

Ach, tie deti....



A čo my, rodičia?.....

2.časť .: Pár slov o výchove....

Newton vysvetlil, prečo jablko spadne zo stromu na zem. Nevyriešil však oveľa zložitejší problém – ako sa na ten strom dostalo

„ Deti svojích rodičov nikdy veľmi nepočúvajú, zato ich dokážu s náramným úspechom napodobňovať „

James Baldwin

Vydal :

Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Spišskej Novej Vsi

Tlač : Úsmev, reklamná agentúra, Spišská Nová Ves

Rok vydania : 2008

Rodičovská príručka : Ach tie deti..., a čo my, rodičia ?

2.časť : Pár slov o výchove...

© **Doc. Phdr. Eva Šímová, Csc., Ing.Jozef Rešovský**

Kreslený humor, grafická a textová časť : Anna Hojnošová, Jozef Rešovský

Odborný garant : Doc. Phdr. Eva Šímová, Csc.

Recenzenti : MUDr. Mária Murárová, odborníčka pre zdravotnú výchovu

PhDr. Ľubica Mackovjaková, poradenský psychológ

Podakovanie : MUDr.Elene Gajdošovej, riaditeľke RÚVZ Spišská Nová Ves za podporu pri spracovaní, všetkým spolupracovníkom a známym za starostlivé prečítanie materiálu, za ich cenné rady a pripomienky a za súhlas so zverejnením ich osobných príbehov.

Recenzia : Rodičia si želajú bezproblémový vzťah so svojimi deťmi a ich úspešnú budúcnosť, ktoré často vidia ako dôkaz svojich rodičovských schopností. Svoje deti milujú, no často nevedia rozlíšiť, čo je skutočná láska a ako ju svojmu dieťaťu prejaviť, ako mu stavať hranice, aby mu neškodili a aby sa mohli považovať za dobrých rodičov. Aj preto s obavami očakávajú pubertu svojich detí, kedy je ich hlavnou vývinovou úlohou odpútať sa a až sprotiviť si svojich rodičov. Vtedy rodičia najviac zažívajú pocity bezmocnosti, hnevu, strachu o svoje deti, ale aj radosť, hrdosť a úľavu, ak spolu problémy vyriešia, ak ich deti si poradia pomocou hodnôt a pravidiel, ktoré im svojim vzorom sprostredkovali a sami rodičia pri nich zmúdreli a dozreli. Tak o tom všetkom je 2. časť brožúrky pre rodičov, ktorá nadväzuje na 1. časť o rodine, ktorá je základňou pre zdravý vývin detí. Autori opäť použili dialóg rodičov a odborníkov – psychológov, ktorý spestrili skutočnými príbehmi, vtipnými výroky a ilustráciami, čo robí túto brožúrku príťažlivou aj pre laikov.

PhDr. Ľubica Mackovjaková, poradenský psychológ

Recenzia : Neutrpi moja autorita, keď si priznám svoje chyby? Ako a prečo argumentovať? Koľko slobody môžeme dať deťom? Nemôže aj priveľa lásky uškodiť? To sú niektoré z otázok z oblasti problematiky rodičovskej výchovy dospelujúcej mládeže, nad ktorými sa zamýšľala autorský kolektív. V tejto 2. časti príručky, ponúkajú autori širokej rodičovskej verejnosti priestor na zorientovanie sa a osobnú konfrontáciu v danej problematike. Pokiaľ ide všetko dobre, na výchovný proces nemyslíme. Horšie je, keď narazíme na úskalia vo výchove. Cítíme sa osamelo a neisto. Začíname pátrať u priateľov, príbuzných a známych. Listujeme v pamäti, hľadáme kadejaké knihy, príručky, čítame všetko, čo sa domnievame, že nám pomôže nadobudnúť stratenú pôdu pod nohami. V príručke nájdeme na tieto „večné“, nie ľahké otázky erudované odpovede v ľahkom, zrozumiteľnom podaní. Odborné texty sú nadľahčené adekvátnym humorným slovom a obrazom. Príručka uvádza aj užitočné kontakty v danej problematike.

MUDr. Mária Murárová, odborníčka pre zdravotnú výchovu

Obsah :

Strana:

1. Úvodné slovo autorov.....	5
2. Ako sa vlastne buduje rodičovská autorita?.....	5
3. Neutrípí naša autorita, keď si svoje chyby priznáme?.....	6
4. Nespôsobuje snaha za každú cenu udržať si autoritu aj tvrdohlavé trvanie na svojich rozkazoch a zákazoch?	7
5. Čo ešte zvyšuje autoritu rodiča v období dospievania?.....	8
6. Čo ale robiť, keď dieťa odmieta akékoľvek argumenty? Keď len opakuje argumenty ktoré prevzal od svojich kamarátov?!.....	9
7. Je to normálne, že sú medzi rodičmi a dospievajúcimi deťmi spory ?.....	10
8. Prečo vlastne dospievajúci tak často kritizujú dospelých a prečo rodičia tak ťažko znášajú túto kritičnosť?.....	11
9. Koľko slobody môžeme dať deťom ?.....	16
10. Prečo je nevyhnutné kontrolovať detské správanie?.....	19
11. Naozaj bude dieťa napodobňovať všetko, čo robí rodič ?.....	19
12. Hovorí sa, že všetkého veľa škodí. Nemôže aj priveľa lásky uškodiť ?.....	20
13. Ako je to teda s dávaním lásky ?.....	21
14. Ako vlastne dieťa môže poznať, že je milované?.....	22
15. Mnoho rodičov sa bojí prejavovať náročnosť, aby sa to nevnímalo ako nedostatok lásky. Ako sa dá rozlíšiť užitočná prísnosť od škodlivej?.....	23
16. Niekedy sa v diskusiách objaví argument, akoby profesijné ambície ženy zhoršovali jej materské kvality. A naopak, častejšie odmietanie zamestnávať matky s deťmi, akoby diskvalifikovali ženu, ako profesionálku	24
17. Záverečné slovo autorov	25
18. Pár užitočných myšlienok na záver.....	25
19. Užitočné kontakty.....	26

1. Úvodné slovo autorov

„Toto ja svojím deťom nikdy robiť nebudem“ mnohí z nás to hovorili svojim rodičom a teraz to možno počúvame od našich detí. Dnes máme menej času na deti a oni majú menej času na nás. A keď už spolu sme fyzicky, bývame duchom neprítomní. Sme unavení, zavalení starosťami a deti sú „neposlušné“, nevďačné, arogantné a tak zakazujeme, prikazujeme, vyhrážame sa. Lenže potom sa v nás ozve zlé svedomie a tak nakupujeme, sľubujeme, odpúšťame povinnosti. Nakoniec, stačí prehovoriť s kamarátmi, či kolegami v práci, aby sme sa uistili, že problémy sú skoro všade rovnaké. Asi to tak má byť, doba už je taká?! Táto časť vydania je venovaná hlavne rodičom dospelujúcich detí. Nadväzuje na prvé vydanie zaoberajúceho sa otázkami rodiny a i tu sa pokúsime pomôcť radami ako zvládať náročný, ale i radostný proces, ktorému sa hovorí „výchova“. Prajeme Vám pri tom veľa síl a radosti.

Toto ja svojím deťom nikdy robiť nebudem.



„Pravdu majú obidvaja, Tí ktorí veria, že niečo dokážu i Tí, ktorí veria, že nedokážu nič. (Henry Forda)

2. AKO SA VLASTNE BUDUJE RODIČOVSKÁ AUTORITA?

Slovo psychológa : Už **bežná rodičovská starostlivosť** realizovaná s potešením, môže **vzbudzovať obdiv** detí k tomu, čo dokážeme urobiť a vyvolať v nich pocit istoty, že je a bude

Už bežná rodičovská starostlivosť realizovaná s potešením, môže vzbudzovať obdiv detí.



