



❖ Proč **nestačí** jen dobrý
vzor a láska rodičů?

Rodiče potřebují dobrou „výzbroj“

Patrikovi je teprve dva a půl roku. Je to velice čiperný chlapec s andělskou tváří, ale je postrachem každého malého dítěte ve svém okolí...

V okamžiku, kdy se objeví Patrik, maminky ostatních dětí znervózní a zbystří pozornost. Přesto se vždy přihodí něco, čeho se všichni obávají...

Patrik opět uhodil zhruba stejně staré dítě, které teď pláče a běží ke své mamince.

Občas Patrik své malé oběti kouše, a někdy dokonce tak silně, že se dětem modřina, kterou jim tímto kousnutím způsobí, ztratí až za čtrnáct dní.

Jeho oblibou je také „kradení“ hraček. Zcela běžně vytrhne jinému dítěti z ruky hračku a pak ji buď odhodí, nebo zničí. Patrik ale umí být výjimečně i velice hodné dítě, které si hezky a tiše hraje s ostatními, a pak je téměř k nepoznání.

A co na to jeho matka?

Patrik je vymodlené dítě, takže si asi umíte představit, jak se k němu jeho rodiče chovají. Mají už sice dvě starší dcery, Patrika si však dlouho a téměř zoufale přáli, takže dnes mu maminka splní, co mu na očích vidí. Patrik má dostatek něhy a lásky, pozornosti i jejího času. Maminka se chová slušně a umírněně. Jiné děti nebije, pochopitelně ani

nekouše a nikdy nevytrhla hračku z rukou jiného dítěte... Tak odkud to ten Patrik má? U koho to viděl?

„Výchova dětí znamená pouze jít jim dobrým příkladem a dávat jim lásku – to je vše.“ Tento citát pochází z počátku 19. století. Vyřkl jej zakladatel mateřských školek v sousedním Německu Friedrich Fröbel.

Jak se zdá, tato zákonitost se Patrika a jeho maminky netýká. Přesto je to velice zajímavá myšlenka, nad kterou je vhodné se pozastavit. I já jsem toho názoru, že láska je to nejdůležitější, co mohou rodiče dítěti dát. Hned na druhém stupni v pořadí důležitosti stojí, aby šli rodiče dětem dobrým příkladem.

Na těchto dvou pilířích je možné postavit princip správné výchovy, takže citát můžeme upravit „Bez lásky a správného vzoru není výchova výchovou“.

Bez těchto základních předpokladů nebude v rodině fungovat nic a žádný pedagogicko-psychologický rádce vám nepomůže, dokonce ani tento ne.

Pochopitelně existují děti, kterým pouze láska a dobrý příklad rodičů bohatě stačí. Takové děti jsou schopny se na základě těchto předpokladů vyvíjet správným směrem, chovat se rozumně a zodpovědně, a s největ-

ší pravděpodobností z nich skutečně vyrostou láskyplné a šťastné osobnosti. Takové děti již velice brzy pochopí, kde jsou hranice slušného chování a nejspíše i ochotně převzou zodpovědnost za své povinnosti bez výmluv a bez větších problémů. Ano, existují tedy takové děti, které svým rodičům nedělají téměř žádné starosti, ale i já sama jsem se za dobu své dlouholeté praxe s tímto typem dětí setkala jen málokdy. Valné většiny dětí, ani mých vlastních tří, se to skutečně netýká.

Máte-li doma nezbedného potomka, samozřejmě že láska je pro něj nadevše důležitá, ale pouze láska v tomto případě rozhodně stačit nebude. Na zlobivé a neposlušné děti rodiče spíše potřebují „dobré nástroje“- to znamená dobrou strategii a pevné nervy.

Jak můžeme zabránit tomu, aby naše děti nedělaly to, co dělat nemají (či nesmějí)? A jak je můžeme přimět k tomu, aby dělaly (z jejich úhlu pohledu) i „zbytečné věci“ a vykonávaly povinnosti a úkoly, které vůbec nemají v oblibě? Co dělat v případě, kdy už nám docházejí slova a argumenty?

…❖ Jde to s dětmi „z kopce“?

Stále častěji slycháváme věty typu: „Ty děti jsou čím dál horší“ nebo „Ty dnešní děti je těžké vychovat ...“ Nepřímo těmito větami vlastně vyslovujeme názor, že „dříve byly děti lepší“. Je tomu skutečně tak?

Pravda je, že my, současní rodiče, jsme se (jako děti) od těch dnešních dětí skutečně podstatně lišili. Ale byli jsme opravdu lepší?

