

AKO VYCHOVÁVAME SVOJE DETI ②

OTEC A DCÉRA, OTEC A SYN

Minulý mesiac sme sa zamýšľali nad tým, ako rozdielne vplyvajú na deti otec a mama. Tiež sme si rozobrali, aké rozdiely panujú vo vzťahu mama a dcéra, mama a syn, a to tak zo strany matky, ako aj zo strany detí. Správne tušíte, že inak to nie je ani pri otcoch. Ako otec vplyva na dcéru a ako na syna, čo formuje ich vzájomný vzťah, o tom sme sa opäť rozprávali so psychologičkou Mgr. Denisou Maderovou, ktorá pracuje s deťmi aj dospelými v zdravotníckom centre Hippokrates a v súkromnej psychologičkej poradni Sunrise v Bratislave.

Hovorí sa, že každý otec túži po synovi, no svoje otcovstvo si naplno vychutná až pri dcére. Ktovie, či to platí naozaj na všetkých mužov, no fakt je, že vzťah otca a dcéry je výnimočný. A je na škodu, keď otec nevie, ako veľmi môže ovplyvniť jej život.

OTEC JE PRVOU LÁSKOU DCÉRY

V živote každého dieťaťa otec začína zohrávať dôležitú úlohu najmä od troch rokov, lebo dovtedy je dieťa viac naviazané na matku. „V oidiopálnej fáze sexuálneho vývoja, teda vo veku od 3 do 6 rokov, sa dcéry do svojich ockov zamilúvajú. Otec je prvou láskou dcéry, preto má v jej živote dôležité postavenie. V tomto veku dievčatá potrebujú byť s otcom v úzkom v kontakte, sú rady, keď ich vezme na ruky alebo pred otcom tancujú, aby získali jeho pozornosť a lásku. Jednoducho, potrebujú, aby si ich otec všimol. Zároveň si otecko začína svoje otcovstvo pri dcére viac užívať, ich vzťah sa prehĺbuje, trávia spolu viac času pri hrách. Otec začína byť na dievčatko pyšný a hrdý, za nič by ju nedal, je to jeho princezná. A tak je to správne. Dcéra by v tomto veku mala byť otcom milovaná a obdivovaná. No v primeranej miere. Ak by tam totiž boli nejaké nenaplnené sexuálne túžby otca, pretože má napríklad problém vo vzťahu s manželkou, tak hrozí nebezpečenstvo, že ich môže nevedomie prenášať na dievčatko, čo potom môže vytvárať silnejšiu väzbu. A vtedy už dcéra môže byť otcom nechtiac emocionálne a citovo zneužívaná. Výsledok je, že sa na otca príliš naviaže a keď bude staršia, ťažko sa bude od neho odpútať. V dospelosti potom môže mať problém nájsť si primeraného partnera, lebo bude mať pocit, že nikto nie je lepší ako otec,“ hovorí psychologička Mgr. Maderová.

Ako sme spomínali už pri vzťahu mama a syn, aj pri vzťahu otec a dcéra platí, že ich láska musí byť čisto platonická a nesmie mať žiadne sexuálne podtóny.

DCÉRA POTREBUJE OTCOVU POZORNOSŤ

Dcéra teda túži po pozornosti otca. Čo však v prípade, ak ju nedostáva?

„Keď si otec dcéru nevšimá, keď od neho nepočuje slová ako – *Si šikovná a krásna*, v dospievaní nenadobudne o sebe pozitívny obraz, prirodzené sebavedomie a pocit *som pekná žena*,“ upozorňuje psychologička Mgr. Maderová.

