

MANUÁL

PRE RODIČOV DETÍ V MATERSKEJ ŠKOLE
K PRVÝM NÁZNAKOM UBLIŽOVANIA MEDZI DEŤMI



Obsah

Niekoľko viet na úvod	3
Ako rozpoznať prvé náznaky ubližovania medzi deťmi	4
Ako citlivo zasiahnuť, keď vaše dieťa ubližuje iným	5
Čo robiť, keď sa dozviete, že vášmu dieťaťu je ubližované	6
Spoločne vytvárané bezpečné miesto pre deti	7
Rozvoj empatie a ohľaduplnosti už v predškolskom veku	8
Hranice a dôsledky – ako ich nastavovať s láskou a pokojom	9
Keď dieťa nechce hovoriť (ako mu byť aj tak nablízku bez nátlaku)	10
S rešpektom a pokojom aj v náročných chvíľach	11
Nádej pre pochopenie a záverečné ďakujem	12
Použitá literatúra	13

Niekoľko viet na úvod (3)

Milí rodičia,

detstvo v materskej škole je výnimočné obdobie, v ktorom si dieťa vytvára prvé väzby mimo rodiny, učí sa fungovať v kolektíve a získava základné skúsenosti so spolunažívaním s inými deťmi. V tomto veku sa prirodzene stretáva so situáciami, ktoré si nevie vždy správne vysvetliť ani vyriešiť. Učí sa komunikovať, zdieľať, čakať, ospravedlniť sa a zvládať frustráciu, keď niečo nejde podľa predstáv. Niektoré správania, ktoré sa počas hry alebo bežného kontaktu objavajú, môžu byť ale pre iné deti zraňujúce, aj keď nie sú úmyselné.

Tento manuál vznikol z potreby venovať väčšiu pozornosť situáciám, ktoré môžu byť prvými náznakmi ubližovania medzi deťmi v prostredí materskej školy. Nejde o tému, ktorú by sme mali prehliadať. Naopak, schopnosť všímať si tieto prejavy a porozumieť im je dôležitým krokom k tomu, aby si dieťa rozvíjalo zdravé vzťahy, empatiu a úctu k druhým. V predškolskom veku ešte nehovoríme o šikane v jej pravom význame. Deti konajú impulzívne, často bez toho, aby si uvedomovali dôsledky svojho správania. Zväčša im nejde o úmyselné ubližovanie, ale o snahu presadiť sa, zaujať alebo vyrovnať sa so silnými emóciami. Práve preto potrebujú láskavé a citlivé vedenie dospelého, ktorý im pomáha zvládať pocity, pomenúvať ich a riešiť spory bez bolesti. Deti potrebujú blízkosť, pochopenie a trpezlivosť. Potrebujú vedieť, že keď spravia chybu, nie sú zlé, ale že sa môžu učiť. To, čo zažívajú doma a v škôlke, tvorí základ ich vnútorného sveta. Z našich reakcií si osvojujú, ako zvládať neúspech, ako sa správať k druhým a ako sa vnímať.

Tento manuál nechce rodiča poučovať ani mu vnucovať riešenia. Chce ponúknuť nový pohľad, ktorý môže pomôcť v každodenných, no dôležitých situáciách. Je pozvaním k väčšiemu záujmu o to, čo dieťa prežíva, čo ho teší, čo ho trápi a ako mu vieme byť oporou. Ak dieťa zažije bezpečné a prijímajúce prostredie, v ktorom sú jeho pocity rešpektované, vytvára si pevný základ pre dôveru a zdravé vzťahy. Takéto dieťa sa vie postaviť za seba, podať pomocnú ruku kamarátovi a zároveň rozoznať, keď niekto prekračuje hranice. A práve o to nám všetkým ide.

