

PORODIČNE ČARKE
I KAKO IH REŠITI
Priručnik za roditelje

Lori Berkenkamp i Dr Stiven C. Etkins

BIBLIOTEKA
Koristan priručnik

PORODIČNE ČARKE

i kako ih rešiti

Priručnik za roditelje

Leo commerce
Beograd, 2007

Naziv originala:
Family squabbles
and how to fix them
Lauri Berkenkamp and Steven C. Atkins, Psy. D.

Naziv knjige:
Porodične čarke i kako ih rešiti
Priručnik za roditelje
Lori Berkenkamp i Dr Stiven C. Etkins
Copyright © 2003 Nomad Press
Copyright © 2007 za Srbiju Leo commerce, Beograd
Sva prava zadržana.

Nijedan deo ove knjige se ne sme reprodukovati u bilo kom obliku bez pismene dozvole
izdavača, osim od strane kritičara koji može citirati kratke odlomke u svom pregledu.

Ilustracije na koricama radio Čarls Voglom, Big hed dizajns
Dizajn Dejvid Morin
Priredila Suzan Kejhan

Urednik:
Nenad Perišić

Prevod:
Branislava Čukurov

Lektor i korektor:
Slađana Perišić

Za izdavača:
Nenad i Slađana Perišić

Izdavač:
ID Leo commerce, Beograd

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

011/2272-077

011/2166-712

011/2166-714

063/507-334

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

Štampa:
Tuli, Vršac

Tiraž:
1000

ISBN 978-86-83909-62-X

Lisi i Džej, koji su me naučili svemu o rivalstvu
među braćom i sestrama.

– **L.B.**

Za Fri.

– **S.C.E.**

Izjave zahvalnosti

Hvala Stivenu Etkinsu, Čarliju Voglomu, Rejčel Beno, Suzan Hejl, Ani Tiprovic, Brusu Lejžuru i svima iz Nomad Press na predlozima, priloženom materijalu i dobrom raspoloženju tokom obrade knjige. Takođe hvala i Ričardu, Saši, Noi i Sajmonu, koji se prepiru iz sve snage.

– L.B.

Od srca “Hvala” svim porodicama koje su doprinele mom usavršavanju kao kliničkom psihologu. One nastavljaju da produbljuju moje razumevanje “plesa u sistemu” koji svi igramo.

Takođe želim da odam priznanje i Stejsi. Ponosan sam što je ona moja sestra i jedan od mojih najbližih prijatelja – uprkos “porodičnim čarkama” kroz koje smo prošli kad smo bili deca. Neka ostane zabeleženo moje dragovoljno priznanje da sam većinu čarki iz detinjstva započeo ja, njen stariji brat. Stejsi je uzoran roditelj, učitelj i brižan član zajednice. Svi bi trebalo da budemo bogatiji za jednu mlađu sestru kakva je moja.

– S.C.E.

SADRŽAJ

Poglavlje 1	15
--------------------	-----------

Vozim vas pravo kući!

Poglavlje 2	43
--------------------	-----------

Zvoc, zvoc, zvoc!

Poglavlje 3	73
--------------------	-----------

Zločin i kazna

Dodatak	101
----------------	------------

Ideje i predlozi za očuvanje mira u kući



“Jer ja tako kažem! Eto zato!”

Otvarate vrata vašeg kombija i otkrivате da se unutrašnjost kola pretvorila u Alibabinu pećinu na točkovima. Rančevi, papirići od čokolade, prazni tetrapaci od soka, papiri leže razbacani po celom kombiju, stoga odlazite natrag u kuću i kažete deci da to počiste. Pre nego što ste uspeali da izgovorite rečenicu “Počistite kola” vaša deca počinju da se raspravljaju.

“Zašto ja to moram da radim?” “Ja nikad ne ostavljam nered u kolima.” “Kola nisu toliko prljava – samo preskoči preko stvari.” “U kolima je suviše vruće! Pripašće mi muka.” “Ne umem da čistim. Ja sam suviše mali/mala.”

Ni jedan advokat na svetu ne bi mogao da izađe na kraj sa vašom decom kad ona počnu da objašnjavaju zbog čega ne bi trebalo da urade ono što im vi kažete. Tako da vam preostaje da ili posao obavite sami, jer iziskuje manje vremena nego prepirka sa vašim malim Filama Filotama, ili da pribegnete vašoj omiljenoj rečenici: “Zašto morate to da uradite? Jer ja tako kažem!”

Zvuči vam poznato? Ne brinite – pomoć stiže. **“Jer ja tako kažem!”** **Porodične čarke i kako ih rešiti** govori o uobičajenim stvarima oko kojih možete doći u sukob s decom – o svim svađama i iritirajućem ponašanju koje dovode roditelje do ludila – nudeći brze i praktične savete o tome kako da se postavite u takvim situacijama.

