

Jasně hranice děti uklidňují. Příliš benevolentní přístup vychovává sobce a tyrany



Víme, koho vychováváme? Sobce a tyrany nebo svobodomyšlné a sebevědomé lidi? Kde se nacházejí hranice té "správné" výchovy a existují vůbec?

„Nemají správné chování, neuznávají autority a nemají úctu před stářím. Děti odmítají rodičům, srkají při jídle a tyranizují své učitele.“ To není citát z dnešní doby, to řekl před více než 2 tisíci lety aténský filozof Sokrates.

Znamená to, že tento pocit má každá generace po věky věků, anebo jsou mladí dnes skutečně jiní, než jsme byli my? Vychováváme naše děti tak, aby z nich byli vyrovnaní, sebevědomí a zdraví lidé, anebo naše výchova produkuje rozjívené sobce, od kterých toho v budoucnu nemůžeme mnoho očekávat? Anebo je to všechno ještě jinak?

Hostem **Martiny Kociánové** byla **klinická psycholožka Blanka Pöslová**, která je také rodinnou terapeutkou.

Martina: Byla někdy v minulosti výchova dětí jiná, myslím tím ve smyslu těžší nebo lehčí, než je dnes? Nebo je to úplně jedno, děti jsou děti, rodiče jsou rodiče a je úplně jedno jaké historické kulisy za sebou mají?

Blanka Pöslová: Já si myslím, že výchova v každé době je malinko jiná, protože je vždycky poplatná tomu, v čem žijeme. Máme taková období, kdy jsou rodiče obecně přísnější a v reakci na to zase více benevolentní. Většinou to jde trošku z extrému do extrému. Ale rodiče si s tím musí nějak poradit, nějak se k tomu postavit a záleží hodně na nich, jak to pojmu.

Výchova se vyvíjí po spirále. Od despoticke po benevolentní

Martina: Dá se v tom vysledovat nějaká filozofie, proč je v určitých historických etapách někdy benevolentnější a proč je jindy třeba velmi přísná?

Blanka Pöslová: Já jsem spíš praktik a za těch 30 let, co pracuji s rodinami a s dětmi, jsem zjistila, že zatímco před těmi 30 lety jsme ještě pracovali převážně s takovými úzkostnými a méně průbojnými dětmi, anebo s dětmi hyperaktivními, tak teď máme co dočinění s dětmi, které se

velmi těžko přizpůsobují nebo s dětmi, které nedodrží režim. Takže ono se to vyvíjí, řekla bych možná trochu po spirále.

Říká se, že třeba v těch 50. letech minulého století, že to byla éra despotických otců. Když jsme potom žili v totalitě, tak to byla výchova pod tlakem, rodiče byli pod tlakem, děti byly hodně pod tlakem. Měli jsme být všichni stejní, abychom vyhověli požadavkům.



Po revoluci se dětem začalo dávat hodně prostoru a svobodyFoto: [Fotobanka Pixabay](#)

A po revoluci zase je to éra, kdy chceme umožnit rozvoj osobnosti, tak se dětem dává hodně prostoru a hodně svobody. A ono to má taky svoje určitá úskalí.

Z výchovy se nám vytratila intuice

Martina: Před naším rozhovorem jsem se byla podívat v knihkupectví, abych se podívala na nějaké zásadní výchovné publikace. Zjistila jsem, že je to nemožné, protože to bylo několik dlouhých regálů knih. Je výchova věda, nebo z ní vědu děláme?

Blanka Pöslová: Mám trochu pocit, že z ní tu vědu teď děláme, protože dříve se výchova tradovala z rodiny na rodinu. Předávalo se to dál a byly rodiny, kde to držely více ženy a kde to drželi více muži. A šlo to z pokolení na pokolení.

A tou vědou se to nějak stalo, nedokážu odhadnout, možná v těch posledních 50 letech, ale dnešní maminky to opravdu vůbec nemají jednoduché, protože pokud chtějí nastudovat nějaký návod na to, jak vychovávat dítě, tak najdou takové množství všelijakých informací, že se v tom vůbec nemůžou vyznat. A bohužel se stává, že potom ztratí tu základní intuici, ten zdravý selský rozum, jak by to přirozeně mohly udělat. A vlastně nic neví.