Čo robím? Pred deťmi si nejako predsa musím udržať autoritu!

o nich postarané. Potom tým, ako sa u nás zhoduje realita, ktorú dieťa pozoruje, s tým, čo a ako hovoríme. Ak zvykneme príliš veľa lamentovať nad každou námahou a prácou,

vzbudíme v dieťati skôr dojem, že práca a námaha je čosi zlé - bude sa jej chcieť vyhýbať. Alebo sa v nich vzbudí pocit, že sú nám na ťarchu. Autorita sa buduje aj keď jednoducho každodenne žijeme podľa pravidiel, ktoré vyžadujeme od detí, podľa možnosti, čo najdôslednejšie.

Pravdaže pravidlá aj občas porušujeme - jednoducho nie sme neomylní, ani bez chýb a nedostatkov. Ale keď ich porušíme, mali by sme vysvetliť dôvody výnimiek (ktoré život prináša), alebo priznáme svoje omyly, chyby a nedostatky.

Stalo sa : K nevlastnej dcére som sa správal tak, aby som sa jej zapáčil. V období puberty sa mi s ňou tak ťažko komunikovalo, že som sa jej odhodlal napísať list. Pochopil som, že som sa nemal hrať na niekoho iného, „stačilo“ by ť najlepším, akým dokážem byť. Moja „dcéra“ povedala, že ma ľúbi a mne sa podlomili koliená.

3.NEUTRPÍ NAŠA AUTORITA, KEĎ SI SVOJE CHYBY PRIZNÁME?

Slovo psychológa : U malých detí možno dočasne aj áno. Oni totiž veľmi ľahko uveria, že sme najkrajší, najlepší, najšikovnejší – a aj nás chcú takými mať. Vedia byť veľmi sklamaní. Preto tak často podľahneme pokušeniu predstierať, že sme dokonalí a všemohúci, lenže to sa nám môže kruto vypomstiť v staršom veku dieťaťa, no najmä u dospelávajúceho. On totiž, skôr než si to stihneme všimnúť, veľmi ľahko odhalí naše nedokonalosti, nezhodu slov a činov, a v istom čase má tendenciu priam striehnuť na každú našu biedu. Robí to tým viac, čím viac sa snažíme naše chyby maskovať, zatajiť, alebo predstierať väčšiu kompetenciu, než máme. Ak si dieťa zvykne, že si bez

Stalo sa : Mojej malej dcére som vždy pri prechádzaní cesty zdôrazňovala : „Červená - stojíme, zelená – môžeme ísť“. Raz sme prechádzali na červenú. „Mami, je červená !“ „Ale veď nič nejde“, vravím a ponáhľam sa ďalej. Dcéra začala kričať : „ Ujo policajt, mama ide na červenú ! „ Uvedomila som si, že som porušila pravidlo, ktoré som ju sama učila a narušila som tým bezpečie svojej dcéry.

Ak sa z najlepších síl usilujeme dodržať to čo povieme, je to najlepší základ prirodzenej autority.

problémov priznáme svoje chyby, svoje hranice (toto dokážem, ale toto už

nie, o toto sa môžem pokúsiť, ale iné mi asi nepôjde), bude to veľmi dobrý príklad aj pre neho, ako sa dá vyrovnáť s nedokonalosťami a pritom sa neustále usilovať, aby ich bolo menej. **Ak má dieťa skúsenosť, že to, čo povieme platí a že sa o to z najlepších síl usilujeme, je to najlepší základ prirodzenej autority.**

Stalo sa : Otec išiel so synmi do zoo. Pri vstupe sa opýtal na cenu lístka. „ 40 Sk pre Vás. Deti do šesť rokov zadarmo a nad šesť rokov 20 Sk. Koľko rokov majú chlapi?“ Otec odvetil : „Tri a sedem rokov“. Pokladnička sa začudovala :“ Mohli ste ušetriť 20 Sk, keby ste povedali, že ten starší má šesť, ja by som si to nevšimla.“ Otec odpovedal : „Vy nie, ale deti by si to všimli. „

4. NESPÔSOBUJE SNAHA ZA KAŽDÚ CENU UDRŽAŤ SI AUTORITU AJ TVRDODHLAVÉ TRVANIE NA SVOJICH ROZKAZOCH A ZÁKAZOCH?

Slovo psychológa: Áno, tvrdodhlavým trvaním na rozkazoch a zákazoch sa charakterizuje autokratický, alebo autoritársky rodič.

K tomu pristupujú nezriedka aj tresty, často neprimerané, alebo telesné. Výsledkom býva disciplinované dieťa, možno aj dospelý, ale nie osobnostne zrelý dospelý.

Nebude sa vedieť samostatne rozhodovať, nebude dôverovať vlastným silám, netrúfne si tvorivo experimentovať, ani byť nezávislý od autorít, ani keď budú dobrovoľne prijaté. Inak povedané poslúchne zo strachu kohokoľvek, kto vystúpi z pozície sily.

Stalo sa : Za Aristotelom raz prišiel muž. „ Pri hľadani pravdy som ochotný vzdať sa všetkého, ba i života. Čoho ešte sa môžem vzdať?“ „ Svojho presvedčenia o pravde“ , odpovedal Aristoteles.



Niekoľko perál z úst rodičov :

- Nevieš čo Ti chodí po rozume, ale neopováž sa to urobiť!
- Ak sa dopyčujem, že si sa bil, zmlátim Ťa tak, že budeš modrý!
- Rob to, čo Ti hovorím, nie to, čo robím!
- Sú len dve možnosti. Buď mám pravdu ja, alebo Ty sa mýliš!

Detský dopis : Milý Bože, môj tato si namýšľa, že je ty. Prosím Ťa schlad'ho.

Janko, 11 rokov

5. ČO EŠTE ZVYŠUJE AUTORITU RODIČA V OBDOBÍ DOSPIEVANIA?

Slovo psychológa : Výskumy potvrdzujú, že aj **názory iných** na rodiča sú dôležité. Čo hovorí mama o otcovi, čo hovorí otec o mame, čo hovoria ostatní členovia rodiny o iných? Mnohokrát si neuvedomujeme, akú spúšť môžu narobiť zlomyseľné ohovárania o neprítomných – ale aj bežné dehonestujúce, alebo ironické poznámky povedané zhadzujúcim tónom. Neuvedomujeme si, že sa takto zhadzuje v očiach

Mama hovorí dcére :“ Povedz prosím
Ťa otcovi, aby mi nehovoril stále :
„ Čo si povedala miláčik?,
keď zašteká Azor !“



dospievajúceho aj ten ohovárajúci !
Býva užitočné, ak

Autoritu rodiča zvyšuje aj schopnosť a ochota rodiča argumentovať.

deti zavedieme aj na pracovisko, aby videli, čo tam otec či mama robí, ako sa k nim správajú spolupracovníci, ako si ich tam vážia. Autoritu rodiča zvyšuje **aj schopnosť a ochota rodiča argumentovať.** Dospievajúci má mnoho otázok – často provokačných, pochybovačných, ktorými prejavuje aj svoju vzburu proti našim „samozrejmostiam“. Mnohokrát iba pod vplyvom ich otázok sami zistíme, že nie je všetko samozrejmé, čo sme si doteraz mysleli. Môžeme spolu s našimi potomkami hľadať odpovede, a zistiť, že sa na mnoho vecí dá pozerať z rôzneho hľadiska. Ani zložitejšie otázky nemávajú iba jedinú a jednoznačnú odpoveď a ani problémy nemusia mať iba jeden spôsob riešenia. Preto je užitočné vážne si vypočúť potomkove názory a nápady aj keď sa nám zdajú byť na prvé počutie nezmyselné,



Na zamyslenie :

„Rap“ - prišiel k nám z Ameriky ako hlas ulice. Používa pre nás šokujúce výrazové prostriedky, ale má veľký ohlas a vplyv na mladých ľudí. Ak je to tak, myslíme si, že stojí za úvahu pozrieť sa na neho aspoň na chvíľu iným pohľadom, možno to pomôže lepšie porozumieť dospievajúcim. Ponúkame niekoľko ukážok z textov, posúďte sami :
“... Deriem si svoje dlane, ťažím zo svojej bane, tak to radšej nechaj na mne, na mojom svedomí.
Neuznávam klamanie, nemám talent na hranie...
...Snažím sa vychutnať si život aj keď neni skvelý, idem si za svojim cieľom a neprestávam veriť, že sa mi oplatí veriť, že to márne neni a všetko čo bolo

alebo naivné. Možno spolu prideme na to, že na každom riešení môže byť čosi dobrého aj čosi nedobrého. Autoritu rodiča zvyšuje aj jeho **ochota neustále sa učiť a otvárať sa novému** - aj keď vôbec nemusíme všetko prijímať za svoje. Ak sa ale nad otázkami pohoršujeme, príkro odmietame, ba až trestáme, bez toho, aby sme argumentovali, dospievajúci to môže vnímať ako podceňovanie jeho schopností rozumového uvažovania.

zlé, na dobré sa zmení...

