**CO SE DĚTI POTŘEBUJÍ NAUČIT A JAK?**

**SEBEOVLÁDÁNÍ:**

Naučte se říkat ne a stát za tím. Ať vaše slovo ANO znamená ano, vaše NE ne!

Malé děti chtějí někdy vyzkoušet, jak vážně rodič svoje slova myslí, a tak se začnou hlasitě vztekat, dokonce i na veřejnosti. Když rodič ustoupí dítě zjistí, že záchvat vzteku je dobrý způsob, jak *ne* změnit v *ano.*

Když rodič řekne ne a stojí za tím, dítě se naučí základní životní pravdu, že vždycky nedostaneme to, co chceme. Dětem nepomáhá, když jsou naučené, že vše, co si přejí ihned dostanou.

Později v dospělosti dokáže dítě říci NE i sám sobě – např. prevence závislosti, patologického chování, aj....

* Dítě potřebuje pochopit, že každý čin má svoje důsledky a nedostatek sebeovládání pro něj bude mít nepříjemný dopad. Pomozte dítěti pochopit, že když se bude snažit ovládat povede se mu v životě lépe.

Vaše dítě vidí, jak reagujete ve stresujících situacích. Ukazujte mu, že sebeovládání má výhody.

**POKORA:**

**Pomáhejte jim, aby si o sobě nemyslely příliš**

* Chvalte za konkrétní věci, neříkejte, že je dítě skvělé, šikovné....../spíše: „máš radost, že jsi se dokázal sám obléci, těší tě, že už umíš sám zdravit,.....?“/
* Učte dítě, aby se dítě dokázalo rychle omluvit, pomozte mu, aby uznalo svoji chybu. /nenuťte dítě podávat ruku na omluvu tomu, komu před chvílí ublížil, stačí „promiň“/
* Učte dítě děkovat!!!bez připomínání...vděčnost je stavebním kamenem pokory.
* Učte dítě, že je důležité dělat něco pro druhé, zapojte je do drobných domácích prací. Povzbuzujte děti, aby si všímalo, kdo potřebuje pomoc.
* Dítě si v budoucnu stanoví reálné cíle a pracuje na nich, což bude výhodou při hledání zaměstnání.

**VYTRVALOST:**

**Je třeba vědět, že ne vždy se nám vše podaří, každého někdy potkají problémy, vhodná kritika nám pomáhá se zlepšovat.**

* Neřešte problémy za dítě, pomozte mu přijít na to, jak je může vyřešit samo.

/“co s tím budeš dělat? Myslíš, že se to dá nějak vyřešit?“/

* Nechte dítě chybovat neposkytujte mu přespříliš ochrany
* Malé dítě neztratí práci, nemá finanční problémy, jejich problémy nejsou existenční!
* Popovídejte si o tom, co dítě trápí a vysvětlete si daný problém
* Pamatujte, že dítě zatím nemá objektivní pohled na daný problém

Dítě v budoucnu neztratí motivaci překonávat životní překážky. Rychleji se vzpamatuje ze zklamání a vlastních chyb, kterých ho čeká v budoucnu mnoho. Nebude se vzdávat při učení nových věcí.

**ZODPOVĚDNOST**

Když dítě pochopí, že za svoje chyby nese odpovědnost, pomůže mu to být poctivé, upřímné, nesvalovat vinu na druhé, nevymlouvat se, omluvit se, když je to na místě. Zodpovědní lidé jsou spolehliví

* + Veďte děti od útlého věku k zodpovědnosti.
  + Nechte je srovnat obuv do botníku, složit pyžamko, ustlat lůžko, odnést talířek, atd....
  + Nechte je pomáhat jakýmkoliv způsobem při domácí práci /chvalte je za vše co s vámi společně dokázaly uklidit. /Neignorujte jejich přirozenou touhu pomáhat/
  + Učte je dokončovat zadané úkoly

**MORÁLNÍ HODNOTY**

Děti s morálními hodnotami umí rozlišit, co je dobré a špatné. Je založené na pevných zásadách, které dodržují i když je nikdo nevidí.

* Učte děti zdravit, děkovat a prosit! Buďte jim příkladem, zdravte hlasitě jako první. Jsou to základní morální hodnoty naší společnosti.
* Vysvětlujte dětem důvody, proč je něco špatné. /proč není správné lhát, krást,...že přijde o kamarády, bude neoblíbené, až bude potřebovat nikdo mu nebude chtít pomoci,.../
* Pokládejte otázky při různých situacích/“co bys udělal ty?“/
* Nepřehlížejte špatné chování
* Chvalte ho, když se zachová správně