Martina: Myslíte si, že jsme v posledních desetiletích třeba ztratili přirozenou schopnost umění výchovy?

Blanka Pöslová: Já mám tu zkušenost, že jsme ji trochu ztratili. Ke mně třeba přijde maminka s tříletým dítětem, které ji tam doslova leze po hlavě, zakrývá ji pusou, tluče ji po rukách a ta maminka se na mě kouká s otázkou „můžu mu něco říct“? Tak tam mám pocit, že se nám trošičku ta intuice ztrácí. Že přirozené je to dítě zastavit.

Benevolentní přístup vychovává děti více sobecké a méně přizpůsobivé

Martina: Léta se diskutuje o tom, že dříve se děti vychovávaly nesprávně. Vy už jste to tady naznačila. Potlačovaly se jejich potřeby, nerespektovala se jejich osobnost. Jako extrém proti

tomuto trendu se nastavilo nechat děti být a vymýtit úplně fyzické tresty. Jak se na tento benevolentní způsob výchovy díváte vy?



dítě, ilustrační fotoFoto: [Fotobanka Pixabay](#)

Blanka Pöslová: Jak ta despotická výchova, tak i ta příliš benevolentní výchova má samozřejmě svá úskalí. Je dobré dát dětem dostatek prostoru a svobody, aby se jejich osobnost mohla rozvíjet. Ale nesmí to být na úkor druhých lidí, protože to už někdo moudrý řekl, že naše svoboda končí tam, kde začíná svoboda druhého člověka.

A pokud my dítěti nenastavíme hranice a ono se bude rozpínat donekonečna, tak to prostě není správné. A nejdříve to to dítě zkouší na nás rodiče, a když ho nezastavíme my, tak vzápětí narazí na další lidi. To znamená, ta příliš benevolentní výchova potom v podstatě vychovává děti více sobecké, méně přizpůsobivé a mohou se stát až malými tyrany.

Martina: Vy jste dokonce v jednom rozhovoru řekla, že tolerantní výchova ničí dětem hodnoty. A já si říkám, kde berete tu jistotu? Ve své ordinaci?

Blanka Pöslová: Já se dnes a denně setkávám s tím, že právě rodiče dávají dětem příliš prostoru, příliš volnosti a to dítě si samo v sobě nevytvoří určitý žebříček hodnot nebo určitá pravidla, určitá kritéria, jak se chovat k těm druhým.

A připadá mu, že to, jak on to cítí a jak on to potřebuje, je jediné to správné. Vůbec si neuvědomuje, že se to druhým lidem třeba nelíbí nebo dokonce, že jim to ubližuje.

Hranice nastavujeme zpravidla i podle toho, jak my sami jsme byli vychovávaní

Martina: No jo, jenomže my si pořád říkáme, děti potřebují hranice, ale já nevím, kde jsou. Protože pro někoho hranice představuje, že dítě poslechne na slovo a pro někoho jiného jsou hranice až tam, kde je životu nebezpečno. Jak tedy nastavit hranice?



V každé rodině jsou hranice jiné, protože je nastavují rodičeFoto: [Fotobanka Freeimages](#)

Blanka Pösllová: Je to v každé rodině jiné, protože hranice nastavujeme my rodiče. A nastavujeme to zpravidla i podle toho, jak my sami jsme byli vychovávaní.

To je ten základní model, který jsme dostali. Když nám to jako dětem vyhovovalo, a když se s tím můžeme i jako dospělí ztotožnit, tak máme tendenci to napodobit. Když nám to nevyhovovalo, máme tendenci udělat pravý opak.

Tak to má každý člověk, má to tak matka, má to tak otec, teď se ti dva sejdou, každý z principu to má jinak a to dítě to ještě potřebuje jinak. Takže je to každodenní hledání nebo individuální hledání těch hranic a ty rodiče to musí nastavit podle toho, co oni považují za správné.

A někomu nevadí říkat to dětem desetkrát, dvacetkrát, někdo naopak potřebuje, aby dítě poslechno napoprvé. Ale ani napoprvé, ani desetkrát prakticky není správně.

Říká se zlaté pravidlo tři. Jednou to řeknu normálně, podruhé zvýším hlas a potřetí už na tom hlase je znát, že končí legrace. Na ten třetí pokyn by už to mělo proběhnout. Když to řeknu víckrát, zpravidla dítě už nezareaguje. To už je jenom diskuze, to už je jenom přehazovaná a nikam to nevede.

