



Aneta Štěpánková

DESATERO SAMOSTATNOSTI PRO RODIČE A DĚTI



anetastepankova.cz

Copyright © 2022 Aneta Štěpánková



„Naučím vás, jak vychovat samostatné dítě - nastavíte si pořádek a řád ve výchově a získáte svobodu.“

PROHLÁŠENÍ

Tento materiál je informačním produktem. Jakékoliv šíření nebo poskytování třetím osobám bez souhlasu autorky je zakázáno a je porušením autorského zákona, které může být stíháno.

Děkuji za pochopení a respektování tohoto sdělení.

Stažením tohoto eBooku rozumíte, že jakékoli použití informací z tohoto materiálu a úspěchy či neúspěchy z toho plynoucí jsou pouze ve vašich rukách a já jako autorka za ně nenesu žádnou zodpovědnost.

Můžete zde najít informace o produktech nebo službách třetích osob. Tyto informace jsou pouze doporučením a vyjádřením mého názoru k této tématice.

SLOVO AUTORKY

Děkuji vám, že čtete tyto řádky. Je skvělé, že jste se rozhodli vydat na cestu k samostatnosti vašich dětí.

V tomto eBooku jsem pro vás připravila 10 osvědčených aktivit, u kterých je vhodné, a hlavně důležité trénovat samostatnost.

Možná jste si již sami všimli, že tyto aktivity děti přitahují jako magnet. Je proto dobré o nich něco málo vědět a hlavně to, jak je využít v praxi. K tomu vám pomůže tento materiál.

A co je na tom skvělé? Zvládnete to sami!

Držím vám palce.

Pokud při čtení tohoto eBooku narazíte na něco, co vám nebude jasné nebo se budete chtít na něco zeptat, neváhejte mi napsat.

Kdybyste otázky neměli, i tak budu moc ráda, když se mi ozvete, jak vám eBook pomohl a co se vám v něm líbilo. Napište mi na **aneta@anetastepankova.cz**.

Velice ocením i fotky, které pořídíte během budování a trénování samostatnosti u vás doma. S fotkami se můžete podělit také ve Facebookové uzavřené skupině Cesta k samostatnému dítěti a inspirovat tak další rodiče, jak jste si s tím poradili právě vy!

Vaše Aneta

OBSAH

- 5** **Moje cesta k samostatným dětem**
- 7** **Komu je desatero určené a jak s ním pracovat?**
- 9** **Desatero samostatnosti pro rodiče a děti**
Textová verze
- 10** **Desatero zodpovědnosti pro rodiče a děti**
Textová verze
- 11** **Desatero samostatnosti pro rodiče a děti**
Foto verze
- 12** **Desatero zodpovědnosti pro předškoláka**
Foto verze
- 13** **Desatero samostatnosti pro rodiče a děti**
Textová verze pro tisk na černobílé tiskárně, snížená spotřeba inkoustu
- 14** **Desatero zodpovědnosti pro rodiče a děti**
Textová verze pro tisk na černobílé tiskárně, snížená spotřeba inkoustu
- 15** **Závěrem**

MOJE CESTA KE SVOBODĚ A SAMOSTATNÝM DĚTEM

Píše se rok 2021...

Jmenuji se Aneta a žiju život, který je každý den naplněný šťastnými, svobodnými a samostatnými dětmi. Ve věku od 2 do 6 let si samy dokáží najít aktivity, které je rozvíjí a probouzí v nich jejich skrytý potenciál. Pracují na svém zdokonalování se a učí se tak, jak potřebují.

Již ve 3 letech se umí obléknout, zapnout si bundu, prostříit a sklidit stůl, about si boty, s radostí uklidit hračky nebo si připravit svačinu.

Vím, kdy mám být dětem nablízku, abych jim pomohla, a kdy naopak ustoupit do pozadí.

Díky svobodě, kterou dětem dávám během jejich učení, dostávám svobodu také od nich. Nejsem sluhou ani otrokem, ale jejich průvodkyní.

Vždy to tak nebylo aneb temná cesta učitelky

Před pár lety jsem byla učitelkou ve školce. Zklamáná tím, jak musím děti podle státního systému vzdělávat.

