



Zuzana Axmannová

5 + 1 tipů na knihy, které i Vás přivedou ke šťastnému a spokojenému rodičovství

Řešíte někdy konflikty s dětmi? Nepsou vám? Dělají si co chtějí? Jste už vyčerpaní z neustálého napomínání, zakazování? Jak nastavit **hranice**, aby byly plné **svobody**?
Přečtěte si jak **díky svobodné výchově, respektu a lásce dosáhnout spokojeného a šťastného rodičovství.**

5 + 1 tipů na knihy, které i Vás přivedou ke šťastnému a spokojenému rodičovství

Řešíte někdy konflikty s dětmi? Neposlouchají vás? Dělalí si co chtějí? Jste už vyčerpaní z neustálého napomínání, zakazování? Jak nastavit **hranice**, aby byly plné **svobody**? Přečtěte si jak **díky svobodné výchově, respektu a lásce dosáhnout spokojeného a šťastného rodičovství.**



Jsem **šťastná a spokojená máma** – díky **svobodě**, kterou jsem se naučila svému synovi dopřát. Baví mě inspirovat další rodiny a navádět je k zamyšlení, protože vím, že mně samotné to funguje a jsem přesvědčena, že **svobodná výchova a svobodné vzdělávání** má smysl, pokud víme jak na to.

Prohlášení: Tento materiál je informačním produktem. Jakékoliv šíření nebo poskytování třetím osobám bez souhlasu autorky je zakázáno a je porušením autorského zákona, které může být stíháno. Děkuji za pochopení a respektování tohoto sdělení.

Moje zkušenost

Jsem **šťastnou a spokojenou mámou** Kryštofa, který mi dnes a denně ukazuje, jak je důležité dát dítěti **svobodu**, a zároveň umět nastavit **hranice**.

Již v jeho 10 měsících jsem se přesvědčila (a nejen já, ale i okolí), že výchova s láskou, respektem a rozumem, **vede ke spokojenému dítěti**, tudíž i šťastnému rodičovství. Dá se tak předejít konfliktům, nedorozuměním, frustrujícím situacím, kterým nejedna rodina čelí.

Než jsem se stala mámou, patřila jsem mezi lidi, kteří si užívají **svobodného** života (cestovala jsem, žila několik let v zahraničí), zkoušela jsem spoustu věcí od zaměstnání až po podnikání. S kamarádkou pracujeme na projektu pro

dospělé – učíme je hrát si. Doučuji angličtinu již několik let. Nyní jsem také **certifikovanou lektorkou znakové řeči pro batolata**, více informací v mém článku [Jak jsem se stala znakovou lektorkou](#).



Dokud jsem neotěhotněla, všude jsem tvrdila, že s příchodem dítěte se vůbec nic nezmění, život prostě půjde stejně dál, jen s přítomností dalšího človíčka. Nepřisuzovala jsem tomu žádnou váhu, prostě jsem to neřešila.

V průběhu těhotenství jsem začala číst (asi jsem měla najednou více času – když mi zakázali létání po světě, lezení na skalách, potápění).

Dostala se ke mně kniha **Koncept kontinua** od Jean Liedloff.

A pak už to byla smršť: **Vychováváme děti a rosteme**

s nimi od Naomi Aldort, Kopřivovi a jejich **Respektovat a být respektován**, atd. [Seznam všech mých oblíbenců naleznete na mém webu, v článku Moje knihovna, zde.](#)

Byla jsem nadšená, ale i zmatená a začala jsem cítit obrovskou **zodpovědnost** v roli rodiče. Pozorovala jsem okolí, jak to ti rodiče vlastně mají a moc společného s tím, co jsem se všechno dozvěděla z knížek, to většinou nemělo.



Aby toho nebylo málo, narazila jsem na dokument o **Summerhilu**, svobodné škole. Ten den jsem zhlédla snad dalších deset videí o **svobodném učení** a toto téma mě naprosto uchvátilo. Začala jsem ve svém okolí hledat stejné nadšence. Všem jsem o tom s nadšením vyprávěla. Podařilo se mi narazit na velký okruh lidí (rodičů), kteří upřednostňují lásku a respekt k dětem, **svobodu vzdělávání**.

Začali jsme se scházet s ostatními rodinami a hledat řešení jak naše děti podpořit ve **svobodném vzdělávání**. Naším cílem je založit “školu” svobodného učení. Zjistila jsem, že všichni tito lidé jsou i stejně naladěni ohledně výchovy, praktikují již **svobodnou výchovu** déle než já a také jim to funguje, což mě jen utvrdilo v mém přesvědčení a poslání předávat tyto informace dále. Více info v naší fb skupině: [Svobodné učení](#)

Při hledání vhodného místa, kde se můžeme scházet a svobodně vychovávat a vzdělávat naše děti jsme narazili na několik úskalí:

- financování
- vhodné prostory
- nepochopení rodiny a okolí
- míra svobody
- nastavení hranic



Nejen díky knihám, ale hlavně našim sdíleným zkušenostem jsme nyní mnohem dále s projektem (ale o tomto již v jiném e-booku). Jen chci vyzdvihnout, že i díky **změně přístupu ve výchově** jsem nyní šťastnou a spokojenou mámou.

