



DR. SHEFALI

VEDOMÝ rodič, ŠŤASTNÉ dieťa

Ako si vytvoriť láskavé a rešpektujúce
vzťahy s deťmi
a vychovať z nich spokojné bytosti

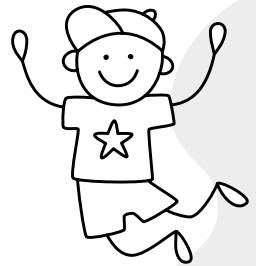


 GRADA



DR. SHEFALI

VEDOMÝ
rodič,
ŠŤASTNÉ
dieťa



DR. SHEFALI

VEDOMÝ
rodič,
ŠŤASTNÉ
dieťa

Vydala GRADA Slovakia s.r.o. pod značkou Grada

Moskovská 29, 811 08 Bratislava 1

www.grada.sk

Tel.: +421 2 556 451 89

ako svojo 183. publikáciu

Z anglického originálu *The Parenting Map*, vydaného vydavateľstvom HarperOne, imprint Harper Collins Publisher, v roku 2022, do slovenčiny preložila Bibiána Lieskovanová.

Jazyková redakcia Anetta Letková

Obálka, grafická úprava a sadzba Zuzana Ondrovičová

Zodpovedná redaktorka Zuzana Jančoková

Vydanie 1., 2023

Počet strán 368

Tlač Iva Vodáková – Durabo

Copyright © 2023 by Shefali Tsabary

Published by arrangement with HarperOne, an imprint of HarperCollins Publishers

Slovak edition © GRADA Slovakia s.r.o., 2023

Translation © Bibiána Lieskovanová, 2023

Cover illustrations © [stock.adobe.com/Elena Pimukova](http://stock.adobe.com/Elena_Pimukova)

Illustrations © Riley Johnston & Andrea Daniel, Andreadaniel.art.

Illustrations on page 130 by M. Style/Shutterstock.com

Upozornenie pre čitateľov a používateľov tejto knihy

Všetky práva vyhradené. Žiadna časť tejto tlačenej či elektronickej knihy nesmie byť reprodukováaná a šírená v papierovej, elektronickej či inej podobe bez predchádzajúceho písomného súhlasu vydavateľa. Neoprávnené použitie tejto knihy bude trestne stíhané.

ISBN 978-80-8090-591-0 (ePub)

ISBN 978-80-8090-590-3 (pdf)

ISBN 978-80-8090-589-7 (print)

Nech táto kniha slúži ako budíček pre nás rodičov,
aby sme si uvedomili, že naše deti nám nikdy nepatrili a nikdy ich
nebudeme môcť kontrolovať, riadiť a pretvárať.

Ich prítomnosť nám bola darovaná z jedného jediného dôvodu:
aby v nás zapálili našu vlastnú vnútornú prorockú a hlbokú revolúciu.
Kiežby sme sa všetci započúvali do tejto výzvy a vďaka tomu sme ich
mohli oslobodiť – nechať ich len byť.

Moje dieťa...

Necítim bolesť väčšiu ako tvoje trápenie,
radosť väčšiu ako tvoje víťazstvo,
znepokojenie väčšie ako tvoj zmätok,
zúfalstvo väčšie ako tvoj odchod.

Neexistuje žiadna emócia v porovnaní s tým, čo vyvolávaš,
žiadny zážitok, ktorý by sa priblížil k tvojej výchove,
žiadna cesta, ktorú by som absolvovala inak ako po tvojom boku,
žiadne dobrodružstvo, ktoré by som si vybrala radšej,
ako sledovať, ako rastieš.

Ty, moje drahé dieťa, si môj najväčší učiteľ.
Vďaka tebe sa učím milovať bez obmedzenia,
staráť sa bez prílišného majetníctva
a vychovávať seba skôr, ako vychovávam teba.

Zoči-voči tvojej ohromujúcej žiari si uvedomujem, že som nič.
Avšak skutočnosť, že existuješ, naznačuje, že som všetko –
rozsiahla ako tvoje srdce
a neobmedzená ako tvoj potenciál.

Nie je nič, čo by som ti mohla dať,
lebo slnko už sídli v sebe,
dúhové a prizmatické,
nevyčerpatelne a nekonečne mocné.

Môžem ťa porodiť a venovať ti srdce,
ale bezpochyby si to ty, kto mi dal život
a prebudenie, ktoré by som si sama nikdy nedokázala predstaviť.
A preto si to ty, kto je mojím konečným záchrancom duše.

