



PSYCHOLOŽKA
Iva Jungwirthová

Kdy lze hovořit o začátku dětského vzdoru?

Dětský vzdor se objevuje přibližně kolem druhého roku života. Někteří rodiče sice tvrdí, že jejich dítě ho prodělalo již o rok dříve, kdy začalo lézt nebo chtělo nejjistou chůzí někam zmizet, oni mu v tom bránili a capat se vztekal, ale psychologové tento názor nesdílejí. Období vzdoru nastupuje, když si dítě uvědomí, že může chtít něco jiného než jeho rodiče a že má poměrně úspěšné metody, jak toho dosáhnout. Problém je, pokud období vzdoru přetrvá přes rozumnou věkovou hranici, tedy přes tři či čtyři roky. Pak už to nenazýváme obdobím vzdoru, ale výchovnými problémy, obvykle pramenícími z přístupu rodičů.

Existuje nějaký psychologický či fyziologický spouštěč období vzdoru?

To si nemyslím. Období vzdoru vypukne, jakmile si dítě rozumově uvědomí, že má svoji vlastní identitu, jinou než jeho rodiče a dospělí, kteří ho obklopují. Do té doby dítě příliš neumí přemýšlet samo o sobě. Období vzdoru často nastupuje současně s dětským používáním slova „Já“ a průběh je velice individuální. Pokud je dítě hodně temperamentní, má dostatek energie i na to, aby období vzdoru bylo pro rodiče velmi „šfavnaté“. To jsou ti básníci kluci a holčičky, zrudlí vztekem a pláčem a válejíci se několikrát denně na podlaze. Pak existují děti pasivnější, s menší dávkou aktivní energie. Navenek se téměř vůbec nevztekají, ale nenechají se oklamat. I oni mají vlastní období vzdoru. Někdy velice špatně jí, jindy se opakovaně počůrávají nebo naopak stolici zadržují. Svým způsobem to dělají naschvál, je to jejich způsob, jak vzdorovat okolnímu světu.

Lze podle chování rodičů v dětském věku usuzovat, že podobně se budou chovat i jejich potomci?

Doufám, že nikoliv, protože v takovém případě bych si nemohla nikdy pořídit čtyři děti. Údajně mě tatínek při mých častých záchvatech vzteku strkal do pračky. Musím podotknout, měla horní plnění...

Dětská psycholožka Iva Jungwirthová:

„OBDOBÍ VZDORU JE PRO DALŠÍ VÝVOJ DĚTÍ PROSPĚŠNÉ“

Být dobrým rodičem a dobře vychovat své děti neumíme, dokud si to nevyzkoušíme. A první projevy vlastní vůle našeho potomka nás zaskočí, protože často nekorespondují s tím, co my, dospělí, právě chceme a co si myslíme, že je pro něj dobré. O období dětského vzdoru a o výchově v problematickém věku dvou až tří let jsme si proto popovídali s psycholožkou Ivou Jungwirthovou.

Z vašich slov tedy usuzuji, že období vzdoru se nelze vyhnout a každý rodič si tímto očistcem musí projít...

Ano, musí. Je to však období, které je pro vývoj dítěte nezbytné. Rodičům na seminářích říkám: „Až se vaše batole bude ten samý den poštěstí vztekat a bouchat přítom hlavou o zem, říkejte si, že jde o důležité vývojové období a nebylo by zdravé, pokud by neproběhlo.“

Je možné vysledovat rozdíl mezi divčím a chlapeckou vzdorovitostí?

Podle lidové moudrosti jsou chlapi vzteklejší a později mluví. Je pravda, že pokud rodiče navštěvují dětské psychology, tak z 90 % chodí s prvorozenými dětmi a jasnou převahu mají kluci. Domnívám se, že ačkoliv jsme emancipovaná společnost, na prvorozené chlapce jsou historicky kladené větší nároky než na děvčata. U kluků jejich výrazné projevy bedlivě sledujeme, zatímco u holčiček nad tím více mávneme rukou. Ale v rámci jedné rodiny najdeme často výjimky potvrzující pravidlo.

Co mám dělat s válejícím se a vztekajícím se dítětem, které tropí hlasitou scénu na veřejném prostranství?