V hlavě jsem měla vlastní plán. Nikdy mi ale nebylo umožněno ho realizovat. V zaměstnání jsem si připadala jako otrok, pro děti jsem byla jen sluhou, který je obléká, opečovává a učí nepodstatné informace. Chtěla jsem je učit pro život.

V hloubi duše jsem si přála najít rodinu, jejíž děti bych mohla učit. Nechtěla jsem být au-pair či chůva a fungovat opět jako sluha pro děti, i jejich rodiče. Chtěla jsem být učitelkou, průvodkyní a osobou, kterou budou mít děti rády a dají jí svobodu, kterou tolik potřebuje a hledá.

Tajná přání se plní...

V roce 2018 si mě moje vysněná rodina našla. Vzpomínám si na okamžiky, kdy jsem vozila kočárek s malou hnědoočkou (1,5 roku) a vedle mě cupitalo malé modrooké děvčátko (4 roky). Do roku 2021 se rodinka rozrostla o další dvě děti.

V začátcích spolupráce jsem si nebyla jistá, zda je možné vzdělávat děti v batolecím věku. Díky Montessori pedagogice jsem ale zjistila, že se děti mohou vzdělávat již od narození.

Všechny svoje zkušenosti jsem investovala do dětí v této rodině a do mnoha dalších, se kterými jsem začala spolupracovat. Po 3 letech odešla nejstarší holčička do školy - do domácího vzdělávání, které pro ní a další děti, rodiče vytvořili. Mladší holčička dorostla do věku 4 roky, ve kterých umí psát, vizuálně číst a rozumí pořádku a řádu v životě.

Také ona pokračuje v domácím vzdělávání - spolu s dalšími dvěma slečnami stejného věku.

Každý den ráno po příchodu dokáží samy hodinu pracovat s pomůckami, na kterých se naučí samy zavazovat tkaničky, zapnout bundu, přelévat vodu ze skleničky do skleničky, přesýpat nebo navlékat těstoviny. Jsou zodpovědné za přípravu vlastní svačiny a lahve s pitím. Pokud něco rozsypou / rozlijí, tak vědí, kde najdou úklidovou sadu a jak se s nepořádkem vypořádat.

Svoboda a sdílení

Vše, co jsem si prožila a vyzkoušela s dětmi jsem shrnula do jedné velké strategie, kterou předávám s láskou dál - rodičům, kteří si za mnou najdou cestu.

Staňte se průvodci pro své děti. Uchopte strategii výchovy a vzdělávání do svých rukou a uvidíte, že nejen výsledky, ale i svoboda, pořádek a řád vstoupí do vašeho života i domácnosti.



KOMU JE DESATERO URČENÉ A JAK S NÍM PRACOVAT?

Desatero je určené všem rodičům, kteří se rozhodli být samostatní, protože jen samostatný rodič dokáže dovést dítě k samostatnosti.

Toťo desatero můžete využít u dětí starších osmnácti měsíci. Zdá se vám to brzy?

Již miminka se aktivně zajímají o to, co se okolo nich děje. Vnímají okolní svět sluchem, zrakem, hmatem, chutí (ocucáváním, žužláním, kousáním) i čichem.

Jakmile se děti naučí lézt, začnou blíže poznávat to, na co se dosud mohly dívat jen z povzdálí. Chtějí se přiblížit, vše si osahat a, jak jsem výše zmínila, také ochutnat. Jakmile se postaví na nožky, možnosti objevování a poznávání jsou zase větší a touha poznávat a objevovat silnější.

Nyní je třeba děti zapojit do chodu domácnosti. Všimáte si, že se dítě aktivně zajímá o to, co děláte? Chce Vám „pomáhat“ vysávat? Bere do ručiček vařečku? Nebojte se již v této fázi dát své ratolesti větší „volnost“ a přizvěte ji k akci.

Pamatujte, že nikdy nejde o to, aby s Vámi batole „naklepalo všechny řízky“ (můj oblíbený příběh jedné klientky). Jde o to, aby si osahalo paličku na maso, zjistilo, jak je těžká, jakou práci a úsilí musí vynaložit jen pro zvednutí té paličky. Nezlobte se na něj, když po chvíli odejde. Oceňte dítě za to, že si klepání řízků přišlo vyzkoušet a pozvěte ho k této práci i příště.