Co se týče **svobodného vzdělávání** – věřím, že do doby, než můj syn (a v budoucnu i ostatní mé děti) bude povinný školní docházka, budu již mít dostatek financí k otevření svobodné “školy.”

Nyní intenzivně hledám prostory a další spoluzakladatele a nadšence pro vytvoření svobodného prostředí pro nás i naše děti. Pokud se také zajímáte přidejte se k nám do skupiny na fb: [Svobodné učení](#)

Již jsem se dočkala i uznání ze strany partnera, který má možnost pozorovat každodenní dění a také nahlídnout mezi své vrstevníky, kteří své děti vedou jiným způsobem. Zde nechci tvrdit, že špatným, to v žádném případě, určitě dělají vše jak nejlépe dovedou, jen třeba neví, jak lze docílit ještě **harmoničtějšího soužití všech**.

Proto jsem se rozhodla napsat **e-book 30ti denní výzva pro rodiče**. Chci rodičům pomoci jednoduchých “úkolů” ukázat i jiný přístup k výchově/vzdělávání.

Věřím, že pokud opravdu budeme postupovat dle jednotlivých dnů, budeme schopni za měsíc vidět rozdíl a pocítíme to nejen my, ale i děti a určitě si toho všimne i okolí. Jsem přesvědčena, že takto mohou být potom **všichni šťastní a spokojení** stejně jako jsem já. Odzkoušeno, prověřeno, funguje to! A přitom je to tak jednoduché – zvládnou to všichni rodiče i děti.

Pokud se tedy chcete i vy přestat trápit, pokud vám připadá, že už nevíte jak na ně, pokud jste unaveni z věčného okřikování, zakazování, nadávání, nebo pokud jste třeba jen zvědaví jak to jde dělat “jinak,” je tu pro vás můj **e-book, má 30denní výzva** – troufáte si? ;)

A nyní už se pojďme podívat na ty zázračné knížky, o kterých můj e-book vypráví.

Proč jsem (o nich) začala psát?

Jelikož jsem si všimla, že **občas všichni bojují s výchovou dětí**, chtěla bych předat své zkušenosti a poznatky, které jsem vyčetla a následně se jimi řídím při výchově mého syna.

Jsou to také posbírané zkušenosti od maminek z okolí a proto vím, že fungují.

Především chci, ať jsou **všechny děti šťastné!** Když vidím na ulici jak nějaká maminka na dítě křičí a poučuje ho, je mi z toho smutno. Víím, že to myslí dobře, že dělá pro své dítě jen to nejlepší co umí, proto píšu tento e-book, abych mohla šířit myšlenku toho, jak to jde dělat jinak – **s láskou, s respektem k dětem a svobodnou výchovou.**

Co všechno se můžete v knihách dozvědět?

- ?? Jak nastavit hranice, aby se děti cítily dostatečně svobodně.
- ?? Jak přenést zodpovědnost na děti, aby to ustály obě strany (děti i rodiče).
- ?? Jak připravit prostředí, abychom je nemuseli neustále poučovat a křičet po nich.



Existuje řada “výchovných” knih, plných rad, návodů a poučení jak s dítky vycházet, jak se k nim chovat, jak řešit konflikty.

Myslím si, že každý by měl nejdřív **zapojit svůj vlastní zdravý rozum**, řídit se srdcem a z knih si pro sebe vybrat jen to co mu sedí, s čím rezonuje.

Sama jsem přečetla hromadu knih, pro Vás jsem vybrala ty, o kterých si myslím, že jsou přínosné a můžeme se z nich inspirovat. Mě samotné to pomáhá dnes a denně.

1. **Koncept kontinua (Jean Liedloff)**
2. **Respektovat a být respektován (Pavel Kopřiva, Jana Nováčková, Dobromila Nevolová, Tatjana Kopřivová)**
3. **Vychováváme děti a rosteme s nimi (Naomi Aldort)**
4. **Miminka v bezpečí (Julia Dibbern)**
5. **Svoboda a hranice, láska a respekt (Rebeca Wild)**

- (+ 1) 6. **Summerhill, svobodná škola (zakladatel A.S.Neill)**



Než začnete číst, chci se s Vámi podělit o úryvek z knihy **Prorok**, autor **Chalíl Džibrán**, tímto vyjádřil základní myšlenku, která se prolíná všemi knihami a filozofií výchovy o které chci psát.

Vaše děti nejsou vašimi dětmi.

Jsou syny a dcerami Života,

toužícího po sobě samém.

Přicházejí skrze vás, ale ne od vás.

A třebaže jsou s vámi, přece vám nepatří.

Můžete jim dát svou lásku, ne však své myšlenky,

neboť ony mají své vlastní myšlenky.

Můžete dát domov jejich tělům, ne však jejich duším,

neboť jejich duše přebývají v domově zítřka,

který vy nemůžete navštívit dokonce ani ve svých snech.

Můžete se snažit být jako ony, nepokoušejte se však učinit je podobné sobě.

Neboť život nekráčí zpět

a nezastavuje se u včerejška.

Jste luky, z nichž jsou vaše děti

vystřelovány jako živé šípy.

Lučištník vidí na stezce nekonečna terč a napíná

vás svou silou, aby jeho šípy letěly rychle a daleko.

Ať napínání rukou Lučištníka je pro vás radostí.

