



## Skvělý muž i perfektní táta?

V DOBĚ, KDY SE MY ŽENY MOŽNÁ VŮBEC POPRVÉ V HISTORII LIDSTVA UMÍME O SEBE, POTAŽMO O SVÉ DĚTI POSTARAT TAK NĚJAK SAMY, DOSTÁVAJÍ SE DO ÚZKÝCH MUŽI A NEVĚDÍ, JAK BÝT SKVĚLÝ MUŽ I PERFEKTNÍ TÁTA. A PŘITOM TO NIKDY NEBYLO POTŘEBA VÍCI!

PŘIPRAVILA: JANA POTUŽNÍKOVÁ

J eště v roce 2011 Češi a Češky v průzkumu veřejného mínění tvrdili, že „ženy mají vařit a muži vydělávat“. Ještě před devíti lety jsme navzdory všemu pokroku, feminismu a sílící snaze o rovnoprávnost „ve všem“ preferovali tradiční rozdělení rolí muže a ženy. Tehdy o tom byly přesvědčené plus minus dvě třetiny republiky. A upřímně, nemít za sebou rozhovor se Slávou Černým z projektu Dovychovat.cz, asi bych si jen s opovržením odfrkla a řekla vám: Ty jo, to bylo v pravěku, jak by někdo něco takového mohl chtít ještě dneska? Je přece super být rovná s muži, vydělávat, obejít se bez nich, nemuset se na ně obracet s každou prkotinou! Jenomže ono tohle je všechno super možná pro nějaký kratičký záchvěv radosti z toho, jak silné a hrdinné my ženy najednou jsme. Ale co si dost často vůbec neuvědomujeme, je fakt, že za tohle „hrdinství 21. století“ platíme docela velkou daň. Tak moc jsme braly povinnosti a um svým mužům, až jsme jim sebraly jejich základní role, jejich možnost být dobrým partnerem i skvělým tátou. A přitom obojí bytostně potřebujeme.



SLÁVA ČERNÝ,  
lektor,  
Dovychovat.cz

## Podpantoflák, hromovládce a pan Ideální...

**Pánové se v posledních letech rozdělili vlastně na tři takové skupiny:**

**1** Máme doma podpantofláky, kteří bez našeho svolení, plánování a organizování nebo přidělování povinností nehnu ani prstem. Jsou zvyklí poslouchat a fungují v podstatě jako „další dítě“. I když milujeme svou svébytnost, vzdycháme v jejich případě nad tím, že ti chlapi nějak poslední dobou nejsou chlapi. Ale oni ani nemohou být. Jak říká Sláva Černý z Dovychovat.cz: „Ženy na jednu stranu jsou tlačeny médii a společností do kariéry, rodiny a do toho, že musí zvládat všechno. Na druhou stranu velmi často nemají partnera, o kterého se mohou opřít. A je to logické. Chlapečci se od malička učí, že žena je autoritou, a to skrz to, že musí poslouchat povely, příkazy a zákazy různého druhu. Učí se to ve školce, škole, obklopení učitelkami. A najednou přijde muž do vztahu, vedle něj je zase žena. Ale tentokrát se mu líbí, chce ji, jenže zároveň má ženu mnohdy zafixovanou jako tu autoritu, která se poslouchá – takže i té své partnerce předá post autority a vy pak marně pátráte po tom, proč vám není oporou, kterou byste bytostně potřebovala. Takže dál přebíráte jeho roli, jezdíte na technickou a montujete žárovky.“

