti kako nakon začeća djeteta pa sve do poroda, odnosno za vrijeme trudnoće majke, otac gotovo i nema ulogu, stvarnost je potpuno drukčija. Naime, proces preuzimanja uloge oca započinje upravo tada. Činjenica da dijete raste u majčinu trbuhu i da između djeteta i majke postoji fizička veza koju otac ne može ostvariti bila je dodatni razlog formiranja spomenutih stereotipa umanjivanja važnosti uloge oca.

Iako je neosporno da otac tu fizičku vezu ne može ostvariti onako kako je ostvaruje majka, to ne znači da otac ne može biti aktivno uključen u trudnoću majke proživljavajući sva iskustva koja su mu dostupna i pružajući majci podršku. Majka je ta koja bi trebala ocu omogućiti sudjelovanje dijeleći s njim sva svoja proživljavanja (Parke, 1996).



*Trudnoća će u različitim fazama imati svoje posebnosti i od iznimne je važnosti da partneri ta iskustva dijele.*



Prvo tromjesečje trudnoće ženama može biti teško, psihički i fizički, jer je praćeno mučninom, umorom, glavoboljama, ali i češćim neugodnim emocijama poput nervoze, anksioznosti ili općenito sniženog raspoloženja. Sve ove promjene odražavaju se i na oca, koji je također pod stresom jer su i majčina očekivanja veća, potrebni su joj veća podrška i razumijevanje, što bi otac trebao biti spreman i pružiti. Pri tome je važno da očevi izraze i pokažu majci svoga djeteta da je razumiju, da iznesu kako je i njima ovo nova situacija i kako ih mnoge stvari zbunjuju ili plaše. **Dijeljenje osjećaja** jača povezanost između partnera.

U drugom tromjesečju mnogi se od ovih simptoma smanjuju, a pomicanje djeteta u trbuhu majke stvara osnovu za kontakt oca i djeteta. Praćenje pomicanja djeteta u trbuhu i iščekivanje ovakve vrste kontakta dio je procesa preuzimanja roditeljske uloge i postupnog razvijanja osjećaja prema djetetu. Već u ovome razdoblju, a posebice u posljednjem tromjesečju, možete početi **puštati glazbu ili čitati djetetu**.

Pokazalo se kako izlaganje djeteta glazbi aktivira različita područja mozga povezana s razvojem djeteta, a ujedno i umiruje tijelo majke (Baltagi, 2019).

### DIJETE I GLAZBA

**izlaganje djeteta glazbi aktivira različita područja mozga povezana s razvojem djeteta**

## OTAC I TRUDNOĆA MAJKE

Budite prisutni i tako da zajednički odlazite na preglede, pratite rast djeteta i iščekujte njegovo rođenje. Proučavajte literaturu s partnericom, komentirajte zanimljivosti, ali i stvari koje vas zabrinjavaju.

S istim aktivnostima možete nastaviti i u zadnjem tromjesečju trudnoće. Ovo razdoblje može pojačati učestalost neugodnih emocija. Naime, majkama je u ovom razdoblju ograničeno kretanje zbog povećane težine, brzo se umaraju, a javljaju se i fizički simptomi, poput nesаницe, natečenih udova i gubitka daha. Kao rezultat toga javljaju se nervoza i anksioznost, a približavanjem termina poroda mogu se povećavati brige vezane uz sam porod, ali i djetetovo zdravlje. Razgovarajte o tome, pitajte partnericu što očekuje od vas u trenutku poroda (očekuje li da budete uz nju za vrijeme poroda) kako biste bili spremni kada do toga dođe.

