



DESATORO RODIČA

1) Stavajte deťom pravidlá „hry“

Deti potrebujú pevné pravidlá. Problémy v rodine vznikajú vtedy, ak je pravidiel príliš mnoho alebo príliš málo, a keď vďaka nedôslednosti strácajú zmysel. Aj vy rodičia však musíte rešpektovať a dodržiavať všetky pravidlá, dohody a ich dôsledky.

2) Bud'te vo výchove a výchovných postupoch jednotní

I keď máte ako rodičia rôzne názory, skôr než začnete konať, mali by ste sa dohodnúť na kompromise a stáť si za ním. Deti sa tak naučia, že nemôžu stavať rodičov proti sebe, že existujú síce rôzne názory, ale že ich je možné tolerovať.

3) Bud'te dôsledný pri dodržiavaní pravidiel správania sa

Dbajte dôsledne a s vytrvalosťou na dodržiavaní už raz stanovených pravidiel. Správajte sa k deťom priateľsky, ale rozhodne. Vysvetlite im zmysel konkrétnych pravidiel a upozornite ich na dôsledky ich nedodržania. Neprítomnosť pravidiel plodí chaos.

4) Odolajte citovému vydieraniu dieťaťa

Deti vedia byť úspešnými citovými manipulátormi. Neverte teda usazeným očkám, ktoré sa hneď po dosiahnutí svojho zámeru zázračne vysušia. Niektoré deti pomôže zmeniť práve vstup do väčšieho školského kolektívu, kde už nie sú centrom pozornosti.

5) Vymedzujte deťom hranice

Rovnako ako určené pravidlá, tak i hranice vytvárajú rámec, v ktorom sa deti môžu prejaviť, získať skúsenosti, pohybovať sa. Čím je dieťa staršie, tým viac hranice rozširujeme a nechávame ho od seba odísť. Úlohou rodičov je chrániť deti pred nebezpečenstvom, ktoré nevedia ešte samé odhadnúť.

6) Staňte sa pre svoje deti autoritou aj priateľom

Aj keď sa tak možno na prvý pohľad nezdá, ale autorita a priateľstvo sa vôbec nevylučujú. Autorita znamená určovať pravidlá, žiadať si ich plnenie, ale zároveň zostať pre deti priateľom a partnerom a dávať im možnosť prejaviť názor.

7) Nezabudnite deti aspoň raz za deň pochváliť

Ak zistíte, že vaše deti robia to, čo majú robiť, oceňte ich, pochváľte ich, povedzte im, že to urobili správne. Uznajte aj nepodarené pokusy. Povedzte deťom, že sa tešíte z toho, aké sú zodpovedné, húževnaté, pomáhajúce, tolerujúce, odpúšťajúce... Aj keď tieto vlastnosti ešte nemajú dokonalé, chváľte ich za ne.

8) Spoločne si plánajte deň, týždeň, mesiac

Spoločný plán dáva deťom istotu. S deťmi by ste mali hovoriť o tom, čo sa v rodine ide robiť. Naplánujte si s nimi rôzne akcie, výstavy, divadielka... Učí ich to rozvrhnúť si deň tak, aby si stihli urobiť domáce úlohy, pohrať sa a aj si oddýchnuť. Vyhnete sa zbytočnému stresu a únave dieťaťa aj seba.

9) Prejavujte voči deťom lásku

Minimálne raz denne si dieťa pritulíte a povedzte mu, ako ho máte nadovšetko radi. A nikdy svojmu dieťaťu nepovedzte, že ho neľúbite, ani keď vás veľmi nahnevá, alebo ani keď donesie päťku v žiackej knižke a nebudaj na vysvedčení. Radšej povedzte: „Sklamal si ma.“

10) Poskytujte deťom v rodine pokoj, stabilitu, harmóniu

Deti potrebujú pokojné láskyplné rodinné prostredie, ktoré v nich vyvoláva pocit istoty a bezpečia. Medzi partnermi zákonite dochádza k výmene názorov, hádke, kríze, ktorá sa odohráva pred očami detí, ale vždy by mali byť svedkami toho, že rodičia si odpustia, uzmiera, dohodnú, navrhnu kompromisné riešenie.

