

## KAPITOLA III

# *Obejměte dceru a další pravidla pro matky*

Jestli čtete tuhle kapitolu, nejspíš uvažujete, jak byste mohla dceři pomoci s problémy při seznamování, a je přitom jedno, kolik je jí let. Jste důležitou součástí této knihy – můžete dceru ovlivnit jako nikdo jiný! Při konzultacích se svých klientek ptáme: „Co si o vztahu myslí vaše matka?“, protože si vážíme jejího názoru a úhlu pohledu. Možná už jste se snažila dceři pomoci tím, že jste jí koupila *Tajná pravidla, jak najít báječného manžela*. Možná jste jí šla příkladem a ve vlastních vztazích jste *pravidla* dodržovala. Matky nám často píší a konzultují s námi problémy svých dcer. Spoustu z nich trápí, že dcera porušuje *pravidla* nebo si nechává od partnerů všechno líbit. Některé znepokojuje, že dcera žádné nápady nemá. Ale jako v mnoha jiných případech někdy nezbyvá nic jiného než počkat, až dcera bude ochotná naslouchat. Radíme matkám totéž, co jiným klientkám: aby *pravidla* fungovala, dcera je musí *chtít* dodržovat a musí upřímně věřit, že ji matka navádí správným směrem.

Pokud chcete dceři pomoci, nejdůležitější je být jí oporou. Mluvily jsme se stovkami mladých žen a došly jsme k závěru, že promiskuitním nebo sexuálně agresivním ženám se obvykle v době dospívání nedostávalo dost pozornosti, lásky a povzbuzení. V rámci osobních konzulta-

cí nabízíme sezení zaměřené na dětství a historii partnerských vztahů a je opravdu šokující, kolik našich klientek se vztahovými problémy vyrůstalo vedle chladné nebo většně nepřítomné matky. Některé matky dceru zřídka ob-  
jaly a šetřily láskyplnými i povzbudivými slovy, jiné byly příliš zaneprázdněné a trávil doma málo času. Nečetly dcerám pohádky, nepekly s nimi vánoční cukroví a nešimraly je na zádech. Některé matky dokonce těžce nesy, že musí na plný úvazek pracovat a k tomu vychovávat dceru, a dávaly jí najevo, že je otravuje nebo je jim přítěží. Jiné se sice ze všech sil snažily, ale měly plnou hlavu vlastních problémů, ať už je trápil rozvod, vážné onemocnění nebo něco jiného. Připadá nám, že kdyby dcery takových žen vyrůstaly s pozornými a láskyplnými matkami, vedly by si ve vztazích mnohem líp.

Třiatřicetiletá Jillian, která *pravidla* objevila teprve nedávno, se nám svěřila, že jí matka dávala najevo naprostý nezájem a ona si připadala bezcenná a nezajímavá. Na vysoké škole a mezi dvacítkou a třicítkou jí lichotil i ten nejnepatrnější zájem nedostupných mužů, třeba ženatého šéfa nebo různých známých, kteří ji nikdy ani nepozvali na rande. Muži, jimž se *opravdu* líbila, ji nezajímali, protože byla příliš posedlá těmi nedostupnými. Trvalo mnoho hodin, než se s naší pomocí povznesla nad matčin nezájem a vstúpila si naše motto: „Miluj jen toho, kdo miluje tebe“. Navrhly jsme jí, aby se připojila k naší terapeutické skupině a poznala tak ženy, které se také zbavily špatných vztahových návyků a rády vyslechnou její příběh. Poslaly jsme jí odkazy na hezké oblečení a poradily jí, jak se má na schůzkách chovat. Jillian už před několika lety pokusy o navazování vztahů vzdala, ale na náš popud se zapsala na internetovou seznamku a začala

chodit do klubů a na večírky. Teď má vážný vztah s mužem, který ji oslovil první a každé ráno jí posílá esemesku: *Dobré ráno, krásko.*

Pokud patříte k matkám, jež na dceru z nějakého důvodu neměly čas, a připadá vám, že se vám dcera odcizuje nebo se bojíte, že by se to mohlo stát, vyřešíte to jedinež láskou, láskou a zase láskou! Všechno, co potřebujete, je láska! Jestli u vás dcera bydlí, ještě dnes ji obejměte a dělejte to pak každý den. Na projevy lásky není nikdy pozdě. Masírujte jí ramena, pročešávejte jí vlasy, líbejte ji na tvář – dcery potřebují být hýčkány. Každodenní objetí je něco jako pojistka, že dcera nebude hledat lásku na nesprávných místech. Může se jí dostávat pozornosti od vás – nebo od někoho cizího. Tak ať jí má od vás! Fyzický kontakt je strašně důležitý. Víme, že vás zaměstnává práce, domácnost, placení účtů a kontrolování e-mailů přes mobilní telefon, ale poslat dceři v průběhu dne jednu esemesku vám zabere jenom minutu. Domluvte si s ní oběd, jděte spolu do kina nebo ji vezměte na nákupy! Všichni jsou zaneprázdnění, mají dlouhé seznamy povinností a nikdo nemá čas, ale když si ho teď na dceru nevyhradíte, čeká ji spousta problémů. Na to, abyste se stala dobrou mámou, není nikdy pozdě.

