

DĚTI NOVÉHO MILÉNA

Milena Králová



DĚTI NOVÉHO MILÉNIA

DĚTI
NOVÉHO MILÉNIA

Milena Králová

Milé čtenářky, milí čtenáři,

nejprve mi dovolte, abych se vám představila. Jmenuji se Milena Králová, jsem pedagožka a zároveň lektorka seminářů o moderní výchově dětí. Více než 25 let pracuji ve školství, mimo jiné jsem působila ve speciální škole pro žáky s více vadami, ve třídě s prvky Montessori výuky, v dětském domově, v azylovém domě pro matky s dětmi, v mateřské škole i v základní škole, v dětském krizovém centru a také jsem byla profesionální chůvou dvojčat a chůvou autistického chlapce. Jsem matkou dvou dětí, dnes dospělých.

Co mě vedlo k sepsání této knížky? Byly to opakované povzdechy posluchaček seminářů, když popisovaly poznámkami spousty papírů, že by bylo fajn, kdyby informace, které předávám, byly sepsány v nějakých skriptech. Začala jsem tedy na seminářích rozdávat poznámky v tištěné podobě a nápad na sepsání více témat do jednoho celku byl na světě. Důvod byl ale ještě jeden, a sice ten, že některé příběhy, které jsem zažila při práci s dětmi i jejich rodiči, by byla škoda zapomenout. Stále však na sepsání knížky chyběl čas. Ale i ten přišel a bylo ho najednou víc než dost, když jsem musela zůstat doma, abych zvládla zdravotní problémy a opět se dostala do dobré formy. Psaní knížky mi pomohlo se odreagovat a uzdravovat se i tím, že jsem si při předávání všech sesbíraných mouder pochopitelně uvědomila i spoustu souvislostí se svým vlastním životem a současnou situací.

Rozhodně se nechci chlubit cizím peřím, protože i rady, které předávám, jsem sama získala od odborníků na slovo vzatých, od renomovaných pedagogů, dětských psychologů a psychiatrů,

od dětských lékařů, mozkových chirurgů a dalších specialistů, českých i zahraničních. Mým vlastním vkladem je, že vše, o čem píšu a co předávám dál, je prověřeno mojí zkušeností z pedagogické praxe i z výchovy vlastních dětí. Za každým tématem najdete pro zpestření četby i skutečné zážitky, ať už mé vlastní nebo členů mojí rodiny či blízkých přátel, kterým naprosto důvěřuji. A aby byla knížka hezčí a barvitější, ke každé kapitole přikládám fotografii vztahující se k tématu.

Můj syn se narodil po tříleté známosti s manželem, když mi bylo 21 let, dcera o sedm let později. V mé generaci to bylo naprosto obvyklé načasování. Oba byli chtění a radostně očekávaní. Mají stejného tatínka, narodili se ve stejném znamení, žili ve stejném bytě a měli stejnou výchovu – a přesto byly obě děti úplně jiné. Na každé platilo něco jiného, jinak prožívaly stejné věci a jinak na ně reagovaly. Ani nespočítám, kolikrát jsem si později posteskla: „Kdybych tehdy věděla, co vím dnes...“

Přesto ani naše laická intuitivní výchova nedopadla špatně a já i manžel máme s dětmi opravdu krásný vztah. Syn i dcera jsou skvělí lidé, ale občas to „bolelo“ nás i je a spoustu věcí bychom dnes dělali jinak. Je prostě jiná doba.

Přiznávám, že některé informace týkající se výchovy, které jsem získala, považuji za zlomové, zásadně důležité jak pro výchovu dětí vlastních, tak i těch mně svěřených. A s velkou radostí a s láskou se o ně s vámi chci podělit v následujících řádcích.

Milena Králová



Autorka (uprostřed) se svými dnes již dospělými dětmi.



Nové děti, nová výchova

I v moderním přístupu k dětem by stále mělo platit dobré staré rčení „Zlatá střední cesta“.

