LDI Linka detskej istoty

Ako s dieťaťom zvládnuť deň vysvedčenia v pokoji a s podporou

1. Majte prehľad ešte pred vysvedčením

Priebežne sa zaujímajte o školu aj o to, v čom sa dieťaťu darí. Vysvedčenie by nemalo byť prekvapením – ani pre vás, ani pre dieťa.

2. Vytvorte bezpečnú atmosféru

Mnohé deti sa neboja známok, ale reakcie dospelých. Dajte najavo, že doma ich čaká pokojný rozhovor a podpora.

3. Prijímajte dieťa bez ohľadu na známky

Dieťa potrebuje cítiť, že jeho hodnota nezávisí od výsledkov. Známky môžu hovoriť o výkone, nie o tom, aké je ako človek.

4. Najprv si uvedomte vlastné emócie

Ak cítite sklamanie alebo hnev, doprajte si čas na upokojenie. Dieťa prijíma spätnú väzbu lepšie, keď ju podávame pokojne.

5. Doprajte si čas na rozhovor

Vyhnite sa unáhleným reakciám hneď po prevzatí vysvedčenia. Pokojný rozhovor bez časového tlaku vytvára priestor na porozumenie.

6. Zaujímajte sa o to, ako sa dieťa cíti

Spýtajte sa, ako svoje vysvedčenie vníma. Niekedy potrebuje viac vypočutie a pochopenie než hodnotenie.

7. Všímajte si aj silné stránky

Škola zachytáva len časť schopností. Pripomeňte dieťaťu, v čom je šikovné a na čo môže byť hrdé. Podporíte tým jeho sebaocenenie.

8. Oceňujte snahu, nielen výsledok

Za známkou sa často skrýva veľa úsilia. Aj keď výsledok nie je ideálny, snaha a pokrok si zaslúžia uznanie.

9. Známky nie sú vysvedčením rodiča

Výsledky dieťaťa nevypovedajú o vašej hodnote ako rodiča. Sústreďte sa najmä na to, čo v danej chvíli potrebuje dieťa.

10. Hľadajte ďalší postup

Ak sa objavili ťažkosti, porozprávajte sa o tom, čo by mohlo pomôcť. Spoločné hľadanie riešení je užitočnejšie než kritika.

11. Zvážte, čo doplniť cez prázdniny

Ak má dieťa v niečom medzery, leto môže byť príležitosťou ich doplniť. Učenie však nemá pôsobiť ako trest a malo by zostať v rovnováhe s oddychom.

12. Nezabudnite na oddych

Po mesiacoch povinností si oddych zaslúži každé dieťa. Prázdniny sú prirodzeným časom na načerpanie nových síl.

116 111 Linka pomoci pre deti a mladých

800 500 500 Špecializované poradne aj pre dospelých dostupnosť na www.ldi.sk/dospeli/

Sledujte nás na Viac na ldi.sk