...Chcem počuť tvoj hlas, chcem hladiť ti vlasy,
chcem nájsť svoje šťastie, chcem žiť len z krásy.
Chcem cítiť tvoju lásku, chcem počuť tvoj smiech.

Chcem milovať Ťa, veď to nie je hriech..."

Stalo sa : Nie som fanúšikom rockových koncertov a tak som to zakazoval i mojim dčeram. Ale raz som im kúpil lístky. Po koncerte sa asi okolo polnoci vrátili obidve dnu a vrhli sa mi okolo krku. Stačilo málo a život bol krásny.

6. ČO ALE ROBIŤ, KEĎ DIEŤA ODMIETA AKÉKOL'VEK ARGUMENTY? KEĎ LEN OPAKUJE ARGUMENTY KTORÉ PREVZAL OD SVOJICH KAMARÁTOV?!

Slovo psychológa : Taká situácia sa naozaj vyskytuje v istom období veľmi často.

Dospievajúci podľahne v myslení

S dospievajúcim sa oplatí veľa hovoriť o sporných otázkach.

aj správaní väčšine skupiny, ktorej chce byť súčasťou. Čím menej má sebavedomia, tým viac tomu tlaku skupiny podľahne. Niekedy to vyzerá aj ako súťaženie alebo súperenie rodiny a rovesníckej skupiny. Mnoho rodičov sa zo strachu, že strácajú vplyv uchýli k zákazom - „oni Ťa len kazia, nikam nepôjdeš!“ Takýto zákaz, aj keď sa dôsledne kontroluje, nebýva dlhodobo účinný.

Skôr sa **oplatí veľa s dospievajúcim hovoriť** o sporných otázkach o tom, čo ho priťahuje na názoroch a správaní sa kamarátov,



Prídem neskôr. Vidím, že riešiš domáce záležitosti.

na ich argumentácií. Často sa ukáže, že sú veľmi povrchné, obmedzené, nedostatočne podložené, založené na mýtoch! Ak poskytneme protiargumenty, alebo aspoň nastolíme spochybňujúce otázky, môžeme svojho potomka vyzbrojiť aj do budúcnosti proti ľahkému prijatiu čohokoľvek, čo vyzerá lákavo, alebo, čo je v móde. Ak to robíme pokojne, bez rozčulovania, s ponechaním práva na vlastné rozhodovanie sa, často potomok sám príde na to, že sme mali pravdu. O týždeň, o mesiac, o rok, alebo i viac. Dovtedy **nestrácajte trpezlivosť a nádej!**

Rodič sa často cíti bezmocný a keď sa dieťa dostane do problémov má má tendenciu zvalovať všetku vinu

na zlých kamarátov. Skúsenosť však ukazuje, a potvrdzuje to aj náš výskum, že nie každé dieťa podľahne tým istým kamarátom, tomu istému sociálnemu prostrediu v ktorom sa pohybuje v rovnakej miere a rovnakým spôsobom. Tu sa dostávame k dôležitému momentu, keď je užitočné uvedomiť si od čoho bude závisieť **sila rodiny**, ako takej. **Neurčuje ju iba sila rodičov**

(ich inteligencia, vzdelanie, morálny charakter, pevná vôľa, pracovitosť, osobnostná zrelosť, ich telesné a duševné zdravie – a mnoho ďalších vecí, ktoré sú určite dôležité), **ale aj sila všetkých členov rodiny.**

Stalo sa : Lomcovala mnou puberta. Klamala som, manipulovala, bola som tvrdohlavá, ubližovala som všetkým vo svojom okolí. Keď mi to po čase všetko došlo, nechcela som žiť. Mama ma ale stále ľúbila a stála pri mne napriek všetkému, čo som jej spôsobila. Teraz viem, že neobmedzená láska je najvzácnejší dar, ktorý môžeme dať. Vďaka nej som prežila. Patrila som k tým šťastnejším. Viem...



Na zamyslenie :

Prvé dva roky života učíme svoje deti chodiť a hovoriť. Potom strávime ďalších šesťhasť rokov tým, že im hovoríme nech si sadnú a mlčia.

7. JE TO NORMÁLNE, ŽE SÚ MEDZI RODIČMI A DOSPIEVAJÚCIMI DEŤMI SPORY ?

Slovo psychológa :

Aj v tých najlepších rodinách môže dochádzať

Rodič si chráni sebaúctu a preto môže neprimerane reagovať na kritiku.

ku konfliktom, nedorozumeniam. Práve preto, že rodič si chráni svoju sebaúctu, môže neprimerane reagovať na kritiku, alebo vzdor, alebo neposlušnosť potomka v domnienke, že takéto správanie ho usvedčuje z rodičovskej neschopnosti. Dospievajúci sa zase môže domnievať,



že nároky kladené na neho zo strany rodičov znamenajú

Dospievajúci môžu pokladať nároky zo strany rodičov za nespravodlivosť.

nelásku, nespravodlivosť. Preto je dobré mu vysvetliť, že „ čím viac si ťa vážim, čím viac verím v tvoje schopnosti, tým mám na teba väčšie nároky – pretože viem, že to zvládneš“. Dieťa na ktoré sa nekladú nároky – pravdaže primerané jeho veku a nadaniu – sa nemôže rozvíjať, získať potrebné kompetencie, ale ani získať zdravé sebavedomie, ktoré sa nezachveje ani v náročných životných situáciách. Rodič, ktorý nekladie na dieťa primerané nároky, ktorý bojuje s každým, kto na neho nároky kladie, nemá ho vlastne rád. Podceňuje ho, má strach, že mu urobí hanbu.



„Búrka núti duby hlbšie zapustiť korene.“

Herbert

8. PREČO VLASTNE DOSPIEVAJÚCI TAK ČASTO KRITIZUJÚ DOSPELÝCH A PREČO RODIČIA TAK ŤAŽKO ZNÁŠAJÚ TÚTO KRITIČNOSŤ?

Slovo psychológa: Kritičnosť dospievajúcich vyjadruje rýchlo sa rozvíjajúcu bystrosť ducha, zdokonaľovanie a zrýchlenie poznávacích procesov, šikovný rýchly postreh potomkov, na ktoré sme si my dospelí ešte nezvykli – pretože sme si zvykli myslieť si o sebe, že sme



skúsenejší a múdrejší. Nezbadáme, že naše vnímanie sa spomaľuje, alebo aj vynecháva (preto v počítačových hrách nás beznádejne porážajú), že sa vyjadrujeme, ako sme si zvykli, ale často je to nezmysel, na ktorý naši potomci rýchlo prídu. Dospelí

V rodine s dospelievajúcimi sú dve slnká: tým dospelievajúcim práve začína vychádzať na vrchol, rodičom v strednom veku začína z vrcholu zapadať.

v strednom veku sú zase veľmi zraniteľní, pretože prvý krát v živote si musia uvedomiť, že majú už menej času pred sebou, než za sebou. Fakt, že im deti prerastajú „cez hlavu“ ich doslova usvedčuje z toho, že mladosť je nenávratne preč. Zatiaľ len slabé príznaky starnutia ich niekedy uvádzajú do stresu, najmä ak sa to spojí so strachom o svoju profesionálnu výkonnosť a schopnosť zarábať.

