МЕЃУНАРОДЕН СЛАВЈАНСКИ УНИВЕРЗИТЕТ
„ГАВРИЛО РОМАНОВИЧ ДЕРЖАВИН“
СВЕТИ НИКОЛЕ – БИТОЛА
РЕПУБЛИКА СЕВЕРНА МАКЕДОНИЈА



ФАКУЛТЕТ ЗА ПСИХОЛОГИЈА
СТУДИСКА ПРОГРАМА:

МАГИСТЕРСКИ ТРУД

РОДИТЕЛОТ КАКО ФАКТОР ЗА ПРАВИЛЕН ПСИХОФИЗИЧКИ РАЗВОЈ НА ДЕТЕТО

СТУДЕНТ: **МЕРИ СВИДЕРСКА ЈОВАНОВСКА**
БРОЈ НА ИНДЕКС:
МЕНТОР: **ПРОФ.Д-Р**

Свети Николе, 2022

Содржина

Содржина 2

ВОВЕД 4

I.ТЕОРИСКИ ПРИСТАП КОН ПРОБЛЕМОТ 6

1. Родителство 6

1.1. Родителството низ историјата 9

1.2. Улогата и значењето на родителите 12

1.3. Одговорно родителство 14

1.4. Особини на успешни родители, успешно родителство 22

1.5. Родителите како тим во воспитувањето на детето 24

1.6. Компетентен родител 25

1.7. Родителството и самохраните родители 27

2. Развој на детето 28

2.1. Моторен развој на детето 29

2.2. Физички развој на детето 30

2.3. Емоционален развој 31

2.4. Јазично-говорен развој 33

2.5. Когнитивен развој 34

2.6. Социјален развој 35

3. Родителите и развојот на детето 37

3.1. Влијанието на родителите врз развојот на детето 37

3.2. Поставување на граници во воспитувањето 40

3.3. Улогата на родителите во правилната исхрана на децата 42

3.4. Улогата на родителите во структурирање на времето 44

3.5. Улогата на родителите во детската прекумерната изложеност на технологијата 47

3.6. Последиците кај децата како резултат на негативниот третман од родителите 51
3.7. Релевантни истражувања на проблемот.....55
II. МЕТОДОЛОГИЈА НА ИСТРАЖУВАЊЕТО 58
1. Предмет на истражување.....58
2. Цел на истражувањето 59
3. Задачи на истражување.....59
4. Истражувачки прашања кои произлегуваат од зададените хипотези.....59
5. Хипотези на истражување 60
6. Варијабли на истражување 61
7. Методи, техники и инструменти на истражување.....61
8. Популација и примерок 61
9. Статистичка обработка на податоците.....62
10. Организација и спроведување на истражувањето.....62
III. АНАЛИЗА НА РЕЗУЛТАТИТЕ ОД ИСТРАЖУВАЊЕТО.....62
1. Квалитативна анализа на анкетниот прашалник 62
2. Квантитативна анализа на анкетниот прашалник 67
Заклучок 82
Литература 84
Прилог 1: Анкетен прашалник за родители.....91

ВОВЕД

Родителите, како најголеми авторитети, со своето здравствено-воспитно влијание на детето, имаат пресудно значење во формирањето на личноста на детето со правилен став кон неговото психофизичко здравје. Но, во време на длабоки општествени промени, чиј заштитен знак е глобализацијата, брзиот научен и технолошки напредок, богатиот свет на медиумски комуникации, како и промените во семејството, улогата на родителот сè повеќе се усложнува.

На правилниот раст и развој на детето влијаат многу фактори, но навиките кои тоа ќе ги стекне во детството најчесто се одржуваат во текот на целиот живот. Со обезбедување на добра здравствена состојба уште од мали нозе, позитивно се влијае на виталноста на детскиот организам во подоцнежните фази од животот.

Родителите треба да бидат свесни дека децата ги имитираат возрасните во сè, па и во начинот на исхрана, рутините во текот на денот, па и користењето на дигиталните технологии. Токму ова е и предметот на овој труд - улогата на родителот во психофизичкиот развој на детето, односно свесноста за неговата улога во развојот на децата и нивното однесување, со посебен акцент на правилната исхрана, правилното структурирање на времето и правилното користење на дигиталната технологија.

Трудот е организиран во три дела – теоретски пристап кон проблемот, методологија на истражување и анализа на резултатите од добиеното истражување.

Во првиот дел е објаснета улогата и значењето на родителите во животот на детето, што значи да се биде одговорен, како и компетентен родител, објаснети се особините на успешните родители, како и потребата за нивна тимска соработка. Даден е приказ на детскиот развој (когнитивен, емоционаен, социјален, јазично-говорен, физички), а објаснета е и улогата на родителите во правилната исхрана на децата, структурирањето на времето и користењето на дигиталните технологии и последиците од грешките кои тие ги прават. Во овој дел е даден и преглед на истражувања кои се поврзани со проблематиката на овој труд и кои се од интерес за авторот на трудот и во насока на докажување на неговата хипотеза.

Во вториот дел е претставена методологијата на истражување. Објаснет е предметот на истражување, целите, методите, техниките и инструментите кои се користени од страна на авторот, како и организацијата на истражувањето и начинот на анализа на добиените резултати.

Во третиот дел од овој труд е дадена интерпретацијата на добиените резултати од пополнетите анкетни прашалници наменети за родители – направена е квантитативна и квалитативна анализа.

Трудот завршува со заклучни согледувања и преглед на литературата која е користена во пишувањето на овој труд.

I.ТЕОРИСКИ ПРИСТАП КОН ПРОБЛЕМОТ

1. Родителство

Родителството како комплексен поим вклучува одредници, како што се: преземање и прифаќање одговорност, мотивација за добивање деца, одговорност и грижа за благосостојбата на детето и вредности и цели кои можат да се реализираат во родителската улога. Родителството се објаснува како збир на активности насочени кон поттикнување на развојот на детето и грижата за него. Фокусот е на она што го прават родителите, а не на она што се тие [1].

Родителството може да се сфати како процес кој бара од родителите адаптација, раст и созревање и постојано учење на нови вештини, како што се: видовите на комуникација, преговарање, ненасилно решавање на проблеми итн. Се однесува на низа процеси кои се состојат од задачи, улоги, правила, комуникации и меѓучовечки односи, кои возрасните ги остваруваат во контакт со своето дете[2]. Тоа е одлучување за децата, преземање и прифаќање на родителската улога и редефинирање на сопствените цели, вредности, како и доживувањето на сопствената вредност поради емоционално и материјално вложување и развојот на децата[3].

Субјективното доживување на родителството се однесува на прифаќањето и вклопувањето на новата улога во сопствениот идентитет, како и доживување на емоционална поврзаност со детето. Родителството е емоционално комплексен долгорочен процес кој се менува со времето и возраста на детето. Во исто време, родителството има формативен ефект врз развојните процеси на самиот родител и влијае на сеопфатното искуство на самиот себе како поединец[4]. Родителството се дефинира и како модел на родителско однесување во едно општество или една култура. Станува збор за културно кодирање на мажите и жените како татковци и мајки, т.е. за правата, обврските, одговорностите и статусите коишто им се припишуваат на татковците и мајките.

Во психологијата, родителството најчесто се истражува со цел да се утврдат можните поволни и неповолни влијанија на родителите врз детето и врз развојните

[1] Matijević, M., Bilić, V., Opić, S. (2016). Pedagogija za učitelje i nastavnike. Zagreb: Školska knjiga.
[2] Petani, R. (2010) Dimenzije roditeljskog ponašanja i stavovi adolescenata prema obiteljskom životu. Doktorska disertacija. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Filozofski fakultet .
[3] Čudina – Obradović, M., Obradović, J. (2006). Psihologija braka i obitelji. Zagreb: Golden marketing-Tehnička knjiga.
[4] Kapor Stanulović N. (2017). O Roditeljima. Pedagoski Centar Crne Gore

резултати на детето. Современите погледи ја отфрлаат можноста за еднонасочно влијание на родителите врз детето и ја земаат предвид важноста на меѓусебното влијание на детето, родителите и поширокаата социјална средина.

Родителството вклучува[5]:

- Доживување на родителството – се однесува на одлуката за имање деца, преземање и прифаќање на родителската улога, поставување воспитни цели и доживување на сопствената вредност поради вложување напор, емоционална поврзаност и успех на детето;
- Родителска грижа – се однесува на раѓањето на децата и грижата за нивниот живот и здравје;
- Родителски дејствија и активности - се однесува на сите дејствија што ги преземаат родителите со цел да се постигнат родителските цели и да се исполнат нивните улоги;
- Воспитна цел на родителите - се однесува на емоционалната атмосфера во која се одвиваат сите интеракции меѓу родителите и децата.

Доживувањето на родителството зависи од полот и возраста на родителите и децата, од квалитетот на партнерските односи, но и од конкретната општествена атмосфера[6]. Концептот на родителство е јасно дефиниран - тоа е процес кој се случува во рамките на некое карактеристично време и простор. Како што се случуваат промени во општествената заедница, така се менуваат и задачите на родителството[7].

Родителството е процес кој бара одговорен родител кој го знае, разбира и прифаќа своето дете, но и самиот себе, кој има јасна цел како родител и постојано се труди со благи методи, без да го загрозува интегритетот на детето и чувството на самопочитување, да ја постигне таа цел[8]. Целта на родителството би требало да биде подигнување воспитано, самосвесно, самостојно, сигурно, компетентно и динамично дете кое има страст за учење и живот.

[5] Čudina-Obradović, M., Obradović, J. (2000). Obitelj i zaposlenost izvan kuće: međusobno ometanje i/ili pomaganje. Revija za socijalnu politiku, VII (2), 1 - 15
[6] Lacković-Grgin, K. (2010). Doživljaj i praksa roditeljstva u različitim životnim razdobljima. Društvena istraživanja : časopis za opća društvena pitanja, 20 (4), 1063-1083.
[7] Klarin, M. (2006). Razvoj djece u socijalnom kontekstu. Jatrebarsko: Naklada Slap
[8] Ljubetić, M. (2012). Nosi li dobre roditelje roda?! Odgovorno roditeljstvo za kompetentno dijete. Zagreb: Profil International

Родителите треба да го поттикнуваат посакуваното однесување на детето, да му овозможат топла и сигурна атмосфера, да научат како децата размислуваат и чувствуваат, како и да ги редуцираат инстинктивните реакции, односно да промислат рационално пред секое делување кон детето[9].

Родителите покрај тоа што им овозможуваат на децата задоволување на нивните физиолошки потреби, тие треба да ги поттикнуваат и да ги водат децата низ когнитивниот, физичкиот, социјалниот, емоционалниот, моралниот, сексуалниот, духовниот, културниот и образовниот развој[10]. Родителот треба да биде внимателен, умерен, доследнен и решителен, несебичен и самокритичен[11], а неговиот контакт со детето треба да се заснова на одговорност, доверба, безбедност и припадност[12].

На мотивацијата за родителство, односно на потребата, желбата и одлуката за добивање деца, влијаат повеќе биолошки, психолошки и социјални фактори. Постојат четири категории на мотивација за родителство[13]:

- Алтруистичка мотивација - постои желба за родителство со цел да се обезбеди љубов, заштита и грижа за детето;
- Фаталистичка мотивација - смислата на животот на мажот и жената се гледа во репродукцијата и продолжувањето на видот и се смета дека тоа е нивната судбина;
- Нарцисоидна мотивација - на детето се гледа како доказ за мажественоста или женственоста, ја зголемува вредноста на родителите;
- Инструментална мотивација - зачувување на стабилноста на бракот, проширувањето на семејната линија и патриотската мотивација.

Родителството претставува една од најодговорните, а веројатно и најтешките улоги поради сложеноста и промените што се случуваат во современиот свет. Родителството е тешка работа, која покрај задоволувањето на основните потреби на детето за храна и физичка безбедност, вклучува и воспитување на детето. Воспитувањето на детето бара многу трпение, љубов, самоконтрола над сопствените

[9] Durrant, J. (2007). Positive discipline: What it is and how to do it. Save the children Sweden, London, Save the children
[10] Ибид.
[11] Plasaj, D. (1991). Obitelj-odgoj djece. Obnovljen život, 46 (1), 124-140.
[12] Jurčević - Lozančić, A. (2011). Socijalne kompetencije i rani odgoj.U D. Maleš (Ur.), Nove paradigme ranog odgoja (str. 153 – 177). Zagreb: FF Press.
[13] Rabin, A. I. (1965). Motivation for Parenthood. Journal of Projective Techniques and Personality Assessment, 29 (4): 405-413

грижи и фрустрации. Не е доволно само да се сака детето, потребно е да се знае што се случува додека детето учи и да се знае како да се поттикнува, насочува и контролира тој процес[14]. За да може родителот да избере што е најдобро за неговото дете, мора да биде добро информиран и педагошки едуциран.

1.1. Родителството низ историјата

Грижата за децата, нивното воспитување, учеството во нивното патување кон созревањето и растењето засекогаш биле, неспорно, основа на родителството во сите историски периоди. Меѓутоа, начинот на кој таа основна задача се извршувала не била иста.

Во Египет, сочувани се бројни цртежи со сцени од семејниот живот на фараоните. На нив често се прикажани владетелот и кралицата во друштво со децата. Ги галат, ги бакнуваат, ги гушкаат, ги држат во раце. Очигледно, изразувањето на љубов кон децата била карактеристика на нивниот однос со нивните потомци. Египјаните имале тенденција да имаат многу деца и вложувале многу труд во нивното воспитување. Египетската бирократија водела евиденција за раѓањата.

Судејќи според зачуваните законици, и месопотамската култура посветувала многу внимание на децата – тие биле заштитени со низа законски прописи. Во Месопотамија на девојчињата им се давал мираз со цел да го искористат за да обезбедат правилен развој на сопствените деца[15].

Староеврејската култура оставила малку информации за односот помеѓу родителите и децата. Стариот завет не кажува многу за децата, но за родителот е неоспорна вредноста на машкото дете.

Старите Грци сметале дека родителството претставува спроведување на дисциплина, бидејќи на детето му е потребна дисциплината.

Литературата изобилува со податоци и примери за родителска приврзаност кон децата во стариот Рим. Детето, според нив, доаѓа на светот без знаење, без искуство, тоа е суштество кое треба да се води уште од мали нозе и да се поучува. Тоа го прави најмногу таткото, со или без помош на учител. Во подоцнежните периоди на

[14] Pascoletti, C. (2015). Put do dobrog roditelja. Zagreb: TRSAT
[15] Gordon, C. W. (1957). The social system of the high school: A study in the sociology of adolescence, Free Press.

Империјата сè почесто се појавува специјално организиран систем на обука, се разбира, само за машките деца.

И Римјаните како и старите Грци (Аристотел и Платон) дале неколку добри периодизации на детскиот развој - шеми кои се полни со инструкции и упатства за родителите, за подобро разбирање на детето. Но она што ја прави суштинската разлика помеѓу родителите на Антички Рим и Античка Грција е поизразениот авторитет на таткото во Рим. Таткото е неприкосновен авторитет, со власт над детето. Тој одлучува дали ќе го прифати новороденчето во семејството, или ќе го одбие, продаде или убие[16].

Животот во раниот среден век бил тежок и се одликувал со војни, освојувања, глад, сиромаштија, инфекции, висока смртност... Постојат малку знаци дека родителите, веројатно, од опишаните причини, посветувале посебна грижата за децата – од овој период нема размислувања, дискусии за децата и нивните посебни потреби. Училишниот систем не постоел, а специфичните потреби на детето, различни од потребите на возрасните, не се препознавале и признавале.

Во средниот и доцниот среден век интересот за детето сè повеќе се обновувал, а со тоа индиректно и родителските функции. Често децата се сместувале во посебни институции каде за нивниот психофизички развој се грижел соодветен кадар – најчесто свештени лица. На овој период припаѓале значајни мислители и креатори на многу оригинални и нови погледи за децата, детството и воспитувањето на децата. Еден од нив е Џон Лок, со неговиот опис на детето како табула раса, празна плоча во која треба да се внесе сето она што од несовршените и необучени „мали возрасни“, ќе направи целосно возрасни луѓе.

Жан Жак Русо велел дека секое дете се раѓа со предиспозиции за сопствен развој и сè што треба да направат возрасните е да го остават детето на природата за да може да биде независно и да се развива според неговите можности и способности, прилагодувајќи се на светот околу него.

Песталоци и Фробел инсистирале на тоа дека децата треба да учат преку нивните активности, настојувајќи да воведат нови принципи во образованието на

[16] Wasson, D. L. (2016) Ancient Roman Family Life. Ancient History Encyclopedia

децата. Иако важни за иднината, учењата на Лок, Русо и Песталоци биле ограничени на релативно мал број следбеници меѓу нивните современици.

Родителите од таа ера прифаќале еден од двата системи на однесување: или биле релативно незаинтересирани за децата, што водело до физичка и емоционална дистанца помеѓу родителите и децата, или се труделе да бидат максимално присутни во развојот на детето, мешајќи се и контролирајќи ја секоја негова постапка.

Карактеристика на почетокот на 19 век е максималната строгост на родителите. Од децата се очекувала совршена послушност. Потребите на децата генерално се игнорирале и се наметнувала волјата на родителите кои сакале по секоја цена да го оформат детето според нивните желби. Иако преовладувал, ваквиот стил не бил единствен за сите родители од тој период. Имало и такви кои ги следеле концепциите на Лок и Русо. Паралелно, во 19 век бил присутен уште еден пристап за воспитување деца како последица на гореспоменатите учења на Песталоци и Фробел. Според него, со детето треба да се однесува нежно, да му се обезбедат основните услови за учење и созревање преку сопствени активности, препуштаќи го развојот по сопствен тек со многу внимателно присуство на родителите, без употреба на сила и притисок.

Кон крајот на 19 и почетокот на 20 век се развива исклучително силен интерес за детето и неговиот развој и постепено се развива нова гранка во психологијата - детската психологија. Масата нови информации за психофизичкиот развој на децата ги прави родителите посебно чувствителни на проблемите кои се јавуваат на детска возраст и го зголемува нивното чувство за одговорност при нивното исполнување на родителските должности. И додека родителот од викторијанскиот период бил сигурен во своите постапки, спремен да каже и спроведе дефинитивно „да“ или „не“ во однос на детето, родителот почнува да станува несигурен, неодлучен, да се плаши да не погреши, да не го повреди детето, да не предизвика трауми, да не го повреди детето со своите постапки[17]. Како резултат на тоа, се јавува максимална попустливост, отсуство на контрола, постојано преиспитување на сопствените постапки, недоследност, а како врв на сето тоа, кај родителите се јавува чувството на вина. Родителството почнува да станува сериозна обврска, можеби и премногу сериозна -

[17] Kapor Stanulović N. (2017). O Roditeljima. Pedagoski Centar Crne Gore

родителите ја губат спонтаноста во постапките и покажувањето наклонетост кон децата.

Во Америка овој правец се менува под влијание на бихевиоризмот, со акцент на важноста за обучување на децата и строго одредување на насоките и средствата со кои тие можат да постигнат однапред одредени цели во развојот на детето.

Кон крајот на педесеттите и шеесеттите години на минатиот век, нови истражувања и нови теоретски позиции го претставуваат детето во поинакво светло. Тоа повеќе не е пасивен примател на стимулација, како што на пример, тврдат бихевиористите, туку има способност да дејствува, да влијае на сопствениот развој. Големо влијание има Пијаже со неговите дела за когнитивниот развој на детето.

Детето сега е препознаено како личност со значителни способности уште од најрана возраст во животот. Тоа не е копија на возрасните, без знаење и информации, ниту пак само пасивен примател на информации, туку дејствува и е активен учесник во сопствениот раст и развој. Уште еднаш во историјата родителот мора да се менува, да се прилагоди на промените предизвикани од промените во општествено-историските услови, но и поради новите, различни сфаќања и знаења за детето и развојот на детето. Денес, се нагласува важноста од прилагодување на родителите на индивидуалните карактеристики на секое дете и наоѓање рамнотежа помеѓу карактеристиките на детето и карактеристиките на родителите за успешен раст и развој.

1.2. Улогата и значењето на родителите

Секој човек во животот исполнува поголем број на општествени улоги - група правила на однесувања кои се очекуваат во одредени ситуации поврзани со општестевената положба на личноста. Некои улоги се трајни, додека некои се менуваат во текот на животот. За некои улоги човекот систематски се подготвува во текот на растењето, за некои улоги се подготвува низ процесот на воспитување, а некои улоги се учат набљудувајќи ги другите луѓе од опкружувањето.

Една од најважните животни улоги која значително го менува претходниот начин на живот и влијае на извршувањето на сите други улоги, е родителската улога[18].

[18] Luketin, D., Sunko, E. i Kokorić Tomašević, J. (2015). Roditeljstvo je dvosmjeran odnos. Split: Liga za prevenciju ovisnosti.

Не постои систематска општествена подготовка за улогата на родителите, иако нејзиното извршување е многу важно за семејството и за целата општествена заедница. Со желба на детето да му го олеснат растењето, созревањето, решавањето на животните развојни задачи, родителите се потпираат на сопствената интуиција и чувства. Всушност, порано однесувањето на родителот кон сопственото дете се одвивало најчесто според традиционалните норми и правила. „Лекцијата“ како да се биде родител се добивала од сопствените искуства стекнати од однесувањето на сопствените родители – пракса која се пренесувала од колено на колено, применлива за идните генерации бидејќи општествениот живот не се менувал значително, па и начинот на воспитување на децата не барал големи промени.

Начинот на живот, некои општествени вредности и барањата на околината во однос на децата значително се сменети и се менуваат од ден на ден. Општеството денес е во фаза на длабоки промени и денешното време на живеење е детерминирано од глобализацијата, сè поголемата сложеност и плурализам на општеството, богатиот свет на медиумските комуникации, длабоките промени во семејството, кризата на воспитните институции, научниот и технолошки напредок, меѓународниот економски (не) ред, различните форми на најразлични нетолеранции итн. Ако порано таткото бил тој којшто се грижел за финансиските средства, а жената била таа која се грижела за децата, денес сè поприсутни се односи во кои улогите не се поделени според полот, туку според интересите и стручноста. Тоа се однесува на чувството на рамноправност помеѓу родителите, како и на балансот на моќ и носењето на одлуки.

За разлика од порано, за денешните родители обрасците на родителско однесување, научени и стекнати од родителите и личното искуство, се нефункционални во овој социјален момент. Улогата на родителот дополнително се усложнува и поради појавата на сосема нови облици на социјален живот за кои нема насоки и кои се непознати и за самите родители (социјални мрежи, мобилни телефони). Овие појави бараат брза реакција на родителите кои не секогаш успеваат да го забележат нивното појавување и неопходноста од нивна интервенција. Парадоксално, понекогаш се случува во таа смисла децата да ги воспитуваат родителите со воведување и наметнување правила во семејството кои им одговараат.