Také naši rodiče měli jiné výchovné praktiky a strategie a jejich výchova byla zcela jiná než naše „moderní rodičovství“. Znamená to, že oni byli lepšími rodiči, než jsme dnes my? Vší silou se snažíme zabránit „chybám“, kterých se dopustili naši rodiče - například nechceme své děti bít. Nechceme je trestat, nahánět jim strach a vychovávat je v plaché, zakříknuté jedince. Chceme se s našimi dětmi bavit otevřeně o sexu i o jiných citlivých tématech a přejeme si vychovat z nich sebejisté a slušné lidi. Většinou moderních rodičů se to skutečně daří.

Poslušnost pouze ze strachu z trestu je třicet let starý jev. Ale jak je tomu vlastně dnes? Dnes u dětí spíše podporujeme rozvoj jejich malých osobností, dáváme prostor jejich individuálnímu charakteru, podporujeme jejich schopnosti... V takovém rozsahu jsme to my, současní rodiče, rozhodně v dětství nezažili.

Dříve to nebylo lepší

Kdo z nás měl v dětství například svůj vlastní dětský pokoj? Kdo z nás si mohl vybrat, jaký sport chce dělat, nebo na jaký hudební nástroj si přeje hrát? S kým se rodiče bavili otevřeně a uvolněně o sexu, když „přišel čas“? Kdo z nás měl tu možnost se s dospě-

lými „normálně“ bavit a pokládat jim případně i nepříjemné či choulostivé otázky?

My rodiče můžeme být na své pokroky patřičně **hrdí**.

A stejně tak hrdí můžeme být **i na naše děti**.

Dnešní děti se mají dobře a opravdu nejsou o nic horší než děti předešlých generací. Problémy s výchovou mají rodiče se svými malými potomky již od nepaměti.

Existuje mnoho dospělých, kteří ještě dnes podstupují psychologickou či psychiatrickou léčbu, neboť mají problémy, které si s sebou nesou od vlastního dětství. V některých případech jsou tyto potíže podmíněny špatnou výchovou jejich rodičů. Výchova předešlé generace rodičů se na nich podepsala na velice dlouhou dobu a doprovází je až do jejich vlastní dospělosti. V době, kdy byli malí, se výchova odehrávala za zavřenými dveřmi jejich bytu, bez přítomnosti veřejnosti a bez respektování jejich zákonitostí.

Snaživí rodiče

Dnes je výchova dětí mnohem otevřenější. Rodiče nemají problém se o výchově svých dětí otevřeně a na rovinu bavit s ostatními. Neostýchají se svěřit psychologům, dětským lékařům

– o přátelích a známých ani nemluvě. Sami si přejí být dostatečně informováni a „vyškolení“, aby byli svým dětem dobrými rodiči. Jsou v kontaktu s jinými matkami či otci, se kterými o výchově diskutují, čtou knihy, radí se na internetu, navštěvují semináře či přednášky, které se tomuto tématu věnují.

Mnohé z dnešních matek se rády vzdají kariéry ve prospěch svého dítěte i přesto, že vědí, že pro ně bude velice těžké, někdy dokonce nemožné, se do pracovního života opět vrátit. Přesto se rozhodnou být doma s dětmi a plně se věnovat jak jim, tak domácnosti.

Většina matek však po skončení rodičovské dovolené nastoupí opět do práce a pak musí současně zvládnout tři velice náročné úkoly: děti a jejich výchovu, domácnost a svou práci. Je to výkon srovnatelný s výkonem vrcholových managerů.

Navíc – ještě nikdy v minulosti nebyl počet osamělých (svobodných nebo rozvedených) matek vyšší, než je dnes. Je opravdu ohromující, kolik toho zvládnou, mnohdy za velice špatných finančních podmínek.

Takový výkon! Tolik energie a snažení, a přesto tolik problémů? Veřejností bývá nejčastěji kritizováno to, co „nejde“ – poukazujeme na chyby, problémy a nedostatky. A v případě nevhodného chování dětí se bohužel podle velmi rozšířených názorů jedná o selhání role rodičů.

Často je kritika směřována právě proti ženám, které se rozhodly zůstat v domácnosti a plně se věnovat dětem. „Vždyť jsi celý den doma a nemáš co na práci. Tak mi vysvětlí, proč nezvládneš ani obyčejnou výchovu dětí?“

Tyto výčitky znají tisíce žen. Často přichází tato obvinění právě ze strany jejich partnera, který se vrátí domů až večer a chce si v klidu odpočinout. To je také jeden z důvodů, proč jsou dnešní matky pod velkým tlakem. Nicméně přiznejme si, že si život často dělají samy těžší, neboť se mnohdy snaží za každou cenu udělat všechno co nejdokonaleji. Avšak díky tomuto přístupu se mohou dostat do slepé uličky – pro problémy a chyby, které považují za důležité, pak mohou zapomenout na to hezké – na úspěchy své, svých dětí, nebo i na to, co je běžné.