Co z toho tedy plyne? Pobídněte své dítě, aby Vám pomohlo prostřít stůl. Dejte mu vidličku a ukažte mu, kam ji má položit. Řekněte mu, kdo bude s vidličkou jíst. I kdyby dítě při prostírání položilo na stůl jen jeden příbor, věřte, že je to pro dítě velký „výkon“ a především radost. Postupně můžete zvyšovat náročnost a přidávat pokyny, ale zpočátku postupujte opravdu pomalu.

Stejně můžete postupovat při vyndávání nádobí z myčky, mytí rukou, čištění zubů a při dalších dětmi oblíbených aktivitách.

Jak poznám, že moje dítě bude aktivita bavit?

Poznáte to jednoduše. Jste rodič dítěte a znáte ho nejlépe. Pozorujte Vaše dítě a všimněte si, v jakých situacích a při jakých aktivitách Vás dítě sleduje. Někdy se dítě připojí k aktivitě rodičů, aniž by museli cokoli říci. Dítě se učí nápodobou.

Co je důležité vědět, než se do toho pustíte.

Pokud se na tuto práci s dítětem ještě necítíte a nevěříte si, doporučuji počkat, až budete správně vnitřně nastavení. To samé platí, pokud Vaše dítě není na budování samostatnosti připravené nebo není ve správném rozpoložení.

Za sebe i další odborníky z praxe mohu říct jedno. Děti milují samostatnost, svobodu, pořádek a řád v domácnosti, a to již od útlého věku.

Jediné, co je potřeba udělat, je dát jim svobodu a důvěru. Svobodu k samostatnosti. Pokud se na trénování a vedení k samostatnosti budete cítit v prvním roce věku Vašeho dítěte, bude to skvělé. Jestliže se na to budete cítit až ve dvou letech věku Vašeho dítěte, bude to úžasné. Ani ve třech letech věku dítěte není pozdě.

Pozor!

Od čtvrtého roku věku se zájem dětí začíná přesouvat jinam, a to většinou na tvoření. Děti již práce a pomoc v domácnosti tolik netáhnou, takže Vám odpadkový koš vynesou již s větším odporem, než tomu bylo ve druhém roce jejich života :-)

Využijte skrytý potenciál Vašeho dítěte dřív, než bude pozdě. Přeji hodně sil a plno nových poznatků na cestě k samostatnému dítěti.

Další inspiraci můžete čerpat v méj facebookové skupině **Cesta k samostatnému dítěti**.

Vaše

Aneta



Aneta Štěpánková

DESÁTERO SAMOSTATNOSTI PRO RODIČE A DĚTI (18 měsíců - 3 roky)