Je vědecky dokázáno, co mnozí z nás vycítili vlastní intuicí, totiž že v posledních letech, spíše už desetiletích, se rodí „jiné“ děti než dřív. Není na tom nic neobvyklého, evoluce má svá jasná pravidla a každá generace je poněkud jiná než předchozí. Rychlost tohoto generačního posunu se však rapidně zvyšuje. Je nutné prostě přijmout fakt, že děti narozené v posledních letech mají nové, dříve neobvyklé psychické vlastnosti a jsou naladěny na vyšší vibrace než jejich rodiče a prarodiče. Jejich „jinakost“ je někdy těžké přijmout a pochopit, málokdy je možné vtlačit je do stávajících norem a pravidel výchovy. Mějme na paměti, že těmto dětem nelze lhát beztrestně a že nepřijmou nic, v čem nerozpoznají smysl, nic, co nedovedeme obhájit. Je na nás dospělých, rodičích i vychovatelích, abychom jim dokázali ukázat smysluplný život a smysluplný svět.

Výchova dítěte začíná vztahem jeho rodičů

Dítě podvědomě rozkóduje vše, co se odehrává ve vztahu jeho rodičů. Ani ti rodiče, kteří jsou natolik uvědomělí, že se před dítětem nehádají nahlas, slovně ani fyzicky se nenapadají, přestože jejich vztah není v pořádku, nemohou svému dítěti poskytnout kvalitní zázemí. Dítě na podvědomé úrovni skutečnost vycítí

přesně a vnímá-li napětí, cítí strach, nedůvěru a obavy. Zhruba do šesti let věku je dítě velice emočně závislé na matce a vztah matky k otci je pro něj v této době klíčový. Pokud se např. dítě zeptá plačící maminky, proč pláče a maminka se rychle usměje a tvrdí, že neplakala, dítě taková reakce jen zmate. Nepravdivé odpovědi naučí dítě nedůvěřovat dospělým a svému vnímání, v konečném důsledku nedůvěřovat životu a světu. Proč by matka nemohla přiznat, že pláče, protože právě teď je jí z toho či onoho důvodu smutno. Navíc když dodá, že si poradí, situaci zvládne a brzy zase bude všechno v pořádku. Může i přiznat, že se např. nepohodli s tatínkem, ale přesto se mají rádi a zase se brzy usmíří. Tomuto vysvětlení dítě velice dobře porozumí. Pomůžeme mu tím přijmout fakt, že v životě jsou krásné i těžké chvíle a k životu patří obojí, ale že problémy se vždy dají a mají vyřešit. Připravíme ho tím na skutečný život.

Dítě vždy udělá to, se od něho očekává

I v této souvislosti platí výše zmíněná skutečnost, že dítě podvědomě rozkóduje pravdu pod povrchem. V tomto případě to znamená, že ať navenek rodiče asertivně říkají dítěti cokoli pozitivního nebo povzbuzujícího, ale vlastně mu v hloubi duše nevěří, nebo ho z čehokoli podezřívají, dítě nakonec udělá to negativní, co do něho rodiče projektují. A to v jakémkoli věku. Dobrá zpráva je, že to platí i v opačném, pozitivním očekávání.

Jeden z dobrých a triviálních příkladů tohoto očekávání projektovaného do dítěte je, když dospělí opakovaně upozorňují malé dítě na to, že když bude běhat, zakopne a upadne. Samozřejmě se tak nakonec stane. Dítěti totiž opakovaně nabídli tuto možnost. S mírnou nadsázkou můžeme mluvit o tom, že mu ji vsugerovali a podsunuli a dítě na ni zareagovalo. Tato poslušnost platí i v mnohem dramatičtějších případech.

Existuje velmi dobrá rada, podle které by se měli chovat dospělí a učit ji i své děti: Nemyslete na to, co nechcete prožívat!

A naopak myslíte na to, co prožívat chcete! Dítě přece radostně nepobíhá s myšlenkou na to, že zakopne, upadne, uhodí se. Důvěřuje si, má radost z pohybu, považuje se za šikovné a schopné. A pokud přece upadne, tak ho naopak ujistíme, že se nic nestalo a nikdo se nikdy nenaučil chodit a běhat bez pádů. Když dítě leze na strom, což je v dnešní době situace bohužel spíše výjimečná, nemá máma vyděšeně volat „spadneš!“, ale má klidně poradit „pevně se drž!“