**2** Míváme i „hromovládce“, kteří právě navzdory ženám – autoritám, jež potkali v dětství (jejich mámy nevyjímaje), stojí v dospělosti v opozici vůči všem ženám světa a tak trochu je nenávidí, nechtějí spolupracovat a místo, aby byli za chlapy, jsou za macha s pivem v ruce,

za táty, ze kterých mají děti spíš strach než respekt, a my se od nich nikdy nedočkáme uznání za to, co děláme, i když toho hodně děláme i za ně. Ačkoli tady to často není proto, že by to bez pokynů neuměli, ale nechtějí, jsou pasivní často schválně, protože je to také pohodlnější. „V poradně u nás byla třeba maminka s chlapcem, kterému bylo teprve deset let a už skrže její přístup nenáviděl ji i všechny holky světa. Proč? Spočítali jsme, že denně od ní dostane na sto padesát příkazů. Což za těch deset let jeho života vydalo na skoro sto tisíc pokynů, co má nebo nemá dělat. A když si tohle spočítáte, není se co divit, že k ženám se takový kluk s největší pravděpodobností nebude chovat s úctou, jakou byste si jako žena zasloužila, protože s ním první důležitá žena jeho života také nejednala s respektem,“ vysvětluje Sláva Černý s tím že pochopitelně takřka vše, co cítíte jako nefunkční v otázce mužnosti svého muže, najdete nějak otíštěné v jeho dětství. A nejen ve vztahu k mámě, ale i k tátovi, protože jde mimo jiné také o to, jestli byl už jeho táta podpantoflák, nebo hromovládce. A jaké vzorce chování mu předal. »



INZERCE 321119/18

Vyřešte si dovolenou!  
**bigzoom.cz**

**BIG ZOOM**  
joy of life



**3** Chlápek značka Ideál je pak na hony vzdálený oběma předešlým typům. Je to muž, který ví, kdo je, co umí a jaká je jeho role v životě vlastním, v životě jeho ženy i v životě jeho dětí. A vedle kterého odpadá všechno to únavné a deprimující, co přinášejí vztahy s předešlými typy mužů. Odpadá nám přebírání zodpovědnosti, zažíváme vedle něj pocit, že se máme o koho opřít. Právě takový chlap umí přijít a říct obyčejně „to bude dobrý, neboj“ stejně jako se rozplynout nad tím, jaké jsme mámy nebo partnerky. Umí ve správnou chvíli obejmout a pro děti je tu vždycky, kdy ho potřebují, nejen když to dostane befelem nebo mu na to zbude čas po miliontém fotbalovém derby Sparta–Slavia. A já vím, že v tuhle chvíli byste všechny daly nevíme co za to, mít doma právě Ideál. Která z nás ne! Protože štěstí na tyhle zralé, vědomé muže zatím mnoho z nás nemá. Ale jak říká Sláva Černý z projektu Dovychovat.cz, který je mimo jiné autorem pětítýdenního workshopu Restart muže: Můžete zkusit to, co vás „pálí“, postupně pozměnit. Jak?

## Co tátové podle Slávy Černého předávají klukům?

*„Pokud jsem otcem synů, učím je, že muž ženě pomáhá, rozumí jí a zároveň se jí nebojí. Že muž drží slovo, je na něj spolehnutí. Ukazují, že právě chlap má zabezpečit rodinu, i když je to v době, která rodině vlastně nepřeje, nesmírně těžké. Tatka se synem by měl trávit čas, řídit, prát se, ukazovat, jak nakládat s přirozenou rivalitou, kterou maminky mnohdy nechápu. Tatka by měl ukazovat, jak komunikovat s ženami, jak řešit konflikty, jak se učit z proher. Měl by vést a oceňovat syna za poctivý přístup k životu a tréninku, za poraženou vůli, ne za výsledky (jedničky ve škole, vstřílené góly atd.)“*



## A jaká jsou poselství holčičkám?

*„Tátové mohou zdaleka nejvíce ovlivnit sebevědomí svých dcer. Dcerka musí být oceňovaná už jen za to, že je, že existuje, že má radost ze života.“*

*Nikoli za výkony, za to, že domů nosí jedničky nebo podává super výkony v atletickém kroužku. Úkolem tatinků je udržet holčičku v životní radosti, co nejdále to jen jde, a ochránit ji před soutěživostí, což je mnohdy velmi těžké ve společnosti, která je postavená na výkonech a soutěživosti. Pro holčičky je přirozená spolupráce, nikoli rivalita, která je vlastní klukům.“*