V rodine s dospelievajúcimi sú dve slnká: tým dospelievajúcim práve začína vychádzať na vrchol, tým rodičom v strednom veku začína z vrcholu zapadať. Napätie medzi generáciami je väčšie alebo menšie podľa toho, ako sa dokážeme empaticky vnímať. Naše skúsenosti nás robia opatrnejšími a zmenený svet zvyšuje náš strach o naše deti.



Jéj, oci ! Tvoja prvá odumretá mozgová bunka !

Ich vzrastajúca sila zvyšuje ich odvahu k tomu, aby všetko vyskúšali a pustili sa do dobrodružstva zvaného život.

Čas

Ešte večer ste nám skákali rozjarení priamo do náruče

A v rozprávke sa mihali králi, rytieri, draky, koče

Ale ráno ste už boli príliš veľkí, aby ste to urobili zase

Ste obraz vykúzlenny svetlom, ktorý sa rýchlo mení v čase

*Nedá sa zabudnúť, keď ste roznášali hračky po dome
Keď sme spolu skákali, behali a či sedeli sme na strome
Nosila ste v sebe slnko, Vaša tvár odrážala jeho jas
Osireli stromy, ale Vaša žiara zostala navždy v nás*

*Raz ráno sa prebudíte a budete mužom a či krásnou ženou
Nezistíte, že počas svojho sna ste prešli touto zmenou
To iba my budeme šedivší, ale vďační, že nám život dal
Princa a princeznú a z nás sa stali kráľovná a kráľ*

Na zamyslenie :



Väčšina študentov, ktorí nastupujú tento rok na vysoké školy sa narodili okolo roku 1987. Teda v dobe, keď sme my, ich rodičia maturovali, končili vysoké školy, alebo už zarábali. Oni si nepamätajú komunizmus. Česko je pre nich odjakživa cudzí štát. AIDS pre nich existoval vždy. Nikdy si nepúšťali LP platne! Cédečka sa začali predávať, keď sa narodili. Niektorí dokonca nikdy nevideli čierno-bielu telku. Nedokážu pochopiť, ako niekto mohol žiť bez diaľkového ovládania. A to už nehovoríme o tom, že mobil, PC či internet sú pre nich samozrejmosťou. Je pre nich samozrejmosťou ovládanie cudzieho jazyka a práca v cudzine. Zatiaľ, čo pre nás bol obrázok nahého tela niečím viac, či menej tajomným, oni chodia okolo stánkov naplnených erotickými časopismi a okolo predajní pornografických kaziet. Zatiaľ čo nás ohurovali v novinách najnovšími úspechmi našich pracujúcich, na nich sa valia z novín a televízie škandály, brutalita a pokiaľ možno čo najpikantnejšie správy o našich celebritách a politikoch. Zatiaľ, čo nás nútil systém, aby sme boli čo najmenej nápadní a zapadli do davu, ich systém núti byť čo najvýkonnejšími a hlavne úspešnými, pretože priemernosť sa nenosí. Keď sme nastupovali do práce, o nezamestnanosti sme iba počuli, oni ju zažívajú a to veľmi skoro. Áno, je iná doba, nemáme to ľahké, ale myslíte si, že mladí ľudia môžu byť iní než sú?



„Bud' milý ku každému, koho stretneš, pretože každý bojuje svoj vlastný boj. „
Platón

Dospievajúci majú často „svoj jazyk“. Ponúkame Vám niekoľko výrazov z ich slangu. Možno ste nevedeli, že výraz :

- „**do kabla**“ znamená opiť sa, dať si drogu
- „**hodiť tapetu**“ znamená namaľovať sa
- „**je to husté**“ znamená, že je to super
- „**bol to masaker**“ znamená vydarenú akciu
- „**tlačiť kaleráby**“ znamená oblbovať
- „**traktoristky**“ znamená mužatky
- „**piraňa**“ znamená sexi dievča
- „**muka, soda, sifón**“ znamená nudu
- „**brzda**“ znamená zapíjanie drinku malinovou
- „**neser kocky**“ znamená netáraj

To, že mladí ľudia boli asi vždy trošku iní, nám môže priblížiť i autentický záznam zo školskej kroniky zo **školského roku 1934/1935** :

„Chovanie chlapcov je tak hrubé a drzé, že sa kážeň nedá udržiavať v patričných medziach a na žiadúcej úrovni. Pri výučbe chlapci a dokonca i dievčatá ustavične skáču prednášateľovi do reči, sprevádzajúc takmer každý výrok učiteľov poznámkami hlasite prednášanými. Žiaci sa pri výučbe hádajú, kopú, bijú a trhajú si šaty. Po vypustení zo školy vybehnú z budovy s hurónskym revom sťa divá zver a cestou domov hulákajú a robia výtržnosti... Seba naliehavejšie napomínanie, seba rozumnejšie presvedčovanie nemá na chlapcov účinku.“

Ale život s nimi prináša i mnohé humorné situácie. Prinášame perly zo školských lavíc :



Výroky žiakov:

- W. Shakespeare pochádzal zo stredného Slovenska a pôsobil ako šialenec.
- Pravekí ľudia mali veľmi primitívne nástroje na rozmnožovanie.
- Prvý spisovný jazyk zostavil Anton Bernolák podľa Turkov.
- Učiteľ: Kto bol panovníkom v Rímskej ríši? - Žiačka: Asterix.
- Učiteľka: Ako rozdeľujeme ľudí podľa temperamentu?
Žiak: Na cholerikov, sangvinikov, flegmatikov a astmatikov

- Učiteľka: A teraz nám príde odpovedať nejaký škaredý chlapec. Michal, prečo sa češete? -

Žiak: Aby som bol pekný.

- Učiteľ: Romantizmus prináša postavy ľudových hrdinov. Koho? - Žiak: Xenu.

Výroky učiteľov :

- Mxxx šiel tiež na biblickú olympiádu? Čo tam šiel za bodyguarda?

- Aj ja vydržím dva dni bez hladu.

- Ak sú hento Himaláje, tak ja som Šípová Ruženka s prehadzovačkou.

Poznámky v žiackej knižke :

- Dáva pozor, či dávam pozor, a keď si myslí, že nedávam pozor, tak nedáva pozor...

- Vedomosti vašej dcéry sa rovnajú nule. Pre postup do vyššieho ročníka je potrebné, aby ich minimálne zdvojnásobila...

- Bez vyzvania vybrala na hodine telesnej výchovy kozu a celá trieda cez ňu skákala...

- Svojim spevom úmyselne ruší hodiny spevu.

- Pravidelne chodí do školy nepravidelne.

- Spal na hodine tak tvrdo, že ho neprebudil ani pán riaditeľ, ktorý hrozne funí...

- Žiak E. používa nevhodné slovné spojenia: " Ja to môžem z vysoka.. a trhá mu to žily".

- Žiačka prišla do školy iba s malým ruksačikom, zmaľovaná ako májový plagát. Nemala žiadne učebné pomôcky (kniha, zošit), lebo vraj potom ide hneď do mesta.

- Žiak K. vyrušoval na hodine "skákal na hlave a mával ušami".

- Žiak počas prestávky robí zhyby na krku svojho spolužiaka.

Ale aj my rodičia neostávame pozadu a občas zaperlíme :

- Pán učiteľ, puščice mojoho Karola domu. Umrel mu dedo. Už sa to nestane!"

- Pán učiteľ, puščice ho domu. Mamka leži chorá na divaňu. Ale reálne!!!"

