

Foster Cline, dr. med., in Jim Fay

Vzgoja



z logiko

in

ljubeznijo



Kako otroke vzgojiti k odgovornosti

Vzgoja z logiko
in ljubeznijo

Vzgoja z logiko in ljubeznijo

Kako otroke vzgojiti k odgovornosti

Foster Cline, dr. med., in Jim Fay



Ljubljana 2020

Foster Cline, dr. med., in Jim Fay

VZGOJA Z LOGIKO IN LJUBEZNIJO

Kako otroke vzgojiti k odgovornosti

Naslov izvirnika:

PARENTING WITH LOVE AND LOGIC

Teaching Children Responsibility

© izvirnika: 1990, 2006 by Foster Cline, MD and Jim Fay

© za slovensko izdajo: Družina, 2020.

Z dovoljenjem NavPress. Vse pravice pridržane.

NavPress zastopa Tyndale House Publishers, Inc.

Prva izdaja

Prevod: Ana Pavec

Jezikovni pregled: Tina Benedičič

Oblikovanje naslovnice: Pavla Bonča

Grafična priprava: Stanislav Oražem

Izdala in založila: Družina d. o. o.

Za založbo: Tone Rode

Tiskano v Sloveniji

Naklada: 1000 izvodov

Ljubljana 2020



Vse informacije o knjigah založbe Družina najdete na spletni strani: www.druzina.si

CIP - Kataložni zapis o publikaciji
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

37.018.1

CLINE, Foster

Vzgoja z logiko in ljubeznijo : kako otroke vzgojiti k odgovornosti / Foster Cline in Jim Fay ; [prevod Ana Pavec]. - Ljubljana : Družina, 2020

Prevod dela: Parenting with love and logic

ISBN 978-961-04-0634-1

1. Fay, Jim

COBISS.SI-ID 303748352

*Vsem staršem in otrokom (tudi najinim!),
ki so bili najini učitelji,
ter moji ženi Hermie, ki me je podpirala.*

Foster

*Moji ženi Shirley,
katere ljubezen, podpora in modrost
so bile vedno vir motivacije in moči.*

Jim

Vsebina

Predgovor k drugi izdaji	11
Uvod	13
1. del: Logični in ljubeči starši	
1. Starševstvo: veselje ali nočna mora?	19
Ali ni to zabavno? 21	
Vrnimo radost v starševstvo 22	
2. Misija mogoče: vzgajati odgovorne otroke	23
Neuspešni starševski slogi 25	
Uspešen ljubeč in logičen starševski slog 29	
Paradoks uspeha in poraza 30	
Učenje po ugodni ceni 33	
Ščititi ne pomeni ljubiti 35	
Odgovornosti ne moremo poučevati 37	
3. Odgovorni otroci se dobro počutijo v svoji koži	39
Sem, kar mislim, da ti misliš, da sem 40	
Samopodoba kot miza s tremi nogami 42	
Razlika med pohvalo in spodbudo 49	
Dobra samopodoba prihaja iz dosežkov 51	
Če smo srečni mi, so tudi oni 54	
4. Otrokove napake so njegova priložnost	57
Mami, prosim, to bi raje naredil sam. 58	
Ti imaš svoje težave, jaz pa svoje 60	
Dve pravili logike in ljubezni 63	
Težava, težava, kdo jo ima? 68	
5. Postavljanje meja z besedami za razmislek	73
Zgraditi zidove, ki se ne zrušijo 75	
Kako se pogovarjati z otrokom 77	
Začarani krog groženj 79	
Raje naj razmišljajo, kot se borijo 83	
Mislite tisto, kar rečete, in recite tisto, kar mislite 86	
6. Prevzemanje nadzora z izbiro	89
Starševstvo postaja vse bolj in bolj čudno 90	

Prava mera nadzora	91
Voditi vojno z izbirami	94
Neprimerno vedenje v restavraciji s hitro hrano	
Praktični primer zmage pri prevzemanju nadzora	100
Skrbno izberite možnosti	107

7. Recept za uspeh: empatija s posledicami **109**

Boleče navznoter	111
Naravne posledice	113
Uveljavljanje posledic	115
Ni treba, da so posledice takojšnje	116
Vživljanje je tisto, kar šteje	119

8. Luči, kamera, starševstvo! **123**

Vaja, vaja, vaja	123
Kaj metoda logike in ljubezni ni	125
Nikoli ni prepozno začeti	131