Jak s dcerou můžete trávit čas, když s vámi nebydlí? Pokud žije na koleji, zeptejte se jí, jestli někdy bude mít volnější víkend nebo alespoň jeden víkendový den a vyhovovalo by jí, kdybyste ji navštívila. Nabídněte, že pozvete její přátele na večeri, abyste se s nimi mohla seznámit; díky tomu jí líp porozumíte. Jestli pracuje, udělejte totéž: zeptejte se, zda by našla volný den nebo víkend, který byste mohly strávit jen vy dvě spolu. Pokud si na vás nemůže udělat čas, neměla byste ji prosit ani vydírat; jen povězte, že chcete, aby věděla, že vám na ní záleží.

Jestli jste svobodná matka, možná vám připadá, že jenom vaše láska nestačí. Netrapte se tím. Dítě může dobře prospívat jen s jedním milujícím rodičem. Jedna naše klientka měla cholerického otce, který jí nikdy neřekl laskavé slovo, ale matka ji zahrnovala lichotkami a polibky. Vzala si muže, který jí pořád opakuje, jak je nádherná! Takže si nemyslete, že je vaše dcera nějak znevýhodněná tím, že měla jen jednoho milujícího rodiče. Vaše láska dělá divy.

Dále, pokud chcete, aby byla vaše dcera ve vztazích sebejistá, měla byste se tak chovat i vy! Kromě dodržování *pravidel* to znamená, že byste ji neměla představovat každému Tomovi, Dickovi a Harrymu, kterého potkáte. Než dceři svého partnera představíte, počkejte, až s ním budete mít vážný, pevný a monogamní vztah. První setkání by mělo být krátké a postupně společně strávenou dobu prodlužujte.

Mladé ženy bývají hodně citlivé a touží po lásce. Proto byste měla dceři věnovat pozornost, aby se necítila odstrčená nebo jí nepřipadalo, že je na všechno sama. Pokud se na úkor dcery upnete k partnerovi, děláte osudovou chybu. Budete balancovat na tenkém ledě, ale nedá se nic dělat – musíte přijít na způsob, jak zařídit, aby si vaše dítě připadalo milované.

Současně si natrénujte určitý odstup. Pokud je dceři jedenadvacet, pětadvacet nebo třicet a vám se nelíbí, jak se obléká nebo s kým chodí, dejte si pozor, abyste ji příliš nekritizovala; čím víc volnosti jí dáte, tím spíš za vámi přijde, až bude potřebovat pomoci. Jestli si myslí, že jste netolerantní nebo panovačná, bude se vůči vám bouřit nebo se vám nebude svěřovat. Jakmile vaše dcera dospěje do určitého věku, už její život moc neovlivníte, takže našlapujte opatrně.

Všechny známe matky, které dceři příliš zasahují do života. Prostřednictvím dcery si plní sny; chtějí, aby se stala královnou krásy nebo nejoblíbenější dívkou ve třídě. Anebo se na Facebooku přátelí s dceřinými kamarádkami a kamarády, dokonce i když ji dcera výslovně požádala, aby to nedělala. Ani tyhle příklady majetnické lásky, vtíravosti a přehnané pozornosti nejsou zdravé. Být matka-špionka nebo matka-kamarádka je sice lepší než dceru ignorovat, ale také se vám to může vymstít. Dívka v pubertě potřebuje, aby ji máma milovala, ne aby ji nutila mít výborné známky, nosit dlouhé nalepovací řasy nebo vést družstvo roztleskávaček. *Chce* vaše dcera právě tohle? Měla by mít právo na vlastní rozhodnutí a vlastní chyby. Nemůžete udělat nic lepšího, než být dceři oporou ve chvílích, kdy vás potřebuje – radit jí, utěšovat ji a oslavovat s ní její úspěchy. Žije ale svůj život. Když příliš rychle dospěje, zůstane jí v duši prázdnota, kterou bude chtít zaplnit špatnými vztahy.

*Pravidla* v téhle kapitole platí pro otce stejně jako pro matky. Ruku na srdce, každý táta přece chce, aby se jeho dcera řídila *pravidly*! Přeje si, aby ke vztahům přistupovala sebejistě, aby se mužům nikdy nevnucovala a nepraktikovala nezávazný sex. Který táta by chtěl, aby jeho dcera byla na partnera nalepená čtyřicet hodin denně sedm dní v týdnu anebo se vyspala s každým, který po ní zatouží? Některé klientky vysokoškolačky nám prozradily, že jim táta koupil výtisk *Tajných pravidel* nebo jim u nás zaplatil konzultaci. Víme, že otcům záleží na milostném životě jejich dcer, a právě proto píšeme tuhle kapitolu i pro ně.