Neboť jak miluje šíp, který letí, tak miluje také luk, který je pevný.

Anotace

Autorka ve své světově proslulé knize odhaluje, proč jsou lidé žijící na Západě tak nespokojení a často nešťastní. Po několika expedicích mezi jihoamerické indiány rozpoznala, že tyto **pocity mohou pramenit z neuspokojených potřeb miminek a malých dětí**, které se na Západě snažíme vychovávat podle všemožných teorií, jen ne podle vlastní intuice a evolucí vytvořených jednoduchých pravidel a očekávání.

V knize, kterou napsala již v r. 1975, velmi jasně a přesvědčivě vysvětluje, **jak je potřeba zacházet s našimi nejmenšími**, aby z nich vyrostly **spokojené a samostatné děti** a posléze dospělí lidé, kteří si nepotřebují „léčit“ své deprivace z dětství všemi možnými způsoby, počínaje drogovou závislostí a konče nezdravými partnerskými vztahy, a jsou schopni vést plnohodnotný život, jenž nebude naplněn věčnou nespokojeností a hledáním „něčeho,“ co nalézt nelze. **Našemu vlastnímu životu tak dává úplně nový rozměr** a pomáhá lidem najít jednoduchou, a přitom málo předvídatelnou odpověď na často kladenou otázku – proč nejsme šťastní.

1. KONCEPT KONTINUA



Okolí mě varovalo, že ho **budu muset nosit pořád**, že bude rozmazlený, ale zjistila jsem sama, že **opak je pravdou**. Syn již v půl roce krásně sám seděl, v 10ti měsících začínal mít viditelný náskok v samostatnosti a později i okolí uznalo, že tato kontinuální "výchova" (kdy byl nejdříve nošen a pak sám začal volně objevovat svět po svých) má smysl. V tomto ohledu můžeme chápat největší poučení z celé knihy.

Dítka si samo řekne, kdy už nechce být nošeno. Pak teprve začíná pořádná zábava ;)

Začne lozit, objevovat, padat, chodit...To je teprve adrenalin pro rodiče. **Nejjednodušší řešení? Nechte je být!** (ta dítko myslím). Potřebují prozkoumat okolí. Jsou jako robotický vysavač, chodí a naráží a tím si mapují prostor, **vytváří si hranice**. Co ještě smí a na co již nemají. Uspokojují si tak své potřeby. Pokud jim do toho zasahujeme, budou zmateni a nespokojeni.

Pokud budeme dětem od nejtělejšího věku **reagovat s neuspokojením jejich potřeb**, často vyprodukujeme neurotické jedince. Základní potřeby **lásky a svobody** musí být nasyceny, jinak děti hledají náhradní uspokojení. Jako zvlášť účinná se ukazuje dobrá výkonnost. Dítě se snaží co nejlépe uspět a stále na sebe strhává pozornost matky.

Znáte to? "*Maaaaamiiiiii, mamiiiiiiiiiiii.....*" Tímto pak dosahují rodiče opaku, než původně zamýšleli.

Ani se nedivím, že některým přijde má výchova divná, jelikož v naší společnosti je klasický výchovný koncept hluboce zakořeněný. Jsem ráda, že se objevuje stále více rodičů "nošenců" a zastánců "kontinuální" výchovy.



Zkuste to taky, je to jen o změně přístupu:

Když dítě pláče, má důvod! Myslím, že žádné dítě nepláče „jen tak.“

Zkuste objetí, pochopení, místo "Já ti to říkal, že tam nemáš lézt!"

Berte ho jako rovnocenného člověka!

Řekli byste někdy kolegovi z práce: "Co zase řveš?"

Zkuste se do něj vcítit, jak byste se cítili vy v jeho situaci?

Chcete jít doprava a někdo vás pořád tahá doleva...

Dejte mu prostor, nemusíte mu pořád běhat za zadkem!

Když spadne a odře si koleno, bude to pro něj mnohem přínosnější zkušenost do života, než když mu odstraníte každou větvičku z cesty. (Která zvířecí matka svému mláděti takto "usnadňuje" život?)

Je pravdou, že autorka v knize popisuje, jak indiánské matky nechávají své děti lézt volně po džungli, a dítě nepadne ani do nejhlubší díry, u nás v bytech je mnohdy mnohem více nebezpečí než v džungli.

Zkuste se zamyslet co by se dalo v bytě/domě/zahradě udělat jinak, aby dítě mohlo samo objevovat? Tvořit? Pomáhat? Děti chtějí být zodpovědné, samostatné, jen jim k tomu musíme vytvořit podmínky - důvěřovat jim, ukazovat, jít příkladem (My doma čerpáme inspiraci v Montessori připraveném prostředí – odkazy ve fb skupině: [Vzdělávání dětí Nový Jičín a okolí](#))

Shrnutí knihy, způsobu výchovy dle konceptu kontinua:

- Dítě se uloží matce do náruče okamžitě po porodu a od té doby je **matka nosí neustále u sebe**, nebo jej předá někomu jinému na nošení, ale ten, kdo dítě nosí, na něj nezaměřuje svou pozornost, ale věnuje se svým běžným činnostem z „dospělého světa“. Nošení dítěte trvá až do doby, než samo začne projevovat touhu lézt, obvykle v období kolem šestého až osmého měsíce.
- **Dítě spí v posteli s rodiči**, aby spolu měli neustálý kontakt, dokud samo od sebe neodejde, obvykle kolem druhého roku.
- **Kojení** a další nezbytná péče je odpovědí na signály dítěte, nikoli vnucováno podle časového plánu. Dítěti se dostává bez odsuzování a projevů nelibosti, ale i bez projevů přehnané péče.
- Pocit, že je **dítě žádané**, že je **součástí rodiny** a má silný pud sebezáchovy, na který se rodiče mohou spolehnout, takže ho nemusí neustále hlídat.

