



LÁSKA A VZTAHY 28. 06. 2019

Veroničin Blog: Jak nás ovlivnily tresty rodičů?

Rodiče nám pomocí trestu ukazují, co se stane, když nebudeme hodní. Vkládají do nás tímto způsobem i hodnoty a vnímání světa. Z pozice dospělého je...

Vrátila jsem se ze zajímavé přednášky, která byla zaměřená na osobnost rodiče a jeho přístup k dítěti. Zvláštní, že si pokaždé spojím nové informace a uvědomím si nové souvislosti. Tohle mám na své práci snad nejradši. Přednášející mě donutil zamyslet se nad tresty, které nám dávali rodiče, když jsme byli malí. Ještě než budete pokračovat ve čtení, vzpomeňte si, jaký trest jste nejčastěji dostávali vy, když jste byli malí.

Trest nás definuje

Rodiče nám pomocí trestu ukazují, co se stane, když nebudeme hodní. Vkládají do nás tímto způsobem i hodnoty a vnímání světa. Z pozice dospělého je to mnohem rozmanitější než z pozice dítěte. Dospělý ví, že může jít do vězení, že může přijít o práci, o partnera – tohle jsou rozmanité „tresty“ pro dospělého. A tak si je i dospělý bude vykládat. Mnoha různými způsoby. Bohužel dítě má způsob výkladu trestu pouze jeden – nemají mě rádi takového, jaký jsem, a proto musím být jiný anebo nesmím ukazovat, kým jsem opravdu.

Nejčastější trest

Nejčastější druh trestu nás potom významně definuje. Nejde o trest samotný, ale o jeho podstatu. Pokud vás rodiče trestali „zarachem“, stáním v koutě, zavřením v pokoji, sebráním telefonu – pak vás trestali izolací. Izolace je to nejhorší, co se člověku může stát. Je to hrozba, kterou mozek velmi silně vnímá. Člověk je tvor sociální a vyloučení ze společnosti ho v dobách dávných minulých mohlo stát život. A tato potřeba je velmi silně zakořeněna. Je tedy možné, že takové dítě vyrostne právě v člověka, který je silně paralizovaný strachem, že ho nikdo nebude mít rád, až dělá vše, co ostatní chtějí, a na sebe samotného zapomene.

Ovšem není trest jako trest. Někdy může být dítě potrestáno i tím, že třeba celý týden umývá nádobí. Takové dítě se pak naučí, že akce přináší reakci. Vždy je důležitá podstata trestu a to, co to s námi jako s dospělým jedincem udělá.

Pro svět nejsme dost dobří

Na tomto principu, na částečně i na našem dětském strachu, stojí celý dnešní svět. Když nebudeš mít dobrou práci, lidé si tě nebudou vážit. Když nebudeš upravená, nebudeš se nikomu líbit. Když nebudeš mít jedničky, budeš hloupý. Tolik nám svět a naši rodiče dávají najevo, že musíme udělat ještě něco, abychom byli „v pohodě“, že začneme pomalu věřit tomu, že v pohodě nejsme jen tak ze své podstaty. Hodně na tomto principu těží reklamy. Chceš být sexy, tak nos tohle prádlo. Bez toho prádla totiž sexy nejsi. Je to někdy až vtipné, na jakých principech dnešní svět stojí.

Tohle stačí

Byli jsme takto definováni v období dětství. Bohužel. Můžeme pro to udělat jednu věc. Můžeme si začít uvědomovat vlastní jedinečnost a to, že nikdo nemá na světě svoji kopii. Každý jsme jedinečný originál. A pokud chceme být opravdu skvělí a výjimeční, možná bychom si měli uvědomit, že budeme skvělí právě tím, když se budeme odlišovat. Když nebudeme toužit po tom sexy prádle, protože jsme sexy i bez něj. Když nebudeme na vše říkat ANO jen ze strachu, že zůstaneme samy. Když si připustíme, že v dospělosti jsme to my samy, kdo na sebe lepí nálepky. A také jsme to my, kdo má sílu všechny nálepky sundat.

Nenechte tresty, aby vás definovali

Je na čase vystoupit z toho bludného kruhu a mít pro sebe hodnotu jen tak. Jen z toho důvodu, že jste ta nejrychlejší spermie z milionu dalších. Vyhrála jste závod a život ten berte jako oslavu svého vítězství. Nenechte se už trestat ani sama sebou.

Seriál - Veroničin Blog

Přečtěte si všechny díly ze seriálu:

[Jak poznat, že má vztah ještě cenu? »»](#) [Proč se zamilovávám do stejných typů mužů »»](#) [Jak vypadá pravá láska »»](#) [Evoluce ženy jako partnerky »»](#) [Vztahové struktury »»](#) [Jak zabránit ztrátě vztahu »»](#) [Nezávislost ve vztahu »»](#) [Mužská a ženská podpora »»](#) [Sebeláska u ženy »»](#) [Jak mluvit o partnerovi »»](#) [Partner vs. děti »»](#) [Vztah a osobní rozvoj »»](#) [Výjimečnost partnera »»](#) [Sex ve vztahu »»](#) [Jak mluvit o sexu »»](#) [Jak zvládnout samotu »»](#) [Muž, se kterým je těžké žít »»](#) [Jak mít rád sám sebe »»](#) [Detektivem ve vztahu »»](#) [Proč si muži hledají milenky »»](#) [Jak se seznámit »»](#) [Proč mám potíže najít partnera? »»](#) [Jak nás ovlivnily tresty rodičů? »»](#) [Co si vzít z těžkých situací? »»](#) [Jak má vypadat šťastný vztah? »»](#)