

Když rodiče pečují příliš

Odcizování člověka přírodě se stává fenoménem posledních dob. Jedná se o změnu způsobu života jednotlivců, rodin a společností v rozvinutých státech v důsledku vědecko-technické revoluce. Lidé navíc sebe samé přestali vnímat jako integrální součást přírody a mnohdy přírodní a přirozené věci odsuzují jako odporné nebo je popírají.

PhDr. KATEŘINA JANČAŘÍKOVÁ, Ph.D.

Jedním z důsledků odcizování člověka přírodě je syndrom příliš nebo také intenzivně pečujícího rodiče – rodiče totiž vlastně popírají existenci různých přirozených ochranných mechanismů a snaží se mít vše pod kontrolou.

V anglosaských zemích se *helicopter-mother syndrom* či *helicopter parents syndrom* nazývá podle toho, že rodiče (nejčastěji ovšem matka) poletují kolem dítěte jako helikoptéra. V českém prostředí se spojení matka-helikoptéra nepoužívá, ale již jsem v podobném kontextu slyšela výraz matka-stihačka.

Jedná se převážně o rodiče jedináčků a o ty, kteří se stali rodiči spíše v pozdějším věku. O své dítě pečují s láskou, ale tak nějak příliš... Ono *příliš* se projevuje v mnoha rozličných oblastech, jako je například ochrana před nebezpečím pádu či úrazu, úzkostná čistotnost, neprodlené uspokojování všech potřeb, přání a tužeb dítěte, impulzivní zásahy do vztahů

v dětském kolektivu atd. Takoví rodiče všechno dělají s láskou, považují se za vynikající rodiče a na rodičovství stavějí vlastní identitu. Někdy také odsuzují rodiče, kteří se tak nechovají nebo tak nepostupují.

I Přílišná ochrana před nebezpečím pádu

Stále více rodičů, především matek, se snaží své děti chránit i v běžných situacích, při nichž hrozí nanejvýš poškrábání nebo modřina. Matky na

hřišti nesedí na lavičce a neodpočívají, ale pobíhají za dítětem a dávají mu na prolézačkách „záchranu“. Často také dětem zakazují aktivity zcela neškodné, například šplhat po skluzavce opačným směrem, nebo dokonce rychle běžat.

Ve skutečnosti děti potřebují mnohem méně ochrany, než si dnešní maminky myslí. I malé dítě předškolního věku si umí pohlídat, aby neleželo tam, odkud by mohlo spadnout, nebo aby nedělalo nějakou činnost, která je nad jeho síly. Tuto autoregulač-

ní schopnost je třeba trénovat, jinak vyhasne. A to se právě mnoha dětem intenzivně pečujících matek stává. A děti – zvláště v kolektivním zařízení – jsou úrazem ohroženy více. Hlídkání a přílišná pomoc dítěti škodí.



Mezi mým nejstarším a nejmladším dítětem je rozdíl 12 let. Za tu dobu se zcela proměnily maminky, které se mnou trávily čas na hřištích. Zatímco při pobytu na hřišti s nejstarším synem jsme společně s ostatními maminkami seděly na lavičkách a povídaly si, když jsem doprovázela na hřiště nejmladšího, seděla jsem na lavičce sama, ostatní maminky běhaly za svými dětmi a hlídaly je, aby nespadly. Občas se dokonce snažily hlídat nebo ukáznovat mé dítě (*Nedělej to, abys nespadl!*) a několikrát mě důrazně upozornily, že bych ho měla jít hlídat, protože *se mu určitě něco stane*.

Samozřejmě jsou situace, kdy je opatrnost namístě. Jedná se především o možnost střetu s automobilem nebo pádu do hluboké vody. Ale není žádný důvod zabráňovat dítěti lézt na kládu ležící na zemi nebo mu stát za zády při hře na dětském hřišti.

Mnohé děti ve věku 1–3 roků reagují na přílišné omezování pohybu vztekem a maminky s nimi mají velké problémy.

I Přílišná ochrana před nebezpečím úrazu

Podobně jako některé maminky ochraňují děti před pádem, často je i přehnaně chrání před rizikem úrazu. Zakazují jim nejen používat nůžky, nože, jehly a další ostré nástroje, ale děti na ně dokonce ani nesmějí sahat. Výsledkem je pochopitelně to, že s nimi děti manipulovat neumějí a někdy se po nich sápu tak divoce, že se skutečně poraní.

