

OTUŽOVAT, či rozmazlovat?



Je to odvěké rodičovské dilema. Je lepší své potomky opečovávat, oprášovat a umetávat jim cestičky, nebo je spíš drezírovat a spartánsky otužovat? Jedno je jisté. Rozmazlené děti zažívají v dospělosti podobné množství stresů a traumat jako děti nadměru peskované či zanedbávané.

TEXT: KATEŘINA CAJTHAMLOVÁ

Moje babička měla osm sester, s nimiž vedla domácnost, a dědeček bratra, kterého vydržoval na studiích. Byli vychováni ke skromnosti, pilné práci a úctě ke starším. Pomáhali na poli a vykali svým rodičům. I moji rodiče měli od dospělých spoustu příkazů, zákazů a po-

vinností. A neodmlouvali. Poslouchalo se na slovo.

Já byla jedináček, ale stále platilo, že nemám mluvit, nejsem-li tázána, chovat se doma i na veřejnosti tiše, zdravit, poprosit a poděkovat. Ve škole při hodině jsme měli ruce za zády, čekali na vyvolání a pak odpovídali celou vě-

tu. O přestávkách jsme korzovali tiše po chodbě. V družině jsme si psali úkoly a teprve pak si šli hrát. Stal-li se někomu úraz, dostali jsme vynadáno, že jsme nedávali pozor, a odcházeli jsme domů s poznámkou.

Čas oponou trhnul. Čím dál starší rodiče mají stále méně dětí. Ve společnosti přibýlo díky pokroku medicíny starších lidí a role se pomalu obrátily. Dospělí stále na děti dohlížejí, o všem s nimi vyjednávají a nic jim nenařizují, naopak je prosí o sebemenší pomoc v domácnosti. Za těch třicet let svobody vyrostla vrstva opečovávaných dětí, ale rapidně klesla jejich obratnost. Za úraz dítěte dnes dostane vynadáno

učitel. Děti na učitele útočí a šikanují i spolužáky. Dětské party zmizely z přírody na sociální sítě. V tramvaji stojí maminky nad čtyřletými řvoucími dětmi a omlouvají se jim, že nestihly koupit oblíbený pamlssek. Psa venčí babičky, aby se udržely v kondici, zatímco fyzická výkonnost potenciálních branců klesla. Ostatně, vojenská služba byla už před lety zrušena.

Opatrní potkani

Každý z nás má vrozený práh vnímání různých podnětů. Práh komfortu,



tedy co se nám líbí nebo výrazně nelíbí, práh tolerance i práh destrukce. Tyto vrozené meze lze do určité míry posouvat a rozvíjet. Pokud netrénujeme vytrvalost, odolnost, trpělivost ani umění zvládat frustraci z nezdaru, naše vrozené schopnosti postupně zakrní. Figurantem, na němž výzkumníci zkoumají lidské chování, je opatrný potkan. Vyhledává zvláště libé podněty, a proto je dobrým modelem pro závislosti. Je totiž schopen ustimulovat se k smrti, dostane-li do pracky

Procházím o víkendech
osiřelými pískovišti
a hřišti, kde posedává
s kočárky pár maminek,
které koukají do mobilů
a občas je půjčí řvoucímu
batoletí.

„páčku blaha“, která dráždí libá centra v jeho mozku. Vyhýbá se jiným, s nimiž od mládí nevyrostl, šikanuje je a útočí na ně. A také reaguje velice překvapivě na „šťastné časy“. Nabídněte mladým potkanům prostředí, kde jim nic nehrozí, dejte jim dostatek potravy a pasivní zábavy – a klesne jim inteligence i množství svalové hmoty, ztloustnou a přestanou se pářit.

I opečovávané dítě, krmené jen tím, co mu chutná, které nic nemusí a všechno může, začne být závislé a protivné. Odmítá si uklízet, šikanuje spolužáky a odmlouvá dospělým. Jezdím každé ráno i večer tramvají a sleduji mládež, která sedí a zírá do mobilů, takže si nevšimne stařenky ani těhotné paní, které nad nimi stojí. Procházím o víkendech osiřelými pískovišti a hřišti, kde posedává s kočárky pár maminek, které koukají do mobilů a občas je půjčí řvoucímu batoletí. Všímám si školáků s očima upřenými na displeje a říkám si: Budou jednou vzpomínat na to, jak šťastné bylo jejich dětství? Obávám se, že si budou stěžovat na to, co od dospělých nedostali.

Profesor Matějček ve svých knížkách nabádá rodiče: Buďte vřelí, ale určete dětem pevné hranice, v nichž se mohou bezpečně rozvíjet i učit důsledkům svých činů. Vedte děti, aby se učily ovládat svá přání, trpělivě se snažit a dosahovat svých snů postupnými kroky. Pomáhejte jim rozvíjet vlastním úsilím jejich schopnosti. Neumetejte jim cestičky, ať nevychováte náročné a nezodpovědné sobce.

Výchovné extrémny

Na škále péče od nuly do desítky je maximem úplná ochrana, kontrola a vyloučení všeho náročného, co by dítě mohlo potkat. K pomyslné ochranné desítce se při výchově uchylují úzkostní dospělí, kteří na děti přená-

šejí své často neodůvodněné obavy či vlastní trpké zkušenosti z dětství. Pak je tu druhý extrém. Zanedbávání, zneužívání a nezáměr o individualitu dítěte jsou na pomyslné škále na nule. A můžou dítě poškodit zase jinak. Uchylují se k němu lidé despotičtí, agresivní nebo lidé závislí, workoholici či ambiciózní drezéři svých vlastních kopií.

Nakolik tyto extrémní výchovné přístupy dítě poškodí, záleží na tom, jak citlivé dítě se do takového prostředí dostane a jaké vlivy mimo vlastní rodinu si najde samo. Obojí extrém generuje buď malé tyrany a agresory bez respektu k ostatním, nebo ustrašené nešiky bez vlastní iniciativy, plně závislé na dospělých. Zajímavé přitom je, že děti rozmazlené zažívají v dospělosti podobně mnoho stresů a pocitů nepatřičnosti jako děti týrané a zanedbané, jen z úplně jiných důvodů. Spokojenost i sebedůvěra obou těchto skupin je nižší, než jakou zažívají děti přiměřeně otužované a trénované, vřele milované, ale adekvátně k věku zatěžované, a proto odolné proti frustraci a zvyklé sebeovládání.

Vnímání stresu je relativní. Tam, kde jsou na děti kladeny rozumné nároky a pravidla, vzrůstá výkonnost, schopnost i pocit sounáležitosti. Vyžaduje to vřelé, ale důvěřující vychovatele, kteří děti zplnomocňují, spoléhají na ně, nicméně od dětí žádají jejich věku odpovídající schopnost sebereflexe, sebekontroly i pomoci ostatním. Mají-li instrukce, vyžádanou pomoc a oporu vychovatelů, děti rády přijímají těžší i komplexnější úkoly, čímž vzrůstá jejich pocit kompetence i kreativita. Motivujeme proto děti k tomu, aby za cenu vlastního úsilí dosáhly splnění svých plánů. Ukazujeme jim cestu přes překážky a chvalme snahu o rozvoj víc než pouhé výsledky. Vychováváme odpovědné, odvážné i soucitné členy lidské společnosti.

Za třicet let svobody
vyrostla vrstva
opečovávaných dětí,
ale rapidně klesla jejich
obratnost. Za úraz dítěte
dnes dostane vynadáno
učitel.