Obsah

Predslov	11
Úvod	19
Prvá fáza: Od frustrácie k jasnosti	25
Prvý krok: Zamerajte sa na správny problém	28
Druhý krok: Zničte predstavu.....	42
Tretí krok: Vzdajte sa kontroly!.....	55
Štvrtý krok: Ukončite honbu za šťastím a úspechom.....	67
Piaty krok: Zahodte komplex spasiteľa	78
Šiesty krok: Odhodte nálepky	89
Druhá fáza: Od disfunkčných vzorcov k vedomej voľbe.....	103
Siedmy krok: Objavte svoje dve JA	110
Ôsmy krok: Chyťte svoje ego.....	122
Deviaty krok: Postavte sa svojim spúšťačom	165
Desiaty krok: Prelomte svoje disfunkčné slučky	175
Jedenásty krok: Aktivujte svoje tretie JA.....	189
Tretia fáza: Od konfliktu k spojeniu	209
Dvanásty krok: Naučte sa KidPsych	213
Trinásty krok: Odhaľte ego svojho dieťaťa	251
Štrnásty krok: Ovládnite KidSpeak.....	261
Pätnásty krok: Namiesto trestu urobte toto.....	275
Šestnásty krok: Preformulujte chyby týmto spôsobom.....	300

Sedemnásty krok: Klesnite do srdca.....	310
Osemnásty krok: Nájdite ÁNO!.....	326
Devätnásty krok: Začnite hneď teraz.....	342
Dvadsiaty krok: Prijmite nové ja.....	353
Poznámka odo mňa.....	363
Poďakovanie.....	364
Register	365

Predslov

„Jednoducho neviem, čo mám robiť! Jediné, čo viem, je, že to, čo robím, už nefunguje!“ Dianine oči boli opuchnuté od slz bezmocnosti a frustrácie. Jej telo bolo zhrbené a ruky sa jej nekontrolovateľne triasli. Hovorila o skúškach, ktoré prežívala so svojim deväťročným synom, ktorý bol čoraz agresívnejší a uzavretejší. Nevedela, na koho sa obrátiť. Bola to závislosť od sociálnych médií, ktorá zmenila jej syna? Alebo jeho vrstovníci? Alebo tlak zo strany školy? Alebo jeho dominantný bejzbalový tréner? Alebo bola príčinou ona a fakt, že bola zaneprázdnená svojou štvorročnou dcérou, ktorá mala vlastné problémy? V čom bol teda problém? Ako by mohla situáciu napraviť? Diane bola unavená z každodenných bitiek – zo všetkých tých hádok a bojov. Ako to mohlo dospieť až sem? Ocitla sa v slepej uličke.

V jej zúfalstve sa odrážalo zúfalstvo tisícov rodičov, s ktorými som v priebehu desaťročí pracovala. V skutočnosti som v jej zármutku dokonca videla samu seba. Vedela som sa úplne stotožniť s jej panikou a chvejúcim sa strachom, že stratí spojenie so svojim dieťaťom. Jej slová boli ozvenou všetkých tých chvíľ, keď som sa cítila ako v slepej uličke s mojou dcérou Maiou. Ak ste rodič, určite sa aj vy dokážete stotožniť s pocitom, že ste sa so svojimi deťmi ocitli v bezvýchodiskovej situácii, ale netušíte, ako situáciu zmeniť. Alebo cítite ten skľučujúci pocit, že bez ohľadu na to, ako veľmi sa snažíte, jednoducho sa s nimi nemôžete spojiť tak, ako by ste si to želali. Diane sa ocitla na mŕtvom bode a bola vyčerpaná z búchania si hlavy o stenu. Vyhorela.

Podobne ako Diane, aj väčšina rodičov sa zúfalo snaží zlepšiť alebo „opraviť“ svoj vzťah s deťmi. Pre mnohých z nás je to bez výnimky najdôležitejší vzťah. Keď naše vzťahy s deťmi nefungujú, trpíme aj my. Len málo vecí nás trápi viac ako vzťah s našimi deťmi, ktorý sa pokazí. Urobili by sme čokoľvek, aby sme im pomohli cítiť podporu a spojenie s nami, ale mnohí z nás jednoducho nevedia, ako to dosiahnuť. Skutočne verím, že bez ohľadu na vek, rasu alebo výšku príjmu každý rodič zažil niečo podobné ako Diane. Všetci sme to zažili, všetci sme sa ocitli v tomto bode. Taká je povaha rodičovstva – často máme pocit, že sme stratení na mori bez kompasu.

