

# VEVA CZ s.r.o.

Lektor osobnostního rozvoje



Týmová závěrečná práce

## Rodičovství jako výzva

Vypracovaly:

Jana Zeroniková, Dagmar Červenková, Markéta Kolerusová, Iva Jirovcová

Vedoucí práce:

Michaela Velechovská

© 2015 VEVA CZ s.r.o.

## ČESTNÉ PROHLÁŠENÍ

Prohlašujeme, že jsme tuto týmovou závěrečnou práci „Rodičovství jako výzva“ vypracovaly společně ve složení Jana Zeroniková, Dagmar Červenková, Markéta Kolerusová a Iva Jirovcová, pod vedením Michaely Velechovské a s použitím odborné literatury a dalších informačních zdrojů, které jsou citovány v práci a uvedeny v seznamu literatury na konci práce. Jako autorky této práce zároveň prohlašujeme, že jsme v souvislosti s jejím vytvořením neporušily autorská práva třetích osob.

V Praze dne 17. 7. 2015

## PODĚKOVÁNÍ

Rády bychom touto cestou poděkovaly společnosti VEVA CZ s.r.o. a všem jejím lektorům, především pak Michaele Velechovské za její cenné rady a připomínky k této práci a dále Evě Velechovské za inspirativní a obohacující životní sdílení a posunutí našich vlastních obzorů. Děkujeme zároveň Hance Havlové, Lídě Vrzalové, Vláďovi Baranovi a Monice Just za přínosné semináře. Za zodpovězení našich dotazníkových otázek velmi děkujeme všem osloveným respondentům.

# **RODIČOVSTVÍ JAKO VÝZVA**

# OBSAH

<b>1. ÚVOD.....</b>	<b>7</b>
<b>2. CÍL PRÁCE A METODIKA.....</b>	<b>9</b>
2.1 VYTIPOVÁNÍ A SBĚR KONTAKTŮ.....	9
2.2 DOTAZNÍKOVÉ ŠETŘENÍ.....	9
2.3 ANALÝZA JEDNOTLIVÝCH ENNEAGRAMOVÝCH TYPŮ.....	10
2.4 ZHODNOCENÍ DOTAZNÍKOVÉHO ŠETŘENÍ .....	10
<b>3. LITERÁRNÍ REŠERŠE .....</b>	<b>11</b>
3.1 VYMEZENÍ POJMŮ .....	11
3.2 ANOTACE .....	11
3.3 RODIČOVSTVÍ A ENNEAGRAM.....	16
<i>Typ 1</i> .....	16
<i>Typ 2</i> .....	17
<i>Typ 3</i> .....	18
<i>Typ 4</i> .....	19
<i>Typ 5</i> .....	20
<i>Typ 6</i> .....	21
<i>Typ 7</i> .....	22
<i>Typ 8</i> .....	23
<i>Typ 9</i> .....	24
<b>4. VLASTNÍ ŘEŠENÍ.....</b>	<b>26</b>
4.1 VYMEZENÍ OBJEKTU ZKOUMÁNÍ .....	26
4.2 CHARAKTERISTIKA OBJEKTU ZKOUMÁNÍ.....	26
<i>Typ 1</i> .....	26
<i>Typ 2</i> .....	27
<i>Typ 3</i> .....	28
<i>Typ 4</i> .....	29

Typ 5.....	30
Typ 6.....	32
Typ 7.....	33
Typ 8.....	33
Typ 9.....	34
4.3 DOTAZNÍKOVÝ VÝZKUM .....	36
<b>5. ZHODNOCENÍ A NÁVRH ŘEŠENÍ .....</b>	<b>36</b>
Typ 1.....	36
Typ 2.....	38
Typ 3.....	40
Typ 4.....	41
Typ 5.....	42
Typ 6.....	43
Typ 7.....	44
Typ 8.....	47
Typ 9.....	48
<b>6. ZÁVĚR .....</b>	<b>50</b>
<b>7. SEZNAM LITERATURY .....</b>	<b>51</b>
<b>8. PŘÍLOHY .....</b>	<b>52</b>
8.1 DOTAZNÍK .....	52
8.2 RODINNÝ ENNEAGRAM V OBRÁZCÍCH .....	52

# 1. Úvod

Tato skupinová závěrečná práce je zaměřena na rodičovství a enneagram, konkrétně zkoumá výzvy, které rodičovství jednotlivým enneagramovým typům přináší.

„Enneagram je staré súfijské učení, které popisuje devět různých osobnostních typů a jejich vzájemné vztahy. Toto učení nám může pomoci poznat svůj vlastní typ i to, jak se vyrovnat se svými problémy, může nám pomoci porozumět svým kolegům, partnerům, rodině i přátelům a ocenit predispozici, kterou má každý typ pro vyšší lidské kvality, jako je například empatie, vševedoucnost a láska.“ (Palmer, 2009, s. 18).

Rodičovství představuje pro každého člověka zásadní životní zlom. V mnoha případech dochází ke změně životních hodnot. Člověk nalézá nové hodnoty a prožívá nové pocity. „Enneagram nám může pomoci vnímat sebe sama jasněji, stát se vůči sobě bezohledně upřímnými a stále lépe rozlišovat, kdy slyšíme jen své vlastní hlasy a pohnutky a jsme v zajetí vlastních předsudků a kde jsme schopni být otevření pro něco nového.“ (Rohr, Ebert, 2001, s. 21).

Podle Jordánové jsou rodiče a děti na stejné lodi a v různém čase procházejí obojím. „To, jakými budeme rodiči, se rozhoduje již v našem dětství, a to, jakými jsme rodiči, velmi zásadně ovlivňuje naše děti. Svě rodičovské modely se učíme již v raném dětství od svých rodičů a tak to běží pořád dokola.“ (Jordánová, 2005, s. 21).

Podle Velechovské je raný dětský věk pro člověka zcela zásadní. „Události prožité v tomto věku a osoby, které o dítě pečují mají rozhodující vliv na formování osobnosti“ (Velechovská, 2008, s. 12).

Rodina je základem naší společnosti, v níž být dobrým rodičem, je velkou výzvou téměř každého uvědomělého člověka. Cesta dobrého rodiče je jistě velmi dlouhá a náročná a souvisí s cestou sebepoznávání a vlastním osobním rozvojem. „Nikdy nepoznáme sami sebe, pokud na to budeme sami. Naše děti jsou nekonečný dar pro náš růst, neboť se před nimi chováme většinou přirozeně a dovolíme jim tím poznat i ty nejvnitřnější stránky nás samých.“ (Jordánová, 2005, s. 21).

Každý enneagramový typ má jiný přístup k rodičovství, který vychází z jeho vlastních zkušeností a vnitřního prostředí, které se formuje už od raného dětství. „Všechny zkušenosti, které dítě zažívá formují jeho osobnost. Negativní prožitky nenaplněných potřeb vytvářejí v mozku zaznamenanou zkušenost, která bude i v dospělosti vždy ovlivňovat zaměření pozornosti a tím i myšlení a chování.“ (Velechovská, 2008, s. 12).



## **2. Cíl práce a metodika**

Hlavním cílem naší společné závěrečné práce je na základě dotazníkového šetření zjistit, co se jednotlivé enneagramové typy naučily tím, že se staly rodiči.

Metody, jimiž bude dosaženo stanoveného cíle a na jejichž základě bude tato společná závěrečná práce zpracována, jsou následující:

### **2.1 Vytipování a sběr kontaktů**

Vytipování a sběr kontaktů potřebných k oslovení v dotazníkovém šetření bude uskutečněn na základě doporučení vedení společnosti VEVA.CZ a z našich vlastních zdrojů. Z důvodu náročnosti kladených otázek bude osloveno 20 – 40 cíleně vybraných, vědomých jedinců, představitelů jednotlivých enneatypů a to vždy v zastoupení alespoň jeden muž a jedna žena.

### **2.2 Dotazníkové šetření**

Dotazníkové šetření bude provedeno prostřednictvím internetového rozhraní formulářů google. Jednotlivým kontaktům bude zaslán e-mail s průvodním dopisem a odkazem na online dotazník, který bude zahrnovat tyto otázky:

- Jste (pohlaví)?
- Kolik je Vám let?
- Kolik máte dětí?
- Jaký je Váš enneatyp?
- Jakou pozorujete změnu ve Vaší emoční fixaci (vášni) potom, co jste se stal rodičem?
- Jakou pozorujete změnu ve svém myšlenkovém návyku (mentálním vzorci) potom, co jste se stal rodičem?

- V jakých oblastech je pro Vás rodičovství výzvou?

### **2.3 Analýza jednotlivých enneagramových typů**

Analýza bude provedena na základě zjednodušené SWOT analýzy. Budou popsány výhody a nevýhody jednotlivých enneagramových typů a dále zmíníme jejich hrozby a příležitosti.

### **2.4 Zhodnocení dotazníkového šetření**

Zhodnocení bude provedeno na základě porovnání a hledání podobností konkrétních enneatypů s vlastním šetřením a analýzy.

## 3. Literární rešerše

### 3.1 Vymezení pojmů

**Enneagram** – model, mapa, která propojuje vnitřní svět osobnosti člověka s vnějším, který nabízí logické souvislosti a možnosti rozvoje vědomí člověka.

**9 typů osobnosti** – dle Enneagramu se jedná o devět strategií a způsobů, jak naplnit své potřeby a získat to, co chceme a způsobů, jak ochránit sama sebe.

**Emoční návyk (Emoční fixace)** – nazývána také jako vášeň, je silnou energií využívanou v situacích, kdy je potřeba ochránit vnitřní „já“, nebo k uspokojení potřeby.

**Mentální návyk (Způsob myšlení – fixace)** – unikátní sada myšlenek pro zpracování a třídění informací a jejich vyhodnocení, nazýváme též jako myšlenkové vzorce.

**Ctnost** – je emoční akcí, jde o schopnost vymanění se z emočního návyku.

**Pocit** - emoce, myšlenka, vjem, nebo jejich vzájemná kombinace. Různé pocity jsou součástí lidského prožitku nebo i zážitku lidského života.

### 3.2 Anotace

Při studování odborné literatury k Enneagramu není snadné najít specificky zaměřenou literaturu na rodičovství a Enneagram. Na českém trhu jsme bohužel nenašli žádnou takto zaměřenou publikaci, která by propojovala výchovu nebo rodičovství s Enneagramem. Na světovém trhu, se nám podařilo objevit několik málo webových stránek a odkazů na publikace věnujících se rodičovství v souvislosti s Enneagramem.

Jako podklad pro vypracování anotací pro naši práci, se budeme zabývat publikováním odborníků Elizabeth Wagele, Clare Cherikoff a Janet Levine.

Elizabeth Wagele je přední odbornicí a jednou z nejpoblárnějších spisovatelek o tématice Enneagramu. Narodila se v Utahu, vystudovala

hudbu, je učitelkou hudebních lekcí a autorkou zhudebněného Enneagramu v podobě klavírních sonát a mluveného slova o každém z typů, s názvem „Beethoven Enneagram“. Je maminkou 4 dětí. Mezi její publikované knihy patří například „The Enneagram Made Easy“, „ Are You My Type, Am I Yours?“ nebo „The Enneagram of Parenting“.