Ako rozpoznať prvé náznaky ubližovania medzi deťmi (4)

V predškolskom veku deti ešte len rozvíjajú schopnosť chápať, čo je vhodné a čo nie. Niekedy si neuvedomujú, že ich slová alebo činy môžu inému dieťaťu ublížiť. Ich správanie môže byť chvíľkové, impulzívne a nie vždy má vedomý zámer uškodiť. Práve preto je dôležité, aby sme vedeli včas spozorovať situácie, ktoré sa môžu stať opakovaným vzorom správania a ovplyvniť vzťahy v skupine.

Prvé náznaky ubližovania nemusia byť nápadné. Môžu mať podobu opakovaného vylučovania konkrétneho dieťaťa z hry, odmietania pri spoločných činnostiach, výsmechu, posmešného komentovania alebo odopierania prístupu k obľúbeným hračkám. V niektorých prípadoch sa môže objaviť aj fyzický kontakt, ako je ťahanie, štvchanie či nižšia forma agresie, ktorá sa opakuje. Dôležité je rozpoznať, že nejde o jednorazový konflikt, ale o opakované správanie, ktoré jednej strane spôsobuje nepohodu a druhá si pritom udržiava prevahu.

Rodičia si môžu všimnúť zmeny v správaní svojho dieťaťa. Dieťa, ktoré je vystavované opakovanej nepriazni, môže byť uzavretejšie, smutnejšie, môže sa sťažovať na bolesť brucha alebo hlavy, nechcieť chodiť do škôlky alebo mať problémy so spánkom. Naopak, dieťa, ktoré opakovane vstupuje do konfliktov ako ten, kto ubližuje, môže pôsobiť nepokojne, nespokojne, môže byť výbušné alebo prejavovať zvýšenú potrebu presadiť sa. Netreba sa unáhliť s úsudkom ani dieťa označiť ako zlé. Každé správanie má svoj dôvod. Niekedy ide o volanie po pozornosti, inokedy o prejav vnútornej neistoty alebo naučený vzorec. V každom prípade je dôležité dieťa vnímať, počúvať ho a vytvárať mu priestor, v ktorom môže bezpečne hovoriť o tom, čo sa deje.

Učiteľky v materskej škole zohrávajú v tejto oblasti dôležitú úlohu, pretože sú pri deťoch počas ich každodenného kontaktu. Rodičia by sa ich nemali báť osloviť, pýtať sa, zaujímať sa o to, ako dieťa funguje v kolektíve a ako sa cíti. Dôvera medzi rodinou a škôlkou je základom toho, aby sa prípadné náznaky ubližovania podchytili včas a citlivo.

Ako citlivo zasiahnuť, keď vaše dieťa ubližuje iným (5)

Zistenie, že dieťa v materskej škole opakovane ubližuje inému dieťaťu, môže byť pre rodiča nepríjemné a znepokojujúce. Niekedy to sprevádza pocit zlyhania alebo obavy z toho, čo to o našom dieťati vypovedá. Tieto pocity sú prirodzené, no je dôležité si uvedomiť, že správanie dieťaťa ešte nie je vedomým rozhodnutím ublížiť. Deti v tomto veku ešte len objavujú pravidlá spoluzitia a často skúšajú, kam až môžu zájsť. Za ich správaním sa väčšinou skrýva nie frustrácia alebo zlomyseľnosť, ale nezrelosť v zvládaní emócií či potreba uistiť sa o svojom mieste medzi rovesníkmi.

Najdôležitejšie je v takejto situácii zachovať pokoj a prejsť záujem. Dieťa, ktoré sa správa nevhodne, potrebuje vedenie, nie krik ani tresty. Pomáha, ak si rodič všíma, pri akých situáciách v škôlke k takémuto správaniu dochádza. Môže to byť napríklad pri delení sa o hračky, pri čakaní v rade, počas unaveného popoludnia alebo v čase, keď dieťa zažíva zmenu aj v domácom prostredí.