Děti nemusíme trestat fyzicky, stačí, když to říkáme jasně, pevně a srozumitelně

Martina: Vy jste řekla, že ti rodiče si to musí nastavit podle toho, jak jim to vyhovuje a jak to vyhovuje dítěti, ale oni si to dnes už tak úplně nesmí nastavit podle toho, jak jim to vyhovuje, protože dát dítěti třeba na veřejnosti pohlavek, to už člověk trochu riskuje.

Blanka Pösllová: Já tady taky nemluví o tom, dát pohlavek. Já tady mluvím spíš o tom, že pokud má rodič v sobě jasno, co je pro něj důležité a jaká pravidla tam dá, tak má to, čemu se říká přirozená autorita.



A to dítě dříve nebo později zjistí, že na určité meze prostě narazí a že tady není žádný prostor k tomu, aby se prosazovalo. Takže my ty děti ve finále nemusíme trestat fyzicky, stačí, když to říkáme jasně, pevně a srozumitelně.

Když dítě nereaguje, musím udělat něco, co mu dá jasný signál

Martina: A co když po třetí hlasitě a lehce podrážděné výzvě nic nenásleduje?

Blanka Pöslová: Potom musím udělat něco, co bude takzvaně jasná zpráva. To znamená, že když říkám, že jdeme, tak to dítě popadnu za ruku a jdeme. Když říkám končíme, odcházíme z hřiště, musím to nějak fyzicky zařídit, aby se stalo to, co jsem chtěla.

Zpravidla už bez dalšího mluvení, pokud možno bez dalšího křiku, na to jsme my ženy trochu expertky, že začneme křičet, dokonce ječet a to taky nikam nevede. Prostě musím udělat tu akci. Jasně, klidně, rozhodně.

Martina: Jedna posluchačka z Liberce mi napsala: „Po všech těch letech hlásného řečnění o tom, jak je nutné vychovávat děti a sami sebe k toleranci, odpovědnosti, sebeovládání a jak je správně motivovat, najednou zjišťuji, že naše děti jsou čím dál tím více netolerantní, bez odpovědnosti, neumí se ovládat a nejsou správně motivovány. Řekněte mi, zdá se jí to, anebo to tak je?

Blanka Pöslová: Mnohdy to tak je, ale je to výsledek toho, že jsme je to nenaučili. Vůbec bych si netroufla říct, že dnešní děti jsou buď méně citlivé, nebo dokonce méně chápavé než byly děti dříve. Ale dříve ta pravidla, ať společnosti nebo rodin, byla nastavena pevněji.

Dneska tím, že pravidla a hranice mnohdy nemáme, tak děti vlastně neví, co mají dělat. Nikdo je to nenaučil, nikdo je k tomu nevede. Oni to zkoušejí dál a dál, dokud někde nenarazí. Když nenarazí na rodiče, narazí na další děti nebo na další autority. To jsou učitelky ve školkách, ve školách.

Převzali jsme západní modely výchovy, ale nedíváme se, kam ta svoboda ve výchově došla

Martina: Kdy jsme přestali ta pravidla uplatňovat? Kdy se ta výchova tak zásadně změnila? Dá se to vysledovat, co byl ten popud?

Blanka Pöslová: Já mám tu zkušenost, že to přišlo s nádechem svobody a volnosti po revoluci.

Martina: Myslíte si, že jsme i převzali nějaké západní modely výchovy?

Blanka Pöslová: Myslím si, že jsme převzali západní modely, ale už se nedíváme, kam tam ta svoboda došla.



Martina: I Sokrates řekl, že dnešní mládež, je nevychovaná, nemá úctu ke stáří, nectí hodnoty. A tak si říkám, jestli to vlastně není jenom přirozený proces, že i nám se zdá, že mladí jsou bez odpovědnosti, jsou agresivnější, neumí se ovládat. Jestli to není klasický generační proces.

Blanka Pöslová: Vždycky máme pocit, že jsme to neudělali úplně správně a že ty děti jsou jiné, než jsme byli my. A je to pravda, protože žijí v jiné době. Ale mám pocit, že právě i vývojem té společnosti, která zdůrazňuje svobodu osobnosti a volnost, se to řítí někam jinam.