Publikace The Enneagram of Parenting, jejíž název můžeme volně přeložit jako „ Enneagram rodičovství“ je svým odborným rozsahem určena široké veřejnosti i pro neznalce enneagramu. Atraktivitu ji přidávají pěkné a vtipné karikaturní kresby, kterými jsou doprovázeny všechny kapitoly.

Elisabeth úvodem popisuje enneagramové chování u dětí a věnuje se popisu všech devíti enneotypů a to, jakými způsoby se děti v těchto typech jeví. Velmi okrajově zmiňuje historii a teorii samotného enneagramu. Publikace je doplněna kvízy k identifikaci enneotypu dítěte.

Rodičovství se Elisabeth věnuje v kapitole „Parents and the Enneagram“. Popisuje zde enneotypy samotných rodičů a to, jak se v daném typu jako rodiče projevují. Bohužel věnuje této oblasti malý prostor, každý typ je popsán v rozsahu jednoho krátkého odstavce. Velmi šikovně je kapitola doplněna skutečnými prohlášeními rodičů pro každý typ. Jedná se o principy, ve které věří rodiče při výchově svých dětí.

Zajímavou kapitolou se jeví „Twenty Additional problem areas“, ve které Elisabeth lehkou vtipnou krátkou formou radí, jak se vypořádat s typickými problémy při výchově, jako jsou například: uspávání, disciplína, rozvod, vzdělávání, sex, přátelé, stres atd.



Zdroj: <http://wagele.com/the-enneagram-teens-here/>

Významnou propagátorkou Enneagramu je Clare Cherikoff, moderátorka, dokumentaristka, spisovatelka, karikaturistka a autorka pěti knih. Od roku 1992 působí jako trenérka kurzů osobnostního rozvoje a má, kromě jiného, zkušenosti jako producentka dokumentárního filmu o Enneagramu, který se točil na 3 kontinentech. Mnoho zajímavého čtení o Enneagramu má Clare zpracováno na svých webových stránkách. Jedna záložka je věnována rodičovství a je pojata z pohledu dítěte, které si může identifikovat své rodiče v typech.

Clare se také věnuje popisu osobnosti a chování rodičů vůči svým dětem podle typů. Zároveň má tuto krátkou deskripci doplněnou vždy o vtipnou karikaturu rozhovoru daného typu rodiče s dítětem.

Clare uvádí, (<http://clarecherikoff.com/parents-enneagram-personality-types/>), „No one type is better or more loving as a parent than the other. We're all deeper and richer than our personality and the enneagram allows us to see that as well as the style of the nine types so we can understand one another with compassion and humor“, volný překlad by mohl být „Žádný

z typů není lepším a více milujícím rodičem než ostatní typy. Všichni jsme hlubšími a bohatšími osobnostmi a enneagram nám umožňuje dobře pochopit všech devět stylů typů a tím si můžeme vzájemně porozumět se soucítěním a s humorem.“

Janet Levine je spisovatelkou, pedagožkou a moderátorkou. Janet má desítky let zkušeností s publikováním knih a jako novinářka na volné noze. Vede semináře a prezentuje mezinárodní programy na psychologii osobnosti pomocí E-modelu. Janet je zakladatelkou a představitelkou několika úspěšných neziskových organizací v Jižní Africe a ve Spojených státech, je odhodlanou aktivistkou za lidská práva.

Především je také zkušenou učitelkou s bohatými zkušenostmi z práce s rodiči a dětmi. Mezi nejznámější publikace patří *„Know Your Parenting Personality: How to Use the Enneagram to Become the Best Parent You Can Be“* a publikace *„The Enneagram Intelligences: Understanding Personality for Effective Teaching and Learning.“*

Výše zmíněná publikace o rodičovství je založena na enneagramu. Janet na základě toho předpokládá, že každý z nás jedná způsobem do značné míry v souladu s naším typem osobnosti jak doma, tak v práci a to ve všech životních rolích jako dítě, student nebo jako rodič. Vědomí o vlastním typu osobnosti a typu našeho dítěte, nám může pomoci být lepším rodičem. Z nějakého důvodu Janet začíná svůj výklad typů od enneotypu č. 2 a končí č. 1. Typy nazývá následovně:

The Helper – typ zaměřený na uspokojování potřeb ostatních;

The Organizer – typ milující prostřednictvím děláním věcí;

The Dreamer – spojení je nadevše („připojení se“ k dítěti);

The Observer – pojďme o „krok zpět“ abychom viděli;

The Questioner – s mottem „vždy připraven“;

The Entertainer – „pojďme si to užít, pojďme si hrát“;

The Protector – „jsem tvá svatyně, semnou ti nic nehrozí“;

The Peacekeeper – typ žijící život skrze své blízké;

The Molarizer – typ snažící se vždy o dokonalost.

Janet uvádí, že každý rodič se najde tak trošku v každém typu, jelikož který rodič by si nepřál, aby jeho dítě bylo v bezpečí, připraveno na život a také si jej užilo. Kniha opět začíná jednoduchým kvízem k určení vlastního typu. Uvádí zde příklady situací, kdy je nám chování v daném typu užitečné a naopak, kdy vytváří problémy. Kniha je plná tipů, jak nejlépe pracovat se svým typem a být lepším rodičem.

Janet uvádí, že některé typy rodičů jsou přirozeně lepší v podporování sebevědomí dítěte, někteří rodiče jsou zase náchylnější k vytváření ochromujícího strachu z neúspěchu jejich dětí, někteří například podporují kreativitu dítěte, zatímco jiní podporují disciplínu. Janet říká, že všichni děláme tu nejlepší „práci“, co v dané chvíli jako rodič umíme, avšak je často těžké pochopit, že naše „nejlepší práce“ nemusí být vždy tím nejlepším pro naše dítě. Tím, že pochopíme vlastní rodičovský styl, můžeme lépe pochopit pozitivní a negativní dopady tohoto stylu na naše děti a můžeme lépe čelit některým negativům. Pochopení vzájemného propojení stylů nám umožní použít určitý koncept v různých situacích a jak nejlépe přistupovat k výzvě, kterou rodičovství je.

Například vybíráme rodičovský styl, který autorka nazývá „The Dreamer“. Tento typ rodiče touží po hlubokém spojení se svým dítětem. Je pro něj důležité cítit se jedinečně a unikátně, a proto chce, aby i jeho dítě se cítilo jako jedinečný a zvláštní člověk. „The Dreamer“ nejde s hlavním proudem a nechce být stejný jako všichni ostatní, chce dělat zvláštní a odlišné věci, už vůbec ne světské, obyčejné a nudné. Problém je, že je to snílek. Obecně „The Dreamer“ chce, aby jej jeho dítě vnímalo jako zvláštního a ne jako ostatní rodiče. Chce pro dítě jen speciální věci, což může vytvářet velký tlak na dítě společně s nároky naší doby a může jej v konečném důsledku oddělit od ostatních dětí. Rady, které autorka rodičům snilkům nabízí, jsou naučit se užít si obyčejné věci, jako například vzít děti do Burger King restaurace namísto funky etnické restaurace. Aby si užili každý den a nesnažili se v každé interakci se svým dítětem o mimořádný zážitek a nespěchali na prvním místě se zápisem do hodin výtvarné výchovy.

Jako expert na psychologii osobnosti, je Janet Levine průkopnicí v novém chápání Enneagramu. Své poznatky má založené na stovkách rozhovorů s rodiči. Tato kniha může rodičům pomoci vytvořit silnější spojení s dítětem, odstranit špatné vzorce chování, prohloubit komunikaci a snížit stres v rodinách, dopomůže k zisku ze sebeuvědomění a především může ukázat rodičům, jak podpořit rozkvět osobnosti jejich dětí.

### **3.3 Rodičovství a enneagram**

#### **Typ 1**

##### **Emoční návyk - zlost**

Zlost je emoce, kterou si mnoho Jedniček neuvědomuje a při přímé konfrontaci nevědomá Jednička zlost nepřizná a neztotožní se s ní. Zlost je pro Jedničku špatná emoce a ty si Jednička nedovolí projevit navenek.

„Mnoho Jedniček si neuvědomuje, že se zlobí. Jejich mysl může být při posuzujících myšlenkách ostrá jako břitva, což se v řeči těla projeví napětím a tím, že Jedničky zaměstnává opravování chování všech ostatních.“ (Palmer, 2009, s. 99).

V dětství prožili Jedničky silný pocit potlačení svých vlastních potřeb a přání. „Vzhledem k tomu, že jejich vlastní touhy se v dětství trestaly, nemají Jedničky tušení, co ve skutečnosti chtějí, zato však disponují ohromným smyslem pro to, co by se podle jejich přesvědčení mělo udělat.“ (Palmer, 2009, s. 99).

Emoce, podle Velechovské, Jedničky považují za zrádné. „Mohly by vést k nějakým nevhodným projevům či chování, proto jsou zatlačeny a stále méně používány.“ (Velechovská, 2008, s. 76).



## **Myšlenkový návyk - dokonalost**

Dokonalost je pro Jedničku nedosažitelné měřítko. Jedná se o nikdy nekončící hledání zlepšení čehokoliv.

„Světónázor Perfekcionisty vychází z předpokladu, že existuje jedno definitivní správné řešení pro každou situaci. Jedničky jsou oddány tomuto jedinému správnému způsobu jako charakternímu postoji bez ohledu na to, jak přitažlivé mohou být jiné varianty.“ (Palmer, 2009, s. 94).

Dokonalost je Jedničkami vnímána jako jeden jediný, správný způsob a cíl veškerého jednání. „Perfekcionismus spočívá na předpokladu, že pro každou situaci musí existovat jedno správné řešení a že když se tento jeden správný způsob najde, lidé s jiným názorem přirozeně spatří světlo rozumnosti a budou ochotni souhlasit.“ (Palmer, 2009, s. 103).

## **Typ 2**

### **Emoční návyk – pýcha**

„Pýcha je pocit, kdy si Dvojka myslí, že ona sama nic nepotřebuje, ale všichni potřebují ji a dokonce se bez její pomoci neobejdou. „ (Velechovská, 2012, s. 88)

„Dvojka je zaměřena energií ven na druhé, vydá ze sebe vše, aby opečovala a naplnila potřeby druhých, až nezbyde jí. I přes to stále tvrdí, jak je samostatná a nikoho nepotřebuje. Postupně pak ztrácí svou životní sílu a cítí se jako oběť. Její emocionální vzorec, projev jako neřest je pýcha.

Dvojka má pocit, že žije svůj život samostatně, bez pomoci ostatních, ale že sama všem pomáhá a umí pomoci ještě lépe než by pomáhali ostatní. Dokáže vycítit potřeby ostatních a hned začíná pomáhat, očekává za to odměnu ve formě lásky, lichotek od ostatních.“ (Samuel Jakob, 2014).