Tak ako mnohým rodičom, aj Diane som pomohla vypracovať plán, ako sa postupne zotaviť a obnoviť vzťah so synom. Po mnohých prelomových udalostiach sa Diane podarilo naučiť sa nové stratégie, ktoré jej pomohli premeniť vzťah so synom z chaosu na spojenie. Sledovať, ako sa ich vzťah mení na radostný a silnejší, ma hrialo hlboko pri srdci. To je dôvod, prečo milujem svoju prácu, vďaka ktorej pomáham rodičom stať sa vedomejšími, pretože vytvára metamorfne zmeny v ich vzťahoch s deťmi. Svedectvo týchto zmien je skutočne jeden z najvzácnejších darov vôbec.

Počas dcérinho detstva boli dni, keď som sa cítila úplne bezradná a bezmocná a nevedela som, na koho sa obrátiť. Mala som pocit, že som pri jej výchove zlyhávala, čo vo mne vyvolávalo pocit osamelosti a obrovskú vinu. Predvídateľný cyklus prebiehal takto: ona robila niečo, čo sa mi nepáčilo, ja som sa kvôli tomu rozčúlila, kričala som alebo som bola zlá, ona plakala a ja som sa cítila vinná. Pocit viny ma viedol k nadmernej kompenzácii a prílišnému rozmaznávaniu, čo jej umožnilo využiť moju mäkkosť, a to viedlo k tomu, že som opäť znížila svoje hranice a ona ma nepočúvala – zasa. Tieto cykly boli také predvídateľné, až to bolo tragické. Cítila som sa odpojená a beznádejná. Ba čo viac, bola som rozzúrená a rozhorčená. Vedela som,

že to vôbec nie je dobré znamenie. Zúfalo som potrebovala napraviť túto situáciu.

Až keď som začala rozvíjať prístup vedomého rodičovstva, vymaňila som sa z nekonečných negatívnych cyklov a začala som odznova. Zavedením nástrojov a stratégií tohto úžasného prístupu som začala nachádzať cestu späť na chodník radostného a obnoveného spojenia s mojou dcérou. Tým, že mi ponúklo cestnú mapu, mi vedomé rodičovstvo doslova zachránilo môj vzťah s ňou. Už som neplávala na mori, namiesto toho som mala konkrétny smer, ktorý mi ukázal, ako budovať silný a hlboký vzťah s dcérou.

Chápem bolesti a radosti rodičovstva. Venovala som sa mu viac ako dvadsať rokov, osobne aj profesionálne, a takmer každý deň som cítila vôňu ruží a trpela ich trne. Naša láska k deťom nám môže vyraziť dych – v jej bezhraničnej rozľahlosti, ale aj srdcervúcej úzkosti. Je to dokonalý koktail najprenikavejšieho zbožňovania a najtrýznivejšieho strachu. To je to, čo naše deti robia s našimi dušami: rozširujú ich ako nikdy predtým, ale zároveň ich vyžmýkajú na kašu a hodia do nich dýku. Potom odídu bez toho, aby si to vôbec všimli.

Nikdy som si nemyslela, že takýto koktail lásky a strachu je vôbec možný, kým som sa nestala mamou. Neuvedomovala som si, že mať deti môže z nás toľko toho vyrvať. Deti nás vyčerpávajú takmer dvadsaťštyri hodín denne sedemkrát v týždni nielen po finančnej stránke a na energetickej úrovni, ale aj na emocionálnej a psychologickkej úrovni. Deti na nás pôsobia v 360 stupňoch – sú stále okolo nás a potenciálne po zvyšok nášho života. Táto obrovská záťaž ma zasiahla až vtedy, keď som sa sama stala matkou. Predtým som nemala ani len potuchy, o čo vlastne ide. Praktizovala som filmovú verziu materstva – „narodeninové torty, šteniatka a hranie sa v parku“.

