

Když se dítě neusměrní, zůstane nezvladatelné i v dospělosti, říká psycholog Jaroslav Šturma



Každé dítě potřebuje lásku, říká psychologFoto: [Fotobanka Pixabay](#), CC0 Public domain

Letos je to 50 let, co vybíral děti pro první specializované třídy pro dyslektiky v Praze. „Bylo jich sedm. Šlo tenkrát o to zachovat ty děti pro základní školu, protože ty třídy byly v ní a ne ve zvláštní, kam dříve spadaly.“ Co si myslí o tolerantní výchově nezvladatelných dětí?

Poslechněte si celý rozhovor

Kromě dyslexie dnes děti často trpí hyperaktivitou a nezvladatelností. Psycholog radí vytvořit jim podmínky, ve kterých mohou fungovat. „Ve škole by měly sedět v lavici vepředu a být v kontaktu s učitelem. Rodiče by měli dbát, aby na jeho stole nebyly rušivé předměty,“ vypočítává Jaroslav Šturma.

Takové děti se prý často chovají jako nezralé a část potíží může přetrvat i do v dospělosti. „Je to v případech, kdy se dítěti nedostane náležitého usměrnění,“ vysvětluje psycholog.

Trápení s vysvědčením

Podle posledních statistik v době vysvědčení už děti na Linku bezpečí nevolají tak často. „Snad to není projev toho, že rodičům je vysvědčení lhostejné,“ doufá Šturma. Sám si myslí, že rodičům většinou záleží na dobrém vysvědčení víc než dětem.

A vyzývá dospělé, aby nezapomínali na to, jak se vedlo ve škole právě jim. Jak říká, je nezbytně nutné, aby rodiče vždycky a za všech okolností stáli při svých dětech. „I když třeba ty známky nejsou právě podle jejich očekávání.“

Psycholožka odmítá tolerantní výchovu. „Respekt je potřeba budovat!“



„Dnes už se ví, že děti, kterým se nepostavily hranice, šlapou rodičům po hlavě,“ říká psycholožka Václava MasákováFoto: [Fotobanka Pixabay](#)

Vychovat šťastné a spokojené dítě je pro rodiče těžkým úkolem. A mají to složité obě strany. Jak najít tu správnou rovnováhu mezi láskou a trestem a jak ve vzteku nepřizabít pubertáka, který vás v lepším případě "jen" přehlídí? Otázky pro psycholožku Václavu Masákovou.

Poslechněte si celý rozhovor

„Dospívání je obdobím hledání a experimentů. Často i s "trávou". Ale to je ještě to nejmenší!“ překvapuje psycholožka Václava Masáková. „Najednou zešílí a vrhnou se do života po hlavě. Dnes často ani neprožijí postupný separační proces, který začíná příšernými pohledy: Mami, ty seš úplně blbá!“

Každopádně stále ale platí, že: „Každé dítě by se mělo s rodiči pohádat.“ Masáková ale rozhodně nesouhlasí s tzv. tolerantní výchovou. „Dnes už se ví, že děti, kterým se nepostavily hranice, šlapou rodičům po hlavě.“ A nejen to. Když dítě nemá doma režim a řád, nabourává to jeho vnitřní stabilitu.

Je potřeba vytvářet hranice

Liberální vztah dětí a rodičů je ale přesto pořád v kurzu. Jsou to partneři a na první pohled je to hezké. Vytrácí se ale přirozená úcta. „Respekt je potřeba budovat. Učíme tím dítě respektu k okolnímu světu.“ Jinými slovy: je potřeba vytvářet hranice.

„Řada rodičů nutí děti chodit do kroužků, na sport. A když se jich zeptám, kdy dítě odpočívá, tak se zjistí, že nemá ani hodinu denně pro sebe.“

Právě o hranicích je třeba dnes tak často [skloňovaná šikana](#). „Děti si neumí nastavit hranice,“ vysvětluje Václava Masáková. Měli by to dělat rodiče ve spolupráci se školou. Ale... „Když dnes učitelka napíše poznámku, máma mu řekne: Nevšímej si toho.“

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



O zlobivých dětech s klinickou psycholožkou Blankou PöslovouFoto: Fotobanka Pixabay

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 odmlouvají 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 rozjívěné sobce, od kterých toho v budoucnu nemůžeme mnoho očekávat? Anebo je to všechno ještě jinak?

29:30

Výchova dětí I. Host: klinická psycholožka Blanka Pöslová. Moderuje Martina Kociánová.

[Vložit na svůj web](#)

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 despotické 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 jí tam doslova leze po hlavě, zakrývá jí pusku, tluče jí 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 vychováni

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 Pöslová: 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 nevádí říkat to dětem desetkrát, dvacetkrát, někdo naopak potřebuje, aby dítě poslechlo napoprvé. Ale ani napoprvé, ani desetkrát prakticky není správné.

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 Pöslová: 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.



Výchova dítěte - ilustrační foto

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 Pösllová: 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 trošku 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 Pösllová: 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.



generační procesFoto: [Fotobanka Pixabay](#)

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.



Dítě může rozhodnout, jestli v rámci procházky půjdeme na tohle hřiště nebo na druhé hřištěFoto: Filip Jandourek

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 Pöslová: Ano, připustíme, 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 Pöslová: 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 Pöslová: Když jsem byla na jednom studijním pobytu v Anglii, tak tam skutečně při nějaké diskuzi 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.



Agresivní chování bychom měli zastavit, ne to vrátitFoto: CC0 Public domain

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 pusu, 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 Pöslová: 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.