Ďalšie perly nás dospelých (výňatky z obecných podaní):

- Nemám spôsob, ako by som k Vám prišla ústne.

- Protiidúce auto vyšlo na chodník, pričom mi prešlo pravú nohu, čo som nezbadala, lebo som sa pozerala na druhú stranu.

- Mam reumatizmus a štvorročne dieťa, toto je dôsledkom vlhkého bytu.

- S predajom kozy súhlasí aj moja žena, môžete si pre ňu prísť v pondelok.

- Bolo úradne zistené, že menovaný nespáchal násilie, ale tehotenstvo nastalo príležitostne.

- Ten pán úradník, čo mi nechce dať uhlie, by mal u nás spať, aby spoznal, akú mám studenú dieru.

- K úrazu som prišiel, keď som viedol kravu k obecnému býkovi – Janovi Gibikovi.
- Bola zrazená motoricky poháňaným motorom.
- Veľmi Vás prosím, aby som bola do týždňa uspokojená, lebo ináč sa budem musieť obrátiť na verejnosť.

9. KOLKO SLOBODY MÔŽEME DAŤ DEŤOM ?

Slovo psychológa :

Dospievajúci sa domáhajú spravidla väčšej slobody a nezávislosti. Patrí to do charakteristiky tohto obdobia a robia to i v dobrých rodinách, kde sa cítia v bezpečí. Ak to spojíme s dôsledným vyžadovaním zodpovednosti za svoje konanie, môžeme im tú slobodu postupne poskytovať. V takej miere, v akej preukázali, že ju vedia pre seba užitočne využiť.



Budeme Vás musieť odviezť k susedom. Blížia sa Vianoce a to sú sviatky pokoja !

Často sa ma rodičia pýtajú - od ktorého veku možno dievča, chlapca pustiť na diskotéku (do kolkej hodiny), na výlet s partiou, na stanovačku. Potomci často argumentujú: "Iba ja musím tak skoro byť doma, všetci tam môžu, iba ja nie!" Odporúčam skutočne si dať námahu s tým, aby sme tieto argumenty preverili, alebo sa na schôdzach rodičov na nejakých normách dohodli.

Myslím, že tomu svojmu príliš povoľuješ !



Nedá sa tu jednoznačne určiť v ktorom veku koľko slobody treba, alebo koľko jej možno bez rizika poskytnúť. Rodičia veľmi úzkostliví sa obyčajne obávajú všetkých nástrah života, **najradšej by si svoje deti**

Do dospelosti nie je možné nikoho doviest' za ruku. Do dospelosti sa musí každý prepracovať sám.

priviazali k nohe. Zabúdajú, že „do dospelosti nie je možné nikoho doviest' za ruku. Do dospelosti sa musí každý prepracovať sám“ (A. Jurovský 1946).“

Takisto rodičia s potrebou moci a s potrebou ovládať svoje deti, majú tendenciu neposkytovať im slobodu a teda ani príležitosť učiť sa samostatnému rozhodovaniu, učiť sa z vlastných chýb. Obidva typy rodičov sa s veľkou pravdepodobnosťou dožijú toho, že sa proti tomu skôr, či neskôr potomkovia vzbúria. Ak si to deti zo strachu netrúfnu, tak ich budú klamať a podvádzať. Ak sa kladie v rodine, ako najdôležitejšia podmienka lásky poslušnosť, môže sa stať, že ich potomkovia nikdy psychicky nedospejú – z rodičovského domu prejdú do opatery životného partnera, často tiež úzkostného, alebo dominantného. Vzburá proti nedostatku slobody môže mať aj podobu úteku (preč z domu: za humnú, do ďalekej školy, dievčatá niekedy i do manželstva). Tá revolta však môže dopadnúť aj veľmi zle – môžu sa nechať zmanipulovať do rizikového správania.

Poskytovanie slobody však neznamená, že úplne rezignujeme na akúkoľvek kontrolu. **Nedostatok**

akejkoľvek kontroly sa môže vnímať (a aj môže znamenať) ako nedostatok pozitívneho záujmu, nedostatok lásky. Výskumy

*Mám 18 rokov za sebou
Naozaj mám život pred sebou
Keď Ťa ľúbim, prídem za
Tebou, to mi ver!
Mama, nechaj ma už,
predsa som dospelá
Mama, nechaj ma
už predsa žiť
Nie je prvým ani posledným
osudom.“
Slová rómskej piesne*

Poviedka : Muž našiel orech. Kameňom tresol po orechu tak, že z neho ostala len kaša. Z druhého orecha už jadro vyberal opatrne. Premýšľal pri tom nad svojím synom. Dospievajúcim, ktorý sa pri hádke urazil a protestne opustil dom. Pripadal mu ako ten orech. Tvrdá škrupina, ale sladké jadro. Muž sa spoznal v kameni, ktorý udrel nesprávnou silou. Zľakol sa, že dobré jadro necitlivou ranou rozmliaždil. Koľkokrát sa to už stalo. Zo zadumania ho vyrušil známy zvuk brány. Vďaka, jadro prežilo. A muž si dal predsavzatie, že jadro bude dolovať opatrnejšie. **Gabriela Spustová**

potvrdzujú užitočnosť istej miery nepriamej kontroly, ktorá sa prejavuje pozitívnym záujmom o svoje dieťa, skutočnou pozornosťou o jeho zážitky a túžby, empatickým načúvaním tomu, čo nám chce povedať. V tomto sú ale veľké individuálne rozdiely: sú deti prirodzene otvorené, a sú deti, ktoré sú prirodzene uzavreté. Dôležité je, aby sme ich **nikdy neurazili tým, že ich budeme podozrievať z niečoho zlého – dovtedy, kým našu dôveru nesklamú.**

„Ak ma niekto oklame prvý raz, nie je to moja hanba, ale toho, kto to urobil.“ Túto zásadu je dobré aplikovať v rámci rodiny a blízkych priateľov, neodporúčam voči úplne cudzím a neznámym.



„Ide syn na víkend na chatu a v taške má fľašu. „Čo to je?“ , pýta sa otec. „ Svätená voda.“ „Naozaj?, Ukáž! Ale veď to je alkohol! A syn nato:“ Preboha, zase zázrak!“

Istá tendencia k ochrane osobných vecí, tajomstiev je v dospievaní prirodzená a je nevyhnutné ju rešpektovať – nečítať listy, denníky, nevstupovať do ich izby bez zaklopania, a pod. Tak sa aj deti naučia rešpektovať naše súkromné zóny, najmä ak aj manželia to robia vo vzťahu k sebe navzájom. Rodina sa mení časom, tak ako rastú deti, ako sa rozširuje, alebo zmenšuje rodina. Prispôsobovať sa zmenám je nevyhnutné tak, aby sa plnili funkcie rodiny. Aj problémy jednotlivých členov rodiny sa nejako dotknú celej rodiny. Ak sa z ohľaduplnosti v rodine čokoľvek zatajuje, alebo ak sa o niečom nesmie rozprávať, máva to nedobré následky na fungovaní rodiny. Napr. často sa vyskytuje, že dieťa dostane na ústa, keď nahlas povie, ak zbadalo škvrnu na koži, zranenia, krívanie, a pod. Niekedy sa tabuizuje nejaký člen rodiny, ktorý odišiel, „urobil hanbu“ trebárs iba tým, že nesplnil nejaké očakávanie.

