

Markéta Skládalová

Jak na to?

O rodičovství, dětech a výchově

Česká autorka
**ČESKÝM
RODIČŮM**

Život s dětmi s respektem a láskou



C PRESS

Jak na to?

O rodičovství, dětech a výchově

Markéta Skládlová

Cpress
Brno
2015

Jak na to? O rodičovství, dětech a výchově

Život s dětmi s respektem a láskou

Markéta Skládalová

Obálka: Martin Vlach

Ilustrace: Petra Balnarová

Odpovědný redaktor: Ivana Auingerová

Jazyková korektura: Kateřina Komárková

Sazba: Daniele Janošková

Technický redaktor: Radek Střecha

Objednávky knih:

www.albatrosmedia.cz

eshop@albatrosmedia.cz

bezplatná linka 800 555 513

ISBN 978-80-264-0727-0

Vydalo nakladatelství CPress v Brně roku 2015 ve společnosti Albatros Media a. s. se sídlem Na Pankráci 30, Praha 4. Číslo publikace 19 242.

© Albatros Media a. s., 2015. Všechna práva vyhrazena. Žádná část této publikace nesmí být kopírována a rozmnožována za účelem rozšiřování v jakékoli formě či jakýmkoli způsobem bez písemného souhlasu vydavatele.

1. vydání

 **ALBATROS MEDIA** a.s.

Co zasadíme v raném dětství,
budeme sklízet po celý život...

„Děti by měly dostat od svých rodičů dvě věci: kořeny a křídla.“
J. W. Goethe

Milí rodiče ,

ať je vám tato knížka spíše inspirací než rodičovským rádčem, i když v knížce zaznívá spousta doporučení. Radit si ale nedovoluji.

Rady totiž předpokládají, že ten druhý je bezradný. A já věřím, že vy, rodiče, bezradní nejste. Někdy je jen potřeba se zastavit, vzpomenout si, snažit se porozumět... Vy sami jste odborníky na své dítě, nikdo jiný je totiž nezná lépe než vy. Věřte ve svoje rodičovské schopnosti a užívejte si výchovu i celý život s vašimi dětmi s radostí.

I když nejsme a nikdy nebudeme dokonalí rodiče, být rodičem je fajn!

Děkuji všem dětem a rodičům, se kterými jsem se mohla setkat, za jejich příběhy, otevřenost a snahu měnit věci pozitivním směrem. A díky svým dětem za každodenní rodičovskou školu.

M. S.

Všechna jména v knize jsou změněna. Všechny příběhy jsou skutečné.

Ohlasy rodičů na tuto knížku

Jana (38 let, maminka čtyř dětí): Knižka je úžasná, laskavá, srozumitelná, chytřá, optimistická, inspirativní – stejně jako autorka! Vozím s sebou, ukazuji, doporučuji.

Petra (30 let, maminka dvouletého chlapce): Jediná kniha o rodičovství, kterou jsem dočetla až do konce, neusínala u ní a podobně. Je úžasná, moc jsem se u ní pobavila, předčítala jsem i manželovi. Napsaná srozumitelně, zábavně. Doufám, že dokážu některé rady převést i do praxe.

Michaela (30 let, maminka dvou kluků): Knižku jsem přečetla asi na třikrát a pořád jsem nebyla u konce... Fascinovalo mě, jak se do takové na pohled tenké knížečky mohlo vejít tolik informací – a co je hlavní, opravdu důležitých! Příběhy ze života, a nejen ty, tomu dodávají humorný náboj. Asi nejvíc mi přinesla kapitolka o trestech – zkusíme praktikovat důsledky v praxi, tak uvidíme.

Pavla (maminka desetiměsíční holčičky): Knižku jsem zhltna na jeden zátah. Pobavila mě a našla jsem věci, které by mě předtím ani nenapadly.

Eliška (32 let): Některé kapitoly mě překvapily. Hlavně historky ze života dětí převedené do života dospělých.

Tereza (maminka dvou dětí): Knižka je ideální na mateřskou. Dá se číst po kapitolách, které jsou tak krátké, že to stihnu, než se děti vzpamatují.

Veronika (nastávající maminka): Kniha je opravdu čtivá a určitě se k ní budu vracet.

Pavel (35 let): Je vidět, že autorka knížky vychází z praxe.

Jana (maminka tří dětí): Po přečtení knížky se hodně zamýšlím nad tím, co dětem říkám. Hlavně mě oslovila kapitola o nálepkách. Ty tedy lepím na děti už dlouho v dobré víře, že je chválím. Tak teď to zkusíme jinak.