Čtěte také: Žijeme v zemi, kde není stud, kde nic není hanba. Ztratili jsme směr a stali se z nás Bludní Holanďané

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?



Úzkostné děti často nestíhají plnit přání svých rodičůFoto: Fotobanka Pixabay

Blanka Pöslová: 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 trochu 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.



Dřív, když žena ve 20 neměla dítě, byla divnáFoto: [Fotobanka Pixabay](#), CC0 Public domain

Blanka Pöslová: No, je to pravda. Ještě moje generace byla ta, když ve dvaceti žena neměla dítě, tak byla v uvozovkách trochu 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 trochu - 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 trochu 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.

Požitky a hmotné věci je potřeba dávkovat nejen dětem, ale i sobě



Je výchova věda?Foto: [Fotobanka Pixabay](#)

Je výchova dětí skutečně taková věda, nebo ji z výchovy děláme my?

Po tisíce let platilo, že budoucnost země či národa bude taková, jaké jsou jeho děti. Někdo říká, že se teď věnujeme dětem nejvíce v celé historii, jiní oponují, že je pouze jako vrtulníky neustále oblétváme a komandujeme, ale jejich svět nechápeme. A pokud chápeme, tak naše pozitivní působení vezme za své ve škole.

Hostem **Martiny Kociánové** byla i tentokrát klinická psycholožka a [rodinná terapeutka panídoktorka Blanka Pöslová](#).

29:30

Výchova dětí II. Host: klinická psychologka Blanka Pözllová. Moderuje Martina Kociánová.

[Vložit na svůj web](#)

Martina: Můj tatínek říká, že kdybychom vychovávali našeho syna tak, jak bylo běžné v době jeho dětství na Valašsku, tak náš syn je v diagnostickém ústavu a my ve vazbě. A to tatínek vzpomíná na dětství moc rád. Je zdravé, že mezi dvěma nebo třemi generacemi se ten výchovný trend tolik změnil?

Blanka Pösllová: V té době byla velká generační propast mezi rodiči a dětmi. A ty děti si tenkrát v žádném případě nedovolily proti rodičům protestovat nebo s nimi diskutovat. A dnešní trend je takový, že chtějí být kamarády svých dětí.

Upřímně řečeno, to mě trošičku děsí, protože si myslím, že kamarády si dítě najde, ale rodiče má jenom jedny a že rodič by měl mít autoritu a měl mít určitý respekt. Ten my si musíme vybudovat a obhájit, protože už desetileté dítě hodně slyší a čte o tom, že má svá práva.

Kroužky a sporty jsou kompenzací za svobodný pobyt venku

Martina: Děti mají mentální svobodu větší než kdykoliv v historii, ale svobodu fyzickou nemají prakticky vůbec žádnou. Vůbec neznají, co to je prchnout ven, mít tajemství před rodiči, mít party dětí, se kterými si hrají, mít skryše a podobně. Jak se na jejich fyzickém zdraví a především psychickém odráží tato absence?

Blanka Pösllová: Dnešní děti žijí spíše ve virtuální než ve skutečné realitě. A to proto, že rodiče samozřejmě reagují na to, že ten svět není úplně bezpečný a nedovolí svým dětem zejména ve městech, aby se toulaly venku, aby si tam hrály, aby tam cokoli dělaly.

A popravdě, když bych já dnes svého třináctiletého syna poslala ven, ať jde na hřiště, tak mi řekne: „A co já tam budu dělat? S kým já se tam potkám? Tam moji kamarádi nejsou. Moji kamarádi sedí u počítače.“

Děti si tedy našly virtuální realitu a komunikují po sociálních sítích. A rozhodně vám můžu říct, že to jde proti jejich fyzickému a i psychickému zdraví. To je taky jedna z věcí, kterou bychom my rodiče měli trochu regulovat.



Kroužek je pro děti kompenzací a možností realizaceFoto: [Lukáš Milota](#)

My je sice nemůžeme poslat jen tak ven, ale o to víc musíme zařídit nějaký odpolední program, protože když ho nezařídíme, tak dítě den prosedí u počítače. Proto je teď tolik kroužků, ať sportovních, uměleckých, jakýchkoliv, a já jsem přesvědčená o tom, že to je ta kompenzace, kde se dítě bude aspoň trochu realizovat. I když jsou to uměle vytvořené skupiny, to je pravda.

Když dítě může všechno, je bezradné a nenajde naplnění

Martina: Minule jsme tady vzpomínaly 50. léta, že to bylo období takzvaných despotických otců, kteří mnohdy vládli opravdu až přespříliš tvrdou rukou. Ale dnes tu máme jiný fenomén. Velmi benevolentní maminky. K čemu to vede?

Blanka Pöslová: Vede to k tomu, že z těch dnešních dětí vychováváme více sobecké osobnosti, vychováváme děti, které se neumí přizpůsobovat, které jsou zahleděné do sebe a mají málo respektu k druhým lidem.

A možná taky děti trochu bezradné. Oni tím, jak můžou všechno, tak vlastně těžko hledají, co vlastně chtějí. Jsou to potom ty děti, které prakticky přebíhají od jedné hry ke druhé, od jedné činnosti ke druhé a vlastně nenajdou to naplnění. Tím, jak můžou všechno, tak nenachází nic.

Ženský princip ve výchově drží dítě zespoda, mužský oslovuje seshora

Martina: Je ve výchovném procesu omezována role mužů, a hlavně ten mužský princip?