Dvojky často věří, že jsou druzí lidé závislí na jejich pomoci a na tom, co se ony rozhodnou dát nebo nedat. Žijí ve vlastním přesvědčení, že pomoc vychází od nich směrem k druhým a že bez nich by byl svět ochuzen. (Palmer 2009, s. 136).

### **Myšlenkový návyk – zdánlivý přebytek**

Vždy mám co dát je pocit, který Dvojka má a nechce ho pustit. Je stále k dispozici a připravena kdykoliv pomoci, udělat něco pro někoho či za někoho.

„Mysl generuje postoj, ve kterém je jakýsi pocit přebytku. Dvojky mají pocit, že je možné jít kdykoliv pomáhat druhým či pracovat a že mají vždy dostatek sil.“ (Velechovská, 2012, s. 76).

Zdánlivý přebytek je doslova zdánlivý a může dovést Dvojku přes vyčerpání až k agresi, výčitkám, útokům a do role oběti.

### **Typ 3**

#### **Emoční návyk– ješitnost**

„Trojka je zaměřena energií ven. Dělá vše proto, aby vypadala perfektně a sklízela obdiv za svou pracovitost, dokonalost a dosahování velkých a nesnadných cílů, i když nedá přímo najevo, že se proto neskutečně nadřela a kolikrát sama sebe popřela. Trojka přetěžuje sebe i své okolí, navenek se tváří, jak je dokonalá a vše zvládá. Její emocionální vzorec, projev jako neřest, je ješitnost.

Ješitnost je prožitkem velmi podobná energii pýchy. Tedy jsem lepší než to, co vidíte, než si myslíte i než si já sám myslím.“ (Velechovská, 2012, str. 98)

Jsem úspěšný za každou cenu, dělám velké věci, výkony a za to mě pochválíte a přijmete. (Samuel Jakob, 2014).

#### **Myšlenkový návyk – sebeklam**

Sebeklam, jako myšlenkový návyk Trojky se projevuje tak, že si Trojka nalhává tak, že tomu sama věří a to žije. To, co Trojku automaticky napadne jako první, není vždy pravda, pokud to vůbec někdy pravda je. Klamou v první řadě sebe a až poté své okolí.

„Trojky skutečně popírají, že je v jejich životech někdo lepší než oni.“ (Velechovská, 2012, s. 99).

„Když Trojka s něčím myšlenkově splyne a stanoví si svůj cíl, dokonale se s ním ztotožní a žije ho. Toto splynutí ji přinese pocit, že dosáhne všeho, co chce, poté již neexistuje možnost neúspěchu. Její úspěch je hnán strachem ze selhání.“ (Velechovská, 2012, s. 100).

„Trojky říkají, že se často tolik ponoří do své role, že dokáží oklamat sebe a zaměřují se na ni. Jakoukoliv negativní zpětnou vazbu od okolí ignorují a nepřijímají.“ (Palmer, 2009, s. 171)

## **Typ 4**

### **Emoční návyk - závist**

Závist je převlečená touha. Touha dosáhnout čehokoliv, co si Čtyřka vysní, co obdivuje nebo čím se chce stát. Závist přichází na základě ztráty impulzu své touhy dosáhnout. „Čtyřka po něčem touží a zažívá vnitřní pocit nedostatečnosti, a tedy i pocit, že toho nemůže dosáhnout. Je pak snadné, aby se z této motivující touhy stala často závist.“ (Velechovská, 2008, s. 113).

„Závist je živena přesvědčením, že druzí docházejí citového uspokojení, které bylo mně upřeno.“ (Palmer, 2009, s. 218).

### **Myšlenkový návyk – zdánlivý nedostatek**

Čtyřka intenzivně vnímá pocit absence části vlastní sebehodnoty. Podle Velechovské je základní myšlenkovou fixací pocit neúplnosti. „Vede k nedostatečnému uvědomování si vlastní hodnoty, k přesvědčování o nedostatku fyzické krásy i o spoustě malých nedostatků v mnoha oblastech, prakticky všude.“ (Velechovská, 2008, s. 115).

Podle Palmer chtějí být Čtyřky ústřední postavou v citovém životě svých dětí i partnerů. „Chtějí mluvit o svých zkušenostech a pocitech a chtějí, aby je ostatní vyhledávali a radili se s nimi o rodinných záležitostech.“ (Palmer, 2009, s. 211).

Palmer popisuje chování čtyřkových rodičů následovně: „Jestliže se k dětem bude rodič Čtyřka dobře chovat, budou ho vnímat jako člověka citově oddaného a ochotného trávit s nimi čas. Jestliže se však Čtyřka jako rodič bude chovat neuroticky, děti se budou cítit vyčerpávány nárokem Čtyřky na citové pochopení.“ (Palmer, 2009, s. 212). Tyto děti pak podle Palmer nejspíše řeknou, že s nimi tento rodič soupeří o pozornost svého těžko zastižitelného partnera – druhého rodiče.

## **Typ 5**

### **Emoční návyk - lakota**

„Lakota je v této struktuře osobnosti proces šetření základními zdroji, kterými jsou energie a čas. Je vnitřní emoční energií, zaměřená na ochranu nedostatečných vnitřních zdrojů tak, aby nemohly být nikdy vyčerpány. V chování pětěk se tento vnitřní proces projevuje v pečlivém zvažování, komu a čemu věnují v danou chvíli pozornost. Postupně si budují citovou a finanční nezávislost, studují a osamostatňují se, nebo zůstávají dlouho v péči matky bez partnera.“ (Velechovská, 2012, s. 123)

„S emoční lakotou je spojeno i segmentování zásadního zážitku na jednotlivé části. Pokud prožíváte s Pětkou něco zajímavého, dostanete pravděpodobně omezenou část toho, co je uvnitř prožíváno. Tendence segmentovat situace, informace, se projevuje ve více oblastech života.“ (Velechovská, 2012, s. 124)

### **Myšlenkový návyk - nepřipojenost**

„Nepřipojenost umožňuje ochranu a vytvoření vlastního světa. Je tu základní segment *já a svět*. Přestože pocit nebezpečí umí u Pětky vyburcovat boj, konflikty příliš vyvolávat nechtějí, zaměřují se spíše na pozorování a ochranu, jejíž nejčastější formou je vytvoření vlastního dobře zabezpečeného prostoru, kam je možné se stáhnout. Jde o prostor na fyzické i na mentální úrovni. Své emoce uzavřou na mnoho zámků a udělají si z toho přednost.

Hlavu zaměstnávají sběrem informací, rozvíjejí své analytické i logické myšlení. Jejich myšlenky krouží v různých systémech. Daleko méně se zaobírají partnerstvím a potřebami druhých. Být nepřipojen znamená vnitřně ohraničit svůj prostor, pozornost je zachování nezávislosti a je orientovaná nejvíce na oblast vztahů." (Velechovská, 2012, s. 124)

## **Typ 6**

### **Emoční návyk – strach**

„Šestky prožívají strach, že selžou, že přijde konflikt, a že budou znovu podmaněny. Největší strach mají ze ztráty prosadit sebe sama, své názory, a to v důsledku ztráty důvěry v blízké osoby. Pracovně jsou velmi oblíbeni pro svoji schopnost pracovat v týmu. Jistota v rodině a skupině je posílena spolehlivostí, ochotou převzít zodpovědnost za výkon týmu." (Velechovská, 2012, s. 133)

„Typ šest se projevuje ve dvou odlišných polohách. První z nich je velmi fobická, strachová. Tato vnitřní poloha je spojena s velmi nízkou sebedůvěrou, nízkou schopností dát sám sobě vliv na svůj život a věřit jí, že to dokáže. Lidé s takovým mechanismem jsou v neustálém spojení se strachem o život a představami všech hrůz, které připadají v úvahu.

Paranoická mysl podpořená strachem může přivodit možnost sám sebe psychicky zničit v prázdné místnosti.

Některé fobické Šestky zvolily jako obranu vřelost a naučený optimismus. Nejsou téměř schopné připustit, že mají strach." (Velechovská, 2012, s. 134)

„Druhá podoba šestkového mechanismu je kontrafobická. V okamžiku ohrožení, při nástupu strachu jde taková Šestka do útoku. Její strach je vztažen ke ztrátě hodnoty ve vztahu nebo skupině a vychází z původního zranění důvěry. Kontrafobické Šestky touží po skupinách se stejnými ideály. Mají tendenci to protivníkům „natřít“, snadněji tak naleznou odvahu k činu. Nesmyslnou odvahou i rizikem upoutávají pozornost, ale vlastně tím dokazují především sami sobě, že opravdu nemají strach. Šestky jsou schopné střídát fobii a kontrafobii." (Velechovská, 2012, s. 134)

## **Myšlenkový návyk – pochybnosti**

„Pochybnost šestek je spojenost se strachem udělat chybu, respektive s potřebou udělat věci správně. Pochybnosti jsou v zásadě naléhavé myšlenky. Týkají se pocitu, jestli dané úkoly zvládnou, jestli to udělali dobře a nejenom špatně. Přemýšlí jak věc udělat, aby byl zadavatel úkolu spokojen s jeho výsledky. Naučili se přemýšlet o tom, co je čeká a předejít tak riziku.

Šestky se rády zaobírají myšlenkami spojenými s nejistou budoucností. Probírají možnosti a alternativy, které mohou narušit jejich jistoty. Jen ony vědí, jak jejich hlava neustále monitoruje, co se kde děje, co to pro ně znamená.“ (Velechovská, 2012, s. 135)

## **Typ 7**

### **Emoční návyk - nestřídmost**

Eva Velechovská popisuje vášeň u Sedmiček jako nestřídmost, která se projevuje jako potřeba energie k úniku za možnostmi. Sedmičky jsou neustále v pohybu za něčím pro ně zábavným, aby nemuseli čelit bolesti a strachu z reality a opravdovému prožívání reality.

"Návyk útěku je všudypřítomná realita, která může mít podobu odvahy a přítomnosti." (Velechovská, 2012, s. 145).

"Požitkáři jsou přesvědčeni o své vlastní skvělosti....Mají rafinovaný vkus a chtějí shromáždit v životě to nejlepší, co jim život může nabídnout....chtějí dobrodružství....mají smysl pro vrcholné zážitky....víra, že život je bez hranic. Vždyť se dá dělat tolik zajímavých věcí. Proč stát na místě, když je možné jít dopředu?". (Palmer, 2009, s. 309).

„Den je vždy plný možností, Sedmičky mají pomyslný seznam zajímavých věcí, které by se daly dělat. Jsou to antidepresivní lidé....“ (Palmer, 2009, s. 314).

## **Myšlenkový návyk - sebeklam**

Mentální vzorec Sedmiček je založen na pocitu neschopnosti vzbudit lásku takový, jaký jsem. Jak uvádí Eva Velechovská, jedná se o falešnou zprávu z dětství, že nejsem dost dobrý. Aby Sedmička přežila, udržuje mozek jako motor v neustálém chodu, v hlavě poletují myšlenky ve zdánlivě nelogickém sledu, jen aby si udržela život krásný a zábavný, aby byla připravena na všechny možnosti. Umí si sama sobě vysvětlit věci tak, aby sama sebe zmanipulovala a uvěřila, že vše je v pořádku. Eva Velechovská to nazývá sebeklamem. (Velechovská, 2012, s. 145).

