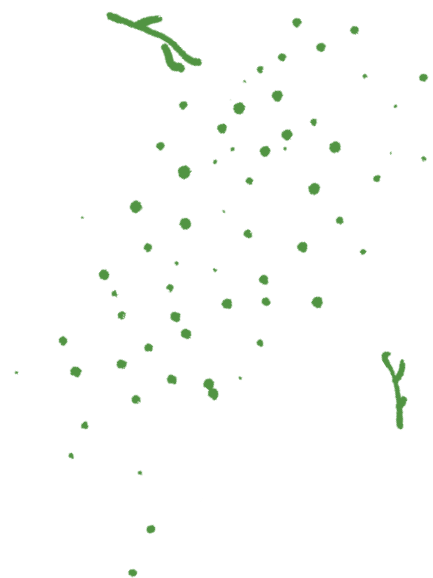


VROZENÉ POTŘEBY

„Děti, vyrazíme na procházku,“ oznamuje máma svým třem dcerám. Zatímco Sylva se nadšeně přezouvá, Nina je dál ponořená do hry s legem a Tereza pokračuje ve čtení.

Máma se snaží Ninu a Terezu motivovat představou jejich oblíbeného hřiště. Bez úspěchu. Nina si chce s legem dohrát záchranu králíčka, Tereza si chce dál číst v klidu a pohodlí svého pokoje. Sylva už otvírá dveře – těší se, jak bude jezdit na skluzavce hlavou dolů.



Varianta A:

Máma zavelí, že prostě ven půjdou, protože ven se přece chodí každý den. Nina s Terezou se jdou neochotně obouvat. Sylva se sice těší na hřiště, ale radost jí kalí dusná atmosféra – všichni jsou naštvaní, nikdo s nikým nemluví. Po příchodu na hřiště si Nina s Terezou teatrálně sedají na lavičku a otráveně se ptají, když už se půjde domů.

Varianta B:

Máma se na chvíli zastaví a zamyslí se. Co jednotlivé členy rodiny láká ven? Kdo má jaké potřeby?

Já (máma) chci na chvíli změnit prostředí, být venku, na vzduchu, slunci. Chvíli si sednout, jen tak se dívat, zastavit se na moment. To mi doma moc nejde.

Sylva potřebuje pohyb, akci, změnu, vybití energii. Na to je hřiště nebo



blízký lesík dobrý prostor. Nina touží pokračovat ve hře s postavičkami. Má ráda harmonii a pohodu. Je jí celkem jedno, jestli doma nebo v lese. Tereza potřebuje hodně času o samotě, v soukromí. Tam může trávit čas ve svém světě – číst si, přemýšlet apod. Po rychlém zmapování potřeb členů rodiny nabízí máma procházku venku jiným způsobem:

„Je odpoledne, bylo by fajn vyrazit ven. Můžeme to vzít přes hřiště do lesíka. Na hřišti si Sylva užije skluzavku a pak budeme hned pokračovat do lesa. Nina tam může postavit lesní hrad pro své postavičky, které zabalíme s sebou, Tereza si může na dece číst a Sylvu možná nadchne stavění bunkru.“ Pak proběhla ještě krátká diskuze, co, kdo, kde a s čím opravdu chce venku podniknout a co je tedy třeba zabalit. Ale všichni se už naladili na společnou výpravu ven.

Chtělo to sice trochu času na promyšlení a znát potřeby jiných členů rodiny, ale za pár minut opravdu všichni vyráží. Někdo kvůli skluzavce a bunkru, jiný s batohem plným postaviček a kousků látek, třetí s knihou a dekou. A nesmí chybět ani dostatečně velká svačina pro všechny.

Najednou má trávení času venku pro jednotlivce větší hodnotu a rodině přináší příjemné společné zážitky.



? Stává se vám někdy, že děti dělají to, co by dělat neměly? Nebo nedělají to, co od nich očekáváte? Zkoušíte je motivovat, ale nic nefunguje?

Abyste věděli, „jak na dítě“, potřebujete nejdřív vědět, kým vlastně je. S čím přišlo na svět a vy to nemůžete změnit.

Vrozený typ osobnosti ho totiž ovlivňuje víc, než si připouštíte. Ano, mozek je plastický a vy můžete na dítě výchovně působit. Ovšem pouze do určité míry.

Nastavení mozku při narození dítěte určuje další vývoj jeho osobnosti směrem k určitému typu. Toto nastavení nemají všichni lidé stejné a dítě může mít úplně jiné nastavení, než jeho rodiče. Ti sice dali dítěti do vínku nějaký genetický potenciál, ten se ale během vývoje v děloze určitým způsobem rozvinul.

? Do čeho se promítá vrozené nastavení mozku?