Zároveň ale hovorí, že ideálny nie je ani presný opak – čiže prehnaná pozornosť zo strany otca. „Keď sa otec v dcére doslova vidí a za všetko ju chváli, neustále jej hovorí – *Si úžasná, najlepšia, najkrajšia...*, dievča bude takúto pozornosť vyžadovať od mužov aj v dospelom veku, prípadne bude mať problém nájsť toho „pravého“, pretože žiadny muž nebude ako otec. Vo všeobecnosti deti fungujú tak, že keď si ich rodičia nevšimajú, začínú robiť niečo, aby na seba upúťali pozornosť, začínú sa predvádzať. A keď potom rodičovskú pozornosť získajú, tak si to v hlávke spoja, že divadielko jednoducho zaberá. Preto je dôležité, aby pozornosť rodičov bola prirodzená, aby sme si dieťa nevšimli len vtedy, keď sa predvádza. Ale skôr naopak, aby sme ho prípadne pri predvádzaní včas stopli. Napríklad otec dcérke povie – *Vidím, že pekne tancuješ, je to krásne, ale už stačí.*“

PORADIŤ ÁNO, KRITIZOVAŤ NIE

Otec zohráva dôležitú úlohu v sexuálnom vývoji dcéry aj vo veku 11 a 12 rokov až do dospievania. Aj vtedy je pre dievča dôležité, aby ocenil jej krásu. Psychológovia upozorňujú, že nevhodná kritika zo strany otca môže vážne zraniť sebavedomie dcéry, dokonca sa môže podieľať aj na rozvoji porúch potravy, najmä bulimie.

„Otcovia by sa v tomto období určite mali zdržať kritiky, ktorá sa týka výzoru, postavy alebo krásy. Dievčatá sa v tomto veku prudko vyvíjajú a vplyvom hormónov sa začínajú zaokrúhľovať, ich telo nadobúda ženské tvary a viac sa obalujú tukom. Väčšinou je to len prechodné obdobie, počas ktorého je dievčina guľatejšia, neskôr zase zoštíhlie. No je nesmierne dôležité, aby ju otec preto neponižoval a nevyčítal jej, že je silnejšia. Skôr ju môže nepriamo povzbudzovať k pohybu alebo športu. A mal by jej dať najavo, že ju má rád takú, aká je. Prípadne, keď sa dievča samo v tomto období vníma negatívne, lebo vie, že nemá ideálnu postavu, otec by ju mal povzbudiť, že sa mu napriek tomu páči a keď bude chcieť, môže s kamarátkami chodiť tancovať alebo športovať a postavu si vyformuje. Otec by mal byť dcére vždy oporou a dodávať jej sebavedomie,“ konštatuje psychologička Mgr. Maderová.

Keď je dcéra v puberte a už sa jej začínajú páčiť chlapi, otec by na ňu nemal žiarliť, nemal by jej zakazovať prvé vzťahy či robiť nejaké scény. „Mal by vedieť, že keď dievča dospieva, potrebuje ochranu otca. Dobré jej padne, keď vie, že otcovi na nej záleží, že má o ňu strach, aj keď povie – *Ak ti ten chalan niečo urobí, nohy mu dolámem!* Dcéra v tomto veku potrebuje mať pocit, že otec za ňu primerane zabojuje, potrebuje jeho podporu.“

KEĎ V RODINE CHÝBA OTEC

Dnes je bežné, že otec v rodine chýba. Moja kamarátka vychováva dcéru od malička

Zdôrazňuje, že rola otca je dôležitá pre dcéru z hľadiska vnímania sa ako ženy. „Dievčatko sa samo seba začne páčiť aj vďaka tomu, že sa páči otcovi. Ale dôležité je aj to, aby dcéra vedela, že nemôže mať ocka len pre seba, že on je partnerom jej mamy. Keď s tým má problém, je na otcovi, aby jej to citlivo a primerane veku vysvetlil. Stačí povedať – *Mám ťa veľmi rád, si moja dcéra a vždy to tak zostane. No keď budeš veľká, nájdeš si k sebe muža tak, ako ja mám maminku. Lebo ja ju ľúbim, máme sa radi a moja láska k tebe je iná. Ty si moja dcéra, maminka je moja žena a takto to aj vždy bude.* Jednoducho, ak majú rodičia pocit, že dievčatko je na otca príliš naviazané a má snahu akoby vytesniť matku a nahradiť ju v jeho živote, treba sa s dcérkou porozprávať, aby sa neskôr od otca prirodzene odpútala a nemala problém s partnerskými vzťahmi.“



bez otca, ktorý nemá záujem sa s ňou ani stretávať, a dievčatko veľmi inklinuje k chlapcom. Má málo kamarátok, najradšej je v skupinke spolužiakov, hráva s nimi futbal, chodí s nimi po škole von. Rovnako sa správa aj dcéra inej kamarátky, ktorej otec zomrel pred tromi rokmi. Doslova zapára do chlapcov, len aby si ju všimli. Sú to výnimky alebo je takéto správanie bežné?