- 1. ÚPRAVA POSTELE.** Ukažte dítěti, že se postel opouští až po její úpravě. Jednoduchými kroky mu ukažte, jak na to. Menší dítě zvládne 1-3 kroky, starší 3-5 kroků.
- 2. VÝBĚR OBLEČENÍ A OBLÉKÁNÍ.** Umožněte dítěti, aby si samo vybralo, co si chce obléknout. Každý den mu na stejné místo připravte výběr ze dvou kusů oblečení. Výběr uzpůsobte tak, aby obě varianty byly správně. Ukažte mu, jak se obléknout a pomozte, aby to zvládlo samo.
- 3. MYTÍ OBLIČEJE, RUKOU A ČIŠTĚNÍ ZUBŮ.** Naučte dítě, jak si umýt obličej a ruce. Jak správně používat mýdlo, a jak si ruce vysušit do ručníku. Motivujte dítě ke společnému čištění zubů. Oceňte, že to zvládlo samo a zoubky zkontrolujte.
- 4. PROSTÍRÁNÍ A ODNÁŠENÍ ZE STOLU.** Dovolte dítěti, aby prostřelo pro sebe anebo pro celou rodinu. Ukažte mu, jak se to dělá, a kde vše najde, popřípadě mu to podávejte.
- 5. PŘÍPRAVA SNÍDANĚ / SVAČINY.** Dopřejte dítěti prostor k přípravě svačinky. Položte mu jeho krajíc chleba, máslo a nůž na jeho místo a pozorujte, jak se učí zvládat to samo.
- 6. POMOC V DOMÁCNOSTI.** (úklid, utírání prachu, rozlitého pití). Nechte dítě, aby vám pomáhalo s úklidem. Pořídte mu vlastní pomůcky na úklid.
- 7. SKLÁDÁNÍ A ULOŽENÍ OBLEČENÍ.** Vedte dítě ke skládání oblečení. Ukládejte ho s ním na jedno místo tomu určené. Dítě tam musí dosáhnout samo.
- 8. JEZENÍ A PITÍ.** Nechte dítě, ať se zkouší samo najíst. Postupem času si dovednost osvojí a nepořádek kolem něj vymizí.
- 9. POŘÁDEK A ŘÁD V POKOJÍČKU.** Vytvořte s dítětem v pokojíčku pořádek a řád tím, že dáte věci do polic a protřídíte hračky. Ponechte jen ty, se kterými si opravdu hraje a naučte se vracet je zpět do polic.
- 10. VEČERNÍ KOUPÁNÍ.** Nechte dítě připravit vše, co ke koupání a po něm bude potřebovat (ručník, plenku, krém).

 anetastepankova.cz

 [CestaKSamostatnemuDiteti](https://www.facebook.com/CestaKSamostatnemuDiteti)

 [Samostatne_Deti](https://www.instagram.com/Samostatne_Deti)



Aneta Štěpánková

DESATERO ZODPOVĚDNOSTI PRO PŘEDŠKOLÁKA (3-6 LET)

- 1. ÚPRAVA POSTELE.** Ukažte dítěti, že se postel opouští až po její úpravě. Jednoduchými kroky mu ukažte, jak na to. Menší dítě zvládne 1-3 kroky, starší 3-5 kroků.
- 2. VÝBĚR OBLEČENÍ A OBLÉKÁNÍ.** Umožněte dítěti, aby si samo vybralo, co si chce obléknout. Každý den mu na stejné místo připravte výběr ze dvou kusů oblečení. Výběr uzpůsobte tak, aby obě varianty byly správně. Ukažte mu, jak se obléknout a pomozte, aby to zvládlo samo.
- 3. MYTÍ OBLIČEJE, RUKOU A ČIŠTĚNÍ ZUBŮ.** Naučte dítě, jak si umýt obličej a ruce. Jak správně používat mýdlo, a jak si ruce vysušit do ručníku. Motivujte dítě ke společnému čištění zubů. Oceňte, že to zvládlo samo a zoubky zkontrolujte.
- 4. PROSTÍRÁNÍ A ODNÁŠENÍ ZE STOLU.** Dovolte dítěti, aby prostřelo pro sebe anebo pro celou rodinu. Ukažte mu, jak se to dělá, a kde vše najde, popřípadě mu to podávejte.
- 5. PŘÍPRAVA SNÍDANĚ / SVAČINY.** Dopřejte dítěti prostor k přípravě svačinky. Položte mu jeho krajíc chleba, máslo a nůž na jeho místo a pozorujte, jak se učí zvládat to samo.
- 6. POMOC V DOMÁCNOSTI.** (úklid, utírání prachu, rozlitého pití). Nechte dítě, aby vám pomáhalo s úklidem. Pořídte mu vlastní pomůcky na úklid.
- 7. SKLÁDÁNÍ A ULOŽENÍ OBLEČENÍ.** Vedte dítě ke skládání oblečení. Ukládejte ho s ním na jedno místo tomu určené. Dítě tam musí dosáhnout samo.
- 8. RECYKLACE.** Naučte své dítě recyklovat. Vysvětlete mu, k čemu je to dobré a kam jednotlivé odpadky může vyhodit.
- 9. POŘÁDEK A ŘÁD V POKOJÍČKU.** Vytvořte s dítětem v pokojíčku pořádek a řád tím, že dáte věci do polic a protřídíte hračky. Ponechte jen ty, se kterými si opravdu hraje a naučte se vracet je zpět do polic.
- 10. VEČERNÍ KOUPÁNÍ.** Nechte dítě připravit vše, co ke koupání a po něm bude potřebovat (ručník, plenku, krém).

