

PROSTŘEDÍ

Dítě je schopno vnímat od třetího trimestru těhotenství matky, kdy se jednotlivé nervové buňky (neurony) v jeho mozku začínají propojovat pomocí synaptických spojení a vznikají první synaptické okruhy. Při prožívání každé situace se neurony, jichž se týkají informace z podobných situací, sdružují a proplétají. A takto vznikají znalosti, dovednosti i percepce.

NEURONS THAT *fire* TOGETHER,
wire TOGETHER.¹

Dítě je od přírody zvědavé a jeho podvědomí je jako harddisk, na němž zatím není skoro nic nahráno. Aby mohlo začít o něčem přemýšlet, potřebuje mít nějaká data v podvědomí, protože v podvědomí se tvoří myšlenky. Čili je zpočátku potřeba co nejvíc nahrávat do podvědomí – i proto je dítě jako houba, která nasává a vstřebává vše, co se okolo něj děje, vědomosti, zážitky apod. (Mnohdy jsme pak překvapeni, když udělá něco, co jsme ho přímo neučili, nebo s oblibou říká slova, která rozhodně nebyla určena jeho uším.) Rodiče a způsob, jakým dítě provázejí a vychovávají, hrají v tomto procesu klíčovou roli.

První základní informace o rodičovství získávají mladí lidé většinou až s příchodem vlastního dítěte. V minulosti byl na základních školách předmět nazvaný rodinná výchova, kde se dívky učily přebalovat panenky, ale nic moc dalšího o výchově se v něm nedozvěděly, a vzhledem k nedostatku informací ani nemohly. Dnes je ovšem velká disproporce mezi tím, co všechno už víme a co se učí ve školách. Lidský mozek je nyní prozkoumán téměř do nejmenšího detailu, víme, jak funguje mozek dětský i dospělý, mozek ženy i muže, máme podrobně zmapovaný vývoj dítěte, ale k průměrnému člověku se běžně nedo-

¹ Lze přeložit jako: Neurony, které se aktivují ve stejný čas, se také vzájemně propojují.

stane ani zlomek těchto informací. Přitom dozvědět se něco o fungování mozku, o tom, proč reagujeme tak, jak reagujeme, znamená dozvědět se něco sami o sobě. To může zásadně ovlivnit kvalitu našeho života i života našich dětí.

Mysl a tělo jsou propojené. Mozek se chová jako velká chemická továrna a všechny myšlenky se přenášejí do těla. To, co dítě slyší a žije, se skrze mozek promítá i do jeho fyziologie. Pokud je v rodině dobrá atmosféra, dítě není svědkem častých hádek ani žádného fyzického násilí, není pod žádným psychickým terorem a rodiče se ho snaží vychovávat tak, jak nejlépe umějí (s láskou a ideálně i respektem), pak se dítě správně vyvíjí. Jestliže v rodině a mezi rodiči panují místo pohody neklid a rozepře, pak se to na dítěti projeví. Psychická nepohoda dítěte může spouštět různé situace a reakce, například že se začne počurávat, přestože už si umí říct na záchod, nebo dlouho trvá, než začne mluvit, a rodiče s ním absolvují různá vyšetření, než zjistí, že problém se ukrývá doma. Začnou-li rodiče řešit sami sebe a svůj vztah k dítěti, partnerovi apod., problém dítěte se mnohdy nárazově zlepší nebo úplně odezní.

Většina zdravotních obtíží má svůj prvotní původ v psychosomaticce a nejinak tomu bývá u dětí.

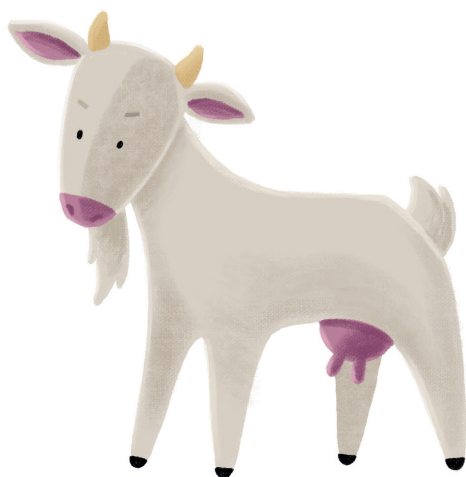
Tvořivost, zvědavost a past hodnocení

Z hlediska neuroplasticity je důležité, aby dítě vyrůstalo v prostředí, kde může rozvíjet svoji tvořivost a zvědavost. Díky tvořivosti a zvědavosti se v mozku vytváří více synaptických spojení mezi neurony, na které pak může dítě v učení navazovat a stavět na nich. Vzniká tak větší a hustší „sít“ v mozku. Samozřejmě se právě v rámci neuroplasticity stává i to, že se některé spoje rozpojí, když je člověk nevyužívá. To je normální a v pořádku.

S tvořivostí je úzce spojen častý rodičovský nešvar, a tím je **hodnocení**. Pokud příliš hodnotíme realitu, používáme hodnotící přídavná jména, dítě si vytváří černobílý svět, který vnímá v mezích „dobré“ versus „špatné“, „krásné“ versus „ošklivé“. Tím zlem nejsou přídavná jména, ale to, že jsme zvyklí jimi všechno kolem sebe hodnotit – věci, situace, děti, lidi. Hodnotíme je a srovnáváme s ostatními.

