

RODIČŮM

1. Podporujte a povzbuzujte své dítě.
2. Stůjte pevně na svém rozhodnutí, ale bez nadřazenosti.
3. Ved'te dítě k úctě a uznání práv jiných osob.
4. Vyhněte se reakcím na negativní vyžadování pozornosti.
5. Podporujte samostatnost. Nedělejte za dítě to, co může a je schopno si udělat samo (i když ho milujete a děláte to pro něj rádi).
6. Nekumulujte své žádosti vůči dítěti neúnosně. Nekontrolujte každý jeho krok. Respektujte je a jeho soukromí. Nedělejte si z něj poslíčka či sluhu.
7. Své rozhodnutí či pravidla dodržujte. Buďte vytrvalí. Buďte trpěliví a laskaví zároveň.
8. Chtějte po dítěti, co je reálné a možné. Zbavte se přehnaných očekávání.
9. Poslouchejte dítě, co říká. Naslouchejte mu.
10. Mluvte "s" dětmi, nikoliv "k" dětem. Přestaňte moralizovat, kázat.
Více s dětmi komunikujte - povídejte si s nimi, diskutujte.

DÍTĚ

- které je nadměrně kritizováno, se naučí odsuzovat
- které je vystavováno posměchu, se začne stydět
- které je bito, se naučí prát
- které je ponižováno, ztrácí sebedůvěru
- které je obklopeno přátelstvím, se učí laskavosti
- které prožívá pocit bezpečí, se naučí důvěřovat
- které je chváleno, získá sebedůvěru
- se kterým se hraje rovná hra, se učí spravedlnosti

DESATERO PRO RODIČE PŘI PREVENCI NEGATIVNÍCH VLIVŮ

1. Pomozte svému dítěti, aby bylo spokojené samo se sebou.
2. Buďte mu dobrým příkladem.
3. Učte se svému dítěti skutečně naslouchat.
4. Povzbuzujte zdravé tvořivé aktivity svého dítěte.
5. Pomozte svému dítěti rozvinout jeho pozitivní hodnoty.
6. Hovořte se svým dítětem o škodlivosti alkoholu a jiných drog.
7. Rad'te se s ostatními rodiči.
8. Naučte se rozpoznávat známky zneužívání alkoholu, tabáku apod.
9. V případě podezření, že by vaše dítě mohlo mít s návykovými látkami problémy, vyhledejte odbornou pomoc.
10. Raději se snažte problémům předejít, abyste je později nemuseli řešit.