 anetastepankova.cz

 [CestaKSamostatnemuDiteti](https://www.facebook.com/CestaKSamostatnemuDiteti)

 [Samostatne_Deti](https://www.instagram.com/Samostatne_Deti)



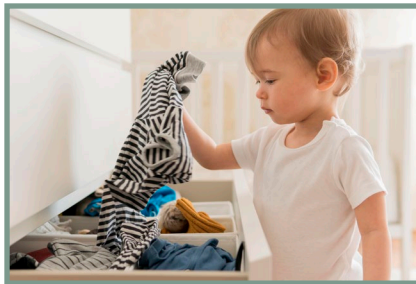
Aneta Štěpánková

DESÁTERO SAMOSTATNOSTI PRO RODIČE A DĚTI

(18 měsíců - 3 roky)



1. ÚPRAVA POSTELE.



2. VÝBĚR OBLEČENÍ
A OBLÉKÁNÍ.



3. MYTÍ OBLIČEJE, RUKOU
A ČIŠTĚNÍ ZUBŮ.



4. PROSTÍRÁNÍ A ODNÁŠENÍ
ZE STOLU.



5. PŘÍPRAVA SNÍDANĚ
/ SVAČINY.



6. POMOC V DOMÁCNOSTI
(úklid, utírání prachu, rozlitého pití).



7. SKLÁDÁNÍ A ULOŽENÍ
OBLEČENÍ.



8. JÍDLA A PITÍ.



9. POŘÁDEK A ŘÁD
V POKOJÍČKU.



10. VEČERNÍ KOUPÁNÍ.

“Podstatou samostatnosti je schopnost udělat něco pro sebe.” - Marie Montessori

Aneta Štěpánková
www.anetastepankova.cz



Aneta Štěpánková

DESÁTERO ZODPOVĚDNOSTI PRO PŘEDŠKOLÁKA (3-6 LET)



1. ÚPRAVA POSTELE.



2. VÝBĚR OBLEČENÍ
A OBLÉKÁNÍ.



3. MYTÍ OBLIČEJE, RUKOU
A ČIŠTĚNÍ ZUBŮ.



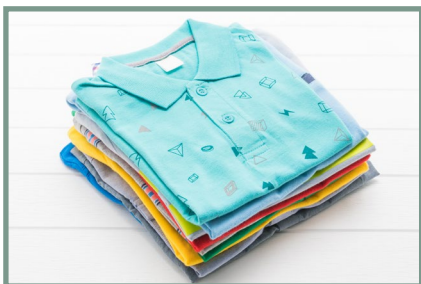
4. PROSTÍRÁNÍ A ODNÁŠENÍ
ZE STOLU.



5. PŘÍPRAVA SNÍDANĚ
/ SVAČINY.



6. POMOC V DOMÁCNOSTI
(úklid, utírání prachu, rozlitého pití).



7. SKLÁDÁNÍ A ULOŽENÍ
OBLEČENÍ.



8. RECYKLACE



9. POŘÁDEK A ŘÁD
V POKOJÍČKU.



10. VEČERNÍ KOUPÁNÍ.

“Podstatou samostatnosti je schopnost udělat něco pro sebe.” - Marie Montessori

Aneta Štěpánková
www.anetastepankova.cz



Aneta Štěpánková

DESÁTERO SAMOSTATNOSTI PRO RODIČE A DĚTI (18 měsíců - 3 roky)

