

*Mali koraci
za
nove roditelje*

Komentari knjige "Mali koraci za nove roditelje":

Kakva krasna knjiga! Ideja da se roditeljima daju kratke i korisne informacije na tjednoj osnovi jednostavno je izvanredna. I svidio mi se grafički dizajn - osobito sve one slike beba i roditelja.

Wade F. Horn, Ph.D., predsjednik udruge National Fatherhood Initiative

Kao baka šestero unučadi otkrila sam da je ova knjiga uvelike pomogla svakoj od moje četiri kćeri u prvim susretima s novorođenčadi. Izlaganje je jednostavno i grafički izvrsno uređeno, pa ne morate dugo prelistavati knjigu u potrazi za informacijama. I vođenje dnevnika je bilo zabavno.

Barbara Eldridge, predsjednica, Mindmasters

Jednostavnost, kvaliteta informacija i prilika za aktivno uživanje u novostvorenoj obitelji od samoga početka čini dnevnik štivom što će se čitati i brižno čuvati cijeli život.

Carol Kuna, mr. sc. specijalist za rani dječji razvoj

Što je više spoznaja o važnosti razvoja mozga i stimulacije dojenčeta, roditelji su otvoreniji za prijedloge o tome kako svojem dojenčetu pružati odgovarajuće poticajno okruženje. "Mali koraci za nove roditelje" dobar je izvor.

Stručnjak za edukaciju roditelja, Florida

Što o knjizi kažu mlade majke:

Volim pisati o svojoj bebi. To je cijela jedna godina prekrasnih uspomena.

Ova mi knjiga pomaže bolje razumjeti bebu te predlaže razne aktivnosti za zajedničko druženje.

Ova me knjiga ohrabruje da kao majka dajem sve od sebe. Govori mi i što bih sve mogla činiti za sebe i svoju bebu, a da se pritom osjećam sigurno.

Ova knjiga objašnjava koliko bebe trebaju ljubav i pažnju, te mi doista pomaže da naučim komunicirati sa svojom bebom.

Saznala sam koliko je važno pružiti bebi udobnost, ljubav, zaštitu i sigurnost. Kada moje dijete odraste, pokazat ću mu ovu knjigu.

***Mali koraci
za
nove roditelje***

Od rođenja do prve godine

Tjedni vodič za razvoj
bebine inteligencije

Sandy Briggs



Naslov izvornika:

“LITTLE STEPS FOR NEW PARENTS: A Weekly Guide for Developing Your Baby’s Intelligence”

Copyright © 2003 by Sandy Briggs

Copyright © za hrvatsko izdanje: Ostvarenje d. o. o.

Published by the arrangement with Personhood Press.

Stručne savjetnice: mr. sc. Carol Kuna Lapetito, rano specijalno obrazovanje
dr. sc. Nancy B. Carlson, logoped
Susan Banuelos Smith, nutricionist

Prijevod: Ilona Posokhova

Urednica izdanja: Ilona Posokhova

Dizajn omota: Ilona Posokhova

Obrada i prijelom: Ostvarenje d. o. o.

I. izdanje: ožujak, 2009.

Nakladnik:

OSTVARENJE d. o. o.

Pušćine 21, 10417 Buševac

tel/fax: 01 62-55-314, 62-55-751

<http://razvojdjece.crolink.net>

<http://prirodniporod.crolink.net>

ostvarenje@hi.htnet.hr

CIP zapis dostupan u računalnom katalogu Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu pod brojem 692866

Učinili smo sve u svojoj moći da bi se u ovoj knjizi predstavile prihvaćene i najtočnije prakse. Međutim, svako dojenče ima drukčije potrebe i ove informacije možda neće odgovarati svakom pojedinom slučaju. Molimo vas da prije odlučivanja o poduzimanju ili nepoduzimanju bilo koje preporuke iz ove knjige razgovarate s pedijatrom, patronažnom sestrom ili drugim za to kvalificiranim zdravstvenim djelatnicima, te vam savjetujemo da uvijek slijedite njihove upute. Sandy Briggs nije zdravstveni stručnjak niti nudi ikakvu vrstu medicinskih savjeta. Ne preuzima odgovornost za bilo kakvu posljedicu koja se izravno ili neizravno odnosi na bilo koju vrstu informacije, preporuke, tretmana, postupka, radnje ili primjene lijeka od strane bilo koje osobe koja koristi ovu knjigu.