Blanka Pöslová: Já jsem si často kladla otázku, čím se to tak stalo, že v té výchově má většinou zásadní slovo žena. Žena je sice předurčena k tomu přivést na svět dítě, zpravidla do těch tří let o to dítě pečuje víc, ale ten mužský princip, respektive přítomnost otce v rodině je nesmírně důležitá.

Ženy to zejména v poslední době vzaly za své a mají pocit, že je to na nich a že ony rozhodují. Ale pak ty muže z výchovy vyautují. Muž nemá platné slovo a dělají si to po svém. A může to tak být. Pokud to tak té rodině vyhovuje, nechť to tak je.



Maminky často otce z výchovy vyautujíFoto: [Fotobanka Pixabay](#)

Ale stává se, že když ty maminky, které jsou příliš benevolentní, příliš tolerantní a těm dětem neustále ustupují, tak ten tatínek se ozve. Ale to ho pak berou jako nepřítele. Jako když jim něco kazí. A nechtějí ho do té výchovy pustit.

A pak se to trošku rozevívá jako nůžky. Čím víc je maminka tolerantní, tím víc tam ten tatínek má potřebu startovat a nějak to srovnat, ale už jsou od sebe příliš daleko. Mužský a ženský princip je pro dítě to nejlepší, co může být. Když je trošku v souladu. Když k sobě nějak míří.

Ženský princip je to, co drží dítě zezdola, vytváří to vatu, podporu, pevnou základnu a mužský princip je to, co dítě oslovuje shora. Ukaž se, co umíš. Předved' mi to. Já tě potom ocením. A když je to k sobě dostatečně přiblížené, ačkoliv je to rozdílné, tak je to pro dítě to nejlepší.

Když se nám tyto dva principy velmi oddělí a je to buď anebo, maminka velmi mírná a podporující a tatínek velmi přísný, tak to dítě v podstatě mezi nimi pendluje a neví, z čeho si vybrat.

Martina: Je velký rozdíl mezi tím, jak bychom měli vychovávat holčičky a jak kluky?

Blanka Pösllová: Je mezi tím rozdíl, sama mám tu zkušenost, že to rozhodně není totéž, ale myslím si, že ještě větší rozdíl je v osobnosti každého dítěte. Protože popravdě znám děvčata, které mají víc potencií mužských nebo chlapeckých a je to takový trošku převlečený kluk, ale znám taky hodně citlivých chlapců, s kterými prostě takzvaně po mužsku jednat nemůžu.

Školství je nastaveno na hodné a poslušné holčičky

Martina: A je na to naše společnost nastavená, aby přijímala to, že holčička se zkrátka chová jinak než kluk? To je také jedna věc, kterou [tady říkal profesor Komárek](#), že jsme si rovnost zaměnili za stejnost.

Blanka Pösllová: Trošku se obávám, že dnešní školství je víc nastaveno na hodné a poslušné holčičky. Ale jak je těch dětí hodně a jak každé to dítě je jiné, tak paní učitelky oceňují to, když něco řeknou a holčička poslechne a může se přetřhnout, aby přinesla druhý den všechny pomůcky a všechny vypracované úkoly. A popravdě ty kluky to většinou až tak moc nebere.

Čtěte také: Stanislav Komárek: [Kde není vůbec žádné riziko, není možnost dospět](#)

Martina: Myslíte si, že je důležité, aby se kluci třeba porvali?

Blanka Pösllová: Já si myslím, že to kluci mají tak trošku v krvi. Určitou rivalitu, určitou potřebu soupeřit, určitou potřebu si to s tím v uvozovkách „nepřítelem“ vyřídit. To je jedna z jejich přirozených potřeb a jde jenom o to, jak to budou kultivovat a jak to budou používat.

Podívejte se na hřiště na čtyř-, pětileté kluky. Pravděpodobně budou bojovat, budou mít nějaké meče nebo si budou hrát na vojáky nebo něco takového, zatímco holčičky si tam budou vozit kočárky a strojit panenky.

Martina: Ale obávám se, že když se tak kluci mezi sebou ve třídě dvakrát porvou, tak už putují do pedagogicko-psychologické poradny a zjišťuje se, kde se stala chyba.



RvačkaFoto: [Fotobanka Pixabay](#), CC0 Public domain

Blanka Pösllová: Některým paním učitelkám se to těžko vysvětluje, takže je dobré, když tam je třeba nějaký učitel, který je trošku nad věcí a který řekne, jo, tohle ti kluci dělají, tak to nehroťme.

Holčičkám důvěřujeme víc, kluky spíš podceňujeme

Martina: Někde jsem četla, že maminky to dělají naprosto obráceně. Holčkám říkají, to zvládneš, jsi šikovná a klukům pomáhají. A podle všeho by to asi mělo být obráceně. Uplatňujeme tento model?

Blanka Pösllová: Děvčatům obecně více důvěřujeme a věříme, že to mají nějak v sobě a že se budou samy o sobě snažit, a klukům, jak vy říkáte, pomáháme, ale možná je spíš podceňujeme, možná to od nich ani nečekáme, že by se nějak postarali.

Martina: Má neukázněnost dětí přímou souvislost s tím, že ve škole učí drtivá převaha žen?

Blanka Pöslová: Já si především myslím, že neukázněnost dětí je důsledek naší rodinné výchovy. Když budu učitelku shazovat, když se o ní budu hanlivě vyjadřovat a vůbec budu nadávat na celé školství, tak vůbec nepomůžu tomu, aby to dítě se tam dobře chovalo.