Schopnost mozku vytvářet synapse je závislá na tom, co si ukládáme do podvědomí a do dlouhodobé paměti, v jakém se pohybujeme prostředí a jak přemýšlíme. Americký vývojový biolog Bruce Lipton² říká, že 60–70 procent programů (synapsí) je dítěti až nebezpečných. Slova utvářejí naši realitu, protože podvědomí nerozlišuje, jestli je něco pravda, nebo ne. A malé dítě to ani nemá podle čeho porovnávat, nemá zatím dostatek zkušeností. Rodiče musejí být velmi opatrní v tom, co do dítěte vloží. Čím kvalitnější programy si dítě do podvědomí nahraje, tím lépe pro jeho budoucí osobnost. Bohužel když rodiče netuší, jak funguje mozek, často děti vychovávají způsobem, jakým byli vychováváni oni sami. Což nemusí být vždy ta nejlepší cesta.

Příklad: Na rodinném výletě na farmu tatínek dcerce barvitě vysvětluje, že kozy jsou hnusná a smradlavá zvířata a že umějí být velmi agresivní a nebezpečné. Tatínek kozy z nějakého (ostatním skrytého) důvodu nemá rád, ale dcerka převezme jeho program a začne o kozách smýšlet stejným způsobem: že jsou hnusné a že se jich nesmí nikdy ani dotknout. Vybuduje si tak strach a odpor ke zvířeti, se kterým zatím nemá vůbec žádnou osobní zkušenost.



² Bruce Lipton je mezinárodně uznávaný biolog a autorita mezi vědci, kteří se snaží smazat hranice mezi vědou a duchem. Je autorem několika bestsellerů a průkopníkem oboru zvaného epigenetika, který se zabývá tím, nakolik jsou naše geny ovlivnitelné prostředím, v němž žijeme.

Děti se potřebují učit vytvářet si vlastní názory na svět kolem sebe a dávat samy sobě hodnotu. A k tomu potřebují rodiče, kteří s nimi komunikují nehodnotícím způsobem. Kteří namísto hodnocení spíše neutrálně popisují realitu nebo se aktivně dítěte ptají na jeho pohled.

Příklad: Dítě nese mamince ukázat obrázek, který vytvořilo, a rodič místo častého hodnocení: „Jéé, to je krásné! Ty jsi ale šikulka!“ může využít popis: „Vidím, že jsi hodně pracovala se zelenou barvou, dokonce s několika odstíny zelené. Jéé, a ten domeček vypadá jako náš dům! Co se ti na obrázku nejvíc líbí? Dalo ti hodně práce namalovat takovou zahradu...?“

Popis otevírá další prostor k vzájemné komunikaci rodiče s dítětem. Naopak hodnocení komunikaci ukončuje ještě dřív, než se měla možnost rozvinout. Na stejném principu funguje i **hodnocení ve škole**, o němž si můžete přečíst na str. 121.

Pokud rodiče příliš hodnotí realitu kolem sebe, děti pak často automaticky přebírají názory svých rodičů. Pro takového člověka (dítě i dospělého) potom může být obtížné pochopit, že když má někdo odlišný názor na stejnou věc, automaticky to neznamená, že je nepřítel. Svět není pouze černý, nebo bílý, má spoustu odstínů i barev.

Práce s dítětem je velmi křehká. Z hlediska neuroplasticity je dobré mít na paměti, že každé naše slovo, každá akce, jakýkoli zážitek, jemuž dítě vystavíme, na ně může mít dopad. Často ne okamžitý – může se projevit v dlouhodobém horizontu, třeba až dítě dospěje. Neznašená to samozřejmě, že byste na dítě nesměli zvýšit hlas, nebo že když vám ujedou nervy, je už všechno ztraceno. To ne. Nikdo není dokonalý a o reakcích a emocích dětí i rodičů píšeme více na str. 73. Jen je dobré se v rodičovství snažit o vědomý přístup, uvědomovat si, jakou sílu má slovo, a zbytečně si na dítěti neléčit vlastní nezpracovaná traumata a bolístky. Dobrou zprávou v tomto ohledu je, že neurony jsou sice pevně pospojované, ale díky neuroplasticitě se dají zase přestavět, propojit jinak. Například když dítě na základě nepříjemného zážitku získá z něčeho obavu, nemusí ji mít po celý život. Můžeme mu postupně a laskavě pomoci synapse přestavět a obavu rozptýlit.



Do svých 25 let jsem nejedl rýži, protože ji do mě jedna paní učitelka na základní škole nacpala násilím. Ale v dospělosti jsem si během jednoho měsíce dokázal přestavět synapse tak, že rýže je nyní jedním z mých nejoblíbenějších pokrmů.

Děti do 6 let se (v průměru) vyvíjejí optimálně. Jsou zvědavé, kreativní, mají před sebou téměř celý „neobjevený“ svět. V předškolním věku jim umožňujeme dělat činnosti, jež je baví, k nimž mají přirozený talent a které je dostávají do stavu flow. Díky tomu zároveň vyniká jejich individualita. A po šestém roce věku najednou nastává obrovský propad zvědavosti a kreativity způsobený mimo jiné i tím, že děti začnou chodit do školy.

Model školního prostředí, které potlačuje dětskou kreativitu

Zde nabízíme pár stěžejních bodů, které mohou ve školním prostředí potlačovat dětskou kreativitu a rozvoj. Přesto bohužel odpovídají celé řadě tradičních škol v České republice.

- ★ Tradiční školní prostředí většinou **neuznává jiný druh pravdy**, než jaký je v učebnici. Učitelé představují autoritu, která ví všechno nejlépe. Takový přístup zabíjí zvědavost.
- ★ Škola předává **učivo v jednotlivých izolovaných „boxech“** – čeština, matematika, vlastivěda, dějepis ad., ale už se nezabývá tím, jak boxy propojovat. Jenže inteligence a kritické myšlení jsou převážně o propojování jednotlivých oblastí, o hledání analogií, souvislostí a rozdílů. Vzdělávají-li se děti tak, že informace v jednotlivých předmětech i napříč předměty propojují,