Dôležité je rozprávať sa s dieťaťom v čase, keď je pokojné. Pomáhajú jednoduché, otvorené otázky ako napríklad: „Čo sa stalo?“, „Ako si sa cítil?“, „Ako sa asi cítil kamarát?“ Deti potrebujú čas, aby pochopili dôsledky svojho správania, a pomoc dospelého, ktorý im to pomôže spracovať. Rodič by sa mal vyhnúť zahanbovaniu či hľadaniu vinníka. Oveľa účinnejšie je vytvoriť priestor, v ktorom sa dieťa cíti prijaté aj vtedy, keď spravilo chybu.

Veľkou pomocou môže byť rozhovor s učiteľkou. Ona má možnosť pozorovať správanie dieťaťa v skupine, v rôznych situáciách a náladách počas dňa. Spolupráca medzi škôlkou a rodinou pomáha dieťaťu cítiť sa bezpečne a pochopené na oboch stranách. Rodič tak môže doma rozvíjať rovnaké hodnoty a zručnosti, ktoré podporujú aj učiteľky – pokojné riešenie konfliktov, empatiu a rešpekt.

Zasiahnutie neznamená hľadať rýchlu nápravu alebo vyžadovať dokonalé správanie. Znamená to vnímať dieťa ako celok, so všetkými jeho pocitmi, potrebami a zraniteľnosťou. Znamená to ukazovať mu, že každé správanie má dôsledky, ale že vždy existuje cesta, ako to zvládnuť nabudúce lepšie, a že na tej ceste nebude samo.

Čo robiť, keď sa dozviete, že vášmu dieťaťu je ubližované (6)

Keď sa rodič dozvie, že jeho dieťa v materskej škole zažíva neprijemné situácie zo strany iných detí, je prirodzené, že ho to znepokojí. Hovoríme však o správaní, ktoré sa odohráva v rámci vývinových možností predškolských detí. Deti v tomto veku ešte len objavujú hranice, učia sa ovládať svoje emócie, rozumieť pocitom druhých a reagovať primerane v rôznych situáciách.

To, že sa dieťaťu niekto posmieva, nechce ho pustiť do hry, odstrkuje ho, berie mu hračky alebo sa s ním opakovane odmieta hrať, môže byť pre neho zraňujúce. **Zároveň si však treba uvedomiť, že takéto správanie nie je vedomé ani úmyselne zlé.** Vzniká medzi rovesníkmi, často impulzívne a bez uvedomenia si následkov. Neznamená to, že ho máme zľahčovať, práve naopak, tieto situácie si vyžadujú našu vnímavosť, porozumenie a podporu. Prvé náznaky ubližovania v tomto veku často nie sú nápadné. Dieťa ešte nedokáže pomenovať svoje pocity ani presne opísať, čo sa stalo, no jeho správanie môže naznačovať, že sa necíti dobre. Medzi bežné signály patrí odmietanie chodiť do škôlky, zvýšená plačlivosť, sťahovanie sa do seba, zmeny nálad alebo telesné ťažkosti bez zjavnej príčiny. Niekedy dieťa jednoducho povie, že ho niekto nechce v hre, že ho odstrkuje alebo mu berie veci. Aj keď ide o drobnosti, v detskom svete majú veľký význam.

V takejto chvíli je kľúčové, aby dieťa cítilo, že mu rodič verí a vníma ho s porozumením. Namiesto vypočúvania a hodnotenia je dôležité dieťa uistiť, že jeho pocity majú svoje miesto. Jednoduché vety ako „To muselo byť neprijemné“ alebo „Rozumiem, že ťa to zranilo“ mu dávajú pocit bezpečia a väčšiu šancu rozprávať otvorene a bez obáv.