OBSAH

1.	Vždyť my jsme vás taky vychovali, a nepotřebovali jsme žádné rady!	7
2.	Ty dnešní děti! Ta dnešní mládež! To my...	10
3.	Výchova aneb Rodiče na jedné lodi	12
4.	Vetřelec aneb Máme doma miminko	16
5.	Mám se rád, mám tě ráda, máme se rádi	19
6.	Když si ho budete moc všímat, budete mít rozmazlence!	22
7.	Noční koncerty aneb Kolik let můžeme nespát?	25
8.	Ty jsi na mateřské? A co celý den děláš?	28
9.	Postavte si dům na pevných základech a zasadte strom s pevnými kořeny	32
10.	Nikdo není dokonalý	34
11.	Proč zlobíš? Buď hodná a hezky si hraj!	37
12.	Hranice jsou pro všechny	40
13.	Jdeme k cíli, ale podle špatné mapy. Dodržujte správný směr!	42
14.	Emoce, emoce a ještě tisíckrát emoce, to je to, oč tu běží	45
15.	Chválit, nechválit, odměňovat, neodměňovat?	51
16.	Tady orel, přepínám... Slyším, ale neposlouchám	54
17.	Ty jsi ale šikulka! Ty jsi nemešlo! To je moje hysterka. Těší mě!	57
18.	Za trest do kouta, zákaz televize anebo Chceš facku?	61
19.	Jak být dobrým koučem svým dětem? Jak vychovat zdravě sebevědomé a samostatné dítě?	67
20.	Moje dítě bije děti na pískovišti. A moje dítě si zase nechá všechno líbit	71
21.	Moje dítě se stále něčeho bojí	75
22.	Strašidla a další pomocní vychovatelé aneb Když budeš zlobit, tak si tě odnese čert!	77
23.	Babičky a jiné příbuzenstvo	80
24.	Já jsem první! Kdo nesoutěží, není	83
25.	Stydím se za svoje dítě! Nakupovat už nejdu. Pomoc, období vzdoru je tady!	85
26.	O sourozencích	90
27.	Boj o princeznu aneb Patří bitky do dětských her?	96
28.	Houpací koník nebo hnusáci-lepáci? Kdo si hraje, nezlobí...	100
29.	Do prdele se neříká aneb Řeknu ti tři slova	104
30.	Co s volným časem? My máme volný čas?	107
31.	Když se mjíme aneb Máme každý jiný temperament	111
32.	Hurá do školky! Mami, zamáčkni slzu	113
33.	Jsem na konci, nebo na začátku?	118
34.	Recept na spokojené a samostatné dítě???	119
	Rodičovský slovník	121
	Deník „dobrého rodiče“	127
	Zdroje	130
	Rejstřík	131

1.

Vždyť my jsme vás taky vychovali,
a nepotřebovali jsme žádné rady!



„S knížkami a kurzy o výchově se v posledních letech roztrhl pytel. Jako bychom cítili, že něco není úplně v pořádku a chceme to jinak. Ale jak jinak? Jak si vybrat? Tady tvrdí, že jen jejich knížka je ta jediná správná a najdu v ní návod na výchovu šťastných dětí. Tam zase, že jen tento rodičovský kurz je jediný, který vyřeší naše výchovné problémy. Doma mi říkají, že nemám nic číst, že oni přece na mě nepotřebovali žádný návod... Opravdu nevím, co je správně...”

Já se stále učím být dobrým rodičem, dobrou mámou. Přestože už máme jako rodiče za sebou miminkovské i batolecí období našich dětí, dobu dětského vzdoru, nástupu do školky i do školy, i několik let puberty a dospívání je před námi, stále mám pocit, že toho ještě tolik nevím. A právě proto je rodičovství obrovská výzva a příležitost zažívat svět zase trochu jinak a poznávat nejen svoje děti, ale taky samu sebe. A jestli to dělám dobře? Už teď vidím, že se nám výchovné přešlapy, ale i výchovné úspěchy vrací jako bumerang v tom špatném, ovšem i v tom dobrém. Proto jsem ráda, že jsem se vydala právě po této rodičovské cestě. Vždycky máme před sebou několik cest, a jako v každé dobré pohádce je potřeba se rozhodnout a vybrat si kudy... Můžeme jít po osvědčené cestě vyzkoušené staletími, můžeme jít po zcela nových cestách výchovy anebo se můžeme poučit z minulosti, inspirovat se a vyšlapat si svoji vlastní cestu...

Pavla: „Já žádnou knížku o výchově číst nepotřebuji. Vždyť lidi vychovávají děti tisíce let, tak co z toho teď děláte vědu?“

Rodiči se ale nerodíme, rodiči se stáváme. Rodičovská intuice, empatie a vlastní selský rozum je určitě potřeba. Jenže máme v dnešní době ještě tu správnou míru empatie a používáme vždy zdravý rozum? Čím víc se dozvídáme z psychologie dítěte, tím jsme si méně jistí. A jakou rychlostí se mění generace dětí? Stíháme to i my dospělí? Měníme se s měnícím se světem, nebo jen opakujeme, co jsme zažili doma, přestože cítíme, že to nebylo správné? Ale co, zvyk je zvyk. Proč přemýšlet o něčem, co už někdo dávno vymyslel. Známe to zřejmě všichni. Vždyť nás přece vychovali naši rodiče, naše rodiče prarodiče... a svět pořád funguje. Jenže rozhlédněme se kolem sebe. Funguje ten „nás“ svět tak, jak bychom chtěli?

