ROZHOVOR: ZÁZRAČNÁ DIETA NEEXISTUJE

PSYCHOLOGIE, PSYCHOTERAPIE, ŽIVOTNÍ STYL

PSYCHOLOGIE DNES

Žárlivost mezi sourozenci

Buddhismus a psychologie

Hudbou proti depresi

Televizní oázy bezpečí

ISSN 1212-9607
04
9 771212 960000

Tajemství ženského orgasmu

DUBEN 2005
4. ČÍSLO, 11. ROČNÍK, CENA 45 KČ
VYDÁVÁ PORTÁL, S. R. O.

Žárlivost mezi sourozenci

Setkání dítěte se žárlivostí je velká životní zkušenost, zkouška, kterou musí projít. Jako rodiče nemůžeme žárlivosti zabránit, můžeme však dětem pomoci v jejím zvládnutí.

ŠÁRKA KUBCOVÁ (1980)
Sociální pedagožka, zajímá se o partnerské a rodinné vztahy.

Evička se v jeslích stranila ostatních dětí, byla vůči nim uzavřená nebo agresivní. Ale jakmile se ocitla sama ve společnosti někoho dospělého, stala se z ní velká povídalka. Aby se dvouapůl letá holčička „dobře vyspala", spala se svou matkou, otec býval vyexpedován do dětského pokoje. Eviččiny záchvaty žárlivosti rodiče chápali jako tyranizování, které prostě k malým dětem patří a musí se přetrpět. „Je ještě moc malá, nemá z toho rozum, to přejde," říkali. Evička nepřipustila, aby se její matka zajímala o někoho jiného než o ni, a už vůbec ne o otce.

Všechny děti procházejí ve vztahu ke své matce obdobím fixace. Jestliže je matka pro dítě vším, ono pro ni vším není – první místo zaujímá otec (nebo by měl...). V raném dětství se tak má člověk přirozeně naučit přijímat místo toho třetího. Je-li postoj rodičů k vymezení místa a role každého člena rodiny jasný, je tato skutečnost dítětem přirozeně vstřebána. Jenže Eviččina matka, tím že dcerku nechávala u sebe spát, jí mimoděk naznačovala, že otec nemá v jejich životě místo. V rodině, kde nikdo nemá své přesně určené místo, se může snadno rozbujet žárlivost. A to jak mezi sourozenci, tak i mezi rodiči nebo mezi dítětem a jedním z rodičů.

Nespravedliví rodiče

Rodiče jsou často přesvědčeni, že žárlivost vzniká u dítěte jejich vinou: tím, že jsou nespravedliví, nepřistupují ke svým dětem, jako by byly naprosto stejné. Proto se snaží o „spravedlnost". A výsledek? Neustále jednají nespravedlivě. Namlouvat si, že děti jsou si rovné, zatímco pravý opak je pravdou, nutně vede do slepé uličky. Musíme si uvědomit, že děti nejsou stejně staré, a proto i přístup k nim musí být jiný. A věkový rozdíl není jediný. Každé dítě je jedinečná osobnost, individualita. Má své individuální pocity, postoje, názory, nálady, vlastnosti, odlišné potřeby, charakter i prožívání. A je důležité je v jeho jedinečnosti ujišťovat. Ke každému dítěti je proto potřeba přistupovat individuálně. Opak však často bývá pravdou. Pokud jsou v rodině například dvojčata, většinou můžeme vidět, že je maminky oblékají do stejného oblečení, kupují jim stejné hračky, chodí do stejné třídy...

V případě, že v rodině je starší a mladší dítě, je důležité dát staršímu pocit, že je dospělejší než jeho mladší sourozenec, a tudíž mu z tohoto postavení plynou určité výhody. Například mu dovolíme být venku déle než bratříček nebo sestřička, může chodit později spát. Starší sourozenec nesmí mít pocit, že je na druhé koleji – což se v rodinách příchodem miminka často stává. Starší děti jsou odsouzeni k hlídání a pomáhání, díky péči o nového člena rodiny na ně rodiče mají méně času. Je sice dobré větší dítě do péče o miminko zapojit, ale nikoli na úkor jejich volného času. Přitom si s ním povídáme, proč miminko potřebuje tolik pozornosti. Vysvětlíme, že je malé a že vlastně zatím nic neumí, a připojíme povídání o tom, jak to bylo, když se narodil on.

