



HRVATSKA, IZDVOJENO, TEMA DANA

BLANKA VLAŠIĆ EKSKLUZIVNO GOVORI ZA TELESKOP: Roditelji ne bi trebali na svoju djecu prenositi vlastite traume i strahove

OBJAVLJENO PRIJE 22 SATA PIŠE IVA PERDEC



1



Blanka Vlašić ikona je svjetske atletike i jedna od najboljih hrvatskih sportašica svih vremena. Cijelo desetljeće dominirala je u skoku u vis, bila je proglašena najboljom sportašicom svijeta, osvajala je svjetske i europske naslove, dvije olimpijske medalje... Danas u svom Splitu uživa u čarima majčinstva s uskoro dvogodišnjim sinom Mondom. I kao što se svojedobno posvetila sportu, kad je neumorno pobjeđivala i osvajala odličja, Blanka su u novoj ulozi daje „milijun posto“.

Tako se zainteresirala za rad dr. Ranka Rajovića s kojim smo nedavno razgovarali za Teleskop.

Kako ste se upoznali s NTC metodom dr. Ranka Rajovića i što vas je posebno privuklo toj metodi u odgoju djeteta? Zašto je ta metoda važna?

„Kad sam postala mama počela sam se interesirati za sve teme vezane za odgoj djece. Tako sam naišla i na dr. Rajovića, poslušala njegova predavanja na YouTubeu, sve mi je to imalo smisla jer sam na sličan način ja odrastala sa svojim tatom. Bilo mi je korisno toga se prisjetiti, posebice poslušati znanstveno objašnjenje kako kretanje utječe na razvoj mozga. Kasnije smo igrom slučaja razvili suradnju kroz kampove. Cijeli ta priča oko Ranka je meni na privatnoj razini bila jako korisna. NTC princip promovira učenje kroz igru, promiče značaj kretanja kod djece jer se današnje generacije sve slabije kreću. To je bila laka odluka kad me pitate zašto je NTC važan za djecu jer omogućuje njihov cjelokupni psihofizički razvoj. Olakšava im učenje, kroz kretanje i brine o njihovom zdravlju. Imamo cjelokupni paket, to nije samo metoda nego bi trebao biti način života djeteta odnosno odgojna metoda svakog roditelja.“



Blanka Vlašić na Olimpijskim igrama u Brazilu

Kako je vaša sportska karijera utjecala na vaše roditeljstvo? Kako iskustva iz profesionalnog sportskog života utječu na način na koji pristupate izazovima u odgoju?

„Karijera kao karijera nije puno utjecala na roditeljstvo, već samo iskustvo sporta, odnosno sportski ‘mindset’ koji sam izgradila. Puno mi je pomogao u izazovima trudnoće pa i poroda... To su izazovna razdoblja, čak i kad je sve u savršenom redu. Treba znati ostati miran, znati ukrotiti svoje strahove, koncentrirati se na cilj, ostati pozitivan jer su i misli hrana za mozak. Pomoglo mi je i pomaže trenutno. Roditeljstvo je jedan proces gdje svaki dan učiš ponajviše o samom sebi, ali i upoznaješ svaki dan svoje dijete. To je kontinuirani proces, kao i u sportu, nema rješenja u jednom danu, svaki dan treba ulagati, dati koliko se može. Nadam se da će moje dijete izrasti u samostalnu, samosvjesnu, autentičnu osobu, koja zna što želi, voli ono što radi, uživa u životu.“

Koji su po vama danas najveći izazovi roditeljstva?

„Da spriječim, odnosno u što manjoj mjeri na svoje dijete prenesem neke svoje vlastite traume, uvjetovanosti, strahove... Svaki roditelj, koji je imalo radio na sebi, svjestan je da je roditeljstvo ono što će najviše triggerirati sve tvoje slabe točke. Zato je to važno osvještavati, nikad ne prestati raditi na sebi i istovremeno pokušavati odgajati djecu. Nastojim svom djetetu omogućiti što slobodniji razvoj. Nikad ne možemo savršeno sve obaviti, uvijek će neke stvari ‘skliznuti’. Svaki roditelj mora osvijestiti koliko puno može utjecati na dijete, negativno i pozitivno. Svi imamo neku svoju prtljagu, imamo ožiljke i probleme kroz koje smo prolazili i jako je važno da to ne pokušamo prenijeti na svoju djecu jer ona će stvarati neka svoja iskustva, nove odnose koji ne bi trebali biti obojeni našim iskustvima u odnosima. Trebali bismo djeci pomoći stvoriti što zdraviju bazu za sve to što ih čeka.“

Kako je majčinstvo utjecalo na vašu percepciju djece u sportu?

