



MAMI, TATI, JAK SI SPOLU POVÍDÁME

*Jak vnímat
přirozeným
způsobem děti
i dospělé*

HANA
BRODINOVÁ

Motto

„Děti mají schopnost vnímat daleko citlivěji než dospělí a hlavně jejich cit není svázán žádnými zkušenostmi. Je proto naší úlohou, aby první zkušenosti byly jak možno hodnotné.“

J. Trnka

- Je věnována hlavně dětem, rodičům, ale i prarodičům, učitelům a všem, kteří žijí nebo chtějí žít v duchu pozitivního přístupu k životu.
- Kniha zpracovává přirozenou komunikaci od početí až po dospělost

Přirozená komunikace

- Zahrnuje slovní i mimoslovní komunikaci
- Můžeme ji vyjádřit slovy
 - příjemná
 - vstřícná
 - chápající
 - od srdce
 - v lásce
 - s úctou
 - bez ironie
 - obviňování
 - přikazování
 - ponižování
 - arogance

**MOJI MILÍ
RODIČE, MÁTE
PRO MNE MÍSTO
VE SVÉM SRDCI,
NEŽ SE
NARODÍM**



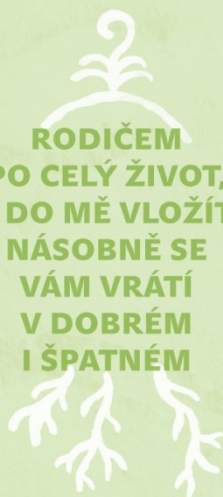
**MAMI, TATI,
JAK SI SPOLU
POVÍDÁME**



**SHRNUTÍ
NA ZÁVĚR**



**RODIČEM
PO CELÝ ŽIVOT,
CO DO MĚ VLOŽÍTE,
NÁSOBNĚ SE
VÁM VRÁTÍ
V DOBRÉM
I ŠPATNÉM**



**HOLKA
NEBO KLUK,
KLUK NEBO
HOLKA**



**MAMI, TATI,
JAK SI SPOLU
POVÍDÁME,
JAKOU MÁME
SPOLU
ŘEČ?**





Připravujte se vědomě na rodičovství, tak jako se připravujete na jiné situace, ať se nestanu pokusným králíčkem. Je mnoho knih, seminářů, míst, webových stránek, z nichž můžete načerpat nové informace. Dejte však přitom na svou intuici a selský rozum, protože každé z nás je originál a potřebuje svůj přístup.

Vyčistěte mysl i tělo od negací. Jsou různé způsoby, a proto si najdete ten, který vám vyhovuje.

Naladte se na pozitivní přístup k životu. Zvažte, zda vaše dosavadní zvyky a vzorce chování jsou dobré.

Zasejte nový život do zdravého prostředí, tak se zvýší šance, že se narodím zdravé. Tím mám na mysli pozitivní mysl ve zdravém těle.

Pokud se chystáte založit rodinu, najděte si pro mne místo ve svém srdci.



Umiš nakreslit srdce?



Když mě zplodíte, těšte se na mne, prostě na děťátko, miminko.

Děvčátko nebo chlapeček je přece krásný malý človíček, lidské mládětko, které potřebuje vaši lásku a přijetí.

Vaše pocity a chtění vnímám již v prenatálním vývoji, jsem živé, záleží na vás, s jakým pocitem se narodím, zda jako chtěné, nebo odmítané.

Udělejte si na mě čas i v období prenatálního rozvoje, povídejte si se mnou, hladte mě, pouštějte mi hudbu.

Nezapomeňte, že prenatální období, porod a moje rané dětství patří mezi nejdůležitější.

Prožijte toto období jako období příjemné, přirozené, s těšením se v radosti na nové, i já budu mít tento pocit.

Připravujte se na moje narození jako na radostnou událost.

Zvolte pro můj příchod na svět místo, kde ti bude, maminko, co nejpříjemnější. Drž se své intuice a přirozenosti, jsme přece savci. Daleko lépe budeš vnímat mé potřeby.

Maminko, když se přirozeně narodím, je to normální. Nech mě u sebe, potřebuji si na svět zvykat pomalu, v příjemném prostředí, cítit tvou přítomnost pro pocit bezpečí a vzájemného propojení.

Přijměte mě takového, jaké jsem, děvče nebo kluk.