Vzpomínáme na učitelky přísné a spravedlivé. Ne na ty hodné a měkkéFoto: [Fotobanka Pixabay](#)

A druhá věc, co vy říkáte, je, že naše školství je hodně feminizované. Trošku bych to přirovnala k tomu, jako když sama matka vychovává své dítě. Záleží na tom, jak si umí sjednat pořádek. Zním výborné učitelky, které si to srovnat umí a které s tím nemají problém. Na ty potom děti nejradši vzpomínají. Asi jste to slyšela nebo sama dokonce zažila, vzpomínáme na ty přísné a spravedlivé.

Nevzpomínáme na ty úplně měkké, úplně hodné. Ty nám v paměti moc neuvízly, těch jsme si moc nevážili. Ale bohužel tam takové učitelky jsou a ty potom tu situaci řeší křikem nebo nějakým bezmocným psaním poznámek do žákovské knížky a v podstatě říkají to, co říká ta slabá maminka doma, počkej, až přijde tatínek, ten si to s tebou vyřídí. A je to prostě vizitka našeho školství.

Martina: S jakými potížemi k vám chodí děti nejčastěji, respektive rodiče se svými dětmi? Dá se říci, že tam převažuje nějaká potíž, nějaká diagnóza?

Blanka Pöslová: Často řeším otázky spojené se zdravotním stavem, to znamená psychosomatické potíže dětí – bolesti hlavy, břicha, nechutenství nebo poruchy příjmu potravy. Velmi často mě dětské lékařky doporučují, abych s rodinami konzultovala výchovné postoje.

Jsem ráda, když přicházejí v tom věku tří, čtyř let, kdy jim ty děti začínají přerůstat přes hlavu a ne, že přijdou až potom v pubertě, kdy už s tím těžko něco uděláme. Přichází rodiny, kterým sice děti přerůstají přes hlavu, ale jsou motivované to změnit. Uvědomují si, že je to špatně, chtějí to změnit, jenom neví jak. Ale taková ta zanášení propagátoři volné výchovy, tak ti k nám do ambulance nepřijdou.

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

Když rodiče neztlumí první vlnu prosazování se za každou cenu, v pozdějším věku už toho moc nesvedou

Martina: Když rodiče neztlumí první vlnu, kdy se potomek snaží prosazovat svojí vůli třeba i násilím, a řeknou si, že dětem dají volnost a zasáhnou, až budou starší, můžou očekávat, že se ta situace jenom zhorší?

Blanka Pöslová: To mohou očekávat určitě a v praxi se to tak ukazuje. Protože čím je dítě větší a chytřejší, tím více strategií používá, tím více nás rodiče začne ovládat, začnou si určité věci vynucovat, začnou s námi o to více diskutovat a hůře se s nimi zachází.

Přece jenom to čtyřleté dítě my dokážeme lépe zvládnout, lépe mu ty věci vysvětlit, lépe mu to i poručit nebo jasně říci, ale horší je to s šestiletým dítětem, ještě horší je to s desetiletým dítětem. A čím delší historii té určité samovlády to dítě má za sebou, tím horší podřizování to potom bude. A v pubertě už to nechytíme.

Martina: Platí to „ohýbej mě mamko, dokud jsem jak janko“?

Blanka Pöslová: Je to tak. Ale já bych teď nerada, aby to vyznělo, že tady mluvím jenom o tom, že máme na své děti být přísní a že je máme ohýbat, seč to jde. Já bych ráda zdůraznila, že je máme učit a pevněji vést v těch zásadních věcech, které my považujeme za důležité.



Rodiče musí dítě při jídle pevně korigovatFoto: [Fotobanka Pixabay](#)

A znovu říkám, měly by to být jeho povinnosti, měl by to být režim dne a mělo by to být jídlo. To jsou takové tři stěžejní body. Dítě neví, co je pro něj dobře a zkouší to. A kdybychom to nechali na těch dětech, tak by nám čtyřleté děti klidně ponocovaly. Puberťáci by nám nešli spát celou noc, protože by hráli nějaké onlinovky. Ale my jsme povinni tam nastavit nějaká pravidla.

Požitky a zbytné věci je potřeba dávkovat nejen dětem, ale i sobě

Martina: Zastánci pevných mantinelů říkají, musíte dětem dát jasně najevo, co je dobré a co je špatné. Zastánci benevolence říkají, děti by si na to měly přijít samy. Co říkáte vy?

Blanka Pöslová: Já nevím, jestli bych dítě pustila do silnice, která je rušná a kde jezdí hodně aut, aby si přišlo na to, jestli ho ta auta porazí nebo ne. Mám pocit, že my rodiče bychom na sebe měli vzít určitou zodpovědnost a rozhodovat prostě o těch zásadních věcech.

Martina: Říkáte, že příliš tolerantní výchova vede k tomu, že se děti nedokáží ovládat a nedokáží strádat. A já si říkám zejména k tématu tohoto pořadu, že to by mohlo být velmi nebezpečné v situaci, kdy by společnost postihl nějaký větší výkyv životní úrovně. Myslíte si, že vychováváme děti, které by byly schopné se s tím srovnat?

Blanka Pöslová: V dnešní době, kdy máme prakticky všeho dostatek, dalo by se říct, že žijeme poměrně v blahobytu, tak je skutečně někdy těžké zařídit to tak, aby dítě nedostalo k dispozici všechno, po čem touží nebo všechno, co by se mu líbilo.

A trochu se nám tady taky v uvozovkách „kazí“ hodnoty, protože když můžu mít všechno, tak pro mě to tu hodnotu ztrácí. Na druhou stranu, pro rodiče je celkem strašná představa, že by jejich dítě mělo strádat. A když to tak nazveme, tak určitě by si to nepřáli.