„Otkad sam postala mama, zanima me sve oko djece. Kad sudjelujem u projektu koji je vezan za djecu, svako to dijete je na neki način moje dijete, sve gledam kroz prizmu Monda, imam više suosjećanja i empatije za poteškoće kroz koje prolaze današnje generacije i promišljam kako mogu pomoći svojim iskustvom i utjecajem, ukoliko on postoji, da stvari budu bar malo bolje. Osjećam to kao svoj poziv, puno više nego prije kad sam bila fokusirana na

sebe i neke svoje ciljeve, što je sasvim normalno. Kad čovjek postane roditelj, fokus se prebacuje na dijete, počinješ izlaziti iz svojih okvira i promatrati svijet na drugačiji način. To što sudjelujem u dječjim projektima, što pokušavam promovirati značaj sportske aktivnosti od najranije dobi, pod stručnim vodstvom za djecu, baš se lijepo uklopilo u ono što sam bila u sportu i ono što sad jesam u životu.“



S kolegicom Ivanom Brkljačić, također bivšom atletičarkom, a danas uspješnom poslovnom ženom, pokrenuli ste platformu MVPiz, za promociju sporta kod djece. U kojoj mjeri platforma MVPiz može utjecati na privlačenje djece u sport, a samim time i na borbu protiv pretilosti i ostalih posljedica nedovoljnog kretanja?

„MVPiz platforma u velikoj mjeri može utjecati na djecu u tom smislu, prvenstveno na roditelje koji su ipak originalni pokretač stvari u obitelji. Onog trenutka kad se roditelji educiraju na koji način voditi i podržavati djecu na njihovom sportskom putovanju, onda će i oni vjerojatno lakše motivirati djecu. Naravno kad se krene dovoljno rano i dijete će jako brzo usvojiti navike odlaska na trening, imati vremena stvoriti neko svoje društvo izvan škole ili izvan vrtića. Govorim iz osobnog iskustva, jer kad imaš prijatelje, onda i odlazak na trening postaje zadovoljstvo i nemaš osjećaj da je to nekakva obaveza. Naravno, osnovni preduvjet za to je da dijete izabere sport koji mu najviše odgovara i za koji je talentirano.

Za svako dijete vjerujemo da je talentirano, do neke određene mjere, za neki sport. To možda nisu sportovi koji su uobičajeni, ali na MVPiz platformi imamo niz sportova i klubova za koje možda nikad ne bismo pomislili da tu upišemo svoje dijete. Potičemo roditelje da podrže svoje dijete u istraživanju kako bi od najranije dobi isprobali što više sportova i pronašli u kojem se sportu najbolje osjećaju, gdje nemaju frustracije zato što sjede na klupi ili nisu

uključeni u igru na isti način i u istoj mjeri kao i njihovi vršnjaci. Želimo da pronađu sport gdje će osjetiti dobrobiti natjecanja i zajedništva pa i napornog rada koji je spor proces i ne daje odmah rezultate, već je cilj malo dalje, a djeca će shvatiti koliko je važno svakodnevno ulaganje da bi se došlo do cilja.

U svakom slučaju, dijete bi trebalo u svom sportskom okruženju osjetiti nekakvo postignuće i to je ono što će ga motivirati da se ponovno vraća i nastavi vježbati. Nakon što zavoli sport, ako sport postaje gušt za dijete, vrlo vjerojatno će ostati dugoročno u tom sportu, a samim time stvoriti i zdrave navike, pozitivne navike svakodnevnog fizičkog kretanja, u svojoj adolescentskoj i kasnije u odrasloj dobi. Vjerojatno će ta djeca, ukoliko ne ostanu profesionalno vezana za sport, sigurno ostati aktivni rekreativci jer će sport postati dio njihovog života.