Rovnako dôležitý je kontakt rodiča s učiteľkou, ktorá má možnosť pozorovať, ako dieťa funguje v skupine, ako reaguje v rôznych situáciách a s ktorými deťmi sa dostáva do napätia. Rodič by nemal váhať pýtať sa, zdieľať svoje postrehy a hľadať spolu s učiteľkou cesty, ako situáciu riešiť. **Dôležitá je otvorenosť a dôvera, nie obviňovanie.** Zmyslom takejto spolupráce nie je ukázať na konkrétne dieťa ako vinníka, ale vytvoriť prostredie, v ktorom sa každé dieťa cíti bezpečne. Deti sa v tomto veku ešte len učia vyjadrovať hnev, hovoriť o svojich potrebách a zvládať silné emócie. Konflikty často vznikajú z nedorozumení, nie zo zámeru ublížiť.

Spoločne vytvárané bezpečné miesto pre deti (7)

Aby sa dieťa v materskej škole cítilo bezpečne, prijato a pochopené, potrebuje oporu z oboch prostredí, v ktorých sa pohybuje. Z rodiny aj zo škôlky. Práve spojenie medzi rodičmi a učiteľkami vytvára pocit istoty, ktorý dieťa veľmi citlivo vníma. Keď dospelí spolupracujú, rozumejú si a konajú jednotne, dieťa z toho získava jasný odkaz, že svet okolo neho je stabilný, predvídateľný a láskavý.

Každé dieťa denne prechádza medzi dvoma prostrediami. Domov mu poskytuje istotu a osobnú blízkosť, materská škola mu ponúka nové situácie, kamarátstva a výzvy. Tieto svety sú prepojené viac, než sa na prvý pohľad zdá. Dieťa si všíma, ako spolu rodič a učiteľka komunikujú. Vníma, či sa oň rodič zaujíma, či sa pýta, ako sa v škôlke má, a či učiteľke dôveruje. Práve táto súdržnosť pomáha dieťaťu zvládať situácie, ktoré sú pre neho nové alebo náročné. Učiteľky poznajú dieťa v kolektíve, v skupinovej dynamike, počas hier aj v záťažových chvíľach. Rodičia zasa rozumejú jeho osobnosti, citovému nastaveniu, potrebám aj zážitkom, ktoré si nosí so sebou. Keď sa tieto pohľady spoja, vytvára sa celistvý obraz, ktorý pomáha lepšie pochopiť, čo dieťa potrebuje a ako mu pomôcť.

Otvorená komunikácia medzi rodinou a materskou školou je základom dobre fungujúceho prostredia. Nemusí byť formálna ani zložitá. Stačí záujem, úcta a spoločný cieľ. Už krátky rozhovor pri rannom príchode alebo popoludňajšom odchode môže veľa napovedať. Keď rodič cíti, že sa môže pýtať, zdieľať svoje postrehy alebo požiadať o radu, posilňuje sa tým dôvera a spolupráca, ktorá má pre dieťa veľký význam.

Spolupráca nie je o hľadaní chýb. Je o spoločnej snahe vytvoriť miesto, kde sa dieťa môže bezpečne rozvíjať. Miesto, kde sa môže učiť nielen vedomosti, ale aj život v spoločenstve. Ak rodič a učiteľka spolu hovoria, počúvajú sa a navzájom sa dopĺňajú, dieťa z toho čerpá istotu, ktorú si nesie aj do ďalších období svojho života.

Bezpečné miesto vzniká tam, kde dospelí ťahajú za jeden koniec povrazu. Kde sa rešpektujú, kde hľadajú riešenia namiesto viny a kde im záleží na tom, ako sa dieťa cíti.

Rozvoj empatie a ohľaduplnosti už v predškolskom veku (8)

Empatia nie je schopnosť, s ktorou sa dieťa narodí. Rozvíja sa postupne, prostredníctvom zážitkov, pozorovania a citlivého vedenia zo strany dospelých. Už v ranom veku si dieťa začína všímať, ako sa cítia iní. Môže reagovať na úsmev, smútok alebo plač kamaráta. Práve takéto chvíle sú začiatkom schopnosti vnímať druhých a zohľadniť ich prežívanie vo vlastnom správaní.