Především určuje, jaké dovednosti se budeme v životě učit snadno a jaké nám tak dobře nepůjdou. Například někdo se přirozeně vcítuje, jiný se empatii musí učit na základě logiky. Někdo tíhne ke stabilitě a osvědčeným postupům, jiný preferuje hledání nových cest. Někdo potřebuje mít vše naplánované, jiný se raději přizpůsobuje aktuální situaci. Výchovou můžeme dítě trochu ovlivnit, ale ne jeho vrozené nastavení změnit.

Vrozená nastavení mozku mají různí lidé různá, ale dají se v nich vysledovat určité společné prvky, které lze kategorizovat do skupin, neboli 16 typů osobnosti. Vždy čtyřem z nich jsou společné tzv. vrozené potřeby, které jsou hlavním zdrojem vnitřní motivace člověka nejen v dětství, ale i v dospělosti.





Proč ve výchově myslet na vrozené potřeby?

My jako rodiče můžeme přirozený vývoj osobnosti dítěte podporovat, nebo mu, byť nevědomě, bránit. Výsledkem druhého přístupu může být snaha dítěte plnit naše očekávání nebo se jim naopak vzdírat – váš tlak na to, aby bylo dítě jiné, vyvolává protitlak. Navíc se dítě kvůli tomu vyvíjí v rozporu se svou přirozeností a v dospělosti může mít proto malou sebeúctu. Protože pocit, že „takový, jaký jsem, jsem v pořádku“ (samozřejmě neubližuju-li přitom druhým lidem), se vytváří už v dětství – na základě toho, jak dítě přijímají a hodnotí ti, kterým nejvíc důvěřuje – jeho rodiče.

Není třeba si vyčítat, co jste ve výchově udělali špatně. Stačí začít myslet na to, jak lépe můžete naplňovat vrozené potřeby vašeho dítěte. Aby se mohlo stát tím nejlepším, kým může být – samo sebou.



Jak na vrozené potřeby?

Především je potřeba méně hodnotit a více pozorovat. Místo hodnocení „zlobí“ nebo „je hodný“ pátrejte po tom, PROČ se dítě chová určitým způsobem. Stejně chování dětí totiž může mít příčinu v různých vrozených potřebách. Až když budete vědět, jaké vaše dítě je a jakou vrozenou potřebu nemá v dané chvíli naplněnu, má smysl volit způsob, JAK reagovat.

Díky znalosti vrozených potřeb dítěte můžete také předvídat, co bude dítěti vyhovovat či co mu bude vadit, a vaše plány a představy tomu uzpůsobit. A pokud se situace vyvine způsobem, který bude z hlediska vrozených potřeb dítěte nevýhodný, můžete alespoň vyjádřit, že jeho potřebám rozumíte.





Proč by i rodiče měli znát své vrozené potřeby?

Odhalovat vrozené potřeby dítěte může být pro rodiče náročné. Dobré je proto na začátku zmapovat, s jakými vrozenými potřebami jsme přišli na svět my rodiče. Ať totiž chceme, nebo ne, vnímáme dítě často ze svého úhlu pohledu – optikou svého vlastního typu osobnosti, skrze vlastní potřeby.

I když se snažíme nezaujatě pozorovat jeho chování, máme tendenci si ho interpretovat (vysvětlovat) po svém – vidět za ním nikoliv potřeby dítěte, ale své vlastní. Pokud známe dobře potřeby své i dětí, snadněji najdeme vhodné řešení mnoha situací.

Porozumění dětským potřebám nám komplikuje také to, že dítě se svým typem teprve učí být a nevyrůstá ve vakuu. Učí se mimo jiné tím,



že napodobuje chování svých rodičů (někdo více, jiný méně). Chcete-li tedy odhalovat vrozené potřeby dítěte, měli byste pořád myslet na to, jestli některé jeho projevy nejsou spíš „vaše“ – dítě zkouší, jestli mu budou vyhovovat (a zase je brzy opustí), nebo třeba podvědomě vnímá, že mu tak přirozené nejsou, ale plní vaše očekávání, aby si zasloužilo lásku nebo mělo klid. Proto je důležité, aby svůj typ znal především rodič – může pak vědomě odlišovat, co je (asi) napodobování a co přirozenost dítěte.

V neposlední řadě je dobré si uvědomit, že i naše potřeby vstupují v různých situacích do hry. Vy plánujete, co budete s dětmi dělat. Vy nastavujete režim nebo naopak necháváte věci plynout a vadí vám, když na vás někdo tlačí. Nenaplňování vašich potřeb se promítá do vaší nálady a dlouhodobě může způsobovat vyčerpání a stres. Budete-li zapomínat na své potřeby, nebudete spokojeni vy ani vaše děti.

Čím víc budete rozumět sobě, tím otevřenější můžete být k vnímání potřeb vašich dětí. A právě ve zvyšování citlivosti a porozumění různým potřebám během trávení času venku vám může pomoci tento průvodce.