Stalo sa : *Náš syn je handicapovaný. Pre nás oboch rodičov to mnohokrát znamenalo odriekanie si a možno i siahnutie na dno svojích síl. Dnes môžem povedať, že to všetko urobilo rodinou silnejšou a harmonickejšou. Nezaobíde sa to ani u nás bez konfrontácií a sporov. Ale jedno vieme určite : To čo prišlo, sme prijali. Naučilo nás to, že ak chceme prežívať pokoj a pohodu, najprv ju musíme sami vytvárať.*

10. PREČO JE NEVYHNUTNÉ KONTROLOVAŤ DETSKÉ SPRÁVANIE?

Slovo psychológa : Cieľom kontroly je bezpečie, teda jedna z funkcií rodiny, ktorá má zabezpečiť bezpečie všetkých členov rodiny. Všetci sa musíme učiť správať sa tak, aby sme sa čo najlepšie vyhli nebezpečenstvu. Dieťa spočiatku nevie rozlíšiť ani vonkajšie nebezpečenstvo, ktoré mu hrozí, ani nebezpečenstvo, ktoré si môže privolať vlastným správaním. Možno naučiť dieťa aby niekam nešlo, nesiahalo, niečo nerobilo, tým, že vždy dostane od nás ponaučenie. Učiť dieťa tomu, aby nerobilo nebezpečné veci (ohrozovať iných, frustrovať potreby iných) je najúčinnnejšie vlastným príkladom. Bez veľkých problémov si tak dieťa osvojí napr. aj hygienické návyky, sociálno - kultúrne (poprosiť, poďakovať, ospravedlniť sa, pozdraviť, a pod.)



Ešte pár riadkov a pôjdem sa pozrieť čo ten náš chemik zase vymyslel.

Dieťa spočiatku nevie rozlíšiť nebezpečenstvá, ktoré mu hrozia.

11. NAOZAJ BUDE DIEŤA PRIRODZENE NAPODOBŇOVAŤ VŠETKO, ČO ROBÍ RODIČ ?

Slovo psychológa : No, aj keď sa to najmä u malých detí zdá, že všetko napodobňujú, najmä neskôr si bude dieťa aj vyberať, čo chce a čo nechce napodobňovať, ale aj to čo môže a čo nemôže. (ťažko sa napodobňuje správanie, ku ktorému nemám isté vrodene dispozície). Nie vždy získa dieťa vrodenu výbavu od rodiča toho istého



Drahý, vieš kde sa mi podeli všetky moje šminky ?

Snaha napodobňovať rodiča závisí aj od vzájomného citového vzťahu.

pohlavia, ale očakáva sa to od neho, že sa bude správať ako otec, ako matka.

Snaha napodobňovať rodiča (okrem podobných vrodenných vlastností a dostatku príležitostí pozorovať ho v nejakej aktivite) závisí aj od vzájomného pozitívneho citového vzťahu (nechce sa mi napodobňovať niekoho, kto mi ubližuje, kto mi neimponuje, kto nemá autoritu, lebo takému sa nechcem podobať).

12. HOVORÍ SA, ŽE VŠETKÉHO VEĽA ŠKODÍ. NEMÔŽE AJ PRIVEĽA LÁSKY UŠKODIŤ ?



„Láskou a pravdou sa nedá nič pokaziť.“, Z Matějček, psychológ

Slovo psychológa : Jeden z najrozšírenejších mýtov je, že priveľa lásky môže aj škodiť. Nevieme dosť dobre rozlíšiť, čo je prejavom **skutočnej lásky**.

Skutočná láska prospieva dieťaťu aj dospelým.

Predovšetkým to, čo skutočne prospieva dieťaťu aj dospelým. Nie to, čo si myslíme, že potrebuje. A zase naopak, to čo škodí, nemôže byť láska.

Keďže si často myslíme, že niečo robíme z lásky a potom sa to ukáže ako škodlivé, vzniká tento rozšírený mýtus, že priveľa lásky škodí.

Nechce sa nám pomaly a do nekonečna opakovať s dieťaťom nejaké návyky alebo spôsobilosti, ako je obliecť sa, odpratávať hračky, písať domáce úlohy – tak to radšej rýchlejšie urobíme za dieťa. Ak **robíme čokoľvek z toho, čo už môže robiť dieťa, neumožníme**, aby v ňom rástol pocit **nezávislosti**

sebestačnosti a zdravé sebedovetomie. Toto nazývame potom „priveľa lásky?“

Poviedka : Človek pozoroval motýľa ako sa snaží dostať cez malý otvor v kukle.

Rozhodol sa, že motýľovi pomôže a kuklu otvoril. Motýľ vyliezol, ale mal slabé telo a scvrknuté krídla. Nikdy nebol schopný lietať.

Človek neporozumel, že kukla a zápas motýľa s ňou, bol prirodzený spôsob, ako dostať tekutinu z tela do jeho krídel, aby bol schopný lietať. Niekedy je zápas presne to, čo v živote potrebujeme.

Ak dieťaťu nevenujeme chápacú pozornosť, keď príde s problémom, ktorý má s učiteľkou, alebo so spolužiakom a bojí sa priznať si vlastný podiel na konflikte, bude mať tendenciu **zvaliť všetku vinu na iných**, aby sa ochránilo. Taký postoj mu **nepomôže problém riešiť** ani v budúcnosti, resp. mu predísť. Ak máme tendenciu **vždy hľadať vinu iba u dieťaťa**, je to **ešte horšie**, pretože sa bude snažiť získať lásku o ktorej si myslí, že ju nemá. Keď máme tendenciu všetko riešiť z pozície moci „však ja to s ním vybavím!! “ **naučíme dieťa spoliehať sa iba na rodiča** a nie na vlastné sily a to mu môže ostať až do dospelosti. Dať dieťaťu toľko jedla, resp.

Láska je rovnováha medzi prijímaním a dávaním.

také jedlo, alebo pitie, čo poškodzuje jeho zdravie, nie je prejavom lásky (je to často snaha sladkosťami ho uspokojiť – niekedy sa doslova zbavíť jeho dobiedzania). Alebo, ak nedokážeme dôsledne kontrolovať detské správanie, aby neškodilo sebe, alebo iným, často to robíme z pohodlnosti, nie z lásky. Ak ho kontrolujeme príliš a jeho veku neprimeraným spôsobom, často to robíme z vlastnej potreby moci, z ješitnosti - ani to nie je láska. **Láska je rovnováha medzi prijímaním a dávaním.**

Každý dáva to, čo môže a toľko, koľko má síl. Ak rodičia iba dávajú a deti iba prijímajú, nenaučia svoje deti dávať. Ak rodičia dávajú viac než môžu, nemajú z toho radosť a tak nenaučia svoje deti radosť z dávania. Ak v rodine ktokoľvek parazituje na ochote niekoho dávať, pôsobí to ako veľmi zhubný príklad pre nezrelých

Stalo sa : Život mojej mamy bol drinou pre nás. Žila v presvedčení, že žena je tu na to, aby slúžila všetkým ostatným. Vždy nám dala všetko zadarmo a teraz videla, ako moji bratia zaobchádzajú zo svojimi ženami. Naučila ich to a bolo jej z toho nanič ! Pred smrťou som jej musela sľúbiť, že nepôjdem jej cestou.

členov rodiny. Takže ani krajne sa obetujúca matka, ktorá všetkých obsluhuje, prvá vstáva, posledná ide spať, nikdy nemá voľno nie je ideálna, pretože si pestuje okolo seba príživníkov, ktorí to o sebe ani nevedia.

13. AKO JE TO TEDA S DÁVANÍM LÁSKY ?

Slovo psychológa : Ďalší mýtus o láske vyjadruje predstavu, že láska je dávanie, ktoré sa raz vyčerpá, alebo, že láska nás môže vyčerpať.

Aj deti majú takú predstavu, že keď sa narodí ďalšie dieťa do rodiny, že sa im dostane menej lásky. Alebo ako sa vedia hnevať, keď sa ich roky osamelá matka zamiluje. Boja sa o jej materskú lásku. Nevedia, že množstvo lásky závisí od schopnosti milovať. **Dávaním lásky ju súčasne prijímame, dokonca i vtedy, ak nie je opätovaná.**

Dávaním lásky ju súčasne prijímame.