Určitě bych se dítěti neschovala ani ho nestrašila, to mi přijde ne fér. Zlatá poučka také říká – nevyhrožujte něčím, co nesplníte. Výhrůžky „Jestli okamžitě nepřestaneš, už tě sem nikdy nevezmu!“ nebo „Pokud nepřestaneš křičet na babičku, už sem nikdy nepřijs!“ jsou úplně zcestné, protože je nikdy nedodržíte. Říkejme dítěti, jaké důsledky bude mít jeho chování, ale to můžeme udělat až ve chvíli, kdy se trochu zklidní. Já bych si při jeho výbuchu vzteku vzala noviny, koupila si v automatu kafe, odstoupila bych od dítěte a předstírala četbu.

Jistě, pokud obtěžuje v supermarketu, odnesu ho někam, kde jeho řádění nebude tolik rušit, například na nejbližší trávník, a počkám, až ho to přejde. Ale vztekající se dítě je v takovém emocionálním výbuchu, že v podstatě nevnímá a výhrůžky, polévání studenou vodou nebo výprask na něj nezabírají. Nejlepší je, pokud rodič nenápadně sleduje, zda erupce vzteku utichá a pak už je na něm, aby ve vhodný okamžik řekl – pojď sem, ty jsi ale funfa, umyj ti obličej. Může dítěti podat ruku ke smru, ale funguje to jen v momentě, kdy záchvat

skutečně odeznívá. Na druhou stranu bychom kolem něj neměli moc běhat a podbízet se – já ti koupím zmrzlinku, když přestaneš plakat, nech toho a honem pojď, pustím ti doma pohádku... A některým scénám je možné předejít. Například pokud na vaši pravidelné procházce chodíte kolem cukrárny, kam dítě chce vždy vstoupit, lze přece vymyslet jinou trasu.

Existují děti, které mají denně několik zuřivých záchvatů a jsou v podstatě s rodiči neustále ve sporu. Co s nimi?

Má-li temperamentní dítě pětkrát denně velký amok, tak to určitě rodiče pěkně „vyšťaví“. Na druhou stranu mám ze své praxe zajímavý poznatek – pokud tyto rodiče přijdou do poradny, je často na první pohled vidět, že problém mají spíše oni než dítě. Zavalují dítě povely: „Nesahej paní doktorce na dveře! Nech tu kytku! Neokopávej stůl!“ Vlastně neustále na dítě chrlí řadu příkazů a zákazů a ono už není schopné rozpoznat, co je důležité a co je jen rodičovská „pruda“.

Pokud se dítě hodně vzteká, doporučuji udělat večer rodinnou poradou. Dejte dítě spát, otevřete

JAK OMEZIT MNOŽSTVÍ KONFLIKTŮ S DÍTĚTEM V OBDOBÍ VZDORU

1. Nestaňme se nepřáteli
2. Stanovme si minimum zásad a na těch trvejme
3. Vytipujme si krizové situace a pokusme se jejich výskyt omezit
4. Předem se s dítětem domluvíme na průběhu rizikové situace
5. Upozorňujeme dítě předem na situace, které hůře zvládá
6. Když dítěti něco říkáme, ujistíme se, že nás vnímá
7. Nejprve po dobrém
8. Vysvětlení ano, ale ne desetkrát
9. Nebojme se dát najevo své emoce
10. Pochvala je účinnější než trest
11. Logický důsledek je lepší než trest
12. Dávejme dítěti možnost výběru
13. Nedávejme možnost volby, pokud ji skutečně nenabízíme