Ve výchově také tak ke mně přistupujte, hlavně se přestaňte snažit udělat ze mě něco jiného, než jsem (z kluka holku nebo naopak).

Později se vše může objevit jako nespokojenost se sebou samým nebo jako pocit viny, že jsem nesplnilo vaše očekávání.

Příroda je nesmírně dokonalá a my jsme její součástí. Nechte, rodiče, vše v klidu plynout bez spěchu a stresu a vnímejte její zákonitosti.

Tatínku, vytvoř pro maminku v období šestinedělí bezpečné zázemí, ať může odpočívat, jíst, spát a v klidu se o mne starat. I já budu klidné.



U maminky v bříšku



U maminky v bříšku

Jaké je to pro miminko u maminky v bříšku?

Dokážeš si na to vzpomenout?

Jak se dostane miminko do bříška?

Jak se cítí maminka,
když má miminko v bříšku?

Kdo je miminko?

Je miminku lépe u maminky v šátku,
nebo v kočárku?

Také jsi bylo miminko?

Budeme si o tom povídat, chceš?

Můžeme si prohlédnout fotografie?

Co potřebuje miminko, aby bylo
spokojené, zdravé?

Co je to být spokojené, zdravé,
v bezpečí?

Jak pomáhá tatínek, když je
miminko malé?







Dům kde bydlím

Jak vypadá dům, kde žiješ?

Líbí se ti dům?

Kde budeš bydlet, až budeš velké?

Moje rodina

Máš rodinu?

Má každý rodinu?

Když řekneme domov, co si pod tím můžeš vše představit?

Jak máš velkou rodinu?

Kamarádi děti a zvířata

Máš kamarády?

Co to je být kamarádský?

Proč má člověk kamarády?

Jsi s nimi rád?

Mohou kamarádi pomáhat, ublížit?

Je každý tvůj kamarád, nebo si kamarády vybíráš?

Ptáci, ptačí hnízdo

Co znamená věta – nechte mě rodiče vylétnout z hnízda?

Kdy děti potřebují své rodiče?



Víte, kdo je pro mne největší zlatíčko, miláček? Přece JÁ. A tak je to i s vámi. I vy jste pro sebe ti nejdůležitější. Mějte se nejradši, važte si sebe, přejte si to nejlepší.

Největší bohatství je v každém z nás, v naší jedinečné dokonalosti a nedokonalosti.

Nechte mě uskutečňovat mé sny a nápady. Tím se projevuji a prosazuji sám sebe.

Přejte mi, mějte radost a věřte, že dokáži a mohu jít svou vlastní cestou. Jít vlastní cestou a žít zodpovědně svůj život, ne život někoho jiného, je situace zcela přirozená.





To jsem já – prostor pro rodiče

**Možné náměty, jak si můžete s dítětem povídat,
kreslit, tvořit při čtení druhé kapitoly**



To jsem já

Kdo jsi?

Libíš se samo sobě?

Jsi spokojené, nebo bys něco změnil?

Jsi pro sebe důležité?

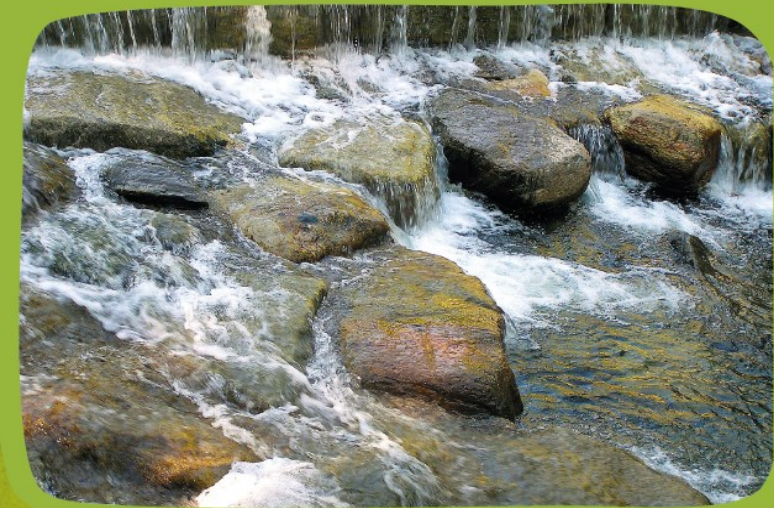
Jsi jenom jediné na světě?