ISBN 978-953-6827-90-9

Sadržaj

Uvod	9
Posebna poruka	11
Kako koristiti ovu knjigu	12
Početak - beba je stigla kući	14
Tjedni od 1. do 52.	16
Stvaranje okruženja pogodnog za učenje u nadolazećim godinama	120
Svatko katkad treba malu pomoć!	123
Fotografije, uspomene i komentari	124
O autorici	126



Vi ste bebin prvi i najvažniji učitelj. I, da, kvalificirani ste za taj izuzetno važan posao. Ne postoji savršen roditelj - naprosto morate dati sve od sebe. Kako bi se zdravo razvijala, bebu trebate voljeti, razgovarati s njom, čuvati je u naručju i omogućiti joj da istražuje okolinu. Vaš će najveći izazov vjerojatno biti manjak vremena. Neka vrijeme koje provodite s bebom postane vaš prioritet.

Uvod

Znanstvenici sada znaju da su prve godine života presudne za zdrav razvoj mozga. Okruženje koje stvarate, osobito u prve tri godine, snažno utječe na taj razvoj i na budućnost vaše bebe.

Zbog toga je knjiga "Mali koraci za nove roditelje" ponešto drukčija od onih knjiga o dječjem razvoju koje ste možda dosad čitali. Najviše se bavi razvojem djetetova mozga.

Mnoge jednostavne i ugodne aktivnosti opisane u ovoj knjizi pomagat će razvoju vaše bebe u prvim godinama djetinjstva. Dajemo vam i informacije koje pomažu bolje razumjeti njezin razvoj. To će vam razumijevanje biti vodič u godinama koje dolaze.

Zanimljivo okruženje ispunjeno ljubavlju pozitivno će utjecati na bebinu budućnost. Zanemarivanje i izlaganje stalnoj ljutnji ili stresu negativno utječe na dijete. Temelj bebine budućnosti većim se dijelom polaže u prve tri godine njezina života. Te će tri godine u velikoj mjeri odrediti kako će vaše dijete:

- učiti,
- rješavati probleme,
- kontrolirati emocije,
- slagati se s drugima i
- oblikovati svoje stavove o životu.

Srećom, bebe su vrlo motivirane za učenje. Znatiželjne su i žele sve dodirivati. Traže prilike za razvoj svojih vještina (i mozga). Ponavljat će i izgrađivati vještinu sve dok ne budu spremne za sljedeći korak.

Evo dobre vijesti - što ovo razdoblje za sebe i svoju bebu učinite ugodnijim, veće su šanse da ona postane samouvjerena i kompetentna odrasla osoba.

Igranje je jedan od najboljih načina poticanja dječjeg razvoja. Jednostavna igra poput pokušavanja da zgrabi i drži zvečku za bebu je važna moždana aktivnost. Čak je i dodirivanje vašeg lica iskustvo učenja.

Spoznaja da ste tu uvijek kad vas zatreba jedna je od najvažnijih za bebu. Ona brzo uči da je u svojim istraživanjima i učenju sigurna kada ste vi u blizini i da vas uvijek može dozvati. To joj pomaže razviti samopouzdanje.

Nema razloga praviti pritisak na bebu i tjerati je da uči nešto za što nije spremna i što ne želi - barem ne u toj dobi. Svi učimo najbolje kada nam je zabavno, zanimljivo i kada uživamo u sebi. Vaš je izazov nuditi zanimljive aktivnosti, a ipak pritom ne praviti pritisak na bebu u smislu ubrzavanja njenog prirodnog razvojnog ritma. Ne brinite - činit ćete baš onako kako treba. Beba će vam davati znakove. Otkrit ćete ubrzo da postajete kreativni i strpljivi.

Vaša je beba individua s posebnim talentima i osobnošću. Cijenite to i pomažite joj da se razvije u jedinstvenu osobu. Za to nisu potrebne skupe igračke. Potrebni su ljubav, vrijeme, strpljenje i mnogo zagrljaja.

**CIJELI ŽIVOT NE PRESTAJEMO UČITI,
ALI ČINI SE DA SU PRVE GODINE
TEMELJ SVEGA.**