Од друга страна, модерното време доведе до растечко влијание на науката во сферата на воспитувањето на децата. Ова донекаде ја олесни родителската улога, но и дополнително ги усложни некои работи во однос на постоењето на спротивставени

научни ставови кои се разликуваат од експерт до експерт и ги става родителите во дилема кому да му веруваат (прашањето за вакцинација, казнување итн.).

Новите научни сознанија донесоа промени и во современото разбирање на детето. Детето денес се прифаќа како субјект со права, а државата треба да го гарантира уживањето на тие права. Ваквата положба на детето влијае на родителската улога на тој начин што семејното воспитување прави премин од приватна во јавна сфера и станува предмет на јавната политика. Родителот е одговорен за своите постапки кон детето и сноси одредени санкции за прекршување на правата на детето.

Бидејќи детето развива компетентност преку активност, доброто родителство претпоставува дека родителот му дава можности на детето да донесува одлуки, да решава проблеми и да учи одговорности во секојдневните ситуации. Оваа ситуација е збунувачка за многу родители[19]. Некои сметаат дека го изгубиле родителскиот авторитет со забраната за физичко казнување, додека други ги замениле демократските односи со прекумерно уживање и детска анархија. Има и такви кои ја земаат детската судбина во свои раце и им го организираат денот, исполнувајќи го со обврски, со постојано следење и не давајќи им можност на децата за развивање независност, туку со постојано инсистирање на успех.

Од сето наведено, може да се заклучи дека денешната улога на родителот бара многу време, одрекување, трпение и разбирање на детето, бара одредени знаења и вештини. Секојдневната реалност е преполна со низа предизвици и кризи со кои родителите се соочуваат, а токму од нив зависи како децата ќе се справат со нив[20].

1.3. Одговорно родителство

Одговорното родителство подразбира препознавање на потребите на детето, на кои треба да се одговори навремено, доследно, ефективно, со емотивна поддршка и во согласност со возраста на детето. Станува збор за континуиран процес на меѓусебна интеракција која може да се набљудува низ четири фази[21]:

[19] Maleš, D. (2012). Obitelj i obiteljski odgoj u suvremenim uvjetima. Dijete, vrtić, obitelj, 67. 13-15.
[20] Ljubetić, M. (2007). Biti kompetentan roditelj. Zagreb: Mali profesor.
[21] Black, M. M., & Aboud, F. E. (2011). Responsive feeding is embedded in a theoretical framework of responsive parenting. The Journal of nutrition, 141(3), 490–494.

1) Развој и воспоставување на рутина - родителот се труди во секојдневните активности да воспостави рутина, така што детето точно знае што може да очекува во одредена ситуација, но и што од него се очекува. Воспоставувањето рутина подразбира емоционална поддршка од страна на родителот во секое време и промовира меѓусебна интеракција.
2) Детето му одговара на родителот со сигнали – израз на лицето, вокализација, движења, кои родителот се обидува да ги препознае.
3) Родителот ги препознава сигналите на детето и презема акција - веднаш, во склад со сигналот, доследно (исто така и детето знае што да очекува) секогаш со емоционална поддршка и во согласност со возраста на детето.
4) Детето го прифаќа одговорот, односно очекуваното дејство од родителот. Оваа предвидливост е основата за сигурноста на децата, што е клучно за нивниот емоционален развој.

Одговорното родителство не подразбира безусловно „поднесување“ на секое барање на детето, што понекогаш не мора да биде оправдано или соодветно, што не е ретко. Родителот треба да го забележи барањето, да реагира кон него секогаш исто, иако тоа може да значи и одбивање да се исполни барањето на детето. Но, таквиот став треба да биде конзистентен и детето брзо ќе научи што е прифатливо, а што не може да се прифати.

Одговорниот родител[22]:

- Го набљудува детето, ги забележува и интерпретира неговите сигнали и веднаш презема мерки.
- На детето му одговара со љубов, емпатија, доследен е и предвидлив, нежен и хуман.
- Се обидува да го разбере сопствено дете од семеен и социокултурен аспект.
- Му помага на детето подобро да ги разбере емоциите, однесувањето и постапките на родителите, како и на другите луѓе во околината.
- Прифаќа дека секое дете е единствена индивидуа за себе која бара и прилагоден одговор.

[22] Матијевић, Д., Младеновић Јанковић, С., Котевић А. (2014). Одговорно родитељство. Здравствена заштита бр.5

Одговорното родителство подразбира рамнотежа помеѓу слободата и ограничувањата кои му се пружаат на детето во текот на неговиот раст и развој.

Физичката присутност на родителите е многу важна, ако се сака да се има влијание над детето, да се спроведува авторитет и да се утврдат ограничувања[23]. Во текот на првите години од животот детето се врзува за старателот и со него остварува љубов, што резултира со чувство на доверба и сигурност[24]. Детето од своите родители учи да ги изразува емоциите, а потоа и да ги контролира. Детето ќе научи многу за себе ако родителите се интересираат за неговите мисли и чувства. Исто така, емоционалниот и когнитивниот однос на детето зависи од неговите родители, нивните вредности и сфаќањето на тие вредности, како и од родителските цели.

Личниот авторитет е најважен аспект на водството на возрасните[25]. Најважната задача на секој родител е да му обезбеди на детето љубов, храна и дом, но и граници. Тие ќе му помогнат на детето да го разликува доброто од лошото, да ја препознае опасноста итн. Детето може да се спротивстави на ограничувањата поставени од родителот, но долгорочно гледано ќе биде посреќно. Децата кои немаат ограничувања, се чувствуваат несигурни[26].

Според одредени автори, на децата им треба надзор и цврсто морално средиште, односно личност која ќе им помогне да донесат правилни одлуки, да пронајдат пријатели и со емпатија да ги прифаќаат другите лица[27].

Добрите родители цврсто ги контролираат своите деца, поставуваат пред децата одредени барања и одредуваат правила, јасно покажувајќи кој е „главен“, а потоа го надгледуваат нивното однесување за да би се осигурале дека детето се придржува до зададените правила. Меѓутоа, прецврстата контрола на однесувањето на детето, без можност за слободен избор, може да доведе до зависност, несамостојност, недоверба во сопствениот идентитет и идеи, намалени амбиции и

[23] Sigman, A. (2010). Razmažena generacija: zašto će ponovno uspostavljanje autoriteta našu djecu i društvo učiniti sretnijim. Velika Mlaka: Ostvarenje
[24] Čudina-Obradović, M., Obradović, J. (2006). Psihologija braka i obitelji. Zagreb: Golden marketing – Tehnička knjiga.
[25] Juul, J. (2018). Kako biti vođa vučjeg čopora. Zagreb: Naklada OceanMore
[26] Karp, H. (2007). Najsretnije dijete u kvartu: nov način da prekinete svakodnevnu bitku protiv tvrdoglavosti i odgojite zadovoljno i samopouzdano dijete. Zagreb: Planetopija.
[27] Shaw, R., Wood, S. (2009). Epidemija popustljivog odgoja: zašto su djeca nevesela, nezadovoljna, sebična... te kako im pomoći. Zagreb: V.B.Z.

потиснато непријателство. Од друга страна, преблагата контрола може да резултира со агресивно и недоследно однесување кај детето.

За да се развие во здрава и зрела личност, детето бара одреден степен на слобода и слободен избор, но и одредена структура и низа поставени правила на однесување во социјалните односи.

Родителството мора да биде максимално прилагодливо и флексибилно, за да ја обезбедува својата основна функција – подготвување на децата за идниот живот. Флексибилноста на родителското однесување е кружен, реципрочен процес, кој се одвива меѓу родителите и детето. Ниту родителите го менуваат детето, ниту детето ги менува родителите. Тие заедно се развиваат помеѓу заедничката циркуларност[28].

Постојат различни начини да се објасни и опише однесувањето на родителот/старателот, што доведува до позитивни или негативни резултати кај децата. Во литературата, однесувањето на родителите најчесто се поврзува со родителските цели и вредности и стилови во воспитувањето[29].

Родителскиот стил се смета за најважен модератор на сите воспитни влијанија. Тој ја одредува средината во која детето расте и начинот на кој се воспитува, дисциплинира и подготовува за живот. Претставува комбинација на родителски однесувања кои се појавуваат во различни ситуации и на тој начин ја обликуваат образовната клима[30]. Педагошките истражувања за семејните односи утврдуваат постоење на заеднички стилови на семејно воспитување кои се карактеризираат со:

а) престроги родители

б) преблаги родители

в) рамнодушни родители

г) демократски родители

Премногу строгите родители користат авторитет и моќ над децата. Тие постигнуваат детска послушност преку наредби, казни и закани. Родителите поставуваат високи очекувања и барања кон детето, спроведуваат строг надзор и контрола. Тие не обезбедуваат соодветна емоционална топлина и поддршка. Децата кои живеат во таква атмосфера покажуваат висок степен на анксиозност, ниска

[28] Brajša, P. (2009). Brak i obitelj iz drugog kuta. Glas koncila: Zagreb
[29] Darling, N., Steinberg, L.(1993). Parenting style as context: An integrative model, Psychological Bulletin, 113(3), 487-496.
[30] Berk, L. (2015). Dječja razvojna psihologija. Jastrebarsko: Naklada Slap

самодоверба, промени во расположението, голема раздразливост и стравови[31]. Во конфликтот на потребите на родителот и детето, победници се родителите, а губитници се децата. Премногу благите родители им даваат многу слобода на своите деца. Тие намерно не им даваат граници и не признаваат авторитарни методи. Таквите родители веруваат дека е штетно да се негираат барањата на детето. Ваквиот начин на воспитување оневозможува детето да преземе лична одговорност, автономија во усвојувањето на норми и правила на однесување, а неснаоѓањето поттикнува кај нив агресивно и импулсивно однесување[32]. Рамнодушните родители се незаинтересирани или невнимателни и се колебаат во пристапот кон децата, обидувајќи се да постигнат рамнотежа со мешавина од премногу строг или преблаг пристап. Карактеристично за овој стил на родителство е емоционалното студенило и слабата контрола. Тие му поставуваат мали барања и ограничувања на детето, малку внимание и емоционална поддршка. Деца кои се воспитувани на овој начин имаат впечаток дека нивните родители не се грижат за нив и дека не ги сакаат, реагираат со непријателство и отпор, често покажуваат слаб успех во училиште и имаат слаби социјални вештини и непријателско однесување во општествените групи[33]. Овој стил на родителство е на граница на запоставување на детето. Демократските родители поставуваат јасни граници за детето. Со активно слушање го водат на сигурен, предвидлив начин, почитувајќи ги потребите и на детето и на родителите со многу грижа и љубов[34].

Едно истражување покажало дека родителите кои се престроги, односно кои се повеќе наклонети кон авторитарниот стил на родителство ги потценуваат негативните ефекти на строгата дисциплина, додека оние кои претпочитаат попустливото родителство, имаат тенденција да ги преценат негативните ефекти од секаков вид на корективна дисциплина[35].

За жал, нема рецепт за родителство, ниту има совршени родители. Но, на детето тоа дури и не му е потребно. Најважно е да му се даде и покаже љубов, детето да се чувствува сакано, безбедно и сигурно. Родителот мора да го прифати детето такво какво што е, со сите негови доблести и маани и да му даде простор да ја изрази

[31] Čudina-Obradović M., Obradović J. (2006). Psihologija braka i obitelji. Zagreb: Golden marketing - Tehnička knjiga
[32] Ибид.
[33] Ибид.
[34] Rečić M. (2006). Obilježja dobrog obiteljskog odgoja. Đakovo: Tempo
[35] Davidov, M., Grusec J. and Wolfe J. (2012). Mother's knowledge of their children's evaluations of discipline: The role of type of discipline and misdeed, and parenting practices. Merrill-Palmer Quarterly, vol. 58(3), pp.314-340.

својата личност. Токму таквите родители, оние кои работат на себе, постојано се прашуваат што друго можат да направат, се стремат да ги подобрат своите родителски вештини и да ги поправат неизбежните грешки, тие се најуспешните родители кои ќе воспитаат добри возрасни луѓе.

Старк (2014) ги нагласува основните принципи на родителството кои ги почитуваат и промовираат правата на детето во семејството, а кои ги претставуваат и четирите столба на родителството. Тоа се[36]:

- *Грижливо родителство:* однесување кое одговара на потребата на детето за љубов, емоционална топлина, сигурност, припадност, поврзаност и прифаќање. „Родителот може да покаже наклонетост и радост кон детето, да го утеши кога е тажно или вознемирено, да разговара со него за она што го загрижува, да одржува позитивна емотивна средина во домот и да му обезбеди сигурност на детето“[37]. Тоа значи дека родителот делува како сигурна основа од која детето може да почне да го истражува светот околу себе, но на која може да се врати кога ќе почувствува страв, тага, замор или која било друга непријатна емоција. Притоа, важно е родителот да биде доследен во обезбедувањето топлина и одговарање на потребите на детето. Ваквото однесување е основа на сигурна приврзаност, а со тоа и основа на сите други односи во животот на детето.
- *Структура и водство:* одговараат на потребата на детето да биде безбедно, да има предвидлива средина и да се чувствува компетентно. Структурата опфаќа простор, време и насочување на однесувањето на детето. Структуриран простор е оној во кој детето е заштитено од опасности кои можат да го загрозат како во неговиот дом, така и надвор од него. Структурираното време подразбира уреден секојдневен распоред со дневен ритам и рутина на семејни активности. Иако рутината овозможува чувство на сигурност, сепак важно е да се обезбеди флексибилност која ќе овозможи прилагодување на рутината кон потребите на детето. Како што расте детето, така се зголемува

[36] Starc, B. (2014). Roditeljstvo u najboljem interesu djeteta i podrška roditeljima najmlađe djece s teškoćama u razvoju. Zagreb: Ured UNICEF-a za Hrvatsku
[37] Ибид.

флексибилноста во структуирањето на неговото време и содржина на активности, така што тие се колку што е можно поприспособени на индивидуалните потреби на детето. Структурата исто така ја чинат и границите на прифатливо и неприфатливо однесување, како и други начини на водење и насочување на детето, како што се изразување на очекувањата или објаснување на барањата. Упатувањето на однесувањето на детето, или популарно познато како „поставување граници“, се одвива преку разговор со детето за тоа што е прифатливо, а што неприфатливо однесување. Притоа е важно границите да бидат јасни, конкретни и добро дефинирани, а посебно се делотворни ако се поставуваат во атмосфера на љубов, прифаќање и меѓусебно почитување[38]. Насилното однесување на родителите, како што е физичкото казнување на детето, именувањето со погрдни имиња или посрамотување, го учат детето дека треба да се плаши од родителите, дека е оправдано да ги тепа луѓето што ги сака и му испраќа порака дека тој не вреди како личност. Ова може да доведе до неможност да се контролираат чувствата на гнев, кои децата често ги изразуваат преку бурни реакции на фрустрации, агресивно однесување кон другите деца, нештата, а понекогаш и кон родителите.

- *Почитување на личноста:* одговара на потребата и правото на детето да биде видено, слушнато и почитувано како личност со свои сфаќања, идеи и човечко достоинство. Тоа значи родителите да посветат време и внимание и да покажат интерес за секојдневните активности и искуства на детето, почитувајќи го како личност. Во современиот свет на родителството, честопати вредноста на детето се гледа исклучиво преку активностите и успесите што тоа ги постигнува. Тие ја градат неговата самодоверба - неговата свест за тоа што може да постигне, но не и неговата самосвест - свеста за тоа кој е и дека е вреден само со тоа што постои. Во градењето на оваа самосвест родителите можат да придонесат со пофалување и охрабрување на детето да ужива во процесот, а не само во исходот од активноста, на пример, со пофалба на

[38] Flander, G.,B. i Karlović, A. (2004). Odgajam li dobro svoje dijete?. Zagreb: Marko M. usluge d.o.o.

напорот што детето го вложува во некоја активност, како и изразување љубов кон детето, без разлика на успесите што ги постигнува.

- *Зајакнување на детето:* се однесува на создавање услови за зајакнување на чувството за компетентност, лична контрола и способност кај детето да влијае врз другите луѓе и светот околу него, во согласност со возраста и зрелоста. Тука повторно е важно родителите да бидат чувствителни на потребите на детето и отворени за соработка со детето и заемното влијание. Родителите се одговорни за создавање можности во кои детето учи и стекнува нови искуства и за овозможување на чувството на независност кај детето. Важно е да му се овозможи на детето да се чувствува способно во рамките на неговата возраст и да ја прими пораката дека родителите веруваат во него. Во спротивно, детето може да се повлече од обидите за нови активности и да стане пасивно. Секој родител треба да биде доследен и трпелив за да ја здобие довербата на детето, што ќе резултира со развивање на доверба во себе и во другите луѓе, развивање во зрела и одговорна возрасна личност. Децата, чии родители не се доследни, не знаат што смеат, а што не смеат, збунети се, несигурни и се сомневаат во родителската љубов.

Современиот пристап го поттикнува родителот да ја преземе одговорноста за промените, наместо да ја презема вината за можните неуспеси. Чувството на одговорност го поттикнува и го насочува родителот да бара решение. Додека детето има исклучиво лична одговорност, родителот има и одговорност за сопствената благосостојба и развој на детето и одговорност за квалитетот на односот со детето. Да се биде одговорен родител не значи да се задоволи секоја детска желба, туку доследно да се одговори на потребите на детето за грижа, структура, уважување и зајакнување. Независно од видот на семејството, родителите имаат одговорност да му дадат соодветен пример на детето и да се трудат секој ден да се подобруваат како родители.

1.4. Особини на успешни родители, успешно родителство

Секој родител сака да биде најдобар при воспитувањето на своето дете[39]. Не постои „вистински начин“ како да се одгледуваат деца, како што не постои ниту совршен родител. Но има начини како одгледувањето да биде полесно и поуспешно. Некои од особините на успешните родители се: позитивна слика за себе, прилагодливост и трпеливост[40]. Успешниот родител, кој има позитивна слика за себе, има самодоверба, се прифаќа себе онаков каков што е и за себе мисли добро[41]. Кога детето е под влијание на ваков родител, поголема е веројатноста да развие позитивна слика за себе. Успешните родители се прилагодливи родители, кои не се вознемируваат премногу доколку треба нешто да се промени во нивните планови за да би се прилагодиле кон потребите на детето. Трпеливоста е исто така карактеристика на успешниот родител. Тоа не значи дека не постои родител кој понекогаш ќе го изгуби трпението, но треба да се настојува во повеќето случаи да се реагира смирено.

Успешното родителство подразбира[42]:

- поставување јасни очекувања;
- смиреност во напнати ситуации и кога детето ќе се вознемири;
- конзистентно следење на детето, проследено со позитивни и негативни последици;
- позитивен пример за своето дете;
- играње улоги со цел поправање на непосакуваното однесување;
- пофалби за детето за неговото однесување.

Успешноста на родителите се поврзува со успешноста во комуникацијата. Успешно и неуспешно родителско комуницирање може да се поистовети со успешно и неуспешно родителство. Тоа треба да се научи за да се стане успешен и задоволен родител[43].

---

[39] Delač-Hrupelj, J., Miljković, D., Lugomer Armando, G. (2000). Lijepo je biti roditelj: priručnik za roditelje i djecu. Zagreb: Creativa.
[40] Kordić – Vuković, V. (1998). Postanite uspješan roditelj sretnog djeteta. Zagreb: Akvamarine.
[41] Delač-Hrupelj, J., Miljković, D., Lugomer Armando, G. (2000). Lijepo je biti roditelj: priručnik za roditelje i djecu. Zagreb: Creativa.
[42] Lopez, W. (2004.), Successful Parenting Skills that Shape Childrens Behaviors, All Psych Journal
[43] Ибид.

Постојат голем број фактори кои влијаат на тоа како родителите ги воспитуваат децата: социоекономски фактори, односно т.н социјален градиент и приход на домаќинството, социокултурни фактори, норми на однесување, традиции, обичаи во заедницата[44]. Фактори кои имаат непосредно влијание врз доживувањето и успешноста на родителството се[45]:

- Детството на родителите кое може значително да влијае на однесувањето на родителите и квалитетот на воспитувањето на сопствените деца. Оние родители кои се: топли, весели, оптимисти, толерантни, стимулативни, отворени и достапни во комуникацијата со детето, се пожелни за обликување на личноста на детето.
- Брачното насилство – децата кои растат во семејства кои се карактеризираат со брачно насилство имаат зголемен ризик од проблеми во однесувањето.
- Личноста на родителите која во некои случаи може да го спречи соодветното однесување на родителите кон децата, додека во некои случаи може да го поттикне.

„Успешните родители пронаоѓаат ефективни стратегии за справување со стресот од родителството, пронаоѓаат време и енергија за квалитетно занимавање со своите деца, поставуваат пред нив разумни очекувања, им обезбедуваат поддршка и разбирање, комуницираат отворено и пријателски, а на стресот гледаат како на привремен предизвик кој може да се реши“[46].

Успешното родителство е родителство за кое постои план. Се темели на акција, а не на реакција. На знаење, а не на случајност. На разумни потези, а не на глупости[47].

Успешното родителство бара посветеност, внимание, љубов. Тоа бара познавање на психофизичките фази на растот и развојот на детето, знаење за тоа што всушност децата можат, а што не можат да прават, познавање на себеси, своите предности и недостатоци, заедништво во носењето одлуки, трпение, решителност, доследност и подготвеност да се признаат грешките и, доколку е потребно, подготвеност да се побара стручен совет и помош.

[44] . Lareau A. (2002). Invisible Ineaquility: Social Class and Childrearing. Am Sociologocal review 67(5): 7474–776.
[45] Ljubetić, M. (2007). Biti kompetentan roditelj. Zagreb: Mali profesor
[46] Ибид.
[47] Pantley, E. (2002). Savršeno roditeljstvo. Zagreb: Mozaik knjiga.

1.5. Родителите како тим во воспитувањето на детето

Како и другите животни улоги (улога на партнер, родител...), така и улогата на член во родителскиот тим се развива со текот на времето и со стекнатото искуство. Во текот на бременоста таа се јавува само како идеја, којашто подоцна ќе се обликува согласно искуството кое се стекнува во меѓусебниот контакт со своето дете.

Родителската тимска соработка, која вклучува меѓусебна поддршка на партнерите во улога на родители, поделба на обврските околу децата и усогласување околу вредностите кон кои се тежнее во воспитувањето, е значајна и за развојот на детето. Ова особено се однесува на развојот на детето во доменот на социо-емоционалните и релационите компетенции, како и во доменот на однесувањето. Со други зборови, во семејства каде што родителите играат тимски, кои негуваат хармоничен меѓусебен однос, кој се заснова на разбирање и поддршка на партнерите во родителската улога, кои споделуваат слични вредности и имаат развиени комуникациски вештини со кои можат конструктивно да ги решаваат и оние ситуации во кои има несогласувања околу ставовите, во такви семејства детето има подобри предуслови за здрав развој на личноста, отколку во оние семејства каде што тоа не е случај.