Istraživanja pokazuju brojne pozitivne učinke pratnje pri porodu, poput smanjene potrebe za uzimanjem lijekova za ublažavanje boli, manje vjerojatnosti poroda operativnim zahvatom te kraće vrijeme poroda. Također, pokazalo se da su roditelje koje su imale neki oblik pratnje na porođaju izvještavale o manjoj anksioznosti tijekom porođaja, većem osjećaju kontrole, a pokazalo se i da su češće ostvarivale interakciju s bebom (Salus, 2002). Dakle, dobrobiti pratnje na porodu brojne su. Važno je naglasiti kako do navedenih pozitivnih učinaka dolazi u situacijama u kojima je majka u pratnji dobila emocionalnu i informacijsku podršku, a ako partner ne može biti taj koji će biti uz majku, zajedno s majkom može istražiti može li joj podršku za vrijeme poroda pružiti neka druga bliska osoba ili doula.

U zadnjem tromjesečju razmišljajte i razgovarajte o ostaloj podršci koja će vam biti potrebna u trenucima nakon poroda – hoćete li uključiti roditelje, braću/sestre, prijatelje u prvim danima nakon poroda. Isplanirajte i korištenje slobodnih dana kako biste bili uz partnericu i dijete od samog početka.

“

*Brojni su pozitivni učinci pratnje pri porodu, poput smanjene potrebe za uzimanjem lijekova za ublažavanje boli, manje vjerojatnosti poroda operativnim zahvatom te kraće vrijeme poroda.*

”



## OTAC I NAJRANIJE DJETINJSTVO

U prvim mjesecima djetetova života očevi se ponekad bojažljivo uključuju u brigu o djetetu, onoliko koliko osjete *da im majka djeteta dopusti*, pretpostavljajući kako će sve radnje brige o djetetu majka odraditi bolje od njih jer je za to genetski predodređena.

Međutim, pokazalo se kako očevi reaguju na novorođenče s velikom nježnošću i brigom te u većini fizičkih kontakata ne zaostaju ni malo naspram majke. Roditeljska ponašanja, poput grljenja, maženja, ljubljenja, imitiranja i istraživanja novorođenčeta, nisu rezervirana isključivo za majke.

Još je jedna zanimljivost pronađena pri istraživanju razine hormona majki i očeva nakon rođenja djeteta. Naime, očevi kada postanu roditelji i ako su u istoj mjeri uključeni u interakciju s novorođenčetom, prolaze sličnu hormonalnu promjenu kao i majke; pokazalo se da je njihova razina testosterona i estradiola smanjena, dok je razina prolaktina i kortizola povišena (Storey i sur., 2000). Osim samih hormonalnih promjena, uočene su još neke sličnosti majki i očeva koji su uključeni u brigu o djetetu.

Naime, očevi djece od jedne do pet godina izjavljivali su da osjećaju jednaku anksioznost kao i majke zbog odvajanja od djeteta i jednaku zabrinutost zbog utjecaja tih dnevnih odvajanja na dobrobit djeteta (Deater-Deckard i sur., 1994, prema Berk, 2015).

### HORMONALNE PROMJENE

**očevi koji su uključeni u brigu o djetetu prolaze sličnu hormonalnu promjenu kao i majke**



## RAZLIKE MAJKI I OČEVA

Stilovi interakcije majke i djeteta te oca i djeteta razlikuju se i upravo je ta razlika značajna za dijete.

Novorođenčad razliku u interakcijama može prepoznati već do 8. tjedna starosti, a prva razlika vidljiva je u načinu obraćanja djetetu. Uočeno je kako su majke općenito sklonije više koristiti govor u interakciji s djetetom (Lanvers, 2004) te je takav govor više riječni u odnosu na očev. Dodatno, pronađene su i razlike u stupnju iniciranja razgovora o pojedinoj temi, pri čemu se majke češće vraćaju na temu za koju je zainteresirano dijete, dok očevi imaju duže monologe o određenoj temi (Lanvers, 2004).

Razlike su pronađene i u složenosti komunikacije i njezine prilagođenosti djetetu, pri čemu su majke sklonije od očeva prilagođavati svoj rječnik rječniku djeteta tako da pojednostavljuju riječi, što olakšava neposrednu komunikaciju (Flippin i Crais, 2011).