V prostredí materskej školy sa deti dostávajú do množstva každodenných situácií, ktoré im dávajú priestor na učenie sa ohľaduplnosti. Pri spoločnej hre, pri čakaní, pri delení sa o hračky či pri riešení sporov. Ich reakcie nie sú vždy láskavé alebo citlivé. V tomto období sú deti prirodzene zamerané na seba a ešte len objavujú, že niekto iný môže veci cítiť úplne inak ako ony samy.

Rodičia môžu napomáhať rozvoju empatie tým, že pomenúvajú emócie, ktoré deti v rôznych situáciách prežívajú. Ak niekto plače, môžeme povedať: „Vyzerá smutne, možno sa mu niečo nepodarilo.“ Alebo sa môžeme spýtať: „Ako by si sa cítil, keby sa to stalo tebe?“ Takéto rozhovory pomáhajú dieťaťu vnímať druhého človeka ako niekoho, kto tiež cíti a potrebuje pochopenie. Empatia rastie aj vtedy, keď dieťa zažíva rešpekt a porozumenie voči sebe. Ak cíti, že jeho vlastné emócie sú prijímané a berú sa vážne, učí sa, že aj pocity ostatných majú svoju hodnotu. Keď niekto dieťaťu trpezlivo vysvetlí, keď sa mu ospravedlní alebo mu pomôže v náročnej chvíli, stáva sa to pre neho prirodzeným vzorom.

Ohľaduplnosť neznamená, že dieťa musí vždy ustúpiť alebo byť tiché. Znamená to, že sa učí vnímať potreby druhých, vedieť chvíľu počkať, ponúknuť pomoc alebo neodmietnuť kamarátstvo. Tieto zručnosti sa rozvíjajú pomaly a opakovane, najmä cez zážitky, ktoré dieťa denne prežíva. Rodič má v tom veľký význam. Môže dieťaťu pomôcť tým, že sa s ním rozpráva o tom, čo zažilo v škôlke, alebo si spolu prečítajú príbeh o kamarátstve, alebo si jednoducho cielene všímajú, ako sa iní cítia. Deti sa najviac učia z toho, čo vidia a počujú u dospelých, ktorým dôverujú. Empatia nie je hotová schopnosť, ale proces, ktorý sa buduje celý život. Prvé základy sa však formujú práve v predškolskom veku. A čím viac dieťa zažije prijatie, rešpekt a porozumenie, tým ľahšie to bude ponúkať aj ostatným.

Hranice a dôsledky – ako ich nastavovať s láskou a pokojom (9)

Deti potrebujú hranice. Nie ako trest, ale ako orientáciu. Práve jasné a zrozumiteľné hranice im pomáhajú cítiť sa bezpečne a pochopiť, čo je v poriadku a čo už nie. V predškolskom veku ešte deti nerozumejú dôsledkom svojho správania tak ako dospelí. Potrebujú pravidlá, ktoré sú primerané ich veku, opakovane im pripomínané a zároveň sprevádzané pokojom, trpezlivosťou a porozumením.

Rodičia niekedy váhajú, ako hranice nastaviť, aby dieťa nezažilo odmietnutie, strach alebo pocit viny. No práve láskavé a dôsledné vedenie je tým, čo dieťaťu dáva istotu. Keď vie, že na správanie existuje primeraná reakcia, učí sa zodpovednosti a rešpektu. Nie zo strachu, ale z porozumenia. Hranice by mali byť jednoduché, pochopiteľné a zrozumiteľne vysvetlené. Namiesto dlhého vysvetľovania niekedy postačí krátka a pokojná veta. Napríklad: „Nebudem ti dovoliť brať kamarátovi veci z ruky.“ Alebo: „Rozumiem, že sa hneváš, ale nemôžeme ubližovať.“ Dôležité je, aby dieťa vnímalo, že hranica nie je trest, ale pomoc.

