

TAHÁK DO KAPSY: Zvídalka a kámen lži

TÝDEN 13: Lež, strach z přiznání a síla pravdy

Příběh Zvídalky ukazuje, že dítě někdy zalže proto, že se **bojí trestu, zklamání nebo ztráty lásky**. Lež může vytvořit **kámen lži (svědomí)**, který je těžší a těžší. Pravda přináší úlevu a důvěra se dá znovu opravit.



MOUDROST TETY SOVY: „Když něco pokazíme, neznamená to, že jsme špatní.

Pravda může být těžká na začátku, ale pomáhá nám odložit kámen lži a vrátit důvěru zpět.“

Dítě si často myslí:

✗ „Když řeknu pravdu, bude zle.“ ✗ „Maminka se na mě bude zlobit.“

✗ „Když jsem udělal/a chybu, jsem špatný/á.“

Pomozte mu objevit:

♥ „Co tě na tom nejvíc děsí?“ ♥ „Cítíš v sobě takový kámen lži?“

♥ „Co by ti pomohlo říct pravdu?“

Naším cílem není, aby se dítě bálo lhát. Naším cílem je, aby postupně zjistilo, že může říct pravdu, i když udělalo chybu, a že společně můžeme hledat způsob, jak ji napravit.

PRO MALÉ PRŮZKUMNÍKY (3–6 let)

Cíl: Pomoci dítěti pochopit, že za lži může být strach, a že pravda může přinést úlevu.

Klíčová otázka: ♥ „Co myslíš, že tlačilo Zvídalku v bříšku?“

Místo: ✗ „Proč jsi lhal/a?“ ✗ „Hned se přiznej!“

Zkuste: ♥ „Vidím, že se moc bojíš.“ ♥ „Pojďme spolu zjistit, co se stalo.“

♥ „U mě jsi v bezpečí, můžeš mi říct pravdu.“

NLP kotva: Položte dítěti jemně ruku na rameno a řekněte: ♥ „Nemusíš ten těžký kámen nosit sám/sama.“

PRO STARŠÍ DĚTI (7–10 let)

Cíl: Podpořit dítě v pochopení, proč někdy lže, a v odvaze říct pravdu i přes strach z reakce.

Klíčová otázka: ♥ „Co by ti pomohlo cítit se bezpečně, abys mohl/a říct pravdu?“

Místo: ✗ „Nelži mi!“ ✗ „Takže ti už nemůžu věřit!“

Zkuste: ♥ „Čeho ses bál/a, když bylo tak těžké říct pravdu?“

♥ „Co můžeme udělat, aby se důvěra zase opravila?“

♥ „Co bys mohl/a udělat pro nápravu?“

NLP kotva: Připomeňte dítěti: ♥ „Pravda je první krok k tomu, aby se kámen lži stal lehčí.“

VEČERNÍ RITUÁL: Odložení kamene lži (svědomí)

Před spaním si společně na 2–3 minuty připomeňte, že někdy je těžké říct pravdu.

Vezměte obyčejný kamínek a postupně si řekněte:

★ **Co mě dnes tíží?** Co bych nerad/a nosil/a uvnitř?

★ **Čeho jsem se bál/a?** Co mi bránilo říct pravdu?

★ **Co můžu napravit?** Co můžu udělat, aby se věci zase trochu slepily?

Nakonec kámen společně odložte a řekněte:

♥ „Když řeknu pravdu, kámen svědomí se stává lehčí.“

♥ PRO VÁS, MAMINKO

Když dítě zalže, nemusí to být známka špatného charakteru. Často v tu chvíli prožívá strach z vaší reakce. Klidné přijetí pravdy neznamená, že chyba nemá následky. Znamená, že dítě nejprve zažije bezpečí, potom společnou nápravu. Vaše reakce dnes může ovlivnit, jestli za vámi přijde i příště, když se něco nepovede.