Údělem mladších dětí zase bývá nosit oblečení po starších sourozencích. Proto bychom si občas měli vyhradit odpoledne pro našeho nejmladšího, zajít na nákup a nechat ho vybrat si něco nového. Postupně mu svěřujme úkoly, které bude plnit jenom on a nikdo jiný – to mu dodá pocit opravdové zodpovědnosti a „dospělosti".

Druhé dítě... po kolika letech?

Žárlivost existuje, ať je věkový rozdíl jakýkoli. Větší věkový rozdíl mezi dětmi žárlivosti nezabrání. Není pravda, že první dítě už bude rozumnější, lépe sourozence pochopí a lépe ho přijme. Příchod bratříčka ani sestřičky pro staršího sourozence radostnou novinou není a na rodičích zůstává, aby svému prvorozenému pomohli žárlivost překonat.

S žárlivostí se po příchodu druhého dítěte musí vypořádat každý prvorozený. Má strach, že ho rodiče přestanou mít rádi, že už v jejich srdci nebude zaujímat první místo. Takové dítě je schopno hájit své zájmy všemi možnými způsoby. Rodiče často na prvorozené dítě nakládají odpovědnost, která nepřísluší jemu, ale jim: jako hlídat nebo chránit mladšího sourozence; vyžadují, aby trpěl jeho tyranizování – vždyť je větší, silnější, rozumnější. Žádají po něm, aby byl tím starším, čímž se rozumí, že je on, a vedle stojí ti ostatní, že pro své prvorozenství má ve vícečetné rodině pořadové číslo jedna. Prvorozené děti však nemají pro své mladší sourozence plnit úlohu rodičů. Často to tak ovšem dělají, protože se bojí svou žárlivost otevřeně vyjádřit.

Prvorozenému je však možné také pomoci: hovořit s ním o očekávaném sourozenci. Dítě může matku zaslechnout o jejím těhotenství hovořit – ať už přímo nebo v náznacích. Pozná, že v matčině i jeho životě dojde k významné změně. Je vhodné si s ním o tom upřímně promluvit – a připravit je tak na příchod bratříčka nebo sestřičky. Bude ho zajímat, jak se člověk narodí. Vysvětlit se mu to má samozřejmě prav-

ilustrační foto Petr Berka

V rodině, kde nikdo nemá své přesně určené místo, se může snadno rozbujet žárlivost. A to jak mezi sourozenci, tak i mezi rodiči nebo mezi dítětem a jedním z rodičů.

divě (v případě potřeby se můžeme vrátit k jeho vlastnímu narození, vzít si na pomoc album fotografií). Dítě si někdy představuje, že ho nově příchozí člen vytlačí z domu. Je nutné ho uklidnit a povědět mu, že maminka sice půjde na několik dní do nemocnice porodit, pak se ale vrátí s miminkem a celá rodina zůstane pohromadě. Nikdo opuštěný nebude.

Nevnucujme dítěti představu, že jsme mu pořídili kamaráda, abychom mu udělali radost. Pokud bychom tak činili, bude si myslet, že šťastný být prostě musí, a může se stát, že potlačí své vlastní city, bude se chovat v rozporu se svým vlastním přáním – zkrátka stane se někým, kým není. Mnohem lepší je naopak být upřímní a přiznat, že miminko pro něho skutečně příliš zajímavé nebude: „S bráchou si moc legrace neužiješ, zatím nic sám nedokáže. Sám se nenají, musí se krmit... Později to ale možná bude jiné; budete si spolu hrát a třeba si budete i dobře rozumět." Podstatné je, aby každý rozvíjel své vlastní možnosti a respektoval život toho druhého.

