

## DĚTSKÁ PSYCHOLOGIE

PhDr. Dana Krejčířová, dětská klinická psychologička, FTN Krč  
(záznam besedy, kurz „Máma na vozíku“, duben 2006)

### **Může ovlivnit míra aktivity maminky v těhotenství budoucí aktivitu dítěte?**

Míra aktivity na aktivitu děťátka vliv nemá, jde o temperamentový rys, který je ovlivněn spíše geneticky. Pokud je temperamentově aktivní maminka nebo tatínek či oba rodiče, je pravděpodobné, že podobnou míru aktivity bude mít i jejich potomek.

V těhotenství je důležité spíše emoční prožívání, které má na dítě velký vliv, neboť dítě zažívá emoční prožitek spolu s matkou. Například deprese nebo úzkost se na dítě přenáší, a to vlivem vylučovaných hormonů (např. stresový hormon kortisol), vlivem změny metabolismu, zvýšení srdečního tepu, dýcháním). Díky tomu lze ale děťátku také říct, jak moc se na něj těšíme a jak ho máme rádi. Vztah k dítěti nezačíná narozením, ale jakmile o něm víme.

Pro uklidnění lze ale říci, že pokud v těhotenství prožijeme nějaká traumata, neznamená to, že dítě bude poznamenáno na celý život, ale musíme být připraveny na to, že se může do budoucna něco objevit (např. vyšší úzkostnost, poruchy chování). Těmto poruchám lze ovšem dalším působením předejít nebo je ovlivnit.

### **Co mám dělat, pokud se budou spolužáci ve škole dítěti posmívat kvůli mému hendikepu?**

Dá se říci, že v mateřských školkách se s posmíváním nesetkáme, pokud nebudeme mít smůlu na nevzdělané, hrubé rodiče. V předškolním věku děti nemívají s odlišnostmi problém, přijímají je dobře. Problémy mohou nastat ve školním věku. Ať bude na tuto situaci dítě sebelíp připraveno, může se stát, že ho poznámka raní. Děti si ale ve školním věku najdou na každém něco - ať už křivý nos, zrzavé vlasy či to, že nosí brýle.

Důležité je, aby téma rodiče na vozíku nebylo v rodině tabu. Už od mala dítěti musíme vysvětlovat, proč to tak je a podle jeho možností příčiny objasnit. V ranném věku řekneme, že má maminka nemocné nožičky, a proto musí mít vozíček a přidáme i vysvětlení, jak se to stalo. Později v předškolním věku přidáme informaci z anatomie o páteři a inervaci. Dítě by mělo cítit, že se smí na cokoli zeptat, žádné téma není tabu, je důležitá otevřená komunikace.

Z počátku se asi dítěte spolužáci ve škole zeptají, proč je jeho maminka na vozíčku, ona neumí chodit? Pokud my budeme s dítětem jednat otevřeně a doma se naučí o tomto tématu běžně hovořit, vysvětlí i dítě spolužákům a kamarádům beze studu, že má maminka nemocné nožičky, a proto vozíček potřebuje. Děti toto vysvětlení přijmou a je pravděpodobné, že se budou posmívat spíše za odstávající uši.

### **Může již vzniklou situaci ve třídě ovlivnit vychovatel či učitel? Je vhodná spolupráce se školou?**

Pokud budou učitelé ke spolupráci ochotní, tak není důvod s nimi nekomunikovat. Ovšem učitele nevychováme a pokud nebudou chtít situaci řešit, tak s tím moc nenaděláme. Je to podobné jako v situaci šikany. V takových případech je potom lepší změnit školu.

Výborné jsou integrační školy, kde jsou děti i učitelé daleko vstřícnější k různým odlišnostem či hendikepům.

