



RADY PRE RODIČOV DETÍ  
OD NARODENIA DO 18 ROKOV

# Súrodenci bez rivalryity

AKO POMÔCŤ SVOJIM DEŤOM,  
ABY SPOLU DOBRE  
VYCHÁDZALI

ADELE FABER  
ELAINE MAZLISH

**Ljndeni**

# Súrodenci bez rivalryity

Vyšlo aj v tlačovej podobe

Objednať môžete na  
[www.lindeni.sk](http://www.lindeni.sk)  
[www.albatrosmedia.sk](http://www.albatrosmedia.sk)

## Lindeni

**Adele Faber, Elaine Mazlish**

**Súrodenci bez rivalryity – e-kniha**  
Copyright © Albatros Media a. s., 2022

Všetky práva vyhradené.  
Žiadna časť tejto publikácie nesmie byť rozširovaná  
bez písomného súhlasu majiteľov práv.

  
**ALBATROS MEDIA**

# SÚRODENCI BEZ RIVALITY

ADELE FABER  
ELAINE MAZLISH

**Ljndeni**

**Adele Faber, Elaine Mazlish**

# Súrodenci bez rivality

Tretie slovenské vydanie

Vydalo vydavateľstvo Lindeni v roku 2022

v spoločnosti Albatros Media Slovakia, s. r. o.,

so sídlom Mickiewiczova 9, Bratislava, Slovenská republika.

Číslo publikácie 2 738

Zodpovedná redaktorka Elena Luková

Technický redaktor Radek Střecha

Z anglického autorizovaného rukopisu *Siblings without Rivalry*,

ktorý vyšiel vo vydavateľstve Press London

preložila Ivana Bušniaková

Odborná korektúra Mária Tekelová

Jazyková korektúra Tatiana Kramáriková

Sadzba Radek Střecha

Obálka slaavo

Adele Faber, Elaine Mazlish: *Siblings without Rivalry*

Text copyright © 1987, 1998 Adele Faber and Elaine Mazlish

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted in any form or by any means electronics, mechanical, photocopying, recording or otherwise, without the prior permission of the copyright owner.

The right of Adele Faber and Elaine Mazlish to be identified as Authors of this work has been asserted by them in accordance with the Copyright, Design and Patents Act 1998

Translation © Ivana Bušniaková, 2019

Slovak Edition © Albatros Media Slovakia s.r.o., 2019. Všetky práva sú vyhradené.

Žiadna časť tejto publikácie nesmie byť kopírovaná a rozmnožovaná za účelom rozširovania v akejkoľvek forme alebo akýmkoľvek spôsobom bez písomného súhlasu nakladateľa.

ISBN v tlačenej verzii 978-80-566-2508-8

ISBN e-knihy 978-80-566-3063-1 (1. zverejnenie, 2022) (epub)

ISBN e-knihy 978-80-566-3064-8 (1. zverejnenie, 2022) (mobi)

ISBN e-knihy 978-80-566-3062-4 (1. zverejnenie, 2022) (ePDF)

Cena uvedená výrobcom predstavuje nezáväznú odporúčanú spotrebiteľskú cenu.

Všetkým už odrasteným súrodencom,

ktorí v sebe ešte stále majú

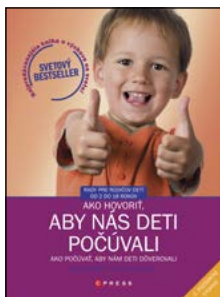
boľavú dušičku malého dieťaťa.

„Vedzte, krásne je potešenie pre bratov a sestry žiť spolu v jednote.“

## Kniha žalmov

Adele Faber a Elaine Mazlish sú celosvetovo uznávané odborníčky na komunikáciu medzi dospelými a deťmi. Prednášajú po celom svete a programy, ktoré vytvorili, používajú v súčasnosti milióny ľudí na zlepšenie komunikácie medzi dospelými a deťmi. Predali sa už viac ako tri milióny výtlačkov kníh v dvadsiatich jazykoch. Obe žijú na Long Islande v New Yorku a každá má tri dospelé deti.

