

EMILČINY KOUZELNÉ KOTVIČKY

Pohádka:

Emilka a skřítek Chybíčka





Milá maminko,

vzpomínáš si na moment, kdy tvoje dítě poprvé řeklo „Já to neumím!“ a vzdalo to dřív, než vůbec začalo? Nebo když se rozplakalo jen proto, že se mu nepovedl nakreslit kroužek, spadla mu věž z kostek nebo si špatně obulo boty?

Pro nás dospělé je to drobnost, ale v dětské hlavičce se v tu chvíli spustí obrovský strach ze selhání. Pocit, že když něco udělá špatně, znamená to, že ono samo je špatné.

Tato NLP pohádka učí děti zásadní věc: chyba není nepřítel a neznázorňuje selhání. Chyba je jen malý skřítek, který nám ukazuje, jak to příště udělat lépe.

Byl to úplně obyčejný den. Emilka seděla u stolu, v ručičce držela červenou pastelku a snažila se nakreslit roztomilého psa. Jenže pastelka najednou ujela. Místo ucha byla na papíře velká, křivá čára.

Emilka ztuhla. V bříšku ucítila těžký, horký kámen. „Já to neumím! Všechno jsem to pokazila!“ křikla, zmačkala papír do kuličky a hodila ho na zem. Oči se jí zalily slzami. Cítila se tak malá a neschopná.



Vtom se zmačkaný papír na zemi začal hýbat. Z papírové kuličky vyskočil malý, veselý skřítek. Měl střapaté vlasy, tričko pokreslené kaňkami a na nose velkou červenou šmouhu.



Ahoj Emilko!“ zavolał skřítek a udělal na koberci kotrmelec.

Emilka překvapeně utřela slzu. „Kdo jsi?“

„Já jsem Skřítek Chybička!“ zasmál se skřítek.
„Pokaždé, když se někomu něco nepovede, vyskočím
a mám obrovskou radost!“

„Radost?“ nechápala Emilka. „Z toho, že jsem to
pokazila? Vždyť ten obrázek je ošklivý!“



Skřítek Chybička k ní přiskákal a sedl si na okraj stolu

. „Ale kdepak, Emilko. Vy lidi si myslíte, že chyba je špatná věc. Ale pro nás skřítky je chyba ten nejlepší učitel na světě! Víš, co chyba doopravdy znamená? Znamená to, že to ZKOUŠÍŠ. A kdo nic nezkouší, ten se nikdy nic nenaučí.“

Emilka se zamyslela. „Ale mě to břicho tak bolí, když se mi to nepovede.“



„To proto, že zapomínáš na své kouzelné tlačítko,“ řekl skřítek a jemně jí ukázal na ramínko.

„Kdykoliv ucítíš, že se ti něco nepovedlo a chceš to vzdát, udělej tohle:

Jemně si polož ruku na druhé rameno, jako by ses objala, zhluboka se nadechni a řekni sama sobě: Nevadí, neexistuje chyba, jen zkušenost. Zkusím to znova!“

Emilka položila ručičku na své ramínko. Zhluboka se nadechla nosem a vydechla pusou. Ucítila, jak ten horký kámen v bříšku mizí.



Pohládila se po ramínku a pošeptala: „Nevadí, neexistuje chyba, jen zkušenost. Zkusím to znova.“

V tu chvíli z ní veškerý vztek a strach spadly. Rozbalila zmačkaný papír. Křivá čára od červené pastelky tam pořád byla. Ale Emilka už v ní neviděla pokažený obrázek. Přikreslila k ní dvě očka, nos a ocas.

„Podívej, Chybičko!“ zasmála se Emilka. „Ta křivá čára je vlastně ocas velkého drakopsa!“



Skřítek Chybička zatleskal, udělal ještě jeden kotrmelec a tiše zašeptal:

„Zapamatuj si to, Emilko. Kdykoliv ti ujede pastelka, spadne věž nebo se něco nepovede, zmáčkni své tlačítko na ramínku. Já tam budu s tebou a pomůžu ti z každé chyby udělat nový kouzelný příběh.“



OTÁZKY PRO MALÉHO HRDINU (K POVÍDÁNÍ S DÍTĚTEM):

Vzpomeneš si, co udělal skřítek Chybička, když se Emilce něco nepovedlo?

(Cíl: připomenout dítěti, že skřítek není strašidlo, ale malý popleta, který se přišel něco naučit.)

Stalo se ti někdy, že se ti nepovedlo nakreslit obrázek, zapnout botičku nebo postavit věž z kostek tak, jak jsi chtěl/a? Jak ses v tu chvíli cítil/a?

(Cíl: pojmenovat vztek, zklamání nebo smutek v bezpečném prostoru.)

Co můžeme skřítkovi Chybičkovi říct příště, až k nám zase přiběhne na návštěvu?

(Cíl: ukotvit novou reakci — např. „Nevadí, zkusím to ještě jednou a jinak!“)

OTÁZKY PRO MAMINKU (K ZAMYŠLENÍ PRO RODIČE):

Jak reaguji vteřinu poté, co se dítěti (nebo mně) něco nepovede?

Nevysílám tělem nebo povzdechem nevědomou frustraci, kterou dítě čte jako „zklamal/a jsem mámu“?

Dávám dítěti prostor chybu prozkoumat a opravit, nebo mám tendenci věc hned převzít a udělat ji za něj, abych ho ušetřila trápení?

(Každá opravená chyba buduje jeho vnitřní odolnost a sebedůvěru.)

Ukazuji dítěti v běžném dni své vlastní chyby s lehkostí?

(Děti se neučí z našich dokonalých chvil, ale z toho, jak s klidem reagujeme, když se nám rozsype mouka nebo spálí večeře.)

NÁVOD PRO MAMINKU: JAK UPEVNIT KOTVIČKU PO PŘEČTENÍ

1. **Pojmenujte rituál:** Až pohádku dočtete, zeptejte se dítěte: „Kde máš své tlačítko pro Skřítko Chybičku?“
2. **Nacvičte kotvu v klidu:** Nechte dítě, aby si položilo ruku na ramínko, zhluboka se nadechlo a řeklo větu: „Nevadí, neexistuje chyba, jen zkušenost. Zkusím to znova!“
3. **Použijte ji v praxi:** Až příště uvidíte, že dítě rozčílí nezdár, nekřičte ani ho nelitujte. Jen si tichounce položte ruku na své vlastní rameno, usmějte se a pošpotejte: „Co by teď řekl Skřítek Chybička?“