S druge pak strane, očevi su skloniji u interakciji s djetetom koristiti se uobičajenim govorom (onako kako inače komuniciraju i s drugim odraslima), manje prilagođavaju visinu glasa u usporedbi s majkama te koriste više imperativa, izjavnih rečenica, rijetke i apstraktne riječi, kao i upitne rečenice (Lovas, 2011). Takav način komunikacije privlači pažnju djeteta i ujedno potiče dijete na razvoj komunikacijskih vještina jer mu predstavlja izazov, a što je u konačnici važna osnova za akademski uspjeh.

Jedan od važnijih doprinosa očeva vidljiv je u igri s djetetom. Igru majke i djeteta karakterizira majčino privlačenje pažnje djeteta pokazivanjem i nudjenjem različitih igračaka, dok je igra očeva i djece uglavnom fizička.

“

*Jedan od važnijih doprinosa očeva vidljiv je u igri s djetetom.*

5

”

Već od najranije dobi očevi su skloniji aktivnostima poput bacanja djece u zrak (na što djeca obično reaguju smijehom, dok u majkama nerijetko izazivaju napetost i misli *što li se može dogoditi djetetu, hoće li ispasti, hoće li mu biti mučno jer je upravo jeo*), šakljanja ili uključivanja u različite sportove. Takav način igre fizički je stimulirajuć i pobuđujuć za dijete, igra je glasnija, kompetitivnija. Opisano je u suprotnosti s igrom majke i djeteta, koja je obično nešto tiša, manje usmjerena na kompetitivnost, a više na pravednost u odnosima i koja stavlja fokus na zaštićivanje djeteta, a manje na poticanje nezavisnosti. Važno je istaknuti kako su oba načina igre ključna za adekvatni razvoj djeteta i mogu mu prenositi sigurnost i toplinu. Kombinacijom obaju načina dijete će učiti o zdravoj ravnoteži između poslušnosti i zauzimanja za sebe, mekoće i grubosti.



## KAKO SE IGRATI S DJETETOM I RAZVIJATI POVEZANOST?

Prvi su načini na koje dijete ostvaruje komunikaciju s okolinom osmjehivanje, gugutanje ili pak plakanje. Djeca vrlo jasno znaju izraziti svoje potrebe (plaču ako su gladna, žedna ili ih je potrebno presvući). Roditelji, posebice kada je u pitanju njihovo prvo dijete, osjećaju kako nemaju dovoljno iskustva, strepe i strahuju hoće li moći odgovoriti na sve potrebe djeteta i hoće li znati prepoznati što je djetetu potrebno.

Što je djetetu u tom prvom razdoblju zaista potrebno? Aktivnostima zadovoljavanja primarnih potreba djeteta (hranjenje, oblačenje, kupanje, zaštita) roditelji šalju poruku djetetu da su ovdje za njega i da ga štite. Ovaj je odnos važan jer predstavlja prvu **sigurnu bazu**, koja će mu u sljedećim fazama razvoja služiti kao utočište iz kojega će istraživati svijet i uvijek se moći ponovno vratiti u njega.

Faza u kojoj roditelji tek usvajaju roditeljsku ulogu (nakon rođenja djeteta) može biti stresna. Prije svega, događa se jedna važna promjena u pojmu o sebi – prijelaz iz djeteta svojih roditelja u roditelja svojega djeteta. Po prvi se put suočavamo s jednom novom ulogom u našem životu, a znamo kako uz novu ulogu dolazi i nova odgovornost. Ulazak novog člana u našu obitelj stresan je događaj. Zahtijeva od nas predanost, kako fizičku tako i emotivnu. Roditelji se u prvim danima nakon rođenja djeteta i dolaska djeteta kući mogu osjećati kao da više nemaju snage, iscrpljeni su i čini im se kao da ne znaju odakle crpe tu snagu koja ih tjera dalje.

Iscrpljenost, niz neprospavanih noći i splet novih okolnosti koji se stvorio u našem životu mogu dovesti do raznih neugodnih osjećaja. Važno je znati da su ti osjećaji očekivani u takvim situacijama i jednako je tako važno da roditelji prepoznaju kada im je potreban kratak predah i da je takva potreba isto u redu.



