

The background of the entire page is a dense, repeating pattern of overlapping circles. Each circle is drawn with a thin, light gray line, and they are scattered across the white background in various sizes and orientations, creating a textured, bubbly effect.

ČÁST DRUHÁ  
OBJEVTE  
NOVÉ NÁVYKY



# 6

## HRAČKY

**Příběhy o změně:** Sara K., Washington D.C.

*Sara měla k harampádí vždycky averzi. Byla odhodlaná neměnit svůj přístup ani tehdy, když se jim s manželem narodil nyní dvouletý syn. Jenomže na batole se lepí hračky jako vosy na med. Sařina rodina musela nakonec zavést pár nových návyků, aby hračky celou domácnost úplně nepohltily.*

*Tím prvním je pravidelné snižování stavu. Jednou za pár měsíců Sara projde celou krabici s hračkami a ty, které už nejsou oblíbené, odloží stranou a dá na charitu.*

*Druhý zvyk je zapříčiněn velikostí bytu, který má jen 75 metrů čtverečních a není v něm samostatný dětský pokoj. Synovy hračky pobývají v otevřeném obývacím pokoji s jídelnou, takže pravidelné uklízení dvakrát denně se stalo nutností a nakonec i první synovou domácí prací. Před odpoledním a večerním spánkem svědomitě ukládá knihy do polic, hračky do košíků a autíčka ke zdi – a bere si tak do života cenná ponaučení.*

*Třetím zvykem jsou časté návštěvy knihovny a parků. Amazon nás všechny pokouší pravidelnými e-maily nabízejícími nejoblíbenější knížky a hračky, ale Sara si neustále připomíná, že nedaleko jejich domu je dobře vybavená knihovna a několik dětských hřišť. Každý týden si půjčí a vrátí několik knih a cestou z knihovny si užijí zábavu na veřejných atrakcích, které jsou součástí parku.*

*Sara vždycky dávala přednost životu bez harampádí, ale s příchodem dítěte do rodiny a domova se o něj musela začít snažit trochu vědoměji. A třebaže si zažila mnoho zoufalých chviliek, zjistila, že stačí jen trocha přemýšlení a energie a život bez harampádí je zcela možný i s dětmi. Jen je občas potřeba trochu více přemýšlení.*

## Změňte své myšlení

Hračky nejsou věci, se kterými se dá hrát. Jsou to stavební kameny budoucnosti našich dětí. Učí děti o světě a o nich samotných. Vysílají určitá sdělení a komunikují hodnoty. Moudří rodiče proto myslí na to, jaké základy hračky jejich dětem stavějí.

Přemýšlejí také o tom, kolik hraček dětem dávají. Většina dětských pokojů je dnes zaplněna hračkami až po strop, ale rodiče, kteří o věcech více přemýšlejí, se učí množství hraček omezovat.

Chápu, že menší množství hraček je dětem z dlouhodobého hlediska ku prospěchu.

Učí se být tvořivější. Příliš velké množství hraček dětem brání v rozvoji představivosti. Dva němečtí zdravotníci (Strick a Schubert) provedli pokus, při němž přesvědčili děti z jedné třídy mateřské školky, aby se na tři měsíce zbavily všech svých hraček. Ze začátku se děti sice nudily, ale postupně začaly k vymýšlení her používat své okolí a představivost.<sup>9</sup>

Děti si rozvíjejí schopnost děle se na něco soustředit. Když mají v životě příliš mnoho hraček, má to na jejich schopnost udržet si pozornost negativní vliv. Jen stěží se naučí plně ocenit hračku, kterou mají před sebou, když na polici za nimi je tolik dalších možností.

Děti si budují lepší sociální dovednosti. Ty, které mají méně hraček, se učí, jak budovat mezilidské vztahy s dalšími dětmi a dospělými. Učí se vzájemným ústupkům a kompromisům při hovoru. A existují studie, které spojují pozitivní dětské přátelské vztahy s větší pravděpodobností úspěchu jak v akademické sféře, tak ve společenských situacích v dospělosti.<sup>10</sup>

Děti se učí lépe se o věci starat. Když mají příliš mnoho hraček, je přirozené, že se o ně budou méně starat. Nenaучí se cenit si jich, když mají vždy po ruce náhradu. Pokud vaše dítě hračky neustále ničí, zkuste mu jich pár vzít. Brzy se naučí lépe se o ně starat.

Děti naleznou větší zálibení v četbě, psaní a umění. Menší množství hraček jim umožní zbožňovat knihy, hudbu, vybarvování a malování. Lásky k umění jim pomůže více ocenit krásu, emoce a komunikaci.

Děti budou nápaditější. Při kvalitním vzdělávání se studentům nepředkládá hotová odpověď, ale poskytují se jim nástroje k vyřešení problému. Při zábavě a hraní lze uplatnit stejné zásady. Když mají děti méně hraček, musejí být vynalézavější a řešit problémy pouze pomocí toho, co mají po ruce. A vynalézavost je dar s nekonečným potenciálem.