Jana: „My doma našim neříkáme, že chodíme do nějakých rodičovských kurzů, aby si nemysleli, že jsme neschopní... Naši to s námi mysleli dobře, ale kdyby věděli, jak moc mi ty jejich řeči ublížily! Jak máme svým rodičům říct, že chceme svoje děti vychovávat jinak, než to dělali oni? Jak jim mám vysvětlit, že například svoje dítě nechci trestat a věřím, že i přesto, nebo právě proto, z něj vyroste dobrý člověk? Že naše dcera není nevychovaná, jen ji učíme od malička rozhodovat se...“

Co odpovědět? Naše děti vyrůstají pro budoucnost, vyrůstají v jiných podmínkách než předešlá generace, a kdybychom byli stále stejní jako naši rodiče, svět by asi nemohl jít kupředu. **Jestli má tento svět jít kupředu, nemohou být**

děti stejné jako jejich rodiče. A my rodiče těžko můžeme vychovávat děti současnosti jako v minulém století. Dnešní generace rodičů a prarodičů už měla příležitost svůj svět vytvořit a taky vytvořila. To je „náš“ svět. To nebyl nikdo jiný než my a generace před námi. A přitom už po staletí stále slýcháme: Ty dnešní děti jsou ale nevychované, kam ten svět spěje...

2.

Ty dnešní děti! Ta dnešní mládež!
To my...



„Naše mládež miluje přepych. Nemá správné chování. Neuznává autority a nemá úctu před stářím. Děti odmlouvají rodičům a tyranizují své učitele.“

Myslíte si, že jsou tyto věty povzdechem dnešní generace rodičů, babiček či učitelů? Omyl. Tato slova napsal už před dvěma tisíci lety athénský filozof Sokrates. Na děti a mládež se žehralo odjakživa: *Tato mládež je prohníla skrz naskrz. Mladí lidé jsou zlomyslní a leniví. Nikdy nebudou jako mladí kdysi. Ti dnešní nedokážou zachovat naši kulturu.* (Zdroj: hliněná tabulka v troskách Babylonu stará 3000 let.)

Náš svět dosáhl kritického stadia. Děti už neposlouchají rodiče. Konec světa nemůže být daleko. (Zdroj: egyptský kněz 2000 př. Kr.)

Co je svět světem, předešlé generace vzpomínaly: To za našich mladých let, to bychom si nedovolili. A to je dobře! Že si to dnešní děti dovolí. Že si dovolí dělat věci jinak než jejich rodiče a rodiče rodičů. Dejme dětem šanci jít si po svém, mít možnost stát se lepšími, než jsme my. **Dejme jim kořeny, bezpečí a nabídněme stále otevřenou rodičovskou náruč, ale nechme jim možnost jít vlastní cestou. A vybudujme si s nimi zároveň láskyplný vztah porozumění, vzájemné pomoci, bezpečí a tolerance. Ať si za řadu a řadu let můžeme říct: Naše vnoučata mají ale báječné rodiče... a my jsme byli při tom.**



Vychováváme děti a dovolme jim vychovávat nás.

Snažme se neopakovat chyby, o kterých víme.

Správná výchova dětí od samého počátku stojí méně
než náprava napáchaných škod.

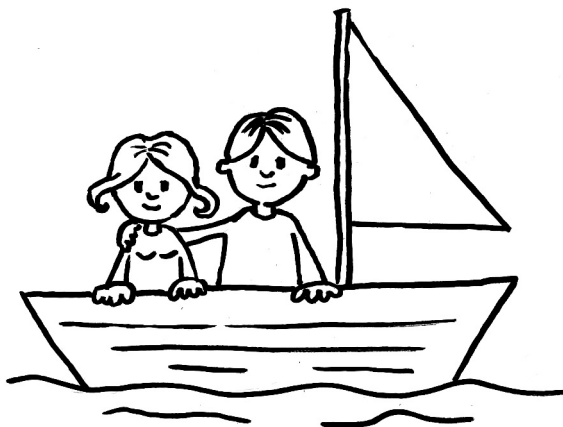
Zapomeňme na přísloví „nehas, co tě nepálí“
a budujme vztahy s dětmi tak, aby nikdy nezačalo hořet!

Investujme do výchovy tělesně, ale i emočně zdravých dětí,
které se jednou stanou zdravými dospělými.

Neříkejme svým dětem, co mají dělat – udělejme
to tak, aby to chtěly samy.

3.

Výchova aneb Rodiče na jedné lodi



„Když se děti narodí, dostanou v porodnici někde tajně návod na rodiče. Ale my nedostaneme nic, a proto jsou děti pořád krok před námi.“