Mluvily jsme se spoustou otců a těšilo nás, že i oni nám pomáhají napsat *Pravidla, kterými se vaše matka ne-*

*řídila!* Jeden otec řekl své dvacetileté dceři: „Nevolej mužům, nenaháněj je, a pokud tě někdo pozve na rande, chci ho nejdřív vidět. Musí se mi podívat do očí – pokud to neudělá, něco skrývá.“ Samozřejmě ne všichni tátové se takhle zajímají o dceřin milostný život, anebo to alespoň neříkají nahlas. Ne že by o to dcery stály! Víme ale, že táta může dceři pomoci dodržovat *pravidla* třeba tím, že jí dá tuhle knihu a také tím, že jedná se ženami s láskou a respektem. Známe šťastně ženaté muže, kteří dceři radí: „Chovej se zkrátka jako tvoje máma. Chodil jsem se spoustou žen, ale jen ona mě přiměla, abych si ji vzal!“

Nevylácí se děsit dceru řečmi o tom, že všichni muži chtějí jenom jedno, ani se chovat nepřístupně a mravokárně. Chcete přece, aby se na vás dcera obrátila, až bude v problémech nebo nebude vědět, co si počít. Když jí teď pomůžete s výběrem partnera, můžete s úlevou vydechnout, až jí povedete k oltáři!

Mámy a tátové, jestli chcete dceři pomoci nalézt sebevědomí a předejít vztahovým problémům, tady jsou naše návrhy:

- **Pokud jste to ještě neudělali, dejte jí knihu *Pravidla, kterými se vaše matka neřídila a Tajná pravidla, jak najít báječného manžela*.** Hodně z vás se na nás obrací s tím, že jste se dceři snažili předat naše poselství, ale dcera knihu přečetla a prohlásila: „Co je to záznamník? Ta knížka je jak z padesátých let. Vztahy jsou teď složitější.“ Tady je naše odpověď. Prostě dceři povězte, že nahánění mužů nikdy nezabíralo a nezabírá, a už se s ní o tom dál nebavte. Buď to pochopí, nebo ne – a pokud to nepochopí teď, pořád ještě může v budoucnu změnit názor.

- **Mluvte otevřeně o sexu.** Povězte jí, že milování je nádherná věc a že cokoli, co člověk dělá z lásky, je nádherné a výjimečné, ale nezávazný sex s náhodným partnerem je aktem zoufalství, který ji rozhodně ne naplní. Nemusíte jí o sexu dělat formální přednášku, ale rozhodně nepředstírejte, že sex neexistuje. Abyste téma trochu odlehčili, podívejte se s ní na film pro mladé ženy a pak se jí ptejte na její názory na hrdinky. Při debatách na toto téma vám vždycky pomůže film *Sex ve městě*. Zeptejte se dcery, proč asi musela Carrie tak dlouho čekat na Pana Božského nebo co si myslí o Samanthiných příležitostných románcích. Zajímejte se, která z hrdinek je jí nejbližší. Nechte rozhovor volně plynout – mladé ženy se zdráhají odpovídat na přímé otázky, týkající se jejich milostného života, ale při takovéhle debatě se vám můžou otevřít.
- **Snažte se zachovat klid nebo alespoň nereagovat přehnaně, když vám dcera řekne něco, co se vám nelíbí.** Některé matky si stěžují, že se jim dcera vůbec nesvěřuje, a my známe důvod. Nejspíš je to tím, že matka zaječí „*Cože? Co jsi udělala?!*“, rozčílí se a dcera zmlkne. Jestli chcete, aby si s vámi dcera povídala, vyprávěla vám, co dělá, a svěřovala se vám s nejniternějšími myšlenkami, tajemstvími a strachy, musíte tvář v tvář bouři zachovat klid. Pokud poví: „*Chodím s mužem, který by se ti asi nelíbil*“ nebo „*Přišla jsem o panenství*“ nebo „*Jsem těhotná*“ nebo „*Asi jsem lesbička*“, odpovězte jenom: „*Jsem ráda, že jsi mi to řekla. Miluju tě a budu ti oporou, ať se děje cokoli. Je to tvůj život, tak jak se s tím hodláš popa-*

sovat?“ Když ji nebudete kritizovat, bude se s vámi cítit v bezpečí. Povězte jí svůj názor, ale ne vztekle. Někdy se děti předvádějí, jen aby rodiče rozčílily – když nezareagujete, dcera nebude mít důvod se předvádět a začne se vám častěji svěřovat. Tento způsob rodičovství také znamená, že jí nebudete vnucovat svou vůli ani jí říkat, s kým má chodit, „Vezmi si doktora“ nebo podobné věci, které vám pro ni připadají správné.

