

Výchova v období vzdoru

OD 18 MESIACOV DO 6 ROKOV PRECHÁDZA VAŠE
DIEŤA OBDOBÍM VZDORU

- ČO SA V TEJTO DOBE UČÍ?
- ČO CÍTI?
- ČO POTREBUJE?

Pozerajte sa na svet z pohľadu svojho dieťaťa

- ▶ Vaše dieťa vie presne, čo chce, ale nevie to ešte správne vyjadriť. Nikto mu nerozumie
- ▶ Vaše dieťa verí, že je stredobodom sveta. Napriek tomu neprebíha všetko podľa jeho vôle
- ▶ Vaše dieťa chce objavovať svet a všetko vyskúšať, ale rodičia mu pri tom dávajú do cesty prekážky
- ▶ Vaše dieťa by malo dodržiavať všetky možné pravidlá, ale ešte vôbec nerozumie tomu, čo je správne a čo nesprávne a prečo

Umenie dať dieťaťu všetko, čo potrebuje.... ALE NIE VŠETKO, ČO CHCE!!!

Dať dieťaťu všetko čo potrebuje

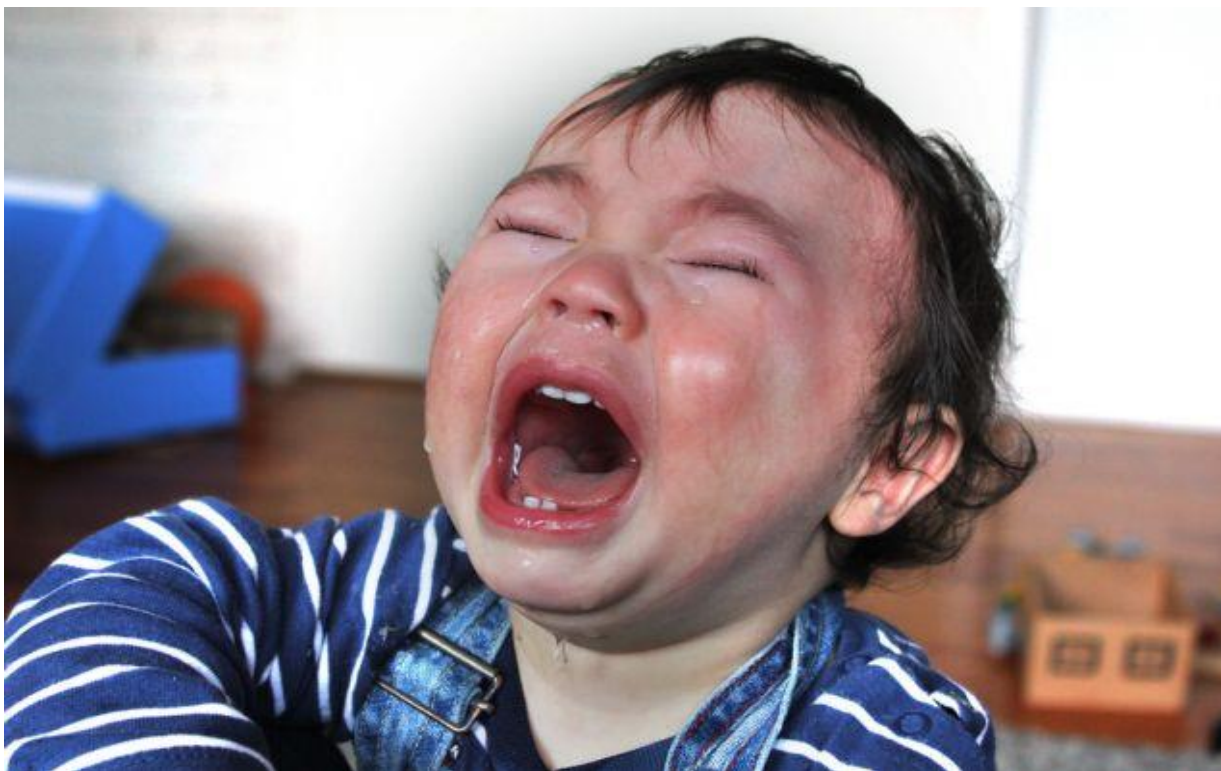
- Dávajte svojmu dieťaťu každý deň najavo slovami a gestami:
„Som tu pre teba. Zostanem s tebou. Si v bezpečí. Dávam pozor, môžeš sa na mňa spoľahnúť“


