

*"Jednoho dne se ohlédnete a budou velcí.  
A jediné, na čem bude záležet, je,  
kolik laskavosti v dětství zažily."*

## Co znamená laskavost v rodičovství

1. Dávat lásku, i když se mi tady a teď ve stejné podobě nevrací.
2. Nedovolit vlastním emocím, aby mi bránily vidět a slyšet, co dítě potřebuje.
3. Chovat se k dítěti tak, jak chci, aby se někdo choval ke mně.
4. Mluvit s ním tak, jak bych mluvila se svým nejlepším přítelem.
5. Reagovat vlídně, i když dítě dělá něco, co neodpovídá mým představám.
6. Neodmítnout. Neposlat pryč. Nabídnout přijetí, i když se nechová tak, jak si přeji.
7. Omluvit se, když se to nepovede.

# Co znamená laskavost v rodičovství

8. Říct, že si potřebuji odpočinout, najíst se, mít čas pro sebe.
9. Dokázat říct NEVÍM, JE MI TO LÍTO, MÁŠ PRAVDU.
10. Mluvit o sobě, když s něčím nesouhlasím. Mluvit o svých pocitech, když něco zakazují.
11. Dávat dětem vědět, že si vždy zaslouží, aby se s nimi jednalo s úctou.
12. Dovolit jim plakat, když jsou smutné, zlobit se, když se zlobí, bát se, když se bojí.
13. Důvěřovat, že nic nedělají schválně a za každým projevem je touha cítit se přijímaný a důležitý.

NEVYČÍTAT SI, CO BYLO,  
A KAŽDÝ DEN TO ZKUSIT UDĚLAT O NĚCO LÉPE.