

JAK SI SPOLU HRÁT

Hra je jedním z nevhodnějších způsobů, jak navázat s dítětem přátelství, získat společné zážitky a přispět k budování vzájemného vztahu, ze kterého můžete jako rodič čerpat při řešení konfliktních situací. Během hry můžete dítě učit řešit různé problémy, vyzkoušet nové nápady v komunikaci s ním a podporovat jeho představivost a tvořivost.

Pro rodiče impulzivních a hyperaktivních dětí může být hra jednou z mála příležitostí, jak strávit společný čas příjemně a nekonfliktně. Je-li dobře připravená, vnese do vztahu dítě-rodič vřelost a partnerský přístup. Také rozšiřuje slovní zásobu pro komunikaci s vrstevníky i dospělými mimo rodinu, podporuje sociální dovednosti (děti se učí čekat, až na ně přijde řada, podělit se o hračku, spolupracovat), rozvíjí empatii a pochopení pocitů ostatních.



V první sérii obrázků vidíme, jak rodič často chybuje tím, že chce hru řídit sám. On přece ví, jak to má být správně, a může tak dítě poučit. Co je na tom špatného? Jen to, že dítě už nemá chuť si s ním hrát a povídat. Rodič ho odradil.



Malé dítě totiž nemívá cíl – neví, co staví, a rodič mu má ponechat radost z tvorby a hry a sdílet ji s ním. Dospělí jsou trochu uvěznění v představě, že vše musí mít svůj účel a cíl. Ponechte dětem ještě na nějaký čas tvůrčí svobodu a nespoutanost a buďte při hře s nimi, protože to je ten cíl.

Být s ním a zajímat se o ně a jeho nápady, to je cíl společné hry s dítětem. Jak na to?

Při hře s dítětem je důležité:⁸

- nechat se dítětem vést,
- fyzicky se snížit, abyste byli na stejné úrovni (klenout si k němu nebo si sednout),
- nemít přehnané očekávání ohledně toho, kam hra povede,
- vyhnout se vlastní soutěživosti, hlavně ve hrách, v nichž dospělí vždy vyhrávají,
- chválit nápady dítěte a nekritizovat,
- zapojit se do hry na něco a někoho (hrát si na lékaře apod.),
- být pozorným a vděčným posluchačem,
- používat popisné komentáře – o tom více na straně 35.
- podporovat dítě v samostatném řešení problémů, nesnažit se vyřešit vše za dítě,
- užívat si to!

⁸) Judy Hutchings, *Little Parents Book*, str. 4 nn.

Popisujte, co dítě právě dělá

Jak byste měli s dítětem komunikovat ve chvíli, kdy si hraje a vy mu věnujete plně pozornost?

Nedávejte pokyny ani instrukce.

Samozřejmě musíte reagovat, pokud dítě dělá něco, co nesmí – například porušuje dohodnuté domácí pravidlo. Obecně však platí, že nyní je v roli „šéfa“ dítě.

Zdržte se otázek.

Ptejte se jen tak, aby dítě zůstávalo „pánem situace“. Neptejte se „Proč jsi nepostavil věž?“ nebo „Co to má být?“ Otázky tohoto typu dítě rozptýlí a vytrhnou z jeho soustředění na činnost, které se věnuje. Nedostatečná koncentrace přitom bývá důvodem rušivého chování dětí.

Občas můžete položit otázku typu: „*Tohle bude přístřešek pro koně?*“ Ještě lepší je jen poznamenat: „*Říkám si, jestli tohle nebude přístřešek pro koně.*“ Tím necháváte dítěti prostor, aby se samo rozhodlo, jestli vám odpoví, a současně mu dáváte najevo, že se na něj a jeho hru opravdu díváte.

Popisujte dění jako pozorovatel.

Rodiče často nevědí, co říkat. Nejlepší je být jako komentátor v televizi a prostě jen popisovat, co vidíte. „*Stavíš věž ze žlutých kostiček a teď dáváš nahoru červenou.*“ „*Dáváš zvířátka do nákladáku a ona teď jedou na výlet.*“

Oslovujte ho jménem.

Můžete říkat věty jako třeba: „*Pokládáš červenou kostku na modrou, Petře.*“

Napodobováním mu dejte najevo, že se vám líbí, co dělá.

Když si dítě hraje s modelínou a vytvaruje figurku, zkuste udělat to samé. Ale nepokoušejte se je předčit, ani neměňte směr vývoje hry.

Hra s modelínou je velice užitečná v podpoře kreativity a lze ji využít u překvapivě širokého věkového rozmezí. Často děti zabaví na dlouhou dobu a je relativně levná. Místo modelíny můžete použít těsto a výtvary upéct.

Vyjadřujte se pouze pozitivně a vyhněte se kritice.

Pamatujte, že je to hra vašeho dítěte. Vzpomeňte si, jak jste se cítili, když vás naposledy někdo kritizoval. Ve hře neexistuje dobré a špatné a pro vaše dítě je (samozřejmě v mezích zdravého rozumu) dobré to, co si při hraní samo zvolilo. **Vaše úloha je najít něco, oč můžete projevit zájem, a pozitivně se o tom zmínit (co se dítěti podařilo).** I když z vašeho pohledu může jít jen o částečný zdar, dítě to vnímá jako svůj veliký úspěch.

Poslouchajte, co říká a dívejte se.

Poslouchat své dítě je v tuto chvíli důležitější než na ně hovořit. Pokud už mluvíte, měli byste popisovat, co dítě dělá. Když se vás na něco zeptá, odpovězte, ale nedovolte, aby vás dostalo do pozice, kdy mu říkáte, co má dělat. Vraťte volbu dítěti zpět: „*Zajímalo by mě, co bys udělal ty.*“

S nadšením popisujte, co dělá.

Ačkoli se rodiče často nechávají slyšet, že se při popisném komentování zpočátku cítí trapně, je pro ně překvapivé, že si toho děti vůbec nevšimnou a reagují velmi pozitivně. Otrávený komentátor by si své místo moc dlouho neudržel.