S hranicami prirodzene súvisia dôsledky. Tie by mali byť primerané, vopred známe a logicky vyplývať zo situácie. Ak dieťa opakovane ruší hru iných, môže na chvíľu odísť z priestoru a vrátiť sa, keď bude pripravené hrať sa pokojne. Takýto dôsledok nie je ponížujúci ani tvrdý. Je jasný, predvídateľný a zároveň umožňuje dieťaťu opraviť svoje správanie. Nastavovanie hraníc však nie je len o jednotlivých pravidlách. Je aj o spôsobe, akým sa s dieťaťom rozprávame. O tóne hlasu, o mimike, o tom, či dieťa cíti, že mu chceme pomôcť, a nie ho len zastaviť. Deti veľmi citlivo vnímajú postoj dospelého. Keď je pokojný, pevný a zároveň láskavý, dieťa sa učí, že aj v náročnej situácii sa dá reagovať s rešpektom.

Nie všetko funguje hneď. Deti potrebujú opakovanie, pripomínanie a hlavne príklad. Ak vidia, že dospelý dokáže zvládnuť konflikt bez kriku, že vie povedať nie bez hnevu, učia sa to tiež. Práve každodenné situácie sú príležitosťou na to, aby sa dieťa naučilo niesť zodpovednosť bez pocitu hanby alebo strachu.

Láskavé hranice nie sú slabosť. Sú darom, ktorý dieťaťu ukazuje, že niekto vie, kam sa dá ísť a kam už nie. A že aj keď niečo nezvládne, má možnosť to skúsiť znova (s istotou, že mu niekto rozumie a stojí pri ňom).

Ked' dieťa nechce hovoriť (ako mu byť aj tak nablízku bez nátlaku) (10)

Niektoré deti sa po dni v materskej škole hneď rozhovoria. Iné odpovedajú jedným slovom alebo len pokrčia plecami. Niekedy má rodič pocit, že sa nič nedozvie. To však neznamená, že dieťa nič neprežilo alebo že nechce hovoriť. Každé dieťa má svoj rytmus a spôsob spracovávania zážitkov. Niektorí potrebujú hovoriť hneď, iní až o niekoľko hodín alebo dní. Dôležité je, aby dieťa cítilo, že rozhovor je možnosť, nie povinnosť.

Ked' rodič kladie priveľa otázok alebo očakáva odpoveď okamžite, môže dieťa zažiť tlak. A čím viac sa ho snažíme presvedčiť, tým viac sa môže uzatvoriť. Zmysluplná komunikácia nevzniká z nátlaku, ale z pocitu bezpečia. Dieťa, ktoré vie, že sa naň nikto nehnevá, keď nechce hovoriť, sa v pravý čas otvorí samo. Veľmi účinné sú chvíle ticha, blízkosti a všedných činností. Pri spoločnej prechádzke, pri hre, v aute alebo pri večernom ukladaní dieťa niekedy spontánne povie niečo, čo predtým nechcelo alebo nevedelo pomenovať. Práve vtedy je dôležité ho nechať hovoriť vlastným tempom, neprerušovať ho a nehodnotiť, čo hovorí. Otvorený postoj rodiča dáva dieťaťu najavo, že jeho pocity majú priestor.

Ked' dieťa mlčí, neznamená to, že ho nič netrápi. Možno ešte samo nevie, čo cíti, alebo to nevie vyjadriť slovami. Rodič môže namiesto otázok ponúknuť pozorovanie: „Všimol som si, že si dnes tichší.“ Alebo len povedať: „Som tu, keď budeš chcieť hovoriť.“ Takéto vety vytvárajú pocit istoty, ktorý môže byť pre dieťa oveľa dôležitejší než samotný rozhovor.

Niektoré deti svoje prežívanie vyjadrujú cez hru, kresbu alebo pieseň. To, čo nedokážu povedať, často ukážu iným spôsobom. Aj preto je dobré byť vnímavý na neverbálne prejavy, zmeny nálady, reakcie pri určitých témach alebo v blízkosti niektorých detí.