Ďalšie knihy od Adele Faber a Elaine Mazlish, ktoré vyšli v slovenčine:



Nájdete na <http://www.albatrosmedia.sk>.

|  |            |
|--|------------|
| Rady by sme poďakovali.....  | 6          |
| Pár slov na úvod.....  | 6          |
| Ako vznikla táto kniha .....   | 7          |
| <b>1. Súrodenci – minulosť a súčasnosť.....</b>                              | <b>10</b>  |
| <b>2. Počkejte až do chvíle, kým negatívne pocity nevyjdú na povrch.....</b> | <b>18</b>  |
| Otázky .....   | 31         |
| Príbehy .....  | 34         |
| <b>3. Nebezpečenstvo, keď deti porovnáваме .....</b>                         | <b>44</b>  |
| Príbehy .....  | 53         |
| <b>4. Byť rovnakí nie je dobré.....</b>                                      | <b>56</b>  |
| Príbehy .....  | 68         |
| <b>5. Súrodenci v rolách .....</b>   | <b>72</b>  |
| Pokiaľ on je „Toto“, tak ja som „Tamto“.....                                 | 73         |
| Ako pomôcť deťom k zmene .....   | 79         |
| Už žiadne problematické deti .....   | 88         |
| Príbehy .....  | 94         |
| <b>6. Keď deti spolu bojujú .....</b>  | <b>100</b> |
| Ako zasiahnuť a potom v pokoji opustiť priestor .....                        | 114        |
| Ako dieťaťu pomôcť vyriešiť zložitú situáciu .....                           | 115        |
| Otázky .....   | 124        |
| Príbehy .....  | 127        |
| <b>7. Prímerie s minulosťou .....</b>  | <b>136</b> |
| <b>Dodatok k novému vydaniu .....</b>  | <b>146</b> |
| Skorá spätná väzba .....   | 148        |
| Ako sa vyrovnat s malými rivalmi .....                                       | 154        |
| Príbehy .....  | 161        |
| Sám doma.....  | 165        |
| Ďalšie spôsoby, ako vylepšiť vzťahy medzi súrodencami .....                  | 170        |
| <b>Záver.....</b>  | <b>176</b> |

# RADY BY SME POĎAKOVALI...

---

Naším manželom za ich neustálu podporu v tomto projekte. Boli naším každodenným zdrojom sily najmä vo chvíľach, keď bola práca náročná.

Každému dieťaťu, ktoré nám v čase svojich detských rokov poskytlo mnoho prvotriedneho materiálu na napísanie tejto knihy a ktoré nám v čase dospievania dali cenné rady, čo by sme mohli urobiť inak.

Rodičom v našich skupinkách za ich ochotu s nami preskúmať „nové prístupy“ k ich deťom, ktorých zážitky a postrehy obohatili túto knihu.

Všetkým ľuďom, ktorí s nami akýmkoľvek spôsobom zdieľali svoje spomienky alebo čerstvé zážitky so svojimi súrodencami.

Kimberly Ann Coe, našej ilustrátorky, ktorá dokázala vo svojich kreslených postavkách vyjadriť to, čo sme chceli a dokázala vytvoriť milý obrázok rodičov a ich detí.

A nakoniec nedávno zosnulému doktorovi Haimu Ginottovi, ktorý nám predložil prvý obrázok toho, ako by mohli byť zmenšené veľké plamene súrodeneckej rivality na malé neškodné iskričky.

## PÁR SLOV NA ÚVOD

---

Aby sme zjednodušili rozprávanie príbehu, obe sme sa vteliť do jednej postavy, našich šesť detí do postáv dvoch chlapcov a veľa skupiniek, ktoré sme viedli, do jednej. Toľko na upravenie reality. Všetko ostatné, čo v knihe nájdete – myšlienky, pocity, skúsenosti – je spísané presne tak, ako sa stalo.

Adele Faber  
Elaine Mazlish



# AKO VZNIKLA TÁTO KNIHA

---

Knihou *Ako hovoriť, aby nás deti poslúchali, ako načúvať, aby nám deti dôverovali* sme sa ocitli pred novým problémom. Kniha o súrodeneckom boji sa nám vymkla z rúk. Pokryli sme iba polovicu problémov a iba táto časť zabrala asi sto strán. Zúfalo sme sa ju snažili skrátiť, aby to bolo v správnom pomere so zvyškom knihy, ale čím viac sme text skracovali, tým viac nás to ťažilo.

