

# 7 trikov, vďaka ktorým bude dieťa poslúchať na prvé slovo

**Niektoré dni s našimi deťmi nie sú vôbec jednoduché.** Keď si vyberú svoju slabšiu chvíľku a začnú nás ignorovať, mení sa to na hotovú hru nervov. Vtedy by sme ocenili, keby nás počúvli na prvé slovo alebo aspoň reagovali dostatočne rýchlo na všetky upozornenia. Takéto správanie ich potrebujete vopred naučiť, aby vás vnímali aj v krízových situáciách. Vtedy by sme ocenili, keby nás počúvli na prvé slovo alebo aspoň reagovali dostatočne rýchlo na všetky upozornenia. Takéto správanie ich potrebujete vopred naučiť, aby vás vnímali aj v krízových situáciách.

## 1. ZVOĽTE SPRÁVNY TÓN HLASU

Hlavnú úlohu vo vašej komunikácii s deťmi zohráva tón hlasu. Nemôžete sa spoliehať na to, že ak im rozprávate niečo s obavou alebo veľmi potichu, tak vás budú rešpektovať. Musíte im dať najavo, že vám na tej veci naozaj záleží a potrebujete, aby to hneď vykonali. Zároveň ich tak prinútite, aby pri vašom tóne spoznili a prestali sa venovať inej činnosti, ktorú práve robili. Vystupujte sebavedome, neukazujte, že vám toto prikazovanie robí nejaký problém a snažte sa im rozhodným tónom ukázať, že nemajú nič odkladať na neskôr a majú vás počúvnuť hneď.

## 2. JASNE FORMULUJTE SVOJE POŽIADAVKY

Veľa rodičov robí chybu v tom, že nedokážu dať deťom jasné pokyny. Potom sa nemôžu čudovať, prečo ich vôbec nedokážu poslúchnuť. Jasnou odpoveďou je, že majú jednoducho vo vašich požiadavkách chaos a nevedia, ako by mali zareagovať. Preto sa rozhodnú nerobiť nič, aby niečo nepokazili. Zapamätajte si, že svojim potomkom musíte vydávať príkazy v krátkych a jasne formulovaných vetách. Čím dlhšie budete k nim rozprávať, tým skôr vás prestanú vnímať, takže im to v konečnom dôsledku budete opakovať stále dookola.

## 3. DÔLEŽITÝ OČNÝ KONTAKT

Ubezpečte sa, aby vás potomok pri komunikácii vnímal. Môže sa totiž stať, že bude natoľko zahĺbený do svojej činnosti, že vám odpovie len automaticky a v skutočnosti už po pár sekundách nevie, čo ste mu to povedali. Základným trikom preto je, aby ste nadviazali očný kontakt. Po celý čas, ako k ním hovoríte, vzájomne sa na seba pozerajte. Tak máte istotu, že si vás nielen vypočujú a môžu hneď reagovať, ale zároveň aj lepšie pochopia všetko, o čom ste rozprávali.

## **4. UKÁŽTE IM PRIRODZENÚ AUTORITU**

So svojimi deťmi môžete byť skvelé kamarátky, ale musíte im ukázať, kedy vás majú rešpektovať. Preto by vás mali vnímať ako prirodzenú autoritu, ktorú majú poslúchať. Inak sa dostanete do takých neprijemných situácií, že skôr počúvnu cudzieho človeka ako vás. Nemusíte sa báť toho, že by ste kvôli tomu mali medzi sebou zlý vzťah. Jednoducho ich naučte, že tak ako sa s nimi viete blázniť a ste ich dôverníčkami, rovnako prichádzajú momenty, keď vám nemôžu odvrávať, aby ste mali vzájomne dobrý vzťah.

## **5. BUĎTE IM VZOROM**

Aj v tomto prípade funguje najmä váš vzor. Keď vás vaše dieťa požiada o niečo dôležité alebo sa s vami rozpráva, tak ho taktiež vnímajte. Ak by ste mu nevedeli s niečím pomôcť, alebo by ste práve nemali čas, tak mu to vysvetlite, aby sa necítilo ignorované. Povedzte im, čo musíte najskôr urobiť, aby ste sa im mohli venovať alebo prečo sú ich prosby neuskutočniteľné. Vďaka tomu im ukážete, ako by mali reagovať oni v podobných situáciách, lebo inak vám nabudúce odvrknú rovnakým spôsobom ako vy im.

## **6. NECHAJTE ICH ZOPAKOVAŤ, ČO OD NICH CHCETE**

Vždy sa presvedčite, či vás váš potomok dostatočne vnímal. Na to funguje jednoduchý test. Hneď ako sa dorozprávate, požiadajte ho o to, aby vám zopakoval všetky povinnosti. Takto sa zároveň ubezpečíte, či pochopil všetky pokyny, alebo mu ich musíte ešte nejako vysvetliť. Tiež u nich funguje fakt, že keď už začnú o tom príkaze rozprávať, tak si to všetko lepšie uvedomia a hneď sa im to dostane do povedomia. Vďaka tomu musia o tom hneď premýšľať a môžete sa ich prípadne spýtať aj na spôsob, akým budú plniť váš príkaz, ak to nie je vopred úplne jasné. Keď mu pomôžete prekonať túto prvú prekážku, ostatné mu už pôjde oveľa ľahšie.

## **7. POMOC FUNGUJE LEPŠIE AKO PRÍKAZ**

Už zo svojho detstva si musíte pamätať, ako veľmi ste nemali radi, keď vám niečo dospelí prikazovali. Preto je tiež veľmi dôležitý spôsob, akým svojim deťom predostriete svoje požiadavky. Oveľa lepšie funguje, ak ich poprosíte o pomoc. To v nich evokuje pocit, že máte nejaký problém a nedokážete to bez nich vyriešiť. Preto sa do toho pustia s väčšou chuťou a poslúchnu vás podstatne skôr.