Kdo je dítě?

Jaký je rozdíl mezi dítětem a dospělým?

Jsi rádo dítětem?

Jsou všechny děti stejné?



Již od narození objevují své tělo, a to na všech místech.

Objevím i své pohlaví i rozdílnost mezi klukem a děvčetem.

Určitě budu zvědavé, zvědavost se projeví různými způsoby.

Budu se ptát, třeba hrát s dětmi různé hry, prohlížet si knihy, dívat se na vás, dotýkat se vlastního přirození.

Když jsme bratr a sestra, může se stát, že si navzájem budeme předávat zkušenost různým způsobem.

Neděste se, zkuste nechat situacím volný průběh nebo v klidu, bez pohoršování, studu, nadávání, vyhrožování, vysvětlit situaci, uspokojit mou zvědavost, zodpovědět otázky.

Všechno jsou zcela přirozené vývojové procesy.

Když si nevíte rady, máte na pomoc knihy, poradny a jiné zdroje informací, stačí jen chtít a hledat.

Berte přirozeně lidskou nahotu a sexuální vývoj člověka s vymezením určitých hranic zlaté střední cesty.

Učte mě citlivě tyto hranice vnímat a poznávat.



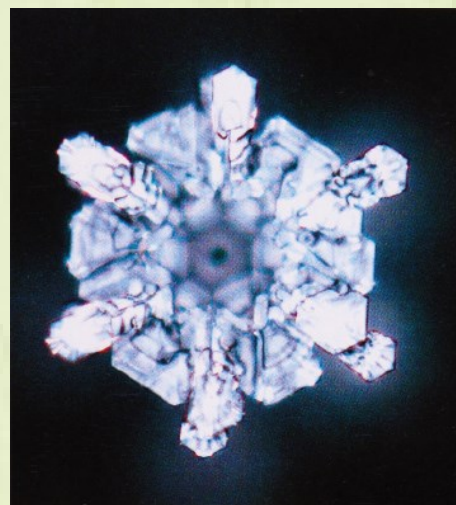
Holka nebo kluk



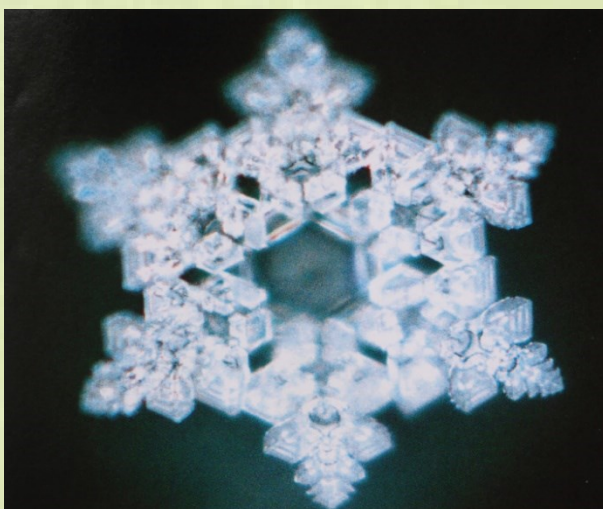
Jak působí slova, okolní prostředí na vodu



Voda s nápisem „Smůla“: Vznikl labilní krystal, který nemůže dosáhnout rovnováhy, ačkoli se o to snaží.



Léčivé ruce Matky: Tento krystal plný síly má lehké růžové zabarvení. Růžová je přiřazená lásce a laskavosti, které přichází ze srdce. Říká se také, že tato barva pomáhá aktivovat životní energii.



Štěstí: Dokonalá krása, harmonie. Jako jemně vybroušený diamant. Možná je harmonie podmínkou štěstí.



Láska mezi manžely - jak nádherný symbol zde vznikl. Jako by velký krystal chtěl vzít ten malý do náruče.

Mozek dítěte je čistý list a vědomosti nasává jak houba vláhu po dešti. Rodiče, je na vás, co na něj napíšete, co svému dítěti v rodině předvedete. Rodiče, máte na výběr. Mějte na paměti, že vše snímá, bere jako bernou minci a posílá dál.

Milí rodiče, zkuste si zahrát velice jednoduchou hru, přečtěte si následující věty a zkuste vnímat, jak na vás působí.

Jsou to pozitivní a negativní věty.