Pomaly nám začalo dochádzať, že pokiaľ sa chceme skutočne zaoberať problémom súrodeneckých šarvátok, budeme mu musieť venovať celú knihu. Akonáhle sme sa pre tento variant rozhodli, zvyšok už išiel sám. Do knihy *Ako hovoriť...* sme vložili veľa materiálov, ktoré by mohli rodičom uľahčiť chvíle v tých najťažších situáciách. V našej „súrodeneckej kríze“ sme mali navyše priestor, aby sme mohli porozprávať o našich vlastných bitkách s deťmi bojovníkmi; aby sme mohli popísať princípy, ktoré nám otvorili oči, a to vďaka detskému psychológovi, dr. Haimu Ginottovi, v čase, keď sme my sami boli súčasťou jeho skupiniek nešťastných a zúfajúcich rodičov; aby sme sa podelili o postrehy z našich rodín, nášho študovania a nekonečných diskusií jedného s druhým; a nakoniec, aby sme popísali skúsenosti rodičov, ktorí sa zúčastnili našich seminárov na túto tému.

Tiež nám napadlo, že sme dostali neobyčajnú príležitosť vďaka medzinárodnej práci zistiť, ako rodičia vnímajú súrodenecké rozbroje. Rýchlo sme zistili, že nám pri nohách leží skutočne veľká a páľčivá téma. Stačilo sa nám len zmieniť o pojme „súrodenecká rivalita“ a spustili sa okamžité reakcie.

„Tie neustále hádky ma doháňajú k šialenstvu!“

„Neviem, čo sa stane skôr. Buď sa zabijú navzájom, alebo ich zabijem ja.“

„S každým zo svojich detí vychádzam veľmi dobre, kým však nie je v blízkosti to druhé. Potom sa už neznesiem ani s jedným.“

Bolo evidentné, že tento problém bol všade veľmi rozšírený a taktiež aj hlboko vnímaný. Čím viac sme s rodičmi hovorili o tom, čo sa deje u nich doma medzi deťmi, tým viac sme si uvedomovali napätie, ktoré vytváralo stále vyššie stupne stresu v ich domovoch. Skúsme si predstaviť dve deti, ktoré súperia o rodičovskú lásku a pozornosť. K tomu všetkému pridajme závisť, ktoré cíti jedno k druhému, keď sa tomu druhému niečo podarí; hnev, keď má jedno dieťa určité privilégia; a k tomu ešte pocit, že si nemôže k nikomu nič dovoliť až na výnimku brata či sestry. A potom je celkom jednoduché

pochopiť, prečo po celej širšej zemi je medzi súrodencami toľko výbušného prachu a stačí iba malá iskrička, aby všetko vybuchlo.

S neistotou sme sa jedna druhej pýtali: „Je vôbec niečo, čo by sa mohlo povedať na obranu tohto súperenia? Určite to pre rodičov nie je ľahké. Je na tom súperení pre deti vôbec niečo pozitívne?“

Všetko, čo sme prečítali, nám ukázalo, že sa dajú rôzne konflikty medzi súrodencami využiť. Napríklad súperenie, kto bude mať prevahu nad tým druhým, posilňuje a tvaruje osobnosť. Z neustálych domácich bitiek si človek odnesie rýchlosť a obratnosť. Zo slovných hádok si odnesie poznanie, aký je rozdiel medzi tým byť múdry a hrubý. Z bežných problémov, ktoré sa občas objavia v spoločnom spolužití, si odnesú schopnosti, ako byť asertívni, ako sám seba brániť a ako robiť kompromisy. A pokiaľ jedno dieťa závidí druhému jeho schopnosti, vyprovokuje ho to aspoň k usilovnej práci, vytrvalosti a snahe uspieť. Toto je to najlepšie, čo môžeme získať zo súrodeneckých bojov. Rodičia hneď podotkli, že naopak v tom najhoršom môže, ako u jedného, tak aj u druhého dieťaťa, veľmi ovplyvniť morálku alebo mu dokonca trvalo ublížiť. Keďže sa naša kniha zaoberá prevenciou a zlepšením akéhokoľvek problému, myslíme si, že by bolo dobré ešte raz sa pozrieť na príčiny neustáleho súperenia medzi súrodencami.

