

UNIVERZÁLNÍ ZÁSADY KOMUNIKACE S DĚTMI

- 01** Mluvme s dětmi, nemysleme si, že ví co chceme. Vyjadřujme se jasně a konkrétně, budujme vzájemnou důvěru. „Prosím, moc by mi pomohlo, kdyby sis uklidila hračky, já musím zatím nachystat jídlo pro návštěvu.“
- 02** Mluvme s dětmi pravdivě a přiměřeně jejich věku. Pokud řešíme něco důležitého, k dětem si sedněme, nebo klekněme, buďme v úrovni jejich očí. Naslouchejme, nechme děti domluvit, neskákejme jim do řeči. Mějme trpělivost, mluvme s dětmi v klidu. Omluvme se, když nám ujedou nervy. Děti mají tendenci rodiče napodobovat, křik a agresí mohou brzy odkoukat. „Omlouvám se, že jsem na tebe křičel, byl jsem hodně rozzlobený a vím, že bych to neměl dělat.“
- 03** Mluvme s dětmi „jeden na jednoho“. Pokud má jeden rodič s dítětem nějaký spor, měl by ho dotáhnout do konce, druhý rodič by se neměl zapojovat, aby se proti dítěti nevytvořila „přesila“.
- 04** Pomozme dítěti, aby si uvědomilo své chyby, že se chovalo špatně. Neodsuzujme jej za chování, ale hledejme příčinu. „Vysvětlíš mi, proč jsi se pral ve škole?“
- 05** Sdělme dítěti své pocity a naučme ho, aby i ono samo umělo pocity sdělovat. Řekněme ihned, že máme špatnou náladu, že nás bolí hlava, že jsme unavení. Dítě lépe porozumí našemu chování, případně samo nějak pomůže.
- 06** Mluvme konkrétně o sobě. „Mně se to nelíbí...“ „Já se na tebe kvůli tomu zlobím...“ „Mně se nelíbí, že jsi to udělala.“
- 07** Nezatajujme před dětmi nepříjemné věci. Stejně poznají, že se něco děje z rozhovoru, náznaků či výrazů tváře. „S maminkou se teď hádáme, protože nechodím do práce a máme málo peněz.“
- 08** Žádejme dítě o klid, ať chvilku počká. Čas by měl být jasně stanovený. „Až dopiji kávu, půjdu si s tebou malovat.“ Pokud něco slíbíme, dodržme to.
- 09** Chvalme děti za konkrétní skutky a proces, který k tomu vedl, podporujme jejich sebevědomí. „Dneska jsi hrála moc dobře, nevadí, že jste nevyhráli. Viděl jsem, jak moc ses snažila a dala jsi do toho všechno.“