2. del: Orodja za logično in ljubeče starševstvo

Kako uporabljati zrna logike in ljubezni? **135**

1. Žepnina/denar	136
2. Jeza: kadar je primerno	139
3. Čas za spanje	141
4. Ukazovalnost	144
5. Ustrahovanje	147
6. Avtomobilske vojne: boji na zadnjih sedežih	149
7. Domača opravila	153
8. Ko otroci nočejo v cerkev	156
9. Ustvarjalnost	158
10. Krizne razmere	162
11. ABC discipline	165
12. Discipliniranje v javnosti	169
13. Ločitev in obiski	172
14. Vedenje pri mizi	181
15. Pretiran občutek upravičenosti	184
16. Strahovi in pošasti	189
17. Prepiranje	191
18. Prijatelji	194
19. Pripravljanje za odhod	196
20. Obdarovanje	200
21. Ocene, premajhen trud in spričevala	203

22. Stari starši	209
23. Domača naloga	212
24. Dolgčas	214
25. Internet	216
26. Laž in neiskrenost	221
27. Grdi pogledi in negativna telesna govorica	224
28. Duda	227
29. Pritisk vrstnikov	229
30. Skrb za hišne ljubljence	232
31. Pospravljanje svojih stvari	234
32. Strokovna pomoč: kdaj jo poiskati	237
33. Soba – kako jo ohraniti čisto in pospravljeno	239
34. Ko otroka pošljemo v sobo	242
35. Nesramnost in nespoštovanje	245
36. Telesno kaznovanje	247
37. Šport	249
38. Kraja	253
39. Preklinjanje in grde besede	255
40. Učitelji in šolske težave	257
41. Umivanje zob	259
42. Prekinjanje telefonskih pogovorov	261
43. Gledanje televizije	264
44. Izbruhi trme	267
45. Navajanje na kahlico	269
46. Prenašanje vrednot na otroke	272
47. Video in računalniške igrice	275
48. Stokanje in pritoževanje	281

Dodatek A: Trije tipi staršev	283
Dodatek B: Naj se vaše besede spremenijo v zlato	285
Opombe	288
Stvarno kazalo	289
O avtorjih	299

Predgovor k drugi izdaji

Zelo sva hvaležna za odziv, ki ga je svet namenil knjigama *Vzgoja z logiko in ljubeznijo* ter *Parenting Teens with Love and Logic*. Odkar sta bili knjigi leta 1990 in 1992 prvič izdani, sta doživeli šestindvajset oziroma sedemnajst ponatisov ter bili prevedeni v osem jezikov. Starši na vseh šestih celinah z izjemo Antarktike so uspešno posvojili koncepte logike in ljubezni. V letih od prve izdaje sva veselo zbirala uspešne zgodbe staršev, ki so navdušeno in ponosno poročali, kako vzgajajo otroke z izbirami, posledicami in vživljanjem, kot jih učiva v tej knjigi.

Medtem ko prodaja knjig še vedno narašča, je očitno, da se je svet močno spremenil, odkar sta knjigi nastali. V tistem času ni bilo instant sporočil, klepeta s tujci v spletnih klepetalnicah, nobenih računalniških igrlic. Malčki niso imeli plastičnih igračk, ki bi izmenoma izgovarjale abecedo, poimenovala barve ali jih učile črkovati. Vendar ne glede na generacijo dobro starševstvo še vedno pomeni ljubeč in uspešen odnos med starši in otroki ter sporazumevanje, ki spodbuja spoštovanje in samoobvladovanje.

Najin cilj se v drugi izdaji knjige ni spremenil, dodala pa sva informacije o tem, kako se lahko starši lotijo novih izzivov, s katerimi se soočajo njihovi otroci. Dodane informacije vključujejo primere uspešne komunikacije med starši in otroki iz resničnega življenja. Zahvaljujemo se staršem, da so delili z nama principe, ki so jim pomagali vzgajati otroke, ki so zdaj opremljeni za sprejemanje dobrih odločitev in ki so ljubeči, odgovorni ter je zabavno biti v njihovi družbi. Zahvaljujemo se tudi tistim, ki so nama dali ideje in predloge, od katerih sva jih nekaj vključila v to novo izdajo.

Foster Cline in Jim Fay,
marec 2006

Uvod

Dolga stoletja so se novopečeni starši učili fines vzgoje otrok z zgledom: prevzeli so tehnike, ki so jih njihovi starši uporabljali pri njih, ter jih prenesli na svoje otroke. Danes ta pristop bolj izumira kot cveti.

Mnogi smo, ko smo se v starševstvu srečali z neuspehom, vrgli roke v zrak v stiski in rekli: »Ne razumem. Pri mojem očetu je vedno delovalo!« Res je delovalo. Vendar so se stvari spremenile. Revolucija človekovih pravic, eksplozija komunikacijskih sredstev, internet, mobilni telefoni, spremembe v strukturi družine – ti in mnogi drugi dejavniki so radikalno spremenili otrokov pogled na življenje.