- 1. ÚPRAVA POSTELE.** Ukažte dítěti, že se postel opouští až po její úpravě. Jednoduchými kroky mu ukažte, jak na to. Menší dítě zvládne 1-3 kroky, starší 3-5 kroků.
- 2. VÝBĚR OBLEČENÍ A OBLÉKÁNÍ.** Umožněte dítěti, aby si samo vybralo, co si chce obléknout. Každý den mu na stejné místo připravte výběr ze dvou kusů oblečení. Výběr uzpůsobte tak, aby obě varianty byly správně. Ukažte mu, jak se obléknout a pomozte, aby to zvládlo samo.
- 3. MYTÍ OBLIČEJE, RUKOU A ČIŠTĚNÍ ZUBŮ.** Naučte dítě, jak si umýt obličej a ruce. Jak správně používat mýdlo, a jak si ruce vysušit do ručníku. Motivujte dítě ke společnému čištění zubů. Oceňte, že to zvládlo samo a zoubky zkontrolujte.
- 4. PROSTÍRÁNÍ A ODNÁŠENÍ ZE STOLU.** Dovolte dítěti, aby prostřelo pro sebe anebo pro celou rodinu. Ukažte mu, jak se to dělá, a kde vše najde, popřípadě mu to podávejte.
- 5. PŘÍPRAVA SNÍDANĚ / SVAČINY.** Dopřejte dítěti prostor k přípravě svačinky. Položte mu jeho krajíc chleba, máslo a nůž na jeho místo a pozorujte, jak se učí zvládat to samo.
- 6. POMOC V DOMÁCNOSTI.** (úklid, utírání prachu, rozlitého pití). Nechte dítě, aby vám pomáhalo s úklidem. Pořídte mu vlastní pomůcky na úklid.
- 7. SKLÁDÁNÍ A ULOŽENÍ OBLEČENÍ.** Vedte dítě ke skládání oblečení. Ukládejte ho s ním na jedno místo tomu určené. Dítě tam musí dosáhnout samo.
- 8. JEZENÍ A PITÍ.** Nechte dítě, ať se zkouší samo najíst. Postupem času si dovednost osvojí a nepořádek kolem něj vymizí.
- 9. POŘÁDEK A ŘÁD V POKOJÍČKU.** Vytvořte s dítětem v pokojíčku pořádek a řád tím, že dáte věci do polic a protřídíte hračky. Ponechte jen ty, se kterými si opravdu hraje a naučte se vracet je zpět do polic.
- 10. VEČERNÍ KOUPÁNÍ.** Nechte dítě připravit vše, co ke koupání a po něm bude potřebovat (ručník, plenku, krém).

 anetastepankova.cz

 [CestaKSamostatnemuDiteti](https://www.facebook.com/CestaKSamostatnemuDiteti)

 [Samostatne_Deti](https://www.instagram.com/Samostatne_Deti)



Aneta Štěpánková

DESÁTERO ZODPOVĚDNOSTI PRO PŘEDŠKOLÁKA (3-6 LET)

- 1. ÚPRAVA POSTELE.** Ukažte dítěti, že se postel opouští až po její úpravě. Jednoduchými kroky mu ukažte, jak na to. Menší dítě zvládne 1-3 kroky, starší 3-5 kroků.
- 2. VÝBĚR OBLEČENÍ A OBLÉKÁNÍ.** Umožněte dítěti, aby si samo vybralo, co si chce obléknout. Každý den mu na stejné místo připravte výběr ze dvou kusů oblečení. Výběr uzpůsobte tak, aby obě varianty byly správně. Ukažte mu, jak se obléknout a pomozte, aby to zvládlo samo.
- 3. MYTÍ OBLIČEJE, RUKOU A ČIŠTĚNÍ ZUBŮ.** Naučte dítě, jak si umýt obličej a ruce. Jak správně používat mýdlo, a jak si ruce vysušit do ručníku. Motivujte dítě ke společnému čištění zubů. Oceňte, že to zvládlo samo a zoubky zkontrolujte.
- 4. PROSTÍRÁNÍ A ODNÁŠENÍ ZE STOLU.** Dovolte dítěti, aby prostřelo pro sebe anebo pro celou rodinu. Ukažte mu, jak se to dělá, a kde vše najde, popřípadě mu to podávejte.
- 5. PŘÍPRAVA SNÍDANĚ / SVAČINY.** Dopřejte dítěti prostor k přípravě svačinky. Položte mu jeho krajíc chleba, máslo a nůž na jeho místo a pozorujte, jak se učí zvládat to samo.
- 6. POMOC V DOMÁCNOSTI.** (úklid, utírání prachu, rozlitého pití). Nechte dítě, aby vám pomáhalo s úklidem. Pořídte mu vlastní pomůcky na úklid.
- 7. SKLÁDÁNÍ A ULOŽENÍ OBLEČENÍ.** Vedte dítě ke skládání oblečení. Ukládejte ho s ním na jedno místo tomu určené. Dítě tam musí dosáhnout samo.
- 8. RECYKLACE.** Naučte své dítě recyklovat. Vysvětlete mu, k čemu je to dobré a kam jednotlivé odpadky může vyhodit.
- 9. POŘÁDEK A ŘÁD V POKOJÍČKU.** Vytvořte s dítětem v pokojíčku pořádek a řád tím, že dáte věci do polic a protřídíte hračky. Ponechte jen ty, se kterými si opravdu hraje a naučte se vracet je zpět do polic.
- 10. VEČERNÍ KOUPÁNÍ.** Nechte dítě připravit vše, co ke koupání a po něm bude potřebovat (ručník, plenku, krém).