*Odvajanje vremena koje će biti  
posvećeno isključivo vama ili pak vrijeme  
koje ćete provesti samo sa svojim  
partnerom može vas osnažiti u nošenju s  
daljnjim izazovima.*



Svatko će za sebe prepoznati što je to što njega umiruje i što ga vraća u ravnotežu, kako bi se uspješno nosio s daljnjim izazovima. Zajednička jutarnja kava, šetnja ili pak gledanje vaše najdraže serije – odaberite ono što vas ispunjava.

Izvori podrške koju pronalazimo u bakama i djedovima, rođacima, prijateljima ili susjedima mogu se ponekad rabiti kako bismo si omogućili ovaj kratak predah. Iznimno je važno da se roditelji, i nakon što preuzmu svoju roditeljsku ulogu, nastave **brinuti o svom fizičkom i mentalnom zdravlju** – nastave odlaziti liječniku ako uoče neke poteškoće, hrane se zdravo, uvedu vrijeme za fizičku aktivnost, odmor i društveni život.

U prvih 6 mjeseci života dijete će nastojati ostvariti interakciju s okolinom, a kao male se, ali značajne aktivnosti izdvajaju pravljenje grimasa, skrivanje iza ruku, mahanje i zveckanje zvečkom. Važno je omogućiti djetetu različite predmete (podloge za ležanje, igračke koje vise iznad njih) koji su različitih boja, struktura, tekstura i koji se mogu povlačiti, rastezati, žvakati. Ono što se vrlo često događa jest to da se djeca zaigraju s neočekivanim stvarima – etiketom na igrački ili špagicom kojom je igračka povezana. Nemojte mu skretati pažnju na *pravu* igračku, nego ga pustite da samostalno istražuje i bira čime će se i kako igrati.

Kada dijete postane stabilnije u sjedenju i kada prohoda (dob djeteta obično varira), uključite se u aktivnosti gradnje raznih građevina od kocaka, čašica ili nečega što vam se nađe pri ruci – budite kreativni! Posvetite pažnju i zvukovima koji djecu u ovom razdoblju obično znaju privlačiti. Koristite se raznim predmetima u svojoj okolini kako biste načinili svoje instrumente i proizveli različite zvukove. Zainteresiranost i smijeh djeteta pokazat će vam da ste na pravom putu.

Kada dijete počne stabilnije hodati, raste i zanimanje za istraživanje okoline. Dopustite mu da to čini, uključite se u objašnjavanje, širite djetetov rječnik. Iako dijete možda neće sve riječi ponoviti za vama, vjerujte da ostaju *zapisane*.

Osim upoznavanja okoline, ovo je razdoblje važno i za upoznavanje djeteta s njegovim unutarnjim svijetom – emocijama, mislima, reakcijama. Očeva uloga u učenju toga kako se nositi s emocijama jest izuzetno bitna, neovisno govorimo li o dječaku ili djevojčici.



*Roditelji su djeci model regulacije. Maloj djeci proces regulacije roditelji vrše zagrljajem, zrcaljenjem facijalne ekspresije djeteta, blagim i mirnim glasom. U doba adolescencije roditelji to čine razgovorom, strpljenjem, empatijom i jasnim granicama.*



Zbog emocija koje dijete mogu preplaviti i s kojima se još uvijek uči nositi, mogu se dogoditi prvi izljevi bijesa ili bacanja po podu (najčešće u situacijama neugodnim za roditelje, poput trgovine u kojoj se nalazi više osoba). U tim je situacijama važno da roditelj bude regulator djetetova ponašanja dok dijete ne bude samo moglo regulirati svoje ponašanje. Umjesto pribjegavanja kažnjavanju, pokažite djetetu da razumijete kako se osjeća, imenujte emociju, ali i jasno postavite granice prihvatljivog ponašanja. Važno je da dijete osjeti da ste ovdje za njega i da prihvaćate i njegove neugodne emocije, ali mu nudite smjernice za prihvatljivo ponašanje. Ako se suočite s vlastitim preplavljujućim emocijama ljutnje zbog djetetova ponašanja (što nije neočekivano), podsjetite se da ste vi već odrasla osoba i da možete upravljati svojim emocijama, a dijete to još ne može. Dakle, vi ste regulator.