Vidíte, nikto nám nehovorí o druhej strane rodičovstva a čo to s nami rodičmi robí na psychologickkej úrovni. Neverím, že by niekto

z nás pred rodičovstvom vedel o tejto „temnej stránke“. Nevedeli sme o všetkých tých chvíľach, keď budeme absolútne bezmocní a bezradní, a nebudeme vedieť, ako zvládnuť nespočetné množstvo situácií, ktoré nám rodičovstvo prináša. Možno sú naše deti šikanované alebo nedokážu udržať krok v škole, alebo nezapadajú medzi svojich rovesníkov, alebo odmietajú ísť študovať na vysokú školu, alebo ich zneužíva ich partner. Nikto nám nedá súpravu nástrojov, ktorými by sme mohli opraviť tieto srdcervúce situácie, však? Nie, my sme ponechaní na naše vlastné, zle koncipované zariadenia. Určite nás nikto neupozorní na to, ako zničené sa môžeme cítiť, keď nás naše deti odmietnu alebo odmietnu náš vplyv či našu autoritu, alebo ako nezrelo môžeme na toto odmietnutie reagovať. Nie, sme vrhnutí na šire more tohto emocionálneho vzťahu – možno najemocionálnejšieho z nášho života – bez pádla, záchrannej vesty alebo mapy.

Už dvadsaťpäť rokov pomáham rodičom a držím ich za ruku pri ich vzostupoch a pádoch. Počas tohto všetkého pokorne vnímam tento jedinečný, komplexný vzťah, ktorý nikdy neprestane odhaľovať univerzálnosť ľudskej skúsenosti. Ako odborníčka a zároveň matka som vyvinula veľmi špecifický prístup pomoci rodičom a deťom pri uzdravovaní sa: *vedomé rodičovstvo*. Moja prvá kniha na túto tému, *Vedomý rodič*, bola vydaná v roku 2010. Stala sa bestsellerom *New York Times*, predslov k nej napísala jeho svätosť Dalajláma, podporil ju Eckhart Tolle a Oprah Winfreyová ju nazvala revolučnou. Odvtedy som o rodičovstve napísala tri ďalšie bestsellery. Možno vás zaujíma, prečo je práve táto kniha taká odlišná, a tu je dôvod: moje predchádzajúce knihy o rodičovstve boli nápomocné pri načrtnutí toho, čo je a prečo je dobrá vedomá výchova. Táto kniha je odpoveďou na otázku ako. Rodičia ma čoraz častejšie žiadali o to, aby som im poskytla mapu, podľa ktorej by mohli postupovať krok za krokom, a zmeniť tak svoj vzťah s deťmi. A tu to majú – mapu, na ktorú čakali.

Neviem ako vy, ale keď som zrazu mala vychovávať vlastné dieťa, nemala som vôbec potuchy, ako na to. Iste, dovtedy som pomohla stovkám rodičov, ale tieto skúsenosti mali len malý vplyv na výchovu môjho vlastného dieťaťa. Je to úplne iný príbeh, keď ide o vaše vlastné dieťa, ktoré musíte vychovávať, však? Všetci môžeme byť odborníkmi na životy iných ľudí, ale keď ide o náš vlastný, určite to nie je také jednoduché!

Môžem vám úprimne povedať, že keby som sa neriadila zásadami vedomého rodičovstva, nielenže by som zničila zmysel pre hodnotu u môjho dieťaťa, ale bola by som aj veľmi nešťastná a stal by sa zo mňa nenaplnený človek. Túto knihu som napísala preto, aby som vám poskytla to, čo by som si priala vedieť, keď som bola mladou matkou – čiže konkrétnu príručku, ako vychovávať svoje deti.

Dovoľte mi, aby som vás vopred varovala: to, čo sa chystáte čítať, vám zmení život. Keď dočítate túto knihu, je dosť pravdepodobné, že celý váš pohľad na seba a na tých, ktorých milujete, sa zmení od základov. Preto to môže byť pre vás náročné čítanie. Zistíte o sebe veci, ktoré by vám potenciálne mohli vyraziť dych hneď niekoľkokrát. Po dočítaní tejto knihy možno už nič nebude ako predtým. Z každej strany počúvam, že všetky moje knihy sú v tomto smere revolučné. Prečo? Sú ničiteľmi paradigiem, meničmi kultúry, transformátormi matrixu. Moje knihy spochybňujú status quo. Pichajú do vašich obmedzujúcich presvedčení a odhaľujú vaše disfunkcie. Rozbíjajú každú falošnú predstavu, ktorú ste mali o sebe, svojich deťoch a svojom živote, a nútia vás konfrontovať vašu realitu v jej obnaženej brutalite. Moje knihy vás nabádajú, aby ste sa prebudili a vymanili zo všetkých vzorcov, ktoré vás vyčerpávajú.

