

Vědomá komunikace a vztah s dítětem

Vztah je postaven na úctě, důvěře a bezpodmínečném přijetí.



Můj vnitřní hlas a tón mé řeči je první jazyk, který dítě vnímá.

Jak mluvím sama se sebou, tak mluvím i s dítětem.

Vím, že dítě je samostatná jedinečná bytost.

Uvědomuji si, že bezpečí dítěte vyrůstá z mojí důvěry, klidu a přijetí.

Chápu, jak rodové programy a epigenetika ovlivňují vztah rodič–dítě.

Vím, že vědomá komunikace je stav srdce — ne technika.

Každé dítě se rodí s vlastním temperamentem,
citlivostí, energií a potřebami.

Vnímá svět jinak než dospělý — a učí se z toho, co cítí,
ne z toho, co slyší.

Potřebuje, abychom viděli svět jeho očima,
abych mu rozuměla jeho „jazykem“.



Jak vnímám jedinečnost svého dítěte?



Důvěra je základ bezpečí

Dítě se ladí na náš dech, tón řeči a pocity.

Bezpečí tvořím zevnitř jak jsem, ne pouze tím, co říkám.
Největší dar: přijmout dítě takové, jaké je, bez podmínek,
s úctou a laskavostí — i v jeho emocích.

Netlačím na výkon – oceňuji proces a snahu růst

 *Kdy moje dítě nejvíc potřebuje moji důvěru a klid?*

 *Kdy naposledy opravdu potřebovalo být jen přijaté?*

 *Co mu umím dát snadno?*

 *Co potřebuji více procvičit?*

 *Kde chci být laskavější, pozornější:*



Rodové otisky v komunikaci

Vím, že vnitřní hlas a tón mé řeči ovlivňují i rodové vzorce,
Mohu vědomě aktivovat nové programy,
které budou zdravé a funkční.

Geny nejsou osud - lze měnit staré programy.

Epigenetika:

Prostředí, vztah, přijetí a bezpečí mění to, co se aktivuje.

 *Jaký tón, větu nebo postoj chci změnit?*

 *Co chci, aby se u mého dítěte aktivovalo?*

 *Jaké prostředí tomu pomůže?*



Slova, která léčí

Vědomá komunikace není perfektní řemeslo.
Je to naše vnitřní nastavení a stav srdce
Když mluvím laskavě a s úctou, uvnitř i navenek,
měním i svět svých dětí

Dítě potřebuje cítit partnerství –
ne pouze naplňovat poslušnost

 *Co v komunikaci mohu lépe využít?*

 *Co mohu zasadit do denních rituálů?*

 *Jaká slova a věty často používám...?*

 *A co chci změnit a začít používat častěji?*



Závěrečná esence

Můj tón tvoří bezpečí.
Moje vědomí tvoří atmosféru.
Moje slova tvoří příběh, který žijeme.

Dítě potřebuje přijetí, ne dokonalost.

Vědomá komunikace je láska, která je cítit — ne jen slyšet.

 *Co z celého kurzu je pro mne největší AHA moment?*

 *Co mi nejvíc mění vztah s dítětem?*

