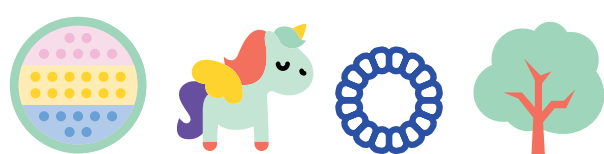


Tři kroky ke zvládnání náročného chování

Dítě, které se **učí zdravě regulovat** od svých rodičů, si vyvíjí schopnost včas zastavit impulzivní chování a ve většině případů **zvládne samo sebe zklidnit**.

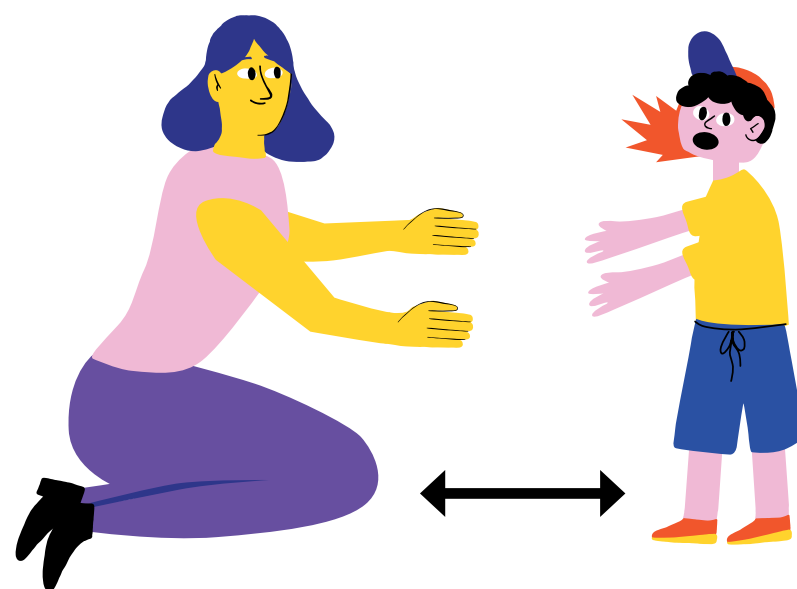
» Dítě, které tuto podporu nezískalo, může potřebovat ke zvládnání svého chování a emocí naši pomoc.
Je důležité umět takovou podporu dítěti poskytnout.

01 Reguluj



Dítě je neklidné, reaguje podrážděně nebo vůbec.

Netlačte na ně. Omezte slovní pokyny.
Poskytněte mu bezpečný prostor a čas. Nabídněte senzomotorické pomůcky a aktivity. **Monitorujte.**



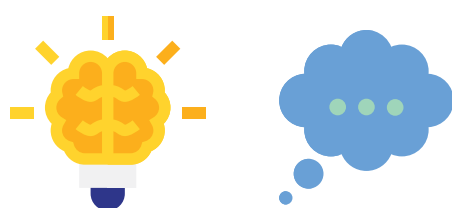
02 Navaž kontakt



Zklidněte sami sebe. Předcházejte zhoršení situace.

Navažte kontakt. Využijte k tomu klidnou a respektující neverbální komunikaci. **Projevte empatii a zájem.** Pojmenujte a uznejte emoce dítěte. **Monitorujte.**

03 Reflektuj



Ujistěte se, že je dítě klidné a schopné přemýšlet.

Pojmenujte, co situaci spustilo a co pomohlo k jejímu zvládnutí. **Odůvodňujte** své pokyny a očekávání, aby jim dítě skutečně porozumělo. **Společně vytvořte** funkční pravidla napříště.



Všechna práva vyhrazena © 2022–2023 Bruce D. Perry



Co-funded by
the European Union

www.societyforall.cz

SO
FA