Otroci so prisiljeni hitreje odrasti, zato se morajo prej naučiti soočati se z velikimi izzivi in pritiski sodobnega življenja. Učinek naraščajočega števila ločitev, enostarševskih družin, mešanih družin in drugih sprememb v družinah je dramatičen. Starši se morajo naučiti drugačnih tehnik z otroki, ki živijo v današnjem kompleksnem, hitro spreminjajočem se svetu.

Pri tem bi vam knjiga *Vzgoja z logiko in ljubeznijo* rada pomagala. Zakaj izraza logika in ljubezen? Uspešno starševstvo se osredotoča na ljubezen: ljubezen, ki ni permisivna, ljubezen, ki ne prenaša nespoštovanja, a tudi ljubezen, ki je dovolj močna, da otroci ob njej lahko delajo napake ter doživljajo njihove posledice. Večina napak ima logične posledice. In te otroke učijo lekcij, ki preobražajo mišljenje, kadar jih pospremimo z vživljanjem – z našim sočutnim razumevanjem otrokovega razočaranja, frustracij, bolečine.

Ta knjiga je razdeljena na dva dela. V prvem bova razložila najin koncept starševstva na splošno, osredotočila pa se bova na

gradnjo otrokove samopodobe, na ločevanje težav, na odpravljanje jeze in prepirov, uporabo besed za razmislek in uresničljivih trditev, ponujanje izbir ter izražanje sočutja ob tem, ko se otroci spoprijemajo s posledicami svojih napak. To so gradniki uspešnega starševstva. Prvi del vsebuje tudi dodatne poslastice – »logične in ljubeče nasvete«, ki osmišljajo mnoga načela logike in ljubezni.

V drugem delu se lotimo prakse. Oseminštirideset zrn logike in ljubezni ponuja vsakdanje strategije za obvladovanje težav, s katerimi se srečuje večina staršev v prvih dvanajstih letih otrokovega življenja. Ta zrna so nadgradnja splošnih pojmov, ki jih razvijava v prvem delu knjige, in jih uporabljajte šele, ko preberete in razumete prvi del knjige.

Ljubeče in logično starševstvo ni sistem brez lukenj, ki bi vedno deloval. Tega ne more zagotoviti noben sistem. Vendar bo ta sistem zelo verjetno deloval v večini primerov. Čeprav ni obsežen, je celovit. To pomeni, da lahko s teh strani razberete, kako se najbolje lotiti katere koli zadeve, čeprav nisva napisala debele knjige z vsemi podrobnostmi odnosa med starši in otroki. Starši boste lahko uspešni pri uporabi metode ljubezni in logike. Ko enkrat osvojite ta pristop, boste večino težav obvladovali z levo roko, čeprav morda kakšna ni opisana. Pri najinem pristopu gre bolj za odnos, pri katerem dovolimo otrokom, da z leti rastejo k odgovornosti. Naučili jih boste razmišljati, odločati in živeti z njihovimi odločitvami. Stratka, naučili jih boste odgovornosti in za to pri starševstvu gre. Če lahko otroke naučimo odgovornosti, smo opravili velik del svoje starševske naloge.

Sveto pismo daje vpogled v mnoge starševske zagate. Kar učiva v tej knjigi, je čudovito povzeto v znanem pregovoru Stare zaveze:

*Vzgajaj otroka primerno njegovi poti,
tudi ko se postara, ne bo krenil z nje.*

Prg 22,6

Ali lahko starši damo otrokom večje darilo, kot je priložnost za radostno, produktivno in odgovorno odraslo življenje?

Verjameva, da vam bodo načela v knjigi *Vzgoja z logiko in ljubeznijo* pomagala doseči ta izid.

1. del

Logični in ljubeči starši

1. poglavje

Starševstvo: veselje ali nočna mora?

*Moder sin uboga očeta,
posmehljivec pa ne posluša svarila.*

Prg 13,1

Mati in oče v dežju stojita pred restavracijo in prosita svojo triletnico Chloe, naj se spravi v avto, da bodo lahko odšli domov. Chloe noče iti. Starši jo naslednjih petnajst minut rotijo in prosijo, da bi to storila sama. Na neki točki gre očka na kolena v lužo in jo poskuša prepričati, da gre v avto. Končno se vda, vendar šele ko ji starši obljubijo, da ji bodo kupili sok na poti domov. Če jo morajo podkupiti s sokom pri treh letih, kaj jih čaka pri njenih šestnajstih?



