

MALO O TOME KAKO KVALITETNO

PROVODITI VRIJEME U OBITELJI?

Napisale:

Željka Pačalat
Kristina Papak
Ružica Rezo
Asja Zenko

Projekt
Dobar-Bolji-Najbolji



O projektu:

Dobar-bolji-najbolji je projekt pružanja stručne pomoći roditeljima u razvoju odgovornijeg i kvalitetnijeg roditeljstva kao i prevencija neprihvatljivog ponašanja i podrška u razvoju osobnih potencijala kod djece prosječnih i iznadprosječnih sposobnosti osnovnoškolske dobi.

Projekt je i namijenjen studentima pomagačkih struka – volonterima, voditeljima individualnog rada za profesionalni i osobni rast i razvoj te podizanje nivoa kompetentnosti i profesionalnosti.

O temi:

Da, znamo pritisci ovog brzog života jesu veliki...

I zaista razumijemo da nije nimalo lako uskladiti i organizirati život i provoditi vrijeme sa vlastitom djecom...

ONO ŠTO ŽELIMO REĆI JESTA DA ZAISTA NIJE BITNA KVANITETA, VEĆ KVALITETA...

Ipak vjerujemo da je jako važno izdvojiti neko, barem kratko vrijeme s djetetom, a da pri tome ne radite ništa drugo, nego da ga/nju zaista čujete i vidite... nije lako, ali važno je ponekad se zapitati: Da li je stvarno važnije sve ispeglati, počistiti, nakupovati i sl.? *ILI JE VAŽNIJE VIDJETI I ČUTI DIJETE, POSVETITI MU MALO SVU SVJU PAŽNJU?*

Iz dana u dan svatko od nas trči za ovim, trči za onim. Koliko god trčali i trudili se, ipak se prečesto nađemo

u situaciji da nismo sve stigli. Čak i svoje slobodno vrijeme često posvetimo žurbi i potrazi za nečim. Rijetko kad nam se pruži prilika da malo stanemo i odmorimo. Rijetko kad takvu priliku prihvatimo i posvetimo se samo sebi i svojoj obitelji!

Za čovjeka je karakteristično da kada bira kako će iskoristiti svoje slobodno vrijeme izabire ono što je izvan rizika i odgovornosti, te će mu zato najdraža aktivnosti biti upravo ona koja ga ne obavezuje a istovremeno ga odvaja od svijeta kojeg doživljava kao stalnu prinudu i opasnost. Svi se mi, barem na trenutak, želimo odvojiti od stvarnog svijeta, opustiti se i zaboraviti na sve probleme. Ako želimo kvalitetno provesti slobodno vrijeme sa svojom obitelji, uvijek se možemo jednostavno igrati!

Igra je sredstvo kojim ljudi nadopunjavaju fiziološki i afektivni odmor koji za svrhu ima uspostavljanje ravnoteže ličnosti. Posebno se ističe to da igra oslobađa od agresivnosti a sportski sukobi nam omogućuju da na prihvatljiv način iskažemo svoj instinkt za nasiljem.

Neki teoretičari smatraju da nam slobodno vrijeme pruža mogućnost da uspostavimo kontakt sa ljepotom, ritmom i skladom, u nama, u obitelj, u prirodi, u ljudskim djelima... Oni tvrde da je slobodno vrijeme potrebno da bi ljudi izašli iz iscrpljenosti u

koju ih stavljaju loši uvjeti života i rada. A što nam može biti kvalitetnije i ljepše, nego druženje s našim najmilijima!

Što kažu roditelji i djeca?

Roditelji i djeca su na radionici dobili zadatak da na veliki cvijet svatko nacрта 5 aktivnosti koje voli raditi u slobodno vrijeme sa svojom obitelji. Radovi koji su pritom nastali bili su vrlo zanimljivi, kao i rasprava koja je slijedila.

Svi su se složili da uživaju kad provode vrijeme zajedno što god radili, tako da im je ponekad ugodno i kad zajedno obavljaju kućanske poslove, brinu o cvijeću i kućnim ljubimcima ili jednostavno gledaju TV. Posljednjih dana su zajedno pekli kolače i grudali se.

Roditeljima je najdraže kad s djecom jednostavno samo pričaju, posebno u šetnji, kad se otvaraju teme o kojima obično nemaju vremena ni razmišljati. Djeca najviše vole društvene i kompjuterske igre s roditeljima. Obično se svi zaigraju pa je takva igra vrlo uzbudljiva.

