

10 myšlenek, jak přijmout své dítě takové, jaké je

Takové dítě, které se cítí přijímané, má příležitost vytvořit si zdravý vztah k sobě samému – se zdravou mírou sebevědomí i sebepřijetí.

Na rodičích je, aby jeho přijetí co nejvíce podporovali. Právě tento cíl sledují myšlenky níže, kterými se můžete inspirovat.



1) Pozorujte své dítě

Dívejte se, co je pro něj důležité, jaké jsou jeho potřeby nebo s čím si rádo hraje. Nezasahujte do jeho myšlenek a činností. Vaším jediným cílem v tomto bodě je poznat své dítě.

2) Naslouchajte tomu, co říká

Když vám chce něco sdělit, opravdu své dítě poslouchajte. Projevujte zájem, aktivně se doptávejte na detaily a co nejvíce informací si zapamatujte.

3) Nehodnoťte

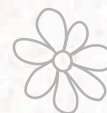
Pokuste se vyvarovat "nálepkování" – to, že vaše dítě dělá něco neobvyklého, ještě neznamená, že má nějakou poruchu nebo že je naopak třeba génus. Neposuzujte z jedné vlastnosti celý obraz dítěte. A nehodnoťte ani rozdíly mezi sourozenci.

4) Nekritizujte jeho podstatu

Pokud se chcete vymezit vůči chování (nebo vlastnostem), které se vám u dítěte nelíbí, popište to konkrétně. Nekritizujte celou osobnost dítěte, protože tím byste ohrožovali jeho sebevědomí – a sebepřijetí.

5) Neprojektujte do něj své vlastní sny

Rodiče mají přirozenou tendenci vkládat do svých dětí vlastní, zpravidla nenaplněné sny a cíle. Tímto způsobem však dítě ztrácí svobodu a prostor být samo sebou, což rozhodně není žádoucí.



10 myšlenek, jak přijmout své dítě takové, jaké je

6) Budte s ním tady a teď

Jeden z velmi podstatných bodů je nejen fyzická, ale také mentální přítomnost rodiče u dítěte. Ono vycítí, jestli svoji pozornost věnujete skutečně jemu, anebo třeba nevyřešeným myšlenkám či vlastním plánům na další den.

7) Zajímejte se o jeho zájmy

Víte, co vaše dítě zajímá a baví? Pokud ne, zjistěte to, a budujte si s ním vztah prostřednictvím zájmu o jeho činnosti. Vaše dítě to ocení.

8) Dovolte mu být jiné

Každý rodič by si nejspíš přál dítě, které se chová a přemýšlí podobným způsobem jako on sám. Fungovat s takovým dítětem je totiž snadné. Nenechte se však ukolébat vizí jednoduchosti, a dejte mu prostor být právě takové, jaké je pro něj přirozené.

9) Přijměte i jeho slabé stránky

Pamatujte, že úplně každý člověk má své silné, ale i slabé stránky – i děti. Zbytečně tak to své nekritizujte za očividné obtíže, a snažte se ho neporovnávat s ostatními.

10) Uvědomte si, že přijetí není souhlas

Nemusíte vnitřně souhlasit s tím, co vaše dítě dělá nebo jaké má priority. Ale přijímat ho právě takové, jaké je, je základem zdravého a respektujícího vztahu.



Pamatujte: *Není to o tom, abyste všechny zmíněné body zvládali vždy a všude na 120 %. Je však dobré mít je na paměti, a snažit se držet správného směru – jak jen to vaše aktuální možnosti dovolí.* ❤️

BEZPEČÍ – HRANICE – PŘIJETÍ – RESPEKT