

SLYŠÍME,
CO NÁM NAŠE
DĚTI SKUTEČNĚ
ŘÍKAJÍ?

KVÍZ

10 SITUACÍ
DĚTSKÝCH SIGNÁLŮ

A možná úplně nový pohled
na chování dětí.



DĚTI MLUVÍ. POŘÁD.

Někdy slovy.

Někdy křikem.

Někdy vztekem.

Někdy sprostě.

Někdy tím, že nechtějí do školy.

Někdy bolestí břicha.

Někdy tím, že se perou, koušou nebo vzdorují.

A někdy tím, že přestanou mluvit úplně.

Otázka možná není, jestli mluví.

**Ale jestli slyšíme,
co nám skutečně říkají.**

My dospělí totiž někdy používáme překladač,
který nám dětskou zprávu přeloží úplně jinak.

Dítě říká:

„Nechci tam!“

Náš překladač:

Vzdoruje.

Dítě vykřikne:

„Jdi do prdele!“

Náš překladač:

Je drzé.

Dítě se zavře v pokoji:

„Nechte mě všichni být!“

Náš překladač:

Je protivné.

Dítě křičí kvůli ponožce:

„Já si to nevezmu!“

Náš překladač:

Zase scéna kvůli ničemu.

Co když ale naše děti říkají něco úplně jiného?

Co když říkají:

„Bojím se.“

„Je toho na mě moc.“

„Něco mě bolí.“

„Nerozumím tomu.“

„Nevím, jak ti to mám říct.“

„Potřebuji pomoc.“

Co když naše děti nemluví špatně?

Co když k jejich řeči jen používáme špatný překladač?

**A co když jsme to tentokrát byli my, kdo při lekcích
dětského jazyka nedával pozor?**

TENTO KVÍZ NENÍ TESTEM TOHO, JESTLI JSME DOBŘÍ, NEBO ŠPATNÍ RODIČE, PRARODIČE, UČITELÉ ČI VYCHOVATELÉ.

A UŽ VŮBEC NEMÁ DIAGNOSTIKOVAT NAŠE DĚTI.

Je to pozvánka.

Na chvíli se zastavit.

Podívat se na deset běžných situací.

A možná si zkusit půjčit trochu jiný překladač.

Odpovídejme podle toho, co nás napadne jako první.

Ne podle toho, co si myslíme, že bychom „správně“ odpovědět měli.

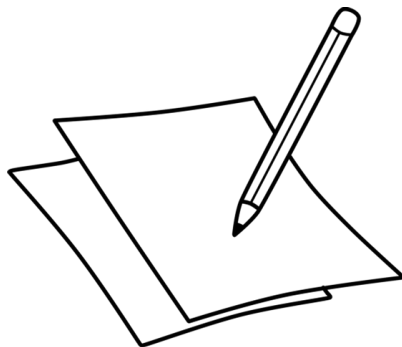
JDEME NA TO?

KVÍZ

Vezmi si papír a tužku.

Čeká tě 10 otázek, u kterých si vždy
označ nejlépe odpovídající odpověď
A, B, C, nebo D

Kvíz si také můžeš vytisknout a odpovědi zakroužkovat.



1. „JDI DO PRDELE!“

Vykřikne ti dítě přímo do obličeje.

CO SLYŠÍŠ JAKO PRVNÍ?

- A) Nerespektuje mě. Tohle si ke mně nesmí dovolovat.
- B) Je strašně naštvaný. Nejdřív potřebuje vychladnout.
- C) Tohle je hodně silná reakce. Co se dělo těsně předtím?
- D) Tuším, že za tím něco je. Ale ta slova mě natolik zraní nebo naštvou, že v tu chvíli nedokážu slyšet nic dalšího.

CO MŮŽE BÝT POD POVRCHEM?

Možná:

„Je toho na mě moc a neumím ti to říct jinak.“

Sprosté slovo může být někdy útok.

Ale může být také:

- ventil,
- štít,
- meč,
- siréna.