Степенот на поврзаност помеѓу родителите е важен за равојот на детето. Заедничкото родителско однесување значително влијае на создавањето на првата слика на детето за светот на возрасните, како и на односот на детето во општеството. Друга важна карактеристика на родителскиот тим е степенот на меѓусебна отвореност при воспитувањето на детето. Станува збор за отвореност во комуникацијата, договарање, разбирање и дејствување во рамките на воспитанието. Родителите мора да ја задржат својата автохтона личност, но во односот кон детето треба заедно да разменуваат информации, да се договараат, дополнуваат и развиваат заеднички пристап.

За родителскиот тим е важен и степенот на подготвеност за заедничко менување на родителите во текот на воспитувањето на детето. Родителството се менува заедно со фазите на детски развој. Детето брзо се менува и има потреба од променливо и динамично родителско однесување.

Како карактеристика на родителскиот тим е и степенот на заедничка успешност на родителите во воспитувањето на детето. Имено, резултатот на

успешното воспитување не е резултат само на мајката или таткото, туку и на мајката и на таткото во рамките на заедничкото родителство. Исклучиво мајчинство и потиснато татковство се карактеристика на лош родителски тим бидејќи се оневозможува поврзаност, отвореност, организираност и флексибилност на заедничкиот родителски интерперсонален систем во рамките на воспитувањето на детето.

Родителите кои имаат различни погледи на воспитувањето треба да комуницираат и да работат на своите различности. Нереално е да се очекува родителите целосно да се согласат околу воспитувањето на децата. Сите потекнуваат од различни семејства од кои носат одредени знаења за воспитувањето. Некогаш сакаат да го прават она што го правеле нивните родители, а понекогаш го сакаат сосема спротивното. Едниот родител повеќе казнува, другиот повеќе фали, едниот поставува барања, другиот има очекувања... Родителите треба пред детето да функционираат тимски - не треба пред децата да се расправаат за однесувањето на детето со цел да не се намали авторитетот што го имаат кај децата. Родителите кои отворено не се согласуваат и меѓусебно се поткопуваат во однос на дисциплинските прашања создаваат непријатна атмосфера за децата и создаваат можности за нивно манипулативно однесување. Децата многу рано забележуваат разлики и се однесуваат кон секој родител според правилата поставени од тој родител. Детето знае што може и со кого смее да прави, а тоа важи и за бабите и дедовците. Децата не се збунети, ги знаат правилата и секогаш мора да го почитуваат доминантниот родител.

1.6. Компетентен родител

Секој родител сака воспитано, самостојно, одговорно, емпатично, среќно, задоволно, успешно, со еден збор компетентно дете, но за да се постигне тоа, родителите мора да бидат компетентни во својата родителска улога. Родителската компетентност се објаснува како „практични способности што ги имаат родителите за да ги негуваат, заштитат и едуцираат своите деца и да им обезбедат доволно здрав развој“[48] и претставува клучен елемент во позитивното родителство[49]. Родителската

[48] Barudy, J., and Dantagnan, M. (2010). Los desafíos invisibles de ser madre o padre. Manual de evaluación de competencias y resiliencia parental. Barcelona: Gedisa.
[49] Martínez-González, R.-A., Rodríguez-Ruiz, B., Álvarez-Blanco, L., and Becedóniz-Vázquez, C. (2016). Evidence in promoting positive parenting through the program-guide to develop emotional competences. Psychosoc. Interv. 25, 111–117.

компетентност се објаснува и како систем на знаења, вештини, способности и навики кои им овозможуваат на родителите успешно да ги извршуваат своите родителски должности и да спречат/решат кризни ситуации, на начин кој го промовира развојот на нивните деца[50].

За компетентен родител се смета оној кој се чувствува добро како родител и кој „себе се доживува како личност која има контрола над своето родителство и односот со детето“[51]. Тој вложува во себе и во својот однос со детето, му пружа воспитување, структура, признание, со што овозможува создавање на темели за развој на здрава личност[52].

Компетентниот родител вешто ги користи личните и надворешни ресурси во водењето на детето при неговото созревање[53].

Теоретски, родителската компетентност се смета за важна когнитивна детерминанта на родителското однесување и односите родител - дете[54]. Истражувањата покажуваат дека родителите кои се чувствуваат покомпетентни во својата родителска улога, без оглед на возраста на детето, применуваат поконструктивни родителски практики кои се поповолни за развојот на детето, отколку родителите кои се сметаат за помалку компетентни[55]. Родителите кои се сметаат себеси за успешни и компетентни од самиот почеток, имаат подобри изгледи за успешно родителство бидејќи се поспремни да ги препознаат проблемите и да побараат помош од стручни лица[56].

За разлика од компетентниот, некомпетентниот родител покажува непознавање на воспитувањето и пристапот, несигурност, незадоволителен однос со детето, погрешно ги толкува пораките на детето, неправилно одговара на

[50] Glăveanu, S. M. (2015). The parental competence of single-parent families from vulnerable groups. Procedia - Social and Behavioral Sciences, 187(13), 201–205
[51] Milanović, M., Stričević, I., Maleš, D., & Sekulić-Majurec, A. (2001). Skrb za dijete i poticanje ranog razvoja djeteta u Republici Hrvatskoj. Zagreb: Targa.
[52] Stričević, I. (2011). Jačanje roditeljskih kompetencija kroz programe obrazovanja roditelja. U: Maleš, D. (Ur.), Nove paradigme ranog odgoja, Zagreb: Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu – Zavod za pedagogiju, str. 125.-152
[53] Maleš, D., Kušević, B. (2011). Nova paradigma obiteljskog odgoja.Zagreb: FF PRESS
[54] Bornstein, M.H., Hendricks, C., Hahn, C.S., Haynes, O.M., Painter, K.M., Tamis-LeMonda C. S. (2003). Contributors to self-perceived competence, satisfaction, investment, and role balance in maternal parenting: A multivariate ecological analysis. Parenting: Science and Practice, 3, 285-326
[55] Shumow, L., Lomax, R. (2002). Parental efficacy: Predictor of parenting behavior and adolescent outcomes. Parenting: Science and Practice, 2, 127-150.
[56] Zeman, S. (2013). Pedagoško obrazovanje roditelja kao odgovor na izazove suvremenog društva. Zagreb: Filozofski fakultet - Odsjek za pedagogiju

однесувањето и барањата на детето, родителството го доживува како товар... Родителите често се жалат на недостаток на време, средства, на стрес кој го носи секојдневниот живот, на замор, невработеност, премногу работа и други обврски кои ги спречуваат да поминуваат време со своите деца.

Имајќи предвид дека родителската одговорност и компетентност се клучни за родителството, се поставува прашањето како тие се стекнуваат и развиваат. Еден од понудените одговори е образованието, односно обука на родителите за компетентно и одговорно родителство. Како што должност на родителите е да вложат енергија и време во своето педагошко образование, така и задача на општеството е да им даде поддршка на родителите во справувањето со нивната родителска улога преку различни форми на педагошко образование на родителите[57].

1.7. Родителството и самохраните родители

Растот на образованието на жените, нивното сè поголемо вработување, падот на фертилитетот, растот на бројот на разводи, растот на бројот на вонбрачни раѓања и сè пораспространетите нови форми на брачен живот – кохабитација, се причина за зголемувањето на бројот на самохраните родители[58].

Поимот самохран родител се однесува на родител кој самостојно, без другиот родител, се грижи за детето[59]. Согласно Законот за социјална заштита, самохран родител се дефинира како „родител кој сам ги врши родителските права и должности за детето, поради тоа што другиот родител е непознат, починат, исчезнат или од оправдани причини привремено или трајно не ги извршува родителските права и должности“[60].

Да се биде самохран родител најчесто е стресно и тешко. Како еден од позначајните проблеми со кои се среќаваат овие родители, најчесто, е тешката економска ситуација во која се наоѓаат, тешкото ускладување на работната и родителската улога, недостатокот на слободно време кое можат да го поминат заедно

[57] Jurčević Lozančić, A., & Kunert, A. (2015). Obrazovanje roditelja i roditeljska pedagoška kompetencija, teorijski i praktički izazovi. Metodički obzori: časopis za odgojno-obrazovnu teoriju i praksu, 10(22), 39-48.
[58] Fišer, S., Marković N., Radat K., Ogresta J. (2007). „Za" i „O" jednoroditeljskim obiteljima. Zagreb: Udruga za unapređenje kvaliteta življenja LET.
[59] Ибид
[60] Службен весник на Република Северна Македонија“ бр.104/2019

со детето, но и недостаток на слободно време кое можат да го издвојат за себе, што како последица често носи не само физичка, туку и емоционална исцрпеност.

Самохраните родители понекогаш, во претераниот обид да го заштитат своето дете, стануваат претерано грижливи и се однесуваат премногу заштитнички - не го гледаат реално своето дете, не ги препознаваат развојните фази, тешко ги утврдуваат границите на пожелно однесување, склони се на прекумерно попуштање.

Иако постојат голем број истражувања за негативните последици на детскиот развој во случај кога за детето се грижи самохран родител, она што е важно да се знае е дека кога детето расте со самохран родител, тоа не мора да има негативни ефекти врз растот и развојот на детето. Имено, развојот на детето зависи од односот што го воспоставува со својот родител, без разлика дали се вклучени двајцата родители или само еден. Децата кои имаат самохрани родители можат да постигнат блиски односи со другите, партнерски односи, да имаат високи достигнувања во образованието и подоцнежните кариери исто како и децата со двајца родители.

Фактор кој во голема мера позитивно или негативно влијае на родителството е и начинот на кој самохраниот родител го поминува слободното време со своето дете. Затоа е важно добро подредување на приоритетите во функционирањето на своето семејство и соодветно планирање на своите обврски и активности во кои учествуваат и родителите и децата.

2. Развој на детето

Детето е комплексно битие, кое е богато со потенцијали и има важна улога во општеството. Неговиот развој се објаснува како „след од прогресивни и релативно трајни промени во невролошките и физичките структури, мисловните процеси и однесувањето, поради што детето се менува и станува поголемо, поумешно, поспособно, посоцијално, поприлагодливо и така натаму[61]. Станува збор за динамичен и флексибилен процес кој се одвива во социјален контекст, процес кој зависи од развојот на невролошките структури и е под влијание на наследните фактори (биолошки, генетски) и факторите на опкружувањето.

[61] Starc, B., Čudina Obradović, M., Pleša, A., Profaca, B., Letica, M. (2004) Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi. Zagreb: Golden marketing.

Развојот на детето започнува пред раѓањето и вклучува различни области на развојот, како што се: моторниот, физичкиот, когнитивниот, емоционалниот и социјалниот развој, кои влијаат еден на друг и кои се развиваат паралелно. Всушност, сите овие подрачја на развој се меѓусебно испреплетени и поврзани[62]. Со оглед на тоа што секое дете е индвидуа за себе, развојот на детето се одвива со предвидливи чекори, но со единствена брзина кај секој поединец.

2.1. Моторен развој на детето

Развојот на моторичките вештини може да се следи низ неговите фази, кои се видливи во подобрувањето на држењето на телото (постурална контрола), движењето (локомоција) и ракувањето со предмети (манипулација)[63]. Моторниот развојот се случува по одреден редослед. По завршувањето на основниот моторен развој во првите две години од животот, предучилишната возраст се карактеризира со учење сложени вештини, а на крајот од тој период совладани се и стекнати сите основи на мотоориката.

Моторниот развој на детето од неговото раѓање до запишувањето во основно училиште, се одвива според следните фази[64]:

1. Фаза на рефлексна активност;
2. Фаза на спонтани движења;
3. Фаза на основни движења (координација на движењата на главата, трупот и телото);
4. Фаза на основни сензомоторни вештини (фаќање предмети со прсти);
5. Фаза на основни движења (движење во простор, локомоција);
6. Фаза на попрецизни сензомоторни вештини (хармонизирање на работата на мускулите на рацете, дланките и прстите);
7. Фаза на латерализација т.е. десноракост или леворакост.

Моторниот развој кај детето се однесува на неговата сè поголема способност да го користи сопственото тело и да ракува со предмети, а неговото движење му служи како алатка за постигнување на некоја цел. Кога се зборува за моторни вештини, тие

[62] Petrović- Sočo, B. (2009) Značajke suvremenog naspram tradicionalnog kurikuluma ranog odgoja. Pedagogijska istraživanja, Vol 1, No.2. 123-13.
[63] Kosinac Z.(1999). Morfološko- motorički i funkcionalni razvoj djece predškolske dobi, Split: Udruga za šport i rekreaciju djece i mladeži grada
[64] Neljak, B. (2009). Kineziološka metodika u predškolskom odgoju. Zagreb: Kineziološki fakultet.

може да се поделат во две групи - фини и груби. Фините моторни вештини вклучуваат: движења на раката, прстите, очите, усните и лицето (фаќање предмети со двете раце, фаќање предмети со една рака, фаќање со палецот и со показалецот, бирање на копчињата на мобилниот телефон, а подоцна и откопчување и закопчување копчиња, врзување врвки од чевли, држење молив и ножици), додека грубите моторни вештини вклучуваат активности на целото тело[65].

Подобрувањето во моторниот развој се огледува преку појавата на нови вештини, пофини движења, подобрување на резултатот од движењето, поврзување на движењата, како и преку резултатите од тестовите со кои се оценува степенот на одредени знаења, поточно на моторниот развој.

2.2. Физички развој на детето

Физичкиот развој на детето се однесува на зголемувањето на висината и тежината на детето и на промените во структурата на поединечни ткива и органи. Оваа форма на развој се одвива најбрзо во првите фази од животот. Кај децата мозокот интензивно расте до 6 месеци, а подоцна стапката на раст се забавува. Другите системи се менуваат со возраста:

- Коскеното ткиво на новороденчето се состои од 'рскавица и меки коски. На 2 години ќе стане посилно, но конечно ќе ојача на 12 години. До 2-годишна возраст белите дробови ги надминуваат градите во растот.
- Мускулните влакна при раѓањето се тенки и сочинуваат само ¼ од вкупната телесна тежина. Мускулите почнуваат активно да се развиваат на возраст од 1 до 3 години. Тогаш детето ги совладува сите движења.
- Белите дробови се отвораат по раѓањето на детето, со првиот здив. Дишните патишта се разликуваат по структура од возрасните. Детето дише плитко и често.
- Срцето на детето од предучилишна возраст е доста големо. Со текот на годините, тоа ја менува својата позиција, спуштајќи се веднаш под првобитното ниво.

[65] Teodorović, B. i Levandovski, D. (1991). Kako poticati dijete s mentalnom retardacijom. Zagreb: Fakultet za defektologiju Sveučilišta u Zagrebu, centar za rehabilitaciju „Zagreb".

- Кожата на детето од предучилишна возраст е проткаена со крвни садови и нема кератинизиран слој. Таа е нежна и чувствителна.
- Нервниот систем на бебето сè уште е нестабилен. Дете од предучилишна возраст не може да го задржи своето внимание на една тема долго време, брзо се заморува.

Физичкиот развој на детето се манифестира во растот на детето во висина, тежина и развој на главата, развојот на забите, созревањето на коските и сексуалниот развој во адолесценцијата, но најмногу во развојот на моторните вештини на детето. Развојот на физичките способности во голема мера е поврзан со моторните вештини. На пример, со развивање на одењето, трчањето или скокањето на една нога, телото на детето станува посилно и со тоа напредува во вистинската насока.

2.3. Емоционален развој

Емоционалниот развој е еден од најважните процеси во развојот на личноста. Претставува резултат на меѓусебните влијанија на наследените механизми на реакција на емоционални ситуации и процеси на социјализација во семејството и во непосредната околина на детето[66].“ Детето собира информации за тоа како да се однесува кон себе и кон другите луѓе и како да ги изрази емоциите. Од раѓање, детето усвојува дразби и однесувања од неговата околина, кои потоа ги рефлектира на себе и на своето однесување.

Емоционалниот развој вклучува „чувства, желби, намерна активност и начинот на кој детето се соочува со нив[67]“ и претставува една од најважните ставки кои влијаат на развојот на детето во зрело и одговорно битие, бидејќи токму љубовта, топлината, емоциите, привржаноста, темпераментот и емпатијата се неопходни за квалитетен развој на детето.

Низ емоционалниот развој детето поминува низ фазите на емоционално изразување, емоционално разбирање, развој на емпатија, развој на емоцијата

[66] Starc, B., Obradović, Č., Pleša, A., Profaca, B., Letica, M. (2004). Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi, priručnik za odgojitelje, roditelje i sve koji odgajaju djecu predškolske dobi. Zagreb: Golden marketing.
[67] Škrbina, D., Šimunović, D. (2004) Terapijska intervencija kroz igru. Zagreb: Dijana Škrbina

самосвест, развој на приврзаноста и социо-спознајниот развој, кој вклучува поим за себе, самоопис и самоевреднување, свест за другите и саморегулација[68]. (Берк, 2008)

Емоционалниот развој се одвива во три фази[69]. Првата фаза е фаза на усвојување емоции. Фазата на усвојување емоции се однесува на изразување и перцепција на емоциите и вклучува рефлексни реакции, темпераментни карактеристики и усвојување на одредени емоционални карактеристики. Заедно со способноста за емоционална реакција, децата во оваа фаза учат да препознаваат и да ги контролираат сопствените емоции[70]. Втората фаза од емоционалниот развој е фазата на диференцирање на емоциите. Оваа фаза се однесува на поврзувањето, но и на одвојувањето на изразите и чувствата кон или од одреден контекст или однесување. Во фазата на диференцирање на емоциите доаѓа до модификација на сигналите од околината, при што овој процес се одвива под влијание на учењето првенствено на семејните обрасци на однесување, а емоционалните реакции се поврзуваат со нов контекст. Благодарение на стратегиите кои се усогласени со општествените очекувања, децата можат да научат да ги минимизираат или да ги пренагласуваат, како и да ги прикриваат емоциите. Третата фаза на емоционален развој е фазата на трансформација или реорганизација на емоциите. Фазата на трансформација е најсложената и најмалку истражена фаза во која доаѓа до поврзаност на емоционалното искуство и вербализација на емоциите, до мешање на емоциите и нивни трансформации.

Развојните фази на емоциите зависат од биолошкото созревање и созревањето на интелектуалните способности кои му овозможуваат на детето разбирање и контрола на сопственото однесување. Детските емоции се силни, краткотрајни, спонтани и директни. Децата на почетокот на својот емоционален развој немаат контрола над своите чувства и за тоа им се потребни родителите кои треба да им помогнат:

- да ги разберат сопствените чувства;
- да научат да ги препознаат своите чувства и чувствата на другите, како и да ги споделат своите чувства со другите;

[68] Berk, L. (2008). Psihologija cjeloživotnog razvoja. Zagreb: Naklada Slap.
[69] Brajša Žganec, A. (2003). Dijete i obitelj – emocionalni i socijalni razvoj. Jastrebarsko: Naklada Slap
[70] Brajša Žganec, A. (2002). Roditeljske metaemocije i socijalno-emocionalni razvoj djece. Zagreb: Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.

- да ја разберат емоционалната реакција на некој настан и да стекнат способност за предвидување на последиците;
- да научат како е можно да одберат начин на изразување и однесување во емоционални ситуации.

Набљудувањето на емоционалното однесување и реакциите на родителите се од клучно значење за емотивниот развој на детето. Како и во секоја друга област од својот развој, така и во емоционалниот развој, децата најмногу учат преку моделирање. Сопствениот емоционален профил и интеракциите на родителите имплицитно ги учат децата кои емоции се прифатливи и очекувани во семејното опкружување и како да управуваат со нив[71]. Децата учат дека одредени ситуации предизвикуваат емоции и ги набљудуваат реакциите на другите за да знаат како да реагираат во различни ситуации.

Емоционалното созревање е долготраен процес кој се темели на трпеливоста и разбирањето на родителите, како и на нивната способност да го слушаат и слушнат своето дете.

2.4. Јазично-говорен развој

Кога ќе се исполнат неврофизиолошките предуслови за развој на говорот, кои вклучуваат правилен слух и способност за перцепција и разликување звуци, моторни способности и вештини, одреден степен на интелектуален развој и психосоцијални способности - желба за комуникација, доволната и правилна изложеност на јазичното влијание во околината е неопходен услов за детето да може да го усвои јазикот и да го совлада говорот.

Пред првиот роденден, децата сè уште не зборуваат, но тие комуницираат – со очите, изразите на лицето и гестовите. Во предјазичниот период јазикот интензивно се развива, детето „игра“ со говорните органи и почнува да џагори околу 6-от месец од животот. За говорот на детето на крајот од првата година често се вели дека детето зборува на некој „сопствен јазик“, детето всушност имитира гласови и звуци од околината, почитувајќи ја интонацијата и ритамот на мајчиниот јазик. Првиот збор со значење се појавува помеѓу 10 и 14 месец, околу 18 месеци детето има околу 50

[71] Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., & Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. Social Development, 16(2), 361-388.

зборови во својот вокабулар, што му овозможува да комбинира зборови пред вториот роденден. На возраст од 2-3 години детето се изразува со реченици, почнува да користи множина од именки и глаголи и наоѓа зборови за речиси сè во околината. Говорот на детето тогаш е речиси целосно разбирлив за луѓето околу него, а во следната година и за оние надвор од стандардната околина.

2.5. Когнитивен развој

Когницијата ги вклучува сите внатрешни процеси и ментални искуства кои водат до „знаење“. Ги вклучува сите ментални активности, како што се: внимание, меморија, симболизирање, решавање проблеми, создавање и имагинација, клучни за нашиот опстанок.

Когнитивниот развој на детето се однесува на стекнувањето на нови информации и на обработка на веќе усвоени информации со цел зголемување на нивните вредности. Перцепцијата, вниманието, помнењето, како и оперативното мислење и решавањето проблеми, се основните процеси на когнитивниот развој.

Когнитивниот развој е развој на способноста за снаоѓање и учење низ животни ситуации. Тој започнува со следење и реагирање на настани во околината, а продолжува со нејзино истражување, учење преку обиди и грешки, набљудување на причините и последиците и постојано развивање на општи знаења. Когнитивниот развој е активен процес во кој децата интензивно учествуваат конструирајќи го своето разбирање на светот.

Jean Piaget (1963) наведува четири главни периоди на когнитивниот развој во зависност од возраста на детето[72]:

- Првиот период е сензомоторен (од 0 до 2 години). Започнува со раѓањето на детето, а завршува со појавата на говорот. Во сензомоторниот период, детето учи рефлекси, почнува да ја развива интелигенцијата со прилагодување на рефлексите на околината, почнува да ги разбира промените во околината, како и да решава проблеми со обиди и грешки.

[72] McLeod, S. A. (2018). Jean piaget's theory of cognitive development. Simply Psychology.достапно на линкот: https://www.simplypsychology.org/piaget.html, пристапено на 15.08.2022.

- Вториот период е предоперативен (од 2 до 7 години). Се карактеризира со фактот дека детето постепено сѐ покомплексно ги користи симболите, зборовите и броевите.
- Третиот период е фаза на конкретни операции (од 7-ма до 11-та година), а се карактеризира со ментални операции кои овозможуваат логично решавање на проблеми со конкретни објекти.
- По 11-тата година започнува последниот период на когнитивен развој, во кој менталните операции од повисок ред овозможуваат логично расудување и апстрактно размислување.