Rodič nemusí poznať všetky odpovede. Stačí, že je prítomný, všímavý a dostupný. Dieťa, ktoré cíti prijatie aj vo chvíli, keď mlčí, si buduje dôveru, že môže hovoriť, keď bude pripravené. A niekedy práve ticho medzi rodičom a dieťaťom vytvára ten najpevnejší most.

S rešpektom a pokojom aj v náročných chvíľach (11)

Mnohí dnešní rodičia sami vyrastali v prostredí, kde bola facka bežnou súčasťou výchovy. Možno si spomínajú na slová ako „Takto sa naučíš“ alebo „Bez toho to žiaľ nejde“. No čoraz viac z nás dnes cíti, že chceme ísť inou cestou...

Cestou, v ktorej si dieťa vážime ako osobu, nie ako problém, ktorý treba napraviť. Nechceme kričať ani trestať bitkou, no niekedy nevieme, čo robiť namiesto toho. Výchova malého dieťaťa je plná výziev a nie každý deň máme dostatok sily, trpezlivosti a vnútornej rovnováhy. Práve preto je dôležité vedieť, že aj keď prídu náročné chvíle, stále môžeme dieťa viesť pevne, ale bez bolesti.

Deti v predškolskom veku robia chyby, skúšajú a hľadajú hranice. Je to prirodzená súčasť ich vývinu. Potrebujú dospelého, ktorý ich povedie, ukáže im, čo je správne, ale bez toho, aby ich zastrašil, zahanbil alebo fyzicky potrestal. **Keď dieťa dostane facku alebo zažije krik, možno sa na chvíľu podriadi. Možno prestane. Ale nie preto, že pochopilo, čo urobilo zle. Učí sa báť, nie rozumieť.** Takéto chvíle nezanechávajú rešpekt, ale nepokoj. Niekedy strach. Niekedy hanbu.

Rodič, ktorý sa rozhodne reagovať pokojne a s rešpektom, robí niečo, čo má hlboký význam. Ukazuje dieťaťu, že aj keď zlyhá, nie je odmietnuté. Učí ho, že hranice existujú, ale aj to, že chyba nie je “koniec sveta”. Je to príležitosť na opravu, na učenie, na nový pokus. Rešpektujúci prístup neznamená, že dieťa si môže robiť, čo chce. Znamená to, že pomenúvame, čo sa deje, držíme dohodnuté pravidlá a zároveň zachováваме pokoj. Tým dávame dieťaťu skúsenosť, že aj napäté situácie sa dajú riešiť bez hnevu a bolesti. Ak sa dieťa stretáva doma aj v škôlke s láskavým, ale pevným vedením, učí sa dôležité zručnosti do života. Začína rozumieť dôsledkom, učí sa niesť zodpovednosť a vnímať silu slova. Zároveň si buduje vnútorné presvedčenie, že má hodnotu aj vtedy, keď niečo nezvládne.

Každý rodič má žiaľ aj slabšie chvíle. No práve tie nás učia, ako veľmi záleží na tom, čo dieťa od nás vtedy dostane...

Nádej pre pochopenie a záverečné ďakujem (12)

Nie je jednoduché byť rodičom malého dieťaťa. Každý deň prináša nové situácie, nečakané otázky, návaly emócií, chvíle radosti aj chvíle, keď nevieme, ako ďalej. Byť rodičom znamená čeliť výzvam, ktoré nás niekedy zaskočia a niekedy dojmú až k slzám. A predsa, práve tento vzťah patrí medzi tie najdôležitejšie, ktoré v živote vytvárame. **Dieťa však nepotrebuje dokonalého rodiča.** Nepotrebuje niekoho, kto nikdy nezvýši hlas, kto nikdy nezaváha. Potrebuje rodiča, ktorý ho vidí. Ktorý počúva, aj keď je unavený. Ktorý premýšľa o tom, čo je pre dieťa dobré, aj keď nie je všetko ideálne. Rodiča, ktorý robí aj chyby, ale nebojí sa ich priznať. A ktorý sa učí spolu s ním a to každý deň znova.