Kde to všetko začína? Experti v odbore sa zhodujú, že korene žiarlivosti môžu byť vo veľkej túžbe po jedinečnej láske vlastných rodičov. A prečo existuje túžba byť pre nich ten jediný a najlepší? Pretože Mama a Otec sú dva zázračné zdroje, z ktorých ku dieťaťu prichádza všetko, čo k životu a k rastu potrebuje: jedlo, bývanie, teplo, starostlivosť, pocit identity, pocit, že za niečo stojí a pocit mimoriadnosti a individuality. Je to práve sila rodičovskej lásky a podpory, ktorá dieťaťu umožňuje rozvíjať kompetencie a pomaly získavať prevahu nad jeho okolím.

„Prečo by mi mal nejaký brat alebo sestra brať to krásne miesto na výslní rodičov?“

Dieťa sa snaží zastrašiť všetko, čo by mohlo vstúpiť medzi neho a rodičov a ohroziť tak ich bytie. Obyčajná prítomnosť iného dieťaťa znamená MENEJ VŠETKÉHO. Menej času, ktorý rodičia dieťaťu venujú. Menej pozornosti, keď má nejaké trápenie alebo boliestku. Menej pochvál za dobre vykonanú prácu a úspech. A čoho sa najviac boja? „Ak mama s otcom dávajú súrodencovi všetku lásku, starostlivosť a nadšenie, možno brat či sestra stojí za viac ako ja. A pokiaľ stojí za viac ako ja, znamená to, že ja som bezvýznamný. A ak som bezvýznamný, je to pre mňa veľmi zlé.“

Niet sa preto čomu diviť, že sa deti tak urputne snažia byť prvé a najlepšie. Lepšie povedané, aby dostali VŠETKO. Istota znamená mať pre seba celú mamu a celého otca, všetky hračky, všetko jedlo, celý priestor.

Je to pekelné ťažká úloha, s ktorou sa rodičia musia vyrovnávať! Musia nájsť spôsob, ako uistiť každé zo svojich detí, že má v nich istotu, že je pre nich niečím výnimočné a milované.

Musia pomôcť mladým súperom, aby objavili tú neoceniteľnú podstatu spolupráce a delenia sa o veci rovnako ako o svoje starosti. A okrem toho je tiež na rodičoch, aby poskytlí takú základňu, aby títo, teraz konkurenti, raz pochopili, že v tom druhom majú oporu a potešenie.

Ako sa rodičia s touto náročnou zodpovednosťou vyrovnali? Aby sme to zistili, vymysleli sme stručný dotazník.

**Robíte niečo, čím by ste mohli zlepšiť vzťah medzi svojimi deťmi?**

**Robíte niečo, čím by ste mohli situáciu naopak zhoršiť?**

**Spomeniete si, čím vaši rodičia dokázali medzi vami a vašim súrodencom posilniť nepriateľstvo?**

**Urobili ste niekedy niečo preto, aby sa zmiernilo vaše nepriateľstvo?**

Tiež sme položili otázku, ako vychádzali so svojimi súrodencami, keď boli ešte malí, ako s nimi vychádzajú teraz a čo by si radi prečítali v tejto knihe.

Zároveň sme viedli osobné dialógy. Nahrali sme hodiny a hodiny rozhovorov s mužmi, ženami a deťmi rôznych vekových kategórií, od troch do osemdesiatichôsmich rokov.

Nakoniec sme zhromaždili všetok materiál, starý aj nový a začali sme viesť niekoľko skupín po ôsmich sedeniach, z ktorých každá bola zameraná na súrodenecké boje. Niektorí z rodičov boli od samého začiatku nadšení, niektorí boli naopak skeptickí: „No dobre, ale vy nepoznáte moje deti!“ A niektorí boli so silami v koncoch, takže boli ochotní skúsiť čokoľvek. Všetci sa aktívne zapojili – robili si poznámky, pýtali sa na rôzne veci, hrali scény, v triedach sa delili o svoje úspechy či neúspechy vo svojich „domácich laboratóriách“. Zo všetkých týchto sedení a našej usilovnej dlhoročnej práce vyšla táto kniha, ktorá nás uistila, že to *môžeme* zmeniť.

Môžeme ich súťaživosť buď zosilniť, alebo zmierniť, rovnako ako aj nepriateľské pocity či bitky, ktoré ale môžu byť vystriedané oveľa prospešnejšou spoluprácou.