Со проучувањето на когнитивниот развој се настојува да се објасни како интелектуалните капацитети се менуваат и се развиваат од раѓање до зрелост, под влијание на генетски и различни фактори од околината, како што се родителите, социјалната и емоционалната средина и играта. За да може детето да се развива здраво, треба да му се обезбеди безбедна, топла и стимулативна средина[73].

2.6. Социјален развој

Социјалниот развој на децата вклучува „однесувања, ставови и влијанија соединети во детската интеракција со возрасните и врсниците“[74], а започнува набрзо по раѓањето на детето. Со развојот на социјалните вештини, детето постепено станува заинтересирано не само за природата и околината која го опкружува, туку и за луѓето околу себе.

Се смета дека детето е социјално компетентно ако има усвоено одредени однесувања и вештини кои му овозможуваат да ја разбере својата околина и успешно да се снаоѓа во секојдневните ситуации.

Развојот на социјалните односи кај детето е постепен. Првите социјални контакти на детето со околината се остваруваат во рамките на претежно автоматски и биолошки добро воспоставени механизми неопходни за опстанок и развој. Детето ги започнува своите социјални односи со околината со изразување на своите потреби, испраќање сигнали на кои околината реагира. Притоа се воспоставува силна

[73] Berk L. (2015).Dječja razvojna psihologija. 8. izd. Zagreb: Naklada Slap.
[74]

афективна врска помеѓу детето и неговата непосредна околина, што е важно за целокупниот развој на детето.

Постојат три фази на социјалниот развој на детето кон околината[75]: првата фаза е опишана како „слепило“ за другите деца бидејќи новороденчето не ги перципира другите деца, тој ги гледа како објекти. Втората фаза започнува по шест месеци, кога детето почнува да ги копира околните деца со своето однесување, а по една година од животот се појавува третото ниво на социјален развој, во кое детето е свесно за присуството на други деца.

Со текот на времето, социјалните интеракции на детето и неговата околина стануваат побогати, поразновидни и покомплексни, а социјалниот простор на детето сè повеќе се проширува. Детето станува способно да толерира краткотрајно одвојување од родителите и да воспоставува социјални односи со другите.

Како што расте и созрева детето, односите со врсниците стануваат сè поважни во неговиот живот. Интеракциите меѓу децата стануваат побогати, а игрите стануваат посложени. Во почетокот детето си игра со другите деца, паралелно со нив или само набљудува што прават, а набрзо почнуваат да се појавуваат првите интеракции. Преку понатамошниот развој на детето играта станува сè поинтерактивна и сложена, а соработката меѓу децата започнува да вклучува и поделба на задачите, улогите во играта, следење на правилата итн. Односите меѓу децата стануваат сè постабилни и почнуваат да се појавуваат првите пријателства.

Однесувањето на детето, како и неговото емоционално изразување и искуство, се менуваат под влијание на социјалните односи. Врз основа на реакциите на другите на сопственото однесување и емоционалните изрази, детето учи кои реакции се соодветни во одредена ситуација, а кои не. На овој начин, тоа учи да го контролира сопственото однесување и да го приспособува на околностите. Детето учи и врз основа на набљудување на однесувањето на другите (набљудувачко учење) и на тој начин стекнува знаења, вештини и знаења кои го надминуваат сопственото искуство. Преку искуството во социјалните односи, детето постепено подобро ги разбира другите, нивните намери, потреби и желби, станува сè поуспешно во забележувањето на дискретните социјални знаци и сè попрецизно реагира на нив. Се зголемува чувствителноста на емоционалните состојби и искуства на другите (емпатија). Детето

[75] Škrbina, D., Šimunović, D. (2004) Terapijska intervencija kroz igru. Zagreb: Dijana Škrbina.

постепено го проширува својот репертоар на однесување и учи како да се однесува во одредена социјална ситуација (социјални вештини). Со дружење ги учи начините на игра и учество, правилата на игра, однесувањето што се очекува од соиграчите итн. На овој начин интеракциите меѓу децата стануваат подолги и похармонични.

3. Родителите и развојот на детето

3.1. Влијанието на родителите врз развојот на детето

Влијанието на родителите остава неизбришлива трага во сите аспекти од развојот на детето: од физичкиот, преку социјалниот, моралниот, интелектуалниот, до исклучително важниот – емоционален развој. Истакнувајќи ја важноста на влијанието на родителите врз децата, Јурак истакнува дека децата се „двојни наследници: на светот што го наследуваат преку физичкото раѓање и светот што влегува во нив преку родителското воспитување“[76]. Важноста на улогата на родителите во сеопфатниот развој на детето е истакната и од Љубетиќ (2007), кој родителите ги смета за први и најважни воспитувачи на нивните деца, првите модели на идентификација и имитација, првите модели за учење и мост за воспоставување социјални контакти со поширокатa средина[77].

Според одредени автори, согласно поврзаноста меѓу родителите и начинот на кој тие се однесувале кон сопствените деца, се дефинираат три главни однесувања на децата: самоуверено, незрело и анксиозно дете. Самоуверените деца се карактеризираат со висок праг на стрес, со придржување до јасно поставени правила и помагање на другите деца и врсници. Анксиозните деца се карактеризираат како „виновни за сѐ што се случува“, додека незрелите деца се детски, плачливи, уморни, се фалат итн[78].

Авторот Синдик (2011) нагласува дека треба да се земе предвид околината богата со стимулации во најраните месеци од животот на детето, што има одличен

[76] Jurak, A. (2002), »Roditelji – prvi odgojitelji svoje djece pred izazovom vremena«, Don Bosco danas, 131 (1), str. 4–5.
[77] Ljubetić, M. (2007), Biti kompetentan roditelj, Zagreb: Mali profesor
[78] Rosić,V. Zloković, J. (2002). Prilozi obiteljskoj pedagogiji. Rijeka: Graftrade.

ефект врз развојот на способностите кај детето[79]. Етиолошката теорија ја нагласува важноста на односот мајка - дете како примарен и најважен за развојот на детето:

- Во првата фаза (до 6-месечна возраст на детето) детето рефлексно му довикува на оној кој може да ги задоволи неговите потреби, а тоа е мајката. Доколку мајката ги занемари потребите на своето дете, доаѓа до појава на „детска изолација“. Меѓутоа, ако мајката реагира на потребите на детето само кога и таа ги чувствува потребите, постои појава на „немирно приврзани деца“.
- Во втората фаза од развојот на односот со мајката (од 6 месеци до 3 години), детето во голема мера е приврзано за мајката, и се плаши од одвојување од мајката и се јавува т.н. анксиозност од разделување, страв од разделба.
- Во третата фаза, ако првите две фази „правилно“ задоволни и надминати, се развива партнерски однос помеѓу мајката и на дете и такво дете има предиспозиции за „нормален“ однос кон мајката во животот воопшто.

Исто така, други автори ја нагласуваат важноста на развојната возраст во психофизичкиот развој на детето во рамките на семејството. Неопходно во секоја од фазите, без разлика на возраста на детето, е да се има родителска грижа и љубов кон детето и да се научи детето да поставува јасни цели во согласност со своите реални можности за да не се случат фрустрации.

За развојот на детето е важно:

- Родителите да реагираат (навремено и доследно) на сигналите испратени од детето;
- Кај детето да се постигне чувство на сигурност, контрола над неговиот живот;
- Родителите да имаат трпение во односите со децата, постепеност;
- Да му се овозможи на детето слободно движење, во кое ќе ја задоволи основната потреба за игра.

Во односот родител – дете може да се одвојат седум фази и тоа[80]:

- 1 фаза: од раѓање до 1-1,5 година

[79] Sindik, J. (2011). Čimbenici dječjeg razvoja. Roda-roditelji u akciji, достапн на линк: https://www.roda.hr/portal/djeca/zdravo-odrastanje/cimbenici-djecjeg-razvoja.html пристапено на 20.08.2022

[80] Rečić, M. (2006). Obilježja dobrog obiteljskog odgoja. Đakovo: Tempo.

Штотуку роденото дете во целост е зависно од родителите и во тој период учи дали ќе им верува на родителите, а притоа родителите мотивираат, бодрат и ги активираат своите деца.

- 2 фаза: од 1,5 година до 5 година

  Детето го открива своето опкружување, ги вооува особините на родителот, воочува примери за пристојно и недолично однесување, ги „тестира“ границите кои му се достапни во рамките на семејството (љубов, припаѓање, толеранција).

- 3 фаза: од 6 до 9 години

  Во оваа фаза родителите се во можност најмногу да научат за своите деца бидејќи тие ги шират сознанијата и видиците и имаат развиена моќ за воочување на работите и ситуациите околу себе.

- 4 фаза: од 10 до 13 година

  Детето започнува самостојно да ги носи своите први одлуки – станува активен учесник во општеството. Родителите треба да ги поттикнуваат и да им посочуваат на децата добри и лоши одлуки. Во оваа фаза детето се оддалечува или зближува со родителите.

- 5 фаза: од 13 до 15 години

  Децата често во родителите гледаат „непријател“ токму поради периодот во кој се наоѓаат, поради што е важно обострано задоволство и остварување на квалитетни замисли.

- 6 фаза: од 16 до 19 години

  Родителот станува „помошник“ во креирањето на животот на сопственото дете кое е способно самостојно да се обликува. Детето станува полнолетно, го завршува школувањето и го насочува својот живот.

- 7 фаза: од 20 до 23 години

  Последната фаза се одликува со родителска потпора на своите деца и следење на нивното одговорно насочување во животот и кариерата.

Во секоја од наведените фази на детето му е потребна поддршка од родителите и чувство на вредност и прифаќање со своите маани и доблести. Доколку родителите

го препознаат и водат своето дете во насока која е најдобра за него и која ја сака, може да се каже дека се успешни во родителството.

Квалитетот на односите меѓу родителот и детето е под влијание на бројни фактори, а некои од нив се:

- личноста и животното искуство на родителите;
- меѓусебниот однос на родителите;
- погледи на животот;
- способност за справување со стрес и кризи.

Родителите се првите учители и пример на детето. Доколку тие се заинтересирани за напредокот на детето, тие ќе ги поттикнуваат неговите интереси, хоби и желба за учење. Така, на пример, поддржувајќи го читањето на детски списанија и книги, гледањето театарски претстави, слушањето и гледањето соодветни телевизиски содржини (детски емисии), посетувањето на концерти, музеи, изложби, кина, учењето на странски јазици и инструменти за свирење, му овозможуваат на детето да го развива сопствениот потенцијал, критички да расудува, да размислува и да го разбере светот во кој живее уште од мали нозе.

Треба да се истакне дека има родители кои се поуспешни и понеуспешни во разликувањето на потребите, желбите и емоциите на сопствените деца, но тоа не значи дека се лоши родители.

3.2. Поставување на граници во воспитувањето

Односот меѓу родителите и децата е двонасочен: двете страни имаат свои потреби и чувства. Сепак, родителите се тие кои се одговорни за своето дете. Нивна е одговорноста да му обезбедат на детето да расте во сигурна околина и да му се задоволени потребите. Токму затоа една од задачите на родителите е поставувањето на граници – еден од најтешките делови на родителството.

Границите ја претставуваат онаа тенка линија помеѓу прифатливото и неприфатливото однесување. Колку детето е помало, толку влијанието на родителите е поголемо. Според груба поделба, границите се класифицираат на: општи и лични граници. Општите граници се оние општоприфатени граници што го опкружуваат лицето - што се прави и што не се прави во општеството, градинката, училиштето, клубот. Станува збор за општоприфатени норми на културата на која се припаѓа.

Повеќето деца се снаоѓаат многу лесно во општите граници. За разлика од општите, личните граници се однесуваат на поединецот. Личните граници на родителите зависат од нивната личност, темперамент, потекло, систем на вредности. Личните граници се достојни за почит и исто толку важни како и општите.

Поставувањето граници претставува важна компонента во образованието на децата. На децата, како и на возрасните, им треба структура, рамки за дејствување и јасни правила: што е дозволено, што е не е дозволено, што е прифатливо, а што не. Задачата на родителите е да го научат детето да прифаќа НЕ. Само така може да се очекува дека утре детето ќе може да одолее на нешто и да каже НЕ. За да знае детето што ќе толерираат неговите родители, а што не - важно е да се постават јасни граници на однесување, односно условите под кои може да учествува во некоја активност и кои привилегии произлегуваат од неа и под кои услови тој може да ги добие.

Детето мора да знае зошто нешто е забрането и какви штетни последици произлегуваат од прекршувањето на таа забрана. Добро поставените граници мора да ги почитуваат потребите и на родителот и на детето и ќе им овозможат и на родителот и на детето да го добијат она што го сакаат. Добро поставените граници се насочени кон позитивен исход од соработката на детето – се поставуваат како ветување, а не како закана. Дополнително, поставувањето граници воведува рутина во животот на децата – рутина што прави децата да се чувствуваат удобно затоа што знаат што да очекуваат и кога тоа да го очекуваат.

Воспоставувањето основни правила е еден од најдобрите начини да се постават граници. Правилата мора да бидат јасни, едноставни, конкретни и добро објаснети.

На секое дете треба да му се пристапи лично. Најважното правило при поставувањето на граници е доследноста. Многу родители се откажуваат од нивните барања бидејќи нивното спроведување бара повеќе енергија и време отколку што можат да дадат. Кога родителите не се доследни, детето постепено сфаќа дека не мора да ги исполнува нивните барања бидејќи самиот родител не ги исполнува. Постојано ќе се труди да ги прошири своите граници, сакајќи да добие што поголема слобода и што помала контрола.

Попуштањето на притисоците на детето, недоследност за „само еднаш“, му покажува на детето дека родителот не го мисли тоа што го кажува. Ако одредено

однесување едно време се казнува, а во друго се игнорира, понекогаш дури и се пофалува, детето станува збунето. Тоа не знае што навистина се очекува од него.

Денешните генерации родители се соочуваат со тешкотии во поставувањето граници и ограничувања за децата. Исто така, тие несвесно одлучуваат дека е многу поважно да се биде пријател на нивните деца, отколку родител. Сепак, пријателите се рамноправни, слободно си кажуваат што мислат и чувствуваат, за разлика од родителот, којшто води, охрабрува, штити и поставува граници. Да се биде пријател со детето е еден од начините да се избегне конфликтот и одговорноста што произлегува од тоа да се биде родител. Неможноста да се направи разлика помеѓу авторитет и авторитарност предизвикува родителската улога да стане нејасна.

Границите варираат од семејство до семејство, бидејќи не сите луѓе имаат ист систем на вредности, исти навики, потреби и динамика на заедничкиот живот. Најдобар критериум за одредување на границите е одговорот на прашањето: како овие граници ќе ги заштитат или ќе влијаат на чувствата, однесувањето, мислите и физичката безбедност на детето?.

3.3. Улогата на родителите во правилната исхрана на децата

Современиот живот носи промени во улогите во општествата ширум светот. Сè повеќе жени формално се вработуваат, ускладувајќи ги одговорностите на работа со улогата на примарен старател, при што, често, не добиваат доволно поддршка од своето семејство, работодавец или од општеството во целина. Модерното турбулентно време на промени носи промени и во исхраната – се напуштаат традиционалните и автохтони начини на исхрана, насочувајќи се кон современата исхрана која е богата со шеќери и масти, сиромашна со есенцијални хранливи материи и влакна, а често и високопреработена. Децата усвојуваат и го земаат она што им се нуди. За жал, повеќето родители на децата од најрана возраст им нудат на своите деца индустриски произведена храна со ниска биолошка вредност (индустриски сокови, кашички, колачи, слатки, грицки, брза храна...). Децата слават родендени и празници, се дружат, со слатки, грицки, сокови во големи количини. На децата често им се нуди сок (најчесто индустриски), па кога се жедни, наместо вода, бараат сок.

Кога се работи за здравјето и правилната исхрана, родителите често се несигурни во подрачјето на принципите на правилната исхрана, вредностите и

облиците на однесување кои треба да ги пренесат на децата. Тие тешко ја воочуваат сопствената улога во воспоставувањето или менувањето на одредени навики кај децата бидејќи и самите не се сигурни во своите должности и при тоа се растргани помеѓу конфликтниот начин на живот и соодветните совети.

Правилната исхрана подразбира задоволување на потребите на организмот за дневен внес на енергија, доволно количина на хранливи и заштитни материи, кои се неопходни за одржување на физиолошките функции на организмот и здравјето[81]. Правилната исхрана е фактор за добро здравје, а неправилната е причина или ризик за настанување на многу акутни и хронични пореметувања на здравјето. Исхраната на децата мора да биде ориентирана кон здравјето бидејќи само така обезбедува правилен психофизички раст.

Развивањето на правилни навики во исхраната започнува во најраното детство, а семејството има главна улога во моделирањето на навиките во исхраната[82]. Семејството е основа на општеството во кое детето добива цврст темел на кој ќе го гради својот живот. Во семејството детето ги учи животните вредности, ги дели обврските, создава трајни врски, во амбиент во кој се чувствува заштитено и сакано. Улогата на семејството во обликувањето на здрави навики во исхраната на децата се огледува во неговата способност да избере соодветен начин на живот и исхрана, како и да одолее на притисоците да усвои облици на однесување кои го загрозуваат здравјето.

Навиките во исхраната, добри или лоши, и односот кон храната стекнат во детството и семејството, генерално се одржуваат до крајот на животот. Во однос на возраста на детето, влијанието на семејната исхрана е од различен степен. Помалите деца и училишните деца до пубертет во поголема мера се придржуваат до прехранбените навики на нивните семејства, па затоа е многу важно знаењето на родителите за правилна исхрана да биде на соодветно ниво. Родителите ја обликуваат исхраната на своите деца и знаењето на родителите за храната и исхраната е многу важно, бидејќи нивното влијание врз изборот на храната што ќе ја јадат децата,

[81] European strategy for child and adolescent health and devolepment. Geneva: Regional Office for Europe, World Health Organization, 2005.
[82] Wilson DK, Ampey-Thornhill G. The role of gender and family on dietary compliance in African-American adolescent hypertension prevention study. Annn Behav Med 2001; 23: 59–67.

структурата на оброците, начинот на исхрана во домот и обликувањето на здрава исхрана е големо[83].

Дека семејната средина има важна улога во исхраната, говори и податокот дека младите трошат околу 60 % од дневните потреби на енергија од храната која е подготвена дома[84]. Достапноста на здравите и нездрави намирници дома, родителското моделирање на здрава исхрана, семејниот образец за исхрана, родителските навики, можат значително да влијаат на формирањето на детското однесување во исхраната, особено на внесот на вода, житарки, овошје, зеленчук и млечни производи[85]. Со оглед на тоа што е познато дека навиките во исхраната се формираат уште во раното детство, редовните и правилни оброци на тој начин секому, особено на младиот организам, му обезбедуваат правилен раст и развој за нормално функционирање кое е неопходно за здрав живот. Помалите деца можат да бидат пребирливи при изборот на храна. Затоа, експертите од оваа област нагласуваат дека е многу важно на децата во развој да им се нудат не само редовни оброци и ужинки, туку и квалитетна храна. За да можат децата да бидат активни во текот на денот и да можат да постигнат добра концентрација, потребно е редовно да јадат.

Родителите треба да бидат свесни и за социјалниот контекст во кој се зема храната. Истражувањата покажуваат дека кај децата се развива желба за храна која им се нуди покрај позитивните коментари, и обратно, голема е веројатноста да не им се допаѓа храната што им се нуди со негативни коментари.

3.4. Улогата на родителите во структурирање на времето

Во животот на повеќето луѓе постојат голем број на обрасци - рутини кои се повторуваат секој ден. Рутините помагаат да се извршат обврските со помал стрес и помалку труд и го олеснуваат секојдневното функционирање на ниво на семејство[86].

[83] Lindsay, A., Sussner, K., Kim, J. (2006). The Role of Parents in Preventing Childhood Obesity.Future Child 16(1):169-86

[84] Banis, H. T., Varni, J. W., Wallander, J. L. et al. (1988). Psychological and social adjustment of obese children and their families. Child Care Health Dev 14: 157-73.

[85] Šumonja S, Novaković B. Determinants of fruit, vegetable, and dairy consumption in a sample of schoolchildren, Northern Serbia, 2012.

[86] Fiese, B., Tomcho, T., Josephs, M., Poltrock, S. & Baker, T. (2002). A review of 50 years of research on naturally occurring family routines and rituals: Cause for celebration? Journal of Family Psychology, 16(4): 381–390

Може да се практикуваат „во исто време секој ден, со иста возрасна личност, на исто место, по ист редослед или во било која комбинација на овие фактори“[87].

Доследноста во рутините обезбедува удобност и чувство на сигурност на малите деца. Без разлика дали е време за игра, време за ручек, едночасовен сон или враќање на родителите од работа, знаењето што ќе се случи следно им дава на бебињата и малите деца чувство на сигурност и емоционална стабилност. Кога децата имаат чувство на доверба и сигурност, тие се слободни да ја вршат својата „работа“, како што е игра, истражување на околината и учење. На возраст од 6 месеци, бебињата веќе ќе можат да препознаат некои рутини.

Рутините се како упатства – ги водат детските постапки кон специфична цел. Тие се разликуваат од семејство до семејство, не само по својата појавна форма, туку и во начинот на спроведување, а посебно по значењето кое им го препишуваат членовите на семејството. Разликите постојат на ниво на семејство од иста култура, но посебно се воочуваат и на ниво на различни културни обрасци.

Рутините ги поддржуваат социјалните вештини кај децата, но помагаат и при справувањето на децата со промените. Дневните рутини обично се сметаат како „активности за одржување“: време за оброк, подготовка за спиење, бањање... Тие овозможуваат шанса за децата да ја изградат самодовербата, љубопитноста, социјалните вештини, самоконтролата, вештините во комуникација.

Рутините претставуваат најважна пракса во успешното воспитување на децата[88]. Тие често се опишуваат како неопходна компонента на позитивните родителски практики и придонесуваат за подобар однос помеѓу родителите и детето[89]. Во периодот на рано детство децата формираат и усвојуваат ставови кон здравјето и воспоставуваат оновни обрасци на однесување во врска со одржувањето и зачувувањето на здравјето, усвојуваат техники во врска со хигиената на телото

[87] Sytsma, S. E., Kelley, M. L., & Wymer, J. H. (2001). Development and initial validation of the Child Routines Inventory. Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 23, 241-251.
[88] Fiese, B. H. (2002). Routines of daily living and rituals in family life: A glimpse at stability and change during the early child-raising years. Zero to Three, February/ March, 10–13.
[89] Wittig, M. M. (2005). Development and validation of the Child Routines Questionnaire: Preschool (Unpublished doctoral dissertation). Louisiana State University, Baton Rouge, Louisiana

(миење, раце, заби, цело тело), како и хигиена на сонот, што претставува и основа на менталното здравје[90].