Kako dijete raste tako se i ponašanje roditelja mijenja kako bi pratilo potrebe djeteta. Kada je dijete predškolske dobi, roditelji mu postupno dopuštaju sve više nezavisnosti, što je praćeno time da dijete sve više vremena provodi izvan kuće (primjerice, u vrtiću). Kao što je već ranije spomenuto, djeci je tijekom cijelog ovog razdoblja potrebna pomoć u usmjeravanju agresivnosti i učenju prihvatljivog ponašanja. Raznim aktivnostima roditelji trebaju poticati djetetov razvoj kako bi usvojilo vještine potrebne za funkcioniranje u školskom kontekstu.

“

*Brojne su aktivnosti kojima roditelji mogu poticati razvoj vještina potrebnih u školskom kontekstu.*

”

Kako bi dijete bilo spremno za polazak u školu, nije dovoljno raditi samo na usvajanju znanja nego i na njegovoj fizičkoj i socio-emocionalnoj spremnosti, poticati razvoj samostalnosti i pažnje.

U nastavku slijedi popis nekih aktivnosti kojima je moguće razvijati navedene sastavnice.

## IGRE - EMOCIONALNA SPREMNOST

- Čovječe, ne ljuti se
- Što kaže ovo lice – igrajte igre pogađanja osjećaja osoba iz časopisa, slikovnica ili televizije
- *Memory* (igre pamćenja) s emocijama
- Pogodi osjećaj (određenu rečenicu izgovarate, npr. ljutitim tonom, a zatim sretnim; jedno izgovara, a drugo pogađa izgovoreno pa se izmjenjujete).



## POTICANJE SAMOSTALNOSTI

- Dijete treba imati zaduženja kod kuće (slaganje odjeće, pospremanje pribora nakon jela, pospremanje kreveta)
- Usvojite put od kuće do škole
- Ponavljajte pravila ponašanja u prometu, na ulici, u trgovini i drugim situacijama u kojima se dijete nađe
- Dnevne su rutine i rituali važni, neka ih dijete ima svaki dan (ustajanje i odlazak na spavanje u isto vrijeme, obvezan doručak)
- Važan je boravak na svježem zraku uz slobodnu igru i motoričke aktivnosti (igra i dalje ostaje važna!)
- Postavite jasna pravila i granice – imat će ih i u školi (pri čemu je važna dosljednost roditelja, ali i dogovor oko pravila koja će vrijediti).

## VJEŽBE PAŽNJE

- Igre sa slikama na kojima dijete zapaža detalje (npr. na kojoj slici ima više žute boje, gdje ima više ljudi i sl.)
- Igra *Memory*
- Zadaci, mozgalice (npr. pronađi sličnosti i razlike)
- Igre za slušnu pozornost (npr. prepoznaj po zvuku).



## AKTIVNOSTI ZA RAZVOJ GOVORA

- Budite dobar govorni model, nastojte govoriti pravilno
- Potičite dijete na izražavanje bez obzira na njegove govorno-jezične teškoće
- Govornim igrama (npr. igre riječima: dovrši riječ, jeka – dijete ponavlja za vama), potičite dijete na točan izgovor glasova
- Čitajte mu slikovnice, pjesmice i stihove, pričajte priče, razgovarajte s njim
- Igrajte igre za bogaćenje rječnika (npr. Pogodi što je i tko je, Tko što radi, Izmisli priču, Slikopriče)
- Potičite ga na komunikaciju igrom (dramatizacije, igre pretvaranja)
- Provodite s djetetom vrijeme igrajući igre bez igračaka (npr. slijedi glasove, pogađanje, igre uz pjevanje, brojalice).

