**Pomoc pro rodiče v kostce**

* Zjistěte důvody (přetíženost, vliv party, vztah k učiteli, postavení ve třídě).
* Jasně dítěti řekněte, že je to něco, co se nesmí opakovat.
* Podpořte dítě v tom, aby vám řeklo, co se stalo, a oceňte ho.
* Jednejte co nejdříve se školou, domluvte si osobní schůzku. Nezakrývejte pravdu a spolupracujte, buďte upřímní.
* Nastavte si se školou preventivní pravidla (kontrola omluvenek, častější kontakt se školou).
* Pokud je dítě přetížené, snižte jeho zátěž a vypracujte s ním denní rozvrh učení.
* Pokud zjistíte, že se jedná o hlubší problém, nebojte se obrátit na odborníky, kteří vám pomohou situaci dále řešit.
* Nezapomeňte, že to, co se stalo, má svoji příčinu.
* Nebojte se dítěti říct o tom, co to ve vás vyvolalo.
* Neptejte se dokola, zachovejte pravidlo jednou a dost.