Преку активностите кои се повторуваат се поттикнува развојот на детето, детето ја усвојува структурата, ги увежбува вештините, го запознава светот на социјалните интеракции, ги увежбува и подготвува оние вештини кои ќе му бидат неопходни за успешна социјална размена во контекси надвор од семејните[91].

Децата од доследни, структурирани домови, веројатно ќе покажат саморегулација и просоцијално однесување, наспроти негативните искуства[92]. Чувството за контрола кај децата обезбедено од рутината и структурата ја промовира способноста за регулирање на емоциите, контролата на импулсите и справувањето со стресот во животот и секојдневните неприлики[93]. Иако некои родители може да се плашат дека премногу структура може да доведе до зголемена ригидност, психолозите нагласуваат дека воспоставувањето рутини на почетокот може да создаде флексибилност подоцна во животот[94].

Семејните рутини се во корелација со повисоко ниво на соработка на децата, социјална компетентност и усогласеност. Социјалната компетентност развиена во раното детство е добра основа за постигнување академски успех, стабилни односи со врсниците и добро ментално и физичко здравје,[95] а децата можат да ги изразат своите емоции и да ги разберат туѓите емоции[96].

[90] Marinković, L. (2016). Značaj porodičnih rutina i rituala za zdravlje i razvoj dece. U L. Marinković [ur.] Svakodnevni život deteta, Zbornik radova (str. 103–114). Novi Sad: Visoka škola strukovnih studija za obrazovanje vaspitača

[91] Vranješević, J. (2008). Razvojne kompetencije kao osnova prava deteta na participaciju. Doktorska disertacija. Beograd. Filozofski fakultet

[92] Landy, S. (2002). Pathways to Competence: Encouraging healthy social and emotional development in young children. Baltimore: Brookes Publishing Co

[93] Kliewer, W., & Kung, E. (1998). Family moderators of the relation between hassles and behavior problems in inner-city youth. Journal of Clinical Child Psychology, 27: 278–292

[94] Bradley, R. H., & Caldwell, B. M. (1984). The relation of infants' home environment to achievement test performance in rst grade: A follow-up study. Child Development, 55: 803–809.

[95] Keltner, B. (1990). Family characteristics of preschool social competence among black children in a head start program. Child Psychiatry and Human Development, 21: 95–108

[96] Muniz, E. I., E. J. Silver, R. Stein (2014). Family Routines and Social Emotional School Readiness Among Preschool Age Children. Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics. 35 (2): 93–99.

Многу автори потврдуваат дека семејните рутини се индикатор за семејната организација и како такви се многу важни за психофизичкото здравје и чувството на задоволство на децата и семејството во целина[97].

3.5. Улогата на родителите во детската прекумерната изложеност на технологијата

Забрзаниот напредок на технологијата и тоа како влијае на предизвиците на растење и развој на децата во 21 век. За многу домаќинства дигитаните медиуми станаа „членови“ на современото семејство и како што секој член има своја улога, а со тоа и влијание на кохезијата на заедницата, истите можности им се препишуваат и на дигиталните медиуми.

Покрај тоа што влијае на секој член на семејството поединечно, видливо е и влијанието на дигиталната технологија врз меѓучовечките односи во рамките на семејната заедница. Уредите како персоналните компјутери поставија слаба граница помеѓу семејното и деловното време (електронската пошта, паметните телефони и компјутерските мрежи даваат можност членовите на семејството да работат од дома, што денес е поважно од кога било). Моќта и влијанието на дигиталните медиуми никогаш не биле посилни, а семејните односи варираат помеѓу заедничките активности со посредство на дигиталните медиуми и индивидуалните активности на поединечни членови.

Различни истражувања говорат дека децата во последното десетлетие имаат пристап кон технологијата и активно ја користат како неизоставен дел од своето секојдневие од самото раѓање[98]. Едно од овие истражувања говори дека децата со пристап на интернет порано учат да играат компјутерски игри, отколку да возат велосипед[99].

Во животниот маратон во кој современите роители имаат сè повеќе работни обврски и се обидуваат „во од“ да ги извршат, помошта од компјутерите е повеќе од

[97] Fiese, B., T. Tomcho, M. Douglas, K. Josephs, S. Poltrock & T. Baker (2002). A review of 50 years of research on naturally occurring family routines and rituals: Cause for celebration? Journal of Family Psychology, 16(4): 381–390.
[98] Palaiologou, I. (2014.) "Children under five and digital technologies: implications for early years pedagogy", European Early Childhood Education Research Journal sv. 24 (1)
[99] AVG Technologies. (2010.) “Forget Swimming and Riding a Bike – Young Children Today More Likely to have Mastered Computer Games AVG Study Shows Young Kids Learn Tech Skills before Life Skills.”

добредојдена. Меѓутоа сè почесто се поставува прашањето: „Каде е границата во користењето на телевизорот, смартфонот, таблетот и компјутерот?“. Со оглед на забрзаниот технолошки развој и влијанието врз растот и развојот на децата во 21 век, кај родителите често се јавува дилема во која мера користењето на современите уреди го ремети развојниот пат на нивните деца.

Главната причина за користење на дигиталната технологија е забавата,[100] но важно е да се земе предвид улогата што ја играат родителите во изложеноста на детето на дигиталната технологија и времето поминато со неа затоа што родителите се тие кои имаат најголемо влијание врз тоа како ќе се користат ваквите забавни содржини и воопшто дигиталната технологија и во која мера. Една од клучните причини за давање пристап на децата до технологијата е тоа што употребата на таква технологија им овозможува на родителите, кога се вработени, да ги пополнат своите празнини со нивното отсуство[101]. Покрај тоа, дигиталната технологија им овозможува на родителите одредени активности со децата кои без употреба на таква технологија се чинат проблематични. Еден од примерите би бил употребата на паметен телефон, таблет или телевизор, за да би се поттикнале децата да јадат оброци[102].

Некои автори статистички потврдуваат дека навиките за користење на медиумите од страна на родителите се од големо значење за подоцнежниот однос на детето кон медиумите и времето поминато со нив[103]. Користењето на дигиталната технологија и тоа како таа ќе влијае врз децата во големо зависи од начинот на кој се користи. Главен збор по тоа прашање имаат родителите.

За да може детето да се сретне со дигиталната технологија, таа мора да биде во неговата околина. Јасно е дека 21 век е обележан со екрани на улиците, различни уреди во продавниците и градинките. Меѓутоа, за да може детето активно да почне да ја користи оваа технологија, неговата непосредна околина игра клучна улога. Под ова се подразбира семејството и пред сè, родителите. Во семејствата со повеќе деца,

[100] Genc, Z. (2014.) "Parents' Perceptions about the Mobile Technology Use of Preschool Aged Children", Procedia - Social and Behavioral Sciences sv. 146
[101] Livingstone, S., Marsh, J. Plowman, L. Ottovordemgentschenfelde, S., Fletcher, B. (2014.) "Young children (0-8) and digital technology: a qualitative exploratory study - national report - UK", Joint Research Centre, Luxembourg: Europska Komisija
[102] Genc, Z. (2014.) "Parents' Perceptions about the Mobile Technology Use of Preschool Aged Children", Procedia - Social and Behavioral Sciences sv. 146
[103] Rek, M., Kovačić, A. (2018.) "Media and Preschool Children: The Role of Parents as Role Models and Educators", Medijske Studije, sv.9 (18): 27 - 43

браќата и сестрите еден на друг си го пренесуваат знаењето за употребата на дигиталната технологија[104].

Кои уреди ќе се користат, колку ќе се користат и за каква цел, зависи од семејниот контекст во кој се наоѓа детето. Имено, какви уреди поседува семејството, динамиката на семејниот живот и ставовите и правилата поставени од семејството, се некои од клучните фактори кои влијаат на односот на детето кон дигиталната технологија. Така, клучен фактор во разбирањето на детето за дигиталната технологија се наоѓа во начинот на кој семејството и пријателите на детето ја користат споменатата технологија[105]. Отсуството на директна комуникација со родителите за употребата на дигиталната технологија не значи дека детето нема да усвои одредени дејствија и разбирања гледајќи ги луѓето надвор од семејната заедница. Моќта на перципирање и копирање на истите е моќна алатка во учењето на детето за светот околу него. Родителите не се свесни за количината на знаење што детето може да го стекне со набљудување и копирање на родителската околина[106]. Имено, децата учат многу повеќе набљудувајќи ги постапките на родителите, отколку зборувајќи за вредностите што ги поседуваат родителите. Бидејќи родителите се наоѓаат во непосредна близина на детето, тие се столбот на разбирањето и употребата на технологијата од страна на детето. Нивниот однос кон технологијата во голема мера зависи од родителското водство, но и од нивните ставови[107]. Како родителите користат одреден медиум, ќе има секако учинок и на децата, во позитивна или негативна смисла, поради што е мора да се внимава на медиумските навики на родителите, што е она што тие го гледаат, колку време поминуваат пред телевизор или компјутер и слично[108].

Одредени студии покажуваат дека повеќето родители немаат силни мислења за позитвните и негативните влијанија на медиумите на нивните деца[109]. Тие не

[104] Livingstone, S., Marsh, J. Plowman, L. Ottovordemgentschenfelde, S., Fletcher, B. (2014.) "Young children (0-8) and digital technology: a qualitative exploratory study - national report - UK", Joint Research Centre, Luxembourg: Europska Komisija
[105] McPake, J. , Plowman, J., Stephen, C. (2010.) "The Home as a Technological Learning Environment: Children's Early Encounters with Digital Technologies", Annual Meeting of the American Educational Research Association, Colorado
[106] Ибид. оп.цит 38
[107] Ибид.
[108] Sindik, I. (2011). Medijska istraţivanja: Kako roditelji percipiraju utjecaj medija na predškolsku djecu? Medijska istraživanja : znanstveno-stručni časopis za novinarstvo i medije, Vol. 18 No. 1
[109] Rek, M., Kovačić, A. (2018.) "Media and Preschool Children: The Role of Parents as Role Models and Educators", Medijske Studije, sv.9 (18): 27 - 43

размислуваат за обемот на сложени прашања поврзани со навиките на детето во врска со користење на медиумите (технологијата)[110]. Но, иако родителите можеби не се свесни за целиот опсег на прашања во врска со децата и употребата на дигиталната технологија, преку различни студии се гледа дека тие покажуваат одреден интерес, но не и знаење, за тоа како дигиталната технологија е инкорпорирана во секојдневниот живот на детето.

Повеќето од родителите како стратегии за управување со користењето на технологијата од страна на детето користат правила и рестрикции при користењето на онлајн содржините, како и надгледување кога децата се онлајн[111].

Некои родители го вклучуваат гледањето телевизија во системот на наградување и казнување, под претпоставка дека забраната за гледање омилен цртан филм или телевизија може да влијае на однесувањето на детето, односно да го поттикне да се покорува[112].

Она на што секој родител треба да биде свесен е дека неинформиран родител никако не може да биде соодветен партнер во превенцијата од штетното влијание на дигиталните медиуми. Затоа е исклучително важно родителите да бидат медиумски писмени. Информираниот родител е добар партнер во превенцијата од штетното влијание на дигиталната технологија бидејќи:

- разбира дека треба да се ограничи од која возраст детето може да биде изложено на екран и колку време (минути, часови) во текот на денот;
- разбира дека треба да одбира дигитални содржини за своето дете кои се соодветни на неговата возраст;
- избира содржина за детето која е здрава и ненасилна, но која бара двонасочна комуникација, така што кога детето ја користи, не е пасивно;
- разговара со детето за потенцијалните ризици што треба да ги има на ум кога користи дигитални технологии и е онлајн;
- користи технички заштитни мерки за одредена содржина штетна за развојот на детето.

[110] Ибид.
[111] Ибид. оп.цит 38
[112] Blaţević, N. (2012). Djeca i mediumi: Odgoj na televizijski način. Nova prisutnost : časopis za intelektualna i duhovna pitanja, Vol. X No. 3, 479-493

Родителите треба да знаат дека е многу важно да се дефинираат правила за користење на дигиталните технологии заедно со детето, од возраста кога детето до одреден степен или целосно ја разбира функцијата на правилата (по петгодишна возраст). Детето треба да разбере зошто постои правилото и кои се последиците од почитувањето или непочитувањето на правилото. Многу е важно доследно да се следат правилата и да се изречат последиците доколку тие не се почитуваат. Во никој случај родителот не смее постојано да биде зад грб на детето додека користи дигитални технологии, бидејќи тоа ја загрозува неговата приватност, но важно е постојано да се разговара за содржината и употребата на дигиталните технологии. Дигиталните технологии во никој случај не треба да бидат предмет на казнување или награда за детето. Исто така, тие во никој случај не треба да бидат предмет со кој детето се смирува или се држи на едно место (ова особено важи за помалите деца).

3.6. Последиците кај децата како резултат на негативниот третман од родителите

Раното детство е исклучително важен период во кој детето стекнува здрави животни навики, оптимално расте и се развива со многу движења надвор од домот. Детето има потреба од редовна социјална интеракција, со врсниците, но и со возрасните, особено со родителите. Еднаш пропуштен, овој период со ништо не може да се надомести.

Родителството е една од најтешките „работи“ денес, но и единствена за која нема училиште. Поради тоа, неретко, денешните родители, поради воспоставените општествени норми, според кои децата го заслужуваат само најдоброто од своите родители, поминуваат низ големи тешкотии во воспитувањето. Една таква тешкотија секако се јавува при одредувањето на исхраната на детето.

Многу родители паѓаат во замката попуштајќи им на своите деца и хранејќи ги со што сакаат. Неправилната исхрана кај децата предизвикува многу сериозни болести од дебелина до анорексија, сѐ до дијабетес, анемија и хиповитаминоза.

Претерано внесување калории, слатки и брза храна богата со јаглехидрати и недоволна физичка активност... Сето тоа се причини за дебелеење кај децата, што може да биде вистински хендикеп за нив. Акумулацијата на маснотии во телото доведува до хронични заболувања. Огромни количини шеќер циркулираат во крвта и

предизвикуваат хронични и трајни оштетувања. Дебелите деца имаат почувствително здравје, троми се, помалку се подготвени да се занимаваат со спорт и воопшто да играат, може да имаат проблеми со рамни стапала, деформитети на ’рбетот и колената итн. Исто така, дебелината кај децата е фактор на ризик за појава на дијабетес.

Но, доколку детето преку исхраната не го снабди своето тело со доволно количество од сите важни состојки, можат да настанат разни проблеми, а нутриционистите и педијатрите истакнуваат дека најчеста последица од неправилната исхрана на детето е појавата на анемија. И повеќето лаици денес знаат дека анемијата кај децата е директна последица на недостаток на железо, а дефицитот на овој важен микроелемент најчесто е предизвикан од неправилната исхрана. Анемијата може да се појави во текот на детството, а најголем ризик постои кај доенчињата и децата за време на пубертетот. Анемијата има низа штетни последици за децата, вклучувајќи: намалување на когнитивните способности, слаб раст на децата, намалување на физичките способности, опаѓање на функциите на имунолошкиот систем и зголемен морбидитет поради инфекции.

Несоодветниот внес на енергија и на сите макро и микрохранливи материи за време на детството овозможува развој и на други акутни здравствени проблеми, како што се: расипување на забите, заостанување во растот, и хронични заболувања во зрелоста: кардиоваскуларни заболувања, хипертензија, мозочен удар, некои форми на малигни тумори, дегенеративни болести, остеопороза.

Квалитетот на животот и во добра мера неговата должина зависи и од исхраната. Со оглед на големата важност на здравата исхрана, задача на родителите е да вложат максимални напори за да го научат детето да се храни правилно, да јаде разновидна храна, бидејќи лошите навики стекнати во раното детство тешко се искоренуваат подоцна.

Друга грешка која родителите ја прават при воспитувањето на децата, како што веќе наведовме, е немањето рутини во секојдневието на детето. Рутините му овозможуваат на детето конструктивно да управува со себе, со своите емоции и однесување и со околината. Така, отсуството на рутина за спиење може значајно да го наруши спиењето кај децата и така посредно, негативно да влијае на имунитетот на децата. Слично делува и недостатокот на рутина за јадење. Недостатокот на таква рутина може да доведе до тоа детето да го сфати оброкот како прилично произволна

активност што ја прави (или не ја прави) кога било и каде било. А некогаш едноставно мисли дека не му е време за тоа. Во неструктурирана домашна средина, детето обично ги извршува потребните активности со конфронтација. Во отсуство на структура и рутина во секојдневниот живот, децата може да почнат да се спротивставуваат на домашните обврски, што вообичаено би ги извршувале без многу поплаки.

Рутината е особено важно да се задржи во стресни ситуации, како што се: селење, менување на училиште, развод на родители, раѓање на дете, вонредна состојба.... Стресните ситуации можат да разбудат анксиозност, страв, несигурност, чувство на губење контрола кај детето. Доколку децата немаат рутински активности, кај нив често се јавува разнишано чувство на сигурност, предвидливост. Во спротивно, доколку децата се навикнати на рутини и продолжуваат да ги практикуваат, тие дури и во стресни ситуации добиваат впечаток дека одредени активности остануваат непроменети, што влијае на нивното однесување.

Рутините се важни и при користењето на дигиталните технологии кои се наша реалност и секојдневие, но и се развиваат многу побргу отколу што ние како поединци можеме да ги следиме. Во ова турболентно време, голем број од децата поголемиот дел од слободното време го поминуваат дома, обично пред екран. Последиците се повеќекратни: децата се подебели, понесмасни, видот им е послаб, полошо се изразуваат, многу помалку се дружат...

Кај децата помлади од 10 години, кои минуваат два или три часа дневно на своите дигитални уреди, можат да се јават:

- главоболки,
- задоцнет говор,
- дисхармоничен развој,
- губење на фокусот,
- чувство дека очите му горат,
- уморни очи,
- црвенило во очите,
- двоен вид,
- грчеви на очите,
- заматен вид,
- болка во вратот и рамената.

Овие симптоми можат да влијаат на секој аспект од животот на детето, вклучувајќи ги академските перформанси и социјалните интеракции. Преголемата изложеност на дигитални уреди може да го загрози и нивното физичко здравје и може да доведе до големи проблеми со видот, лошо држење на телото и други компликации. Ако детето поминува многу време во близина на дигиталните екрани, постои голема шанса да развие проблеми поврзани со видот. Имаме пример дека синдромот на суво око, кој е предизвикан од намаленото трепкање на очите додека детето гледа во дигиталниот екран, е во пораст. Кратковидноста, која рапидно расте, е поврзана и со прекумерната употреба на електронски уреди и дигитални екрани во животот на децата.

Лошото и долго седење пред компјутер може да биде и причина што подоцна кај децата доведува до искривување на ’рбетот и големи здравствени проблеми.

Некои родители не гледаат дека немањето на рутина или правила при користењето на дигиталните уреди е проблем, бидејќи детето им е пред очи и мислат дека можат да имаат контрола. Но децата, особено оние на училиште, имаат послаба концентрација, ноќта ја менуваат со ден, затоа што најчесто играат додека спијат родителите, па преку ден се поспани. Една од последиците секако е занемарување на училишните обврски, занемарување на дружењето со врсниците, повлекување во себе, односно во тој нереален свет. Стануваат таинствени, склони кон манипулации, лажат. Како последица од прекумерната употреба на технологијата, се јавуваат проблеми со когнитивните способности и внимание, децата страдаат од депресија и немаат емпатија. Прекумерната изложеност на технологија е директно поврзана со тешкотии во учењето, зголемена импулсивност и намалена способност за контрола на чувствата и однесувањето.

Долгото време поминато пред ТВ-екран, мобилен телефон или таблет - уреди кои зрачат, создава разни нарушувања на спиењето кои драстично се зголемуваат кај децата. Изложувањето на децата на неразбирливи содржини поттикнува кошмари, месечарење и неправилни обрасци на спиење, а сето тоа може да остане во потсвеста на детето многу долго, бидејќи не може да го протолкува она што не го разбира.

Резултатите од повеќе од 2.000 научни студии покажуваат дека значителното изложување на насилство во медиумите го зголемува ризикот од агресивно

однесување кај децата и адолесцентите, ги прави десензибилни на насилство и ги убедува дека светот е „поопасно и пострашно“ место од тоа што е[113].

3.7. Релевантни истражувања на проблемот

За улогата на родителот во психофизичкиот развој на детето, односно во правилната исхрана, правилното структурирање на времето и однесувањето со дигиталните технологии, спроведени се бројни истражувања.

Американска студија од 2011 година, во која биле вклучени фокус групи со родители кои го истражувале знаењето за исхраната и бариерите за здрава исхрана, укажала на самосфатените празнини во знаењето и потребата и желба кај родителите за едукација за исхрана[114].

Студијата спроведена во Австралија покажала дека знаењето за исхраната на родителите е во корелација со знаењето на децата за здрава храна[115]. Било заклучено дека родителското влијание има витална улога во развојот на знаењето на децата, што укажало на потребата од едукација за исхрана на родителите за да би се насочиле кон навиките за храна на децата и намалување на ризикот од прекумерна тежина.

Студијата спроведена во Шведска, во 2015 година, ја истражувала загриженоста на родителите за исхраната на нивните деца и бариерите за здрави промени[116]. Откриле дека стресното секојдневие на родителите е поврзано со семејниот живот и претставува фактор кои негативно влијае на навиките за исхрана на нивните деца. Студијата покажала дека стресното секојдневие предизвикува замор, недостаток на трпение и недостаток на мотивација за готвење. Негативното влијание на стресот и заморот се рефлектирал и врз интеракциите со нивните деца во однос на соработката во семејниот живот, како што е контролата над детскиот внес на храна.

---

[113] https://zelenaucionica.com/10-razloga-da-deci-hitno-ogranicite-upotrebu-telefona-i-kompjutera/, пристапено на 06.07.2022

[114] Slusser, W., Prelip, M., Kinsler, J., Toller Erausquin, J., Thai, C. & Neumann, C. (2011). Challenges to parent nutrition education: a qualitative study of parents of urban children attending low-income schools. Public Health Nutrition, 14(10), 1833–1841

[115] Zarnowiecki, D., Sinn, N., Petkov, J., & Dollman, J. (2012). Parental nutrition knowledge and attitudes as predictors of 5-6-year-old children's healthy food knowledge. Public Health Nutrition, 15(7), 1284-90.

[116] Norman, Å., Berlin, A., Sundblom, E., Schäfer Elinder, L. & Nyberg, G. (2015). Stuck in a vicious circle of stress. Parental concerns and barriers to changing children's dietary and physical activity habits. Appetite, 87(1), 137-142.

Истражување спроведено во Анкара, Турција на 132 момчиња и 170 девојчиња и вкупно 302 мајки, покажало дека многу мајки кои имаат повисоко ниво на знаење за исхраната, имаат деца со нормална тежина[117]. Мајките кои имаат повисоко нутриционистичко знаење ги хранат своите деца повеќе со зеленчук, овошје, мешунки и помалку со зашеќерени пијалаци и брза храна, од мајките кои имаат пониско ниво на знаење за исхраната. Исто така, мајките со повисоко ниво на нутритивно знаење избегнуваат да им даваат вештачка храна на своите деца и повеќе веруваат во тоа дека исхраната е здравје.