si lahvinku a v klidu - bez prarodičů - si určete základní pravidla výchovy, na kterých se shodnete a která budete vyžadovat. Co se opravdu nesmí a co se opravdu musí. Těchto pravidel by mělo být opravdu málo a na jejich dodržování pak musíte nekompromisně trvat, třeba i za cenu konfliktu. Na druhou stranu je třeba eliminovat mnoho v podstatě nedůležitých pravidel, která dítěti omezují životní prostor. Je také dobré dítě vždy upozornit předem, co bude následovat, pokud poruší domluvená pravidla. Důsledek jeho jednání (úmyslně nepoužívám slovo „trest“) přitom musí co nejkonkrétněji souviset s porušeným pravidlem. Typický příklad - holčička jede na tříkolce, má zastavit na kraji chodníku, ale vjede do vozovky. Máma ji doběhne, zlobí se a řekne - dnes nebude večeríček! To je nesmyslná reakce, protože dítě ve dvě hodiny odpoledne není schopné dohlédnout, že večer nebude večeríček. Lepší je vzít tříkolku a jasně říci: „Říkala jsem ti, že máš zastavit. Neposlechla jsi, tak konec tříkolky, a jde se za rukul!“ Dcera začne protestovat, ale signál je jasný, přes ulici sama jezdit nemůže. Tento přístup má jednoznačně pozitivní výchovný efekt.

Jak jednat s dítětem, které ve věku dvou let neustále mámu štípe a okopává a nic na něj nezabírá?

Jde o projev vzdoru. Zajímavé je, že dítě takto ubližuje jen jedné osobě, většinou právě mámě, a k jinému si to netroufne. Když se maminky zeptám, jak se proti takovému jednání ohrazuje, tak mi odpoví ztápěným a spíše tichým hlasem: „Vašíčku, nedělej to...“ Správné je nasadit přísný a výrazný hlas a pronést větu: „Okamžitě toho nech!“ Zlost ze mne musí tryskat všemi póry a dítě si musí okamžitě uvědomit svůj prohřešek. Mohli bychom se bavit o tom, zda je výchovné ho plácnout přes ruku, ale někdy stačí dítě vyzvednout do vzduchu, podržet si ho před obličejem a zatvářít se jak největší ježibaba na světě. Jsou však maminky, pro které je velice nepřijemná představa podobného konfliktu.

Je pohlevek stále výchovný prostředek, nebo ne?

Nejsem zastáncem tělesných trestů. Náš kulturní kontext s nimi ovšem operuje a většina z nás je zažila. Někteří dospělí raději dítě dusí svým odmítáním, nebo mu celý den říká: „Ty jsi tak osklivý chlapeček! Maminka tě nemá ráda, podívej se, jak jsem kvůli tobě smutná!“ V takovém případě je asi lepší dát jednu přes zadek, než dítě psychicky deptat. Rodičům říká - pokud vám jednou měsíčně ujede ruka, nemusíte se z něčeho obviňovat, stane se to. Na druhou stranu si myslím, že většinu situací lze vyřešit bez zvednutí ruky. Výprasky vařečkou či fackování pak považují za zcela nepřijatelné.

Poslední roky někteří rodiče razí termín volná výchova, kdy dítěti nenastaví téměř žádné mantinely pro jeho chování. Je to správné?

Pojem volná výchova nemám ráda. Autoritativní i liberální rodiče mají pravidla, ti první jich mají hodně, ti druzí méně a více o nich s dítětem diskutují. Oba typy rodičů ale vyžadují jejich dodržování. To, co máte na mysli, bych nazvala slabá výchova. Rodiče neumí prosadit svoji vůli, mají pocit, že nemají na dítě páky, a někdy to hali do idealistických vět - chci, abychom s dítětem byli v kamarádském vztahu, dítě je náš partner. To je podle mne nesmysl. Dvouleté dítě není můj partner, já jsem za něj naprosto a ve všem zodpovědná. Já musím být autorita určující pravidla.

Takže pokud sedíme v kavárně a příběhne k nám cizí tříletý capart, okope mi nohy a neustále nás vyrušuje, asi bychom neměli být tolerantní a říkat si - to je ale rozmlýlý chlapec, užívající si volnou výchovu...

Tak to určitě ne. Pokud dítě někomu obtěžuje, měl by rodič zasáhnout. Na druhou stranu čeští rodiče jsou specifictí. Například děti nadměru otravujeme s mytím rukou nebo oblékáním a prosazujeme svoji vůli i tam, kde to není až tak podstatné. Někdy máme moc pravidel.

„Malé dítě nemůže být náš partner, jsme za něj naprosto a ve všem zodpovědní“

Právě mytí rukou minimálně před jídlem a po návštěvě toalety bych považoval za celoživotní povinnost...