„Jde o to nenechat si nic ujít, aby možnosti mohly zůstat otevřené alespoň na mysl, když už na ně v denním rozvrhu nezbyvá místo. (Palmer, 2009, s. 315).

## **Typ 8**

### **Emoční návyk - slast**

Jsou hnány strachem ze selhání, ze zrady, což jim umožňuje vytvořit silnou energii, kterou používají k boji, ale také k uspokojení svých slastí. Řídí se svými pudy, chtějí si život vychutnat vášnivě. Nemají zábrany nejenom projevovat zlost, ale také projevovat sexuální choutky, jsou hluční a trpí falešným oprávněním, že "ony si to můžou dovolit". Chtějí si své tužby plnit, půjdou si za svým cílem, dokud se neuspokojí. Mají touhu po intenzivním prožitku, který jim dává pocit, že žijí. Jak uvádí Helen Palmer, platí pro ně "všechno nebo nic". Jsou přitažliví svou silou, energií, razancí, sebedůvěrou a přímostí a jasností.

"Je pro ně těžké držet v sobě zlost, bránit se pohlavní přitažlivosti nebo se udržet a nejít pro třetí nášup při pohoštění." (Palmer, 2009, s. 367).

### **Myšlenkový návyk - zastrašování a kontrola**

Svou nahromaděnou energii mohou použít agresivně. Jsou neustále ve střehu z možné zrady či lži, kontrolují okolí. Testují si "protivníky" tím, že

zatlačí na citlivé místo, nebo záměrně vyvolají konfrontaci či konflikt, jen aby se přesvědčili, kde je pravda, a otestovali si ostatní.

"Ztráta kontroly může vést k pocitu bezmoci a ten skutečně vyvolá nejrůznější reakce, oběti nebo vyděrače." (Velechovská, 2012, s. 158).

"...chtějí mít moc hranice určovat i porušovat, jejich chování často vypadá tak, že střídavě vnucují puritánské požadavky spravedlivého chování sobě i druhým, a na druhé straně porušují všechno, co sami zakázali....věří, že pravda vyjde najevo v boji.... boj může představovat způsob, jak dosáhnout důvěrné úrovně vztahu.... intimita a zlost se mohou nacházet v těsné blízkosti." (Palmer, r. 2009, s. 346, s. 351).

## **Typ 9**

### **Emoční návyk – lenost**

„Pojem lenost je velmi nepřesný. Výstižnější je naučená bezmoc, vnitřní nečinnost, strnutí. Úsměv a kývnutí. Mlha. Často žádná výrazná emoce nebo reakce. Devítka má schopnost být velmi produktivní a přitom u toho vůbec nebýt. Jako u jiných typů je tu velká schopnost dělat věci automaticky, ale potíží je v tom, že devítkový automat obsahuje návyk odpojení se od sebe a velmi problematickou schopnost udržet sám sebe ve vědomé přítomnosti. Často si Devítka není vědoma toho, co dělá, a přitom dokáže být úspěšná." (Velechovská, 2012, s. 168)

### **Myšlenkový návyk – přílišná přizpůsobivost**

„Myšlenkový návrh je vzorec, způsob, jakým o věcech přemýšlíme. Je přímo spojen s emočním návykem. Všechna pozornost je doslova vržena k tomu, co chtějí druzí lidé, a jaké jsou jejich potřeby a očekávání. Devítky se často rozhodnou, až když něco dělají, že to vlastně nechtějí. Stejně tak mají potíže říci, že to nechtějí, že jim to nevyhovuje. Dokáží se přizpůsobit čemukoli, co nepřesáhne velmi nejasnou hranici. Stále jsou tolerantní, ale pak v nestřeženém okamžiku nastane problém. Přichází vzdor, odpor, vztek, tvrdohlavost. Devítky si vynahrazují své pocity snižováním a nedostatečným



hodnoty potřebou se ukázat. V okamžicích, ve kterých najdou odchylku od svých věcí nebo od toho co si myslí, že mají lidi udělat, dokáží být pěkně protivní a nepříjemní." (Velechovská, 2012, s. 169)

## 4. Vlastní řešení

### 4.1 Vymezení objektu zkoumání

V předchozí kapitole byly vymezeny základní pojmy spojené s enneagramem a nastíněno rodičovství v enneagramu. Jak již bylo uvedeno, není snadné nalézt specificky zaměřenou literaturu na rodičovství a enneagram a v České republice se touto tematikou podrobně bohužel nezabývá žádná publikace.

V této kapitole budou blíže prozkoumány jednotlivé enneagramové typy. Při popisu budeme vycházet jednak z odborných publikací, ale především i z vlastních poznatků, domněnek a zkušeností, které s enneagramem a rodičovstvím máme. Budou popsány výhody jednotlivých enneagramových typů v rodičovství a pozitivní přínosy, které rodičovství může přinést. Dále budou popsány nevýhody jednotlivých enneagramových typů a hrozby, na které si dát pozor a příležitosti, které se jednotlivým enneatypům nabízejí.

Ve snaze budoucí využitelnosti této závěrečné práce jsou veškeré poznatky konzultovány s odborným lektorem. K získání odborných podkladů je nejčastěji využito literárních publikací.

### 4.2 Charakteristika objektu zkoumání

#### Typ 1

#### **Výhody a příležitosti typu v rodičovství – co dobrého může přinést.**

Jedničkový rodič má velmi často s dětmi jasně nastavený systém přesných a podrobných pravidel a hranic, které jsou dětem srozumitelně vysvětleny a na jejichž dodržování rodič trvá. Dítě v takto jasně vymezených hranicích pociťuje pocit bezpečí a zřetelně vnímá své mantinely.

Jedničkový rodič bývá velmi spravedlivý a v duchu čestnosti, vysoké morálky a pravdy vychovává i své děti. Jedničky se svým dětem velmi věnují a snaží se s nimi trávit hodně času na úkor jejich vlastních potřeb. Bývají velmi trpělivé a rády je učí. Snaží se být tím nejlepším možným příkladem.

Rozvinuté Jedničky proto bývají svým dětem velkou inspirací a dokáží je strhnout k tvořivosti a nadšení k novým věcem.

Výhodou Jedniček jako rodičů je bezesporu to, že dokáží své děti vybičovat k lepším, přesnějším a spolehlivějším výkonům. Jako „trenéři svých dětí“ jsou velmi přísní, ale vytrvalí, velmi profesionální a bývají velkou oporou.

### **Nevýhody typu v rodičovství – hrozby, na co si dát pozor.**

Jedničkový rodič je ke svým dětem velmi náročný a málokdy je za něco pochválen nebo se jim omluví za svoji chybu. Nerozvinutí Jedničkoví rodiče nutí své děti jít ostatním dětem příkladem, což může u některých dětí vyvolat pocit vyřazenosti ze skupiny a posměchu ze strany ostatních dětí.

Velmi často má Jednička sklony své děti poučovat nebo dělat věci za ně - lépe. Děti Jedničkových rodičů mají velmi často pocit, že vše co udělají není pro jejich rodiče dost dobré nebo že to mohlo být vykonáno lépe. Mnoho dětí Jedničkových rodičů také zažívá pocit úzkosti a beznaděje ve snaze a touze zavděčit se svému Jedničkovému rodiči, který nikdy není dost spokojený s prospěchem, chováním, uklizeným pokojíčkem, nebo dokonce koníčkem, který dítě vykonává. Tyto děti v dospělosti často trpí pocitem méněcennosti a komplexem ze své „neschopnosti“. V opačném případě mohou děti Jedničkových rodičů prostě „rezignovat“ a zcela pohřbít svůj rozvíjející se potenciál.

Velmi pevné a těsné nastavení hranic Jedniček může u dětí vést k omezení jejich tvořivosti a rozvoje a může vyvolat strach a obavy z vlastní hodnoty a vést až k nedostatku sebelásky jako takové.

### **Typ 2**

#### **Výhody a příležitosti typu v rodičovství – co dobrého může přinést.**

Rodič enneagramového typu 2 dokáže svému dítěti nabídnout něhu, péči, starostlivost, citlivost. Naučí své dítě, že pomáhat druhým je v pořádku.

Dokáže své dítě podpořit ve všem, co dítě bude chtít a rozhodne se dělat. Dvojka připraví dítěti vždy maximálně ideální podmínky.

Dvojkový rodič jezdí se svými dětmi na všemožné koníčky a aktivity, vždy je vybaví vším, co potřebují. Dá přednost všem jejich činnostem a zálibám před svými. Když se dítě rozhodne pro něco, kde je třeba, aby ho rodiče vozili, doprovázeli a věnovali mu většinu svého času, Dvojka to udělá a dá dítěti tuto možnost i na úkor toho, že sama nejí, nespí, brzy vstává, připravuje podmínky pro dítě, chodí pozdě spát, aby stihla opečovat i ostatní členy rodiny.

### **Nevýhody typu v rodičovství – hrozby, na co si dát pozor.**

Rodič enneagramového typu 2 sice svému dítěti pomáhá, ale chce za to daň ve formě, nároku na cokoliv od dítěte. Bude dítě vozit všude, kam chce, dělat, to co on sám uzná ,že potřebuje, ale vyžaduje, aby dítě bylo kdykoliv k dispozici. Pokud nedostává od dítěte dostatečnou pochvalu, uznání a ocenění za to, jak se pro něj obětuje, začíná být zle.

Snaží se v dítěti vyvolat pocit viny, že by mělo vrátet a opětovat onu investovanou energii a čas. Vyčítá a stěžuje si, obviňuje dítě, že si neváží věcí, co pro něj dělá.

### **Typ 3**

#### **Výhody a příležitosti typu v rodičovství – co dobrého může přinést.**

Rodič enneagramového typu 3 dokáže své dítě naučit, že lze dosáhnout všeho, co v životě chce. Naučí dítě, že stanovovat cíle, je v pořádku a že jich lze dosahovat. Dokáže dítě motivovat a vést k mnoha činnostem a udržet ho u toho, např. ve sportovních aktivitách a výkonových činnostech či studiu na prestižních školách. Děti trojek mají vždy plný program a naplánováno, kdy, kde a s kým budou a co budou dělat.

Trojkový rodič dokáže dětem připravit program plný aktivit, zábavy, sportování a tvoření. Sám přitom může tvořit s nimi. Vše musí být perfektní,

jak na vstupu, tak na výstupu. Super prostředí, materiál, možnosti a případně odborník, který všechny navede ke společnému cíli.

### **Nevýhody typu v rodičovství – hrozby, na co si dát pozor.**

Rodič enneagramového typu 3 je na své dítě náročný a je pro něj těžko rozpoznatelná hranice, dokdy tu nálož aktivit a činností dítě snese a kdy už je to na něj moc. Z prvotní motivace, kterou Trojka dokáže své děti dovést k dané činnosti se stává nechuť dítěte, vyčerpání a odpor.