„Samozrejme, pre dieťa je najlepšia úplná rodina. No keď sa stane, že otec v rodine nie je, matka sa nemusí báť, že by to bola nejaká katastrofa, lebo predpokladáme, že vždy sú tam nejakí mužskí rodinní príslušníci – starý otec, brat mamy, krstný otec, takže dievčatko si medzi nimi tú mužskú rolu nájde. Alebo si rolu otca hľadá v bežnej spoločnosti, napríklad, keď má trénera na krúžku. Skrátka, prirodzene si hľadá mužskú autoritu a naozaj sa môže stať aj to, že keď jej chýba, tak bude vyhľadávať mužskú spoločnosť. Aj preto je dobré, keď mama nezostane po rozvoďte sama, ale nájde si partnera. Mnohé ženy sú však po rozvoďte také sklamané, že zanevrú na mužov a povedia si, že sa už budú venovať len dieťaťu. Nie je to celkom dobré pre ne ani pre samotné dieťa. Zbytočne naň totiž prenášajú emočný náboj nespokojnosti. A často dieťaťu nevedomky prisúdia aj partnerskú rolu. Výsledkom je, že dieťa má na svojich pleciah naložené viac, pretože mamina je sama a cíti sa osamelá. Žena si to ani nemusí uvedomovať, dokonca aj keď sa to snaží sama v sebe regulovať, dieťa to cíti. Platí, že keď je žena spokojná sama so sebou, partnera nechce a venuje sa dieťaťu, tak dieťa môže byť spokojné s tým, že má len mamu a posilní sa tým závislú väzbu od nej. No zároveň, keď mama cíti, že nechce byť sama a pre svoju spokojnosť potrebuje partnera, nech si túto potrebu prirodzene naplní a dieťa tak získa aj mužský vzor otca, na základe ktorého si môže odžiť to, čo sa v detskom veku s mužom odžiť dá, aj keď to nebude priamo jeho biologický otec. Rola otca (muža) je v živote dievčatka, ale aj chlapca dôležitá. Ak nie je dobrá a muž – otec je agresívny a necitlivý, prípadne veľmi submisívny, dospievajúce dievča môže mať potom problémy pri výbere partnera a mladý dospievajúci muž zase pochybnosti vo svojej mužskosti,“ hovorí psychologička Mgr. Maderová.



DCÉRA A OTEC TYRAN

Žiaľ, v mnohých rodinách sa stáva aj to, že otec, ktorý ju má chrániť, jej najviac ubližuje. Čo ak dcéra vyrastá v prostredí, kde otec je tyran, alkoholik a hulvát? Ako to ovplyvní jej osobnosť, prípadne ďalšie vzťahy v živote?