Anotace

Kniha **Respektovat a být respektován** je určena všem, kteří se snaží o partnerský, respektující přístup ve výchově, vzdělávání a vztazích. Je shrnutím těch nejlepších zkušeností z oblasti dobře fungující komunikace mezi lidmi, **učebnicí dobré komunikace**. Nabízí jednak postupy a dovednosti okamžitě využitelné v praxi, jednak pohled na širší souvislosti mocenského a respektujícího pojetí výchovy a mezilidských vztahů. Je využitelná pro rodiče, učitele a všechny, kteří chtějí investovat úsilí do rozšíření repertoáru svých komunikačních dovedností pro zvládání běžných i náročných životních situací. Přirozeným důsledkem osvojení těchto dovedností je udržení vlivu i dobrých vztahů a vzrůstající pocit vnitřního klidu, sebeúcty a kompetentnosti.

Výchova a vzdělávání dětí založené na uplatňování moci a síly jsou vyčerpávající a přitom málo účinné. Mají negativní dopady nejen na plnění každodenních oprávněných požadavků, ale také na sebeúctu, rozvoj osobnosti a vzájemné vztahy všech zúčastněných stran. Jsou v rozporu s požadavkem na bezpečné klima ve třídě a ve škole, které je základní psychosociální podmínkou efektivní výuky. Jsou v rozporu s požadavkem na rozvíjení klíčových kompetencí podle Rámcového vzdělávacího programu.

2. Respektovat a být respektován

Jestli se to bude ještě jednou opakovat, nepojedeš s námi na výlet!

Podívejte se, děti, jak to má Anička krásně napsané, výborně, Aničko! Za to si zasloužíš jedničku!

Pospěš, neloudej se, s tebou je to strašné, to nemůžeš sebou jednou hodit?

Pokud nepatříte mezi absolventy kurzů **Respektovat a být respektován**, možná považujete tyto věty za celkem „nevinné“, či dokonce dobré a vychovávající děti k slušnému chování, pracovním návykům, zodpovědnosti, vysokým lidským hodnotám... Kniha **Respektovat a být respektován** Vám nabídne jiný pohled.

(Anotace i citace výše zkopírována z webových stránek www.respektovani.com)

Na této knize se mi líbí hlavně **rady ohledně způsobu komunikace** jak a co říct.

Zkuste to taky:

Místo „Spadneš!“ zkuste raději říct „**Drž se!**“

„Omluv se!“ ...“Jak se říká?“ ...“Neumíš pozdravit?!“Nevyžadujte pozdravy, omluvy, stačí **jít jednoduše příkladem**, když něco omylem provedu já sama, omluvím se, uvidíte, jak rychle děti začnou kopírovat. Toto můžete pak stejně praktikovat i se slovíčky: „děkuji“ „dobrý den“ apod.

Místo “Ty jsi tak šikovná, úplná malířka!” použít raději **konkrétní hodnocení dítěte**, např. ten obrázek se ti moc povedl, tady vidím náš domeček, vedle rostou pěkné stromy...Jsem proti odměnám, trestům, výhrůžkám, pochvalám a příkazům. „Správnou“ odměnou a trestem by měl být přirozený důsledek chování dítěte.

“To nesmíš” zkuste raději **použít vysvětlení**, že je to ostré, že by se mohlo dítě zranit/pořezat

Shrnutí knihy, způsobu respektující výchovy:

- Napadá vás někdy zda bychom mohli vychovávat naše děti lépe?
 - Cítíte, že to není ono?
 - Nevíte jakým modelem nefunkční systém nahradit?

Ať chceme nebo ne, je v nás zakořeněna tendence k výchově založené na poslušnosti tak, jak to bývalo zcela běžné ještě v poměrně nedávné době.

Právě v této úžasné knize autorů, zabývajících se výchovou dětí dlouhou řadu let, se přesvědčíme, že opakem poslušnosti není neposlušnost, ani vzdorovitost, ale **zodpovědnost!**

Zodpovědnost sama k sobě, za svoje chování i za jeho následky, která bude působit i tehdy, když zrovna rodič nebo jiný dozorce nebude nablízku.

A o to jde – pomoci dítěti způsobem přiměřeným jeho věku, vybudovat systém vlastních hodnot, kterým se bude řídit v celém životě.

Není to snadné a jde o běh na dlouhou trať. Ale naučíme-li se potlačovat své zlovyky ve výchově již v zárodku, stane se brzy nový systém naší druhou přirozeností.

Navykneme si dětem lépe naslouchat, často je budeme nechávat, tam kde je to možné, rozhodovat (musíme ale být ochotni se pak těmito rozhodnutími řídit). Budeme se snažit nacházet společná řešení problémů, méně trestat, ale také snižovat důležitost odměn. A také se naučíme odpouštět si, když se nám někdy podle předsevzetí nepodaří zachovat – důležité je vyvodit si ze selhání poučení pro příště.

