

Obsah

VYLEPŠENÍ MODELU MIMINA NA MODEL BATOLE.	12
--	-----------

1. KAPITOLA

PŘIZPŮBOBENÍ DOMÁCNOSTI A PŘEPRAVOVÁNÍ AKTUÁLNÍM PODMÍNKÁM	16
---	-----------

Přizpůsobení domácnosti aktuálními podmínkami	18
■ Aktualizace pokoje pro batole.	18
Vybavení pro batole	22
Aktualizace přepravy	26
■ Autosedačky	26
■ Dopravní prostředky na kolečkách	28

2. KAPITOLA

VŠEOBECNÁ PÉČE A MANIPULACE	30
--	-----------

Manipulace a držení batolete	32
■ Zvedání batolete	32
■ Nesení na ramenu	33
■ Nesení na zádech	36
Utěšování batolete	36
■ Chválení batolete	37
Hraní s batoletem	38
■ Vzájemné působení řízené batoletem	38
■ Hudba a tanec	40
■ Hračky	41
Hračky pro batolata ve věku od 12 do 24 měsíců	41
Hračky pro batolata ve věku od 2 do 3 let.	43
Cestování s batoletem	46
■ Cestování autem	46
■ Cestování letadlem	46
Příprava na cestu	46
Den odjezdu	49

3. KAPITOLA

VÝŽIVA: ZDROJE ENERGIE 50

Odstavení neboli konec kojení či pití z láhve	52
■ Samoodstavení	52
■ Aktivní odstavení	52
Rady týkající se příjmu pohonných látek	55
■ Základní nutriční potřeby	55
Nutriční pyramida	56
Obiloviny	57
Ovoce a zelenina	57
Mléčné produkty	57
Bílkoviny	58
Potravinová omezení	58
■ Příjem tekutin	59
Mléko	60
Voda	60
Džusy	60
Odvykání od pití džusu	61
Nápoje, kterým byste se měli vyhýbat	61
Naprogramování stravovacího řádu batolete	62
Trénink samostatného stravování	64
■ Přejít od hrnečku se savičkou na hrneček standardní	65
Naprogramování společenského chování při jídle	66
■ Přeprogramování modelů vybíravých v jídle	67
■ Přeprogramování modelů – nejedlíků	69
■ Přeprogramování modelů prahnoucích po cukru	72
Poruchy stravování	74

4. KAPITOLA

NAPROGRAMOVÁNÍ KLIDOVÉHO REŽIMU 76

Uzpůsobení místa pro spánek	78
■ Přeorientování dítěte z postýlky na velkou postel	78

■ Dítě ve vaší posteli	79
Pochopení modernizace klidového režimu.	80
■ Zdřimnutí přes den	82
12 až 20 měsíců	82
21 až 30 měsíců	82
3 až 4 roky	82
Zdokonalení přechodu do klidového režimu – samostatné usínání	83
■ Instalace programu, díky němuž si dítě aktivuje přechod do klidového režimu samo	85
Ignorace, ale za přítomnosti rodiče	85
Putující křeslo	86
Metoda drilu ve stylu „omlouvám se“	86
Tvrdá ignorace	87
■ Zamezení předčasnému odcházení z ložnice	88
■ Úprava klidového režimu pro cestování	88
Poruchy spánku	90
■ Noční můry	90
■ Noční děsy	94
■ Noční hraní	95

5. KAPITOLA

CELKOVÁ ÚDRŽBA A TRÉNINK96

Likvidace odpadu	98
■ Modernizace přebalování	98
■ Naprogramování dítěte, aby se zbavovalo odpadu samo.	99
Znamení, že je dítě připraveno	99
Příprava na přeprogramování	101
Přeprogramování: Metoda pozvolného rozvoje	104
Přeprogramování: Intenzivní tréninkové lekce	105
Noční trénink	107
Veřejné toalety	107
Trénování dítěte v samostatné očištění	108

■ Samostatné mytí	108
■ Mytí hlavy	108
■ Mytí rukou	110
■ Zubní péče	111
Trénování dítěte v samostatném oblékání	112
■ Instalace spodního prádla a kalhot	113
■ Instalace trička	116
■ Instalace ponožek a bot	117
■ Instalace bundy	118
■ Zvládnutí modelu, který se obléká pomalu nebo vůbec	119