Děti se mezi sebou méně hádají. Může vám to připadat nelogické a mnozí rodiče jsou přesvědčeni, že čím víc hraček, tím méně hádek, protože děti budou mít k dispozici více možností. Často je ale pravdou opak. Sourozenci se kvůli hračkám handrkují. Pokaždé, když do jejich vztahu přidáme další hračku, přidáme jim důvod vymezit

si mezi ostatními své „teritorium“. Sourozenci s méně hračkami jsou naopak nuceni sdílet, spolupracovat a hrát si společně.

Děti se učí vytrvalosti. Ty, které mají příliš mnoho hraček, se příliš brzy vzdávají. Když mají nějakou hračku, které nemůžou přijít na kloub, brzy ji odloží a vymění za nějakou snazší na pochopení. Děti, které mají hraček méně, se učí vytrvalosti, trpělivosti a odhodlání.

Děti jsou méně sobecké. Když dostanou, co chtějí, jsou přesvědčeny, že mohou mít všechno, co kdy budou chtít. Tento přístup rychle vede k nezdravému (a nevhodnému) životnímu stylu.

Děti si více užívají přírody. Ty, které nemají sklep plný hraček, si velmi pravděpodobně budou více hrát venku a vyvinou si kladný vztah k přírodě. Také budou nejspíš fyzicky aktivnější, a tím pádem zdravější a šťastnější.

Děti se naučí hledat uspokojení jinde než v obchodě s hračkami. Opravdovou radost a spokojenost v hračkárně nikdy nenajdete. Děti, které byly vychovány tak, aby si myslely, že své touhy mohou uspokojit něčím, co si koupí, věří stejně lži jako jejich rodiče. Je naopak potřeba je povzbuzovat, aby život nepodřizovaly kultuře, která je obklopuje, a nacházely radost v tom, co je skutečně trvalé.

Děti žijí v čistějším a uspořádanějším domě. Pokud máte děti, dobře víte, že harampádí z hraček se může rychle rozšířit po celém domě. Méně hraček má za následek uklizenější a zdravější dům nezanesený zbytečnostmi.

Nejsem proti hračkám. Jsem jen pro děti. Udělte těm svým dnes laskavost a omezte množství jejich hraček. (Jen jim neříkejte, že jsem vás k tomu vyzval já.)

## Objevte nové návyky

Za posledních pár let jsme podnikli několik cílených kroků, abychom snížili počet hraček v našem domě. Občas nám připadá, že tuhle válku vyhráváme, jindy máme pocit, že jsme poraženi. Možná to dobře znáte.

Bez ohledu na pocity, které se ze dne na den mění, ale existuje několik velmi praktických tipů, které vám mohou pomoci snížit množství hraček v domě. Doufejme, že vám dodají odvalu a povědou k vítězství ve válce se zbytečnými hračkami.

Konkrétní „ideální počet“ hraček se popravdě bude lišit rodinu od rodiny (pokud vůbec nějaký ideální počet existuje). Každý z těchto tipů se snad ale bude hodit těm, kteří vědí, že ideální počet je nižší než ten, který mají teď.

**Budte přesvědčeni, že méně je více.** Stejně jako každý projekt, který má za cíl omezit množství zbytečností nebo něco zjednodušit, i tady je nutné začít s upřímným přesvědčením, že mít toho méně je lepší a žádoucí. Předpokládám, že když jste si vybrali tuhle knihu a pročetli se prvními kapitolami až sem, tak s tímto tvrzením už souhlasíte.

**Rozeberte svou motivaci pro nákup hraček.** Většina dětí si hračky nekupuje sama – kupuje jim je někdo jiný. Pokud jich máte doma příliš, začněte u sebe. Proč je jich u vás tolik? Zdravý náhled na vlastní motivaci může být důležitým vodítkem k vyřešení problému.

**Zvolte si kvalitu místo kvantity.** Vám i vašim dětem budou prospěšnější hračky, které vyberete kvůli jejich kvalitě (co se týče provedení) a účelu, než hračky, které nakoupíte pouze proto, aby jich bylo dost. A opět, příliš mnoho hraček vás bude beztak rozptylovat od těch, které jsou skutečně důležité.

**Často v hračkách provádějte čistky.** Okamžitá razie na zbytečné hračky vám dost pravděpodobně jen prospěje. Zbavení se hraček, které už nikdo nepoužívá, je skvělý způsob, jak začít, a nemělo by vám to ani trvat moc dlouho. Čisté nepoužívané hračky dejte do krabice a darujte je nemocnici, neziskové organizaci, místní farnosti, ubytovně pro bezdomovce, dětskému domovu, škole nebo charitě. Ty, které jsou špinavé nebo rozbité, prostě vyhoďte. Takové čistky provádějte pravidelně a nebojte se zacházet hlouběji (i mezi hračky, které se čas od času používají).