 anetastepankova.cz

 [CestaKSamostatnemuDiteti](https://www.facebook.com/CestaKSamostatnemuDiteti)

 [Samostatne_Deti](https://www.instagram.com/Samostatne_Deti)

ZÁVĚREM

Jsem moc ráda, že jste se dočetli až sem a doufám, že vám tento eBook byl velkou inspirací. Pokud se chcete podělit o vaše zkušenosti s desaterem samostatnosti, napište mi na **aneta@anetastepankova.cz**.

Budu se těšit a určitě vám odpovím.

Další inspiraci můžete čerpat z pohodlí vašeho domova.

Pokud vás projekt „Cesta k samostatnému dítěti“ zaujal a zároveň nadchnul, budu moc ráda, když se potkáme také na Facebooku Cesta k samostatnému dítěti nebo na mém webu **www.anetastepankova.cz**, kde pro vás na blog píšu články a další eBooky zdarma.

Stáhněte si ještě dnes eBook Upravujeme pokojíček pro podporu samostatnosti dětí (7 tipů a rad).

Přeji vám krásné a pohodové chvíle s vašimi dětmi.

Vaše Aneta

Konzultace na míru vašim potřebám

Konzultace 1: Samostatné a sebevědomé dítě

- Dítě křičí, brečí, vše “bojkotuje”?
- K ničemu se nemá a vyžaduje, abyste povinnosti dělali za něj?
- Šílíte z neustálého obsluhování vašeho dítěte?
- Cítíte frustraci a vztek vašeho dítěte vás vytáčí?

Představte si, že mávnete kouzelným proutkem a všechno se rázem změní. Vědomě povedete své dítě k samostatným a zodpovědným krůčkům.

Konzultace 2: Organizace hraček a jejich snadný úklid

- Sbíráte celý den hračky, které se válí všude?
 - Jste na nervy z toho, když během 5 minut dítě udělá nepořádek?
 - Věděli jste, že existuje systém, díky kterému vám úklid hraček zabere jen 5-10 minut denně a dítě si je rádo uklidí samo?
- █ Pokud ne, rozhodně ho pojdte vyzkoušet, funguje to.



Konzultace 3: VIP Rodičovský koučink

Intenzivní dlouhodobá spolupráce.

Pouze pro odvážné a odhodlané rodiče.

Více informací najdete **zde**.



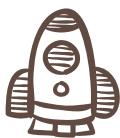
Od
18 měsíců
do 6 let



ZAČÍNÁM SE SAMOSTATNOSTÍ



KOUPELNA



DĚTSKÝ POKOJ



OBLÉKÁNÍ A SVLÉKÁNÍ



POMOC V DOMÁCNOSTI



KUCHYŇ



Aneta Štěpánková

DESÁTERO SAMOSTATNOSTI PRO RODIČE A DĚTI



anetastepankova.cz



[CestaKSamostatnemuDiteti](#)



[Samostatne_Deti](#)



[Aneta Štěpánková](#)

Copyright © 2021 Aneta Štěpánková