

9 VĚT, KTERÉ DĚTEM NIKDY NEŘÍKEJTE

1. MAMINKA TĚ NEBUDE MÍT RÁDA, KDYŽ BUDEŠ ZLOBIT!

Dítě je životně závislé na lásce rodičů. Proto udělá vše, aby ji neztratilo.

Učí se tím ale také, že lásku si musí člověk zasloužit. Dělá pak všechno, co jeho okolí chce (a okolí neznamená jen rodiče).

Současně si tím osvojuje strategii, že když se nikdo nedívá nebo není doma, tak to dělat nemusím. Učíme dítě věci dělat jen proto, že musí, ne proto, že je to potřeba.

Dítě potřebuje být milováno bezpodmínečně, takové jaké je. Jen tak může vyrůst ve zdravě sebevědomého, zodpovědného a láskyplného člověka.

2. NEBREČ!

I dospělý má často problém převést své pocity do slov. Natož dítě. Pláč je velmi důležitý způsob uvolňování emocí. A není důležité, jestli z našeho pohledu je k pláči důvod. Pokud dítě pláče, tak důvod má. A je důležité ho nechat vyplakat.

A je-li dítě v emocích, nemá smysl mu dávat jakékoliv rozumové důvody či mu něco vysvětlovat.

Běžný příklad: Dítě se lehce uhodí tak, že to sotva mohlo cítit. Spustí nicméně velký nářek. To ale bývá pláč dlouho nastřádáný - třeba za celé dopoledne ve školce, kde nemohlo své emoce zcela projevit, anebo za víkend u babičky. Dítě své emoce často dokáže projevit plně jen tam, kde se cítí v bezpečí. Tedy u rodičů.

3. CHOVEJ SE NORMÁLNĚ!

To je pokyn pro dítě zcela neuchopitelný. Společnost nám nastavuje nějakou "normu", jaké by dítě mělo být. A my si tu normu ještě přizpůsobujeme svým potřebám, své "mapě světa" a často i náladám. Takže šance, že se dítě trefí svých chování do našich představ je velmi malá.

Naší nespokojeností a kritikou v dítěti pěstujeme velmi nízké sebe-vědomí a sebe-hodnotu. V dospělosti se pak naše dítě snaží neustále celému světu dokazovat, že je dost dobrý a že si zaslouží své místo na světě.

4. JSI STARŠÍ, UŽ BYS MOHL MÍT ROZUM!

I starší sourozenec má právo na dětství, emoce a pozornost rodičů. A dobré sourozenecké vztahy nepodpoříme srovnáváním. Pokud starší sourozenec vidí, že mladší má více péče a pozornosti rodičů (protože je prostě malý), musí slyšet a zažívat, že on má zase jiné výhody a práva, která mladší zase nemá. A mladší sourozenec zase musí vnímat, že ten starší "tu byl první" a je tudíž v rodinné hierarchii před ním.

5. JÁ TI TO ŘÍKALA!

V této větě děti nacházejí spoustu kritiky a zranění. Rodiče ztrácejí důvěru dítěte a mají pak zaručeno, že starší dítě se jim nebude s ničím svěřovat. Nechte dítě udělat si svou vlastní zkušenost. I v tom, že dělat chyby je v pořádku.

6.UKLIDNI SE!

Představte si, že jste rozčilená/ný a váš partner/kavám řekne: Uklidni se! Pomůže vám to?

Dítě navíc neví, co to vlastně znamená. Emoce k životu patří a ty nevyjádřené se usazují v těle. Určitě jste si někdy třeba při masáži všimli, že to prostě někdo bolí víc...

Dokud dítě necháme projevovat emoce, nemá žádné psychické problémy (vč. například nedostatku sebevědomí). Ty přicházejí až ve chvíli, kdy se je naučí dítě potlačovat.

7.KDYŽ PŘESTANEŠ VYVÁDĚT, TAK TI TO KOUPÍM!

Všichni asi vědí, že to není nejlepší nápad. Ale jak často to z nás vypadne při scéně v obchodě? V tu chvíli nás tato věta asi zachrání, ale dítě tím dostává návod na to, jak získat to, co chce. A bude důsledné v používání této strategie i nadále.

8.PROSIM TĚ, UKAŽ! TY JSI NEŠIKOVNÁ, JÁ TO UDEĚLÁM RADŠI SAMI!

Malé děti žijí s tím, že jejich rodiče mají pravdu. Pokud od nich slyší několikrát, že jsou nějaké, přebírají to jako program. Ten v nich často zůstává až do dospělosti. Přesto, že to rodiče v tu chvíli ani tak nemyslí, jen třeba převládne netrpělivost.

9.PŮJČ KAMARÁDOVI TU HRAČKU, NEBUĎ LAKOMÝ.

Kdo z nás dospělých si umí zdravě nastavit své hranice? Původ může být už tady - u půjčování hraček. Dítě si musí nejdřív nasytit své potřeby, aby se dokázalo otevřít světu.

A ještě jiný pohled - vy byste půjčili svůj mobil, svůj počítač, svou sukni někomu, koho by vám někdo jiný určil?