Svakodnevne čarke, od prepirki oko domaćeg do kasnog dolaženja kući i tužakanja, detaljno su opisani zajedno sa rešenjima, korisnim savetima i zanimljivostima za koje niste ni sanjali da će vam zatrebati – sve dok niste postali roditelj.



Kako da koristite knjigu

Ova knjiga je zamišljena kao priručnik, opisane čarke su se odigrale u stvarnosti i sigurno će se ponovo odigrati. Ponuđena rešenja su zasnovana na praktičnim savetima i zdravom razumu, uz priznanje da iako vas porodične čarke sasvim sigurno izluđuju, one vas takođe mogu i nasmejati.

Knjiga je podeljena u odeljke prema vrsti porodičnih čarki. Pitate se kako da ne pribegnete pretnjama kad su vaša deca neposlušna? Pogledajte Poglavlje 1: **Vozim vas pravo kući!** – i naćićete rešenja za prepirke, tužakanje i ostale uobičajene porodične incidente. Poglavlje 2: **Zvoc, zvoc, zvoc** – nudi savete i predloge koji će vam pomoći

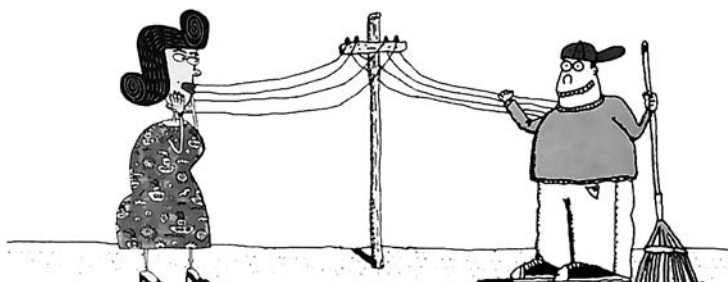
da vaša porodica postupa kao dobro uigran tim, a poglavlje 3: **Zločin i kazna** – govori o slučajevima kada se život, sloboda i težnja ka sreći ogreše o porodični zakon. Poslednje poglavlje: **Ideje i predlozi za očuvanje mira u kući** – je dodatak koji nudi savete i pomoć za održavanje reda u kući, zajedno sa spiskom kućnih poslova prema dečijem uzrastu i primerima nekih pravila.

Kako preživeti porodične čarke

Bez obzira da li ste suočeni sa buntovnički nastrojenim predtinejdžerom, rešavate sukob sa adolescentom čiji hormoni rade punom parom ili pokušavate da izađete na kraj sa “Ne, ne, ne!” – mogućim detetom koje tek što je prohodalo, imajte na umu sledeće veštine preživljavanja koje će vam pomoći da prebrodite iskušeničke godine roditeljstva.

Znajte kad da kažete dosta. Ponekad je za decu najteže da se povuku iz sukoba, zato im pomozite tako što ćete vi to prvi učiniti.

Uvek budite spremni za razgovor. Možda vas deca izluđuju zato što ih muči nešto o čemu nisu spremni da razgovaraju – ili možda čak ni ne znaju da ih nešto muči. Pažljivo slušajte ono što vam govore i pustite ih da završe započeto, pre nego što zanemarite ili pokušate da rešite njihov problem. Ponekad im je samo potreban neko ko je spreman da ih s pažnjom sasluša.



Odljutite se. Teško je odljutiti se nakon što su vaša deca provela čitavo popodne prepirući se međusobno, ali je važno da se odljutite kada svađe prestanu. Deca imaju izvanrednu sposobnost da se u jednom trenutku bore kao lavovi, da bi već u sledećem srećno započela novu aktivnost. Ugledajte se na njih i prebacite se na bolje, srećnije mesto. To vam dođe nešto kao “Nirvana“ za mame ili tate.

Budite uzor lepom ponašanju. Ako želite da vam deca pomažu u kući, ophode se s poštovanjem jedni prema drugima i da sve u svemu budu dobri, korisni članovi vašeg društva, pokažite im kako to da učine. Vi ste najvažniji uzor vašoj deci, zato im na svom primeru pokažite kakva biste želeli da ona budu.

Zadržite smisao za humor. Naravno, SADA vam nije nimalo smešno što se vaša deca tužakaju do besvesti, ili što vaš sin očekuje da mu platite što je sredio sobu, ali zapamtite da stvari koje vas sada izluđuju kroz nekoliko godina mogu postati sjajne porodične anegdote.

Zapamtite, takođe, da iako je svaki dan koji provedete u ulozi roditelja mogućnost više da kažete “Jer ja tako kažem!”, možete naučiti kako da se najbolje postavite kad u kući “lete varnice”, što će vam pomoći da uživate u roditeljstvu umesto da ga preživljavate.

Poglavlje 1

Vozim vas pravo kući!



Primeri prepiranja, tužakanja, mrzovolje i
uobičajeni porodični incidenti