- **Ve vztahu s dcerou dodržujte pravidla.** Víme, že to zní zvláště nebo směšně, ale vyplatí se to! Netlačte na ni. Když vás dcera požádá, abyste jí nepsala na zeď na Facebooku, nedělejte to. Potřebuje, abyste respektovala její hranice. Když je překračujete, začne se chovat tajnůstkářsky.
- **Věnujte se jí.** Jestli chcete, aby z vaší dcery vyrostl dobrý člověk, nedávejte jí jen materiální věci. Dávejte jí sebe a svůj čas. Chodte spolu do kina nebo nakupovat, na manikúru a pedikúru, začněte spolu vařit nebo péct, jezděte na výlety na kole nebo chodte běhat. Mějte doma její oblíbené seriály, abyste se na ně mohly dívat. Nikdy nebuďte natolik zaneprázdněná, aby vám na dceru nezbyval čas.
- **Postarejte se, aby se uměla chovat a líčit.** Při konzultacích zaměřených na dětství nás překvapilo, že některé matky dceru nenaučily nic o oblékání, účesech, líčení a už vůbec ne o etiketě a dobrých způsobech. Nikdy si nehrály s dceřinými vlasy, nelakovaly jí nehty, ani jí nedovolily, aby si půjčovala jejich

kabelky a boty. Když vaše dcera čerpá inspiraci jen ze seriálů a časopisů, nemůžete se divit, pokud se nevhodně obléká nebo přehnaně líčí. Jestli jste ji tyhle věci neučila, když byla mladší, začněte teď. Až bude mít prázdniny nebo dovolenou, naplánujte pro ni celodenní proměnu. Pokud je stydlivá, jděte do toho s ní, aby jí nevadilo, že je středem pozornosti. Jestli se jí naopak líbí, když je za hvězdu, dopřejte všechno jenom jí: nový účes, make-up, oblečení. Nemusíte utratit závratné částky, ale ukažte dceři, že může vypadat nádherně a zdůrazněte, že i vám připadá nádherná. Nechte si od ní poradit s výběrem oblečení pro sebe a dejte jí tak najevo, že si vážíte jejího názoru. Když si vypěstuje sebevědomí, bude sebevědomě i vypadat a to je klíč k životu podle *pravidel!*

- **Nemějte jí nic za zlé.** Některé matky na dceru trochu (nebo hodně) žárlí. Připadá jim, že dcera má jednodušší život, než měly ony. Chovají se soutěživě a některé se dokonce snaží oblékat jako pubertáčky. Anebo dceru vůbec nevychovájí a místo toho si plní vlastní sny. Jestli je to váš případ, možná potřebujete pomoc. Měla byste si s někým promluvit, ať už s profesionálem nebo ne, abyste si přestala vybíjet vztek na dceři. Copak si nezaslouží žít líp než vy? Jste její matka a vašim úkolem je dát jí všechno, co jste sama neměla, ne jí to odpírat. Neříkejte: „Já od mámy nikdy neslyšela, že jsem hezká“ nebo „Buď vděčná. Já nikdy nemohla chodit na hodiny baletu!“ Místo toho se radujte, že vaše dcera nemá emocionální nebo finanční problémy jako kdysi vy. Proč by měla trpět jen proto, že jste trpěla vy? Snažte se jí zařídit co

nejlepší život a nerýpejte do ní. Netvrdíme, že ji musíte rozmazlovat, ale zahrnujte ji láskou, pozorností a vším, co potřebuje. Můžete si být jistá, že až bude starší, bude vám o to častěji volat a navštěvovat vás. Láska se vám vrátí zpět v podobě zdravého a šťastného života dcery – a přesně tohle přece všichni pro své děti chceme!

- **Stanovte hranice.** Když rodiče dítěti všechno dovolí, neprokazují mu tím dobrou službu. Ve společnosti, která oslavuje hrubost, nezávazné vztahy, jehlové podpatky a těhotenství v sedmnácti, potřebují obzvláště mladé ženy znát hranice. Omezení znamená lásku. Klidně povězte: „Mohla by sis, prosím, pod to průhledné tričko vzít nátělník?“ nebo „Dokud žiješ pod mou střechou, nemůžeš se nechat tetovat nebo nosit piercing v nose“ nebo „Jestli chceš kouřit, tak jediná venku“ nebo „Když nejsem doma, nemůžeš si sem pozvat přítele“ anebo „O víkendech musíš být nejdéle do půlnoci doma.“ Být rodičem není totéž jako být kamarádem. Děti vlastně po pravidlech touží. Přílišná svoboda je děsí a později může způsobit problémy.