

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



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 psychologka a [rodinná terapeutka panídoktorka Blanka Pöslová](#).

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 Pöslová: 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 Pöslová: 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.



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.



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 hodné a jak každé to dítě je jiné, tak paní učitelky oceňují to, když něco řeknou a holčička poslechne a může se přetrhout, aby přinesla druhý den všechny pomůcky a všechny vypracované úkoly. A popravdě ty kluky to většinou až tak moc nebere.

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

Blanka Pöslová: 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.



Blanka Pöslová: 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. Holkám říkají, to zvládneš, jsi šikovná a klukům pomáhají. A podle všeho by to asi mělo být obráceně. Uplatňujeme tento model?

Blanka Pöslová: 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.



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. Znáám 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 Pösllová: 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 takoví ti zanícení propagátoři volné výchovy, tak ti k nám do ambulance nepřijdou.

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 Pösllová: 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.



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 trošku 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.

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?



Blanka Pösllová: 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.