

POZITIVNA DISCIPLINA:

Prve tri godine

Džejn Nelsen,
Čeril Irvin i Rozlin Dafi

Biblioteka
USPEŠAN RODITELJ

Pozitivna disciplina

Prve tri godine

Džejn Nelsen,
Čeril Irvin i Rozlin Dafi

Od odojčeta do malog deteta –
postavite osnovu za odgajanje sposobnog deteta,
koje je sigurno u sebe

Leo commerce
Beograd, 2007.

Pohvale za knjigu

POZITIVNA DISCIPLINA: PRVE TRI GODINE

„Veliki broj roditelja nije svestan koliko je na duge staze važno ono što se događa tokom prve tri godine života njihove dece. Ova knjiga nudi dragocenu, praktičnu pomoć roditeljima i starateljima, inspirišući ih da odgajaju zdravo dete, dete koje će voleti sebe i druge i koje će dati doprinos svojoj porodici i društvu.“

– **Džon Vaskonselos, senator države Kalifornija, predsedavajući Komiteta javne bezbednosti**

„Ovo je knjiga koja ohrabruje – puna je praktičnih predloga i bazira se na principima poštovanja, brižnosti, odlučnosti i podsticanja. Predlozi iz ove knjige neće olakšati odgajanje deteta (to jednostavno nije lako); ipak, učiniće ga zabavnim.“

– **Dr med. Džodi Mek Viti**

„Praktičan, dobro osmišljen vodič za porodicu kroz prve tri godine života deteta.“

– **Džejn Vajt Vuliet, Program za Podršku mladih roditelja**

Ova knjiga nudi mudrosti koliko i prvi komšija, koji je preko ograde doviknuo najnoviji savet, a koji je pomogao više nego bilo koji savet pronađen u gomili drugih knjiga napisanih kao vodič kroz savremene odnose. *Pozitivna disciplina: Prve tri godine* predstavlja spoj istraživanja i praktičnog iskustva na osnovu kog vi treba da se naoružate pozitivnim, alatom ne-kažnjavanja, da biste izgradili odnos pun poštovanja koji će doleteti vremenu.“

– **Meri Hjuž, edukator i trener za roditelje, majka troje dece, baka dvoje unučadi**

„Knjiga *Pozitivna disciplina: Prve tri godine* vas vodi polako, korak po korak kroz najjednostavnije i najteže probleme sa disciplinom koji se javljaju u ranim godinama... U njoj ima toliko mudrosti i zdravog razuma. Volela bih da svi roditelji dobiju po jednu knjigu kada napuste porodilište.“

– **Rita Golden Gelman, autor više od 50 knjiga za decu**

*Za Roba Rajnera, koji je strastveno posvetio dve godine
svog života da, preko Rajner Fondacije, pomogne ljudima da
razumeju koliko su važne prve tri godine života.*

-Džejn

*Svim mamama, tatama, bebama, porodicama koje oni čine –
i budućnosti koju ćemo svi deliti.*

-Čeril

*Mojoj mami, mojoj velikoj proširenoj porodici (onoj sa kojom sam
u krvnom srodstvu i onoj stečenoj), i svim mojim budućim unucima.*

-Rozlin

Naziv originala:
POSITIVE DISCIPLINE THE FIRST THREE YEARS
– FROM INFANT TO TODDLER
Jane Nelsen, Ed. D., Cheryl Erwin, M.A., and Roslyn Duffy

Naziv knjige:
POZITIVNA DISCIPLINA: PRVE TRI GODINE
Džejn Nelsen, Čeril Irvin, Rozlin Dafi

Copyright © 1998 Jane Nelsen, Ed. D., Cheryl Erwin, M.A., and Roslyn Duffy
Copyright © 2007 za Srbiju Leo commerce, Beograd

Ova publikacija u celini ili u delovima ne sme se umnožavati, preštamovati ili prenositi u bilo kojoj formi ili bilo kojim sredstvom bez dozvole autora ili izdavača, niti može biti na bilo koji drugi način ili bilo kojim drugim sredstvom distribuirana ili umnožavana bez odobrenja izdavača. Sva prava za objavljivanje ove knjige zadržavaju autor i izdavač po odredbama Zakona o autorskim pravima.

