

7 tipov ako byť pre svoje dieťa dobrým vzorom

Výchova je náročná a zodpovedná úloha a právom sa považuje za tú najťažšiu úlohu v živote. Každý rodič chce zo svojho dieťaťa vychovať dobrého, čestného a úspešného človeka. V škole nás však nenaučili ako správne vychovávať a tak nám nezostáva nič iné ako sa to naučiť sami. Mnohé výchovné metódy čerpáme z príkladu našich rodičov alebo spomienok na prarodičov. Buď robíme presne to čo oni alebo sa na míle snažíme vyhnúť ich výchovným metódam, ktoré nám v detstve prekážali. V dnešnej dobe existuje o výchove množstvo literatúry, informácií na webe či rôznych prednášok ale určite nám dáte za pravdu, že najdôležitejšie je riadiť sa svojim vlastným srdcom a intuíciou.

Do určitého veku ste práve vy pre dieťa tým najväčším vzorom. Dieťa svojho rodiča považuje za dokonalú osobnosť či dokonca superhrdinu a v mnohom sa ho snaží napodobniť. A preto prinášame zopár tipov, čo robiť a čomu sa naopak vyhnúť, aby ste mu boli dobrým vzorom.

1. Zbavte sa zlovykov

Pri výchove je najdôležitejšie najskôr dobre poznať samého seba, svoje prednosti ale aj zlovyky. Každý z nás bohužiaľ nejaké má. Deti sú našim zrkadlom a ak si nepravíte aby sa vaše neresti preniesli na ne, zbavte sa ich skôr ako si vaše správanie začnú uvedomovať a napodobňovať. Ak ste to doteraz nedokázali kvôli sebe či partnerovi, s príchodom dieťaťa do rodiny prichádza ten najvhodnejší čas. Samozrejme, nemôžete byť dokonalí, ale snažte sa zbaviť tých vecí, ktoré by ste v budúcnosti nechceli vidieť na svojich deťoch.

2. Robte to, čo ich učíte

Často od dieťaťa požadujeme aby nekričalo, avšak pri prvej príležitosti na neho sami kričíme. Chceme, aby bolo aktívne a venovalo sa športom, ale len ťažko ho presvedčíme ak sami presedíme poobedie pri televízore. Vysvetľujeme a vstúpujeme im zásady zdravého životného štýlu a potom si pred nimi zapálime cigaretu. Takže skôr ako začnete dieťaťu hovoriť čo má robiť a ako má žiť, začnite sa sami podľa svojich príkazní správať. Inak vaše príkazy nebudú pre dieťa dôveryhodné a vôbec sa nemôžete čudovať, že ich nebude chcieť dodržiavať.

3. „Stačí iba pekne žiť, dieťa sa pridá“

Povedal známy detský psychológ Ivan Štúr a z jeho slov sa stal veľmi obľúbený citát. Vysvetliť si ho môžeme aj tak, že by sme sa mali snažiť deťom ukázať tú najsvetlejšiu časť samého seba, aby sa stali naším najlepším odrazom. Dokázať sa to dá v niektorých situáciách aj bez slov. To znamená, že nevysvetľujete a iba im ukážete, ako by sa mohli správať aj oni. Často to zaberie oveľa lepšie, ako keby ste im mali radiť a neustále ich poučovať. Takýmto správaním im dokazujete, že do nich vkladáte svoju dôveru a oni vás za to začnú viac pozorovať a napodobňovať presne v tom, v čom by ste si najviac priali. Deti sú oveľa múdrejšie než za aké ich my, dospelí, považujeme. Dôverujte im a nechajte sa milo prekvapiť.

4. Naučte ich bojovať a nikdy sa nevzdávať

Deti od útleho veku učte trpezlivosti a podporujte ich v tom, čo sa snažia sami dosiahnuť. Nikdy ich nenálepkujte a nehodnoťte. Podporte ich aj ak sa im nepodarí o čo sa snažili a pochváľte ich za snahu, ktorú pre dosiahnutie cieľa vynaložili. Venujte viac pozornosti tomu čo robia správne než ich chybám. Zvýšite tak ich prirodzenú snahu bojovať a nevzdávať sa. Určite dieťa viac motivujete ak mu povieť „Vážim sa ako si sa snažil!“ namiesto „Už sa toho nechytaj, radšej to spravím sám!“

5. Myslite pozitívne

Dajte deťom do vienka cenný dar, a to myslieť pozitívne. Všetko je to práve o vás. A dosiahnete to jedine tak, ak budete vy sami k veciam a situáciám pristupovať pozitívne. Nestážujte si pred deťmi na prácu, porozprávajte im radšej o tom čo sa vám v ten deň podarilo. Aký projekt ste ukončili alebo akú dôležitú zákazku sa vám podarilo získať. Ak cestujete a dostanete sa do zápchy nepoužívajte vety „Nikdy sa tam nedostaneme“ alebo „Teraz tu budeme trčať celú večnosť“. Namiesto toho poznamenajte „Super, môžeme spolu stráviť viac času, poďme si zahrať takúto veselú hru!“. Je pravdepodobné, že vaše dieťa sa v budúcnosti naučí robiť to rovnako.

6. Trávejte spolu čas

Aby ste svoje dieťa dobre vychovali mali by ste si s ním vybudovať pekný vzťah a silné puto. Aj v tejto uponáhľanej dobe si nájdite každý deň čas a trávejte ho spolu plnohodnotne. Venujte sa spoločne zaujímavým aktivitám, hram či športom a veľa sa o všetkom rozprávajte. Okrem toho, že mu dáte dobrý príklad do budúcnosti, stanete sa aj dobrými priateľmi a bude vám dôverovať. Aj vo vyššom veku nebude mať problém sa s vami o čomkoľvek porozprávať a požiadať vás o pomoc alebo radu.

7. Ospravedlňte sa ak ste sa mýlili

Urobili ste chybu? Obvinili či potrestali ste dieťa neprávom? Ospravedlňte sa mu. Nesnažte sa byť za každú cenu dokonalí a uznajte svoj omyl. Požadujte však ospravedlnenie aj od svojich detí. A naučte ich, že ak sa úprimne ospravedlnia, odpustíte im.

„Výchova má byť láskavá a prísna, nie studená a ľahostajná.“ J. Joubert

Výchova je záležitosťou srdca a vyžaduje mnoho trpezlivosti. Veríme však, že s láskou a správnym prístupom sa Vám podarí z vášho dieťaťa vychovať človeka, na ktorého raz budete právom hrdí.

Autorka: Lucia Jarábková

