

SVĚTLENY

NADCHNE • POTĚŠÍ • INSPIRUJE

top ČLÁNKY

- NAUČTE SE MEDITOVAT S VAŠKEM KREJČÍKEM
- KDYŽ DĚTI POROUČEJÍ RODIČŮM
- ABECEDA VITAMINŮ PRO VAŠE ZDRAVÍ

HEREČKA
Eva
LEIMBERGEROVÁ

Rozhovor o vztahu

s Francouzem, roli v seriálu

Specialisté a životě

bez sociálních sítí

10 TIPŮ
pro
krásné
vlasý

Maličkosti, které dokážou zázraky

Dvě tváře
NEVĚRY

Nemusí jen ublížit, může i pomoci

PROČ VŠICHNI ŘEŠÍ ŽENSKÉ TĚLO A ŠIKANUJÍ BACULKY?

Jak zůstat
NAD VĚCÍ

SKUTEČNÉ PŘÍBĚHY LIDÍ KOLEM NÁS A JINÉ NÁVODY NA ŠTĚSTÍ





S odborníkem na výchovu exkluzivně pro Svět ženy

Mgr. Petr Šusta, Ph.D.

Ve své soukromé praxi se více než 12 let zabývá psychologickým a pedagogickým poradenstvím. To je zaměřené především na trable v oblasti výchovy dětí, rodinné či partnerské neshody a podporu dospělých v nelehkých chvílích života.

Na Petra se můžete obrátit i osobně: poradenstvisusta.cz nebo facebook.com/poradenstvisusta.cz.

Jdeme domů... řeklo dítě

Snahou většiny dnešních rodičů je, aby jejich ratolesti vyrůstaly v naprostém pohodlí. Aby nezažily sebemenší pocit hladu, zimy nebo únavy. Komu tím ale prospějí? Překvapivě ani jim, ani sobě.

TEXT: PETR ŠUSTA



Přiznám se, že některé situace ze života mě prostě nepřestávají udivovat, i když se často opakují. Zastavila se u mě letitá kamarádka se svým tříletým synkem. Těšil jsem se, že posedíme na nevelkém dvorku naší chalupy, donesl jsem kávu a zeptal se, jak se jí daří. „Vůbec nic nestíhám, je to peklo!“ odpověděla. „Jak to? Vždyť jsi doma, manžel vydělává, William je ještě malý...“ divím se. „Když on je strašně hyperaktivní, nic s ním nestihnu!“ Než jsem se nadechl k nevyžádanému komentáři, zastavil mě přísným pohledem sám William: „Mámo, ci domu!“ Když se pár vteřin nic nedělo, spustil se řev právě odchyceného a uvězněného tygra. „Promiň, my už musíme...“ rozloučila se se mnou trochu smutně Jiřina a zmi-

„Neomezené uspokojování všech potřeb se vnucuje jako nejlákavější způsob života, ale znamená to dávat přednost požitku před opatrností a trest následuje vzápětí.“

Sigmund Freud,
neurolog a psychiatr

zela i se spokojeným tříletým Williamem jako pára nad hrnkem nedopitého kafe.

NOVODOBÉ MODLY

Totální podřízenost dospělého člověka dítěti je fenoménem dnešní doby a nejedná se o nic výjimečného. Jako by dítě nejlépe vědělo, co je pro ně dobré, jako by se výchova vytratila z našeho slovníku, jako by tu byl dospělý jen proto, aby zplodil potomka, opustil svůj život a celý jeho zbytek položil na oltář své novodobé modly – dítěte. Dítě tedy, obvykle za použití velmi primitivních manipulativních technik, jako jsou vytačený pláč, křik, házení hračkami či slovní i fyzická agrese, řídí chod celé rodiny, určuje, co, kdy a kde budou dospělí dělat. Dokonce ani fyzické napadání rodičů není ničím neobvyklým. Opravdu to takto

rodičům vyhovuje? Vážně dělají pro dítě to nejlepší? A jaký to má dopad na celou rodinu?