Nedať dieťaťu všetko čo chce

- Vaše dieťa sa musí naučiť , že nie je na svete samo, že vy ako rodičia viete lepšie, čo je pre neho dobré, a preto neustúpíte- a to ani pri jeho záchvate hnevu

„Ale ja chcem...!“

Záchvaty hnevu u dieťaťa do 3 rokov



- 
- ▶ Nie je vôbec dobrý nápad poddať sa vôli svojho dieťaťa vždy, keď sa rozhnevá.
 - ▶ Krátkodobo síce nastane vytúžený klud, ale Vaše dieťa sa týmto naučí, že **jeho negatívne správanie je odmeňované.**

Čo by ste mali miesto toho urobiť?

Technika **TIME- OUT**

Dieťaťu by ste mali stále zostávať na dohľad

- **1. možnosť**- chodte do iného rohu miestnosti, bez toho, aby ste dieťa naďalej pozorovali pri jeho záchvate vzdoru
- **2. možnosť**- opustite miestnosť- bez slova alebo s komentárom „*Toto je na mňa moc hlasné, ak sa ukludníš, zasa sa vrátim.*“ Dvere do izby zostanú otvorené, takže dieťa sa za Vami môže kedykoľvek vrátiť.

Ak dieťa kričí dlhšiu dobu, približne každé 2 minúty sa k nemu vráťte a spýtajte sa „*Môžem Ti nejako pomôcť?*“ „*Je všetko v poriadku?*“

Pokiaľ dieťa nereaguje, kričí ďalej, zasa odíďte.



Keď sa vaše dieťa ukludnilo, pomáha
krátky **rituál zmierenia**:

Vezmite dieťa do náručia a
povedzte mu niečo povzbudivé:
**„Teraz je zasa všetko v poriadku. To
som, ale rada.“**

RITUÁL ZMIERENIA

„Čo to hovoríš, neurobím!“

Záchvaty hnevu u dieťaťa od 3 rokov





Konajte rázne- dlhé boje, diskusie môžete bez náhrady vyškrtnúť. I keď sa nakoniec presadíte, cena je príliš vysoká, pretože vás to stojí nervy i čas- najmä pekný čas strávený spoločne

Stojte si za svojim- vaše dieťa sa naučí dôležitým pravidlám

Buďte spravodlivý- aby sa vaše dieťa správalo s rešpektom k vám i k ostatným, musíte mu vy ako vzor toto správanie predviesť. Na silu, telesné násilie bude reagovať strachom a zlosťou

Ponúknite možnosť voľby- naučí sa preberať zodpovednosť za svoje správanie. Ak je kludný a pripravený k spolupráci, má z toho úžitok. Ak bude i naďalej bojovať, musí počítať s následkami

Ako správne použiť **TIME-OUT**

- ▶ Stanovte, po ktorom správaní bude nasledovať time-out, a oznámte to svojmu dieťaťu. Určite miesto na time-out
- ▶ Dovedte dieťa na toto miesto a postarajte sa, že dieťa tento priestor neopustí. Pokiaľ ide o trvanie, vhodná je 1 minúta na rok veku.
- ▶ Keď dieťa po uplynutí času ešte kričí alebo sa správa nejakým iným spôsobom neprimerane, predĺžte time-out o jednu až 2 minúty
- ▶ Každú jednu alebo 2 minúty dajte dieťaťu ponuku za zmierenie. Otvorte dvere a spýtajte sa: „ Už je to dobré, alebo musím tie dvere zasa zavrieť?“
- ▶ Ukončite time-out, keď sa dieťa samo ukludní a keď uplynie naposledy oznámený čas
- ▶ Ak je nutné, time-out opakujte

Odmeňujte žiadúce správanie

Dôležité je dieťa podporovať vo všetkom čo urobí správne- svojou pozornosťou, povzbudzovaním a tiež niekedy aj **odmenami**. **Povzbudíte tým svoje dieťa, aby sa čo možno najčastejšie ukazovalo z tej lepšej stránky**