Anotace

Kniha respektované americké terapeutky a rodinné poradkyně představuje ucelený koncept výchovy, kde **nedominuje ani rodič ani dítě a namísto mentorování, ovládní a manipulace je s dítětem zacházeno s úctou a respektem**. Nejen teoreticky, ale i na mnoha příkladech z praxe zjistíme, že svým dětem můžeme důvěřovat a bezpodmínečně je milovat. Pouze se musíme zbavit starých naučených a nefunkčních vzorců chování.

Proč je tato kniha výjimečná?

Láska – Vysvětluje proč ovládní, manipulace a tresty ve výchově nefungují.

Otevřenost - Ukazuje postup, jak se špatných výchovných vzorců zbavit a růst spolu se svými dětmi.

Porozumění - Umožňuje nám, abychom porozuměli dítěti, které pak může naplnit své nejlepší předpoklady.

Důvěra - Dokazuje, že jen děti, které dostaly bezpodmínečnou lásku a důvěru svých rodičů, vyrůstají v sebevědomé lidi, emocionálně odolné a schopné vést své životy samostatně a radostně.

3. Vychováváme děti a rosteme s nimi

**"Kýmkoli budeš, nic mě nezklame;
nemám žádné představy o tom,
jaký bys měl být či co bys měl dělat.
Netoužím po žádných představách
o tobě, chci tě pouze poznávat.
Nikdy mě nemůžeš zklamat."
(Mary Haskell)**

(anotace a citát zkopírovány z knihy)

Naomi píše o způsobu výchovy, kde se rodiče nesnaží s dětmi manipulovat, aby dělaly věci tak, jak chtějí oni, ale místo toho jim dávají prostor jít v životě vlastní cestou s tím, že **ať se děje cokoliv**, jsou **bezpodmínečně milovány**.

Neznamená to ovšem, že mohou dělat úplně, co chtějí, jak se může zdát. Autorka vychází z toho, že **děti zrcadlí** naše postoje, a proto je v první řadě třeba **PRACOVAT NA SOBĚ** a popisuje, jak se zbavit nefunkčních vzorců chování.

Tento způsob výchovy se mi moc líbí, i když je někdy (zvláště když jsem unavená nebo nemám nejlepší náladu) těžké překonávat zažitá stereotypy. Ale naštěstí většinou zvítězím sama nad sebou a pak si říkám: "**O co jde?**" Přece křikem a zlostí vůbec nic nevyřeším, proč se tedy rozčilovat a nadávat, když to jde vyřešit po dobrém.

Každý člověk si v životě v jakékoliv situaci (a nemusí jít zrovna o řešení konfliktů s dětmi) může zvolit zda bude "problém" řešit s horkou hlavou nebo v poklidu. Pamatujte, vždycky máme na výběr! ;)

Co je zdravější?

Co přínosnější?

V jakém případě se děti/osoby budou cítit více milovány (i když zrovna neudělali něco dle našich představ)?

Odpovězte si každý sám.... ;)



Anotace

Mnoho rodičů se snaží o **respektující výchovu**. Přečetli si ty nejlepší dostupné knihy, ale přesto jim naskočí husí kůže, když se řekne slovo „**hranice**“.

Je tomu tak proto, že sami zažili buď hranice omezující, které jim byly prezentovány direktivním způsobem, nebo hranice příliš široké.

Ale děti hranice potřebují. Ne nějaké vymyšlené, nelogické.

Potřebují hranice, mezi nimiž se budou cítit jako doma, aby se mohly rozvíjet podle své vnitřní motivace a zralosti.

V knize naleznete spoustu užitečných poznatků, které autorka načerpala během více než třicetileté pedagogické praxe.

Základem úspěchu v soužití s dětmi je vytvoření „vhodného prostředí“ a respekt k jejich vlastním životním procesům.

Knihy jsou cennou podporou pro všechny, kdo žijí a pracují s dětmi.

4. Svoboda a hranice, láska a respekt

Zkuste si představit tuto situaci:

Nedělní oběd v restauraci dobře situované, spořádané a děti milující rodinky. Dospělí si povídají, děti se nudí, vymýšlí jak se zabavit, dospělí je okřikují, všímají si dětí, jen když něco není v pořádku, nálada je čím dál napjatější, až nakonec musí restauraci opustit celá rodina.

Napadá vás jak tuto situaci řešit? Já bych řešila takto:

- Nechat děti u babičky a zajít si na poklidný oběd sami
- Vybrat restauraci s dětským koutkem („baby friendly“)
- Udělat si piknik v parku

A co třeba tato situace:

Dítě se vrátí domů celé usměvavé, spokojené **a od bláta** (od hlavy až k patě). Už ve dveřích hlásí, jak si to s kamarády užili! Co můžete udělat?

Jak zareagovat?

- Začít nadávat, rozčilovat se, zakázat další podobnou vycházku
- Radovat se společně, sundat všechno oblečení na chodbě, šup do vany, kde si můžete nechat povyprávět, která kaluž stříká nejlépe

Kdy se dítě bude cítit více milováno? Kdy nebude mít strach za Vámi s čímkoliv kdykoliv přijít?