Martina: Kam?

Blanka Pöslová: Asi do chaosu.

Hranice a pevný řád děti uklidňují a dávají pocit jistoty

Martina: Člověk by řekl, že pro dítě musí být svoboda velmi lákavá. Jsou tedy děti, které jsou vychovávány v bezbřehé svobodě, skutečně šťastnější?

Blanka Pöslová: Nemyslím si to. Možná v některých částech svého života. V tom, že si skutečně můžou hrát, s čím chtějí, můžou se rozhodovat, co budou dělat. Ale jinak mám tu zkušenost, že spíš nějaké hranice nebo pevný řád ty děti uklidňují, dávají jim bezpečné prostředí.

Dítě ví, co si může dovolit. Ví, co se od něj očekává. Ví se, jak to bude vypadat. A to přináší do dětské duše klid. Dokonce i do dospělé duše to přináší klid. Ale abychom tady nemluvili jenom o tom, že je potřeba řád a pevné hranice. Ty jsou potřeba v určité části našeho života.



My i těm dětem můžeme dát dostatek volnosti a svobody. Dítě může rozhodnout, jestli v rámci procházky půjdeme na tohle hřiště nebo na druhé hřiště, jestli chce jít plavat nebo jestli půjdeme hrát fotbal. Ale dítě by nemělo rozhodovat o tom, kdy půjde spát nebo kdy budeme jíst a kde budeme jíst. Nebo jestli se napíšíou úkoly do školy, nebo nenapíšíou.

To jsou tři takové stěžejní oblasti, ve kterých ten řád a pravidla jsou nutná. To jsou povinnosti, spaní neboli režim a jídlo. Když tady dáme těm dětem příliš volnosti, tak se nám to úplně vymkne z ruky.

Děti si pak dělají, co chtějí a není to pro ně dobře. Zním případy dětí, které jsou skutečně až zdravotně oslabené, mají naprosto rozjetý krevní obraz, protože nemají tu správnou výživu. Maminky jsou mi schopné tvrdit, že jim přece nebudou cpát něco, co ty děti nechtějí. Že když chtějí jenom sladká jídla, budou dostávat sladká jídla.

Martina: A co si počít s dětmi, které před jedenáctou neusnou, a můžete dělat, co chcete. Můžete je držet v té postýlce násilím, myslím tím, že prostě nemohou jít ven, nemohou se na nic dívat, můžete jim číst do úplného vyčerpání všech členů rodiny, a nespí.

Blanka Pösllová: Ano, připusťme, že i takové děti jsou, ale je jich teda mnohem méně, než kolik jsme si jich takto vychovali. I tak by v té rodině měl platit režim, prostě v devět hodin budeš v posteli, já ti přečtu jednu, dvě, tři pohádky, ale potom odcházím. A jestli ty si tady budeš v duchu zpívat nebo počítat prstíky, to už je tvoje věc, ale takhle se chodí spát.

Když si rodič sám v sobě dovolí plácnout dítě, zpravidla po tom nesáhne

Martina: Paní doktorko, plácla jste někdy své dítě?

Blanka Pösllová: Musím říct, že plácla, ale dalo by se to spočítat na prstech jedné ruky. Rozhodně jsem na to nebyla pyšná, ale pak jsem si řekla, že to možná byla ta nejlepší zpráva, kterou jsem dala. Právě proto, že jsem to nedělala tak často, že to byla výjimečná situace.

A plácla jsem ho přes ruku. Nebyl to výprask, jako kdybych byla smyslu zbavená. Někdy je plácnutí ta nejlepší zpráva, kterou můžeme dát. Ale musí to být plácnutí pod kontrolou. Nesmí to být hlava nehlava a nesmí to být nepřiměřené.

Agresivní chování dětí bychom měli zastavit, ne jim to vrátit

Martina: Ve společnosti se neustále přetřásá, zdali je vůbec přípustné jakýmkoliv způsobem vztáhnout ruku na své dítě. Nepřeháníme to? Není to tak, že bychom to neměli tak demonizovat a tolik řešit?

Blanka Pösllová: Když jsem byla na jednom studijním pobytu v Anglii, tak tam skutečně při nějaké diskusi vyplynulo, že Angličané vůbec nepřipouští tělesné tresty. A když my jsme řekli, že taková situace může nastat, tak to vypadalo na docela velký konflikt.