Pokud je dítě Trojky pomalejší ve smyslu, že je tišší a přemýšlivé, Trojka ho žene a chce od něj aktivitu. Dítě tak může být frustrováno, že jeho dokonalý rodič, který toho zvládá tolik, ho odmítá a nemiluje za to, že nemá takový drive.

Děti trojek mohou mít také potíže s rozpoznáním opravdových citů svého rodiče. Trojky, které se necítí a jsou od sebe odpojené, nemohou svému dítěti projevit ty pravé city. Malé děti, které fungují ještě na emoční bázi, mohou být z Trojkového rodiče naprosto zmatení, protože ony cítí, co Trojka prožívá, ale vidí to, co Trojka projevuje navenek.

### **Typ 4**

#### **Výhody a příležitosti typu v rodičovství – co dobrého může přinést.**

Čtyřkový rodič dokáže ve svých dětech podpořit pocit jejich vlastní jedinečnosti a nadání. Dokáže v dítěti rozpoznat jeho skutečný talent a schopnosti a ty s ním pak trpělivě rozvíjet. Dítě cítí pocit hluboké připojenosti a podpory od svého rodiče.

Čtyřka svým dětem ráda naslouchá a velmi často se má spíše přátelský než rodičovský vztah. Dítě svého rodiče velmi často vnímá jako přítele, člověka, kterému se může svěřit, který ho pochopí a vyslyší, když to bude potřebovat.

Intuitivně založené Čtyřky jsou schopné přizpůsobit se citovému rozpoložení svých dětí. Dokáží s nimi souznít tak hluboce, že přesně vědí, jak

je jejich dítě v danou chvíli naladěné. Dítě cítí pocit propojení a jistotu, že není samo.

Rodič Čtyřka dokáže být svému dítěti mimořádně velkou oporou ve chvílích, kdy prožívá krizi, smutek nebo zármutek. Čtyřka dokáže být v době, kdy jeho dítě stoná, velmi trpělivá a laskavá a dokáže hodiny sedět u jeho postýlky, než se uzdraví.

### **Nevýhody typu v rodičovství – hrozby, na co si dát pozor.**

Čtyřkoví rodiče prožívají svůj vztah k dětem velmi intenzivně. Jejich myšlenkové pohnutky jsou někdy tak silné, že musejí své pocity brzdit. Nevýhodou Čtyřek v rodičovství je jejich náladovost a kolísání mezi póly deprese a hyperaktivity. Děti čtyřkových rodičů jsou velmi často z takového chování zmatení. Nedokáží předvídat reakci svého čtyřkového rodiče, cítí pocit viny.

Nevyspělá Čtyřka používá své děti jako prostředek k vydírání v případech, kdy dojde k neshodám v manželství. Děti se dostávají do pozice rukojmích a jsou citově vydírány.

Ve svých depresivních dnech je nevyspělá Čtyřka před svými dětmi schopná mluvit o sebevraždě, aniž by si uvědomila důsledek těchto slov. Dítě staví do role zachránce nikoho. Do svého smutku své dítě nepustí. Dítě prožívá pocit odcizení, opuštění, strachu ze ztráty a bezmoci.

Čtyřka je schopná se svým dětem odcizit v případě, když cítí z jejich strany křivdu a když ji hluboce zklamou.

Čtyřky mají tendenci zaměřovat svoji pozornost na negativní stránky. Děti mají velmi často pocit, že je jejich rodič věčně našťvaný a nespokojený a že svého rodiče obtěžují svojí vlastní existencí.

### **Typ 5**

Pětky působí na první dojem velice uzavřeně, klidně a rozvážně. Při častějších setkání se dokáží otevřít, ale jejich rozvaha a klid přetrvává.

Málokdy si Pětka připustí někoho tak blízko, aby s ním sdílela své vnitřní pocity. Lidé s tímto nastavením jsou emočně přístupnější, jsou-li meze kontaktu s druhými jasné. Pětky mohou cítit tělesné spojení, aniž by to museli vyjadřovat slovy, postačí jim minimální kontakt. Všechno neočekávané ze strany druhých může v pětce vyvolat paniku, kdy bude muset cítit něco, co cítit nechce.

Myslím si, že děti Pětku mohou rozvinout v mnoha ohledech. Pětka s příchodem dítěte bude pociťovat změnu v nastavení v rámci odpojení, vytváření nepředvídatelných situací a bude se muset více přizpůsobit potřebám dítěte, jelikož neustále vytvářejí různé systémy a různé analýzy. I v tomto případě budou schopny nalézt určitý systém ve smyslu já a dítě. Dá se předpokládat, že se na tuto situaci bude chtít předem připravit. Svůj cit k dítěti si Pětky pravděpodobně logicky odůvodní.

Má osobní zkušenost s Pětkou ve vztahu k dítěti spočívá v tom, že dokáže dát dítěti veškerou péči, zajistit zábavu, ale zároveň se dokáže odpojit, aniž by dítě odpojení pocítilo. Pětka ve smyslu rodičovství musí své odpojení řešit a na to si dokáže vyhradit svůj prostor a čas.

### **Výhody a příležitosti typu v rodičovství – co dobrého může přinést.**

- Vytvoření příjemného zázemí
- Monitorování - předcházení nežádoucích situací
- Všestranná podpora (škola, vysvětlení různých situací, pojmů)

### **Nevýhody typu v rodičovství – hrozby, na co si dát pozor.**

- Upřednostňuje svůj názor
- Chybí komunikace
- Chybí pocitová stránka pro dítě - jsem tu s tebou pro tebe
- Svoji lásku nedává najevo city spíše činy

## **Typ 6**

Šestka využívá naučené myšlenkové pochody k dosažení cíle, aby předešla špatným důsledkům. Díky svému nastavení dokáže předvídat „nebezpečné“ situace a tím může být dítěti ku prospěchu, nebo naopak. Ve vztahu k dítěti využívá nejen hlavu, ale i srdce, protože dítě je jeho součástí. Pro dítě je schopna se „obětovat“ ve smyslu uspokojení jeho potřeb nad svými.

Šestky pracují dobře, jestliže mají jasný plán. Zodpovědnost a delegování pravomoci jejich paranoii zmenšují.

Pro Šestku je velmi těžké zastavit své myšlenkové pochody a dát tím prostor dítěti.

Má vlastní zkušenost s výchovou dítěte, jsou klidné, mají trpělivost a dokáží dítě obstarat do posledního detailu. V péči o dítě jsou velmi precizní, aby se předešlo pochybám vlastním, ostatních a okolí. Veškerý servis, který dostává dítě od Šestky, nemusí být vždy ku prospěchu, dítě tak ztrácí prostor v péči o sama sebe. Vědomé Šestky dokáží nastavit dítěti hranici strachu, proč nemá dělat to či ono a vysvětlit důsledky.

### **Výhody a příležitosti typu v rodičovství – co dobrého může přinést.**

- Trpělivost
- Klidný přístup
- Nastavení hranice strachu
- Schopnost vymyslet dítěti zábavný program
- Podpora při čemkoliv
- Dostatečný prostor k diskuzi

### **Nevýhody typu v rodičovství – hrozby, na co si dát pozor.**

- Nadměrná péče - chybí prostor pro samostatnost
- Servis
- Nadměrné opečovávání



- Potřeba zavděčit se - nedůslednost - povolování hranic
- Schopnost manipulace

## **Typ 7**

### **Výhody typu v rodičovství - co dobrého může přinést.**

Lidé v enneatypu č. 7 přinášejí do rodičovství naději, že vše dobře dopadne, mohou být pro své děti velmi podporující, např. při přípravě na zkoušky ve škole, nebo nápomocni při řešení problému ve škole či mezi kamarády, mají dar k utišení konfliktu. Děti Sedmiček se nebudou nudit, vždy mají připravenou možnost, jak využít čas. Jejich rodiče jsou schopni pozměnit plány tak, aby strávený den byl příjemný a zajímavý.

Sedmičkoví rodiče jsou velmi podporující, jsou ochotni vozit děti na kroužky přes celé město, uspořádat báječnou dětskou párty a vybavit dítě kreativními hračkami, co kdyby si náhodou zrovna dneska chtělo kreslit barvičkami na sklo.

### **Nevýhody typu v rodičovství – hrozby, na co si dát pozor.**

Mohou na své děti působit náročně, chtějí po nich, aby si vše vyzkoušely, ať je to lyžování, hra na flétnu, jízda na kolečkových bruslích nebo na koních. Chtějí, aby děti měly možnost se rozhodnout, co je bude bavit. Riziko je, že pak dítě nebude žádnou zájmovou činností dělat pořádně.

Dalším rizikem rychlé Sedmičky je, že může na své dítě působit jako nedostupitelný vzor. Dítě pak může vnímat pocity méněcennosti, vůči svému rodiči, který tak dokonale vše zvládá a stíhá.

## **Typ 8**

### **Výhody typu v rodičovství - co dobrého může přinést.**

Osmičkový rodič je velmi ochraňující, dokáže dát dítěti pocit, že kdyby se cokoliv v životě stalo, vždy tu bude připraven mu pomoci. Vytáhne dítě

z hořícího domu, dojede si pro něj 3.000 km, bude mu každý třetí den volat za oceán, odejde-li v budoucnu od partnera, může se vrátit domů, finančně jej bude podporovat, bude-li to potřeba.

Vidí se jako ochránci svých přátel a nevinných lidí, které zaštití vlastním tělem. Mají tendence své milované doslova schovat pod svá ochranná křídla a probojovat jim volnou cestu do života.

### **Nevýhody typu v rodičovství - hrozby, na co si dát pozor.**

Jejich vystupování z pozice síly může v dětech vyvolávat strach v běžném rodinném životě. Děti se budou svých osmičkových rodičů bát, aby nedostaly hlasitě vyhubováno (hromy blesky a řev) nebo v lepším případě jednu přes zadek. V tomto pomyslném souboji zlikvidují svého protivníka, kterým je ale bohužel jejich vlastní dítě.

Pravděpodobně nebudou mít s dětmi trpělivost. Osmičky se nebudou kvůli svým dětem omezovat ve svých závislostech, kterými může být kouření cigaret nebo alkohol a už vůbec nepřipadá v úvahu, aby děti tatínka Osmičku vyrušovaly, když běží v TV sportovní zápas.

Osmičkový rodič důrazným tónem vysvětlí dítěti, že kouření škodí zdraví, že je to nechutný zlozvyk a že kouřit se nemá, a proto nechce, aby dítě kouřilo, a zároveň je schopen si u toho zapalovat další cigaretu.

### **Typ 9**

Myslím si, že Devítka při výchově dítěte uplatňuje svůj mírutvorný přístup. Tento přístup je omezen, než se stane něco, co Devítku podráždí a dojde ke střetu. Určitě se najdou okamžiky, kdy začne pociťovat potřebu odpojení. Omezuje jí neustálý pocit kontroly, kterou vyvíjí na dítě. Dítěti dokáže dát prostor k realizaci, dokáže vymyslet množství zábavy do chvíle, kdy jí to naplňuje. Když dojde k naplnění, nastane okamžik, kdy Devítka potřebuje odpojení. Devítka dává dítěti velký prostor k vlastní realizaci, to může mít za následek, že občas chybí důslednost. Pak nastupuje zlost a následný výbuch.