MVPiz platforma itekako može pozitivno utjecati na razvoju današnjih generacija, posebice zato što ona ide sad u korak s digitalnim zahtjevima ovog doba, gdje mora biti sve lako pretraživo, sve mora biti na jednom mjestu. Nudi sve sportske sadržaje na jednom mjestu, vrlo je jednostavna i intuitivna za korištenje i ne predstavlja nikakav problem za korištenje današnjim educiranim, digitalno pismenim generacijama.“

Jeste li zadovoljni odazivom djece i rezultatima ljetnog kampa koji ste vodili s dr. Rajovićem? Što su djeca tamo mogla naučiti i za što se zainteresirati?

„Zadovoljna sam odazivom djece, ipak smo imali pet grupa po 40 djece i sve je bilo puno. Na tim sportskim kampovima djeca se uče i samostalnosti. Neka od te djece su prvi put bila odvojena od roditelja. Mislim da je to veliko i važno iskustvo, da se dijete brine samo o sebi, bez obzira što smo tamo imali ljude koji su brinuli o njima. Opet, to je veliki iskorak i sigurno jako pozitivno za njihovo samopouzdanje. Vidjela se razlika pri dolasku i odlasku djece nakon četiri, pet dana. Prije svega, boravak u NTC kampu im je bio koristan, odradili su jednu veliku stvar i bili ponosni na sebe. Zatim, radili smo sportski dio gdje su učili osnovne atletske pokrete i gimnastičke vježbe. I naravno, imali smo igre gdje su učili što znači timski rad, što znači ‘fair play’. Dakle, NTC kamp nudi kvalitetan program fizičkih aktivnosti, ali kao i svaka sportska aktivnost, puno je više od samog kretanja. Uvijek kroz sport, natjecanja, druženja naučiš više nego što odradiš neke vježbe i igre. Ostatak dana djeca su bila s NTC predavačima gdje su učili razne stvari po principu programa dr. Rajovića. Mislim da su jako puno dobili, ukoliko su nastavili i kod kuće u istom ili sličnom smjeru. Četiri, pet dana može značiti puno, ali ne mora značiti ništa. Sve kasnije je na djeci i roditeljima. Sve ovisi o tome koliko će ono što su naučili znati kasnije primijeniti u svakodnevicu.“

Je li tata Joško na neki način bio „preteča“ NTC učenja ili su njegove metode ipak bile drugačije?

„Moj tata je uvijek nastojao da sve što mi radimo bude zanimljivo i da sve bude postavljeno kao natjecanje i izazov. Meni je to, po mom karakteru, odgovaralo. Sviđalo mi se da me se trajno motivira i pred mene stavlja neke ciljeve, izazove. Tata je to tako postavio i nikad mi nije bilo dosadno trenirati. Naravno, nije svako dijete isto, neka djeca ne vole natjecanje već samo uživaju u procesu treninga i ne žele biti opterećeni nikakvim rezultatima. Treba prepoznati to kod svog djeteta. Iz najranijih dana sjećam se da se sve odvijalo kroz neku priču, sve je bilo prožeto nekim višim smislom. Tata je sa mnom razgovarao kao s odraslom osobom, ozbiljno me shvaćao i sve ono što sam imala za reći, svi moji doživljaji su za njega bili jako važni. Prije nego što sam izabrala sport, kad sam bila mala, mi smo uvijek učili kroz igru, moj tata je volio da sve bude edukativno. Možda je bio neka preteča takvog principa učenja. On i dan danas tako radi sa svojim sportašima i posebno sa svojim unucima. Njegova kreativnost sad još više dolazi do izražaja. Mislim da on i dr. Ranko Rajović imaju puno poveznica, sličan princip i način razmišljanja kako treba pristupiti djeci.“

**Tekst je objavljen 29. listopada 2024. u sklopu projekta poticanja novinarske izvrsnosti Agencije za elektroničke medije*