Urednik:
Nenad Perišić

Prevod:
Ivana Danilović

Lektor i korektor:
Bosiljka Delić

Prelom i korice:
Ateneum

Za izdavača:
Nenad i Slađana Perišić

Izdavač:
ID Leo commerce, Beograd

Plasman:
ID Leo commerce, Beograd
Generala Mihajla Nedeljkovića 65/2

011/227-2077

011/2166-712

011/2166-714

063/507-334

E-mail:
nesaperisic@gmail.com
info@leocommerce.co.yu
www.leocommerce.co.yu

Štampa:
Grafoplast – Užice

Tiraž:
1000

ISBN 978-86-83909-86-5

Sadržaj:

Zahvalnice	9
Prolog: Šta su deca rekla?.	11

Prvi deo: Dobrodošlica za bebu:

1. Spremite se za odgajanje deteta	17
2. Upoznajte svoje dete	26
3. Redefinisanje pojma „Mi“	35

Drugi deo: Kako deca rastu:

4. Čudesni mozak	49
5. Poverenje nasuprot nepoverenju	62
6. Samostalnost nasuprot sumnji i osećaju sramote	68
7. Vrednost samostalnosti	82

Treći deo: Upoznajte svoje dete koje je jedinstveno:

8. Temperament	99
9. Šta znači da je nešto u skladu sa uzrastom i godinama?. . .	113

Četvrti deo: Spavanje, hranjenje i odlazak na nošu:

10. Spavanje	135
11. Hranjenje	146
12. Odlazak na nošu	159

Peti deo: Kako se slagati u velikom svetu?

13. Društvene sposobnosti tokom prve tri godine	167
14. Disciplina tokom prve tri godine	180
15. Izgradite zdravo samopoštovanje kroz ohrabrivanje.	199
16. Vezivanje, osećanja i razvoj jezika	213

Šesti deo: Održavajte svoju porodicu jakim:

17. Ko čuva decu?	235
18. Izgradite sigurnosnu mrežu	250
Zaključak	263
Bibliografija	267
Indeks	269
O autorima	278

Zahvalnice

Često nas pitaju: „Odakle vam te priče?“ Čule smo ih od mnogih ljudi bez kojih ova knjiga ne bi bila napisana. Najveću zahvalnost dugujemo svojoj deci. Ona su nam obezbedila lične porodične „laboratorije“. Kao što ćete videti tokom čitanja ove knjige, mi verujemo da greške pružaju izuzetnu priliku da se nešto nauči. Naša deca su pretrpela mnoge greške – i pomogla nam da naučimo nešto iz njih. Volimo ih, i zahvalne smo im. Rekli su nam da možemo da podelimo njihove priče – „ako sa njima podelimo honorar.“

Imale smo mnogo prilika da učimo od roditelja na našim časovima za roditelje i u savetovalištim. Lako je „biti ekspert“ kada su drugi u pitanju. Često na svojim časovima govorimo roditeljima: „Pomozi mi kad ja budem imao emotivnih problema, a ja ću pomoći tebi kada ih ti budeš imao.“ Često nam kažu da smo im mnogo pomogle. Želimo da znaju da smo mnogo naučile od njih – i koliko smo im zahvalne.

Imale smo priliku i da odgovaramo na pitanja na sajtu www.momsonline.com. Vaša pitanja i naši odgovori obezbedili su pozamašan materijal za ovu knjigu. Zahvalne smo i cenimo mame koje žele da pruže svojoj deci potrebnu ljubav i savete.

Imale smo veliku pomoć uredništva. Izuzetno smo zahvalne Suzan Silvi, koja je radila sa nama na nekim knjigama. Uvek možemo da računamo na njenu efikasnost i ohrabrenje. Kada ona kaže da će nešto uraditi – to i ostvari. Suzan se često prihvata zadatka koji ne spadaju u njen opis posla.

Dženifer Foks je bila izuzetna kao izdavač. Dala nam je nekoliko sugestija kako da bolje organizujemo knjigu i neumorno nas je podsećala da vodimo računa o bitnim detaljima, što neki manje istrajni urednici ne bi radili.

Možemo li dovoljno zahvaliti Suzan Meden? Suzan je generalni direktor Udruženja *Pozitivna disciplina* i često je ostavljala druge važne zadatke da čekaju dok je pripremala rukopis za Primu. A onda je neumorno organizovala promene koje su sva tri autora unosila tokom svih faza redigovanja. Njeni zagrljaji su tako dobri. Ne možemo da zamislamo šta bismo bez Suzan.