14. AKO VLASTNE DIEŤA MÔŽE POZNAŤ, ŽE JE MILOVANÉ?



„Láskavou rečou môžeš ovládnuť mamuta aj s chlpmi.“ Kášífi

Slovo psychológa : Nežné dotyky (aj pri bežnej hygienickej starostlivosti) sú nevyhnutné najmä v najútlejšom veku dieťaťa. Postupne však školák a najmä dospelávajúci môže naše nežné maznanie sa odmietnuť, ak to považuje za znak, že my ho stále považujeme za malé dieťa.

V každom veku patrí radostný úsmev k darom lásky.

Zato v každom veku patrí radostný úsmev k darom lásky. Z vlastnej skúsenosti môžem uviesť, keď som v čase starostlivosti o tri malé deti - sústredená na množstvo činností, ktoré bolo treba urobiť - sa zabúdala na deti usmievať. Deti mi to pripomenuli: „Mamička, nakreslím ti úsmev“ a svojou rúčkou mi upravili tvár. Pripomenulo mi to, čo je pre nich dôležité.

Uznanlivý pohľad, akým oceníme akékoľvek konštruktívne úsilie, je nutným prejavom lásky. **Láska teda znamená prejavenie pozitívneho záujmu o človeka, o to, čo hovorí, čo cíti, čo a prečo robí.**

Pozorujme sa: máme vo zvyku sa priamo pozrieť na prichádzajúceho člena rodiny a s úsmevom ho privítať? (tak ako sa náš pes, ak ho máme, kývaním chvosta ide potrhať od radosti, že sme prišli domov!). Napr. aj ako často, ako dlho sústredíme pozornosť na dieťa

Chlapec z detského domova :

„Na darčekoch mi nezáleží. Ja túžim po tom, aby ma mal niekto rád, aby mi to nahlas povedal, objal ma“.

- čo robí, prečo robí to, čo robí, ak robí niečo nedobré, ako mu pomôcť, aby sa to viac nevyskytlo. U väčších detí sa snažíme porozumieť tomu, čo a prečo niečo robí, poskytnúť mu čo najviac informácií (ale aj pozornosť k tomu, aby sme si všimli, ako naše informácie pochopilo, aké city v ňom

vyvolali) aby sa mohlo nabudúce lepšie rozhodovať. **Prejaviť pevné presvedčenie, že nabudúce už sa iste lepšie rozhodne, iste sa vyhne takým chybám a omylom, je dôležitým prejavom lásky, bez ktorého dieťa nemá šancu sa polepšiť.** Tu je dôležité nielen to, čo hovoríme, ale aj akým **tónom**. Dospievajúci sú zvyčajne precitliveli najmä na nadávky a ponižovania, ale aj iróniu a kritiku (aj oprávnenú) pred svedkami.

Snaha porozumieť svojmu dieťaťu a ochota učiť sa aj od neho je jedna z najoceňovanejších prvkov rodičovského správania sa u dospievajúcich. Vtedy cítia, že sú milovaní. Ale **snažiť sa dieťaťu porozumieť neznamená, že mu aj všetky činy schválime!** Ak súčasne trváme na dodržiavaní princípov, na tom, aby dieťa napravilo čo spôsobilo, alebo znášalo následky svojich činov, pomáhame mu stať sa zodpovedným. **Nároky prejavené voči dieťaťu, spôsobom dôvery v ich schopnosti sú teda tiež prejavom rodičovskej lásky!**

15. MNOHO RODIČOV SA BOJÍ PREJAVOVAŤ NÁROČNOSŤ, ABY SA TO NEVNÍMALO AKO NEDOSTATOK LÁSKY. AKO SA DÁ ROZLIŠIŤ UŽITOČNÁ PRÍSNOŠŤ OD ŠKODLIVEJ?



„ Jedna z vecí, ktorých sa zbavíte najťažšie je vľúdnosť, lebo Vám ju zvyčajne vráti. Ortman

Slovo psychológa : Pri kladení nárokov je rozhodujúci tón. Ak je výhražný, plný chladu alebo zlosti, ťažko uverí, že to robíme z lásky. Veľmi záleží na skutočnej motivácii rodiča. Prečo ho trestám? Aby som sa nehanbil pred susedmi, alebo učiteľmi? Prečo mám na neho vysoké nároky? Aby som sa mohol

Pri kladení nárokov je rozhodujúci tón.

chváliť, že mám dieťa so samými jednotkami? Tieto motívy neznamenajú lásku. Láska je aj vtedy, keď sa mu snažíme vstúpiť disciplínu, čo najviac vecí ho naučiť tak, aby porozumelo prečo je dobré to, či ono vedieť, či urobiť. Ak sa naučí postupne porozumieť sebe, začne sa aj snažiť sebaovládať, myslieť na svoju pozitívnu budúcnosť - o ktorej by sme nemali **nikdy zapochybovať !** Je možno povedať, že úsilie, ktoré rodičia

vynaložia na dobrú výchovu je lepším prejavom lásky, ako úsilie, ktoré vynakladajú na materiálne zabezpečenie svojich potomkov.

Na zamyslenie :



- Otec sochára Rodina tvrdil : „ Mám syna idiota „
- Winston Churchill prepadol v šiestej triede.
- Isaac Newton mal na základnej škole veľmi zlý prospech.
- Učitelia Thomasa Edisona tvrdili, že je príliš hlúpy.
- Alberta Einsteina učiteľ opísal ako chlapca „ duševne zaostalého, nespoločenského, a stále unášaného svojimi hlúpymi snami.“
- L.N.Tolstého vyhodili z vysokej školy. Chýbali mu vraj „ schopnosti a vôľa učiť sa.“

16. NIEKEDY SA V DISKUSIÁCH OBJAVÍ ARGUMENT, AKOBY PROFESIJNÉ AMBÍCIE ŽENY ZHORŠOVALI JEJ MATERSKÉ KVALITY. A NAOPAK, ČASTEJŠIE ODMIETANIE ZAMESTNÁVAŤ MATKY S DEŤMI, AKOBY DISKVALIFIKOVALI ŽENU, AKO PROFESIONÁLKU.

Slovo psychológa: Schopnosť poskytovať materskú lásku získavame z najranejšej skúsenosti od svojej matky, ak sme sa cítili ako deti milované. Nie je rozhodujúce, či to bola biologická, alebo náhradná matka. S veľkou pravdepodobnosťou budeme aj my schopné takejto lásky. Ak je to inak - musíme sa takejto láske učiť.

Vstupom do zamestnania sa materská láska neznehodnocuje, ani nezmenšuje. Zladenie dvoch rolí – profesijnej a rodinnej – je vec času, miery, spolupráce všetkých členov rodiny a sociálnej opory v širšom sociálnom prostredí. Psychologicky je opodstatnené prerušiť profesijnú prácu minimálne na jeden rok, prípadne na tri roky (veľmi to závisí aj od ďalších okolností). Po troch – štyroch rokoch je dieťa väčšinou schopné istý čas stráviť aj mimo kontaktu s matkou. Pred vstupom do školy sa ukazuje už nutnosť aspoň jeden rok stráviť v predškolskom zariadení. Počas dochádzky do základnej

Vstupom do zamestnania sa materská láska neznehodnocuje.

Psychologicky je opodstatnené prerušiť profesijnú prácu minimálne na jeden rok.

školy tiež nie je nevyhnutná trvalá prítomnosť matky v domácnosti. Ideálna by bola práca na polovičný úväzok. V období dospievania je už dokonca dobré, ak je matka zamestnaná, aby svojim prílišným pripútaním sa k potomkom nebrzdila ich snahu po nezávislosti a osamostatnení. No a brániť v nezávislosti mladým dospelým patrí už do vyslovene škodlivých aktivít, aj keď sa to nazýva „láskou“.