Pokud nahlédneme do historických knížek, zjistíme, že čtyřleté holčičky se učily šít a v pěti letech už mamince pomáhaly sešít pokrývku ze zbytků látek. Předškolní děti obou pohlaví chodily dříve každý den se srpem na trávu a mlíčí pro králíky. A srp – představte si to! – si samy nesly v košíku. Kluci-předškoláci štípali sekerou třísky. O krájení chleba, sýra nebo čištění zeleniny ani nemluvě. Není divu, že dnes

Moje babička měla dvě průpovídky, jimiž reagovala na drobné úrazy a nehody: „Nešikovné maso musí pryč!“ a „Co tě nezabije, to tě posílí.“ Neumím si představit, že by dnes nějaký pedagog podobně vysvětloval rodičům, že *se přece nic nestalo*.

odborníci popisují stále se zhoršující jemnou motoriku dětí. Jak ji mají dnešní děti rozvíjet, když jim to rodiče nedovolí? Náhradní vymyšlené aktivity rozvoji motoriky nikdy nenapomáhají tak jako přirozené pracovní situace.

Sofinka je dvouletá holčička, první dcera v rodině. Maminka si o ní myslí, že je hyperaktivní a vzteklá, a popisuje, že *s ní má velké trápení*. Ve skutečnosti je Sofinka zcela normální šikovná holčička, která má ráda pohyb. Hyperaktivitou a vztekem reaguje na omezování pohybu matkou, jež dosahuje nevídaných rozměrů. Její maminka se bojí, aby neupadla a neodřela se, a tak Sofinka nesmí běhat, ale musí jezdit v kočárku, a pokud už má chodit, tak rozhodně *neběhat, ale hezky za ručičku*. Matka se Sofinkou nechce ztratit kontakt – vždy ji nějakým způsobem drží nebo ji má přivázanou v kočárku, ve kterém se Sofinka často vzteká, protože chce chodit. Když se – velice zřídka – Sofince povede matce utéci, uhání rychle pryč, matka ji honí, což mnohdy skutečně skončí pádem a někdy i odřeným kolenem. Matka se tak jen utvrdí v představě, že Sofinka sama chodit, natož běhat nemůže. Matka si vůbec neuvědomuje, že by Sofinka neupadla, kdyby za ní neutíkala. Poslední „vychytávkou“ bylo vodítko s kšíry na dítě, jež zakoupila a které používá vlastně stále. Myslím, že se oběma uleví, až Sofinka nastoupí do mateřské školy.

Samozřejmě není dobré, když se dítě nástrojem zraní, ale cesta k tomu, aby se nezranilo, vede přes dozorované používání, nikoli přes zákaz se nástroje dotknout.

I Úzkostná čistotnost

Dalším projevem intenzivního rodičovství je příliš úzkostná snaha, aby prostředí, ve kterém se dítě pohybuje, bylo zbaveno všech nečistot, alergenů a „hrozivých“ bakterií.

Reklamní slogany upevňují v matkách představu, že všechny bakterie jsou špatné a nebezpečné, že jen prostředí oslnivě zářící čistotou je to pravé. Ve skutečnosti tomu tak není. Svět bez bakterií by nemohl existovat ani den, a dokonce i špína má svůj význam.

Podle tzv. **hygienické hypotézy formulované Davidem P. Strachanem** (1989) a u nás rozvíjené **Jaroslavem Flégrem** a **Janem Černým** stojí přehnaná čistota za nárůstem alergií v posledních dekádách. V prostředí bez zvířat, úzkostlivě udržovaném různými chemickými čistícími přípravky, nemá dětská imunita možnost se správně rozvíjet. Pro normální imunitu je důležitý kontakt s nečistotou a patogeny, např. helminty (roupy, škrkavkami). Maminky ztrácejí značné množství času přehnaným úklidem, zakazují dětem domácí zvířata – věrné kamarády – a nakonec zjistí, že mají doma alergika nebo astmatika...

Jistá hygienická pravidla je samozřejmě třeba dodržovat, ale i zde platí známé *všeho s mírou*.

I Neprodlené uspokojování všech potřeb i přání

Obchody nabízejí rodičům širokou paletu spotřebního zboží určeného výhradě dětem. V reklamách se objevují hračky, hry, značkové oblečení, pochutiny... Není možné odsuzovat děti, že nabídce neodolají a přejí si stále víc.

Intenzivně pečující rodiče mají představu, že *dobrý rodič pořídí dítěti všechno*, nebo alespoň *všechno, co může*, a to nejlépe ihned. A protože své děti mají rádi, snaží se ze všech sil. A děti si zvykly, že jejich přání a touhy jsou

naplňovány ihned nebo nejpozději do druhého dne. Mnohé z nich si věci ani jídla neváží, neprožívají štěstí, když je dostanou, ženou se okamžitě za další představou nového dárečku.

Děti, jejichž potřeby i přání jsou naplňovány ihned, mají podobné rysy. Nedávno jsem popsala jejich projevy jako Dudleyův syndrom.