6. KAPITOLA

RŮST A VÝVOJ120

Fyzický růst a vývoj	122
■ Zuby	125
■ Pohyb a pohyblivost	126
■ Mezníky ve fyzickém vývoji	127
12 až 18 měsíců	127
18 až 24 měsíců	128
24 až 30 měsíců	128
30 až 36 měsíců	129
Verbální vývoj	129
■ Mezníky ve verbálním vývoji	131
12 až 18 měsíců	131
18 až 24 měsíců	131
24 až 30 měsíců	131
30 až 36 měsíců	132
Emoční a sociální vývoj	132
■ Mezníky v emočním a sociálním vývoji	133
12 až 18 měsíců	133
18 až 24 měsíců	133
24 až 30 měsíců	134

Výcvik batolete pro péči mimo domov	135
■ Překonávání úzkosti z odloučení	138
Vedení batolete k samostatné zábavě	142
Jak se zbavit uklidňujících prostředků	144
■ Cumlání palce a prstů	145
Příprava batolete na příchod druhé jednotky	148

7. KAPITOLA

KÁZEŇ 152

Vylepšení chování batolete	154
Specifické strategie nastolující kázeň	156
■ Rozdílná pozornost	156
■ Slovní varování	159
■ Pobízení k pozitivnímu chování	159
■ Strategie „změň“ nebo „naprav“	160
■ Odstraňování problematických předmětů	160
■ Přerušování aktivity	161
■ Naplácání na zadek	165
Řešení problémů: Hledání vhodných kázeňských postupů	
pro řešení konkrétních druhů špatného chování	166
■ Výchovné metody spadající do kategorie A	167
Kousání	167
Bouchání, kopání, strkání, štipání nebo házení hračkami	168
Házení jídlem	168
■ Výchovné metody spadající do kategorie B	169
Záchvaty vzteku	169
Kňourání	170
Instalace funkcí vyspělého chování	171
Instalace vhodné reakce na „ne“	171
Používání slůvek „prosím“ a „děkuji“	172
Schopnost počkat	172
Schopnost vystřídat se	173

Schopnost o něco se podělit	174
Schopnost sám se uklidnit.	174
Dodržování jednoduchých pokynů.	176

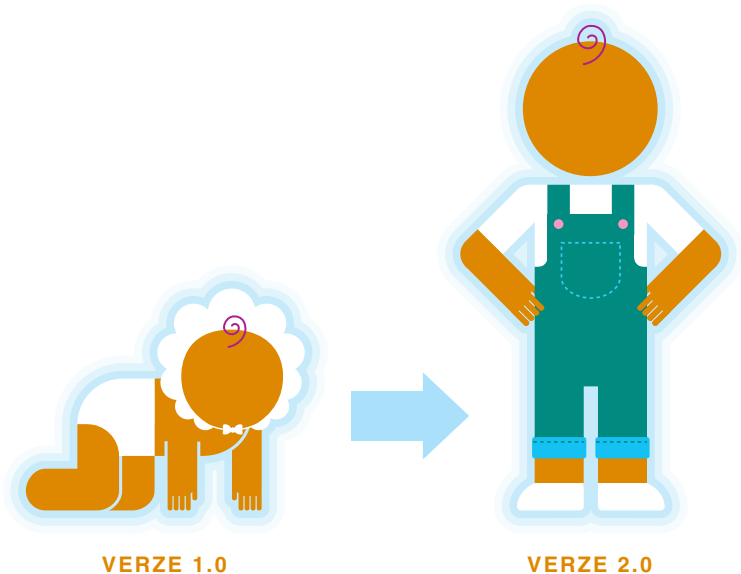
8. KAPITOLA

BEZPEČNOST A OBSLUHA V NOUZOVÝCH SITUACÍCH178

Jak batoleti zajistit bezpečné prostředí	180
■ Obecně platné strategie	180
■ Ložnicové strategie	182
■ Koupelnové strategie	183
■ Kuchyňské strategie	184
■ Strategie obývacího pokoje a jídelny	185
■ Venkovní strategie	185
Heimlichův manévr a kardiopulmonální resuscitace (CPR).	187
■ Identifikace respiračních potíží	187
■ Provádění Heimlichova manévru	188
■ Provádění kardiopulmonální resuscitace (CPR).	190
Měření tělesné teploty batolete	193
Jak podat batoleti léky	194
■ Podávání tekutých léků.	194
Podávání léků zdráhajícím se batolatům.	197
Zdravotní údržba batolete.	198
■ Poranění způsobená zvířaty	198
■ Včelí píchnutí	199
■ Zlomeniny	199
■ Boule a modřiny	200
■ Popáleniny	201
■ Řezné rány a odřenyiny	203
■ Zubní úrazy.	203
■ Ušní infekce	204
■ Ekzém.	204
■ Elektrický šok	205

■ Horečka.	206
■ Alergie na potraviny.	207
■ Poranění hlavy.	208
■ Poruchy zraku.	209
■ Vši.	210
■ Jedy.	211
Běžné jedy v domácnosti.	211
■ Agresivní rostliny.	212
■ Zánětlivé onemocnění krku způsobené hemolytickým streptokokem.	212
■ Spolknuté předměty nebo předměty zaklíněné v nose.	213
PŘÍLOHA.	215
REJSTŘÍK.	219
O AUTORECH.	220

Vylepšení modelu mimina na model batole



POZOR!