„To je veľmi ťažká situácia a dievčatú to neskôr môže spôsobiť problém s výberom partnera. Prirodzená opora v otcovi tu chýba, otec je slabý a mama trpí. Keď dievča dozrieva, môže si uvedomovať, že *toto ja v živote nechcem* a môže sa takto z neľahkej životnej situácie aj poučiť. Ideálne je, keď v dospelosti získa nadhľad a napriek všetkému prijme otca takého, aký je, aj s jeho slabosťami, nebude ho obviňovať, nebude mať pocit, že jej niečo v živote chýbalo, niečo nedostala. Vtedy môže z toho vyjsť posilnená. Ale ak sú tam pocity – *niečo som nedostala a neviem otcovi odpustiť*, potom by ako dospelá žena určite mala vyhľadať terapeuta, aby sa jej nestalo, že si nebude vedieť nájsť správny typ muža, lebo sa jej v živote zopakujú presne to isté, čo zažívala doma. Ak máme pocit, že sme od rodičov nedostali to, čo sme mali, môže nám to v živote spôsobovať problémy, a to najmä po 21. roku života. Pri prvých láskach si to dospievajúci človek nevedomuje, ale keď si hľadá trvalého partnera a stále sa mu opakujú tie isté vzťahy, žena naráža stále na tie isté typy mužov a vždy to dopadne zle, mala by sa zamyslieť nad tým, prečo je to tak, prečo sa jej niektoré situácie v živote opakujú a či to nesúvisí s jej rodičovskými vzormi. V terapii sa môže objektívne pozrieť na to, ako to v jej detstve bolo a môže vidieť skutočné vlastnosti rodičov, aj to, čo trebárs zanedbali, v čom deťom ublížili – hoci to nerobili úmyselne. Keď sa jej podarí získať odstup a odpustiť rodičom, je to veľká výhra, lebo viac nebude zo vzdloru a hnevu opakovať tie isté chyby. Lebo práve zo vzdloru a hnevu sa nevedome vrháme do toho istého. A tak sa môže stať, že si pri výbere partnera nájdeme ten istý typ človeka, ako bol náš otec alebo aká bola matka,“ vysvetľuje psychologička Mgr. Maderová.

„Otec by mal syna podporovať v odvahe a mužskosti. Dáva chlapcovi mužskú energiu, ktorú mu nevie dať žena. Zhruba od troch rokov by syn mal tráviť s otcom veľa času. Mama by stále mala byť tá *mojkajúca*, za ktorou chlapec pobeží, keď si napríklad rozbije koleno, ale keď ide hrať futbal, mal by tam byť otec. Netreba brániť ani vzájomnému zápaseniu. Chlapci majú potrebu pobiť sa a merať si sily jednak medzi sebou, ale aj s otcom. V školskom veku si potrebujú aj fyzicky vybiť sily, potrebujú zápasiť a súperiť. Mamy toto robiť nevedia a ani nechcú a je to tak v poriadku, pretože im to nie je prirodzené. Otcovia si to, naopak, užívajú. Chlapec vždy nadobúda mužské vlastnosti aj mužskú silu cez otca. Mama je dôležitá z hľadiska starostlivosti, otec z hľadiska pravidiel a túto jeho rolu treba akceptovať. Žena by nemala s mužom súperiť, mala by ho podporovať,“ konštatuje psychologička Mgr. Maderová.

Ako hovorí, ak si rodičia role vymenia, pretože tak im to viac vyhovuje, je to v poriadku. Ide však o to, aby sa vždy vzájomne dopĺňali a to, čo nedáva jeden, dáva druhý. „Z psychologických výskumov vyplynulo, že pre výchovu detí sú najprirodzenejšie klasické role muža a ženy, teda také, keď mama je starostlivá, dáva pocit bezpečia a otec chráni rodinu, zabezpečuje ju a určuje pravidlá. Rodové role sú kultúrne a výchovne ovplyvnené, záleží na tom, ako sme boli vychovávaní. Z výskumov rodinných terapeutov, najmä prác B. Helingera ale vyplynulo, že deti sú prirodzene najšťastnejšie vtedy, keď žena odovzdáva zo seba ženskú energiu a ženskú silu, ktorá nie je tvrdá ani ničivá, je tam neha, ženskosť, citlivosť a muž odovzdáva mužskú energiu, ktorá je silnejšia, agresívnejšia. Vyplýva to aj z fyzických daností muža a ženy – muž fyzicky viac zvládne a dokáže. Čo sa týka rozumových schopností, je to vyrovnané. Ale muž viac využíva hlavu, je jeho pomyselným centrom tak, ako u žien maternica a emócie. Preto sú preňho charakteristické racionalita, pravidlá, kontrola. Emócie sú u mužov však tiež dôležité a mali by byť v rovnováhe s rozumom. Muž ich navonok nevyjadruje tak, ako žena, aj preto napríklad muži nikdy nerozoberajú a neriešia vzťahy tak detailne ako ženy. U žien je pomyselným centrom a znakom ženskosti a materskosti maternica, ktorá sa spája s emóciami a citmi, preto ženy potrebujú všetko riešiť, nad všetkým sa zamýšľať, všetko rozpitvávajú. Muž tomu potrebuje len dať nejaký rámec, je totiž viac zameraný na cieľ a konštruktívne riešenie vecí.“