На Клиниката за детска и превентивна стоматологија на Стоматолошкиот факултет во Белград во текот на јули и август 2020 година спроведено е истражување кое вклучило 50 родители на деца кои ги користеле услугите на клиниката[118]. Резултатите од анонимната анкета покажале дека 80 % од родителите одговориле потврдно на прашањето дали знаат што е правилна исхрана на децата и дали некогаш биле информирани за тоа; 70 % од испитаниците често им давале слатки на своите деца во текот на денот, додека на прашањето дали месото, јајцата и рибата се вклучени во исхраната на детето, 65 % од родителите дале потврден одговор. 82 % од родителите потврдиле дека млекото, млечните производи, водата и зеленчукот се важен дел од правилната исхрана на детето. Загрижувачки бил фактот дека 75 % од анкетираните родители не ги почитувале правилата во врска со исхраната на детето (5 оброци на ден). 90 % од испитаниците позитивно ја оцениле идејата за воведување задолжителна едукација во училиштата, градинките и здравствените домови за правилна исхрана, орална хигиена и важноста на превентивните стоматолошки прегледи. Анализата на податоците открила дека голем процент од родителите немаат доволно знаење за правилната исхрана на децата.

Неколку студии вклучувале имплементација на вообичаените рутини кои им се проблематични на родителите како што се одењето на спиење или утринските рутини[119]. Утврдено е дека рутините сами по себе или како компонента на

[117] Yabancı N., Kısaç İ., Şeren Karakuş S., (2013). The effects of mother's nutritional knowledge on attitudes and behaviors of children about nutrition. Procedia - Social and Behavioral Sciences 116 (2014) 4477 – 4481

[118] Bogdanović D., Mrvaljević D., Beloica M., (2020). Znanje roditelja o pravilnoj ishrani deteta u prevenciji karijesa, достапно на линкот https://ic-europe.com/wp-content/uploads/2020/09/Dragana-Bogdanovic-e-poster.pdf, пристапено на 28.06.2022

[119] Sanders, M. R., Bor, B., & Dadds, M. (1984). Modifying bedtime disruptions in children using stimulus control and contingency management techniques. Behavioural Psychotherapy, 12, 130-141.

мултикомпонентна интервенција успешно ги намалува конфликтите помеѓу децата и родителите и ги зголемува позитивните семејни интеракции[120].

Во друга студија успешно е воспоставено дека со редовно спиење биле намалени биле честите ноќни будења кај деца на возраст од 1 до 4 години, користејќи доследни рутини за спиење, пофалби за соодветно однесување и игнорирање на нарушувачкото однесување[121].

Емпириските докази за поддршка на врската помеѓу рутините на децата и проблемите со однесувањето, приспособувањето на детето и родителските фактори остануваат слабо разбрани[122].

Едно истражување од 2001 година покажало дека родителите во голема мера ги надгледуваат своите деца при нивното користење на интернет (91 %). Притоа, тие даваат временско ограничување за користењето на инернетот (62 %), користат софтвер за филтрирање или блокирање на несоодветни веб-страници (32 %), додека 67 % од децата секогаш мора да побараат дозвола од родителите за пристап на интернет[123]. Родителите често поставуваат и правила за да би управувале со детското користење на интернетот. Повеќето правила се однесуваат на откривањето лични информации (85 %), објавувањето на различни содржини (63%) и користење на социјалните мрежи (47 %). Притоа, 38 % од децата наведуваат дека имаат ограничувања во разенувањето пораки по пат на интернет[124].

Според студијата на Ливингстон (2007), 95 % од родителите имаат позитивен став кон компјутерите, при што сметаат дека користењето на интернет позитивно влијае на академскиот успех и станува дел од модерниот начин на живот. Студиите кои ги разгледуваат родителските правила и ограничувањата за користење на интернет покажуваат дека поставувањето строги правила во однос на времето

[120] Adams, L. A., & Rickert, V. I. (1989). Reducing bedtime tantrums: Comparison between positive routines and graduated extinction. Pediatrics, 84, 756-761.
[121] Seymour, F. W., Brock, P., During, M., & Poole, G. (1989). Reducing sleep disruptions in young children: Evaluation of therapist-guided and written information approaches: A brief report. Journal of Child Psychology and Psychiatry, 30, 913–918
[122] Sytsma, S. E., Kelley, M. L., & Wymer, J. H. (2001). Development and initial validation of the Child Routines Questionnaire. Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 23, 241-251.
[123] Cole, J. (2001). The UCLA Internet Report: Surveying the Digital Future Year 2. CA:UCLA Center for Communication Policy.
[124] Haddon, L., i Livingstone, S. (2012). EU Kids Online II: Enhancing Knowledge Regarding Europen Children's Use, Risk and Safety Online EU Kids Online, Deliverable D1.6.

поминато на интернет може да промовира компулсивни тенденции кај децата во однос на користењето на компјутерот[125].

Друго истражување, спроведено во 2000 година, покажало дека родителите се однесуваат поавторитарно кон ќерките, а попопустливи се кон синовите - родителите повеќе одредуваат правила за ќерките и се поконзистентни во следењето на користењето на интернетот од страна на девојчињата[126].

Во 2016 и 2017 година е спроведено првото национално истражување во Хрватска за навиките на децата во користењето на дигиталните технологии. Во истражувањето учествувале родители на скоро 700 деца на возраст од 18 месеци до 7 години. Резултатите покажале дека 70 % од децата користат телевизор брз надзор, две третини од децата користат мобилен телефон и компјутер без надзор и 75 % од децата користат таблет без надзор[127].

II. МЕТОДОЛОГИЈА НА ИСТРАЖУВАЊЕТО

1. Предмет на истражување

Родителите имаат клучна улога во животот на децата, а со самото тоа и во општеството во целост. Нивната улога е сигурно најзахтевна животна улога – тие не само што се грижат за детето во текот на детството, туку треба и да го оспособат детето за да би можело да ги исполни барањата од животот кои се пред него. Родителите влијаат на целиот социјален, емоционален, моторен и интелектуален развој на детето, што е резултат на континуиран процес и меѓусебен однос родител – дете.

Токму улогата на родителот во психофизичкиот развој на детето, односно свесноста за сопствената улога во развојот на детето и нивното однесување, со посебен акцент на правилната исхрана, правилното структурирање на времето и правилното користење на дигиталната технологија, е предмет на овој труд.

---

[125] Van den Eijnden, R. J, Spijkerman, R., Vermulst, A. A, van Rooij, T. J. i Engels, R. C. (2010)- Compulsive internet use among adolescents: bidirectional parent-child relationships. J Abnorm Child Psychol, 38(1), 77-89.

[126] Aunola, K., Stattin, H. K., i Nurmi, J. (2000). Parenting styles and adolescents' achievement strategies. Journal of Adolescence, 23, 205-222.

[127] Radolović, J., Renić, M. (2020). Djeca u digitalnom okruzenju. Zagreb: Roditelji u akciji - RODA

2. Цел на истражувањето

Целта на истражувањето е да се увиди степенот на свесност кај родителите за сопствената улога во психофизичкиот развој на детето, како и нивното однесување во однос на правилната исхрана на детето, неговото правилно структурирање на времето и начинот на кој тоа ги користи дигиталните технологии.

3. Задачи на истражување

Како истражувачки задачи се појавуваат:

- Одредување на свесноста на родителите за сопствената улога во растот и развојот на детето;
- Одредување на свесноста на родителите за сопствената улога во правилната исхрана на детето;
- Воочување на однесувањето на родителите во однос на правилната исхрана на сопствените деца;
- Одредување на свесноста на родителите за сопствената улога во структурирањето на времето на детето;
- Воочување на однесувањето на родителите во однос на правилното структурирање на денот на сопствените деца;
- Одредување на свесноста на родителите за сопствената улога во правилното користење на дигиталните технологии од страна на детето;
- Воочување на однесувањето на родителите во однос на користењето на дигиталните технологии од страна на нивните деца.

4. Истражувачки прашања кои произлегуваат од зададените хипотези

- Дали родителите се свесни за сопствената улога во однос на психофизичкиот раст и развој на децата?
- Дали родителите имаат знаење за правилната исхрана на децата?
- Дали родителите се грижат за правилната исхрана на сопствените деца?
- Дали родителите знаат за важноста на рутините и структурираното време за растот и развојот на детето?

- Дали родителите го структурираат времето на сопствените деца преку воведување на различни рутини?
- Дали родителите се свесни за позитивните и негативните влијанија од користењето на дигиталната технологија?
- Дали родителите вршт надзор при користењето на дигиталната технологија од страна на нивните деца?
- Дал родителите се запознаени со дигиталните навики на сопствените деца?
- Дали родителите имаат воспоставено правила за користење на дигиталната технологија од страна на нивните деца?

5. Хипотези на истражување

ГЛАВНА ХИПОТЕЗА

Родителите ја препознаваат својата важност во психофизичкиот раст и развој на детето, како и влијанието кое тие го имаат врз правилната исхрана на детето, правилното структурирање на неговото време и начинот на користење на дигиталните технологии од страна на детето.

ПОЕДИНЕЧНИ ХИПОТЕЗИ

1. Повеќето родители имаат развиено свест за сопствената улога во психофизичкиот раст и развој на детето.
2. Повеќето родители се свесни за важноста на својата улога во врска со правилната исхрана на детето и имаат знаење во врска со детската правилна исхрана.
3. Повеќето родители водат грижа за правилната исхрана на нивното дете.
4. Повеќето родители се свесни за важноста на својата улога во врска со правилното структурирање на времето на детето и имаат знаење во врска со истото.
5. Повеќето родители го структурираат времето на нивното дете.
6. Повеќето родители се свесни за важноста на својата улога во врска со правилното користење на дигиталните технологии од страна на детето и имаат знаење за истото.
7. Повеќето родители го контролираат користењето на дигиталните технологии од страна на нивното дете.

6. Варијабли на истражување

Во истражувањето варијаблите се групирани како независни и зависни варијабли.

Независни варијабли се:

- Полот и возраста на детето;
- Психофизичкиот раст и развој на детето.

Зависни варијабли се:

- Ставот за влијанието на родителите врз правилниот психофизички раст и развој на детето;
- Ставот за влијанието на родителите врз правилниот начин на исхрана на детето;
- Ставот за влијанието на родителите врз правилното структурирање на времето на детето;
- Ставот за влијанието на родителите врз правилното користење на дигиталните технологии од страна на детето;

7. Методи, техники и инструменти на истражување

Во истражувањето се користи метод на теоретска анализа и дескриптивно-корелациски истражувачки метод. Анализирани се голем број на научни трудови, книги, истражувања кои се занимаваат со истата проблематика како и овој труд. За преземање резултатите, ставовите и сознанијата до кои дошле другите автори и нивна употреба во овој труд, е користен методот на компилација.

Податоците во ова истражување се собрани со техниката анкетирање и анализа на содржина. За собирање на податоците е користен анкетен прашалник креиран за потребите на ова истражување. Собраните податоци подложат на статистичка анализа и визуелен приказ со помош на графикони.

8. Популација и примерок

Истражувањето во овој труд е спроведено во ООУ „11 Октомври“ – Скопје, со родители од различен пол, возраст и степен на образование со цел да се обезбеди поголема точност на податоците. Истражувањето опфати примерок од 80 родители.

9. Статистичка обработка на податоците

Податоците подлежат на квантитативна и квалитативна анализа со примена на програма за табеларни пресметувања, при што ќе биде даден и визуелен приказ на добиените резултати од истражувањето.

10. Организација и спроведување на истражувањето

Истражувањето се одвиваше во три фази. Во првата или подготвителна фаза се изврши техничка подготовка за спроведување на истражувањето, во втората фаза се реализираше анкетирањето во училиштето и се собраа резултатите, додека во третата фаза се изврши анализа на добиените резултати и нивната интерпретација. Истражувањето се спроведе во рок од три месеци.

III. АНАЛИЗА НА РЕЗУЛТАТИТЕ ОД ИСТРАЖУВАЊЕТО

1. Квалитативна анализа на анкетниот прашалник

За потребите на истражувањето се пополнуваше анонимен анкетен прашалник составен од тврдења на кои родителите заокружуваа одговор кој е одраз на нивното мислење. Притоа, тие бираа една од можностите: 1 - воопшто не се согласувам, 2 - не се согласувам, 3 - ниту се согласувам, ниту не се согласувам, 4 - се согласувам, 5 - сосема се согласувам.

Анкетните прашалници се анализирани со помош на статистичката програма SPSS. Добиени се следните резултати:

Табела 1: Фреквенции и процентуално учество на испитаниците според полот на испитаниците

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	машки	33	41,3	41,3	41,3
	женски	47	58,8	58,8	100,0
	Total	80	100,0	100,0	

Табела 2: Фреквенции и процентуално учество на испитаниците според возраст на испитаниците

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	20-35	30	37,5	37,5	37,5
	36-50	36	45,0	45,0	82,5
	51-65	14	17,5	17,5	100,0
	Total	80	100,0	100,0	

Табела 3: Фреквенции и процентуално учество на испитаниците според образование на испитаниците

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ССС	21	26,3	26,3	26,3
	ВСС	43	53,8	53,8	80,0
	магистер	14	17,5	17,5	97,5
	доктор на науки	2	2,5	2,5	100,0
	Total	80	100,0	100,0	

Табела 4: Фреквенции и процентуално учество на испитаниците според работниот статус на испитаниците

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	невработен	17	21,3	21,3	21,3
	вработен	63	78,8	78,8	100,0
	Total	80	100,0	100,0	

Табела 5: Дескриптивна статистика од резултатите од пополнетиот анкетен прашалник

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Родителите имаат значајна улога во психофизичкиот раст и развој на детето.	80	2	5	4,38	,736
Денешната улога на родителот бара многу време, одрекување, трпение и разбирање на детето.	80	1	5	3,94	1,118

Детето учи од однесувањето на родителите.	80	3	5	4,21	,630
За да детето се развие во психофизички зрела и стабилна личност, тоа бара одреден степен на слобода и слободен збор.	80	1	5	3,71	1,105
Една од најважните карактеристики на родителското однесување е доследноста.	80	1	5	3,69	1,249
Доследен сум во мојот однос кон сопственото дете.	80	1	5	3,02	1,222
Имам време секојдневно да му посветам внимание на моето дете.	80	1	5	3,44	1,146
Имам доволно знаења во врска со правилната исхрана на детето.	80	1	5	3,86	,990
Правилната исхрана е клучен фактор за раст и развој на секое дете.	80	2	5	4,07	,823
Исхраната на децата влијае...	80	1	5	3,74	1,145
На однесувањето во исхраната на децата влијаат многу фактори.	80	1	5	4,05	1,042
Водам грижа за правилната исхрана на моето дете.	80	1	5	3,77	1,079
Се трудам колку можам повеќе да одбегнувам...	80	1	5	3,69	1,165
За моето дете можам да кажам дека здраво се храни...	80	1	5	3,43	1,251
Знам за важноста на креирањето на рутини.	80	1	5	3,41	1,280
Рутините обезбедуваат удобност и чувство...	80	1	5	3,46	1,282
Рутините се дел од секојдневието на моето дете.	80	1	5	3,54	1,292
Знам за важноста од контрола и надзор на детето.	80	1	5	3,70	1,216
Моето дете користи компјутер/мобилен телефон/таблет.	80	2	5	4,33	,612
Се грижам за рамнотежата на офлајн и онлајн...	80	1	5	3,71	1,138
Имам заеднички активности со моето дете.	80	1	5	3,56	1,200
Го контролирам користењето на дигиталните технологии.	80	1	5	3,49	1,293

Имам воспоставено правила за користење на дигиталната технологија од страна на моето дете.	80	1	5	3,30	1,335
Valid N (listwise)	80				

Петтостепената скала на Ликерт се смета за интервална скала. Аритметичката средина е многу значајна. Доколку има вредност од 1 до 1,8, значи дека испитаниците воопшто не се согласуваат; од 1,81 до 2,60 значи дека не се согласуваат; од 2,61 до 3,40 значи ниту се согласуваат, ниту не се согласуваат; од 3,41 до 4,20 значи согласување и доколку аритметичката вредност е од 4,21 до 5 тоа значи целосна согласност. Аритметичките средини на тврдењата се вредности помеѓу 3,02 и 4,37. Највисока аритметичка средина (4,37) има тврдењето дека „Родителите имаат значајна улога во психофизичкиот раст и развој на детето“, што укажува на нивната свесност за важноста која тие ја имаат во растот и развојот на сопственото дете. Најниска аритметичка средина (3,02) има тврдењето за доследноста, односно тврдењето „Доследен сум во мојот однос кон сопственото дете“, со кое родителите ниту се согласуваат, ниту не се согласуваат, односно тие се неутрални. Иако вредноста на аритметичката средина за ова тврдење сепак не е мала, се поставува прашањето: „Зошто е тешко да се биде доследен?“ Децата ги тестираат границите на трпението и авторитетот на родителот во повеќето фази од нивниот развој, па дури и во пубертетот. Така, родителот можеби ќе успее да ја совлада доследноста потребна за една фаза од развојот, но само што ќе го направи тоа, детето „се преселува“ во следна фаза. Покрај тоа, на родителската доследност можат да влијаат и други фактори, како што се: емоционалната стабилност, моменталните околности, сигурноста во барањето што му се дава на детето... Повеќето родители не можат да го издржат напорот да бидат доследни во секое време, па затоа одлучуваат за однесување кое е, во тој момент, едноставно, полесно или подлегнуваат на притисок од околината (на пример, тие му попуштаат на детето не затоа што веруваат дека тоа е во најдобар интерес на детето, туку затоа што не сакаат дополнително да го привлечат вниманието на присутните).

Со оглед на тоа што исказите со реден број од 5 до 11 ја докажуваат првата помошна хипотеза, од 12 до 15 ја докажуваат втората помошна хипотеза, од 16 до 18 ја докажуваат третата помошна хипотеза, од 19 до 20 ја докажуваат четвртата помошна хипотеза, 21 исказ е во прилог на петтата помошна хипотеза, од 21 до 25 исказ ја докажуваат шестата помошна хипотеза и исказите со реден број 26 и 27 ја

докажуваат седмата помошна табела, со нивно групирање и обработка во SPSS програмата се добива сумарната табела 6.

Табела 6: Сумарни резултати за помошните хипотези

Descriptive Statistics

	N	Sum	Mean	Std. Deviation
Прва пом. хипотеза	80	301,57	3,7696	,98306
Втора пом. хипотеза	80	314,50	3,9312	,97027
Трета пом. хипотеза	80	290,33	3,6292	1,14122
Четврта пом. хипотеза	80	275,00	3,4375	1,27382
Петта пом. хипотеза	80	283,00	3,5375	1,29208
Шеста пом. хипотеза	80	306,00	3,8250	1,00347
Седма пом. хипотеза	80	271,50	3,3937	1,29921
Valid N (listwise)	80			

Од аритметичките средини од Табела 6, може да се види дека освен седмата помошна хипотеза, сите останати се во ранг од 3,41 до 4,20, што значи дека хипотезите:

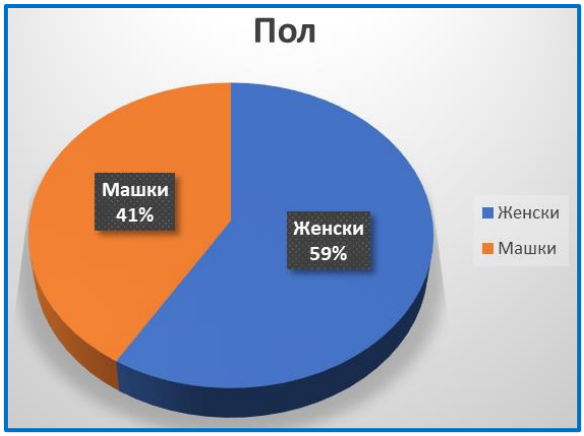
1. Повеќето родители имаат развиено свест за сопствената улога во психофизичкиот раст и развој на детето.
2. Повеќето родители се свесни за важноста на својата улога во врска со правилната исхрана на детето и имаат знаење во врска со детската правилна исхрана.
3. Повеќето родители водат грижа за правилната исхрана на нивното дете.
4. Повеќето родители се свесни за важноста на својата улога во врска со правилното структурирање на времето на детето и имаат знаење во врска со истото.
5. Повеќето родители го структурираат времето на нивното дете.
6. Повеќето родители се свесни за важноста на својата улога во врска со правилното користење на дигиталните технологии од страна на детето и имаат знаење за истото.

се потврдуваат.

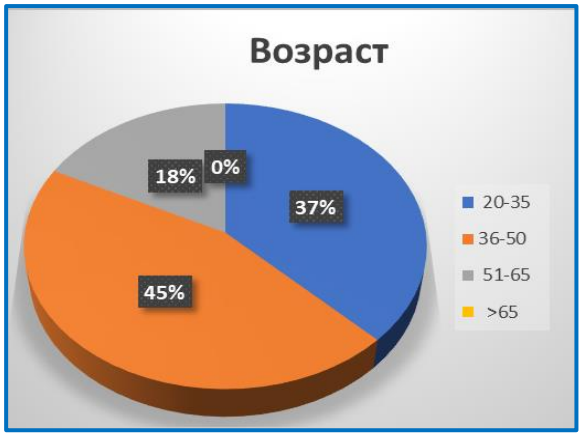
Седмата помошна хипотеза, која гласи: „Повеќето родители го контролираат користењето на дигиталните технологии од страна на нивното дете“ делумно се потврдува. Со оглед на тоа што повеќето родители се свесни за важноста на својата улога во врска со правилното користење на дигиталните технологии од страна на детето и имаат знаење за истото „оправдување“, може да се најде во забрзаното темпо на живот кое не им остава доволно време на родителите за да им се посветат на децата кога ќе се вратат од работа, време за разговор и игра со децата.

2. Квантитативна анализа на анкетниот прашалник

Анкетниот прашалник го пополнија 80 родители од различен пол, (47 од женски и 33 од машки пол), возраст (од 20 до 35 – 30 анкетирни, од 36 до 50 – 36 анкетирани, од 51 до 65 – 14 анкетирани), степен на образование (ССС – 21, ВСС – 43, магистер – 14, доктор на науки – 2) и работен статус (невработени – 17, вработени – 63).



Графикон 1: Пол на испитаниците



Графикон 2: Возраст на испитаниците



Графикон 3: Образование на испитаниците



Графикон 4: Работен статус

На исказот: „Родителите имаат значајна улога во психофизичкиот раст и развој на детето“, анкетираните родители одговориле: воопшто не се согласувам - 0, не се согласувам - 1 (2 %), ниту се согласувам, ниту не се согласувам - 9 (11 %), се согласувам - 29 (36 %) и сосема се согласувам - 41 (51 %). Резултатите покажуваат дека 87 % од родителите се свесни за значајноста на нивната улога во психофизичкиот раст и развој на детето.