Pokyny v této knize jsou určeny pro modely staré 12 až 48 měsíců. Pokud váš model do tohoto rozmezí nezapadá, nemusí jeho chování odpovídat zdejšímu popisu.

Gratulujeme vám ke zdokonalení vašeho dítěte na model „batole“.

Kusy, které byly vylepšeny na model batole, budou vyžadovat časté řešení programových chyb a celkové přeprogramování. Ačkoliv se modely „batole“ od sebe kus od kusu liší, všechna batolata procházejí obdobím mimořádného růstu, rozvoje a změn a obdobím častého usilovného snažení. Tato kniha je uceleným návodem, jak dostat z vašeho dítěte maximální výkon a zajistit optimální fungování této jednotky. Nabízí časem prověřené programové strategie pro řízení většiny jednotek ve věku 1 až 4 roky.

Není třeba, abyste tento manuál četli od začátku do konce. Vzhledem k tomu, že každé batole je jiné, byl tento průvodce rozdělen do několika různých částí. Máte-li dotaz nebo jste narazili na nějaký problém, prostě se obraťte na některou z následujících kapitol:

PŘÍZPŮSOBNOST DOMÁCNOSTI A PŘEPRAVOVÁNÍ AKTUÁLNÍM PODMÍNKÁM (str. 16–29) popisuje, jak co nejlépe zaktualizovat domácnost pro potřeby batolete. Předkládá důležité informace týkající se uspořádání dětského pokoje a potřebných doplňků a doporučuje pořízení nové výbavy související s přepravou dítěte.

VŠEOBECNÁ PÉČE A MANIPULACE (str. 30–49) předkládá cenné informace o držení, manipulaci a cestování s batoletem. Tato kapitola obsahuje celou řadu hracích technik.

VYŽIVA: ZDROJE ENERGIE (str. 50–75) nabízí cenné rady, jak porozumět dětským zdrojům energie. Obsahuje rady týkající se odstavení (ukončení kojení) a rozplánování krmení a příjmu tekutin.

NAPROGRAMOVÁNÍ KLIDOVÉHO REŽIMU (str. 76–95) poskytuje podrobné rady týkající se naplánování a rozvoje schopností přechodu batolete do klidového režimu. Předkládá způsoby aktivace klidového režimu, opětovného naprogramování režimu spánku, přeorientování batolete z postýlky na velkou postel a odstraňování problémů souvisejících s poruchami spánku, jako jsou noční můry a noční hrani.

CELKOVÁ ÚDRŽBA A TRÉNINK (str. 96–119) je návodem pro pokročilé uživatele, kterým jde o údržbu a výcvik všech součástí batolete za účelem správného fungování jejich základních fyzických operací. Tato kapitola obsahuje rady, jak trénovat batole, aby se samostatně zbavovalo odpadu, dělalo pokroky při koupání a samo se oblékalo.

RŮST A VÝVOJ (str. 120–151) popisuje obecné rysy a mezníky v životě batolete. Obsahuje cenné strategie a informace týkající se fyzického, verbálního, emocionálního a sociálního rozvoje batolete.

KÁZENĚ (str. 152–177) zkoumá strategie pro určení parametrů týkajících se fungování batolete individuálně a v kolektivu.

BEZPEČNOST A OBSLUHA V NOUZOVÝCH SITUACÍCH (str. 178–213) se zabývá tím, jak co nejlépe zajistit dítěti bezpečné prostředí. Obsahuje rady, jak si poradit se závažnými zdravotními situacemi, a také krátkého průvodce běžnými zdravotními potížemi od A do Z.

Vaše dítě, které se mění z miminka naprosto závislého na jiných, na batole bojující o nezávislost, prochází významnou modernizací jak externího hardwaru, tak interního naprogramování. Během těchto změn můžete zažívat pocity frustrace, neschopnosti, beznaděje, vzteku a zoufalství. Tyto pocity jsou normální a časem se zmírňují. Se zdravým smyslem pro humor můžete dohlédnout na to, aby se z vašeho batolete vyvinula odolná, samostatně provozuschopná jednotka.

Hodně štěstí – a radujte se ze svého zdokonaleného batolete!