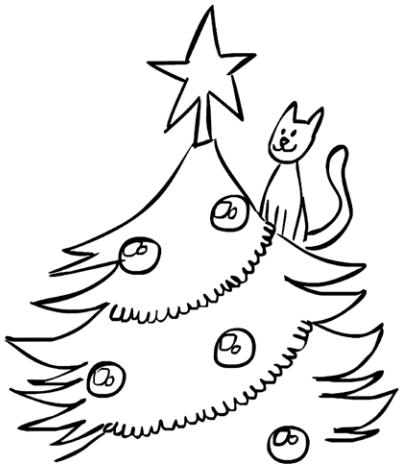
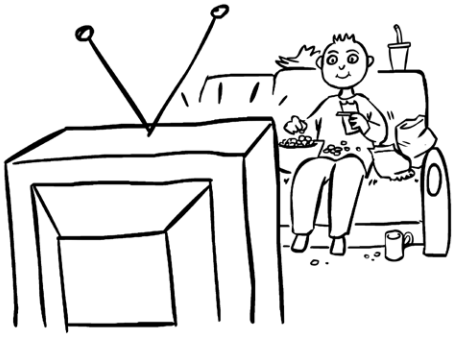
POKRAČOVÁNÍ PŘÍBĚHŮ

Pozorně se dívej na obrázky, popisuj situace a říkej, jak by příběh mohl pokračovat. Jak myslíš, že by pokračoval podle maminky, tatínka, babičky nebo dědy?





pracovnisesity.raabe.cz
© Nakladatelství Dr. Josef Raabe s. r. o.

Přirozený důsledek chování

Terezka nadevše miluje kakao. Kolikrát již viděla maminku připravovat snídani. Rozhodla se, že dnes to zvládne sama. Do svého oblíbeného hrnečku obrátí krabici s Grankem, je překvapená, že půlka obsahu se vysype na stůl. „No nic, tohle se dá ještě napravit," komentuje maminka shovívavě. Než však stačí říci cokoli dalšího, Terezka se žene dál, vezme nádobu s bílým obsahem a tři lžičky sype do hrnečku, s radostí nápoj míchá. Nedočkavě ochutnává, po prvním doušku však protahuje obličej. Ve své zbrklosti sáhla po soli. Měla maminka Terku předem upozornit?

JAK DÍTĚTI POMOCI

Děti s ADHD často jednají dříve, než si postup rozmyslí, nedohlédnou důsledky svého jednání. **Teoretickému poučování, vysvětlování nevydrží dlouho naslouchat.** Nejvíce se časem naučí skrze zažité následky svého jednání, ačkoli důsledky nemusí být vždy příjemné. Obecně platí, že čemu ve výchově věnujeme pozornost, to posilujeme. Proto nežádoucí chování neposilujeme přehnaným udílením pozornosti. **Jasně stanovujeme, co je přípustné a co není.** Bez srozumitelných jasných hranic se ve výchově neobejdeme, zvláště pak u dětí s ADHD. Určitě zde však neplatí pravidlo „škoda rány, která padne vedle", tradované u našich prarodičů. Dítě by přešlo do vzdoru, utvrdili bychom jeho odpor a nenaučilo by se situace adekvátně řešit. **Trvalejší efekt přináší prožití jeho vlastní zkušenosti, přesněji řečeno důsledků chybného jednání.** Pro „vystresovaného chudáka rodiče" je to samozřejmě postup daleko náročnější, nicméně z dlouhodobého hlediska efektivnější. Je tedy zřejmé, že informovaný rodič musí v první řadě zvládnout své vlastní emoce. Autorky samy dobře vědí, že to někdy není jednoduché.

V případě Terezky je důsledkem její překotné činnosti nepořádek na stole a nápoj, který se nedá pít. Ponaučí se ze své chyby tehdy, pokud po sobě uklidí rozsypané kakao ze stolu, umyje hrneček a znovu si připraví nápoj. Terezka může reagovat vzdorem a křikem (komu by nepřišlo k zlosti zmařené dílo?). **Zvládnutí bezprostřední zlosti pomůže akceptující empatická reakce** („To opravdu rozzlobí, když se místo cukru kakao osolí." – řečeno bez ironie, které děti stejně nerozumějí). Poskytujeme čas na zpracování emoce dítěte. Jak se dá situace vyřešit? Pokud dítě neví, **můžeme nabízet varianty** (stůl lze utřít, kakao smést ze stolu) **doplněné otázkou**: „Zvládneš to sám, nebo potřebuješ mou pomoc?" Tím posilujeme kompetenci dítěte adekvátně reagovat. Odměnou pro dítě je zvládnutí situace, byť s dopomocí rodiče.

DOPORUČENÍ A TIPY

- Jakoukoli nepříjemnost neprotahujeme do dalších dní, dítě potřebuje usínat s pocitem klidu.
- Umožňujeme dítěti jeho volbu i za cenu přijatelných ztrát.

Ukázkový pracovní list z pracovního sešitu **CHOVÁNÍ A PROŽÍVÁNÍ** z ediční řady *Pracujeme s předškolákem s ADHD*, která je určena pro předškoláky.

pracovnisesity.raabe.cz
© Nakladatelství Dr. Josef Raabe s. r. o.