MOŽNÁ JE ČAS NA ZMĚNU

Důsledky bývají nedozírné. Jak pro dítě, které není schopné sebemenšího přizpůsobení se druhým, tak pro ztrhanou a utrápenou maminku, která balancuje na hraně psychického i fyzického zhroucení. Pokud bych ze své poradenské praxe měl vypíchnout jeden pocit, který se přes veškeré (zpravidla nevhodně) vynaložené úsilí rodičů uspokojit potřeby své ratolesti objevuje téměř u všech maminek, byl by to pocit viny. Nad tím, že paradoxně právě tato uhoněná maminka nestíhá péči o své dítě, jelikož jeho potřeby a chutě neberou konce. Nad tím, že zcela logicky nezvládá kromě péče o potomka nic jiného, natož práci, domácnost či svůj partnerský život. Je to nekonečný koloběh, kde nikdo není spokojen, natož uspokojen. Sebevědomí upřímně se snažící maminky klesá na nulu. Jak z toho ven? Cesta změny nebývá snadná, hodně záleží na věku dítěte. Čím je dítě starší, tím obtížnější bývá zajet stereotypy opustit. Změnám v přístupu k dítěti musí ale každopádně předcházet změna smýšlení rodiče. Klíčem k úspěchu je sebevědomý rodič, který přijme svou přirozenou dominanci nad dítětem a přizná si právo na svůj vlastní život.

PROSPĚŠNÉ, NEBO PŘÍJEMNÉ?

Charakteristikou dnešního náhledu na výchovu bývá zmatenost pojmů dobré a příjemné. Neuvědomujeme si, že co je dítěti příjemné, pro něj často nemusí být prospěšné. Obdobný dialog vedu poměrně často: Maminka: „Anička mi nechce k obědu nic jíst!“ „A neměla před obědem náhodou sušenky a zmrzlinu?“ ptám se. „Jistěže měla, vždyť by mi jinak zbořila dům!“ odpovídá maminka s údivem v očích, jak se na tak triviální věc mohu ptát. Vzpomeňme však na své dětství. Jaké zážitky nám daly nejvíc? Tisíce příjemných, nebo pár bolestivých, které nás naučily překonávat obtíže a přemoci sebe sama? Tuto dovednost potřebujeme dnes a denně. A nebude ji potřebovat i naše dítě? Překonávat obtíže se učíme celý život, dětství by nemělo být výjimkou. Už naše babičky věděly, že dítě potřebuje pevnou ruku, lásku a řád. Dítě, které má dovoleno vše a ještě něco navíc, bývá ve skutečnosti úzkostné a stává se malým tyranem. Řád, předvídatelnost a nezlomná autorita rodiče poskytují dítěti stabilitu a jistotu. Má se o koho opřít, komu věřit, protože rodič je skálou. Ale k čemu je skála, která se při sebemenším poryvu dětské manýry pohne? Poskytuje takový rodič dítěti jistotu a zázemí?

ROZUM DO HRSTI

V útlém věku není člověk schopen činit uvážlivá rozhodnutí. Svět kolem sebe sice zakouší a prožívá, ale ač obdařen

„Kdo šetří metlu, nenávidí své dítě, zavrčas je trestá, kdo je miluje.“

Prísloví krále Šalomouna

PŘEČTĚTE SI



Kniha Malý tyran od Jiřiny Prekopové je nejen o příčinách a léčbě dětské panovačnosti, ale i o skutečných dětských potřebách (portal.cz, 157 Kč).

rozumem, ještě nemá dost zkušeností, aby jej chápal z jiného úhlu pohledu, než je ten vlastní. Řídí se výhradně pocitem libosti. Od úvah, rozhodování a nasměrování má nás, rodiče. Naplánujme pro své dítě každodenní rytmus, čas vstávání, jídla, hry, vycházky, odpočinku, uléhání. Vštěpujme mu ohleduplnost, slušnost a projevování úcty k druhým. Jistěže se náš potomek bude bouřit a zkoušet posouvat hranice, ale v konečném důsledku ulehne do postýlky spokojený, protože jeho život naplní předvídatelnost. A zorganizujeme také sami sebe. Naplánujme si čas i pro sebe a pro partnera. Vyčerpaný a frustrovaný rodič jen velmi těžko hledá energii k čemukoli jinému než k holému přežití. Nebojme se omezit uspokojování chutí dítěte ve svůj prospěch a vychovávat ho k poznání, že svět nebude vždy takový, jaký by si jej přálo mít. A především, nebojme se svého dítěte. Možná vám dnešní článek připadá poněkud radikální. Ale vezte, že vychází z chytrých knih i ze života. Poznáváte-li se v některém z uvedených příběhů a nejste-li se svým rodinným nastavením spokojeni, zkuste změnu. Vytrváte-li, výsledky se dostaví! ♡