

Obsah

ÚVOD	7
ZÁSADY KOMUNIKACE MEZI RODIČEM A DÍTĚTEM	9
Tři příklady komunikace	9
Čas	11
Klid	11
Já a ty	12
Konkrétnost	13
Vzájemnost	14
Naslouchání	15
Omluva	16
Komunikace verbální a neverbální	17
Sdělování pocitů	18
CO POUŽÍVAT V KOMUNIKACI MEZI RODIČEM A DÍTĚTEM	21
Kladné sdělení, pochvala	21
Povzbuzení	22
Začít znovu	22
Upozornění	23
Otevřenost v komunikaci	25
Použití kritiky ve vzájemné komunikaci	26
Uzavření komunikace	28
CO NEPOUŽÍVAT V KOMUNIKACI MEZI RODIČEM A DÍTĚTEM	31
Vyhrůžování	31
Manipulace	34
Mlčení	35
Nadřazenost, ponižování	36
„Samochvála smrdí...“	38
Zamlčování	38
Nedůvěra v komunikaci a v chování	39



STYLY KOMUNIKACE	41
Pasivní styl komunikace	41
Agresivní styl komunikace	44
Asertivní styl komunikace	48
JEDNOTLIVÉ TECHNIKY KOMUNIKACE	51
Kompliment	51
Žádost	53
„Ne“, odmítnutí žádosti	57
Podávání kritiky	59
Přijímání kritiky	60
VZTAH MATKA–OTEC A JEJICH KOMUNIKACE	
VE VZTAHU K DÍTĚTI	63
PRAVIDLA KOMUNIKACE V JEDNOTLIVÝCH VÝVOJOVÝCH	
OBDOBÍCH DÍTĚTE	65
Prenatální období	65
Novorozenecké období (první měsíc života dítěte)	66
Kojenecké období (1–12 měsíců)	70
Období batolete (1–3 roky)	73
Věk předškoláka (3–6 let)	75
Mladší školní věk (od vstupu do školy v 6 letech do páté třídy – 11 let)	78
Období dospívání (11–20 let)	83
KOMUNIKACE V RŮZNÝCH NÁROČNÝCH SITUACÍCH	91
Obecná pravidla	91
Možné situace	91
SPECIÁLNÍ SITUACE V KOMUNIKACI	97
Někdo něco říkal	97
V televizi říkali	98
No počkej, to na tebe řeknu tatínkovi	98
POUŽITÁ LITERATURA	101