**Vyomezte hračkám omezený prostor.** Je jedno, zda to bude krabice, nádoba v polici nebo skříň. Jakmile bude prostor plný, nebude místo na žádné nové hračky. Pomozte svým dětem tohle pravidlo pochopit a jasně určete hranice. Budou-li chtít něco přidat (o Vánocích nebo narozeninách), budou se muset nejprve něčeho zbavit.

**Vyhradte si na nákup pouze určitou částku.** Pokud si vyhrazujete předem určené částky na nákup jiných věcí (potravin, oblečení, zábava), chápete, jak vám toto pravidlo může pomoci držet útratu na uzdě. Pokud tento způsob nepoužíváte, začněte tím, že si vyčleníte měsíční/roční částku na nákup hraček a tu nepřekročíte. Dodržování předem určené částky vám pomůže omezit nákup hraček.

**Nepodléhejte módě.** Firmy vyrábějící hračky přicházejí s neotřesitelnou pravidelností každých pár měsíců s novou módní hračkou a uměle k ní vytvoří náležitě haló. Když se jim to povede, tohle haló se dostane do hlavního kulturního proudu a přestane vám připadat umělé. Jenže umělé je a aura skvělosti kolem dané hračky vždycky časem vybledne. Nemusíte tomu podléhat jen proto, že to dělají všichni ostatní rodiče.

**Udržujte si zdravý realistický přístup k firmám vyrábějícím hračky a hračkárnám.** Možná vám tvrdí, že jejich cílem je vaše děti



vzdělávat, ale jejich rozhodující faktor je obvykle trochu jinde. Neznamená to, že jejich hračky nemají žádnou vzdělávací hodnotu, jen je dobré si jejich motivaci uvědomovat, a lépe tak porozumět tomu, co tvrdí.

**Vyhýbejte se dvěma verzím stejné hračky.** Místo toho chtějte po sourozencích, aby se naučili sdílení, štedrnosti, spolupráci a kompromisu.

**Najděte si místní půjčovnu hraček.** Zkuste si hračky místo kupování půjčovat.

**Méně sledujte televizi.** Marketingoví pracovníci jsou odborníci na formování tužeb mužů i žen, mladých i starých. Teď si představte, že jim dáte hodinu denně na to, aby formovali mysl vašich dětí – a hned vám dojde, že proti nim nemáte šanci.

**Nepodléhejte záchvatům vzteku v obchodě.** Pokaždé, když v obchodě podlehnete vzteklému záchvatu dítěte, jen abyste se vyhnuli dlouhé scéně, povzbudíte dítě, aby to příště udělalo znovu. Brzy se naučí, jak s vámi manipulovat. Nedělejte si starosti se scénou na veřejnosti. Moudří rodiče v obchodě vás budou respektovat za to, že nepodléháte – a ti hloupí si mohou vzít ponaučení.

**Připravte své dítě na moudrá rozhodnutí.** Zahrňte ho do procesu zbavování. Pomáhejte jim se rozhodovat, které hračky by měly zůstat a které by měly jít pryč. Přinese jim to užitek i v dospělosti. Copak vy si nepřejete, aby vás to rodiče naučili?

**Naučte je vážit si jiných činností.** Přestože mají všechny děti přirozenou tendenci inklinovat k určitým aktivitám, rozšiřujte jim obzory a pravidelně jim představujte nové činnosti, které se netočí kolem hraček.

**Omezte i své hračky.** Děti se vždy nejlépe učí příkladem. Pokud vždy potřebujete mít nejmodernější oblečení, technologie nebo jiné

produkty na trhu, budou na tom vaše děti stejně. A bylo by absurdní čekat něco jiného.

Udržovat si menší množství hraček nikdy nebude snadné. Vždy bude potřeba cíleně o tom přemýšlet. Ale výsledkem také vždy bude, že vaše dítě více ocení to, kým je, než co vlastní. A to za to stojí.

## Osvobodte svůj domov

Kdybyste měli popravdě zhodnotit množství hraček u vás doma, řekli byste, že jich máte příliš mnoho, moc málo, nebo tak akorát?

Když jste poprvé začali hodnotit množství hraček, jaký typ vám na mysli vytanul jako první? Autíčka, panenky, řemeslné potřeby, velké plastové hračky? Je to oblast, kde by bylo dobré začít se snižováním počtů?

V kolika místnostech doma hračky máte? Je možné některé hračky přesunout a z jedné místnosti (nebo dokonce ze dvou) je úplně odstranit?

Jaké hmotné hranice jste hračkám u vás doma vytyčili? V čem je uchováváte? Máte něco, co byste mohli začít pro tento účel používat (skříň, polici, stěnu)? Neprospěl by vašemu dítěti ještě menší prostor na hračky?

Napadly vás při čtení této kapitoly nějaké nezdravé motivace k nákupu hraček? Co můžete udělat, abyste je omezili?