*Kojih ste se još aktivnosti dosjetili koje provodite sa svojim djetetom?*

## RAZVOJ FINE MOTORIKE

- Igre prstima (stihovi, pjesme i brojalice s prstima, lutkice za prste – igrokazi)
- Manipulacija sitnim predmetima prstima (grah, dugmad i sl.) ili uz pomagala
- Nizanje (komad užeta, vune, vezice, čupava žica + perlice, komadići slamki, tijesto)
- Trganje papira i lijepljenje (papira, naljepnica)
- Stiskanje (zaštitne folije koja pucketa, tijesta, plastelina)
- Svakodnevne aktivnosti (otvaranje i zatvaranje patent-zatvarača, otkopčavanje i zakopčavanje gumbića, vezanje i provlačenje vezica)
- Slagalice.

## PREDMATEMATIČKE VJEŠTINE

- Razvrstavajte s djetetom predmete i likove prema nekom obilježju (boja, veličina)
- Igre uspoređivanja i uočavanja odnosa među predmetima (npr. veće – manje – jednako, viši – niži, duži – kraći, uži – širi, lakši – teži)
- Igre nastavljanja nizova
- Aktivnosti brojanja i prebrojavanja – dijete povezuje broj i količinu
- Igre orijentacije u prostoru i na papiru
- Igre prepoznavanja i imenovanja geometrijskih likova i tijela
- Igre procjenjivanja – procjenjivanje rezultata bez brojenja
- Igre prepoznavanja brojeva.

“

*Odnos roditelja i djeteta i tijekom adolescencije ostaje važan za djetetovu dobrobit, čak i važniji od utjecaja vršnjaka.*

”

Nakon što dijete krene u školu, otac i dalje ima važnu ulogu. Zajedno s majkom treba se uključiti kao pomoć djetetu u pisanju domaćih zadaća, ovisno o tome u kojem se području majka ili otac osjećaju kompetentnije, kao i sudjelovati u razvoju radnih navika.

Druženja (zajednički objedi, društvene igre, odlasci na izlete, utakmice) i dalje ostaju važni za formiranje i održavanje emocionalne veze oca i djeteta.



Kako dijete raste i ulazi u pubertet, dijete će sve više vremena provoditi s vršnjacima, a manje s roditeljima. To ne znači da vas dijete ne treba, već da se postupno odvaja kako bi se pripremilo za ulogu odrasle osobe. Istraživanja su pokazala kako odnos roditelja i djeteta i tijekom adolescencije ostaje važan za djetetovu dobrobit, čak i važniji od utjecaja vršnjaka (Van Wel, Linssen & Abma, 2000, prema Allgood, Beckert i Peterson, 2012), a utjecaj kvalitete te emocionalne veze vidi se i u odrasloj dobi.



## UČINCI AKTIVNOG OČINSTVA

### SOCIO-EMOCIONALNI RAZVOJ DJETETA

Djeca očeva koji su od rođenja uključeni i pokazuju zainteresiranost za dijete samouvjerenije će istraživati okolinu, razvijati socijalne vještine (primjerice, uz zajedničke aktivnosti s ocem, poput zajedničkih obroka, igranja igara, odlazaka na izlete), što može dovesti do njihovih boljih odnosa s vršnjacima. Vjerojatnije je da će prijateljstva koja zasnivaju biti čvršća i s manje sukoba te će se odnosi temeljiti na kompromisima.

### VJEŠTINA RJEŠAVANJA PROBLEMA KOD DJETETA

Djeca uključena u razgovore koji uključuju postavljanje pitanja (npr. *što*, *gdje*, *zašto*), imaju mogućnost vježbe uporabe i slušanja složenijih riječi i rečenica. Navedeno djeci omogućuje razmišljanje o načinima rješavanja problema, ali i dovodi do razvoja jezičnih vještina.

### MENTALNO ZDRAVLJE DJETETA

Uključenost očeva pozitivno je povezana s ukupnim zadovoljstvom životom i dobrobiti djeteta, kao i mentalnim zdravljem. Pokazalo se kako je za djecu čiji su očevi bili uključeni u njihov odgoj vjerojatnije da će imati veće samopouzdanje, višu razinu samoprocijenjene sreće, manje straha i krivnje, kao i manju razinu uzrujanosti. Jednako tako, uspješnije će se nositi sa stresnim situacijama (što i jest definicija mentalnog zdravlja), snalaziti se u novim situacijama te spremno istraživati okolinu.