Jak důležitá je sebejistota

Nejistota rodičů se odráží i na jejich vztahu k dítěti. Navíc nezapomínejme na to, jak jsou naše děti chytré (či vychytralé?).

Pokud dítě vycítí, že si jeho matka či otec v nějakém ohledu nevěří – například ze strachu, že by něco mohli udělat špatně, nebo v případech, kdy jsou nedůslední, či se bojí jednoznačně rozhodnout, aby něco „nepokazili“, pak jejich dítě „zaútočí“ a bude se snažit chopit moci, a to v každém věku. Nehraje roli, je-li dítěti teprve půl roku, tři, šest nebo deset let... Děti

vycítí nejistotu rodičů a pochopitelně se budou snažit využít situace. Budou zkoušet nejrůznější taktiky a strategie k tomu, aby nakonec vždycky prosadily vlastní vůli. Skutečně.

Pokud rodiče **neumí
jednat jasně a důsledně,
brzy se ocitnou
v bludném kruhu zdánlivě
neřešitelných problémů.**

Co se stane v případě, že se rodiče staví k problému tak, že si prostě řeknou: „Však ono brzy přestane křičet“ nebo „Tak já raději udělám, co chce, jen ať už mám konečně klid“...?

Za těchto okolností se stane přesně to, co by se stát nemělo. Dítě bude vyžadovat stále více a vy mu budete neustále povolovat a ustupovat. Pak už to nebudete vy, kdo rozhoduje o průběhu dne, nýbrž váš roztomilý potomek, a vaše vlastní potřeby tím budou pochopitelně značně zanedbávány. Pokud se dítěti skutečně poddáte, vězte, že to v žádném případě nevyústí v klid a harmonii. Naopak. Smiřte se s tím, že problémů a konfliktů bude den ode dne přibývat.

V mnohých rodinách to například probíhá tak, že dítěti je dána „svoboda rozhodování“ alespoň v jedné oblasti. Ve většině případů se jedná o klasický problém „jít spát“. Křik a potíže se však vyskytují i při oblékání, v otázce jídla

a stravování, úklidu vlastního pokoje, nebo v sourozeneckých vztazích.

„Mé dítě si dělá, co chce...“ nebo „Je skutečně jedno, co říkám, stejně mě nikdy neposlechne.“ Tyto a podobné věty jsem již ve své ordinaci slyšela od naprosto zoufalých rodičů nespočetněkrát.

Ovšem uvědomme si, že i tyto běžné nepřijemnosti mohou vyústit v opravdový problém, a to zvláště u dětí předškolního věku a malých školáčků.

Rodičům samozřejmě není lhostejné, v jaké osobnosti se jejich děti budou vyvíjet. Jsou si vědomi toho, jak podstatné a důležité je dodržování daných pravidel a jasné stanovení hranic. Avšak i přesto, že se snaží být láskyplnými, mírumilovnými a snaživými rodiči, někdy si prostě nevědí rady: „Opravdu se snažím ze všech sil. Ale už skutečně nevím, co mám ještě udělat, aby se alespoň něco změnilo k lepšímu.“

Je vám tento příklad něčím povědomý? Pak je tato kniha určena právě vám.

❖ Ukázky příkladů „zlobivých dětí“ mezi osmi měsíci a osmi lety

Pavlíkovi bylo přesně osm měsíců, když jeho rodiče navštívili poprvé moji ordinaci. Jeho maminka mi s patřičným povzdechem oznámila: „Víte, paní doktorko, Pavlík je veli-

ce náročné dítě a doslova nás ničí. My jsme si ho velmi přáli, ale už od samého narození dělal problémy. V jednom kuse křičel a plakal, a proto jsme ho téměř permanentně nosili na rukou .

Naštěstí v noci většinou spal. Jeho ustavičný pláč jsme si zprvu vysvětlovali „tříměsíčními kolikami“, které se u dětí v tomto věku často vyskytují. Ovšem jeho pláč a křik neustal ani po těchto třech měsících. Naopak. Začal plakat a křičet ještě více. Nakonec jsme se s manželem rozhodli, že půjdeme k dětskému lékaři. Pavlík byl dokonce tři měsíce v nemocnici na „pozorování“, ale lékaři u něj nic neobjevili.