Pozitivní věty povzbuzují dětskou sebedůvěru, když je děti slyší, cítí se dobře, jsou radostné, zdravé a spokojené. Vytváří svět přátelský.

Negativní věty vzbuzují v dětech nepříjemné pocity a zbytečný strach. Na psychiku i tělo nepůsobí dobře a mohou se projevit i jako nemoc. Vytváří svět nepřátelský.



Možné věty, které nejčastěji slyšíme nebo jsme slyšeli od rodičů, dospělých i dětí.

Řekni mi to ještě jednou, ať porozumím tomu, co říkáš.

Co to zase meleš za nesmysly a hlouposti! Buď radši ticho a běž do pokojíku.

Teď počkej, Aničko, dopovíme si s paní větu a můžeš mluvit.

Jsi hluchá? Kolikrát ti mám říkat, abys nám neskákala do řeči.

Pojď ke mně, přestaň na mě křičet a v klidu povídej. Určitě se spolu domluvíme. Věřím, že se ti to nelíbí, ale už jsme se na něčem společně několikrát dohodli a porušil jsi dohodu...

Mlč, jsi hubatý! Co si to dovoluješ, tak se mnou mluvit!

Vendo, co jsme si povídali? Pojď ke mně, podívej se na mě. Vzpomeň si, na čem jsme se domluvili.

Zase neslyšíš, zas děláš něco jiného!

A co se může stát, pokud dítě opakovaně slyší stejnou větu? Opravdu nás přestane vnímat, začne dělat něco jiného, třeba pravý opak. Mozek nahrává vše.

Mluvíš sprostě. Přemýšlej, je ti příjemné, když ti někdo sprostě nadává?

Přestaň sprostě mluvit nebo ti upadne jazyk!

Lukáš, bráška usíná, tak buď potichu.

Drž hubu, ještě cekneš, zavřeš počítač.

Je dobré dodržovat svá navzájem vytvořená pravidla.



Být šťastný



Krédo optimistů pro dospělé

Žít s pocitem vnitřního klidu, radosti a bezpečí.

Být tak silná (ý), že nic nenaruší klid mé mysli.

Žít tak, že mým rádcem je láska, zdravý selský rozum, intuice, porozumění.

Mluvit s lidmi o zdraví a úspěchu.

Vidět vždy světlou stránku věci.

Dávat sobě a všem lidem pocit vlastní důležitosti.

Přemýšlet o tom nejlepším.

Tvořit co nejlépe, ne však více než je mi příjemné a přirozené.

Být nadšená (ý) svými úspěchy.

Zapomenout na chyby minulosti, žít v přítomnosti a přemýšlet, co se dá dokázat v budoucnosti.

Co dělat, abychom byli optimističtí? Jemný úsměv uvnitř i na tváři zahání negativní v nás a kolem nás. Udrží náš vnitřní klid, rozjasňuje naši mysl a naše okolí.

Vlastním zdokonalováním vyplnit čas, aby nezbyl prostor na odsuzování, kritiku sebe i ostatních, vytváření zbytečných domněnek.

Povznést se nad starosti, zůstane čistá a lehká hlava.

Být příliš šlechetná (ý) na to, abych se rozčilovala (rozčiloval).

Situace, které přináší život, zvládat s odstupem a nadhledem, s pocitem, že se děje pro mé dobro.

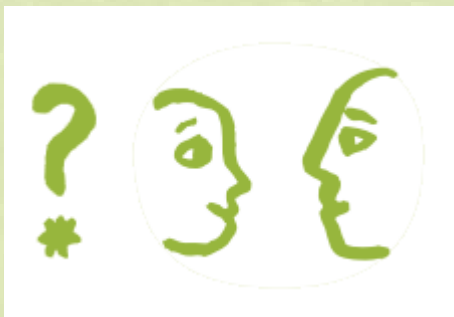


Projekt



Záměr projektu

Naučit, pomoci, co nejvíce lidem
znovu si vzpomenout na přirozenou
komunikaci



Cíle projektu

- uvědomit si způsob své vlastní komunikace
- uvědomit si vliv komunikace na člověka
- změnit komunikaci k sobě samému, dětem i ostatním
- vnímat přirozenou komunikaci jako prevenci dobře fungující rodiny, zdraví a mezilidských vztahů
- přijmout své pocity jako přirozenou součást člověka, vnímat je a mluvit o nich

Podpora projektu

- prezentace
- přednášky
- semináře