Při příchodu miminka se u staršího sourozence běžně objevují různé poruchy: ztrácí chuť k jídlu, pomočuje se, vyhledává konflikty... Může se jednat o momentální snahu identifikovat se s mladším sourozencem, vždyť rodiče jsou z tohoto malého človíčka, který nechodí, nemluví a nedokáže se udržet v čistotě, doslova uneseni. A tak našeho prvorozeného může lehce napadnout, zda i on nebude zajímavější, bude-li se chovat stejně. Právě proto je třeba jej chválit, když se mu něco povede, a zdůraznit, jaké výhody jeho věk přináší, jak je dobře, že je mu právě tolik let, kolik mu je. Pokud se však objeví nemoc nebo porucha chování, nelze automaticky hledat příčinu v sourozenecké žárlivosti!

Když se sourozenci hádají

Nejmladší děti si někdy budují své místo v rodině těžko. Starší sourozenci na ně žárlí, a ony by si zatím tak chtěly s nimi hrát, chodit do školy, moci večer zůstat déle vzhůru. A tak se touží co nejdříve většímu bratrovi nebo sestře vyrovnat a žárlí zase na ně!

Daniele Dalloz (2002) říká, že žárlivost benjamínků je znamením jejich životaschopnosti. Je třeba je v jejich touze, aby „vyrostli", podporovat. Je to ten nejlepší způsob, jak jim pomáhat, aby si vytvářeli vlastní osobnost, která nemá s pořadím jejich narození nic společného. Druhorozený má jako svůj vzor prvorozeného a podle toho, jak se chová prvorozený, si vytváří svůj vlastní styl chování v životě. Když vycítí, že může se svým starším sourozencem soupeřit, udělá to. Ale když starší bratr nebo sestra v něčem jasně vyniká, druhorozený zpravidla vyrazí jiným směrem. Pokud je například prvorozený poddajný, z druhorozeného může vyrůst pěkné kvítko.

Není dobré říkat dětem, že jsou „už velké" nebo „ještě malé". Lepší je říkat v daném kontextu, kolik jim je let. To jim pomůže, aby byly samy sebou, prožívaly radosti, využívaly svých možností, uvědomovaly si, co je v dané situaci nemožné, zkrátka žily tak, jak to odpovídá různým etapám jejich vývoje.

Když se děti hádají, nemáme zpravidla šanci dozvědět se, kdo si začal. Jeden totiž vždycky svaluje vinu na toho druhého. V tomto případě můžeme být k jednomu nespravedliví a jeho žárlivost prohloubit. Hlavně pokud svalujeme odpovědnost na starší dítě, protože je už velké, nebo na chlapce, protože je silnější než děvče, či jinak podobně. Chceme-li hádající se děti uklidnit, je vždy lepší je vyslechnout: nejprve jednoho a potom druhého (ten určitě bude mít svou verzi). Nesmíme potom šetřit slovy a každého se snažíme uklidnit a povzbudit. Pokud je mezi dětmi konflikt už skutečně hodně vážný, je třeba je od sebe oddělit, netrestat je a vysvětlit jim, že není jejich povinností mít se navzájem rádi ani si spolu hrát, ale že se musí respektovat, nechat toho druhého „žít". Udělaly nějakou škodu? Není třeba hledat viníka – opraví se to rukou společnou. Děti toto řešení přijímají velmi dobře.

Není pravda, že bude-li první dítě starší, bude už rozumnější, lépe sourozence pochopí a lépe ho přijme. Příchod bratříčka ani sestřičky pro staršího sourozence radostnou novinou není a na rodičích zůstává, aby svému prvorozenému pomohli žárlivost překonat.

Literatura:

Dalloz, D. (2002). Žárlivost a rivalita. Praha: Portál.

Leman, K. (2000). Sourozenecké konstelace. Praha: Portál.