## ZAKLJUČAK

Roditeljstvo predstavlja jednu od zahtjevnijih uloga u životu za koju ne postoji sustavno obrazovanje koje će nam omogućiti da spremno dočekamo sve izazove koji će nam se naći na putu. Važno je osvijestiti kako ne postoji savršen roditelj, kao i da je učiti u hodu u redu.



Prisutnost obaju roditelja, i oca i majke, u odgoj djeteta uvodi svoje specifičnosti, koje su važne za adekvatan razvoj djeteta. Očekivano je da oba roditelja neće potpuno jednako gledati na roditeljsku ulogu i da se neće uvijek slagati oko svakog roditeljskog postupka, ali ono što je važno jest kako pristupaju tim nesuglasicama i kako se nadopunjuju. Upravo je odnos roditelja taj koji čini razliku, jer roditelji predstavljaju prvi model odnosa odraslih osoba koje dijete proučava, *upija* i koji ugrađuje u svoju *mentalnu mapu* te unosi u kasnije odnose koje će ostvarivati s drugima.

“

*Roditelji predstavljaju prvi model odnosa odraslih osoba koje dijete proučava, upija i koji ugrađuje u svoju mentalnu mapu te unosi u kasnije odnose koje će ostvarivati s drugima.*

”



Allgood, S. M., Beckert, T. E. i Peterson, C. (2012). The Role of Father Involvement in the Perceived Psychological Well-Being of Young Adult Daughters: A Retrospective Study. *North American Journal of Psychology*, 14(1), 95-110.

Baltagi, I. H. (2019). *How music affects your baby's brain: Mini Parenting Master Class*. Unicef. Preuzeto s <https://www.unicef.org/parenting/child-development/how-music-affects-your-babys-brain-class>.

Berk , Laura E. (2015). *Dječja razvojna psihologija*. Jastrebarsko: Naklada Slap.

Filippin, M. i Crais, E.R. (2011). The need for more effective father involvement in early autism intervention: A systematic review and recommendations. *Journal of Early Intervention*, 33(1), 24-50.

Lamb, M. E. i Tamis-LeMonda, C. S. (2004). *The role of the father: An introduction*. New York: John Wiley & Sons.

Lanvers, U. (2004). Gender in discourse behavior in parent-child dyads: A literature review. *Child Care Health and Development*, 30(5), 481-493.

Lovas, G. (2011). Gender and patterns of language development in mother-toddler and fathertoddler dyads. *First Language*, 31(1), 83-108.

Ljubetić, M. (2012). *Nosi li dobre roditelje roda?!* Zagreb: Profil.

Parke, R. D. (1996). *Fatherhood*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Salus, D. J. (2002). Effects of labor support on mothers, babies, and birth outcomes. *Journal of Obstetric, Gynecologic, and Neonatal Nursing*, 31(6), 733-741.

Storey, A. E., Walsh, C. J., Quinton, R. L., i Wynne-Edwards, K. E. (2000). Hormonal correlates of paternal responsiveness in new and expectant fathers. *Evolution and Human Behavior*, 21(2), 79-95.





# Dječji kreativni centar DOKKICA

Ulica Otokara Keršovanija 4, Osijek  
tel. 031 782 454  
e-mail: info@dokkica.hr  
web: www.dokkica.hr



Pripremila: Andrea Žulj, mag. psych.

Lektorirala: Ivana Majksner, mag. educ. phil. et mag.  
educ. philol. croat.

Fotografije: Mario Miloloža (BMF)

DJEČJI KREATIVNI CENTAR  
**DOKKICA**



REPUBLIKA HRVATSKA  
Ministarstvo rada, mirovinskoga  
sustava, obitelji i socijalne politike

**i TATA JE VAŽAN**