Moje poznání Devítky: je ochotná k čemukoli za předpokladu, že činnost navrhne někdo jiný. Díky své „lenosti“ dokáže s dětmi vydržet dlouhou chvíli při jedné činnosti a u toho řešit své zájmy. Např.: sledování televize. U Devítky je tenká hranice vnímání zlosti z pohledu dítěte. Celý den je schopna zlost hromadit, pak přijde spouštěcí faktor a Devítka si svou zlost vylije najednou a dítě je zmatené. Dítě je pro Devítku výzvou při odpoutání se od kontroly, potlačení lenosti a sebekontroly ve smyslu nahromaděné zlosti a následným výbuchům. Pro Devítku je dítě motivací k nalezení vlastní hodnoty. Dítě vzbuzuje rozhodnost a autoritu, kterou Devítka potlačuje.

### **Výhody a příležitosti typu v rodičovství – co dobrého může přinést.**

- Lehkost při hře
- Smysl pro zábavu
- Na základě své přizpůsobivosti dokáže dítěti více vyhovět
- Prostor k realizaci potřeb dítěte

### **Nevýhody typu v rodičovství – hrozby, na co si dát pozor.**

- Nedůslednost
- Klade důraz na okolí - potlačování potřeb dítěte
- Nadměrná kontrola
- Potřeba mít respekt na úkor dítěte
- Chybí trpělivost k naslouchání potřeb dítěte
- Odpojení

### **4.3 Dotazníkový výzkum**

Prostřednictvím online dotazníku budou osloveni lidé, kteří se dobře orientují v enneagramu a znají svůj vlastní enneatyp.

Tyto osoby jsme nejprve vybraly v okruhu našich známých a posléze požádaly společnost VEVA CZ s.r.o. o doplnění chybějících kontaktů.

Dotazníkové šetření bude provedeno v květnu a v červnu 2015. Dotazník je anonymní a pro potřeby dotazníkového šetření není důležitý věk ani počet dětí.

Otázky dotazníku jsou sestaveny formou otevřených odpovědí.

## **5. Zhodnocení a návrh řešení**

Prostřednictvím online dotazníků bylo osloveno 21 osob, přičemž bylo pokryto všech 9 enneatypů v zastoupení žen i mužů.

Dotazník bohužel nebyl ani po opakovaných prosbách zodpovězen typy 5 mužem a ženou a typy 3 mužem, 7 mužem a 8 ženou.

V následujícím textu jsme provedly zhodnocení ve 3 základních oblastech:

- Změna v emoční fixaci v enneatypu potom, co se stal rodičem.
- Změna v myšlenkovém návyku v enneatypu potom, co se stal rodičem.
- Rodičovství jako výzva pro jednotlivé enneatypy.

### **Typ 1**

**Jakou pozorujete změnu ve Vaší ZLOSTI potom, co jste se stal rodičem?**

- “Zlost je úzce propojená v mozku s nedokonalostí, dle naší představy. Děti mi poskytly zrcadlo, v nich jsem uviděla sebe, jak jim ubližuji, jak je

omezují svými nároky a představami své dokonalosti, Kdybych se nezměnila, ztratila bych je, naštěstí jsem se probudila ještě včas. Emoční zranění, které jsem dceři způsobila, jsme řešili kineziologií. Syn to ustál.“

- „Byl jsem zlostný, že mé děti nejsou nejdokonalejší. Promítl se tam i strach z toho, aby nebyly nejhorší.“

### **Jakou pozorujete změnu ve svém myšlenkovém návyku DOKONALOSTI potom, co jste se stal rodičem?**

- “Mé zrání a uvědomování si trvalo více než 10 let. Rodičovství je dobré zrcadlo. Problémy, které se řeší, vedou k uvědomění a probuzení. Dokonalost – přestala jsem tlačit na své děti, dopřála jsem jim více svobody. Ale to nebylo hned – zastaví vás problém, který nezralostí vytváříme.“
- „Postupně jsem upouštěl od náročnosti, snažil jsem se své děti cítit jako individuality a šlo mi to, aby byly víc šťastné než dokonalé.“

### **V jakých oblastech je pro Vás rodičovství výzvou?**

- „To není zrovna šťastná formulace otázky. Jako žena seberealizace – role matky, pokračování rodu, péče a výchova dětí, vytvářet šťastnou rodinu. Ale v této výzvě se štěstí nepodařilo vždy naplnit, mnohdy to sklouzlo do plnění rodičovských povinností pod vlivem stresu a všeho kolem, práce, vztahů v příbuzenstvu, co bylo třeba řešit. Další realizace EGA – zdokonalovat, předávat poznatky, poučovat, co je život, aby se v něm děti orientovaly, umožnit jim růst... ten z mého pohledu nejlepší... To byl typově projev lásky k nim.“
- „V obětavosti.“

Jedničkou je zlost pociťována formou nedokonalosti svých dětí. Projev rodičovské lásky Jedničky může být skrze "poučování", předávání poznatků a snahy zdokonalování svých dětí.

Respondenti uvedli, že cesta ke svobodě a ke štěstí pro ně znamená upuštění od vyžadované dokonalosti, nejenom tím, že dají dětem určitou svobodu. Žena Jednička vnímá rodičovství jako plnění plnohodnotné role

matky, avšak pocit štěstí se jí ne vždy podařilo naplnit. Muž Jednička vnímá výzvu v rodičovství v obětavosti dětem.

## **Typ 2**

### **Jakou pozorujete změnu ve Vaší PÝŠE potom, co jste se stal rodičem?**

- „Hodně mi záleželo na tom, aby nikdo nepoznal, že nejsem dokonalá matka. Že něco nezvládám, že nestíhám, neumím. Že moje dítě něco neumí tak, jak se to má podle příruček. Když už nebylo kam sáhnout po energii, přišla zlost a agrese. Jak já se snažím, dělám, pečuji, a dítě ani okolí mi to nevrací. Nepřichází klid, vděk ani harmonie, které by po tak dobře odvedené práci měli přijít. Já to vydržím, já počkám, já to zvládnou. To jede na podvědomé úrovni dodnes. Až vnitřní pocit nespokojenosti mě dokáže zastavit a podívat se na to, co to může být. Co může být jinak. „
- „Děti jsou bezva zrcadlo a člověk se v něm rychle vidí. Poučení pro mě je, že akutní záchvaty vícecennosti se nejlíp rozdechávají humorem.“

### **Jakou pozorujete změnu ve svém myšlenkovém návyku ZDÁNlivém PŘEBYTKU potom, co jste se stal rodičem?**

- „Nejstrašnější bylo zůstat sama doma. Proto jsem vymýšlela spousty aktivit, kroužků, jen abych nemusela zůstat doma sama. A tím jsem se dostávala do prostředí, kde bylo třeba se smát, lichotit, zalíbit se, organizovat dětské hry atd., aby mě ostatní v kolektivu rádi viděli. Nepřipouštěla jsem si, že by mě rádi viděli jen tak. Bylo to, že musím být milá nebo pro ně něco zorganizovat a pak mě rádi uvidí i s dítětem, kterému promínu, že se nechová úplně vzorně. Úplně se slyším, jak jsem třeba nahlas říkala - tohle se ale nedělá, tytyty - jen aby mě ostatní maminky slyšely, aby věděli, že já vím, jak se chovat.“
- „Když se zdánlivý přebytek, tedy nedostatek promítne i na další členy rodiny, tak už se nedá přehlížet natož pak přejmenovávat.“

## V jakých oblastech je pro Vás rodičovství výzvou?

- „Rodičovství mi úplně otočilo život. Dost jsem si stihla užít svobodného života (škola, práce, koníčky, kamarádi) a po narození první dcery jsem byla v pasti. Dokonalá matka je jen s dětmi, vaří, pere, uklízí, dobře vypadá, je milá atd. Tohle vypadlo při porodu s dítětem a dohnalo mě to k sebepoznávání - nejprve kineziologie, výklady věštkyň atd. Na těle jsem cítila, že něco není pro mě dobře, ale nedokázala jsem pojmenovat co. Enneagram mi velice pomohl uvidět vzorce a začít je měnit. S narozením druhého dítěte přišlo přijetí. Přijetí dětí, že prostě jsou. Přijetí sebe, že dělám to nejlepší, co právě teď umím. Tímto bych chtěla poděkovat první dceři, že mě pozvala na cestu sebepoznávání a neustále mi zrcadlí, jak moc se musím mít ráda taková, jaká jsem. A druhé dceři za to, že mi ukazuje bezprostřednost, opravdovost a bezpodmínečnou lásku.“
- „Že mají děti v sobě část od svých rodičů je důvod, proč jsou tak citlivé na “nedostatky” u svých rodičů a proč jejich děti na ně tak snadno můžou. Dá se to použít na obě strany jak k pochopení vlastních rodičů, tak k otevřenosti k dětem.“

Dvojkám rodičovství pomáhá k vlastnímu sebepoznávání a seberozvoji. Dvojky svoji pýchu vnímají skrze své děti, které jim velmi často umějí nastavit zrcadlo. Zdánlivý přebytek není pro Dvojky nikdy dostačující, je opravdu jenom zdánlivý, a proto se často pro dodání sebehodnoty obracejí jinam.

Dle zjištění, Dvojky často používají své děti k zajištění onoho nedostatku tím, že se prezentují jako dokonalí rodiče před ostatními, jak perfektně mají vychované děti a jak to mají vše zvládnuté.

Výzva pro Dvojky v rodičovství je otevřenost vůči dětem a přijetí sebe sama takový, jaký jsem skrze děti.

### **Typ 3**

#### **Jakou pozorujete změnu ve Vaší JEŠITNOSTI potom, co jste se stal rodičem?**

- „Změnu pozoruji hlavně v tom, že si ji uvědomuji a pracuji s ní. Často se mi stále stane, že si ji zase "jedu", ale dokáži se zastavit a uvědomit si ji a přestat s tím. Obecně jsem se po narození dítěte dostala do velké krize. Propad na dno, kdy jsem najednou viděla, jak jsem ješitná, co dělám a jak se tím ničím. Postupně se učím se ukazovat. „

#### **Jakou pozorujete změnu ve svém myšlenkovém návyku KLAMU A LŽI potom, co jste se stal rodičem?**

- „Samozřejmě mechanismus je silný, takže se přistihnu občas, jak se zase klamu a ohýbám si věci tak, aby byly hezké. Ale mé dítě mě učí žít pravdu a hlavně cítit. Po narození své dcery jsem se složila, když jsem najednou došla k tomu, že mám 100 masek, které umím vytáhnout, perfektně použít, ale nevím, kdo jsem. Jsem jedna z těch masek? Pokud ano, která? Začala jsem pracovat na propojení se sebou a s tím souvisí, že jsem začala vnímat svůj sebeklam a začala jsem se před ním či při něm zastavovat.“

#### **V jakých oblastech je pro Vás rodičovství výzvou?**

- „Určitě vše zvládnout :). Dříve by to bylo, co nejvíce věcí. Nyní je to tak, zvládnout rodičovství tak, abych byla přirozená, dokázala se zastavit, užívala si okamžiků s dětmi, nehnala jako parní válec a provedla je k vlastní odpovědnosti a spokojenému životu. Aby mé děti byly samy sebou, dokázaly přijmout své světlé i temné stránky a nestyděly se za ně a uměly s nimi pracovat.“

Trojčím rodičovství umožňuje vidět sebe sama bez masek a rolí, které hrají a naučit se je rozpoznávat. Je to cesta do nitra typu a pouze vědomým Trojčím se povede tam podívat. Po tomto nahlédnutí se pak mohou dětem ukázat takový, jací opravdu jsou. Děti jim umožňují žít v pravdě a cítit reálné



pocity. Učí je, že odpočívat, nic nedělat a jen tak být spolu, je v pořádku a že mohou být milováni bez jakékoliv činnosti.