Ujišťující kontakt

Každý člověk na světě potřebuje být milován a pro děti je tato potřeba prvořadá. Ujišťující kontakt, láskyplné pohlazení, objímání, chování, oční kontakt nesmějí chybět ve výchově žádného dítěte. Není však samozřejmostí, že všichni rodiče toto svému dítěti dokážou poskytnout. Mnozí dospělí sami nebyli jako děti ve své původní rodině chováni a hlazeni, takže se to tudíž neměli kde naučit. Mnozí si tento deficit ani neuvědomují a neuvědomují si tedy ani to, že tuto péči svému dítěti neposkytují. Ze stejného důvodu často rodiče svým dětem ani neříkají, že je mají rádi. Předpokládají, že děti to vědí a je to přece samozřejmé. V tom se ale velmi mýlí. Děti potřebují tato slova ujištění od svých rodičů slyšet často, a to zejména v situacích, kdy si myslí, že lásku svých rodičů něčím ztratily – zlobením, špatnými známkami, tím, že neudělaly, co měly udělat nebo naopak udělaly něco, co udělat neměly.

Pět jazyků lásky

Také některé děti neříkají rodičům, že je mají rádi, nechtějí se mazlit a nedávají pusinky. V žádném případě to však neznamená, že nemají rády své rodiče. Jen preferují jiný z tzv. pěti jazyků lásky, z nichž první je právě **fyzický kontakt** – doteky, hlazení, mazlení, držení za ruku a pusinkování. Děti, kterým je tento způsob

vyjádření citů cizí a nepříjemný, mohou působit chladně, ale v citech chladné nejsou. Pro toto malé procento dětí je jen mnohem přijatelnější jiný způsob vyjádření lásky a podpory od rodičů než fyzický kontakt.

Své city k rodičům vyjadřují jiným způsobem než mazlením nebo pusinkováním. Mohou preferovat **slova ujištění**, kdy mají potřebu uklidňujících prohlášení, ujišťování, že je rodiče podpoří, že všechno dobře dopadne, že se nemusejí bát toho či onoho. Stejným způsobem vyjadřují i ony svou lásku rodičům.

Také mohou projevat svou lásku **dary** a prostřednictvím dárek hodnotit lásku rodičů. U těchto dětí nesmíme přehlédnout nebo brát na lehkou váhu třeba darovanou kytičku utrženou na trávníku před domem, pomuchlaný obrázek přinesený ze školky, nabídnutý ušmudlaný bonbón aj. Dalším projevem lásky mohou být **skutky služby**. Dítě preferující tento způsob vyjádření lásky mamince připraví k nohám pantofle, natřepe jí polštář pod hlavou, podá jí zvonící telefon, chce jí pomáhat nosit tašku a podobně. A projevy pomoci vůči vlastní osobě považuje za vyjádření lásky zase od druhých. Nebo mohou místo mazlení potřebovat velkou **pozornost** svých rodičů a jistotu, že je rodiče vždy v klidu a cele vyslechnou, přestože nepotřebují a většinou ani nechtějí slyšet rodičovskou nabídku řešení. Zásadní je pro ně možnost se vypovídat. Zrovna tak je pro ně důležité, když s nimi rodiče mluví o svých záležitostech a dovolí jim, aby byly spoluúčastníky jejich života.

Spousta dětí nové generace, které žijí v hektické a hlučné době plné technologií, projevuje svůj jazyk lásky právě velkou potřebou pozornosti. Jako projev lásky svých rodičů vnímají jejich pozornost. Jsou šťastné, když jim máma a táta věnují svůj čas, svou pozornost, když jsou tu pár chvil během dne jen a jen pro ně, pro své děti. A pozor, svou lásku rodičům projevují stejným jazykem. Když si k vám vaše dítě přisedne, hledí vám do očí a vypráví vám své zážitky nebo radosti či obavy, když se zajímá o to, jak je vám, když je rádo, že je s vámi v klidu v osobním kontaktu, mluví k vám jazykem lásky – pozorností. Velmi ho raní, pokud mu řek-

nete, že teď na to nemáte čas, ale třeba večer ho mít budete. Když ho sice jedním uchem posloucháte, ale děláte u toho plno dalších věcí, nebo dokonce začnete telefonovat, přiberete na klín sourozence nebo přivzete ke stolu kamarádka či babičku, soukromou chvílku mezi vámi a dítětem zcela narušíte. Co je deset minut ze čtyřiaadvaceti hodin jednoho dne? Dopřejte je svému dítěti a ujistěte ho svou pozorností, že vám na něm záleží a že ho milujete.