Tento druh knihy vyžaduje od čitateľa odvahu, smelosť a hľadanie pravdy. To, že ste sa dostali až sem, znamená, že tieto vlastnosti už máte. Nevzdávajte sa ani vtedy, keď slová v tejto knihe budú odhaľovať

alebo pichať do miesta, v ktorom cítite surovú bolesť. Urobte si chvíľku čas. Zamyslite sa nad tým, čo k vám prichádza. Slová majú provokovať, burcovať, posúvať, otriasať a podnieť vás, aby ste mysleli a konali úplne novými spôsobmi. Naše deti si zaslúžia rodičov, ktorí sú dostatočne odvážni na to, aby sa zbavili starých spôsobov bytia a konania, a ktorí prijímajú nové spôsoby spojenia sa so svojimi deťmi. Takýmto rodičom môžete byť aj vy. To, že ste si vybrali túto knihu, znamená, že ním už ste.

Ako rodičia sa nachádzame v kritickom období. Nikdy predtým sme nemuseli súperiť s tlakom tak rýchlo sa rozvíjajúceho technologického sveta. Naši rodičia mali obavy o náš budúci úspech, ale dnešní rodičia sa obávajú úplne iných vecí. Vidíme, ako sa svet mení okolo nás tak rýchlo, že sami nedokážeme držať krok. Sme plní bezmocnosti a strachu. Čo robíme s týmito obavami? Premeníme ich na vysoké očakávania a vyvíjame tlak na naše deti, aby boli ešte dokonalejšie, ako sa očakávalo od nás. Naše deti cítia tento tlak – haló, a ešte ako! Vo víne je pravda: poruchy duševného zdravia sú na vzostupe v doteraz nevidanej miere bez vyhliadky na pokles. Naši tínedžeri sa v alarmujúcej miere sebapoškodzujú a neraz to vedie k samovražde. Úzkosť a depresia medzi našou mládežou dosiahli nevýslovnú úroveň. Naše deti majú problémy a my sa často cítime ako bezmocní pozorovatelia.

Pravda je však takáto: nie sme bezmocní a nemusíme byť iba divákmi. Môžeme urobiť veľa, len musíme vedieť ako. Tieto stránky vám v tom pomôžu. Ukážu vám, ako môžete zo svojho vzťahu s deťmi odstrániť trosky a začať budovať nový vzťah – taký, v ktorom sa ako rodič budete cítiť posilnený a spojený. Ak začnete postupovať podľa krokov uvedených v tejto knihe, postupne (a niekedy aj okamžite) začnete byť svedkami seizmických zmien vo vašej dynamike s deťmi. Stratégie vedomého rodičovstva budú pre vás majákom, keď opustíte

hustú džungľu zmätku, v ktorej ste možno uviazli, a presuniete sa k úplne novému spojeniu s vašimi deťmi.

Vedomé rodičovstvo nie je pre zbabelcov. Je pre odvážnych a statočných. Je pre narušiteľov vzorcov a práškačov bublín – pre tých, ktorí sa odvážia opustiť dav a začať odznova, aj keď to znamená, že budú musieť byť chvíľu sami. Aj keď je to desivé – a nebudem vám klamať, je to desivé –, vedomé rodičovstvo je príslubom niečoho, čo by ste vo výchove nikdy predtým nenašli: stelesnením autentického spojenia medzi vami a vašimi deťmi, ktoré vám umožní cítiť si to, kým každý z vás je, bez toho, aby ste sa museli uchýľovať k manipulácii alebo kontrole. Vedomé rodičovstvo hovorí o spojení, v ktorom sa obaja môžete postaviť k svojej hodnote s vlastníctvom a oslavou. Ak je tento druh spojenia niečo, po čom ste tak túžili, potom je táto kniha určená práve vám.

Vedzte, že už len tým, že ste tu, ste urobili prvý krok k veľkej premene vášho rodičovstva a vášho života. Už len tým, že ste sa ukázali, ste vyhlásili, že váš status quo je neprijateľný. Pamätajte, že nie všetci rodičia sú schopní načúvať výzve vedomého rodičovstva. Lenže vy nielenže počúvate túto výzvu – vy na ňu odpovedáte.

Vedomé rodičovstvo má moc dať každému z nás to, po čom sme vždy túžili: hlboký a trvalý pocit vnútornej hodnoty. Nie je táto túžba byť skutočne videný a uznaný pre svoju vnútornú hodnotu niečo, po čom všetci hlboko v duši túžime? Každý človek túži cítiť slobodu byť tým, kým autenticky je, bez odsudzovania, pocitu viny alebo hanby. Aj naše deti po tom hlboko túžia a práve tu sa skrýva úžasná pravda: vedomé rodičovstvo vás môže naučiť, ako túto túžbu naplniť. Keď vaše deti začnú byť vnímané také, aké sú – odhliadnuc od toho, čo od nich očakáva spoločnosť –, môžete si byť istí, že neexistuje väčší dar, aký by mohli dostať, ako to, že im bude umožnené byť samými sebou.

