



Plan końca 10-2-1

Zapowiedź - dwa wybory - pierwszy ruch

PRÓBA 1 z 3

Wypełnij przed jedną sytuacją. Celem nie jest brak protestu, lecz jasny punkt końca, dwa realne wybory i jeden pierwszy ruch.

DATA	WIEK DZIECKA (opcjonalnie)	GDZIE ALBO CO KOŃCZYMY?

10

Kiedy albo po czym nastąpi koniec?



Np. po dwóch zjazdach / po tej rundzie / za około 10 minut / o 18.30 przy wejściu.

„10” jest skrótem. Wybierz czas lub etap zrozumiały dla dziecka.

2

Jakie dwa realne wybory ma dziecko?



A

B

Obie opcje muszą być naprawdę możliwe. Dziecko wybiera **sposób zakończenia**, nie to, czy ustalony koniec obowiązuje.

1

Jaka jest pierwsza czynność po sygnale?



Np. buty / ręcznik / zapisanie gry / spotkanie przy wejściu. Następne polecenie podaj dopiero po wykonaniu pierwszego.

Gotowe zdanie taty

Wzór: „Za / po ... kończymy. Na koniec wybierasz ... albo Gdy będzie koniec, najpierw ...”.

Po sytuacji - szybki test

Nie oceniaj planu tylko po tym, czy dziecko protestowało. Najpierw sprawdź, czy sam utrzymałeś prosty plan.

- | | | |
|--|--|--|
| ☐ punkt końca był jasny | ☐ oba wybory były realne | ☐ podałem jedną pierwszą czynność |
| ☐ nie dołożyłem kolejnych „ostatnich 5 minut” | ☐ nie podałem kilku poleceń naraz | |

NOTATKA: GDZIE WRÓCIŁY NEGOCJACJE / CO ZMIENIĘ?



Bezpieczeństwo ma pierwszeństwo. Przy wodzie, ruchu drogowym, burzy, zamykaniu obiektu albo innym pilnym zagrożeniu kończysz aktywność i nie negocjujesz.



Plan końca 10-2-1

Zapowiedź - dwa wybory - pierwszy ruch

PRÓBA 2 z 3

Wypełnij przed jedną sytuacją. Celem nie jest brak protestu, lecz jasny punkt końca, dwa realne wybory i jeden pierwszy ruch.

DATA

WIEK DZIECKA (opcjonalnie)

GDZIE ALBO CO KOŃCZYMY?

10

Kiedy albo po czym nastąpi koniec?



Np. po dwóch zjazdach / po tej rundzie / za około 10 minut / o 18.30 przy wejściu.

„10” jest skrótem. Wybierz czas lub etap zrozumiały dla dziecka.

2

Jakie dwa realne wybory ma dziecko?



A

B

Obie opcje muszą być naprawdę możliwe. Dziecko wybiera **sposób zakończenia**, nie to, czy ustalony koniec obowiązuje.

1

Jaka jest pierwsza czynność po sygnale?



Np. buty / ręcznik / zapisanie gry / spotkanie przy wejściu. Następne polecenie podaj dopiero po wykonaniu pierwszego.

Gotowe zdanie taty

Wzór: „Za / po ... kończymy. Na koniec wybierasz ... albo Gdy będzie koniec, najpierw ...”.

Po sytuacji - szybki test

Nie oceniaj planu tylko po tym, czy dziecko protestowało. Najpierw sprawdź, czy sam utrzymałeś prosty plan.

- ☐ punkt końca był jasny ☐ oba wybory były realne ☐ podałem jedną pierwszą czynność
- ☐ nie dołożyłem kolejnych „ostatnich 5 minut” ☐ nie podałem kilku poleceń naraz

NOTATKA: GDZIE WRÓCIŁY NEGOCJACJE / CO ZMIENIĘ?



Plan końca 10-2-1

Zapowiedź - dwa wybory - pierwszy ruch

PRÓBA 3 z 3

Wypełnij przed jedną sytuacją. Celem nie jest brak protestu, lecz jasny punkt końca, dwa realne wybory i jeden pierwszy ruch.

DATA

WIEK DZIECKA (opcjonalnie)

GDZIE ALBO CO KOŃCZYMY?

10

Kiedy albo po czym nastąpi koniec?



Np. po dwóch zjazdach / po tej rundzie / za około 10 minut / o 18.30 przy wejściu.

„10” jest skrótem. Wybierz czas lub etap zrozumiały dla dziecka.

2

Jakie dwa realne wybory ma dziecko?



A

B

Obie opcje muszą być naprawdę możliwe. Dziecko wybiera **sposób zakończenia**, nie to, czy ustalony koniec obowiązuje.

1

Jaka jest pierwsza czynność po sygnale?



Np. buty / ręcznik / zapisanie gry / spotkanie przy wejściu. Następne polecenie podaj dopiero po wykonaniu pierwszego.

Gotowe zdanie taty

Wzór: „Za / po ... kończymy. Na koniec wybierasz ... albo Gdy będzie koniec, najpierw ...”.

Po sytuacji - szybki test

Nie oceniaj planu tylko po tym, czy dziecko protestowało. Najpierw sprawdź, czy sam utrzymałeś prosty plan.

- ☐ punkt końca był jasny ☐ oba wybory były realne ☐ podałem jedną pierwszą czynność
- ☐ nie dołożyłem kolejnych „ostatnich 5 minut” ☐ nie podałem kilku poleceń naraz

NOTATKA: GDZIE WRÓCIŁY NEGOCJACJE / CO ZMIENIĘ?



Plan końca 10-2-1

Podsumowanie po trzech sytuacjach

PODSUMOWANIE

Nie szukaj idealnego przebiegu. Sprawdź, które elementy były dla ciebie wykonalne i gdzie sam wracałeś do negocjowania.

1. Co udało się utrzymać najczęściej?

- | | |
|--|--|
| ☐ jasny punkt końca | ☐ dwa realne wybory |
| ☐ jedną pierwszą czynność | ☐ brak nowej rundy targowania |

2. Jaki punkt końca był dla dziecka najbardziej czytelny?

- ☐ liczba powtórzeń, np. dwa zjazdy
- ☐ naturalny etap, np. koniec rundy
- ☐ godzina lub timer

INNY / NAJLEPSZY PRZYKŁAD

3. Gdzie wracały negocjacje?

Np. po sygnale, przy wyborze, przy pierwszym ruchu, kiedy sam dodałem nowe „ostatnie pięć minut”.

4. Co zostawiam na kolejne sytuacje?

ZDANIE, KTÓRE BRZMIAŁO NATURALNIE

JEDNA ZMIANA NA NASTĘPNĄ SYTUACJĘ

Dopasuj zapowiedź do wieku dziecka: 3-5 lat - liczba powtórzeń lub konkretne zdarzenie; 6-12 lat - timer, runda albo godzina; nastolatek - umówiona godzina i punkt spotkania. Gdy dziecko szczególnie trudno znosi zmianę, pomocne mogą być wcześniejsza zapowiedź, wizualny timer, stała kolejność i mniej słów.