„Když my rodiče budeme žít v blahobytu, když budu mít denně všechno, na co si vzpomenu, tak těžko dítě vychovám k nějaké střídmosti nebo k pokoře.“

Ale když to nazveme tak, že by bylo dobré, aby se dítě umělo těšit, aby odkládalo svoje potěšení, aby si prodlužovalo tu dobu, kdy teprve něco přijde, tak s tím už ty rodiče souhlasit můžou. Často vyjednáváme, jak to udělat, jak to zařídit, aby to dítě nemělo vše.

Terapii nazývám „oddělit pátek a svátek“. Oddělit dny všední, kdy je takový jako umírněnější režim a oddělit den sváteční, kdy třeba můžeme jít do restaurace nebo můžeme zažít něco trochu výjimečného. Ale kdybychom denně chodili do restaurace, kdybychom denně jedli nějaké lahůdky, sama víte, že se nám to přejí.

A to je se vším. To je s dárky i se zážitky. Tak je dobré to těm dětem nějak dávkovat, ale musíme to dávkovat i sami sobě.

Čtěte také: [Na morální díry dáváme technické záplaty a nechce se nám vrátit na místo, kde jsme zabloudili](#)

Martina: Když se rozhodneme, že se pokusíme alespoň trochu oddalovat splnění všech potřeb našich dětí, tak jak si vést v době, kdy je neustále konfrontováno ve škole s ostatními, kteří mají třeba vše. Kde je ta míra, kdy dítěti nekoupit tablet, nekoupit značkové věci, nekoupit počítač, kdy ho vychováváme v člověka, který si umí vážit věcí a kdy z něho vychovávám věčně frustrovaného outsidera?



Radost může mít dítě i z těšeníFoto: [Fotobanka Pixabay](#)

Blanka Pöslová: To jsou takové okřídlené stížnosti našich dětí, že všichni už to mají a jenom já to nemám. Všechno vychází z rodiny. Podle toho, jak se my rodiče chováme, podle toho, jak třeba vybíráme dovolenou, jak o tom diskutujeme, jak se těšíme, že někam v létě pojedeme, to je taky určité oddalování naší radosti.

Když dejme tomu třeba to osmi, desetileté dítě ví, jak na to šetříme a co všechno tam zažijeme, tak to nějakým způsobem s námi sdílí. A když potom přijde s nějakým přáním, třeba to, že by chtělo tablet, tak my můžeme říci, tak pojď se podívat, můžeme vybrat, co by se ti líbilo a až budeš mít narozeniny nebo až budou Vánoce, můžeme se o tom pobavit.

Je to téma k diskusi. Je to něco, co s tím dítětem můžeme společně sdílet a na co ho připravujeme. Ale přiznám se, že jednodušší je jít a koupit to. Zejména když na to mám.

„Velmi si vážím rodin, které mají dostatek peněz a přesto dítěti a ani sobě nekoupí všechno.“

Mám zkušenost, že rodiny, které těch peněz nemají zase tolik, tak mají ještě větší tendenci dětem kupovat všechno. Jsou to v uvozovkách „ty cetky“, laciné jednoduché věci, na které oni mají, ale mají toho strašně moc.

Nejvíc, co můžeme dítěti dát, je naše láska a důvěra v něj

Martina: Znamená to, že vlastně nejprve k tomu strádání musíme vychovávat také sebe sama?

Blanka Pöslová: Přesně tak. A to máte tak v té výchově se vším. S pokorou i s respektem. Pokud vy nebudete respektovat své rodiče, těžko bude dítě respektovat vás. Dítě přesně odhadne, co vy si myslíte a jak vy se chováte a půjde ve vašich šlépějích.

Martina: Jak vychovat sebevědomé dítě? Někdy narážíme na názory, že se tady vlastně vyskytuje už několik generací lidí, kteří mají nejrůznější mindráky, například v porovnání se studenty třeba z jiných světových univerzit. Neumí se prosadit, neumí se vyjadřovat, nevěří si tolik. Dílem jsou submisivní a podléhají autoritám a dílem jsou zase útoční a agresivní právě proto, že mají malé sebevědomí. Jak vychovat dítě, které bude tak akorát?

Blanka Pöslová: Já myslím, že to, co nejvíc tomu dítěti můžeme dát, je naše důvěra v něj. To, že mu budu věřit, to, že ho budu podporovat. Když se mu někdy něco nepovede, řeknu, nevádí, chyba, zkus to znovu. Nebudu pořád jenom ukazovat na jeho nedostatky, co se mu nepovedlo.

Když si vzpomenu na svoje mládí, tak tam se prostě pořád vypichovaly nedostatky. Nepočítalo se moc, co umíme, ale počítalo se to, co neumíme.

A v dnešní době mně připadá, že je potřeba to otočit. Tu svobodnou bytost, tu více sebevědomou osobnost vychováme víc tím, že ho budeme podporovat než to, že nějak zásadně rozšíříme hranice.

Ty hranice vytváří bezpečný prostor. A to jestli v tom bezpečném prostoru já vychovám dítě více sebevědomé, je o tom přístupu, jak to budu dělat.

Pevně ale láskyplně

Martina: Výchovné postupy i trendy se v průběhu historie nejrůzněji proměňovaly. Myslíte si, že existuje nějaký model, který bychom si mohli vzít a řekli bychom si, tak ten je opravdu ověřený, prověřený a mohl by fungovat i dnes anebo na vytvoření toho správného modelu teprve čekáme?