Dudleyův syndrom (Dudley Dursley syndrom)

je nazván podle bratrance Harryho Pottera, známého hrdiny spisovatelky J. K. Rowlingové. Osobně tento termín používám v širším kontextu pro popis jedinců, kteří nemají nikdy dost, resp. které nepoznali nedostatek. Jsou to děti, které nemají nikdy dost v jídle, pití (především co se týče slazených nápojů) ani v nákupu hraček a dalších věcí spotřebního charakteru. Emilie Strejčková o nich hovořila již v 90. letech jako o dětech, které jsou zvyklé, že jejich potřeby se uspokojují tak rychle, jako když se klikne tlačítkem na počítačové myši. Ovšem tehdy se vyskytovaly ojediněle, dnes jich stále přibývá. Tento jev je spojen také s nedostatečným prožíváním štěstí (dítě se podobně jako Dudley neraduje, že dostalo 32 dárků, ale zlobí se, že jich dostalo méně než loni).

Věci štěstí nepřinášejí. Malí Dudleyové nejsou šťastní ani nebývají oblíbení. I v tomto ohledu je přílišná snaha rodičů kontraproduktivní.

Je třeba pozitivně hodnotit existenci skautských nebo podobných oddílů, ve kterých vedoucí nechťejí od rodičů peníze na košile nebo jiné vybavení, ale vedou děti k tomu, aby uměly svá

přání odložit, a na žádanou věc dokonce přispět.

V prostředí mateřských škol je vhodné ukazovat dětem, že i naplňování základních potřeb (strava, tekutiny, teplo) je jistým procesem – že není všechno hned a na počkání. I předškolák si může sám namazat chléb pomazánkou apod.

Impulzivní zásahy do vztahů v dětském kolektivu

Intenzivně pečující rodiče zasahují rovněž do vztahů v dětském kolektivu. Matka-stíhačka řeší vztahy za své dítě. Nedá mu prostor, aby si s nepřijemnostmi a konflikty poradilo samo. Její reakce je navíc často přehnaná a neadekvátní situaci, protože dítě jí konflikt vylíčko jen ze svého pohledu.

Následně se dítě intenzivně pečujících rodičů nenaučí řešit konflikty a do budoucího života si odnáší velký sociální handicap, dostává nálepku žalobníčka, ztrácí kamarády apod. Anebo se vzepře a rodiče ze svých vztahů vypudí.

Odkládání dospělosti

Intenzivně pečující rodiče vlastně odkládají zrání dítěte a činí z něho bezmocné, bezbranné a nemocné malé stvoření. Některé děti se vzeprou – a konflikt mezi nimi a rodiči je dlouhodobý a bolestný. Nicméně se osamostatní. Jiným jedincům to však vydrží až do dospělosti – nejsou schopni si najít partnera, i ve 30 letech stále bydlí s rodiči (mamahotel), mají problémy v práci, protože nedokážou nést následky svého chování a rozhodovat se. A dostanou-li se k nějakému nástroji, stávají se terčem posměchu, protože ho neumějí používat.

Velkým mezníkem v dětství je i **nástup dítěte do první třídy**. Jak jistě uhodnete, intenzivně pečující

Znám dva případy, kdy matky doprovázely své syny na přednášky na vysoké škole. A oba chlapci, kteří byli na základní a střední škole samostatní stejně jako jejich vrstevníci, na vysoké škole již v osamostatňování hluboce zaostávali. Oba dnes mají lékařskou diagnózu. Samozřejmě je neznám tak dobře, abych mohla s jistotou říci, že mám pravdu, ale nemohu se ubránit dojmům, že nemoc nebyla příčinou příliš intenzivního mateřského chování, ale že to bylo právě naopak.

jící rodiče často bezdůvodně žádají o odklad školní docházky. Právě v tomto období ovšem mají učitelky mateřských škol velkou možnost intervence, protože maminky s nimi mnohé záležitosti konzultují. Naskýtá se tedy jedinečná příležitost maminky osvobodit od všech jejich strachů a mylných představ o dokonalé péči a mateřské lásce. Intenzivní rodičovství škodí dětem. Intenzivní rodičovství škodí i samotným rodičům, protože frustrace, kterou prožívají, když jim dítě vzdoruje, je dlouhodobá a silná. Podobně je velice frustrující provozovat mamahotel i v 60 letech a nedožít se vlastních vnoučat.

Ukažte maminkám (a tatínkům), že štěstí a sebezpětí nelze stavět na mateřství/otcovství – vždyť děti jsou jen návštěvníky našich domovů a životů.

Dříve nebo později nás opustí a stanou se dospělými. Tak to má být. A k dospělosti

vede cesta – osamostatňování se je proces, který začíná v předškolním věku, nebo vlastně

hned v okamžiku narození. ■

Autorka působí jako vedoucí Centra environmentálního vzdělávání a výchovy a zároveň jako odborná asistentka katedry biologie a environmentálních studií PedF UK



V oddíle Royal Rangers, který navštěvuje můj syn, mají hezký zvyk – členové si na oddílové košile vydělávají sběrem papíru. Každý musí nasbírat a dovést určité množství starého papíru. Starší členové přispívali do společné kasičky na košile i prodejem vlastnoručně vyrobených kabelek a perníčků. Trvalo celý rok, než si na košile vydělali. Ale jakou z nich děti měly radost!