Děti trojek mohou být jejich záchrannou brzdou, což je i jejich výzvou v rodičovství, dokázat zastavit tu rozjetou parní lokomotivu naloženou Oskary, Zlatými glóby a medailemi. Jsou jejich učiteli spontánnosti a opravdovosti.

#### **Typ 4**

**Jakou pozorujete změnu ve Vaší ZÁVISTI potom, co jste se stal rodičem?**

- „Jelikož si uvědomuji závist pouze ve vztazích, takže závidím šťastné vztahy, a vztah mám nyní šťastný, tak bych řekla, že již nezávidím. :-) ale často pochybuji, jestli dětem dávám dost, jestli jsem dobrá matka, když nejsem schopná jim dávat nepodmíněnou lásku v každém okamžiku. Toužím to dělat a prožívat nějak líp, než to mám teď, proběhne srovnání s ostatními matkami, jestli je to dost, jak to dělají ony líp, a stává se mi, že jsem za hranicí, kdy dávám na úkor sebe a pak jsem jen protivná a vystresovaná. Takže změna žádná.“
- „Nevidím výraznější změnu díky rodičovství, snad jen že se snažím být více vědomý a více o sebe pečovat. Tudíž ve chvílích, kdy se aktivuje ZÁVIST vědomě zaměřit pozornost na přítomnost, čemuž malé dítě nejen přispívá, ale je to nezbytnou součástí dobrého kontaktu.“

**Jakou pozorujete změnu ve svém myšlenkovém návyku ZDÁNlivém NEDOSTATKU potom, co jste se stal rodičem?**

- „Zdánlivý nedostatek, přijde mi, že se mi to nezdá, že nemám dost času sama pro sebe, odpočinku, relaxace, klidu na pobytí s mým mužem :-) pravda je, že je to zdání, protože často nejsem připojená na energii, z které můžu čerpat, na svůj zdroj, svoji sebelásku. Naučila jsem se hlídat si dobrý pocit a naplněné potřeby těla (spánku, jídla, pohybu), a když není, tak jsem protivná, a děti jsou také podrážděné, takže jdu po tom, co mi vzalo dobrý pocit a snažím se to doplnit, nedramatizovat a hlavně odpustit, abych byla šťastná matka.

Nepřehrávat v hlavě soukromá dramata, stále a stále dokola. To mateřství mi pomohlo si uvědomit, že já jsem důležitá, protože je to tak náročné, když jsou děti malé, že jsem musela se naučit, jak být připojená, abych to zvládla.“

- „Více se zaměřuji na to, co je, protože to taky být nemusí. Více si vážím a cením života.“

### **V jakých oblastech je pro Vás rodičovství výzvou?**

- „Vychovávat děti láskou a ne strachem (vyhrožování, manipulování...), být spokojená tady a teď a ne až za měsíc, za rok, až budou děti, tak a tak... a já nebudu tak vyčerpaná. Mít energii pro sebe a pro ně. vybalancování mezi mou vůlí a jejich vůlí, mezi jejich svobodou a odpovědností a mou svobodou a odpovědností.“
- „Zůstat v klidu, nekřičet, netlačit silou.“

Čtyřky s příchodem rodičovství nepociťují výraznější změnu ve své závislosti, přetrvává například v porovnávání se s ostatními rodiči. Uvolnění přichází při zaměření pozornosti na přítomnost. Čtyřky s dětmi nalézají vlastní sebehodnotu a díky dětem se učí vlastní sebelásce. Velký zlom pak přichází v momentě, kdy je Čtyřka schopná milovat nepodmíněně.

Výzvou je přijmout život takový, jaký je, zůstat v klidu, nedramatizovat a najít balanc mezi svými potřebami a potřebami dětí.

### **Typ 5**

Rozvoj Pětky ve smyslu rodičovství nelze hodnotit, jelikož se nám nepodařilo získat zpětnou vazbu. K zamyšlení je fakt, proč neměli potřebu se k této skutečnosti vyjádřit.

Dle našich předpokladů odhadujeme, že pro ně může rodičovství přinášet změnu segmentace na "Já" a "Svět" a "Moje dítě". Naučí se hospodařit se svou energií tak, aby ji měly i pro své děti.

Výzvou v rodičovství pro ně bude naučit se sdílet své city se svými dětmi, a tím se pravděpodobně nechají vytrhnout ze své izolace.

## **Typ 6**

**Jakou pozorujete změnu ve Vašem STRACHU potom, co jste se stal rodičem?**

- „Změnu jsem nepozoroval žádnou.“
- „Do té doby než jsem si uvědomila, jakou úlohu hraje v mém životě strach, jsem byla dost úporná matka. Nedělej, nesmíš - to byla má častá slova spojená s výchovou dítěte. Doslova jsem děti dusila vlastním strachem. I když své myšlenkové pochody nezastavím, jsem schopná dát dětem prostor k seberealizaci. Dokážu jim vysvětlit, co po nich chci a proč. Nedělej a nesmíš využívám jen v případě nouze.“

**Jakou pozorujete změnu ve svém myšlenkovém návyku POCHYBNOSTÍ potom, co jste se stal rodičem?**

- „Změnu jsem nepozoroval žádnou.“
- „Pochybnosti mám neustále, ale už ne ve smyslu, že musí být vše naplánované, promyšlené a dokonalé. Dokážu dát událostem volný průběh, hůře se mi to daří ve stresu. Trpěla jsem pocitem, jestli dokážu dítě "dobře vychovat". Děti mi v tomto směru ukázaly, že nezáleží na tom, jak mě ohodnotí druzí, ale jak mě vnímají ony. Odměnou je pro mě, když vidím, že se v nich něco uložilo, bez nějakého předem promyšleného plánu. V té chvíli sklízím ovoce a nepotřebuji hodnocení druhých.“

**V jakých oblastech je pro Vás rodičovství výzvou?**

- „V oblasti předávání zkušeností, aniž by se z toho stala manipulace.“
- „Rodičovství je pro mě výzvou ve všech oblastech. Teprve tam jsem si uvědomila, kdo vlastně jsem. Je zajímavé pozorovat myšlenkové pochody dětí. To, co je pro nás "běžné", ony chápou úplně jinak. Je zajímavé pozorovat jejich postřehy, jak nakládají s tím co jim

předáváme, jak vnímají to, co jim říkáme a jak si přetvářejí to, co děláme.“

Pro Šestky je rodičovství náročné v umocnění prožitku strachu. Cestou k uvolnění je uvědomění si svého strachu a částečné upuštění od něj, např. skrze vysvětlování oproti používání strohých zákazů. Vnímají zpětnou vazbu od svých dětí velmi citlivě a jsou šťastné, když děti nasají jejich rady.

Výzvou pro šestkové rodiče je rodičovství samo o sobě, umožňuje jim pochopit sebe sama. Učí se důvěřovat sobě a svým dětem.

## **Typ 7**

### **Jakou pozorujete změnu ve Vaší NESTŘÍDMOSTI potom, co jste se stal rodičem?**

- „Rodičovství mě naučilo, zpomalit, neutíkat a vyrovnávat se každý den s tím, že jsem stejně o několik kroků vpřed oproti své dceři a pokud se při tom přistihnu, zastavím se, dýchám, je to strašně těžké. Jsem více trpělivá.

Vybavuje se mi situace, kdy se po ránu vypravujeme k odchodu z bytu. Já těkám mezi předsíní, koupelnou, pokojíčkem a kuchyní, vše se snažím stihnout a vlastně i v jakési „křeči“ stíhám, jsem upravená, krásně oblečená, vše sbaleno, zrychluji na své turbo tempo a tlačím svou 4 letou dceru do všech pohybů. Scéna vrcholí, kdy dcerka sedí na dětské židličce vedle dveří, načesané culíčky a obouvá si botičky a já vypouštím větu „Tak šup šup no honem můžeš prosím tě zrychlit pohyby, ať to už odejdeme...ježiši Ellí dělej...“. Ellenka si dala hlavičku do dlaní, očička se jí zalila slzami, a říká „Maminko mě to tak mrzí, že jsem ti zkazila celý život.“ Paralyzovala mne. Energie se proměnila v horko, které odešlo z mého těla, rozbušilo se mi srdce a nemohla jsem se nadechnout. Zastavila jsem se. Omluvila jsem se jí. Ten den jsem místo o 2 minuty přišla pozdě o 10 minut do práce.“

- „Má nestřídmost s rodičovstvím rozhodně nezmizela. Někdy mám pocit, že naopak, to, co jsem schopná "urvat" pro sebe, "rvu" i pro své dítě. V překladu: má nestřídmost se znásobila. Vypozorovala jsem, že je to ve chvílích, kdy spadnu do kolotoče zažitých návyků. Na druhou stranu na sobě pozoruji, že z onoho kolotoče dokáži mnohem lépe vystoupit a uvědomit si ho. Udělat krok stranou a celou situaci logicky zanalyzovat. A občas se mi podaří pevným rozhodnutím přes sílu a pod tíhou logických argumentů nestřídmost zkrotit a moji touhu po čemkoliv si odepřít.“