Večno ćemo biti zahvalne Alfredu Adleru i Rudolfu Drajkusu, začetnicima filozofije na kojoj se *Pozitivna disciplina* bazira. Ova dva psihijatra ostavila su iza sebe zaostavštinu koja je promenila živote hiljadama ljudi – uključujući i nas. Počastvovane smo što ove ideje delimo sa drugima.

Koliko samo volimo svoje porodice. Umesto da se žale što vreme provodimo pišući knjige, podržavale su nas i ohrabrivale. Stalno su pokazivali da su sposobni da se brinu o sebi, i nisu se žalili. Ponosni su što sa drugima delimo koncept koji nam je pomogao da toliko uživamo jedni u drugima. Volimo da svaki trenutak provedemo sa njima.

Prolog: Šta su deca rekla?

„JA SAM SERENA. Imam tri meseca. Prepoznajem glas svoje mame i veoma sam srećna kad me uzme. Volim da pijem mleko. Veoma se uznemirim kada nisu spremni da mi daju mleko na vreme. Kada me mama ljuljuška da bi me uspavala, volim da gledam okolo. Volim da se kupam ali ne volim kada mi peru kosu ili lice. Sviđa mi se kada mi ljudi nešto pričaju, kada se smeju glasno, i igraju se sa mnom. Želela bih da držim svoje igračke – ali ne mogu. Volim da izlazim svaki dan zato što želim da znam šta se događa. Sve posmatram.“

„JA SAM DŽEJMS. Upravo sam napunio dve godine u decembru. Želim sve da radim sam. Ne želim nikakvu pomoć. Volim da radim stvari na svoj način, čak i ako to traje duže; i ako probate da mi pomognete, moraćemo da počnemo iz početka. Ako probate da mi obujete čarapu, ja moram da je skinem i da sam to uradim. To mi je važnije nego da li sam je obuo naopako. Svima čestitam rođendan. Ponekad vrištim. Ne mogu da pričam baš dobro – imam problem da sve izgovorim. Ali sam naučio jednu *veoma* moćnu reč: NE!“

„JA BILI. Ja voli dinosauruse. Velike, glasne dinosauruse. Pomeraju svoje glave. Reks je najstrašniji. Ja osamnaest meseci. Mama moja. Brat moj. Ja hoda. Ja pije. Ja brz. Ja želi odmah!“

„JA SAM HOSE. Sledećeg meseca napuniću godinu dana. Stalno se smejem. Sviđa mi se tako. Volim da jedem. Hrana je moja omiljena stvar – naročito hrana ve-

likih ljudi, ali ne volim kašastu hranu. Učim da hodam. Imam mnogo čvoruga i modrica. Volim da jurim svog mačora oko kuće. Možda ga držim previše čvrsto, zato me je juče ujeo. Moje omiljene reči su 'ma-ma', 'ta-ta' i 'be-ba'."

„JA SE ZOVEM BONI i danas sam napunila osam meseci. Imam dva zuba i stariju sestru. Volim da pljeskam rukama kada sam srećna. Izmislila sam zanimljivu igru. Mama mi da papir, ja počnem da ga jedem, i ona mora da ga vadi iz mojih usta. Ja se onda smejem. Ovu igru igramo sa mnogim drugim stvarima. Stalno smo se ovoga igrali sa kamenčićima na plaži. Mama je baš zauzeta pregledanjem mojih usta. To je zabavno.“

MI SMO BEBE I ODOJČAD. Ovo je knjiga o nama. Možda deca koju vi znate na neki način liče na nas. Ova knjiga će vam pokazati naš svet – ili kako izgleda svet kada ga mi posmatramo sa stola dok nam menjaju pelene. Ona će vam reći o čemu možda razmišljamo kada zgrabimo svetlucavi predmet sa police u prodavnici, ili zašto nekada nećemo noću da spavamo, da jedemo grašak ili idemo na nošu. Dok budete učili da razumete naš svet dobićete mnogo ideja na koji način da nam pomognete da odrastemo, da nas ohrabrite i naučite nas. Mi smo novi u ovom svetu i stalno nam je potrebna vaša pomoć. Mi smo divni, oduzimamo vreme, i često pravimo nered. I na celom svetu ne postoji niko kao mi. Ovo je knjiga za one koji nas najviše vole.

Pozitivna disciplina: Prve tri godine

Prvi deo

Dobrodošlica za bebu:

Naučite da živite
u svojoj novoj porodici