Blanka Pöslová: Já sama v praxi často používám spojení pevně ale láskyplně. A je to o těch hranicích a je to o té podpoře, je to o té důvěře k tomu dítěti.

Dítě potřebuje cítit naši lásku, to především. To, že ho přijímáme takové, jaký je. To je ten největší dar, který my tomu dítěti můžeme dát. Ale musíme ho vychovávat taky v určitém bezpečném prostoru, ať té naší rodiny nebo potažmo společnosti, kam to dítě chodí.

Martina: V nejrůznější literatuře jsem narazila na to, že se rodí děti jiné. Hovořilo se o indigových dětech, křišťálových dětech, co si o tom myslíte vy, lékařka?

Blanka Pöslová: Myslím, že dáváme čím dál více diagnóz, čím dál více nálepek, čím dál více to zkoumáme a když to tak budeme dělat, tak samozřejmě čím dál více odlišností najdeme.

Děti jsou prostě děti a znovu říkám, náš největší rodičovský um je v tom, že správně odhadnu, co potřebuje. Některé potřebuje ty hranice širší, protože je samo nejisté a v podstatě se k těm našim hranicím ani nepřiblíží a některé temperamentní a impulsivní dítě potřebuje trochu užší hranice.

Tolerantní výchova ničí dětem hodnoty. Jsou nezvladatelné, zlé a ničeho si neváží

27. duben 2017

[Radioporadna](#)

-
-
-

- [Od rákosky k anarchii. Poslechněte si, na co dávat pozor](#)

0:00

[Od rákosky k anarchii. Poslechněte si, na co dávat pozor](#)

Délka audia 17:48

Foto Fotobanka RGBStock

•

Shovívavá výchova končí špatně. Děti, kterým rodiče nevymezili hranice, mají problémy se sebeovládáním. Chybí jim motivace, disciplína a odpovědnost.

Vidí jenom svoje potřeby a ke svému okolí jsou lhostejné. O příliš benevolentní výchově jsme v rozhlasové Radioporadně mluvili s klinickou psycholožkou Blankou Pöslovou.

Dnešní děti rozhodují o všem. Kdy půjdou spát, co si vezmou k jídlu, jak dlouho budou na počítači. Ruší u stolu, když si rodiče povídají, skáčou jim do řeči. Očekávají, že budou centrem dění. A pokud nejsou věci podle jejich představ, vztekají se a jsou agresivní.

„Dáváme dětem příliš prostoru, příliš široké hranice, naopak málo řádu a pevnosti. Všechno PŘÍLIŠ je špatně. Tak jako není dobrý bezpočet zákazů a příkazů, není správná ani nadmíra volnosti, což je dnešní trend,“ říká psycholožka Blanka Pöslová.

Od rákosky k anarchii

Zatímco v 50. letech vládli v rodinách despotičtí otcové až přespříliš tvrdou rukou, dnes tu naopak máme hodně benevolentní matky. Přístup ve výchově se

změnil hodně po sametové revoluci. Společnost se překlopila do druhého extrému.

Jak předejít spratkovitému dospívání chlapců a usnadnit jim i sobě cestu k
dospělosti

„Rodiče o svém přístupu k potomkům přemýšlí. Čtou psychologickou literaturu a dávají přednost tomu, aby bylo jejich dítě vychováváno svobodně. Nechtějí zasahovat do jeho osobnosti a něco mu diktovat,“ popisuje současné tendence Blanka Pöslová a doporučuje, aby všechny knihy rodiče brali s nadhledem. Každý by si měl vybrat jen to, co je mu blízké a co podle svého uvážení považuje za dobrou radu.

„Tisíckrát si mohu přečíst, že bych měla být ve vedení syna nebo dcery pevnější. Pokud se ale sama pro to vnitřně nerozhodnu a nezačnu to důsledně uplatňovat, nic se nestane,“ vysvětluje Blanka Pöslová.

Rodiče musí být za své dítě zodpovědní

Proč je špatně, když jde dítě spát, jak si samo určí? Co je špatného na tom, že si řekne, co chce jíst? Protože malé dítě neví, co je správné. Nemá tušení, proč by mělo jít do postele v osm hodin večer a jíst zdravě. Tohle všechno musíme naše děti naučit – pevně a láskyplně. „My rodiče jsme zodpovědní za to, k čemu děti vedeme a směřujeme,“ zdůrazňuje Blanka Pöslová.

Co se zákonitě stane, když si dítě může dělat, co chce? Zkouší víc a víc. Navíc se v poslední době zřetelně ukazuje, že takto vedené děti jsou agresivní.

Dítě si hraje v pokojíčku|foto: pixabay.com

„Stává se, že rodiče neztlumí první vlnu, kdy potomek snaží prosazovat svoji vůli násilím. Dokonce se nechávají od svých tříletých dětí bít a připadá jim to roztomilé. Jenomže to vede k tomu, že se děti začnou násilnický prosazovat všude,“ říká Blanka Pöslová. To způsobí, že tvrdě narazí v sociálních vztazích. Neznají hranice a netuší, kam až mohou zajít. Nemají respekt vůči svému okolí. Myslí si, že jejich emoce a potřeby jsou jediné na světě.

„S překvapením zjišťují, že i ti druzí něco chtějí a potřebují, ale nejsou schopní to sladit. Mají problém se přizpůsobit v jakémkoliv kolektivu. Neumí se ovládat a strádat,“ vysvětluje Blanka Pöslová.

Ach, ta technika!