Všechny vědecké výzkumy říkají, že nejzdravější děti mají přiměřeně špinavé ruce. Pokud jsou neustále vymydené, budou mít alergie a ekzémy, budou-li je mít extrémně špinavé, dostanou žloutenku a poškodí si játra. Ideální je, když je dítě trochu špinavé, to se ví dlouhodobě. A vidíte, jak relativní jsou „celoživotní povinnosti“...

Ve své profesi se věnujete rovněž dětem sluchově postiženým. Je jejich období vzdoru jiné než u většinové populace?

Opět záleží na temperamentu konkrétního dítěte a rodičů. Pokud se sluchově handicapovaným dítětem rodiče nemají do jeho dvou let vytvořenou dobrou znakovou či verbální komunikaci, dítě je v období vzdoru v zoufalé situaci. Když se mu něco nelíbí, nemůže udělat nic jiného než sebou bouchnout o zem. Je to jeden z důvodů, proč rodičům říkáme, aby znakovali již s miminky, mluvili, ukazovali si obrázky a říkali si dopředu, že se půjde za paní doktorkou a logopedkou, nakoupit, za habičkou. Pokud se to včas nenaučí, neposkytnou dítěti žádný prostředek, jak vzájemně komunikovat.



NĚKTERÉ DĚTI vyjadřují svůj vzdor například odmítáním stravy. Ilustrační foto: Miroslav Beneš

Jaké jsou vyložené špatné výchovné postupy?

Nesnažme se děti ošidit. Přijde čert a ten ti ten dudlík sebere! Počkej, až budeš u paní doktorky, ta ti řekne, jak máš zkažené zuby! Co to je za věty?! Naši rodičovskou zodpovědnost přehazujeme na druhé osoby, kterých se má dítě bát.

Některé případy jsou až patologické a hlavně starší rodiče s prvním dítětem hluboko po třicítce mají s výchovou někdy trouble. Příliš o ní přemýšlejí, chtějí být dokonalí a současně nedokáží dítěti stanovit jasné mantinely. Vybavuji si tatínka se čtyřletou rozkošnou blondátou dcerkou. Měla velké problémy s jídlem, jedla tak málo, že někdy musela na kapačky. Když onemocněla anginou, jezdili do Motola na pichaný penicilin, protože nebyla ochotna spolknout antibiotický sirup. Ptala jsem se - proč jí nepoložíte, neucpete nos a sirup nenalejete do pusy? Tatínek se na mne podíval a odpověděl: „To myslíte vážně? To jí přece nemohu udělat.“ Někdy máme iluzi, že ve výchově musí jít všechno po dobrém. Nemyslím si to. Je skvělé mít děti, ale musím být jako rodič připravený na fakt, že mne to bude stát nějaké úsilí a nebude to vždy jen procházka růžovým sadem. Právě tak jako v partnerství, i při výchově musíme přemýšlet, ustupovat ze svých představ, přijímat a respektovat druhého a také jít občas do konfliktu. (md)

PhDr. IVA JUNGWIRTHOVÁ

- původní profesí elektroinženýr kybernetiky
- absolvovala jednooborovou psychologii na FF UK v Praze, zaměření klinická psychologie
- pracuje ve Středisku rané péče Tamtam pro rodiny dětí se sluchovým a kombinovaným postižením jako psycholožka a poradenská pracovnice, věnuje se především diagnostice a poradenství pro zdravé i sluchově postižené děti předškolního a raně školního věku, diagnostice školní zralosti, rodinnému poradenství
- absolvovala kurz pro poradce rané péče, semináře zaměřené na podporu vývoje dětí s mentálním postižením, na orientační diagnostiku autismu a na problematiku sourozeneckých vztahů
- má kvalifikaci laktační poradkyně
- autorka několika psychologických knížek
- matka dvou synů a dvou dcer

BESEDA O DĚTSKÉM VZDORU BUDE V PODOLÍ

Pokud vás téma dětského vzdoru zaujalo, můžete ve středu 28. ledna od 18 hod. navštívit přednášku PhDr. Ivy Jungwirthové v podolském Rodinném a Montessori centru 4medvědi, Nedvědovo nám. 101/8. Rezervace míst na e-mailu: info@elaaga.cz či na tel.: 774 144 485.