Podľa jej slov, slobodné či rozvedené mamy sa niekedy snažia deťom vynahradiť otca tak, že sa vzdávajú svojej prirodzenej ženskej role. A to je chyba. „Je pravda, že mama dokáže do značnej miery nahradiť dieťaťu otca, ale nejde jej to prirodzene, musí sa o to snažiť. Pre dieťa potom nemusí byť pozitívne, keď mama chce byť chlapom za každú cenu. Keď dcéra vidí, že mama musí byť silná a dravá ako chlap, nevie sa poriadne identifikovať s tou ženskou rolou – nevie, či je mama vlastne žena alebo chlap, je to mama alebo otec? Potom sa môže stať, že dievčatko sa bude od mamy učiť mužským vlastnosťami. Tak isto chlapec si tým osvojí rolu ženy ako tvrdej a podľa nej si vyberá k sebe partnerku. Dieťa potrebuje aj mamu ako ženu. Pre dievča je nesmierne dôležité, aby sa cez mamu identifikovalo so ženskou rolou. Je oveľa lepšie a prirodzenejšie, keď mama zostane mamou, dá dievčatku aj chlapcovi ženský vzor a mužský vzor si dieťa nájde prostredníctvom nejakého chlapa v rodine či v spoločnosti.“

SYN SI S OTCOM MERIA SILY

Aj pre syna je rola otca nesmierne dôležitá. Najmä spoločné športovanie a dobrodružné hry – to sú veci, ktoré mama nevie synovi poskytnúť tak ako otec.

Podľa slov psychologičky, každý však máme v sebe obidve časti. Mužskú aj ženskú, pretože nás vychováva muž aj žena. Záleží od toho, ktorá časť v nás viac dominuje. Dôležité je ale prijímať obidve časti v sebe a nechať prirodzene rozvinúť tú časť, ktorá je charakteristická pre naše pohlavie a nebrániť jej vo vývoji. Tak isto je dôležité vnímať v sebe aj opačnú časť, ktorá je charakteristická pre druhé pohlavie. Tieto dve časti sa vzájomne dopĺňajú a harmonizujú tak našu osobnosť a identitu. V inom prípade spôsobujú psychické ochorenia, komplexy menej-cennosti a neistoty.

„V období dospievania nastáva zrovnoprávňovanie rolí, otec by mal vtedy syna rešpektovať, nemal by ho ponížovať, ani s ním súperiť. Určite by mu nemal dávať najavo – ja som silnejší, schopnejší, lepší, ale mal by podporiť syna v tom, že sa snaží. Mal by vedieť, že synove správanie pramení z toho, že sa snaží presadiť ako chlap, nie dokázať, že je lepší od otca. Preto by to otec nemal brať vzťahovačne. Keď je syn tvrdohlavý a chce si niečo presadiť, pričom otec na základe svojich skúseností vie, že to nedopadne dobre, mal by mu povedať, čo si myslí, mal by mu ukázať dôsledky, ale na druhej strane by ho mal nechať, nech si to vyskúša. A keď sa chlapec popáli, nemal by ho karhať a znemožňovať, len mu povedať – Aj keď si ma nepočúval, poučil si sa na vlastných chybách. Nevadí, nabudúce to už budeš vedieť. Keď budeš chcieť a potrebovať, ja som tu a vždy ti pomôžem, ak budem vedieť alebo vždy môžeš za mnou ísť... Dôvera je vo vzťahu detí a rodičov nesmierne dôležitá. Aby si chlapec v dospelosti dôveroval ako muž, je dôležité, aby mu najskôr dôveroval jeho otec.