Otázka tedy nemusí znít jen:

„Jak ho přimět, aby takhle nemluvalo?“

Můžeme přidat ještě jednu:

„Co se stalo, že potřebuje mluvit právě takhle?“

2. „DO ŠKOLY NEJDU!“

Každé ráno stejný boj.

CO SLYŠÍŠ?

A) Zkouší, jestli mu to projde. Do školy se prostě chodit musí.

B) Asi se mu ve škole něco nelíbí.

C) Kdy to začalo? Co se změnilo? Učení? Spolužáci? Učitel?

Hluk? Nároky? Strach?

D) Vidím, že se něco děje, ale zároveň se bojím, co bude, když přestanu tlačit.

CO MŮŽE BÝT POD POVRCHEM?

„Někde tam mi není dobře.“

3. „TOHLE SI NEVEZMU!“

Škrábe to.

Tlačí to.

Ponožka má šev.

V jídelně je hluk.

Někdo moc hlasitě jí.

CO SLYŠÍŠ?

A) Zase přehání.

B) Najdu něco jiného, ať je klid.

C) Možná opravdu cítí něco, co já téměř nevnímám.

D) Věřím mu. Jen někdy nevím, jak skloubit jeho potřeby s běžným životem celé rodiny.

CO MŮŽE BÝT POD POVRCHEM?

„Pro tebe je to maličkost. Moje tělo ale křičí.“

4. „NECH MĚ BÝT.“

Dítě přijde domů.

Zavře se v pokoji.

Odmítá komunikovat.

CO SLYŠÍŠ?

A) Ignoruje mě. Takhle se doma nechováme.

B) Potřebuje být chvíli samo.

C) Možná celý den něco zvládalo, potlačovalo nebo maskovalo a teď už nemůže.

D) Chci mu dát prostor, ale jeho mlčení ve mně vyvolává strach.

CO MŮŽE BÝT POD POVRCHEM?

„Teď nemám sílu mluvit.

Ale to neznamena, že tě nepotřebuji.“

5. DÍTĚ UDEŘÍ JINÉ DÍTĚ.

CO VIDÍŠ?

- A) Agresora, který musí dostat trest.
- B) Dítě, jehož chování musíme okamžitě zastavit.
- C) Dítě, kterému zabráníme ubližovat – a potom budeme hledat, co ho k tomu přivedlo.
- D) Dítě, kterému chceme rozumět, ale bojíme se, že hledáním příčin omlouváme jeho chování.

CO MŮŽE BÝT POD POVRCHEM?

„Nemám jiný nástroj pro to, co se ve mně právě děje.“

ROZUMĚT NEZNAMENÁ DOVOLIT

Tohle je důležité.

Rozumět neznamená dovolit.

Můžeme zastavit ruku, která ubližuje,
a současně se ptát,
proč potřebovala udeřit.

Můžeme říct:

„Nedovolím ti ubližovat.“

A zároveň:

„Chci pochopit, co se ti stalo.“

Hranice a porozumění nejsou protiklady.

Mohou stát vedle sebe.

6. DÍTĚ SE NAJEDNOU ZMĚNILO.

Výbuchy.

Noční můry.

Bolesti břicha.

Horší výsledky ve škole.

Úzkost.

Stažení do sebe.

CO VIDÍŠ?

A) Má jen nějaké období. To přejde.

B) Něco se změnilo.

C) Jeho tělo nebo chování mi možná říká něco, co dítě nedokáže říct slovy.

D) Vidím signály, ale bojím se, že nevím, jak se správně zeptat.

CO MŮŽE BÝT POD POVRCHEM?

„Něco se děje. Všimneš si mě?“

7. „ŘÍKÁM TI TO UŽ PO DESÁTÉ!“

Neuklidilo.

Neobléklo se.

Nepřipravilo si věci.

Pořád nezačalo.

CO VIDÍŠ?

A) Kašle na mě.

B) Nechce se mu.

C) Nechce – nebo právě teď opravdu nedokáže začít, přepnout pozornost či se zorganizovat?