Ak ste sa rozhodli dočítať tento manuál, znamená to, že vám na vašom dieťati skutočne záleží. Záleží vám na tom, ako sa cíti. Ako vníma samé seba. Ako sa správa k iným. Čo si nesie v sebe domov zo škôlky. A čo si raz ponesie do života ako dospelý človek. To, že sa zamýšľate, zaujímate a hľadáte cestu, je samo osebe veľkým prejavom lásky. Možno to tak nevnímame, ale starostlivosť o vzťah s dieťaťom je jedna z najväčších hodnôt, ktoré mu môžeme dať.

Deti nás pozorujú aj vtedy, keď mlčia. Všímajú si, ako reagujeme na ich chyby. Ako rozprávame o druhých ľuďoch. Ako zvládame vlastný hnev. Ako sa vieme ospravedlniť, keď niečo pokazíme. Učia sa z nášho správania, nie z našich slov. A to, čo každý deň žijeme, sa do nich pomaly zapisuje. Nie do ich poznámok, ale do ich vnútra. Niekedy sa nám podarí zachovať pokoj. Inokedy povieme niečo, čo nás mrzí. Sú dni, keď nás dieťa prekvapí svojou dobrosrdečnosťou, a dni, keď sa cítime bezradní. A to je v poriadku. Výchova nie je súťaž ani výkon. Je to vzťah, ktorý potrebuje pozornosť, úctu a blízkosť. Rodičovstvo nie je o tom, že vždy vieme, čo robiť. Je o tom, že sme nablízku, keď to dieťa potrebuje.

Ďakujem vám, že ste sa rozhodli hľadať cestu, ktorá vedie cez rešpekt, trpezlivosť a láskavé hranice. Táto cesta nie je vždy najrýchlejšia ani najpohodlnejšia, ale je skutočná. Je živá. Je ľudská. A kráčať po nej spolu s dieťaťom je niekedy ťažké, ale vždy zmysluplné. Všetko, čo do vzťahu s dieťaťom vložíme dnes, sa raz vráti. Možno o roky, možno nenápadne, ale určite. Pretože dieťa, ktoré zažilo prijatie, pochopenie a istotu, sa raz stane človekom, ktorý to isté ponúkne iným.

Použitá literatúra (13)

- Siegel, D. J., & Bryson, T. P. (2020). The Power of Showing Up: How Parental Presence Shapes Who Our Kids Become and How Their Brains Get Wired. New York: Ballantine Books.
 - Gottman, J. M., & Declaire, J. (2020). Raising an Emotionally Intelligent Child. New York: Simon & Schuster.
 - Robson, S. (2021). Developing Empathy in the Early Years: A Guide for Practitioners and Parents. London: Routledge.
 - Trevarthen, C., & Delafield-Butt, J. (2021). Intersubjectivity and the Development of Empathy in Early Childhood. London: Springer.
-
- Matula, Š. (2023). Dieťa a správanie v materskej škole. Nitra: Univerzita Konštantína Filozofa.
 - Bednárová, J., & Švecová, M. (2021). Ako rozvíjať sociálne zručnosti detí v materskej škole. Bratislava: Raabe.
 - Šmelová, E. (2021). Etická výchova v predprimárnom vzdelávaní. Prešov: Prešovská univerzita.
 - Tisovičová, S., & kolektív. (2020). Hra ako prostriedok rozvoja sociálnych kompetencií detí. Bratislava: Metodicko-pedagogické centrum.
 - Tarábová, M. (2020). Pozitívna disciplína v materskej škole. Žilina: Vydavateľstvo KREA.
 - Zollerová, M. (2023). Komunikácia a zvládanie emócií u detí predškolského veku. Bratislava: Raabe.