Chci zde znovu zdůraznit, že tento e-book nepíšu, abych někomu dávala rady jak se chovat/nechovat ke svým dětem. Už sama autorka této knihy říká, že jí rodiče často kladou hodně otázek ohledně výchovy, např.:

„Myslíš, že je správně dětem dávat kapesné?“

„Je to špatně, když chci mít večer klid a pošlu dítě do postele?“

„Jaká strava je pro děti nejzdravější?“

„Kolik času denně může strávit devítileté dítě u knihy?“

Přání dělat všechno správně je často doprovázeno nadějí, že cíle dosáhneme, pokud budeme napodobovat ostatní, kteří mají více zkušeností. ***Žádná situace*** není ale přesně stejná jako jiná a děti ani dospělí se tedy nerealizují nikdy za stejných podmínek, nezůstává nám jiná možnost než vzít na sebe riziko. ***Žít sami za sebe, dělat chyby a učit se z nich***, stanovit hranice touze po jistotách a garantovaném úspěchu. (str.176 Svoboda a hranice, láska a respekt)

O hranicích, respektu, lásce a svobodě se chystám psát na mém [webu, články naleznete zde.](#)

Anotace

Julia Dibbernová napsala svým způsobem nekompromisní knihu. Ve svých názorech je často radikální, a při čtení nás zasáhne na mnoha citlivých místech.

Budeme-li však její slova vnímat s otevřenou myslí a srdcem, brzy pochopíme, že tato vyhraněnost je opodstatněná.

Jak píše sama autorka, umírněné literatury je na trhu dost. Nechtěla napsat další vlažnou knihu, chtěla pojmenovat věci tak, jak je sama vidí.

A tak nás v kapitolách o porodu, bondingu, kojení, spánku, nošení, plenkách a pláči provádí mnoha příběhy, které prožila ona sama i její přítelkyně, a popisuje svou proměnu z běžné konzumní ženy do zastánkyně přístupu přirozeného rodičovství.

Novopečeným rodičům nabízí mnoho příkladů z každodenního života a povzbuzuje je, **aby se řídili vlastním „prainstinktem“ a zdravým lidským rozumem.**

5. Miminka v bezpečí

Tato kniha je mou oblíbenou. Líbí se mi nejen styl, jakým autorka píše (opravdu věci pojmenovává tak jak jsou), ale navíc jsem si připadala jako by psala o mně. Přesně můj příběh.

V této knize mne zejména zaujala problematika **stravování dětí.**

Cituji autorku:

*„Podle mě je důležité vědět, že kašičky jsou naprostá hloupost. Dítě chce jíst to, co jí jeho matka. V přírodě by se tak naučilo co je jedlé a co není. **Matka by se tedy měla stravovat tak, aby se s čistým svědomím mohla podělit s dítětem.***

Pokud dítě smí jíst jídlo matky a taky tak činí, je to správný čas na přikrmování. Pokud musím jídlo pro dítě speciálně upravovat (například mixováním), je ještě moc brzo.

*Myslím si, že **schopnost miminka žít se už dost brzo kašičkou je náhradní plán přírody**, který slouží k tomu, aby dítě přežilo, pokud matka zemře. Stejně tak přežije dítě bez nošení, když matka není k dispozici. Je tak zajištěno zachování druhu. Tato schopnost ukazuje přizpůsobivost dítěte, ale zdaleka ne optimální stav.“*

Dále pak autorka píše o možnostech stravování, rozebírá jídlo do ruky, raw stravu, éčka i cukr.

Já sama jsem se synem od 6ti měsíců prakticovala metodu BLW (baby led weaning), kdy dítě jí samo a vybírá si na co má chuť. Opět se to snoubí s mou **myšlenkou svobodné výchovy a respektu k dítěti**. Více na toto téma má [BLW kuchařka](#). [Přečíst si ji můžete na mém webu](#).

Mateřské mléko

Se stravováním souvisí téma **kojení**, vyzdvihuje jak je důležité, naprosto s ní souhlasím. Budu kojit i nadále (pokud bude syn chtít) i přes poznámky okolí, že už bych měla přestat. „Ty ještě pořád kojíš?!“ Ano, kojím! A užívám si to! ;)

O **výhodách kojení** bylo napsáno spousta krásných článků, tímto se zde zabývat nebudu. To přenechám odborníkům. **Jen chci zdůraznit, jak je pro děti důležité a že i kojení má vliv na vztah a řešení situací mezi matkou a dítětem v budoucnu.**

Ale pro pobavení ještě úryvek z knížky (str.125), kde autorka popisuje její nejoblíbenější mýtus o kojení:

„Po prvním roce už je tam jenom vzduch.“ Nelžu vám, to je skutečný názor pocházející z mé rodiny! Škoda, že jsem to nevěděla, když jsem synovi k prvním narozeninám nafukovala balonky pusou. Možná jsem si je měla držet u prsu.....“ ;))





Nošenci

Dále se autorka věnuje tématu **nošení** dětí. Popisuje, jak je naprosto běžné na ulici vidět maminky s dětmi v kočárku, které strašně pláčou a místo, aby dítě vzaly do náruče, jen začnou více houpat kočárem.