D) Víím, že to možná nedělá schválně. Ale moje vlastní nervy už jsou na hraně.

CO MŮŽE BÝT POD POVRCHEM?

„Vím, co po mně chceš. Jen nevím, jak se dostat z bodu A do bodu B.“

8. „UŽ HO NIC NEBAVÍ.“

Dřív mělo zájmy.

Kamarády.

Radost.

Teď telefon.

Pokoj.

Postel.

Nic.

CO VIDÍŠ?

A) Je líné a závislé na telefonu.

B) Potřebuje nějakou aktivitu.

C) Co se stalo s jeho radostí?

D) Vidím, že se mi ztrácí, ale nevím, jak se k němu dostat.

CO MŮŽE BÝT POD POVRCHEM?

„Něco ve mně zhaslo. Všimneš si toho?“

9. „NEDÁ SE S NÍM VYDRŽET.“

Vzdoruje.

Provokuje.

Křičí.

Mluví sprostě.

Všechno odmítá.

Všechno je problém.

CO VIDÍŠ?

A) Je nevychované.

B) Potřebuje pevnější hranice.

C) Co když je jeho chování reakcí na něco, co zatím nevidíme?

D) Víím, že mě potřebuje. Ale já už nemůžu.

CO MŮŽE BÝT POD POVRCHEM?

„Potřebuji někoho, kdo mi pomůže unést to,
co já ještě unést neumím.“

A CO MY?

Možná jsme u některých otázek odpověděli:
„Vím, že se za tím něco skrývá. Ale já už nemůžu.“

I to je důležitý signál.
Tentokrát ne dětský.
Ale náš.

Porozumět dítěti neznamena zapomenout sami na sebe.
Někdy nepotřebuje pomoc jen dítě.
Někdy ji potřebujeme i my, kteří se mu ze všech sil snažíme
rozumět.

Nemůžeme být kompasem, když sami nevíme, kde je sever.

10. POSLEDNÍ OTÁZKA

Když dítě udělá něco, čemu vůbec nerozumíme...

JAKÁ OTÁZKA TI NASKOČÍ JAKO PRVNÍ?

- A) Co je s ním zase za problém?
- B) Proč to dělá?
- C) Co se mu děje?
- D) Co se tím snaží říct?

DĚTI MLUVÍ.

CELOU DOBU.

OTÁZKA ALE MOŽNÁ NENÍ,
jestli a jak mluví.

ALE JESTLI SLYŠÍME,
co nám skutečně říkají.

VYHODNOCENÍ



NEJČASTĚJI A



VIDÍME PŘEDEVŠÍM CHOVÁNÍ

Naše pozornost přirozeně míří k tomu, co dítě právě udělalo.

Co řeklo.

Jak se zachovalo.

Co je potřeba zastavit nebo změnit.

Pravidla a hranice jsou důležité.

Možná ale můžeme k otázce:

„Jak to zastavíme?“

přidat ještě jednu:

„Co se stalo, že to začalo?“

Někdy totiž chování není problém.

Je to místo, kde se problém stal viditelným.

NEJČASTĚJI **B**



TUŠÍME, ŽE POD POVRCHEM NĚCO JE

Cítíme, že chování nebývá celý příběh.
Dáváme dítěti prostor.
Snažíme se situaci nezhoršit.

Možná je naším dalším krokem začít jednotlivé signály propojovat.

Co se dělo předtím?

Kdy to začalo?

Kde se to děje?

S kým?

Co se změnilo?

Protože někdy stačí přestat sledovat jeden okamžik...
a podívat se na celý příběh.

NEJČASTĚJI C



ČTEME MEZI ŘÁDKY

Přirozeně hledáme příběh ukrytý pod chováním.

Všímáme si prostředí.

Emocí.

Potřeb.

Nervového systému.

Souvislostí.

Možná je pro nás důležité nezapomenout na dvě věci:

Porozumění nevylučuje hranice.

A...

součástí příběhu jsme také my.

NEJČASTĚJI D



VIDÍME DÍTĚ. ALE MOŽNÁ V TOM ZTRÁCÍME SEBE.