Графикон 5: Родителите имаат значајна улога во психофизичкиот раст и развој на детето

На исказот: „Денешната улога на родителот бара многу време, одрекување, трпение и разбирање на детето“, анкетираните родители одговориле: воопшто не се согласувам - 3 (4 %), не се согласувам - 9 (11 %), ниту се согласувам, ниту не се согласувам - 7 (11 %), се согласувам - 32 (40 %) и сосема се согласувам - 29 (36 %). Резултатите покажуваат дека 76 % од родителите сметаат дека денешната улога на родителот бара многу време, одрекување, трпение и разбирање на детето.



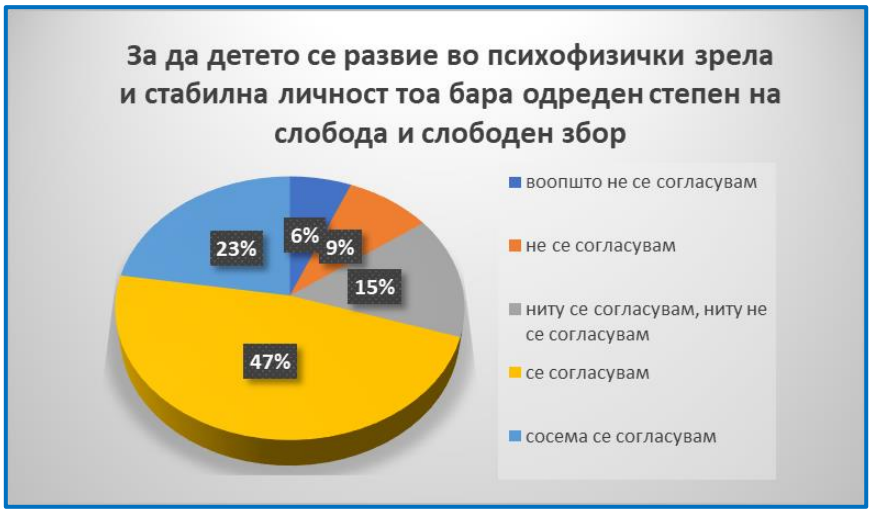
Графикон 6: Денешната улога на родителот бара многу време, одрекување, трпение и разбирање на детето

На исказот: „Детето учи од однесувањето на родителите“, анкетираните родители одговориле: ниту се согласувам, ниту не се согласувам - 9 (11 %), се согласувам - 45 (56 %) и сосема се согласувам - 26 (33 %). Резултатите покажуваат дека 89 % од родителите се свесни дека детето учи од однесувањето на родителите, односно дека тие им се пример на сопствените деца. Децата не учат само од начинот на постапување на родителите кон своите деца, туку и од начинот на постапување околу нив. Тие мора да внимаваат на пораката која им ја пренесуваат кога се однесуваат на одреден начин. Со оглед на моќниот учинок кој го имаат на децата, посебно внимание треба да посветат и на тоа како се однесуваат и кон самите себе бидејќи тоа сигурно ќе влијае и на однесувањето на децата кон себе.



Графикон 7: Детето учи од однесувањето на родителите

На исказот: „За да детето се развие во психофизички зрела и стабилна личност, тоа бара одреден степен на слобода и слободен збор“, анкетираните родители одговориле: воопшто не се согласувам - 5 (6 %), не се согласувам - 7 (9 %), ниту се согласувам, ниту не се согласувам - 12 (15 %), се согласувам - 38 (47 %) и сосема се согласувам - 18 (23 %). Резултатите покажуваат дека 70 % од родителите сметаат дека на детето му е потребен одреден степен на слобода и слободен збор за да би можело да израсне во психофизички зрела и стабилна личност. Имено, тука не станува збор за слобода да прават апсолутно што сакаат, туку за слобода која е потребна правилно да се развиваат, да ги откриваат своите потенцијали и да ги искористат во целост. Степенот на слобода и слободниот збор „малите луѓе“ да пораснат во силни и одговорни луѓе кои имаат свој став и кои веруваат во себе.



Графикон 8: За да детето се развие во психофизички зрела и стабилна личност тоа бара одреден степен на слобода и слободен збор

На исказот: „Една од најважните карактеристики на родителското однесување е доследноста“, анкетираните родители одговориле: воопшто не се согласувам - 5 (7 %), не се согласувам - 13 (16 %), ниту се согласувам, ниту не се согласувам - 9 (11 %), се согласувам - 28 (35 %) и сосема се согласувам - 25 (31 %). Резултатите покажуваат дека 66 % од испитаниците се свесни дека една од најважните карактеристики на родителското однесување е доследноста, односно непроменетото однесување во исти ситуации.



Графикон 9: Една од најважните карактеристики на родителското однесување е доследноста

На исказот: „Доследен сум во мојот однос кон сопственото дете“, анкетираните родители одговориле: воопшто не се согласувам - 11 (14 %), не се согласувам - 15 (19 %), ниту се согласувам, ниту не се согласувам - 25 (31 %), се согласувам - 19 (24 %) и сосема се согласувам - 10 (12 %). Резултатите покажуваат дека иако 66 % од

испитаниците знаат за важноста на доследноста во воспитувањето на детето, сепак само 34 % се доследни во своето однесување.



Графикон 10: Доследен сум во мојот однос кон сопственото дете

На исказот: „Имам време секојдневно да му посветам внимание на моето дете“ анкетираните родители одговориле: воопшто не се согласувам - 6 (7 %), не се согласувам - 9 (11 %), ниту се согласувам, ниту не се согласувам - 24 (30 %), се согласувам - 26 (33 %) и сосема се согласувам - 15 (19 %). Резултатите покажуваат дека 52 % од испитаниците имаат време секојдневно да му посветат внимание на сопственото дете.



Графикон 11: Имам време секојдневно да му посветам внимание на моето дете

Сите досегашни искази се во прилог на првата помошна хипотеза, која гласи: „Повеќето родители имаат развиено свест за сопствената улога во психофизичкиот раст и развој на детето“. Но иако се свесни за својата улога, сепак само половината од нив (52 % од родителите) имаат време секојдневно да му посветат внимание на сопственото дете.

На исказот: „Имам доволно знаења во врска со правилната исхрана на детето“, анкетираните родители одговориле: воопшто не се согласувам - 2 (2 %), не се согласувам - 5 (6 %), ниту се согласувам, ниту не се согласувам - 18 (23 %), се согласувам - 40 (33 %) и сосема се согласувам - 23 (29 %). Резултатите покажуваат дека 62 % од испитаниците имаат доволно знаења во врска со правилната исхрана на детето.



Графикон 12: Имам доволно знаења во врска со правилната исхрана на детето

На исказот: „Правилната исхрана е клучен фактор за раст и развој на секое дете“, анкетираните родители одговориле: воопшто не се согласувам - 0, не се согласувам - 2 (2 %), ниту се согласувам, ниту не се согласувам - 18 (23 %), се согласувам - 32 (40 %) и сосема се согласувам - 28 (35 %). Резултатите покажуваат дека 75 % од родителите имаат развиено свест за важноста на правилната исхрана, како клучен фактор за раст и развој на секое дете.



Графикон 13: Правилната исхрана е клучен фактор за раст и развој на секое дете

На исказот: „Исхраната на децата влијае на секој аспект од растењето на децата: физички, емотивен, социјален и ментален“, анкетираните родители одговориле: воопшто не се согласувам - 4 (5 %), не се согласувам - 9 (11 %), ниту се согласувам, ниту не се согласувам - 14 (17 %), се согласувам - 30 (38 %) и сосема се согласувам – 23 (29 %). Резултатите покажуваат дека 67 % од родителите знаат дека исхраната на децата влијае на секој аспект од нивното растење: физички, емотивен, социјален и ментален.



Графикон 14: Исхраната на децата влијае на секој аспект од растењето на децата: физички, емотивен, социјален и ментален.

На исказот: „На однесувањето во исхраната на децата влијаат многу фактори, како што се: родителите, училиштето, медиумите, економските, социјалните, културните, физиолошките потреби, фигурата на телото, личниот став, преферирањето на одредена храна, како и свеста за важноста на исхраната за здравјето“, анкетираните родители одговориле: воопшто не се согласувам - 3 (4 %), не се согласувам - 4 (5 %), ниту се согласувам, ниту не се согласувам - 11 (14 %), се согласувам - 30 (37 %) и сосема се согласувам - 32 (40 %). Резултатите покажуваат дека 77 % од родителите знаат дека на однесувањето во исхраната на децата влијаат многу фактори.



Графикон 15: На однесувањето во исхраната на децата влијаат многу фактори

Резултатите од анкетниот прашалник за исказите од број 12 до број 15 ја докажуваат втората помошна хипотеза која гласи: „Повеќето родители се свесни за важноста на својата улога во врска со правилната исхрана на детето и имаат знаење во врска со детската правилна исхрана“.

На исказот: „Водам грижа за правилната исхрана на моето дете“, анкетираните родители одговориле: воопшто не се согласувам - 4 (5 %), не се согласувам - 6 (7 %), ниту се согласувам, ниту не се согласувам - 15 (19 %), се согласувам - 34 (43 %) и сосема се согласувам - 21 (26 %). Резултатите покажуваат дека 69 % од родителите водат грижа за правилната исхрана на детето.



Графикон 16: Водам грижа за правилната исхрана на моето дете

На исказот: „Се трудам колку можам повеќе да одбегнувам индустриски преработена храна“, анкетираните родители одговориле: воопшто не се согласувам - 5 (6 %), не се согласувам - 8 (10 %), ниту се согласувам, ниту не се согласувам - 16 (20 %), се согласувам - 29 (36 %) и сосема се согласувам - 22 (28 %). Резултатите

покажуваат дека 64 % од родителите се трудат колку може повеќе да одбегнуваат индустриски преработена храна.



Графикон 17: Се трудам колку можам повеќе да одбегнувам индустриски преработена храна.

На исказот: „За моето дете можам да кажам дека здраво се храни“, анкетираните родители одговориле: воопшто не се согласувам - 7 (9 %), не се согласувам - 12 (15 %), ниту се согласувам, ниту не се согласувам - 20 (25 %), се согласувам - 22 (27 %) и сосема се согласувам – 19 (24 %). Резултатите покажуваат дека 51 % од родителите сметаат дека нивното дете здраво се храни.



Графикон 18: За моето дете можам да кажам дека здраво се храни

Резултатите од анкетниот прашалник за исказите од број 16 до број 18 ја докажуваат третата помошна хипотеза која гласи: „Повеќето родители водат грижа за правилната исхрана на нивното дете“.

На исказот: „Знам за важноста на креирањето на рутини и структурирањето на денот на моето дете“, анкетираните родители одговориле: воопшто не се согласувам -

7 (9 %), не се согласувам - 15 (19 %), ниту се согласувам, ниту не се согласувам - 15 (19 %), се согласувам - 24 (30 %) и сосема се согласувам - 19 (24 %). Резултатите покажуваат дека 54 % од родителите знаат за важноста на креирањето на рутини и структурирањето на денот на нивното дете.



Графикон 19: Знам за важноста на креирањето на рутини и структурирањето на денот на моето дете.

На исказот: „Рутините обезбедуваат удобност и чувство на сигурност кај децата“, анкетираните родители одговориле: воопшто не се согласувам - 8 (10 %), не се согласувам - 12 (15 %), ниту се согласувам, ниту не се согласувам - 14 (17 %), се согласувам - 27 (34 %) и сосема се согласувам - 19 (24 %). Резултатите покажуваат дека 58 % од родителите знаат за важноста на креирањето на рутини и структурирањето на денот на нивното дете.



Графикон 20: Рутините обезбедуваат удобност и чувство на сигурност кај децата.

Резултатите од анкетниот прашалник за исказите од број 19 и 20 ја докажуваат четвртата помошна хипотеза која гласи: „Повеќето родители се свесни за важноста на

својата улога во врска со правилното структурирање на времето на детето и имаат знаење во врска со истото“.

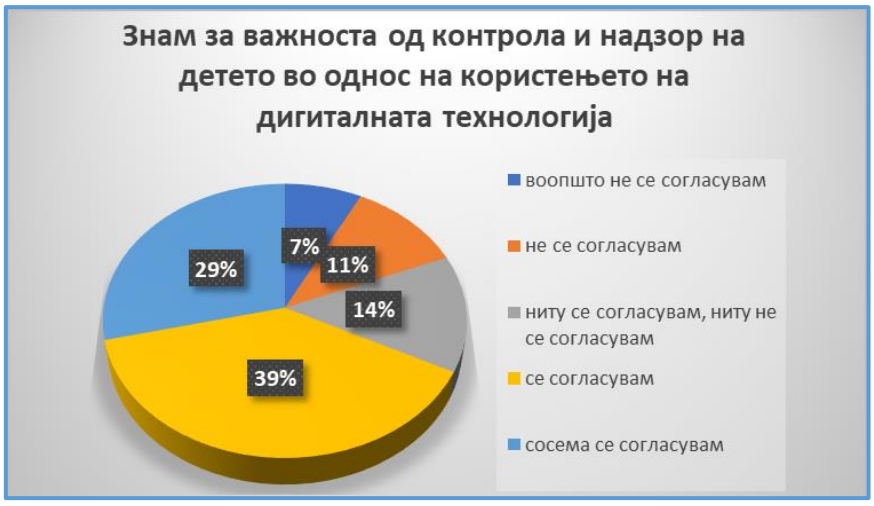
На исказот: „Рутините се дел од секојдневието на моето дете (рутина за јадење, рутина за хигиена, рутина за спиење....)“, анкетираните родители одговориле: воопшто не се согласувам - 8 (10 %), не се согласувам - 12 (15 %), ниту се согласувам, ниту не се согласувам - 9 (11 %), се согласувам - 31 (39 %) и сосема се согласувам - 20 (25 %). Резултатите покажуваат дека кај 64 % од децата рутините се дел од нивното секојдневие.



Графикон 21: Рутините се дел од секојдневието на моето дете

Резултатите од анкетниот прашалник за исказот 21 ја докажува помошната хипотеза, која гласи: „Повеќето родители го структурираат времето на нивното дете“.

На исказот: „Знам за важноста од контрола и надзор на детето во однос на користењето на дигиталната технологија“, анкетираните родители одговориле: воопшто не се согласувам - 6 (7 %), не се согласувам - 9 (11 %), ниту се согласувам, ниту не се согласувам - 11 (14 %), се согласувам – 31 (39 %) и сосема се согласувам – 23 (29 %). Резултатите покажуваат дека 69 % од родителите знаат за важноста од контрола и надзор на детето во однос на користењето на дигиталната технологија.



Графикон 22: Знам за важноста од контрола и надзор на детето во однос на користењето на дигиталната технологија

На исказот: „Моето дете користи компјутер/мобилен телефон/таблет“, анкетираните родители одговориле: не се согласувам - 1 (1 %), ниту се согласувам, ниту не се согласувам - 3 (4 %), се согласувам - 45 (56 %) и сосема се согласувам - 31 (39 %). Резултатите покажуваат дека 95 % од родителите дале позитивен одговор.



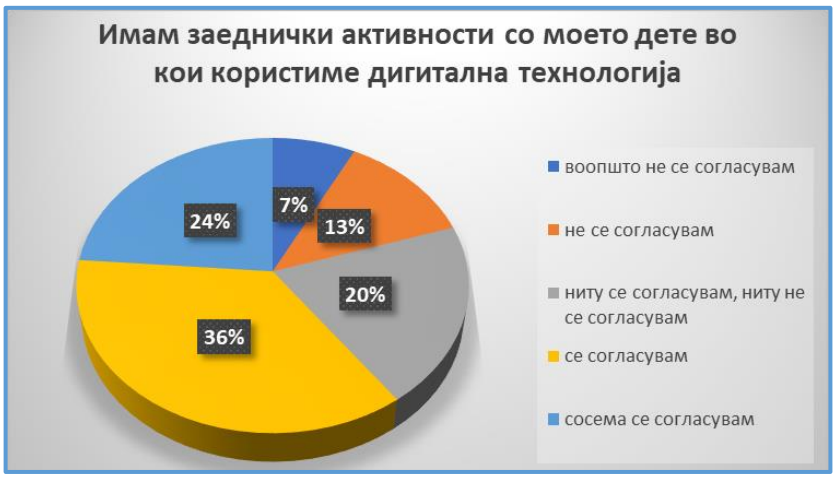
Графикон 23: Моето дете користи компјутер/мобилен телефон/таблет

На исказот: „Се грижам за рамнотежата на офлајн и онлајн активностите на моето дете“, анкетираните родители одговориле: воопшто не се согласувам - 4 (5 %), не се согласувам – 9 (11 %), ниту се согласувам, ниту не се согласувам - 15 (19 %), се согласувам - 30 (37 %) и сосема се согласувам - 22 (28 %). Резултатите покажуваат дека 65 % од родителите се грижат за рамнотежата на офлајн и онлајн активностите на нивното дете.



Графикон 24: Се грижам за рамнотежата на офлајн и онлајн активностите на моето дете

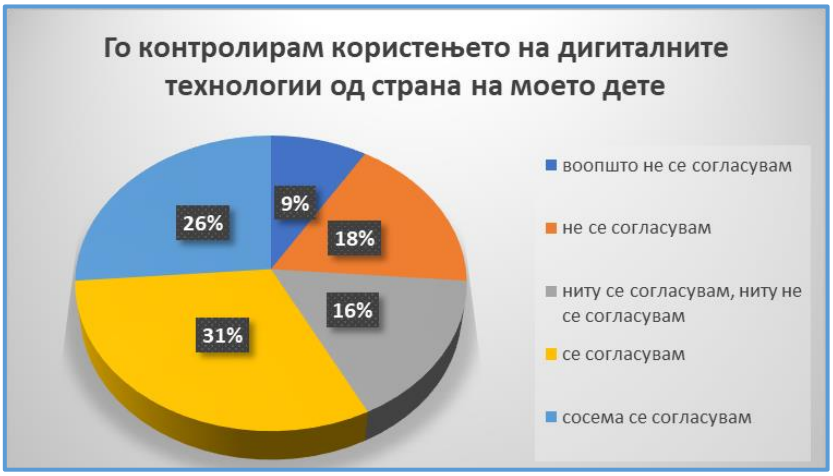
На исказот: „Имам заеднички активности со моето дете во кои користиме дигитална технологија“, анкетираните родители одговориле: воопшто не се согласувам - 6 (7 %), не се согласувам - 10 (13 %), ниту се согласувам, ниту не се согласувам - 16 (20 %), се согласувам - 29 (36 %) и сосема се согласувам - 19 (24 %). Резултатите покажуваат дека 65 % од родителите се грижат за рамнотежата на офлајн и онлајн активностите на нивното дете.



Графикон 25: Имам заеднички активности со моето дете во кои користиме дигитална технологија

Резултатите од анкетниот прашалник за исказот 22, 23, 24 и 25 се во прилог и ја докажуваат помошната хипотеза, која гласи: „Повеќето родители се свесни за важноста на својата улога во врска со правилното користење на дигиталните технологии од страна на детето и имаат знаење за истото“.

На исказот: „Го контролирам користењето на дигиталните технологии од страна на моето дете“, анкетираните родители одговориле: воопшто не се согласувам - 7 (9 %), не се согласувам - 14 (18%), ниту се согласувам, ниту не се согласувам - 13 (16 %), се согласувам - 25 (31 %) и сосема се согласувам - 21 (26 %). Резултатите покажуваат дека 57 % од родителите го контролираат користењето на дигиталните технологии од страна на нивните деца.



Графикон 26: Го контролирам користењето на дигиталните технологии од страна на моето дете

На исказот: „Имам воспоставено правила за користење на дигиталната технологија од страна на моето дете“, анкетираните родители одговориле: воопшто не се согласувам - 11 (14 %), не се согласувам - 13 (16 %), ниту се согласувам, ниту не се согласувам - 13 (16 %), се согласувам - 27 (34 %) и сосема се согласувам - 16 (20 %). Резултатите покажуваат дека 54 % од родителите го контролираат користењето на дигиталните технологии од страна на нивните деца.



Графикон 27: Имам воспоставено правила за користење на дигиталната технологија од страна на моето дете

Резултатите од анкетниот прашалник за исказот 26 и 27 ја докажуваат последната помошна хипотеза која гласи: „Повеќето родители го контролираат користењето на дигиталните технологии од страна на нивното дете“.

Потврдувањето на сите помошни хипотези, води кон потврдување на главната хипотеза, која гласи: „Родителите ја препознаваат својата важност во психофизичкиот раст и развој на детето како и влијанието кое тие го имаат врз правилната исхрана на детето, правилното структурирање на неговото време и начинот на користењето на дигиталните технологии од страна на детето“.

Заклучок

Од многуте улоги кои човекот ги има во текот на својот живот, една од најодговорните и најважните е образованието и воспитувањето на децата. Родителите ги доживуваат најубавите, но честопати и најтешките искуства, искушенија и чувства додека ги воспитуваат своите деца. Затоа темата за родителството е секогаш актуелна. Важни карактеристики во воспитувањето се емотивниот однос кон детето, доминантната положба на родителите (авторитарна, попустлива или со авторитет), како и родителската одговорност (воспитната улога на двајцата родители или преземање од страна на еден родител - во нашата култура тоа обично е мајката).

Родителите се клучни образовни и социјализациски фактори и играат голема улога во развојот на детето. Преку своите постапки, родителите влијаат на когнитивниот, социјалниот, емоционалниот, психолошкиот, физичкиот и моралниот развој на децата. Заедно со своите родители, детето развива социјални вештини кои ќе му помогнат да создаде добри социјални односи. Добро развиените социјални вештини ќе го научат детето како да се однесува со луѓето и ќе му овозможат успешно да функционира во општеството.

Секое дете и секој родител, како и нивниот меѓусебен однос, е приказна за себе. Прифаќањето на детето, неговиот темперамент и карактер е основа на добар однос и образование и услов за поттикнување на психосоцијалниот развој на детето. Она што е важно при воспитувањето на детето е поставувањето на граници. Поставувањето на граници всушност претставува средство за дисциплинирање на детето - јасните правила и јасните упатства зошто правилата се важни, како и нивната предвидлива и доследна примена претставуваат добра основа за воспитување на детето. Нема сомнеж дека детето сака да знае граници и дека на секое дете му требаат правила. Тие му помагаат да научи соодветно да се однесува, да ја види разликата помеѓу доброто и лошото, да развие способност за прилагодување. Притоа, договорените правила треба да се адаптираат во зависност од ситуацијата, да се надополнуваат, прошируваат, усложнуваат како што детето расне. Обучувањето на родителите подобро да ги разберат своите деца и поуспешно да ги решаваат развојните и ситуационите кризи на детето е еден од успешните начини за развивање добри односи меѓу родителите и децата.

