

# Dětská TABU aneb o čem byste si s dítětem MĚLI promluvit



Stále častěji s mými klienty řeším bloky v oblasti jejich intimity, vyjadřování a dávání lásky. Až bych řekla, že jsem se nesetkala s nikým, kdo by měl v této oblasti absolutně bezproblémový stav a u každého z nás bych jistě našla alespoň jeden „zádrhel“ ve vyjadřování a přijímání lásky či zvládání intimity jako přirozené součásti našich vztahů.

Je mi jasné, že záležitosti, o kterých zde budu psát, jsou maximálně citlivé a prosím všechny, kteří mají tendenci „takové chuňárčiny“ odsoudit, ať se na chvíli zastaví a vydrží to. Označte klidně tento článek hvězdičkou (i když vaše děti se k němu stejně dostanou ☺), zkuste číst dále. Možná doma emočně omezili vás, můžete však změnou přístupu zachránit vaše dítě od bloků, které je jinak budou provázet celý život. Jaká tabu tedy děti přitahují, ale neznají na ně odpověď? V jakých tabu vaše děti tápou?

## Tabu #1 – Jak jsem přišel/přišla na svět?

Mnozí rodiče nechávají děti napospas osudu a nevysvětlí jim propojení mezi mužem a ženou. Neukážou dětem lidské orgány a neřeknou citlivě, že jde o akt lásky, souznění a že se to také oběma líbí. Děti poté jejich zrod zjistí až od starších spolužáků, z knihy, z porno časopisu a to většinou dost nevhodným způsobem. Pamatuji si mého kamaráda, kterému to sdělil velice naturálním způsobem náš spolužák. Můj kamarád z toho byl týden hodně špatný a tenkrát se zařekl, že něco „tak hnusného“ dělat nebude. Možná je to s odstupem času vtipné, jsem si však jistá, že si můj kamarád do dnešního dne láme hlavu s některými bloky v oblasti sexu, které z toho hrůzného zjištění může mít.

Zkuste tedy s dítětem posedět anebo mu kupte publikaci, která vám ve vysvětlení pomůže.

## Tabu #2 – Je uspokojování sebe špatné?

Možná se u článku červenáte, ale děti jsou i v této záležitosti velice intuitivní. Přijde však doba, kdy si nejsou jisté, zda to, co činí, je správné či nikoliv. Zda z toho nebudou nemocní, hloupější a zda jsou vůbec normální. Přestože sexuální sebeuspokojování je zcela přirozenou záležitostí v oblasti dětské sexuality, rodiče dětem takové věci nevysvětlí, zakazují anebo je dokonce za takové prohřešky trestají. Jim pak vznikají například následující Emoční vzorce:

Sexuální uspokojení je špatné  
Nesmím pociťovat sexuální uspokojení.

Sex je špatný.  
Když se budu uspokojovat, jsem špatný.  
Když se budu uspokojovat, budu nemocný.

Přátelé, řekněte mi: když člověk s takovým naprogramováním jde do života, jaký sexuální život ho čeká? Bude uspokojivý a pohodový?

### **Tabu #3 – Jak vypadá maminka a tatínek v nahotě?**

Do posledních let bych tomu nevěřila, existují však skutečně jedinci, kteří své rodiče NIKDY neviděli v nahotě. Dokonce znám člověka, který si díky naprosté netoleranci nahoty nevěřil, že je jeho 18letá dcera těhotná (zjistil to, až když začala rodit). Vaše děti nahotu berou jako přirozenou záležitost a pokud vás vidí v celé kráse, přijde jim to zcela normální. Pokud ale sami sebe schovávají a nedovolíte jim podívat se, jak se poté mohou nestydět? Jedincům tak vznikají následující Emoční vzorce:

Máma se přede mnou stydí.  
Nahota je špatná.  
Být nahý je ostuda.  
Nevím, jaká máma ve skutečnosti je.  
Táta se přede mnou schovává.

### **Tabu #4 – Kdy, jak, proč – ženská menstruace**

Odstavec pro dámy a matky... První šok a hrůza z toho, že umřete, pane bože, co se mi to děje... toto vypovídá většina klientek v sexuálních poradnách. Neznalost příchodu první menstruace a ženského cyklu, to je snad největší tabu v dámské části našich rodin. Dámy, matky, prosím. Poučte vaši dceru dříve, než bude pozdě. Zkuste vysvětlovat tak, že je cyklus naší výhodou. Jsme tak díky tomu více empatické, citlivé, žijeme také díky našim hormonům déle než muži. Díky menstruaci můžeme být plodné a mít děti. To je výhod, že? Neděste dcery a zkuste jim jejich celoživotní úděl vysvětlit tak, aby se každý třetí týden neděsily.

Mimochodem i z takového šoku vznikají Emoční vzorce jako například „Nenávidím ženskost“ nebo „Menstruace je děsná“...

### **Tabu #5 – První pohlavní styk a všechno s tím spojené**

Vaše dítě roste a s ním i jeho touha po druhém pohlaví. Nečekejte, že je zrovna u vaší Aničky času dost a poučte ji dříve, než bude pozdě. A to poučení neberte jen: „Tohle je kondom a ten vždy použij“. Co její emoce? Zkuste jí popsat, jaké to bylo u vás, jak se na takovou věc připravit, co od toho očekávat... První sexuální zážitek se velice často zapisuje do našich emocí a utváří názor na náš další sexuální život. Nebojte se proto mluvit, i vaše zkušenosti vašemu dítěti něco dají a váš [vztah](#) se ještě prohloubí. Pokud vám to psychika nedovolí, kupte dítěti knížku anebo se ujistěte, že má dítě ve škole včas sexuální [výchovu](#).

Věřím, že taková témata jsou pro mnohé z vás citlivá a nepříjemná. Sami jste se s rodiči takto nebavili a máte tak činit u svých [dětí](#). I když se vám povede 20% z toho, gratuluji vám! Překonali jste sami sebe a možná jste díky tomu dali i něco sobě.

#### **Přečtěte si také:**

[Jak poznat, kdy vztah ukončit](#)

[Jak poznat, že vám ten druhý stojí za to?](#)

**Stáhněte si:**

[E-kniha „Praktický průvodce rozvodem“](#)

[E-kniha „Jak poznat toho pravého“](#)



© **Napsala Lenka Černá**  
Kouč v oblasti osobního rozvoje  
(práce, peníze, vztahy , zdraví)

Email: [cerna@mindsoft.cz](mailto:cerna@mindsoft.cz)

[www.muzyztah.cz](http://www.muzyztah.cz) [www.mamdepku.cz](http://www.mamdepku.cz) [www.mujkouc.cz](http://www.mujkouc.cz) [www.mezdravi.cz](http://www.mezdravi.cz)

Tento článek můžete využít pro své potřeby, pokud uvedete  
informace o autorovi, jeho email a odkaz na www stránky.