Pokud je náš syn agresivní k dětem, které se posmívají jeho mamince, měly bychom ho naučit jiný způsob obrany, který je pro školní normy přijatelný. Můžeme například vymyslet seznam reakcí na urážky, které vezmou posmívajícímu se dech, ale nesmějí být vulgární. Např. *Víš co? Odpádluj, Tvá máma má zase tlustej zadek.*

### **Může mít vliv na vývoj děťátka matka s tetraplegií střídavá péče více osob?**

To, že máma je jediná a výlučná osoba, ke které musí dítě navázat vztah, je jedním z rozšířených mýtů. Ve skutečnosti všechny děti navazují několik vztahů. Mají mámu, se kterou je to tak a tak, tátu, se kterým zase trochu jinak, babičku, která znamená to a to, asistentku... Důležitější spíše je, aby každý měl svůj styl péče a komunikace a byl s dítětem pravidelně. Od matky tetraplegičky dítě potřebuje, aby si s ním co nejvíce povídala, natáhly se společně do postele, maminka se nad děťátkem naklonila a povídaly si. Můžeme napodobovat mimiku děťátka, což vede k lepšímu vyladění. Imitujeme intuitivně, ale dá se na to i zaměřit pozornost a tím vyladění napomáhat. Děťátko tak zažívá, že je pro maminku důležité, učí se komunikovat a ví, že mu druzí rozumějí. Komunikace je mnohem důležitější než fyzická péče.

Co by se ale nemělo dít, je střídání asistence. Pro vytvoření vztahu je potřeba určitý čas, a proto by se neměla asistence střídát po 14 dnech, ale měla by být alespoň měsíc (raději však déle – ½ roku).

Ukazuje se, že děti, které vyrůstají v rodinách, kam chodí více lidí (babičky, tety) bývají méně úzkostné a lépe snáší jakékoli změny.

Pokud žijeme s prarodiči, musíme si jasně vymezit své role. Naši rodiče mají tendenci nás stále brát jako své děti (jimiž skutečně jsme a budeme celý život), ale měli by nás uznávat jako dospělé. Základ rodiny by měli tvořit rodiče a děti. Babičky a asistenti jsou pro nás důležití, jsme rádi, že nám pomáhají, že tu jsou, jsme jim za to vděční, ale neměli by přejímat odpovědnost. Neměli by brát svou dceru na vozíku a její dítě jako své dvě děti, sourozence.

Nejlepší je, pokud s námi nebydlí a chodí jen na pravidelné návštěvy a nejsou s námi stále. Pokud to ovšem z různých důvodů (zejména finančních) nejde a my si nemůžeme dovolit placenou asistenci, je vhodné zajistit separaci a úzdravu vztahů alespoň na dobu určitou – například na rok. Poté se můžeme vrátit zpět, ale už v jiné pozici.

### **Jak říci dítěti, že jsem rozdílná?**

Děťátku to říkáme již od narození. Například když pláče, tak mu povíme, že já mu teď pomoci nemůžu a že někoho zavolám – ono sice nerozumí slovům, ale velmi dobře rozumí tomu, co říkám, za pomoci tónu hlasu, intonace. Pokud od dítěte odcházím, také bych mu měla říci, že jdu pryč, dítě tak pozná, že se něco stane, ale neděje se nic zlého, a zklidní se. Jakmile dítě rozumí slovům, můžeme přidat informaci o tom, že má maminka nemocné nožičky a ručičky a jak se to stalo a již v předškolním věku se zmínit o souvislosti s páteří. Tyto informace pak dítě může stejně zopakovat zvědavému kamarádovi.

### **Pokud po dítěti něco chceme a ono se „šprajcne“, co s tím?**

Děti se „šprajcují“ všechny. Jde o zdravý vývoj. Dítě vždycky najde slabou stránku rodiče. Nejprve se s tím setkáme v období vzdoru (cca od 1,5 roku) a později pak v pubertě, ovšem vzdor se může objevit i kdykoliv jindy. V batolecím věku, v období vzdoru, se dítě učí říkat ne a hledá si hranice. Musíme se připravit na to, že k ne přidá i bolestné poznámky – jsi na mě krátká, nemáš na mě, nebudu tě poslouchat, nemám tě rád, nechci tě, jdi pryč, nebo uteče. Batole si potřebuje získat samostatnost, zkouší hranice, zažívá, že je samostatná bytost, že může říkat ne, ale že je tu současně někdo, kdo mu určí hranice, které musí respektovat. V tomto období může být pro rodiče těžké udržet si pocit kompetence, zejména pokud nemá nad dítětem fyzickou převahu. Převahu můžeme ale projevit i jinak než fyzicky, a to tím, že dítěti dáme najevo: *Jsi moc malý na to, abys mě rozházel. Srovnej se, tohle ti stejně nedovolím.* Jde o to sdělit dítěti, že to, co si myslím a chci, je správné.