### **Jakou pozorujete změnu ve svém myšlenkovém návyku SEBEKLAMU A FASCINACI potom, co jste se stal rodičem?**

- „Rodičovství mě naučilo, že pokud nebudu přítomna okamžiku, že pokud se nebudu soustředit na své dítě, nebudu jej slyšet, nebudu jej vnímat a nebudu žít přítomný okamžik a reálný život. Je těžké zastavit chaotický tok myšlenek, ale jde to. Umím se více koncentrovat. Má dcera vyrůstá s tím, že ví, že ji nevnímám. Je to strašné, ale ona přišla na to, že dokáže zastavit mé myšlenkové extáze, mé chaotické nesoustředění na věci, které dělám. Skoro každý rozhovor zahajuje větou „Mami“ (já reaguji pohybem hlavy, ale můj mozek ji ještě nevnímá), zopakuje „ Mami!“. „Můžu ti něco říct“ a čeká, až se na ni podívám a řeknu „ Ano Elli, copak?“ Pak teprve začne mluvit. Dřív jsem se jí snažila přemluvit, aby mi rovnou říkala, co chce, nemusí uvádět, že na mě bude mluvit, že tím zdržuje. Ale nyní již chápu, proč tento návyk má, aby se mnou přežila.“
- „Díky dceři jsem si uvědomila důsledek mých fascinací a sebeklamů. Fascinace přicházejí méně než před rodičovstvím, takové ty větší, které vyžadují hodně času a finančních prostředků, tak jednou za 6 měsíců. Rodičovství ve mě probudilo vyšší míru zodpovědnosti a při pohledu na dceru, kterou opouštím, když vyrážím za novým sportem nebo zážitkem, si pokaždé připomenu, že nezačnu dělat nic dalšího, co by nás 2 od sebe odlučovalo dřív, než onu věc dokončím. Důsledkem mých fascinací bylo dříve (před narozením dcery) velmi často hodně nedokončených projektů, sportů, koníčků. Přebíhala jsem

od jedné zábavy ke druhé a ve chvíli, kdy už jsem byla např. ve sportu velmi dobrá, jsem ho opustila. Nyní zvažuji a rozmýšlím každou další věc, která mě osloví (fascinuje). Kladu si otázku: "stojí mi ona věc za čas, který bych mohla trávit se svojí dcerou?" Jestliže se rozhodnu pro ano, tak si jasně stanovím cíl a časový rámeček, kterého chci dosáhnout (nastavím sama sobě alespoň orientační hranice). To jsem dřív NIKDY nedělala.“

### **V jakých oblastech je pro Vás rodičovství výzvou?**

- „Rodičovství je výzvou:
  - naučit děti disciplíně, jsem benevolentní
  - v oblasti trpělivosti, když se na sebe podívám, vidím ženu s neuvěřitelnou trpělivostí, ale zároveň jsou situace, kdy ji ztratím v mžiku a neměla bych.
  - v oblasti důvěry, když byla dcera mladší, měla jsem tendenci jí "dělat servis", aby ona měla krásné dětství.“
- „Rodičovství je pro mě výzvou v oblasti osobního rozvoje mé dcery a osobního rozvoje mě samé.  
Výzva je pro mě vychovat samostatného, uvědomělého a silného člověka, který bude umět vnímat sám sebe a své okolí.  
Mou osobní výzvou je pak unést okamžik, až tohle všechno nastane.“

Sedmičky rodičovství rozvíjí v oblasti soustředění, zastavení s vědomím hlubokého nádechu a vnitřního zklidnění. Probíhá u nich boj s nestřídmostí, nejprve mají tendence "urvat" to nejlepší i pro své dítě, než se naučí zpomalit. Učí se vnímat své dítě a cítit opravdovost života skrze situace, které jim rodičovství přináší, jelikož hloubka citu k dítěti, je pro Sedmičku paralyzující v dobrém slova smyslu.

Výzvou pro sedmičkové rodiče je, přestat utíkat a odcházet zbytečně od reality. Opouštět přítomný okamžik a být tady a teď se svým dítětem. Sedmička své zpomalení vnímá jako střídmost, jako chuť vědomě si upřít tolik lákavé pokušení.

## **Typ 8**

**Jakou pozorujete změnu ve Vaší SLASTI potom, co jste se stal rodičem?**

- „Už je to dávno, takže si to moc nepamatuji, ale pokud si pamatuji, tak jsem to moc neprožíval. Nejdůležitější bylo zajistit rodinu, čím lépe byla zajištěna, tím jsem se cítil lépe.“

**Jakou pozorujete změnu ve svém myšlenkovém návyku KONTROLE A ZASTRAŠOVÁNÍ potom, co jste se stal rodičem?**

- „Díky vrozené odpovědnosti jsem měl pocit, že musí být vše v pořádku a tedy pod mojí kontrolou. A to včetně zvýšeného hlasu. Myslím, že jsem na něj byl přísnější, než na jiné, protože jsem obvykle přísnější na ty, na kterých mi záleží.“

**V jakých oblastech je pro Vás rodičovství výzvou?**

- „Ve všech, nejsem na to stavěný.“

Osmičkový rodič uvádí, že vnímal s příchodem dítěte nárůst odpovědnosti a potřeby zajištění. Své děti chce mít pod kontrolou, aby sám mohl regulovat uvolnění otěží. Respondent uvedl, že sám sebe ani zpětně po letech nevnímá jako rodičovský typ.

Pokud budeme vycházet z pozorování svých přátel a rodin z okolí, nebo vycházet z vlastní zkušenosti s osmičkovými rodiči, bývá pro ně výzvou, dát svým dětem svobodu a ztratit nad nimi kontrolu. Je to bolestný tvrdý proces, který může skončit narušením vztahu nebo dobře fungovat za podmínek, které Osmička přijme za své. To vše vynahrazují svým dětem svou velkorysostí.

Ve svém nastavení si uvědomuje svou sílu, odpovědnost, přísnost. To vše používá jako prostředek k zvládnutí kontroly.

## **Typ 9**

### **Jakou pozorujete změnu ve Vaší LENOSTI potom, co jste se stal rodičem?**

- „Vzhledem k tomu, že jsem měla děti jako velmi mladá, v době, kdy jsem enneagram ještě neznala a na sobě nijak zvlášť nepracovala, neuvědomuji si zpětně žádný velký posun ohledně emoční lenosti. Co si uvědomuji, že zesílení strachu, ale nevím, zda se to váže na strach o děti obecně, nebo na emoční návyk mého stresového bodu.“
- „Upřímně, vidím ne tolik změnu ale TU opravdovou fixaci (dříve jsem to tolik nevnímal...) a zkouším v rodičovství najít radost.“

### **Jakou pozorujete změnu ve svém myšlenkovém návyku PŘÍLIŠNÁ PŘIZPŮSOBIVOST potom, co jste se stal rodičem?**

- „Určitě se utlumil, pokud šlo o děti. Byla jsem dál ochotná se přizpůsobovat, vyhovět a neprosadit kvůli sobě, ale pokud šlo o prosazení potřeb dětí, šla jsem víc do konfrontace, do prosazení oprávněných nároků a potřeb. Stejně tak jsem byla více schopná nastavit hranice dětem, než jiným lidem (např. partnerovi, rodičům). Pomáhalo mi jedničkové křídlo (být dobrý rodič) i trojkový bod rozvoje (v "roli" matky jsem si věděla více rady než sama za sebe).“
- „Podobně jako v předchozí otázce mě samotné rodičovství nijak "neprobudilo", byl jsem a stále ještě jsem spojením všech "tělesných" typů - vidím kontrolu, snahu o dokonalost a přizpůsobivost (benevolenci).“

### **V jakých oblastech je pro Vás rodičovství výzvou?**

- „Být přítomná, držet hranice, neodpojit se, když jsou děti agresivní, být aktivní v kontaktu.“
- „Určitě v mém vlastním vývoji (nebo zrání) a současně v příležitosti být u toho (co nejbliže) a opravdově prožít část životní cesty mé dcery jako táta, kamarád i průvodce.“



Devítky uvádějí, že velkou změnu ve své vášni nezaznamenali, spíše si uvědomili nárůst strachu jako stresového bodu. Jejich přílišná přizpůsobivost nejprve probíhá i v přizpůsobení se dětem. Zajímavé je, že devítkoví rodiče se shodují, že jim jde lépe nastavit hranice svým dětem, než např. svým partnerům či blízkým. Vysvětlují si to osmičkovým a jedničkovým křídlem. Zároveň i případná konfrontace je pro ně lehčí, pokud jde o to, vybojovat něco pro děti.

Výzvou pro Devítky je najít v rodičovství radost, neodpojovat se v případě problémů, zůstat přítomný, být v kontaktu, ale udržet si hranice. Jako cestu uvádějí, že začali dětem věci více vysvětlovat a snaží se s nimi mluvit i o svých potřebách.

## 6. Závěr

Prakticky ve všech typech došlo k rozvoji osobnosti s příchodem dítěte, ať na vědomé či nevědomé úrovni. Lze tedy předpokládat, že rodičovství mění vnímání nastavených hodnot a posouvá lidské hranice.

Je zde potřeba rozlišit vnímání postoje ke změně u ženy a u muže. U žen se více projevuje mateřský pud a změna je intenzivnější vzhledem k tomu, že ženy tráví s dětmi často více času než muži. Ženy jsou se svými dětmi hluboce propojeny a pouto bývá silnější než u mužů.

Z našeho šetření vyplývá, že výstupy z dotazníků odpovídají našemu předpokládanému úsudku a obecným charakteristikám emočních a myšlenkových fixací jednotlivých enneatypů.

Téma rodičovství a enneagram je velmi rozsáhlé a složité, vzhledem k neexistenci odborné publikace je zároveň velmi zajímavé pro další podrobné rozpracování.

Jako přínos této práce považujeme, že lze z námi získaných poznatků čerpat, a to nejen ze strany rodičů vůči jejich dětem, ale také v opačném směru. Děti tak mají šanci pochopit jednání svých rodičů a nevztahovat si to osobně. Dále mohou pochopit, že kritika rodičů nesouvisí s jejich (dětskou) osobností, ale s osobností rodiče a mohou si tak vytvářet svoji vlastní osobnost bez jakýchkoliv předsudků.

## 7. Seznam literatury

- [1] WAGELE, E., Enneagram of the parenting: *The 9 types of Children and How to Raise Them Successfully*, HarperCollins e-books; 1st edition (September 14, 2010), Dostupné na WWW: <http://www.amazon.com/The-Enneagram-Parenting-Children-Successfully/dp/0062514555>
- [2] LEVINE, J., *Know Your Parenting Personality: How to Use the Enneagram to Become the Best Parent You Can Be*, Wiley; 1 edition (February 14, 2003), Dostupné na WWW: <http://janetlevine.com/>
- [3] CHERIKOFF, C., *Enneagram Parent Types in Cartoon*, (květen, 2015) Dostupné na WWW: <http://clarecherikoff.com/parents-enneagram-personality-types/>
- [4] VELECHOVSKÁ, E., *Devět tváří člověka aneb rozvoj a růst s enneagramem*, VEVA CZ s.r.o. 2008
- [5] ROHR, R., EBERT, A., *Devět tváří duše*, Synergie 1997
- [6] PALMER, H., *Velká kniha o Enneagramu*, Synergie 2009
- [7] JORDÁNOVÁ, Z., *Tvoje dítě jako šance pro tebe*, Nakladatelství Vodnář 2005
- [8] JAKOB, S., HUBBER, J., *Průvodce enneagramem*, VEVA CZ s.r.o.
- [9] The Enneagram of High School. In: *Wagele.com* [online]. Copyright © Elizabeth Wagele [cit. 24.6.2015]. Dostupné z: <http://wagele.com/the-enneagram-teens-here/>

## **8. Přílohy**

**8.1 *Dotazník***

**8.2 *Rodinný enneagram v obrázcích***