

Učte deti trpezlivosti

 [dieta_a_co_teraz_vychova.jpg](#) [1]

Možno aj vám sa to už stalo – máte dôležitý telefonát, chcete si v pokoji prečítať knihu, práve varíte alebo proste robíte nejakú neodkladnú záležitosť, a v tej chvíli vás zaťne „otravovať“ vaše dieťa. Väčšinou s nepodstatnými vecami, ktoré by poškali pár minút.

Nedopusťte to!

Dieťa sa nestane trpezlivým zo dňa na deň, preto ho to musíte naučiť. Učíte deti „poťkať“ je súčasťou francúzskej éducation. Francúzi týmto slovom označujú nepretržitý proces učenia nových schopností a hodnôt.

Schopnosť Francúzov dostať svoje deti z rámca „detského menu“ je pozoruhodná. Francúzi v prvom rade veria, že najlepšie výchovu zvládnete, ak ste sami v pohode a spokojní. A absolútne skvelé je to, že vo výchove nie ste sami.

Dôvod, prečo je francúzska výchova relevantná, je jednoduchý. Predstavuje prakticky zrkadlový obraz toho, čo sa deje v Amerike. Američania si myslia, že u detí treba rozvíjať poznávacie schopnosti, napríklad čítať, a to čo najskôr, najlepšie už v škôlke. Francúzi sa v predškolskom veku sústreďujú na oveľa jednoduchšie zručnosti – schopnosť existovať v kolektíve a empatiu.

TRIK ? 61

Hysterické záchvaty riešte s nadhľadom

Francúzskych rodičov detské hysterické záchvaty stresujú a vyvážajú z rovnováhy rovnako ako ostatných. Nemajú žiaden magický recept, aby zlostné dieťa prestalo vrieskať. Ale vo všeobecnosti sa zhodnú v jednom: neprimeraným požiadavkám sa netreba poddať. („V žiadnom prípade neustupovať,“ povedal mi jeden otecko.) Hysterický záchvat pravidiel nemeni.

Neznamená to, že by ste mali ostať celkom chladní. Francúzski rodičia sa bez hanby deťom priznajú, že aj oni sa hnevajú, ak niečo nemôžu mať, alebo niečo robia. Rozzúrenému dieťaťu prejavia súcit a sympatiu („Kto by nechcel pred obedom sladké oblátky?“) a nechajú deti, aby vyjadřili nesúhlas. Niektorí rodičia sa následne dieťaťu spýtajú, či má nejaký nápad, ako situáciu vyriešiť, bez toho, aby sa porušili pravidlá a zásady. Ak sa dieťa dokáže dostať do pokoja, aby dokázalo súvislo rozprávať, obyčajne samo navrhne nejakú formu kompromisu – napríklad, že sladkú oblátku zje po obede.

V krízovej situácii sa niekedy oplatí dať deťom autonómiu – môže ich to upokojiť a rýchlo zmeniť náladu. Nechajte dieťa, aby vám pomohlo uvariť večeru a prišlo s vlastnými nápadmi, ako ju vylepšiť. Nechajte ho, nech si samo naloží tanier. Nalaďte sa na jeho vlnovú dĺžku. A neľakajte, že príliš unavené dieťa s vami pôjde dobrovoľne nakupovať do potravín alebo na večeru do reštaurácie.

Ak k záchvatu zlosti dôjde doma a trvá príliš dlho, Francúzi obyčajne pošlú deti do detskej izby a prikážu, aby tam ostali, kým sa neupokojia. „Si príliš hlučný. Choť vrieskať do svojej izby!“ povie moja francúzska priateľka. Zároveň si však uvedomuje, že tým svoje päťročné dieťa ešte väčšmi nahnevá. „Obyčajne odíde do detskej, buchnie dverami, chvíľu tam reve a potom príde za nami a urobí, čo od neho chceme,“ tvrdí. Ak dieťa dokáže vyjsť z detskej izby pokojnejšie a rodičia ho za to pochvália, obyčajne sa kríza rýchlo vyrieši a všetci sa môžu pohnúť ďalej.

Povedané v skratke, zachovajte rozvahy, prejavte sympatiu a neustupujte!

TRIK ? 27 a 28

Jedna maškrtka denne stačí

Kedyś som si ani nedokázala predstaviť, že by malé dieťa dokázalo prežiť od rájok do obeda bez toho, aby zjedlo aspoň sladké hrozienka. Presvedčila som sa však, že tento výkon je nielen možný, dokonca ho zvládnete bez ujmy – dieťa aj vy.

Francúzske deti obyčajneedia len v rámci hlavných jedál dňa, plus popoludňajšej maškrtky, ktorej sa hovorí goúter .

Ukázalo sa, že ak dieťa nepochybné nemá, v ňase obeda či večere je jednoducho dostatočne hladné, aby sa najedlo poriadne. Zároveň je nesmierne upokojujúce vedieť, že nie každý moment dňa predstavuje príležitosť niečo zjesť. Každý člen rodiny sa tak môže venovať podstatnejším veciam. Len čo sa dostanete do rutiny systému jednej maškrtky za deň, z goúter sa stane každodenná „špeciálna udalosť“. Vo Francúzsku je olivant obyčajne nejaká kombinácia sladkosti, mliečného produktu a ovocia. Často sa podáva

okoláda. Jedným z klasických goúter je takzvaný „okoládový sendvič“ – kúsok tmavejokolády v bagete. Zapija sa napríklad malým džúsom.

Neriešte krízu keksíkom

Ak dieťa nepodstúite niečo sladké okamžite, keď zammí, má to úžasné pozitíva. Po prvé, neodmeťujete záchvaty, takže ho neposmeťujete, aby mmmálo?astejšie a viac. Za druhé, neute dieťa jesť len preto, že je namrzené alebo roztrpčené.

Keď bude mať vaše dcéra tridsať a stále vlezie do svojich stredoškolských džínsov, určite sa vám poťakuje.

Všetkých 100 trikov správnej výchovy nájdete v novej knihe, do ktorej by sa mala zaíť každá mamička – [Dieťa... A čo teraz?!](#) [2]

[hot_news_pravy](#)

St, 09/03/2014 - 00:00 — mamata

[Starí rodičia](#)
[Rodina](#)

[Reklama](#)

[Kto sme](#)
[Kontakt](#)
[Mapa stránok](#)

- [FaceBook](#)
- [Twitter](#)
- [Rss](#)

© 2001 - 2011 Spoločnosť Impresa Art, s.r.o.
Všetky práva vyhradené.

[Privátna politika](#) | [Autorské práva](#)



ISSN 1336-2755

Informácie uvedené na www.mamatata.sk sú všeobecnej povahy. Otázky súvisiace so zdravím Vás a Vašich detí je preto potrebné konzultovať s lekárom.

created by [Bekosoft, s.r.o.](#)

Zdrojová URL: <http://mamata.sk/node/452709>

Linky:

- [1] http://mamata.sk/sites/default/files/dieta_a_co_teraz_vychova.jpg
[2] <http://www.bux.sk/knihy/217152-dieta-a-co-teraz.html>