Jim sedi na letališču in med čakanjem na let gleda mamo, ki v eni uri svojemu triletnemu sinu da vsaj osemdeset različnih zahtev, ne da bi eno samo zares uresničila:

- »Pridi nazaj sem, Logan!«
- »Ne hodi tja, Logan!«
- »Bolje, da me poslušáš, Logan, če ne ...!«
- »Resno mislim, Logan!«
- »Ne teci, Logan!«
- »Vrni se sem, da se ne boš poškodoval, Logan!«

Logan na koncu najde pot do Jimovega sedeža. Malček se mu nasmehne in ignorira svojo mamo. Mati zakliče: »Logan, pojdi stran od tega možaka! Ta trenutek pridi sem!«

Jim se nasmehne Loganu in ga vpraša: »Hej, Logan, kaj bo naredila mama, če ne boš šel k njej?« Pogleda ga in se mu zareži: »Nič ne bo naredila.« Oči se mu zasvetijo in njegov nasmeh se še razširi. Izkaže se, da ima prav. Mama pride in se opraviči. »Žal mi je, da vas moti, saj veste, kakšni so triletniki. Ne bodo ubogali ničesar, kar jim rečete.«



V soboto v lokalni veleblagovnici dva fantka, stara pet in sedem let, razglasita vojno. Kot dve gverili na misiji se pomikata od prehoda do prehoda, se skrivata za policami in s svojimi supergami škripata po tleh. Nato se nenadoma zališi tresk – rezultat igre z nakupovalnim vozičkom –, ki zmoti sicer mirno glasbo, ki igra v ozadju.

Mati, ki je izgubila nadzor nad komandosoma, pusti svoj na pol prazni voziček. Ko zavije okrog vogala, njeni kriki obračajo glave drugih nakupovalcev: »Ne izgubita se!« »Ne dotikajta se tega!« »Vidva, pridita sem!« Steče za fantoma in ko ju ravno skoraj zgrabi za prepotena ovratnika, se lotita taktike B: »ločenega napada«, sodobne verzije »razdeli se in napadi«. Zdaj mora teči v dve smeri naenkrat, da lahko vpije nanju. Sopihač od napora ujame mlajšega, ki je ravnokar obstreljeval oddelek s kosmiči in puščal za seboj sled iz škatel. A ko se vrne z njim do vozička, starejšega sina ni. Najde ga pri sadju in zelenjavi, ko kotali jagode grozdja po tleh kot frnikole.

Potem ko zajame drugega fanta in ga privede nazaj, ugotovi, kot lahko uganete, da je izginil prvi fant. Mama še enkrat steče stran od vozička. Končno se fanta potem, ko jima zagrozi z umorom in zaplenitvijo igralnega sistema Nintendo, zbereta pri vozičku.

A bitka še ni končana. Sledi taktika C: igra »napolni voziček, ko mami ne gleda«. Kmalu so v voziček naloženi kupi bombonov M&M, piškotov Oreo, vaniljevih vafjev in jumbo paketov Snickersa. Mama teka sem in tja, da jih vrne na police. Sledi fan-

tovsko spakovanje in nova ploha maminih groženj: »Ne delajta tega!« »Udarila te bom po roki!« In obupan vzklik: »Do konca življenja ne bosta šla iz hiše!«

Izčrpana, vznemirjena in zlomljena se mama končno vda in fantoma, ki ju je rodila, kupi sladkarijo – premirje, s katerim si zagotovi dovolj miru, da zaključí opravke.

Ali ni to zabavno?

Oh, da, starševstvo – veselje in zadoščenje. Ko postanemo starši, nam optimizem uhaja iz vseh por. Med nočnim hranjenjem in previjanjem se zavedamo, da polagamo temelje vseživljenjskemu odnosu, ki nas bo blagoslavljal, ko nam bodo osiveli ali izpadli lasje. Veselimo se časov nežnosti in ljubezni, deljenega veselja in razočaranj, objemov in spodbud, besed tolažbe ter poduhovljenih pogovorov.

A radosti starševstva so bile zadnje, kar je prišlo na misel staršem v zgornjih zgodbah.

Skozi njihovo življenje ni poletel noben sveže zlošččen kerub, ki bi poplesoval na vsaki sladki besedi, ki pride iz maminih ali očkovih ust. Kje je tisti izpolnjujoč, ljubeč in osebni odnos med starši in otrokom? Vzvišene radosti starševstva je izrinila bolj nujna skrb: preživetje.

To je starševstvo, nočna mora.

Scene, opisane zgoraj, se dogajajo najboljšim od nas. Kadar se zgodijo, hočemo vreči roke v zrak in zavpiti: »Otroci! Ali so vredni tega trpljenja?« Včasih se zdijo otroci večja težava kot hiša z enim samim tušem. Kadar pomislimo na veliko ljubezen, ki jo zlivamo v življenja naših otrok, nato pa na živahno, neubogljivo in nevhvaležno vedenje, ki ga dobimo v zameno, nas lahko mine veselje do dolge poti.

Poleg tega da nam otroci zapletajo življenje z vsakdanjimi težavami, nas hkrati postavljajo pred verjetno največji izziv odrasle dobe: vzgojo otrok v odgovorne odrasle.