Zažila jsem to sama na jedné přednášce, kde paní přišla s kočárem (už ve dveřích se omlouvala, že kočár hrozně vrže, ale že musí houpat, jinak by dcerka nespala). Dítě plakalo a maminka kočárem lomcovala, že jsem čekala, kdy to dítě vyskočí. Nevyskočilo, uslo – vyčerpáním? Rezignací?

Copak nikoho nenapadne, že pláčou, protože tam nechtějí být?!

Taky máme kočár, taky v něm syna vozíme, ale vždycky s sebou máme i nosítko. Na to je expert náš táta, vyjedou ven s kočárem a vrací se se synem na břichu a všichni vysmátí a spokojení!

Spaní s dětmi v posteli

Taky žhavé téma. Zejména pak nejvíc provokující členy rodiny.

„On ještě nespí v postýlce?“

„Kdy už začne spát ve své posteli?“

(má odpověď: „Až bude chtít....“)



Vždyť je to tak krásné a jednoduché, nikdy v noci můj syn nepláče, začne se vrtět, přitiskne se k prsu a spíme dále. Ta představa, že bych musela vždycky vstanout, jít ho vyzvednout do postýlky, pak zase odnést, uspat.

Podobně to popisuje i Julia ve své knize.

„Už spí celou noc?“ Vždyť se nevyspíš!“ „Přece ho nechceš zalehnout!“ a spousta dalších poznámek, na všechny tyto i autorka knihy odpovídá.

Není nic krásnějšího, než dětská nožka v uchu, opravdu, miluju to!

Syn autorky, Max ve svých 4 letech řekl, cituji:

- ***Mami, víš, jak jsem tě našel?***
- ***Jak?***
- ***Všude jsem se podíval, jestli miminka u ostatních maminek musejí spát sama v postýlkách, a těm maminkám jsem pak řekl:***
- ***Ne, ne, takhle to nejde. K vám nechci.***
- ***A kdo ti řekl, že to tak nemá být?***
- ***To je přece jasné!***



„Nechejte ho vyplakat, on si zvykne!“

I proto jsem začala psát můj e-book. Protože mi to trhá srdce, že ještě pořád jsou mezi námi takoví, kteří opravdu položí dítě do postýlky, zavřou dveře a nechají ho plakat, dokud neusne.

Proč? Protože se to tak dělalo vždycky. Protože to někdo řekl. Protože chtějí mít klid?

Jaké to má následky? Co si to dítě asi myslí?

Volá o pomoc, bojí se samo v postýlce, samo v místnosti, chce svou maminku. Nic. Ticho. Nikdo nepřichází. Asi mě nemají rádi. Asi nejsem dost dobrý.

Snad nemusím psát dále, každý si dovede představit jaké to má v budoucnu následky na sebevědomí člověka.

Pak je další extrém, kdy rodiče, aby měli klid, dítě posadí před TV nebo PC.

Taky jsem zažila, že mu strčí rohlík do pusy a odloží do kočáru, místo aby se zamysleli nad tím, zda dítě nepláče jen proto, že by se taky chtělo volně pohybovat.

Co se týče **pláče**, i o tom dále autorka pojednává. Určitě s ní i v tomto souhlasím, že je vždycky lepší dítě vzít a přitulit, když pláče, být tu pro něj. Aby vědělo, že tu jsme, že se na nás může spolehnout, kdykoliv obrátit. V dobrém i zlém.

Anotace

Pokud přemýšlíme o skutečné svobodě člověka (nejenom v práci), je **třeba začít u dětí**.

Proto je tato kniha pro téma svobodnějších přístupů k práci “i” (nebo “právě”) v dnešní době více než relevantní.

Většina lidí, která slyší o *Summerhillu* poprvé, nevěří svým uším.

Školu, ve které si žáci sami rozhodují o tom, co, kdy, kde, jak či od koho se budou učit a která navíc existuje už od roku 1921, si prostě neumíme představit.

Summerhill - nový pohled na dětství, je jednou z knih, která nezvratně mění pohled na život. Je velmi pravděpodobné, že se jejím přečtení na oblast výchovy a vzdělávání už nedokážete podívat tak jako předtím. **A.S. Neill** říkal, že *do sedmi let je rozhodnuto, jací z nás vyrostou lidé*.

(+ 1) 6. Summerhill

Několik důvodů proč se bude Summerhill líbit i Vám:

1. Vychováváte vlastní děti nebo vás výchova a vzdělávání zajímá? Summerhill - **nový pohled na dětství** přináší názory, s kterými není nutné souhlasit. Každopádně však obrovsky inspiruje a mění pohled na to, jak k dětem přistupovat. Zároveň pomáhá chápat proč je pro nás dospělé nakládání se svobodou mnohdy tak obtížné.
2. Z toho, že si malé pěti, šesti leté děti samy rozhodují o tom, co, jak a jestli vůbec se budou učit, zůstává většině lidí rozum stát. Jestli jste zvědaví, jak to může fungovat, určitě zalistujte.
3. Hledáte podstatu “dobrého života”, štěstí, zdravé sebe-úcty a blízkých vztahů? Mnohé názory A.S. Neilla jsou v tomto směru oči-otvírající a nadčasové.
4. Summerhill, kde si děti sami rozhodují o tom, co, jak a jestli vůbec se učit, vznikl už v roce 1921, v době si ženy a natož děti mohly o většině svých dnešních práv nechat zdát. **Summerhill tak předběhl dobu**, a to dnes platí stejně jako to platilo zkraje dvacátého století.

