

## Program aktivnosti za sprečavanje nasilja među djecom i mladima

sastoji se od niza aktivnosti koje odgojitelji provode s djecom tijekom cijele pedagoške godine.

To su aktivnosti koje imaju cilj razvijati socijalne i emocionalne vještine poput:

- rješavanja problema
- donošenja odluka
- komunikacijskih vještina
- prepoznavanja vlastitih i tuđih emocija
- nošenje s emocijama na primjeren način
- regulacije emocija, odolijevanje pritisku vršnjaka
- suradnja s vršnjacima
- upravljanja vlastitim ponašanjem

Ativnosti su implementirane u redovni odgojno-obrazovni rad svake skupine te se smatra da su uspjele ukoliko su djeca, sukladno svojoj kronološkoj dobi, usvojila:

- prosocijalna ponašanja (npr. dijeljenje, pomaganje, suradnja...)
- ne dosađuje drugima
- ne dopušta da ga drugi maltretiraju
- pohvalit će druge
- ispričat će se kad pogriješi
- jasno se izjašnjava o onome s čime se ne slaže
- ne vrijeđa, ali kaže što misli

Smatra se da je dijete socijalno kompetentno ukoliko je usvojilo sve ove vještine i one će mu pomoći da se ne odnosi nasilno prema svojim vršnjacima.

## Roditelji u svom odgoju djecu isto trebaju poticati na:

- **rješavanje problema** - dopustite djetetu da samo čini ono što je za njegovu dob primjereno (ne činite umjesto njega), učite ga da traži pomoć odraslih kad mu je potrebna
- **donošenje odluka** - omogućite djetetu izbore (npr. gdje ćete ići u šetnju, koje će čarape obući u vrtić i sl.)
- **učenje komunikacijskih vještina** - prije svega budite dobar primjer djetetu - ono više uči od vaših postupaka, nego li vaših riječi,
- **učenje fraza kulturnog ophođenja** (pozdravljanje, molim, hvala, oprost)
- **prepoznavanje vlastitih emocija** - kada je dijete preplavljeno neugodnim emocijama, osobito kad je ljuto, uvažite emociju, ali ne dozvolite (prekinite) agresivna ponašanja koja ju često prate
- **suradnju s vršnjacima i odraslima** - iskoristite situacije u svojoj svakodnevici kako biste dijete poučili u vještinama poput:
  - \* pomaganja (npr. jednostavni kućanski poslovi - dodavanje kvačica kad stavljate sušit robu, brisanje prašine na dostupnim mjestima, postavljanje stola, za one mlađe to može biti stavljanje salveta na stol, ...ne zaboravite pohvaliti dijete !),
  - \* dijeljenja – ispravno je dijeliti, ali nemojte prisiljavati dijete da dijeli (npr. razgovarajte s djetetom i potaknite ga da samo unaprijed odluči koje igračke će dijeliti s drugima kada mu dođu u posjet ili na rođendan)
  - \* suradnje - dodavanje kockica djetetu koje slaže kocke
- upravljanje vlastitim ponašanjem - pomozite djetetu da se smiri kad je preplavljeno neugodnim emocijama (ne pričajte mu, ne objašnjavajte - to ćete učiniti kasnije, kad se dijete smiri)

## ŠTO JE PROGRAM AKTIVNOSTI ZA SPREČAVANJE

### NASILJA MEĐU DJECOM I MLADIMA

Ili kako odgojiti nenasilno dijete

Kako pomoći djetetu da se ponaša bolje  
(da regulira svoje emocije i ponašanje)?



Reguliraj  
najprije sebe



Slušaj aktivno



Spusti se na  
razinu djeteta



Budi prisutna,  
ne poučavamo  
kad "gori"



Postavi granicu  
ponašanju



Ponudi alternativu  
- fokus na što smije



Ponovno  
reguliraj sebe



Pruži djetetu blizinu i  
komfor u svim emocijama



Pripremila koordinadora Programa aktivnosti za sprečavanje nasilja  
među djecom i mladima

Jasminka Gršković, odgojiteljica