

Vše o čarodějnicích, lidožroutech, tygrech a duševním zdraví

Pohádka

Žil byl jeden chlapeček jménem František, který se měl stát příkladem moderně a vědecky vychovávaného dítěte. Jeho otec a matka četli odbornou literaturu, chodili na přednášky a snažili se obeznámit se všemi do té doby známými a posvátnými způsoby výchovy dítěte. Věděli, jak u dítěte v raném dětství vznikají neurotické symptomy a strach. S těmi nejlepšími úmysly se tedy rozhodli, že vychovají dítě, které nebude trpět úzkostmi a nebude mít neurotické sklony.

Matka Františka kojila, přechod na tuhou stravu a nácvik na toaletu proběhl správným způsobem a v doporučené době. Františkova sestřička se narodila podle přesného časového plánu, aby mu její narození nezpůsobilo žádné trauma. Není třeba zdůrazňovat, že ho rodiče na narození sestry připravovali ověřenými technikami. Sexuální výchova byla otevřená a důkladná.

Rodiče u Františka vždy vysledovali veškeré možné zdroje strachu, které následně podle vlastního plánu systematicky odstraňovali. Měnili a upravovali dětské rýmovačky a pohádky. Myšky si nikdy neutrhly ocásek a lidožrouti místo lidského masa

jedli ovesné vločky. Čarodějnice a černokněžníci neprovozovali zlá kouzla a bylo možné je napravit ne příliš přísným trestem nebo jemnou výtkou. V pohádkovém světě stejně jako v tom Františkově nikdo neumíral. Když mu zemřela nemocná andulka, rodiče mrtvého ptáčka odstranili, a ještě než se František probudil z odpoledního spánku, opatřili mu nového. Vzhledem ke všem těmto opatřením bylo velmi obtížné najít vysvětlení, proč se u Františka objevoval strach. Ale on skutečně strach míval.

Ve dvou letech se mnoho dětí bojí, že zmizí ve vodovodním odpadu. Také František se zcela nezávisle a bez vlivu nějakých svérázných společníků začal bát, že ho vcucne odpad ve vaně.

Přestože se ho rodiče snažili na sourozence připravit, neměl z narození sestry žádnou radost a kul pikle, jak se jí zbaví. Mezi ty humánnější nápady patřil návrh, aby rodiče odnesli dítě zpátky do obchodu (a to navzdory té důkladné a komplexní sexuální výchově).

A to zdaleka nebylo vše. V době, kdy se děti budívají ze spánku, protože mají zlé sny, míval František také ošklivé sny. Zcela nepochopitelně (vždyť víte, že lidožrouti byli ve Františkově dětství úplně polepšení) Františka ve snu pronásledoval obr, který ho nakonec snědl!

A to pořád nebylo všechno. Navzdory milosrdným čarodějnicím, které byly součástí chlapcovy výchovy, se František čarodějníků zbavoval po svém. Aby zmizeli, nechal jim ve svých příbězích useknout hlavu.

Co z této moderní pohádky vyplývá? Čeho je důkazem? Copak nezáleží na tom, jakým způsobem své dítě vychováváme? Jsou fráze o správné výchově pouhým výmyslem vědců? Měli bychom přestat věřit na odborná doporučení týkající se krmení,

nácviku na toaletu a sexuální výchovy? Má dodržování určitých zásad pro duševní zdraví dítěte vůbec nějaký význam?

Rodičovská moudrost a porozumění ve spojitosti s krmením dítěte, nácvikem na toaletu, sexuální výchovou a disciplínou podporují lásku a důvěru dítěte. To potom lépe dokáže ovládat svoje tělesné potřeby a impulsy, a tím si upevňuje duševní zdraví. Ale úkolem dokonalé výchovy v raném věku není odstranit veškerou úzkost nebo úskalí, která prostupují celým světem dítěte a existují i v každém stadiu jeho vývoje.

Neměl by nás vystrašit fakt, že není možné, aby dítě vyrůstalo bez prožívání úzkosti. Každé stadium ve vývoji člověka má svá vlastní úskalí a nebezpečí. Nakonec zjistíme, že pokud budeme dětem ze života pečlivě odstraňovat všechna strašidla, lidožrouty a mrtvé andulky, jejich psychickému vývoji tím vždycky neprospějeme. Mnohým dětským strachům se vyhnout nelze. A ani to není zapotřebí. Samozřejmě děti záměrně nevystavujeme hrůzostrašným situacím a ani se sami jako strašidla nechováme, ale pokud se v životě dítěte nějaká strašidla, lidožrouti či mrtvé andulky objeví, je obvykle nejlepší se k tomu postavit čelem a pomoci dítěti, aby to mohlo udělat také tak.

Máme sklon zaměřovat dvě věci. Úzkost není neuróza. František z naší pohádky se za daných okolností neprojevuje jako neurotické dítě. Bojí se odpadu ve vaně? Mnohé dvouleté děti prožívají stejný strach. Takové chování nesignalizuje nutně něco závažného. Zdají se mu děsivé sny o obrech? Téměř všechny děti předškolního věku to tak občas mají. Nemá rád svoji malou sestřičku, ačkoliv ho na narození sourozence odborně připravovali? Narození miminka je natolik velká změna, že žádné předběžné vysvětlování nemůže dítě dostatečně připravit na *skutečné* miminko a *skutečný* prožitek rozdělení a sdílení

rodičovské lásky. Nicméně příprava dítěte na narození sourozence je velice důležitá a mnoho věcí ulehčuje.

Vodovodní odpad, sny o obrech ani nevídaný sourozenec u dítěte ke vzniku neurózy nevedou. Budoucí duševní zdraví nezáleží na přítomnosti či nepřítomnosti lidožroutů ve fantazijním životě dítěte nebo na tom, co obři žerou, dokonce ani na jejich počtu či na tom, jak často se objevují. *Vše záleží na tom, jak dítě problém s lidožrouty vyřeší.*

Osobnostní vývoj dítěte je závislý na tom, jak dítě se svými iracionálními strachy zachází. Může se stát, že mu strach z obrů, lupičů a divokých zvířat vtrhne do života tak, že se začne vůči vlastním představám různých nebezpečí cítit bezradné a zranitelné. Následkem toho se u něj vyvine submisivní, hrůzou naplněný postoj k životu. Toto řešení samozřejmě není vhodné a dá se očekávat, že bude mít v budoucnosti na duševní zdraví dítěte určitý vliv. Pokud se dítě chová, jako by všude cíhalo ať už reálné, či fantazijní nebezpečí, a ono musí být pořád ve střehu nebo připravené k útoku, pak bývá jeho osobnost poznamenána rysy přílišné agresivity či vzdorovitosti. Takové řešení zjevně také nepovažujeme za vhodné. Obvykle ale děti iracionální strach překonají. A tím je nastolena nejzajímavější otázka ze všech. Jak se jim to podaří? Protože dítě je prostředky k překonání strachu vybaveno. Dokonce již ve dvou letech života disponuje neuvěřitelně komplexním systémem duševních schopností, který mu umožňuje předvídat a vyhodnocovat nebezpečí, bránit se mu a překonávat ho. To, zda dítě tuto svoji výbavu dokáže úspěšně užít v praxi, však záleží především na rodičích, kteří je učí tento systém používat. To znamená, že pokud rozumíme přirozené povaze dětského vývoje a stránkám osobnosti, jež mají kladný vliv na duševní zdraví, jsme na nejlepší cestě dítěti pomoci vyvinout jeho vlastní vnitřní zdroje pro překonávání strachu.