KEĎ OTEC SYNOVI CHÝBA

Hovorí sa, že keď v rodine chýba muž, chlapca to negatívne ovplyvní oveľa viac ako dievča. Je to pravda?

„Pre chlapca a jeho vývoj je otec naozaj veľmi dôležitý, preto by určite mal mať nejaký mužský vzor. No opäť platí, že ak v rodine nie je otec, chlapec si mužský vzor môže nájsť buď v širšej rodine alebo v spoločnosti – učiteľ, tréner, kamarátov otec... Samozrejme, ak má otec záujem sa so synom stretávať a vychovávať ho, aj keď sú rodičia rozvedení, treba mu to umožniť, pretože toto je pre chlapca najlepšie. Ak otec nemá záujem, treba syna podporovať a nebrániť mu v tom, aby si našiel iný mužský vzor. Niekedy sa ale stane, že mama

je sklamaná z mužov, bojí sa po rozvode ďalších vzťahov, je zranená a mužov odmieta, pričom zároveň neumožňuje ani synovi kontakt s mužskou stránkou osobnosti. Dôležité tiež je, aby mama zostala vo svojej prirodzenej ženskej role a nesnažila sa kompenzovať chlapcovi rolu muža, on si vzor v spoločnosti nájde,“ upozorňuje psychologička Mgr. Maderová.

Vo vzťahu syna a otca je veľmi dôležité aj to, že muž chlapca podporuje v odvahe, súťaživosti, v tom, aby sa vedel presadiť, aby si viac veril. Mal by byť celý život jeho oporou.

OTEC A SYN HOMOSEXUÁL

Napriek tomu, že syn prirodzene inklinuje k otcovi, často ho v niektorých veciach vie lepšie pochopiť mama. Napríklad, keď sa ukáže, že syn je homosexuál. Hoci aj matka tým trpí, pretože ju trápi, že nebude mať vnúčatá alebo že syn na seba pritiahne posmešky verejnosti, vyrovná sa s tým oveľa jednoduchšie. Otcovia to, naopak, veľmi ťažko prežívajú, neraz vyhodia syna z domu, odmietajú s ním komunikovať, opakovane ho zraňujú. Prečo?

„Myslím si, no je to len môj osobný názor, že to súvisí s egom otca – pre neho je to potupa, poníženie, že jeho nasledovateľ rodu je nechlap. Lebo muži to presne takto vnímajú, že homosexuál nie je chlap. Keď chlap nemá rád

ženy, sex so ženou, tak to je pre nich niečo veľmi negatívne, keďže sexualita je u mužov nesmierne dôležitá a aj keď nie sú promiskuitní, obdivujú ženy, pretekajú sa v lovení, lebo muži sú lovci. A otca trápi, že jeho syn nie je lovec. Akoby tým stratil na mužnosti. Otec si neuvedomuje, že syn, aj keď je homosexuál, má v sebe mužskú energiu, stále je chlap, len je z hľadiska psychosexuálneho vývoja orientovaný na mužov. Myslí si, že jeho syn prichádza o skutočný život, ktorý má tvoriť aj rodina. Pre otca je to nepredstaviteľné. A otcovia to navyše často berú osobne – môj syn je homosexuál, lebo som asi nebol dobrý otec, nebol som dobrý vzor. Ale tak to väčšinou nie je. Preto je dôležité, aby otec prijal skutočnosť, že jeho syn je homosexuál, čo je vo väčšine prípadov vrodená emocionálno-sexuálna príťažlivosť k osobe rovnakého pohlavia, a vnútorne sa s tým zmieril. Nemôže ho chcieť prerobiť,“ vysvetľuje Mgr. Maderová.

Podotýka, že v tomto prípade by rodičom mohla pomôcť rodinná terapia, ak im záleží na synovi a nechcú ho robiť ešte viac nešťastným než je, keď o sebe zistí, že je orientovaný homosexuálne.

KTORÍ RODIČIA SÚ NAJHORŠÍ?