Mnozí rodiče jsou nešťastní z toho, kolik času tráví jejich děti na počítači nebo mobilním telefonu. Pokud se pokusí užívání techniky regulovat, tvrdě narazí na odpor. Příkladem je příběh posluchače Libora, který zavolał do Radioporadny. Jeho šestiletý syn dostal pod stromeček tablet. V momentě, kdy rodiče po něm chtějí, aby ho odložil, reaguje nepřiměřeně agresivně.

Bez tabletu se vztekají a řvou. Děti závislých na technice přibývá

„Nejdůležitější je nastavit striktně pravidla používání. Když dáte dítěti k Vánocům tablet, musíte počítat s tím, že se bude při odebrání vztekat. V té chvíli mu nabídněte jinou aktivitu. Když na to nepřistoupí, nechte ho být. Ať se

klidně vzteká. Přestaňte s ním komunikovat a tablet mu rozhodně nevracejte. Nikdy neustupujte. Vy rozhodněte, kolik času denně bude s tím tabletem vaše dítě trávit. U šestiletého dítěte doporučuji maximálně dvě půlhodiny za den,“ radí klinická psychologička Blanka Pöslová.

Desetileté dítě dokáže celý den sedět u počítače. Jakmile ho rodič nevyžene k jiné aktivitě i přes jeho nelibost, škodí jeho zdraví. Tak jako ve škole platí pravidlo, že se při vyučování nesmí používat mobilní telefony, měli bychom mít jasná pravidla i doma.

Malé děti se málo hýbají, proto chodí k zápisu s opožděným vývojem řeči

4. květen 2017

Radioporadna

-
-
-
- [Malé děti se málo hýbají, proto chodí k zápisu s opožděným vývojem řeči](#)

0:00

[Malé děti se málo hýbají, proto chodí k zápisu s opožděným vývojem řeči](#)

Délka audia 15:33

Foto pixabay.com



Stále více prvňáčků má vady řeči. V důsledku toho jsou neúspěšní ve školní docházce. Kde jsou příčiny a jak je odstranit? Téma pro rozhlasovou Radiporadnu a logopedku Martinu Sádovskou.

V posledních třech letech si učitelé u zápisu povšimli, že úroveň řeči dětí u zápisu rapidně klesla. Nejde jenom o výslovnost. Nedostatečná je i slovní

zásoba, výstavba vět nebo schopnost odpovídat na otázky. Navíc je to často poprvé, kdy jsou rodiče upozorněni, že jejich potomek je ve vývoji řeči opožděný. „Mluví nesrozumitelně, špatně gramaticky, celkově je vyjadřování neobratné,“ uvádí Martina Sádovská.

Jak je možné, že rodiče netuší, že má jejich dítě potíže? Na to je jednoduchá odpověď. S dítětem jsme denně, známe ho dobře a s námi se vždy nějak domluví. Často jeho nedostatky nejsme schopni vnímat. „Naše uši jsou vůči vlastním dětem nekritické. Pokud si nejste jistí, zeptejte se paní učitelek ve školce. Ty by vás měli upozornit, že něco není v pořádku,“ říká Martina Sádovská s tím, že problémy s mluvením je vhodné řešit okolo čtvrtého roku. V šesti letech u zápisu je pozdě.

ČTĚTE TAKÉ

Nemusíte se spoléhat na pedagogy v mateřské škole. Sami objednejte své čtyřleté dítě na konzultaci u logopeda. „Nejde jen o samotné mluvení. Řešíme i dýchání a prohlížíme ústa. Někdy je potřeba odstranit nosní mandle nebo podjazykovou uzdičku. V tomto věku začíná běžet čas, aby se dala řeč do pořádku,“ upozorňuje Martina Sádovská.

Kde je zakopaný pes

Pokud jste dočetli článek až sem, určitě vás napadla zásadní otázka. Proč tomu tak je? Co se to děje, že jsou předškoláci na tom s mluvením tak zle? Rozhodně to není tím, že by od rodičů odkoukali špatný řečový vzor. Příčinou je nedostatek pohybu.

Klasické hračky rozvíjí u dětí jemnou motoriku|foto: pixabay.com

„Děti se potřebují hýbat. Lézt, chodit, prozkoumávat svět okolo sebe. Rozvíjí to jejich hrubou i jemnou motoriku, což souvisí i s vývojem řeči. Jenomže v poslední době k tomu nemají moc příležitostí,“ vysvětluje Martina Sádovská.

Pro rodiče je velmi pohodlné děti vozit a nosit. Je to rychlejší. A čas je právě to, co se v dnešní době dospěláci snaží dohonit. Bohužel na úkor zdravého vývoje

svých potomků. Dětem chybí přirozený pohyb, hledání cest vlastního rozvoje. Lezení, běhání, skákání, padání, zvedání se, to jsou nejlepší učitelé.

Od tableťů zpět ke klasickým hračkám

V době moderních technologií dostává na frak i jemná motorika. Moderní hračky dnes dělají všechno samy, stačí je ovládat tlačítkem. Nebo tu máme dotykové displeje, kde stačí jenom hýbat prstem. Dítě pasivně přijímá, kouká a jeho vývoj stagnuje.

„Ideální jsou klasické stavebnice, skládačky, navlékání. Zapojí se ruka, oko, hlava, ale i řeč. Ve chvíli, kdy to nejde, dítě komunikuje, ptá se, jak na to, vzteká se, že to nejde,“ dává příklad Martina Sádovská. Je potřeba si uvědomit, že když je dítě převážně v pasivní roli, nic ho nenutí komunikovat.