Chcem sa vám v ich mene poďakovať.

Poďme na to!

Úvod

Puto s vašimi deťmi je ako žiadne iné.
Dá vám oboje – superschopnosti
a zároveň vám zlomí srdce.
Rozšíri vás do nekonečnej neobmedzenosti
a zároveň vás rozdrví na kašu ničoty.
Zapáli a inšpiruje vašu kreativitu a predstavivosť
a zároveň zničí vaše fantázie a sny.
Bude to najväčší učiteľ a transformátor vašej duše
a zároveň najväčší nepriateľ a rozbuška vášho ega.
Je tu na to, aby vás oživilo a pozdvihlo do najväčších výšok
a aby vás vytrhlo a pokorilo na najnižšiu úroveň.
Tieto právomoci má len toto puto
a je to jediné puto, ktorému dovolíte
tento stupeň bezmocnosti.

Váš vzťah s deťmi je ako žiadny iný, a to hneď z dvoch dôvodov: 1) Sú vašou úplnou zodpovednosťou – od okamihu ich narodenia až do dosiahnutia dospelosti a potom ešte nejaký čas. 2) Žiadne dve deti nie sú rovnaké. Z týchto dvoch odlišných dôvodov je tento vzťah jedným z najnáročnejších, najhrôzostrašnejších a najkomplikovanejších, ktorému budeme niekedy čeliť. Aby prežil a prosperoval, musia sa o tento vzťah starať rodičia pomocou jedinečného súboru zručností a nástrojov.

Pretože „pochádzajú z vás“ – či už biologicky, alebo nie –, vaše deti sú vašou najväčšou zodpovednosťou, preto je miera vašej investície

do ich blaha a náklonnosti k nim nesmierne vysoká. Takýto vzťah nemáte k žiadnemu inému človeku vo vašom živote, iba k vašim deťom. Toto spojenie má potenciál vytvárať euforickú radosť, keď všetko ide tak, ako má, ale aj veľkú úzkosť, frustráciu a bolesť, keď všetko nejde tak, ako má.

Môžete sa vykašľať na ostatných dospelých vo svojom živote. Priateľstvá môžu byť prerušené alebo môžu zaniknúť. Vzťahy sa skončia. Dochádza k rozvodu. No vaše spojenie s deťmi? Nie. Sú vaše, v dobrom aj zlom; zostávate s nimi. Vaše jediné dve možnosti sú vedome prijať namáhavý výstup na horu – so všetkými jej vynechanými zákrutami, strmými svahmi a vyčerpaním – alebo spadnúť z útesu do ostrej priepasti odlúčenia.

Druhým dôvodom, prečo je tento vzťah ako žiadny iný, je, že sú to „deti“. Toto slovo som dala do úvodzoviek z istého dôvodu. Deti sú jedinečná kategória ľudí. Riadia sa iným súborom pravidiel, majú iný mozog a musíte sa s nimi rozprávať iným jazykom. Myslím si, že podceňujeme, aké veľké sú rozdiely medzi nami a nimi. Myslíme si: *Aké ťažké to môže byť? Sú to len menšie verzie nás.*

Deti *nie* sú naše menšie verzie. Sú to ľudia ako my, ale tým sa podoba končí. Na všetkých ostatných úrovniach sa s nimi nemôžeme porovnávať. Sú úplne odlišné. Keďže sa nevybavíme nástrojmi, aby sme sa s touto odlišnosťou vyrovnali, situáciu naďalej kazíme. Väčšina dospelých nie je vybavená na komunikáciu v jazyku „dieťa“. Navštevovali ste niekedy kurz KidSpeak alebo ste sa učili o KidPsychology na strednej škole? Iste, niektorí z vás možno absolvovali kurz detskej psychológie, ale to sa nedá porovnať s tým, keď máte svoje vlastné deti a spoznávate ich spôsoby.

Tým sa dostávame k drsnej a krutej realite rodičovstva: bez ohľadu na to, kde sa nachádzame v cykle výchovy našich detí, zažívame obrovský tlak vedomia, že sme za ne zodpovední, a zároveň si plne