Často víme nebo tušíme, co se s naším dítětem děje.

Jenže pochopení samo o sobě nezruší naši únavu.

Strach.

Bezmoc.

Ani naše vlastní emoce.

Možná nepotřebujeme ještě více empatie vůči dítěti.

Možná potřebujeme část té empatie obrátit také k sobě.

Protože i my mluvíme.

A i naše tělo vysílá signály.

MOŽNÁ MÁME OD KAŽDÉHO NĚCO



A možná nám nevyšlo vůbec nic jednoznačného.

To je naprosto v pořádku.

Někdy vidíme pod povrch.

Jindy jsme unavení a chceme jen, aby už byl klid.

Někdy dokážeme naslouchat.

A jindy nám vlastní strach, vztek nebo bolest přehluší všechno ostatní.

Nejsme jeden typ rodiče.

Jsme lidé.

A překladač, který používáme, se může měnit podle situace, dítěte i toho, kolik sil právě máme.

CO SI Z TOHO ODNÉST?

Možná jen jednu malou změnu.

Až příště naše dítě udělá něco, čemu vůbec nerozumíme...
zkusme se před reakcí na okamžik zastavit.

A místo jediné otázky:
„Proč tohle zase dělá?“
zkusme přidat druhou:
„Co se mi tím snaží říct?“

Nemusíme odpověď znát.
Pro začátek možná stačí začít ji hledat.

Když dítě křičí,
nadává,
mlčí,
vzdoruje,
utíká,
bouchá,
odmítá,
nebo se ztrácí samo v sobě...

možná není potřeba jako první hledat způsob,
jak změnit dítě.

Možná se můžeme nejdříve podívat,
“kde ho tlačí bota”.

Protože když bota NESEDÍ,
ŘEŠENÍM NENÍ VYMĚNIT NOHU.

CO KDYŽ NAŠE DĚTI NEMLUVÍ ŠPATNĚ?

Co když k jejich řeči jen používáme
špatný překladač?

A CO KDYŽ JSME TO TENTOKRÁT BYLI MY,
KDO PŘI LEKCÍCH DĚTSKÉHO JAZYKA
NEDÁVAL TAK ÚPLNĚ POZOR?

MOŽNÁ JE ČAS ZAČÍT POSLOUCHAT
ZNOVU.

TROCHU JINAK.

POMÓC, MOJE DÍTĚ MLUVÍ SPROSTĚ!

Tak se jmenuje průvodce,
který je hlasem dětí
a kompasem dospělých.
Mostem mezi dvěma světy.
Dospělými a dětmi.



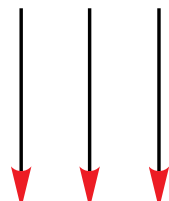
Tento průvodce nevznikl proto,
aby nám řekl, jak „opravit“ naše děti.
Vznikl jako cesta do jejich vnitřního světa.
Za slova.
Za vztek.
Za vzdor.
Za ticho.
Za chování, kterému někdy vůbec nerozumíme.
Jako most mezi dospělými a dětmi.

Protože možná naše děti celou dobu mluví.
A my se můžeme znovu naučit jejich jazyk pochopit.





ŽIVOT BY TOLIK
NEBOLEL,
KDYBY MI DOSPĚLÍ
ROZUMĚLI...



KAPESNÍ PRŮVODCE
A PŘEKLADAČ
DĚTSKÉHO JAZYKA



www.atelierperceptio.com/proc-moje-dite-mluvi-sprosteprostei-sproste---e-kniha/



Hledání významu chování
nenahrazuje odbornou pomoc, pokud je dítě v ohrožení.

U vážných signálů, jako je sebepoškozování nebo výrazná
náhlá změna fungování dítěte, vyhledejte odbornou pomoc a
heldejte příčiny a řešení situace společně.



www.instagram.com/zivotvbotach_kteretlaci/

www.atelierperceptio.com/proc-moje-dite-mluvi-sprosteprostei-sproste---e-kniha/