ČTĚTE TAKÉ

Technologie z našeho života odstraníme jen těžko, ale myslete na to, že pokud je dítě vyloženě nepotřebuje třeba ke vzdělání, je lepší mu je do ruky nedávat. Mají negativní dopad na jeho komplexní vývoj. Později, kdy už se tomu nevyhneme, je dobré si stanovit pravidla a limity používání.

Dnešní děti se těžko odtrhnou od monitoru počítače nebo displeje tabletu |foto: pixabay.com

Nezapomeňte, že příklady táhnou. Když vy sami nedáte z ruky mobil, trávíte spoustu času na tabletu nebo počítači, fungujete jako vzor. V tomto případě ne zrovna v pozitivním slova smyslu. „Naopak, když děti uvidí, že si jdeme popovídat s kamarády a něco s nimi společně podnikáme, budou mít krásný přirozený vzor,“ doplňuje Martina Sádovská.

Vady řeči ničí prospěch

U zápisu se dozvíte, že vaše dítě špatně mluví. Co potom následuje? Buď odklad školní docházky, kdy máte rok na soustavnou práci a nápravu, nebo ho do první třídy vezmou. Školní prostředí není tak milosrdné jako školkové. Malý školák je terčem posměchu spolužáků. A když přijde to nejdůležitější, naučit se číst a psát, nastupují problémy a neúspěch. „Nezdary se pak svalují na paní

učitelku, vzdělávací systém, ale příčina leží v neřešení problému pár let zpátky,“ konstatuje Martina Sádovská. První tříd je sama o sobě pro děti fyzicky i psychicky náročná. Řešit do toho ještě nápravu řeči, je pro dítě další zátěž.

Nedělejte dětem sluhy, varuje Lidmila Pekařová

17. říjen 2016

- -
 -
- [Nedělejte dětem sluhy, varuje Lidmila Pekařová](#)

0:00

[Nedělejte dětem sluhy, varuje Lidmila Pekařová](#)

Délka audia 18:22

Foto Fotobanka Pixabay

•

S výchovou dětí jsou stále větší problémy. Bezradně se díváme na naše potomky a ptáme se sami sebe, kde jsme udělali chybu. Jak je možné, že naši prarodiče to zvládali s přehledem?

Vedeme děti k nesamostatnosti

„Vychováváme si ze svých dětí pážata. Poskytujeme jim nepřiměřený servis, že v dospělosti by si měly vydělat na personál,“ říká Lidmila Pekařová. Děti se mají s nástupem do školy zapojit do chodu domácnosti. Mají mít jasně definované povinnosti i vymezený čas jenom samy pro sebe.

„Často s dítětem jednáme, jako by nemělo ruce a nohy. Zvláště některé matky se ke svým synům chovají, jako by byli postižení a neschopností rozlišit, kterou dírou se najedí,“ nebere si servítky klinická psycholožka Lidmila Pekařová.

Dětská svoboda není flákání po ulicích

Naši předci podle ní uměli vychovat děti brilantně. Selka ani sedlák nechodili po přednáškách o výchově a nelistovali v knihách. Dokázali své potomky připravit na život. „Děti věděly, že když přijdou ze školy, mají jasně dané povinnosti. Jeden šel na klásky, další nakrmil králíky a třetí sourozenec šel posbírat vejce. Každý věděl, co ho doma čeká a co má udělat,“ vysvětluje Lidmila Pekařová.

Tolerantní výchova ničí dětem hodnoty. Jsou nezvladatelné, zlé a ničeho si neváží

Dnešní děti se věnují jenom škole a kroužkům. Domácnost je na rodičích. Proč je tolik důležité, aby se začátkem školní docházky školák doma otřel sporák, vynesl koš nebo srovnal boty? „Samozřejmě, že my to uděláme rychleji a lépe. Jenomže my potřebujeme našeho syna, nebo dceru za něco pochválit,“ upozorňuje Lidmila Pekařová.

Dítě ví, že je v domácnosti platné a je tím pádem i spokojené. Zvláště, když se mu nedaří příliš ve škole, je potřeba, aby domov bylo místo, kde má úspěch. „Dětská svoboda, to není flákání po ulicích. To je splnění úkolů do školy a domácnosti. Potom si dítě dělá, co chce, a do toho my nezasahujeme,“ uvádí Lidmila Pekařová.

Klinická psycholožka Lidmila Pekařová | foto: [Honza Ptáček](#)

Kdopak se tu vzteká

Jsou to rodiče, kdo dělá z dětí vzteklé a uječené spratky. Jak k tomu dojde? Napomínáním, zákazy a negací. „Nechod' tam. To nesmíš dělat. To jsou věty, které neustále opakujeme. Místo, abychom poradili, jak to udělat správně,“ říká Lidmila Pekařová. Právě neustálé napomínání vzbuzuje agresi a vzdor.

Jak předejít spratkovitému dospívání chlapců a usnadnit jim i sobě cestu k
dospělosti

Co ale dělat ve chvíli, kdy se dítě chová špatně? „Odklidím ho a nevšímám si ho. Ono moc dobře ví, že se nechová dobře. Opustím ho, aby mělo signál, že když se chová špatně, nemá nic. Nikdo na něj nemluví, nic mu nenabízí. Špatné chování ignorujeme,“ vysvětluje Lidmila Pekařová.

Nemluvte za dítě

Chcete, aby vaše dítě bylo vstřícné, sebevědomé a solidní? Tak mu nedělejte mluvčího. Nechte si, ať si v restauraci samo řekne číšníkovi, co bude jíst. Naučte ho asertivitě. „Když se budete neustále chovat, jako by ani vedle vás nebyly, vychováte z nich outsidersy,“ dodává Lidmila Pekařová.