

Aby z dětí vyrostly vyrovnané osobnosti, psychicky odolní lidé, musí v dětství zažít i nepohodlí. **Nevozte je jen autem a nedělejte vše za ně!**



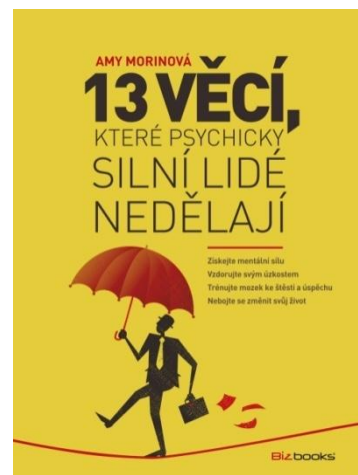
Vzbudit ho a vydržet tu protivnost, než se probere. Namazat chleba k snídani, připravit svačinku. Obléknout, odvézt do školky či školy. Vyzvednout v přesný čas, aby nemělo psychickou újmu. Dovézt na kroužek. Pozvat na odpoledne pár kamarádů. Co bude chtít k večeři? To nemáme, ale skočím do večerky. Hodinové uspávání? Není problém.

Tohle všechno je dnes běžné. Přece si mají užít dětství! Moji známou dokonce zbytek rodiny lynčoval, když nechtěla u šestiletého kluka dlít dlouhé minuty, než usnul, a držet ho za ruku. Jsi tu přece, mámo, pro něj! Zkusili jsme pro všechny obětující se matky zorganizovat den trochu jinak. Zohlednit v něm trochu mužského principu, který dnes v rodinách běžně chybí. A použít k tomu i doporučení americké psycholožky Amy Morin, autorky knihy 13 věcí, které psychicky silní lidé nedělají. Ta říká: Psychicky silní rodiče učí své děti soustředit se na to, co můžou světu nabídnout. A ne, co může svět nabídnout jim.

Děti příliš chráníme a tím brzdíme jejich vývoj. Rady, čeho se vyvarovat:

1. Neoblékejte je

S „nepohodlím“ začněte už ráno. Asi to nepůjde hned a budete muset dřív vstávat. Ale čtyřleté dítě, které tupě čeká, až mu nasunete nohu do kalhot, může mít zásadní problém třeba už ve školce. Myslete na to, že paní učitelka takovou trpělivost jako vy určitě nemá. A že mu posluhováním prokazujete spíš medvědí službu. Vyberte spolu oblečení už večer a na ráno se vybavte trpělivostí.



2. Jděte pěšky

Zpozorněla jsem, když se na mě syn ve druhé třídě překvapeně podíval se slovy: „Ale tam prší, to nepojedeme autem?“ A začala jsem ho posílat do školy autobusem. Samozřejmě to nejde za všech okolností a vždy chodit co nejvíce pěšky. Ale dnešní rodičovské taxikaření nabývá bizarních rozměrů: V lednu vidíte před školou vystupovat z auta děti v přezůvkách a bez bundy. Přeběhnou a po vyučování zase rychle do přistaveného auta. Vezměte školáčkovi s sebou třeba koloběžku, kupte si cestou čerstvý rohlík, povídejte si. Bude to krásné ráno a k tomu vědomí, že někam se přesunout vyžaduje občas úsilí.

3. Udělej(me) si svačinu

„Dítě, které rodině diktuje, co bude k večeři, nebo takové, co řídí víkendový program, má příliš velkou moc,“ říká Amy Morin. „Být rodičům rovný není pro děti zdravé. Psychicky silní rodiče dávají dětem pravomoci rozhodovat, ale současně udržují jasnou hierarchii.“ Pedagog Marek Herman mi v jednom rozhovoru říkal, že od 2,5 let by měl být doma stoleček, na něm džbánec s vodou a vedle pečivo a pomazánka s připraveným bezpečným nožikem. Jestli to je na vás „silná káva“, začněte pomaleji: Housky jsou v chlebníku, okurka v ledniče, přineseš mi to a společně připravíme svačinu? Nebudete si vychovávat sobce a za pár dní se dočkáte třeba toho, že vám něco malého připraví sám.

4. Uklid' s kamarády nebo po nich

„Psychicky odolné rodiče nezastihnou říkat věci typu: Nechci své děti zatěžovat tím, že by musely uklízet. Děti by prostě měly být dětmi,“ shrnuje Amy Morin. Být dítětem ale neznamená nemít povinnosti, řád a mantinely. Pozvali jste domů kamarády? Ať si společně užijí hezké odpoledne. Ale hraní znamená také úklid. Můžete s ním pomoci, ale jít všechno zařídit, zatímco se potomek po odpoledni s kamarády rozvalí k televizi? To už hraničí se sebemrškačstvím.

5. To se ti moc nepovedlo

Samozřejmě že pro vás vždycky bylo, je i bude prostě dokonalé. Je to vaše dítě! Falešně ho ale přesvědčovat o tom, že je nejlepší ve vesmíru, se nevyplácí. Až pojede na první gymnastické závody a skončí tu předposlední, nebyl nejlepší a je namístě to realisticky vyhodnotit: „Být náhradníkem ve fotbalovém týmu nebo propadnout ve škole neznamená, že se vaše dítě stalo obětí nějakého spiknutí. Odmítnutí, neúspěch a krach prostě patří k životu. Raději než abyste svému potomkovi dovolili, aby se litoval, mu porad'te, jak by mohl své slabiny obrátit v silné stránky. Pomůžete mu najít cestu, na níž může zažít něco pozitivního, okolnostem navzdory,“ radí Amy Morin.

6. On mě bouchl! Vyřeš si to sám

Naše sousedka trávila dost času tím, že u nás zvonila s větou: „Váš Jirka našemu Honzíkovi zase ubližoval.“ Následovalo hodnocení dětských výpovědí mezi dveřmi (každé úplně jiné) a podivné vyšetřování kdo, komu, co a proč udělal. Dokud jsem to neodmítla řešit se slovy: „Přijď, až poteče krev.“ „Je kruté vidět děti trpět, ale děti potřebují nepohodlí zakusit z první ruky,“ potvrzuje Amy Morin. „Psychicky silní rodiče proto poskytují dětem podporu a pomoc, ale nesnaží se je za každou cenu chránit. Aby jejich potomci získali sebejistotu postavit se jakékoli nepříjemnosti, která je v životě potká.“

7. Zabal si věci na kroužek a nic nezapomeň

„Ať je to pár chyb v domácím úkolu z matematiky nebo zapomenuté kopačky na trénink, dělat chyby je ta nejlepší škola života. Psychicky silní rodiče nechávají své děti šlápnout vedle a pak čelit následkům vlastních omylů,“ říká Amy Morin. Až bude vašim dětem třeba deset, jedno bude hrát hokej a druhé chodit na sportovní aerobik, tenhle přístup se vám vyplatí. Balení se na kroužky by měla být jejich starost. A začít se dá brzy: Připravte společně malý batůžek k babičce a do něj auta. Která bude syn chtít, ta si sem dá. A ani slzy po odjezdu, že si jedno zapomněl, by vás v té chvíli neměly donutit zařadit zpátečku.