17. ZÁVEREČNÉ SLOVO AUTOROV

Jedno české príslovie hovorí : „ **Ak chceš med, neprevrhni úľ** “. Svet sa natoľko mení, že z jeho stability je ťažko čerpať nejaké istoty. Sebaistotu je nutné hľadať u seba a u blízkych,

Znakom veľkorysosti je to, ak vraciam viac než sme dostali a znakom múdrosti je poznanie, že nakoniec sa to všetko vráti nám.

na ktorých sa možno spoľahnúť. Tým, že môžeme pomôcť deťom, pomáhame i sebe. Určite nezískame nehynúcu vďačnosť detí, tá je po storočia záležitosťou dosť krehkou a vrtkavou, môžeme si ale prežiť pocit "štafetovej pomoci". Tým, čo dnes robíme, splácame to, čo nám bolo poskytnuté kedysi. Znakom veľkorysosti je to, ak vraciam viac než sme dostali a znakom múdrosti je poznanie, že nakoniec sa to všetko vráti nám.

18. NA ZÁVER VÁM PONÚKAME V SÚHRNE NIEKOĽKO MYŠLIENOK O KTORÝCH SI MYSLÍME, ŽE VÁM MÔŽU BYŤ INŠPIRÁCIU PRI VÝCHOVE :

- **starajte sa, aby ste sami boli šťastnejší - ale nezabudnite to priniesť svojmu dieťaťu**
- **to najkrajšie a najdôležitejšie dávajú rodičia svojmu dieťaťu, keď s nim jednoducho zdieľajú svoj život**
- **ak sa z najlepších síl usilujeme dodržať to čo povieme, je to najlepší základ prirodzenej autority**
- **už bežná rodičovská starostlivosť realizovaná s potešením, môže vzbudzovať obdiv detí**

- autoritu rodiča zvyšuje aj schopnosť a ochota rodiča argumentovať
- s dospelavajúcim sa oplatí veľa hovoriť o sporných otázkach
- pri kladení nárokov je rozhodujúci tón
- dospelavajúci môžu pokladať nároky zo strany rodičov za nespravodlivosť
- do dospelosti nie je možné nikoho doviest' za ruku. Do dospelosti sa musí každý prepracovať sám
- učiť dieťa tomu, aby nerobilo nebezpečné veci (ohrozovať iných, frustrovať potreby iných) je najúčinnnejšie vlastným príkladom
- skutočná láska prospieva dieťaťu aj dospelým
- vstupom do zamestnania sa materská láska neznehodnocuje
- v každom veku patrí radostný úsmev k darom lásky
- dávaním lásky ju súčasne prijímame
- láska je rovnováha medzi prijímaním a dávaním
- pokúste sa v rodičovstve nachádzať zábavu, radosť a poučenie. Proste si to v tom dobrom slova zmyslu užite

19. Niekoľko užitočných kontaktov :

V závere predchádzajúcej časti sme Vám ponúkli niekoľko užitočných kontaktov. **I tu Vám ponúkame ďalšie užitočné kontakty :**

Fenestra, komplexné služby pre obetiam násilia páchaného na ženách, Košice
od 9.00 –17.00: 055/625 6237 a non-stop: 0905 204 414

fenestra@fenestra.sk, www.fenestra.sk

Pro Familia

komplexné služby pre obetiam násilia páchaného na ženách, Humenné
057/7757773 alebo 057/7754417, profamiliahe@nextra.sk

Pro Familia, Krízová linka a poradňa, sociálne, psychologické a právne
poradenstvo Martin , 043/4220853, profamiliamt@nextra.sk

Aliancia žien, Krízová linka a poradňa, sociálne, psychologické a právne
poradenstvo, Bratislava, 0903 519 550, aliancia.zien@internet.sk

Podisea, Krízová linka a poradňa, B.Bystrica, 0905316162, podisea@centrum.sk

Organizácie poskytujúce pomoc obetiam násilia - Bratislava

Brána do života_ubytovanie, sociálne a psychologické poradenstvo

02 / 6241 04 68-9 , branadozivota@post.sk

Centrum Nádej (OZ Pomoc ohrozeným deťom)

ubytovanie, sociálne, psychologické a právne poradenstvo

02 / 6224 9914, 6224 7887, 0905 463425, nadej@gtsi.sk

Detské centrum Klúčik

ubytovanie s utajenou adresou, poradenstvo externe podľa potreby

02 / 5441 1461, 02 / 6345 2030, 0904 / 609 247, ozdck@centrum.sk

Detský fond SR, poradenstvo, 02 / 4333 7825

Krízové centrum rodiny Slonad, poradenstvo, 02 / 5441 5991, 5729 7245

Labyrint, 02 / 45524288

Nadácia pomoc deťom v ohrození, materiálna, finančná a právna pomoc

02 / 5931 7185, www.pomocdetom.sk

Návrat Bratislava, poradenstvo, 02 / 5244 4361, 02/5249 9276

Pomoc obetiam násilia

poradňa v pondelok, utorok, štvrtok 14:00 - 18:00, Bezručova 6, 02 / 52 93 21 94

www.pomocobetiam.sk, linkapomoci@stonline.sk

Západné Slovensko

Áno pre život n. o.

ubytovanie, sociálne, psychologické a právne poradenstvo, duchovná podpora

Rajecké Teplice, 041 / 5494 950, 041/5498 094, apz@nextra.sk

Azylový dom Emauzy (Križovatky n.f.)

ubytovanie, sociálne, psychologické a právne poradenstvo, duchovná podpora

Holíč, 034 / 668 3110 alebo 0907 / 899 271, krizovatky@ba.telecom.sk

Centrum prevencie a pomoci Dafne

pomoc obetiam obchodovania s ľuďmi a obetiam domaceho násilia - socialne

poradenstvo a navrat obeti do vlasti, Žilina, 041/7631 222

unia.dafne@caramail.com

Centrum pre rodinu ,poradňa, Trnava, 033 / 5513 737

Gradus ,poradňa, Žilina, 041 / 5622 175

Návrat Žilina, poradňa, Žilina, 041 / 7234 273

Pomoc deťom v kríze, poradňa, 041 / 5682 509

Detské krízové centrum Náruč ,poradňa, Žilina, 041 / 5166 543-4,0905/988 800
naruc@nextra.sk

Pomoc obetiam násilia, štvrtok 14:00 - 18:00, Trnava, Trhová 2, 0907 380 642
www.pomocobetiam.sk

Slonad – Centrum Slniečko n.o.

ubytovanie, sociálne, psychologické a právne poradenstvo, (špecializácia na deti)
Nitra, 037 / 6585 190, 037 / 658 5222, centrumslniecko@post.sk

SKC Dotyk, komplexné služby obetiam dom.násilia, Beckov
032 / 7777 216, 0904/172 389, 0908 / 714 762, 0908/ 207230

Ženy Kysúc - Maják pre ženy, n.f., poradňa, termín po dohode, Čadca
041 / 4334 898 , fax 433 48 98, zeny_kysuc@nextra.sk

Stredné Slovensko

Krízové centrum Slonad – Srdiečko, Banská Bystrica, 048 / 4135 502, 4131 336

Návrat Banská Bystrica, 048 / 4143 897

Pomoc obetiam násilia, štvrtok 14:00-18:00, Banská Bystrica, Dolná Strieborná2
0905 308 683, www.pomocobetiam.sk

Východné Slovensko

Krízové centrum Mymamy, poradňa, Prešov, 051 / 7722 211, 0903 / 617065,
apolonia.s@centrum.cz

Návrat Prešov, Prešov, 051/7737189, 051/7711679

Pomoc rodine, Michalovce, 056/6884473

Krízové linky

Linka pomoci obetiam násilia

pondelok – piatok, 10.-14., 16.-19. hod., inak záznamník
informácie o službách pre obeť trestných činov a prístupe k nim na celom území
SR, 0850 / 111 321, linkapomoci@stonline.sk, www.pomocobetiam.sk

Policajná linka dôvery, nonstop, 02 / 55571110

Detská linka záchrany , dispečing Bratislava, 0800 / 123232

Detská linka záchrany, Banská Bystrica, 0820 / 434 343