Skutečné příběhy z praxe

Během svých učitelských let i během svých seminářů jsem vyslechla opravdu mnoho povzdechů maminek, že jejich holčička nebo chlapeček nestojí o mamincino mazlení. Některé děti ho přetrpí, jiné ho poměrně rázně odmítají.

Maminky byly smutné, až nešťastné, a žily v domnění, že je děti nemilují. Učení o pěti jazycích lásky jim pomohlo pochopit, že jejich děti jim svou lásku projevují, jenom jiným způsobem. Jedna maminka se rozplakala dojetím, když jí došlo, že její malá holčička odmítá mazlení, ale své matce dennodenně projevuje lásku svým jazykem, a sice prostřednictvím skutků služby. Holčička mamince neustále něco podávala – cukřenku ke kávě, lžici na boty při obouvání, mycí houbu, když se maminka koupala, ručník, když si myla ruce, snažila se jí ráno ustlat postel a mnoho dalších skutků služby.

Jiná maminka rozeznala, že její nemazlíci se chlapeček se jí neustále snaží něco darovat – nosí ji povadlé sedmikrásky, nabízí jí umolousaný bonbónek, který dostal ve školce a schoval ho pro ni, že jí přidává jídlo ze svého talířku, balí jí do ozdobného papíru svého oblíbeného dinosoura, když je smutná, každá šnečí ulitka nebo hezké ptačí pírko je dáreček pro maminku. Ano, tento chlapeček k mamince promlouvá jazykem lásky, jímž jsou dary.

Když jsem se s tímto učením seznámila, bylo jasné, proč si s manželem neumíme navzájem pomáhat v běžných mírných stresových situacích (v zásadních jsme se podrželi vždy). Můj jazyk lásky je

jednoznačně fyzický kontakt, u manžela to jsou slova ujištění. Když jsem chtěla jeho podporu, očekávala jsem objetí, nikoli rady, ale on situaci rozebíral, radil, ujišťoval mě... a já měla dojem, že mi nerozumí. Když měl problém on, objala jsem ho nebo držela za ruku, ale nejvíc potřeboval, abych s ním mluvila, rozebírala situaci a ujišťovala ho. Určení dominantních jazyků lásky bylo důležité i ve vztahu s našimi dětmi. Je to opravdu velmi zajímavý fenomén.

Velmi důležité je ujistit děti o stálé lásce rodičů v období, kdy se v rodině narodí mladší sourozenec. Více si o tom řekneme v kapitole Sourozenecké konstelace, ale zopakujme si, že starší dítě je nutné ujistit, že na vztahu rodičů k němu se s příchodem nového člena rodiny nic nemění. Vysvětlit mu, že teď na něho jen rodiče budou mít méně času, i když v ideálním případě by to dítě vůbec pocítit nemělo. Dobrým řešením je požádat staršího sourozence o pomoc s mladším a dát mu pocítit, že je důležitým členem rodiny a celého týmu. Pozor! Neznamená to, že na staršího sourozence přeneseme povinnost starat se o mladšího v takové míře, která mu bude nepříjemná, to by neprospělo nikomu v rodině. Další dítě se narodilo z rozhodnutí rodičů a toto rozhodnutí se staršího dítěte rozhodně netýká. Pro staršího sourozence je nesmírně zatěžující a nepříjemné známé prohlášení „Ty jsi starší, máš mít víc rozumu!“ a přenášet na něj zodpovědnost za mladšího sourozence. Mělo by být přirozené, že rodiče starší dítě o pomoc s mladším dítětem poprosí a také mu za ni poděkují. Naprosto nesmyslné je nechávat na starosti čtyřletému dítěti dvouleté, šestiletému čtyřleté a podobně. V praxi to pak skutečně probíhá ve smyslu rčení „mezi slepými jednooký králem“.

Dítě potřebuje zůstat dítětem

Děti potřebují hranice a průběžné zjišťování toho, kam až můžou zajít. Dětské zlobení, tvrdohlavost, odmítání, provokace, vynucování si věcí pláčem nebo křikem, slovní souboje s rodiči jsou nástroje, kterými si dítě testuje vnitřní sílu svých rodičů.