Summerhill

„Škola“ založená A.S.Neillem v Německu, která je uzpůsobena tak, že si děti mohou vybrat zda a co se chtějí zrovna učit.

Jde o demokratické společenství.

Provoz školy řeší jak zaměstnanci, tak žáci, a všichni mají stejný hlas.

Členové komunity mají svobodu dělat to, co chtějí, pokud svými kroky nezpůsobí žádnou škodu jiným lidem, v souladu s Neillovými principy, tj. „svoboda, nikoli svévole.“

To se týká také svobody žáků vybrat si z nabídky, kterých lekcí se zúčastní.

Mé postřehy:

Všechny výše zmíněné knihy, jsem četla v průběhu těhotenství a mateřství.

Ale stejnojmenný film **Summerhill** jsem viděla ještě o rok dříve.

Hned po zhlédnutí tohoto dokumentárního filmu jsem věděla, že mé děti jednou rozhodně do školy nepošlu. Alespoň ne do klasické školy.

Tento film mne oslovil a ihned jsem se začala zajímat o **unschooling, svobodné vzdělávání**.

Od roku 2014 hledáme i vhodné prostory a ostatní zastánce **svobodného učení** k založení naší svobodné „školy.“ Založila jsem i [fb skupinu: Svobodné učení](#) – zde najdete příspěvky a další informace o svobodném vzdělávání.

Pokud uvažujete o domácím vzdělávání nebo jiném než klasickém vzdělávání, nevíte si rady, jak na to, jak to funguje, můžete se na mne obrátit, pokud nenajdete odpověď v naší [fb skupině Svobodné učení](#), ráda s Vámi proberu možnosti i přes email (zuzana.axmannova@gmail.com). Existuje již řada rodičů, kteří třeba budou zrovna z vašeho okolí, a můžete se s nimi spojit.

Summerhill jsem zařadila do svého e-booku ke knihám jako +1, protože úzce souvisí s tématem svobody a respektu k dětem. Stejně jako ve výchově i ve vzdělání bychom **dětem** měli **dát prostor**. Měli bychom je nechat více si hrát. Vždyť právě hrou se děti naučí nejvíce.

Film je volně dostupný na YouTube v CZ: <https://www.youtube.com/watch?v=vBjQAeJla30>

Pro angličtináře v originále: <https://www.youtube.com/watch?v=TxnggMavda0>

Jsem moc ráda, že vzniká čím dál více alternativních směrů vzdělávání. Že čím dál více rodičů řeší, zda klasická škola je to nejlepší řešení pro jejich děti.

Ať už jde o výchovu nebo vzdělávání dětí je dobré si uvědomit následující:

Pokud chcete zažít opravdovou svobodu, musíte umět nastavit hranice.

Sama jsem někdy překvapena jak ve svobodných školách, svobodné výchově a přístupu dokáží fungovat pravidla, resp. hranice. Jak **děti nemají problém je respektovat a dodržovat**.

Pravidel a hranic je ve svobodných školách mnohem více než v klasické škole a i přesto je děti samy vyžadují a chtějí je i tvořit (k čemuž mají i příležitost).

Výzva a bonus pro Vás

Moc si vážím toho, že jste dočetli až sem. Znamená to, že ani Vám není lhostejný přístup k výchově dětí.

Jsem moc ráda, že Vám záleží na tom, aby Vaše děti byly šťastné a Vy spokojení rodičové a že jsem se s Vámi o tyto postřehy mohla rozdělit.

Když totiž budete spokojeni a šťastni Vy, je to to nejlepší co můžete dětem předat. **Vaši bezpodmínečnou lásku.**

Přeji Vám všem ze srdce, ať se máte rádi, ať jste šťastní a spokojeni!

A pokud se Vám můj e-book líbil, a chcete se se mnou vydat na další dobrodružství, můžete si stáhnout

můj e-book 30ti denní výzva. Vydáme se spolu na měsíční „souboj“ – rodiče vs. děti, kde spolu nebudete bojovat, ale právě naopak. Naučíme se spolu žít v harmonii, s láskou, respektem a důvěrou. Nastavíme si hranice a budeme si hrát! ;)

Pro všechny z Vás, co přečetli můj e-book **5 + 1 tipů na knihy, které i Vás přivedou ke šťastnému a spokojenému rodičovství**, mám speciální dárek – bonus – **slevu ve výši 10%** při objednávce mého dalšího **e-booku**. Při objednávce uveďte do poznámky sleva 5+1.

Shrnutí na závěr

Dejte dětem lásku. **Milujte je.**

Respektujte je. Důvěřujte jim.

Nastavte si hranice. Dodržujte pravidla.

Dopřejte jim **svobodu**. Ved'te je k zodpovědnosti.

Buďte příkladem!

Chovejte se tak, jak chcete, aby se děti chovali k vám, k okolí, k ostatním dětem, lidem, k přírodě....

Buďte sami sebou. Žádná kniha na světě vám nedá přesný návod na všechny vaše životní situace.

Vy sami si píšete svou knihu života. Tak buďte autory, které budeme všichni rádi číst.

S láskou

Zu