Ale my, když si tuto kategorii naprosto zavřeme a nepřipustíme, tak mám pocit, že oslabujeme sami sebe. Když to rodič v sobě má dovoleno, zpravidla potom nesáhne, ale je to tam jako možnost.



Je pravda, že bychom děti v jejich chování, i když by třeba bylo agresivní, měli spíš zastavit, než abychom mu to vraceli zpátky. Zastavit tu agresi, chytit mu pevně ruku, když něco dělá nebo zakrýt mu pusku, když říká něco, s čím nesouhlasím.

Ale nastávají situace, teď mám na mysli třeba tří-, čtyřleté dítě, které opakovaně provokuje, kouká na vás těma očima, co vy na to, a když vy tam dáte to symbolické plácnutí, tak je to jasná zpráva.

Musíme si vybrat, co je pro nás zásadní a na čem budeme trvat, a o těch věcech se nediskutuje

Martina: Řekla jste, že „všechno příliš je špatně“. Kde je ta míra? Jak ji vlastně stanovit, když ještě před sto lety děti tatínkovi vykaly a dnes mu říkají, že je trapný?

Blanka Pöslová: Musíme si vybrat, co je pro nás zásadní a na čem budeme trvat, a o těch věcech se nediskutuje. Jak už jsem řekla, to je otázka povinností a toho, co je potřeba udělat.

A jsou zase oblasti, ve kterých můžeme dát poměrně velkou volnost. Takže jde o to, abychom ty otěže drželi nějak vyrovnaně, aby to nebyl jeden zákaz za druhým, abychom nerozhodovali i o tom, co to dítě bude dělat.

Dnešní doba, která je na jednu stranu v té výchově velmi benevolentní, tak na druhou stranu maminky s malými dětmi mají každodenní program, kdy běhají po všelijakých kroužcích, jeden den mají plavání, druhý den cvičení, třetí den mateřské centrum a ty děti tam mají toho, co musí, strašně moc. Takže ono si to trošku protřečí.

To, jak se chováme, má na dítě mnohem větší vliv, než to co říkáme

Martina: Jsme zmateni jako vychovatelé v hodnotách, které bychom měli našim potomkům vštěpovat?

Blanka Pöslová: Pravda je ta, že mnozí ještě i dnešní rodiče buď částečně, nebo úplně vyrůstali za totality a totalita nás vedla k tomu, abychom obcházeli příkazy a zákazy, které tady byly. My jsme tak byli vnitřně nastavení k boji, i když jsme si to nemohli otevřeně dovolit. Teď nastává ta doba, kdy bychom měli sami svobodně rozhodnout, co je pro nás důležité, co budeme respektovat a co ne.

Martina: Mnozí hosté, kteří tady byli, vzpomínali, že nám chybí vertikálnost hodnot. To něco, co by nás přesahovalo nad naši hlavou. Protože to, co dnes považujeme za hodnoty, jsou většinou jen zglajchšaltované ideologické postuláty.

Blanka Pösllová: Pokud v rodině jsou nějaké hodnoty nebo nějaká pravidla, pro které se ty rodiče rozhodnou a která se snaží naplňovat, tak oni je tím každodenním životem dítěti předávají. To, jak se chováme, má na dítě mnohem větší vliv, než to co říkáme.

Ve výchově je největší kumšt správně odhadnout svoje dítě, co potřebuje a jaký má potenciál

Martina: Jaroslav Dušek říká, že „dětí chtějí být milovány, ale pochopí, že budou více milovány, když budou dělat to, co chceme my. Budou poslušní a budou plnit naše přání ve smyslu, že budou chodit na ty kroužky, které my si přejeme, a nebudou vyrušovat, když zrovna teď nutně potřebují něco vědět.“ Řekněte mi, pak se ovšem stává, že my to dítě vlastně tak úplně nepoznáme, protože dítě, které zjistí, že se s námi tímto způsobem dá kalkulovat, tak nám ukáže jenom svoji půlku. Ta druhá se pak samozřejmě někdy ukáže, kdy to nejméně čekáme, většinou v pubertě. Je toto častý problém ve výchově dětí, že je vlastně nutíme pořádkem, aby jich byla půlka? Aby potlačovaly uměle všechno, co v sobě mají, co nám moc nevoní?