Co tátové předávají holčičkám, si podrobněji přečtete na str. 90

## Obruste ostré lokty, nahod'te něhu

„Ženy obecně si musí uvědomit, že jejich největší síla nespočívá v tom, že mají tvrdé lokty, ale v jemnosti a ženskosti. Že nefunguje vyčítání – protože potom se muži „stavějí na zadní“ jen proto, aby se necítili jako podpantofláci a neztratili tvář před ženou. Ale že potřebují laskavost a uznání,“ říká odborník. To první, co mi běží hlavou, je – ale to my taky, ne? A máme na to asi větší nárok než ti naši chlapi! Když ale chcete, aby váš muž přijal svou roli muže coby ochránce a opory, která mu správně náleží, pak vy se musíte skutečně zahrnout v roli křehké, pečující ženy, jež v něm ty správné instinkty nastartuje. Což výčitky, ba ani vytrvalý pláč neumí. Ty odpuzují i muže, kteří by se jinak chtěli začít snažit (to asi koneckonců víte). „Hodně věcí se může změnit už jen tím, že s ním budete laskavě komunikovat. Že mu bez výčitek a s laskavou energií budete povídat, jak se vám vedle něj žije, co vás trápí nebo co by vám pomohlo. Což je pochopitelně velká výzva ukočírovat ženské emoce, pokud si svého muže nevážíte. Laskavou energií a přístupem zvyšujete pravděpodobnost, že vás muž bude vnímat. Opak ho může odradit a vést k uzavření, protože výčitek, příkazů a emočního tlaku si nejspíš užil za svůj život až až a jeho mysl se pak vypíná a on vás nevnímá,“ popisuje Sláva Černý. Tak se ho klidem postupně pokuste naučit plnit jednu z hlavních rolí muže – protože právě muž má být ochráncem domácího štěstí, měl by se zajímat o to, jak vám je, jak je s ním jeho dětem. Od svých maminek jsou mnohdy muži naučení držet „pusu a krok“, prostě poslouchat ženskou autoritu.

## Nechte ho vstoupit i do role táty

Totéž se týká jeho úlohy v roli táty. „Samozřejmě záleží, jaký příběh si s sebou ten který muž nese z dětství, jak byl vychovávaný. Ale pokud budeme vycházet z té většiny, v níž chlapečci byli vychovávaní v prostředí, kde se jim přikazovalo, povelovalo a maminka jim ještě ve třiceti kecá do toho, jaké si vzali ponožky, a nerespektuje jejich dospělost, pak potřebuje muž jako partner i táta především vnitřně zesílit. A aby mohl, měl by od své ženy k tomu dostat zase prostor,“ vykládá odborník s tím, že to pro vás znamená uvolit se k tomu, abyste mu vůbec dala prostor být tátou podle jeho gusta. A pro muže vstoupit skutečně do role muže znamená mimo jiné popasovat se se svými vnitřními strachy. Právě se svou minulostí. Ujasnit si hranice s mámou generálkou (v každém konfliktu se svou ženou jde vlastně podvědomě do konfliktu pořád s mámou) a vyříkat si i s tátou, jak to měli. Ale to je gigantický úkol, před kterým spousta z nich bez správných průvodců – chlapů kapituluje (proto vy mu nenápadně můžete poslat odkaz na stránky Dovychovat.cz a nechat jej přihlásit se na zmíněný pětítýdenní workshop mužského restartu nebo třeba nasměrovat na báječného terapeuta Jana Bílého, který je svými mužskými workshopy a konstelacemi pořádanými výhradně pro muže proslulý). Teprve až vnitřně zesílí a popasuje se se svou minulostí, může z něj být chlap Ideál a pro děti táta snů. Mimochodem, to pochopitelně v závislosti na pohlaví dětí znamená také pokaždé něco jiného (viz sloupek nalevo). ✘