Po návratu domů pláče stále více a více si i vynucuje. Už mu nestačí neustálé nošení na rukou. Každých pár minut se dožaduje nového zabavení. Pokud chci například uklidit kuchyň, musím ho posadit na zem vedle sebe a vytáhnout mu téměř polovinu všeho možného nádobí, co vůbec doma máme, ale ani tak nemám ani čtvrt hodiny klid. Dokonce si ho musím brávat i na toaletu. Je to strašné. Pavlík opravdu nedokáže zůstat ani minutu bez mé přítomnosti. Vážně si s ním nevím rady.“

Čím to je, že se Pavlík takhle chová? Co je příčinou jeho závislosti na mamince? Co byste jí na tomto místě poradili vy? Zkuste si položit podobné otázky i u následujících příkladů.

Matka dvouletého Olivera plakala do telefonu, už když si chtěla smluvit první schůzku v mé ordinaci. Právě totiž jejího malého syna vyloučili ze školky. Učitelka tvrdila, že Oliver je příliš agresivní, a proto se do jejich zařízení nehodí.

„Někdy mám z něj strach i já sama,“ říká jeho matka. „Kope mě a kouše kdykoliv se mu zachce. Nedávno po mně dokonce hodil naší hi-fi věží. V okamžiku, kdy se mu něco nelíbí, začne křičet a kopat kolem sebe. Já už to s ním nemohu vydržet.“

Karolína má tři a půl roku. Nechce jíst, a proto ji rodiče musí při každém jídle krmit. Avšak Karolína se umí kdykoliv – téměř na povel – vyzvracet, a dělá to velice často .

Není výjimkou, například při snídani, že jídlo pouze žvýká, ale nepolyká.

Téměř polovina všech společných rozhovorů a diskuzí v této rodině se bohužel točí kolem těchto problémů.

Miriam oslavila před nedávnem své šesté narozeniny. Nyní do rodiny přibyl ještě novorozenec. Dosud byla Miriam dosti neposlušné dítě, ovšem po narození bratra se stala doslova nesnesitelná.

„Každé ráno si dává na čas. Než se obleče a nasnídá, trvá to celou věčnost. Dvakrát až třikrát v týdnu dokonce ani nejde do školky, protože se prostě nestihne včas připravit. Striktně odmítá po sobě uklízet. Po delší, relativně ostré diskuzi to skoro vždy nakonec uklízím sama. Svého bratra v jednom kuse obtěžuje a chce si s ním hrát. I když ho mám na klíně, nebo v náručí, tahá za něj tak dlouho, až jí ho dám. A večer? Než Miriam přimějeme jít do postýlky, trvá to většinou více než dvě hodiny.“

Malé Viki je osm. Je to velice tichá a plachá dívka. Ale už dva týdny odmítá chodit do školy. Každé ráno má nutnou potřebu jít, dokonce několikrát po sobě, na toaletu, až pak teprve odejde z bytu...

Tvrdí, že má velké bolesti břicha. Každé ráno se snaží svou maminku přesvědčit, že její bolesti jsou tak silné, že dnes do školy nemůže. To se jí dokonce už třikrát podařilo. Maminka ji nechala doma v domnění, že dcerka je asi opravdu nemocná.

Jak byste za těchto okolností jednali vy? Co byste rodičům z našich příběhů doporučili? Odpovědi na tyto a jiné otázky naleznete na dalších stránkách této knihy.

Shrnutí toho nejpodstatnějšího

❖ **K nejdůležitějším složkám výchovy patří láska rodičů a jejich dobrý příklad**

Avšak v některých případech láska a dobrý vzor nestačí. Rodiče potřebují navíc „kvalitní výzbroj“, aby své děti usměrnili a uklidnili je.

❖ **S dnešními dětmi to není těžší, než to bývalo kdysi**

Zde hraje roli skutečnost, že dnešní moderní rodiče, na rozdíl od předešlé generace matek a otců, jsou mnohem sebekritičtější, to je však destabilizuje a narušuje to jistotu v jejich konání. Jak

podstatnou roli hraje stanovení hranic, již víte. V této knize se také dočtete, jaký typ „hranic“ byste měli zvolit a převést je do svého každodenního života.

❖ **Naše děti nás pokouší**

Je ohromující, s čím vším jsou dnešní rodiče konfrontováni. Jak jsme si mohli ve výše zmíněných příkladech všimnout, děti to svým rodičům skutečně nijak neusnadňují, a tak jsou všechny matky a otcové vyzýváni dennodenně „k boji“.