Svi vole zajedno putovati, ići u kino, kazalište ili u grad.

**NA KRAJU SU
RADIONICE ZAKI
ONO ŠTO RADE S
DRAGOCJENO I D
TRUDITI SE ODV
ZA T**

**UČESNICI
IZJAVILI DA IM JE
S OBITELJI VRLO
VAŽNO
PROJEKTOVATI VRIJEME
TO.**

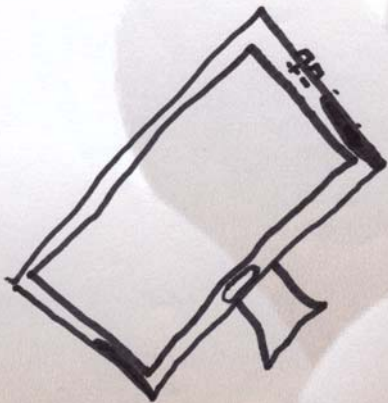


VOLIM
BITI
SAM
DOM-
A



VOLIM
PUTOV
ATI

VOLIM
IĆI U GOST
E

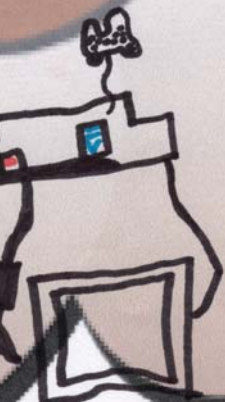


ZVON



IGRATI
MGNOPAU

MIR



DECI
PLAČE

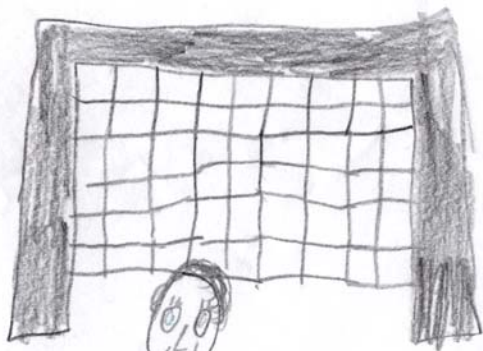


VEDIŇ BRIGADU
O CVIJEČU
I VEŠALIVAN
GA

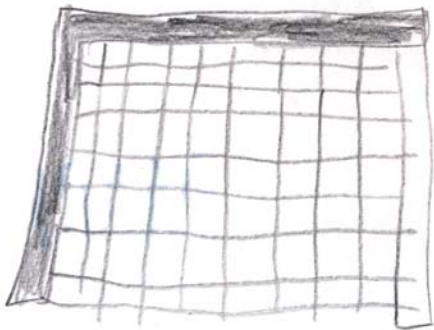


K A R A
O K E
A S A S

SA J
OBIT
VO



VOJOM
TEJJI NAJVIŠE
LIM...



SARS

OMOR

WAVIS

M₀₀₀

STATON IC

UOJ

BITELI

E UOLI

I NASKIJANJE



I na kraju...

- možete zajedno kuhati, spremati, obavljati kućanske poslove... važno je da poslovi budu prilagođeni djetetu i da je atmosfera opuštena
- odvedite dijete u kino, kazalište... budite s njim... razgovarajte o viđenom...
- bojite, crtajte, čitajte, pjevajte, svirajte, pišite, izrađujte stvari zajedno...
- ne zaboravite igru
- aktivnosti vezane uz obitelj (nacrtajte obiteljski grb, podijelite grb u 4 dijela, napišite: *Na što smo ponosni u svojoj obitelji?*; *Što volimo raditi zajedno?*; *Što bi promijenili? ili neka druga pitanja koja su vam važna...*)
- razgovarajte
- i sl.

....nije mudrost, no važno je da kada radimo to s djecom da ih zaista čujemo, vidimo i da ne radimo puno drugih stvari uz to...



*Za pružanje rehabilitacijsko-
edukacijske i psiho-socijalno-
pedagoške pomoći*

Sveti Duh 55

www.udrugaignra.hr

udruga.igra@zg.htnet.hr

+3851/ 370 45 37

Financira:



Republika Hrvatska

Ministarstvo obitelji, branitelja i međugeneracijske solidarnosti