Druhé období je pak období puberty, která v dnešní době začíná již okolo 11. roku věku. V 11 letech je rodič ten nejhloupější člověk na světě. V 16 letech je už víceméně normální, není

ani svatý, ani nejhoupější. Děti by měly mít právo a prostor vzdorovat a říct, že jsme hloupí a že něco nechtějí. Mají mít právo zlobit, vyjádřit, že mají vztek a zlobí se, že někdy cítí lásku, někdy jsou naštvané. Důležitý je i postoj partnera, měl by být pocit rovnosti obou partnerů. Velkou a důležitou oblastí je problematika dítěte jako asistenta. Děti by v žádném případě neměly být vedeny k tomu, že jsou tu od toho, aby dělaly asistenta. Neměly by mít pocit moc velké odpovědnosti. Dítě by mělo vědět, že není samozřejmost, že pomáhá, že jsou i jiné cesty, jak lze pomoc zajistit, a to že je starost maminky. Dítě například nesmí mít pocit odpovědnosti za to, co by se stalo, kdyby odjelo na výlet. Měli bychom mu říci: *Můžeš jet, já si to umím zařídit.*

Dítě by mělo cítit, že si pomoc sama zařídím. Někdy je dobré mu říci, že pomoc nechci, že je dítě a s ním si chci hrát, že své starosti si vyřeším sama, dítě má na starosti to, aby si pěkně s dětmi venku zahrálo s míčem (nezaměřovat na školu či jiné povinnosti, ale na hru). Říci mu „Tohle já zvládnou, moc se těším, až si spolu pohrajeme, popovídáme.“

Přiměřeně bychom měli také dávkovat pomoc v domácnosti, a to spíše o trochu méně, protože dětem přibude občas povinnost něco donést, někam doskočit apod. Dítě by mělo mít přiměřené povinnosti jako je škola, vynést koš apod., vždy by ale mělo mít čas si i pohrát, jít ven. Je proto lépe využít placenou službu, než zatěžovat své děti, je-li to možné.

Pokud se dítě dostane do role parťáka, je více ohroženo šikanou. Každé přetížení znamená určité přetížení ve vývoji, dítě pak je úzkostnější a může trpět rozličnými neurotickými problémy (váhavost, zakřiknutost, pedantičnost, neklid, strachy, zlobení, agrese) a ztratí schopnost být spontánní.

### **Jak se postavit k různým činnostem jako je např. cévkování?**

Není důvod z toho dělat problém, lepší je pojmout věc tak, že v naší rodině to tak je a je to normální. Nemělo by se to ovšem vynášet mimo rodinu. Pokud se běžně cévkujeme v autě, tak u toho rodina může být, ale pokud pojedeme s kamarádkou dcery, tak už ne. Musí být jasně odlišeno, které věci se dělají v rodině intimně.

Dítě by nemělo být z takových činností zcela vyčleňováno. Jakmile je něco intimní a pro dítě zakázané, začne cítit, že jsou v rodině tabu, o kterých se nemluví a prožívá, že je něco špatné, podezřelé.

Pokud je k cévkování potřeba asistence je dobré, aby se to dítě v určitém věku naučilo, aby to umělo, když by bylo nutně potřeba, ale určitě by nemělo asistovat pravidelně.

### **Měla by asistovat u cévkování i dcera otci? Nemůže to nějak ovlivnit její psychický vývoj?**

Jsou situace v životě, kdy se skoro každý dostane do pozice závislého na svých dětech a děti pomáhají svým rodičům – například ve stáří, kdy se prarodič dostává do role dítěte, může být inkontinentní a také mu pomáháme s hygienou. Toto platí i pro asistenci u cévkování otce. Pro děti to je mnohem menší problém než pro nás, tyto věci je netrápí. Ovšem za žádných okolností bychom s nácvikem neměli začínat v pubertě! Buď před (před 11. rokem) a nebo až puberta pomine (po 16. -17. roku). Starší předškoláci mohou být účastni cévkování, neměli bychom je odhánět.

Pokud se stane nehoda, tak dítěti vysvětlíme, že se to občas stává. Dítě by nemělo pravidelně pomáhat, ale mělo by umět pomoci v nouzi, pokud není jiná možnost. Pokud by se dítě smálo, tak mu opět vysvětlíme, proč k nehodě došlo.