Токму улогата на родителот во психофизичкиот развој на детето, односно свесноста за сопствената улога во развојот на детето и неговото однесување, со посебен акцент на правилната исхрана, правилното структурирање на времето и правилното користење на дигиталната технологија е предмет на овој труд. Во него се потврди поставената хипотеза дека родителите ја препознаваат својата важност во психофизичкиот раст и развој на детето, како и влијанието кое тие го имаат врз правилната исхрана на детето, правилното структурирање на неговото време и начинот на користењето на дигиталните технологии од страна на детето.

Литература

1) Adams, G. C., Stoops, M. A. & Skomro, R. P. (2014). Sleep tight: exploring the relationship between sleep and attachment style across the life span. Sleep Medicine Review, 18(6): 495 507.

2) Adams, L. A., & Rickert, V. I. (1989). Reducing bedtime tantrums: Comparison between positive routines and graduated extinction. Pediatrics, 84, 756-761.

3) Alfano, C.A., Smith V. C., Reynolds K. C., Reddy R. & Dougherty L.R. (2013). The Parent-Child Sleep Interactions Scale (PSIS) for preschoolers: factor structure and initial psychometric properties. Journal of Clinical Sleep Medicine, 9(11): 1153–1160.

4) Aunola, K., Stattin, H. K., i Nurmi, J. (2000). Parenting styles and adolescents' achievement strategies. Journal of Adolescence, 23, 205-222.

5) AVG Technologies. (2010.) Forget Swimming and Riding a Bike – Young Children Today More Likely to have Mastered Computer Games AVG Study Shows Young Kids Learn Tech Skills before Life Skills.

6) Banis, H. T, Varni, J. W, Wallander, J. L, et al. (1988). Psychological and social adjustment of obese children and their families. Child Care Health Dev 14, 157-73.

7) Barudy, J., and Dantagnan, M. (2010). Los desafíos invisibles de ser madre o padre. Manual de evaluación de competencias y resiliencia parental. Barcelona: Gedisa.

8) Berk, L. (2015).Dječja razvojna psihologija. 8. izd. Zagreb: Naklada Slap.

9) Berk, L. (2008). Psihologija cjeloživotnog razvoja. Zagreb: Naklada Slap.

10) Black, M. M., & Aboud, F. E. (2011). Responsive feeding is embedded in a theoretical framework of responsive parenting. The Journal of nutrition, 141(3), 490–494.

11) Blažević, N. (2012). Djeca i mediumi: Odgoj na televizijski način. Nova prisutnost : časopis za intelektualna i duhovna pitanja, Vol. X No. 3, 479-493

12) Bogdanović, D., Mrvaljević, D., Beloica, M., (2020). Znanje roditelja o pravilnoj ishrani deteta u prevenciji karijesa, достапно на линкот https://ic-europe.com/wp-content/uploads/2020/09/Dragana-Bogdanovic-e-poster.pdf, пристапено на 28.06.2022

13) Bornstein, M. H., Hendricks, C., Hahn, C. S., Haynes, O. M., Painter, K. M., Tamis-LeMonda C. S. (2003). Contributors to self-perceived competence, satisfaction, investment, and role balance in maternal parenting: A multivariate ecological analysis. Parenting: Science and Practice, 3, 285-326

14) Bradley, R. H., & Caldwell, B. M. (1984). The relation of infants' home environment to achievement test performance in first grade: A follow-up study. Child Development, 55: 803–809.

15) Brajša Žganec, A. (2002). Roditeljske metaemocije i socijalno-emocionalni razvoj djece. Zagreb: Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.

16) Brajša Žganec, A. (2003). Dijete i obitelj – emocionalni i socijalni razvoj. Jastrebarsko: Naklada Slap

17) Brajša, P. (2009) Brak i obitelj iz drugog kuta. Glas koncila: Zagreb

18) Cole, J. (2001). The UCLA Internet Report: Surveying the Digital Future Year 2. CA:UCLA Center for Communication Policy.

19) Čudina-Obradović, M., Obradović, J. (2006). Psihologija braka i obitelji. Zagreb: Golden marketing – Tehnička knjiga.

20) Čudina-Obradović, M., Obradović, J. (2000). Obitelj i zaposlenost izvan kuće: međusobno ometanje i/ili pomaganje. Revija za socijalnu politiku, VII (2), 1 - 15

21) Darling, N., Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model, Psychological Bulletin, 113(3), 487-496.

22) Davidov, M., Grusec J. and Wolfe J. (2012). Mother's knowledge of their children's evaluations of discipline: The role of type of discipline and misdeed, and parenting practices. Merrill-Palmer Quarterly, vol. 58(3), pp.314-340.

23) Day, R. (2003). Introduction to family processes. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.

24) Delač-Hrupelj, J., Miljković, D., Lugomer Armando, G. (2000). Lijepo je biti roditelj: priručnik za roditelje i djecu. Zagreb: Creativa.

25) De Stasio, S., Ragni, B., Boldrini, F., Bevilacqua, F. & Gentile, S. (2018). Parental stress and bedtime routines in toddlerhood. Anthropological researches and studies, 8: 75–84.

26) Durrant, J. (2007). Positive discipline: What it is and how to do it. Save the children Sweden, London, Save the children

27) European strategy for child and adolescent health and devolepment. Geneva: Regional Office for Europe, World Health Organization, 2005.

28) Fiese, B. H. (2002). Routines of daily living and rituals in family life: A glimpse at stability and change during the early child-raising years. Zero to Three, February/ March, 10–13.

29) Fiese, B., T. Tomcho, M. Douglas, K. Josephs, S. Poltrock & T. Baker (2002). A review of 50 years of research on naturally occurring family routines and rituals: Cause for celebration? Journal of Family Psychology, 16(4): 381–390.

30) Fišer, S., Marković N., Radat K., Ogresta J. (2007). „Za" i „O" jednoroditeljskim obiteljima. Zagreb: Udruga za unapređenje kvaliteta življenja LET.

31) Flander, G., B. i Karlović, A. (2004). Odgajam li dobro svoje dijete?. Zagreb: Marko M. usluge d.o.o.

32) Genc, Z. (2014). Parents' Perceptions about the Mobile Technology Use of Preschool Aged Children, Procedia - Social and Behavioral Sciences sv. 146

33) Glăveanu, S. M. (2015). The parental competence of single-parent families from vulnerable groups. Procedia - Social and Behavioral Sciences, 187(13), 201–205

34) Gordon, C. W. (1957). The social system of the high school: A study in the sociology of adolescence, Free Press.

35) Haddon, L., Livingstone, S. (2012). EU Kids Online II: Enhancing Knowledge Regarding Europen Children's Use, Risk and Safety Online EU Kids Online, Deliverable D1.6.

36) Henderson, J. A., & Jordan, S. S. (2010). Development and Preliminary Evaluation of the Bedtime Routines Questionnaire. J Psychopathol Behav Assess, 32, 271–280.

37) Jurak, A. (2002), »Roditelji – prvi odgojitelji svoje djece pred izazovom vremena«, Don Bosco danas, 131 (1), str. 4–5.

38) Jurčević - Lozančić, A. (2011). Socijalne kompetencije i rani odgoj.U D. Maleš (Ur.), Nove paradigme ranog odgoja (str. 153 – 177). Zagreb: FF Press.

39) Jurčević Lozančić, A., & Kunert, A. (2015). Obrazovanje roditelja i roditeljska pedagoška kompetencija, teorijski i praktički izazovi. Metodički obzori: časopis za odgojno-obrazovnu teoriju i praksu, 10(22), 39-48.

40) Juul, J. (2018). Kako biti vođa vučjeg čopora. Zagreb: Naklada OceanMore

41) Kapor Stanulović N., (2017). O Roditeljima. Pedagoski Centar Crne Gore

42) Karp, H. (2007). Najsretnije dijete u kvartu: nov način da prekinete svakodnevnu bitku protiv tvrdoglavosti i odgojite zadovoljno i samopouzdano dijete. Zagreb: Planetopija.

43) Keltner, B. (1990). Family characteristics of preschool social competence among black children in a head start program. Child Psychiatry and Human Development, 21: 95–108

44) Klarin, M. (2006). Razvoj djece u socijalnom kontekstu. Jatrebarsko: Naklada Slap

45) Kliewer, W., & Kung, E. (1998). Family moderators of the relation between hassles and behavior problems in inner-city youth. Journal of Clinical Child Psychology, 27: 278–292

46) Kordić – Vuković, V. (1998). Postanite uspješan roditelj sretnog djeteta. Zagreb: Akvamarine.

47) Kosinac, Z. (1999). Morfološko- motorički i funkcionalni razvoj djece predškolske dobi, Split: Udruga za šport i rekreaciju djece i mladeži grada

48) Kubicek, L. F. (2002). Fresh perspectives on young children and family routines. Zero to Three, 22(4), 4–9.

49) Lacković-Grgin, K. (2010). Doživljaj i praksa roditeljstva u različitim životnim razdobljima. Društvena istraživanja : časopis za opća društvena pitanja, 20 (4), 1063-1083.

50) Landy, S. (2002). Pathways to Competence: Encouraging healthy social and emotional development in young children. Baltimore: Brookes Publishing Co

51) Lareau, A. (2002). Invisible Inequality: Social Class and Childrearing. Am Sociological review 67(5): 7474–776.

52) Lindsay, A., Sussner K., Kim, J. (2006). The Role of Parents in Preventing Childhood Obesity.Future Child 16(1):169-86

53) Livingstone, S., Marsh, J. Plowman, L. Ottovordemgentschenfelde, S., Fletcher, B. (2014). Young children (0-8) and digital technology: a qualitative exploratory study - national report - UK, Joint Research Centre, Luxembourg: Europska Komisija

54) Ljubetić, M. (2007). Biti kompetentan roditelj. Zagreb: Mali profesor.

55) Ljubetić, M. (2012). Nosi li dobre roditelje roda?! Odgovorno roditeljstvo za kompetentno dijete. Zagreb: Profil International

56) Luketin, D., Sunko, E. i Kokorić Tomašević, J. (2015). Roditeljstvo je dvosmjeran odnos. Split: Liga za prevenciju ovisnosti.

57) Lopez, W. (2004). Successful Parenting Skills that Shape Childrens Behaviors, All Psych Journal

58) Maleš, D. (2012). Obitelj i obiteljski odgoj u suvremenim uvjetima. Dijete, vrtić, obitelj, 67. 13-15.

59) Maleš, D., Kušević, B. (2011). Nova paradigma obiteljskog odgoja.Zagreb: FF PRESS

60) Marinković, L. (2016). Značaj porodičnih rutina i rituala za zdravlje i razvoj dece. U L. Marinković [ur.] Svakodnevni život deteta, Zbornik radova (str. 103–114). Novi Sad: Visoka škola strukovnih studija za obrazovanje vaspitača

61) Martínez-González, R. A., Rodríguez-Ruiz, B., Álvarez-Blanco, L., and Becedóniz-Vázquez, C. (2016). Evidence in promoting positive parenting through the program-guide to develop emotional competences. Psychosoc. Interv. 25, 111–117.

62) Matejević, M., Todorović, J. (2012). Struktura porodice, vaspitni stil roditelja i obrasci komunikacije u porodicama sa adolescentima, Zbornik, SANU

63) Matijević, M., Bilić, V., Opić, S. (2016). Pedagogija za učitelje i nastavnike. Zagreb: Školska knjiga.

64) Матијевић, Д., Младеновић Јанковић, С., Котевић А. (2014). Одговорно родитељство. Здравствена заштита бр.5

65) McLeod, S. A. (2018). Jean piaget's theory of cognitive development. Simply Psychology.достапно на линкот: https://www.simplypsychology.org/piaget.html, пристапено на 15.08.2022.

66) McPake, J. , Plowman, J., Stephen, C. (2010.). The Home as a Technological Learning Environment: Children's Early Encounters with Digital Technologies, Annual Meeting of the American Educational Research Association, Colorado

67) Milanović, M., Stričević, I., Maleš, D., & Sekulić-Majurec, A. (2001). Skrb za dijete i poticanje ranog razvoja djeteta u Republici Hrvatskoj. Zagreb: Targa.

68) Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., & Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. Social Development, 16(2), 361-388.

69) Muniz, E. I., E. J. Silver, R. Stein (2014). Family Routines and Social Emotional School Readiness Among Preschool Age Children. Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics. 35 (2): 93–99.

70) Neljak, B. (2009). Kineziološka metodika u predškolskom odgoju. Zagreb: Kineziološki fakultet.

71) Norman, Å., Berlin, A., Sundblom, E., Schäfer Elinder, L. & Nyberg, G. (2015). Stuck in a vicious circle of stress. Parental concerns and barriers to changing children's dietary and physical activity habits. Appetite, 87(1), 137-142.

72) Palaiologou, I. (2014). Children under five and digital technologies: implications for early years pedagogy, European Early Childhood Education Research Journal sv. 24 (1)

73) Pantley, E. (2002). Savršeno roditeljstvo. Zagreb: Mozaik knjiga.

74) Pascoletti, C. (2015). Put do dobrog roditelja. Zagreb: TRSAT

75) Petani, R. (2010). Dimenzije roditeljskog ponašanja i stavovi adolescenata prema obiteljskom životu. Doktorska disertacija. Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Filozofski fakultet .

76) Petrović- Sočo, B. (2009). Značajke suvremenog naspram tradicionalnog kurikuluma ranog odgoja. Pedagogijska istraživanja, Vol 1, No.2. 123-13.

77) Plasaj, D. (1991). Obitelj-odgoj djece. Obnovljen život, 46 (1), 124-140.

78) Rabin, A. I. (1965). Motivation for Parenthood. Journal of Projective Techniques and Personality Assessment, 29 (4): 405-413

79) Radolović J., Renić M. (2020). Djeca u digitalnom okruzenju. Zagreb: Roditelji u akciji - RODA

80) Rečić M. (2006). Obilježja dobrog obiteljskog odgoja. Đakovo: Tempo

81) Rek, M., Kovačić, A. (2018). Media and Preschool Children: The Role of Parents as Role Models and Educators, Medijske Studije, sv.9 (18): 27 - 43

82) Rosenkoetter, S., & Barton, L. R. (2002). Bridges to literacy: Early routines that promote later school success. Zero to Three, 22(4), 33–38

83) Rosić,V., Zloković, J. (2002). Prilozi obiteljskoj pedagogiji. Rijeka: Graftrade.

84) Sanders, M. R., Bor, B., & Dadds, M. (1984). Modifying bedtime disruptions in children using stimulus control and contingency management techniques. Behavioural Psychotherapy, 12, 130-141.

85) Seymour, F. W., Brock, P., During, M., & Poole, G. (1989). Reducing sleep disruptions in young children: Evaluation of therapist-guided and written information approaches: A brief report. Journal of Child Psychology and Psychiatry, 30, 913–918

86) Shaw, R., Wood, S. (2009). Epidemija popustljivog odgoja: zašto su djeca nevesela, nezadovoljna, sebična... te kako im pomoći. Zagreb: V.B.Z.

87) Shek, D. T. (2005). Perceived parental control processes, parent-child relational qualities, and psychological well-being in Chinese adolescents with and without economic disadvantage. J. Genet. Psychol. 166, 171–188.

88) Shumow, L., Lomax, R. (2002). Parental efficacy: Predictor of parenting behavior and adolescent outcomes. Parenting: Science and Practice, 2, 127-150.

89) Sigman, A. (2010). Razmažena generacija: zašto će ponovno uspostavljanje autoriteta našu djecu i društvo učiniti sretnijim. Velika Mlaka: Ostvarenje

90) Sindik, I. (2011). Medijska istraţivanja: Kako roditelji percipiraju utjecaj medija na predškolsku djecu? Medijska istraživanja: znanstveno-stručni časopis za novinarstvo i medije, Vol. 18 No. 1

91) Sindik, J. (2011). Čimbenici dječjeg razvoja. Roda-roditelji u akciji, достапно на линк: https://www.roda.hr/portal/djeca/zdravo-odrastanje/cimbenici-djecjeg-razvoja.html пристапено на 20.08.2022

92) Škrbina, D., Šimunović, D. (2004) Terapijska intervencija kroz igru. Zagreb: Dijana Škrbina

93) Slusser, W., Prelip, M., Kinsler, J., Toller Erausquin, J., Thai, C. & Neumann, C. (2011). Challenges to parent nutrition education: a qualitative study of parents of urban children attending low-income schools. Public Health Nutrition, 14(10), 1833–1841

94) „Службен весник на Република Северна Македонија“, бр.104/2019

95) Spagnola, M., & Fiese, B. H. (2007). Family routines and rituals: A context for development in the lives of young children. Infants & Young Children, 20(4), 284–299.

96) Starc, B. (2014). Roditeljstvo u najboljem interesu djeteta i podrška roditeljima najmlađe djece s teškoćama u razvoju. Zagreb: Ured UNICEF-a za Hrvatsku

97) Starc, B., Čudina Obradović, M., Pleša, A., Profaca, B., Letica, M. (2004) Osobine i psihološki uvjeti razvoja djeteta predškolske dobi. Zagreb: Golden marketing.

98) Stričević, I. (2011). Jačanje roditeljskih kompetencija kroz programe obrazovanja roditelja. U: Maleš, D. (Ur.), Nove paradigme ranog odgoja, Zagreb: Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu – Zavod za pedagogiju, str. 125.-152

99) Šumonja, S., Novaković, B. (2012). Determinants of fruit, vegetable, and dairy consumption in a sample of schoolchildren, Northern Serbia, 2012.

100) Sytsma, S. E., Kelley, M. L., & Wymer, J. H. (2001). Development and initial validation of the Child Routines Inventory. Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 23, 241-251.

101) Teodorović, B., Levandovski, D. (1991). Kako poticati dijete s mentalnom retardacijom. Zagreb: Fakultet za defektologiju Sveučilišta u Zagrebu

102) Tikotzky, L. (2017). Parenting and sleep in early childhood. Current Opinion in Psychology, 15, 118–124.

103) van den Eijnden, R. J, Spijkerman, R., Vermulst, A. A, van Rooij, T. J., Engels, R. C. (2010). Compulsive internet use among adolescents: bidirectional parent-child relationships. J Abnorm Child Psychol, 38(1), 77-89.

104) Vranješević, J. (2008). Razvojne kompetencije kao osnova prava deteta na participaciju. Doktorska disertacija. Beograd. Filozofski fakultet

105) Wasson, D. L. (2016) Ancient Roman Family Life. Ancient History Encyclopedia

106) Weisner, T. S. (2002). Ecocultural understanding of children's developmental pathways. Human Development, 45, 275–281.

107) Wilson, D. K, Ampey-Thornhill, G. (2001). The role of gender and family on dietary compliance in African-American adolescent hypertension prevention study. Annn Behav Med 23: 59–67.

108) Wittig, M. M. (2005). Development and validation of the Child Routines Questionnaire: Preschool (doctoral dissertation). Louisiana State University, Baton Rouge, Louisiana

109) Yabancı N., Kısaç İ., Şeren Karakuş S., (2013). The effects of mother's nutritional knowledge on attitudes and behaviors of children about nutrition. Procedia - Social and Behavioral Sciences 116 (2014) 4477 – 4481

110) Zarnowiecki, D., Sinn, N., Petkov, J., & Dollman, J. (2012). Parental nutrition knowledge and attitudes as predictors of 5-6-year-old children's healthy food knowledge. Public Health Nutrition, 15(7), 1284-90.

111) Zeman, S. (2013). Pedagoško obrazovanje roditelja kao odgovor na izazove suvremenog društva. Zagreb: Filozofski fakultet - Odsjek za pedagogiju

Прилог 1: Анкетен прашалник за родители

Почитувани родители,

Овој анкетен прашалник е анонимен и се пополнува по Ваша лична желба. Таа е дел од истражувањето во рамките на мојот магистерски труд со наслов „ Родителот како фактор за правилен психофизички развој на детето“, при што добиените резултати ќе се користат исклучиво за доказ на поставените хипотези во трудот.

Анкетниот прашалник е составен од тврдења на кои Вие треба да го заокружите одговорот кој е одраз на Вашето мислење. Притоа бирате една од можностите:

1 - воопшто не се согласувам

2 - не се согласувам

3 - ниту се согласувам, ниту не се согласувам

4 - се согласувам

5 - сосема се согласувам

Однапред Ви благодарам за соработката!

Со почит,

АНКЕТЕН ПРАШАЛНИК ЗА РОДИТЕЛИ

1. Пол
   - машки
   - женски
2. Возраст
   - 20-35
   - 36-50
   - 51-65
   - >65
3. Степен на образование
   - ССС
   - ВСС
   - магистер

- доктор на науки

4. Работа

- невработен
- вработен
- друго

5. Родителите имаат значајна улога во психофизичкиот раст и развој на детето.

1 2 3 4 5

6. Денешната улога на родителот бара многу време, одрекување, трпение и разбирање на детето.

1 2 3 4 5

7. Детето учи од однесувањето на родителите.

1 2 3 4 5

8. За да детето се развие во психофизички зрела и стабилна личност, тоа бара одреден степен на слобода и слободен збор.

1 2 3 4 5

9. Една од најважните карактеристики на родителското однесување е доследноста.

1 2 3 4 5

10. Доследен сум во мојот однос кон сопственото дете.

1 2 3 4 5

11. Имам време секојдневно да му посветам внимание на моето дете.

1 2 3 4 5

12. Имам доволно знаења во врска со правилната исхрана на детето.

1 2 3 4 5

13. Правилната исхрана е клучен фактор за раст и развој на секое дете.

1 2 3 4 5

14. Исхраната на децата влијае на секој аспект од растењето на децата: физички, емотивен, социјален и ментален.

1 2 3 4 5

15. На однесувањето во исхраната на децата влијаат многу фактори, како што се: родителите, училиштето, медиумите, економските, социјалните, културните, физиолошките потреби, фигурата на телото, личниот став, преферирањето на одредена храна, како и свеста за важноста на исхраната за здравјето.

1 2 3 4 5

16. Водам грижа за правилната исхрана на моето дете.

1 2 3 4 5

17. Се трудам колку можам повеќе да одбегнувам индустриски преработена храна.

1 2 3 4 5

18. За моето дете можам да кажам дека здраво се храни.

1 2 3 4 5

19. Знам за важноста на креирањето на рутини и структурирањето на денот на моето дете.

1 2 3 4 5

20. Рутините обезбедуваат удобност и чувство на сигурност кај децата.

1 2 3 4 5

21. Рутините се дел од секојдневието на моето дете (рутина за јадење, рутина за хигиена, рутина за спиење....)

1 2 3 4 5

22. Знам за важноста од контрола и надзор на детето во однос на користењето на дигиталната технологија.

1 2 3 4 5

23. Моето дете користи компјутер/мобилен телефон/таблет.

1 2 3 4 5

24. Се грижам за рамнотежата на офлајн и онлајн активностите на моето дете.

1 2 3 4 5

25. Имам заеднички активности со моето дете во кои користиме дигитална технологија.

1 2 3 4 5

26. Го контролирам користењето на дигиталните технологии од страна на моето дете.

1 2 3 4 5

27. Имам воспоставено правила за користење на дигиталната технологија од страна на моето дете.

1 2 3 4 5