My, rodičia, často máme pri výchove pocit, že zlyhávame. Dá sa jednoducho zhrnúť, ktorí rodičia sú pre deti najhorší?

Samozrejme, nemáme teraz na mysli alkoholikov, fetiškov a tyranov, ale bežných rodičov so všetkými ich slabosťami.

„Povahovo sme rôzni. Každý máme nejakú osobnosť a keďže rodičom sa nikto nenarodil, prirodzene robíme chyby. Dôležité ale je, aby rodičia svoje deti milovali, naplnili ich základné psychické aj fyzické potreby, ktoré sa v detstve

musia naučiť vnímať, aby si ich potom v dospelosti vedeli naplniť sami. Aby im dali základný pocit istoty, bezpečia, prijatia a podporu, ale tak isto hranice a naučili ich úcte k sebe samým a k inému, k rešpektovaniu seba a iných. Dieťa treba prijímať také, aké je, ale musí vedieť aj rešpektovať dospelého. A ak toto rodič dieťaťu dá, aj so svojimi slabosťami a nedostatkami, tak mu dá všetko, čo potrebuje. Dôležité je, že má záujem o dieťa, že rodičia sa chcú naučiť správne ho vychovávať a kvôli tomu napríklad aj spolupracujú v škôlke či v škole. Lebo doma niekedy vnímame dieťa len cez svoju optiku a neveríme, že by občas mohlo byť aj iné. Preto potrebujeme aj spätnú väzbu z okolia a keď príde, netreba to brať len ako kritiku, ale je dobré vypočuť si aj názor učiteľa na naše dieťa a zamyslieť sa nad ním. Niekedy z dôvodu svojich zranení aj svojich stereotypov dieťa vychováваме tak, ako sme boli vychovávaní my, čo nemusí byť vždy ideálne. Keď získame nadhľad a dieťa signalizuje, že potrebuje niečo iné, no my mu to nevieme dať, treba pátrať, prečo je to tak. Prečo dieťa neposlúcha? Prečo robí zle? Lebo dieťa nechce prirodzene robiť zle. Ono chce robiť všetko preto, aby potešilo svojich rodičov, lebo preň je najdôležitejšie, aby ho rodičia mali radi a najhorší je preň strach z opustenia, obavy, že ho rodičia prestanú

mať radi a tiež pocit, že zlyhalo. Ak sa dieťaťu nedostáva ocenenie, podpora a pochopenie zo strany rodiča, tak nadobudne o sebe pocit, že nie je dosť dobré a môže byť problémové. Traumatizujúce zážitky, ktoré trvajú dlho a opakujú sa, si dieťa nesie až do dospelosti,“ konštatuje Mgr. Maderová.

Dieťa vždy musí mať pocit, že sa oň staráme, vnímame ho, že nám nie je ľahostajné. To je veľký problém, keď je matka v depresii a na dieťa to môže mať negatívny vplyv. „Ak je matka v depresii a trvá to len krátko, nič sa nedeje. Ale ak by to trvalo dlhšie, mama sa musí liečiť už len kvôli svojmu dieťaťu, nielen kvôli sebe. Dlhodobá traumatizácia totiž spôsobuje zranenia, ktoré pretrvávajú do dospelého veku a môžu byť pre dieťa nebezpečné. Dlhodobá traumatizácia je zlá. Keď sa niečo stane raz za čas a rodič si to uvedomí, dá situáciu do poriadku, tak je to preňho škola, lebo učíme sa a dozrievame cez deti. Cez deti si rodič zároveň môže vylicit veľa zranení zo svojho detstva. A veľa zranení z detstva sa mu môže počas vlastného rodičovstva otvoriť. Keď si rodič uvedomí, že niečo na svoje dieťa prenáša, je dobré, keď si to vyrieši, aby sa to zastavilo. Keď to nedokáže sám, nech vyhľadá pomoc terapeuta, ktorý mu pomôže vylicit jeho staré zranenia a zároveň sa tak zabráni tomu, aby on ďalej spôsoboval zranenia svojmu dieťaťu,“ hovorí na záver psychologička Mgr. Maderová.

Monika Bothová