Blanka Pösllová: Jsou takové děti, znám je moc dobře. Objevují se v mé ordinaci kolem desátého roku s nějakými svými úzkostnými projevy, kdy už nejsou schopni plnit všechna očekávání svých rodičů anebo už prostě dlouhou dobu žijí pod určitým bičem. Nebo pak máme plné ambulance dospělých lidí, kteří v této výchově vyrůstali.

Je to pravda, že když to dítě takto přijme za své a snaží se nám vyhovět, tak v podstatě jenom dělá to, co my od něj očekáváme. Ale to je jeden extrém a druhý extrém je, že dítěti dovolíme úplně všechno a tak trošku za ním vlajeme. Ono je tím režisérem v naší rodině, ono si dělá, co chce a my to nejsme schopni ukočírovat.

Ve výchově to největší umění, ten největší kumšt je správně odhadnout svoje dítě, co ono potřebuje, jak se může realizovat, jaká je jeho osobnost, jaký má potenciál, abychom to my rodiče tak přijali. Abychom ho nepředělávali tak, jak my potřebujeme, abychom mu dali dostatek prostoru. To je něco, co má každé dítě jinak. Ale abychom tam dávali pro něj dostatečně široké hranice.

Martina: Já potkávám hodně studentů, kteří studují v zahraničí, jsou nesmírně vzdělaní, erudovaní, umí jazyky a je jim dvaatřicet a pořád cestují a hledají své místo v životě. Je toto také důsledek jistého pocitu bezbřehé svobody?

Blanka Pöslová: Myslíte tím, že mladí lidé nespěchají třeba do zakládání rodiny?

Martina: Nespěchají vlastně do ničeho.



Blanka Pöslová: No, je to pravda. Ještě moje generace byla ta, když ve dvaceti žena neměla dítě, tak byla v uvozovkách trošku divná. A dneska je to tak, že v podstatě žena čeká do svých čtyřiceti a pak se rozhoduje, jestli si k té vybudované kariéře pořídí dítě, nebo ne. Možná, že je to vlastně reakce na naši svobodu, na to, co všechno můžeme.

Můžeme se spolehnout na naši intuici a selský rozum. Připomene nám, že my jsme ti, kdo vychovávají děti

Martina: Není tedy správné, že ty děti se do ničeho neženou, že si žijí tak volně? Ale v tu chvíli se opět dostáváme k tomu, že úplně všechno relativizujeme a vlastně už zase nevíme. A tak si říkám, co to je? Moje babička, prababička to měla úplně jasné. Ona věděla, jak to má být a my se tak jako pořád vznášíme. Já také, a proto se ptám, co se nám to v hlavě děje?

Blanka Pöslová: Já se obávám, že na tuto otázku není jednoduchá odpověď. Jak jsme už tady zmínily, ono se to i v té minulosti zpravidla přelívá z jednoho extrému do druhého, takže z těch původních dvaceti let se v této době přelíváme do těch čtyřiceti let, kdy se zakládá rodina.

Dál už to moc nemůže, takže možná, že se nám to zase trošku - jak ten písek - začne přesýpat zpátky a prostě budeme hledat nějakou vhodnou cestu.

Společnost i my sami se v průběhu času tak měníme, že prostě konkrétní návod není. Ale to, na co se můžeme spolehnout, je přece jenom nějaká naše intuice, nějaký náš selský rozum, který nás vede k tomu, že my rodiče jsme ti, kdo vychovávají děti.

Že to není obráceně. Děti by neměly vychovávat nás, i když se od nich učíme. Samozřejmě. I my rodiče se vyvíjíme. Ale my bychom to měli mít nějak v ruce a my jsme zodpovědní za to, jak ty děti vychováme a k čemu je povedeme.

Martina: Tak například Norové si to tak úplně nemyslí. Tam je na prvním místě stát, dítě je státu a teprve potom až rodiny. Co si třeba myslíte o tomto modelu?

Blanka Pöslová: Upřímně řečeno trošku mě to děsí, jak tam stát zasahuje. Nějak se snažím uvěřit tomu, že dělají správně, ale můj selský rozum a moje intuice mně říká trošičku něco jiného, jako že bych v tom Norsku být nechtěla.