Náš prístup a slová majú veľkú moc. Už nemusíme šalieť, byť bezmocní alebo v koncoch, keď vypukne ďalší boj súrodencov. Vyzbrojme sa zbraňami vo forme nových schopností a porozumenia a dovedme tento boj do víťazného konca.

1

SÚRODENCI –  
MINULOST  
A SÚČASNOST

TAJNE SOM DÚFALA, že sa súrodenecké bitky odohrávajú všade, nielen u nás doma.

Niekde hlboko v mojej hlave ležal spanilý nápad, že svoje zelenooké monštrum môžem pretvoriť na lepší obraz, bez toho, aby som robila čokoľvek z tých jasných vecí, ktoré robia rodičia preto, aby jedno dieťa žiarlilo na druhé. Nikdy som neporovnávala, nikdy som nerobila z jedného obľúbenca a z druhého zatratenca. Keď obidvaja chlapci vedia, že ich mám rovnako rada, tak o čo by sa teda ešte mali biť?

O čokoľvek.

Od prvej chvíle, keď ráno otvorili oči, až do chvíle, keď ich večer zase zavreli, sa zdalo, že jediným zmyslom ich života je znepriemňovať ho tomu druhému. Vyvádzalo ma to z rovnováhy. Nemala som poňatie o tom, čo stálo za tým barbarským, divokým a nikdy nekončiacim bojom.

Vari nebolo s nimi niečo v poriadku?

Alebo nebolo niečo v poriadku so mnou?

Tento frustrujúci stav trval až dovtedy, kým som nezačala chodiť na semináre doktora Ginotta. Bola to nefalšovaná a čistá radosť z toho, že vo svojom nešťastí nie som sama. Nielen u nás doma sa denne rinuli potoky slz, prúdy nadávok, vyrývania, štipania a vrieskania. Nebola som to len ja, ktorá mala zničené nervy a ťažký kameň na srdci. Jeden by si mohol myslieť, že predsa každý z nás si prežil obdobie dospievania plné súrodeneckých bitiek, takže by mohol tušiť, do čoho ide so svojimi deťmi. A aj napriek tomu väčšina rodičov, rovnako ako ja, nebola pripravená na tvrdý boj medzi nimi. Aj teraz, o niekoľko rokov neskôr, keď tak sedím a pozerám sa na skupinku, zisťujem, že sa takmer nič nezmenilo. Rodičia sa už nemôžu dočkať, kedy budú môcť vyjadriť svoj strach nad obrovským rozdielom medzi svojimi ružovými predstavami a tvrdou realitou.

„Narodilo sa nám druhé bábätko, pretože som chcela, aby Kristínka mala niekoho, s kým by sa mohla hrať. Aby mala v živote kamaráta. No, takže teraz má svoju mladšiu sestru, ktorú z duše nenávidí a jediné, čo by si priala, je poslať ju ‚naspäť‘.“

„Vždy som si myslela, že sa moji chlapci budú správať jeden k druhému pekne. Aj napriek tomu, že sa doma niekedy spolu bijú, myslela som si, že vonku je to inak. Takmer som umrela, keď som zistila, že môj starší syn patrí do bandy, ktorá na autobusovej zastávke šikanovala jeho mladšieho brata.“

„Ako chlap, ktorý mal tiež nejakých bratov, viem, že bolo úplne normálne, keď sme sa občas pobili. O dievčatách som si myslel, že spolu vedia vychádzať. Bohužiaľ nie moje tri dcéry. A najhoršie na tom je to, že majú sloniu pamäť. Aj po niekoľkých rokoch si spomenú, čo ktorá vyviedla. A asi si to ani nikdy neodpustia.“

„Bola som jedináčik, takže som si myslela, že keď sme Danke zaobstarali bračeka, urobili sme pre ňu veľkú službu. Bola som poriadne naivná, keď som si myslela, že budú spolu vychádzať. A ono to tak aj skutočne bolo, ale len do chvíle, kým malý nezačal chodiť a hovoriť. Nahovárala som si, že sa situácia určite zlepší, len čo trochu vyrastú.“

Samozrejme, že sa ich vzťah zmenil, ale k horšiemu. Teraz má Juraj šesť a Danka deväť. Čokoľvek Juraj dostane, musí to mať aj Danka, a čokoľvek dostane Danka, chce to aj Juraj. Nie sú schopní priblížiť sa k sebe ani na dva metre bez toho, aby nezačali kričať a biť sa. A obidvaja sa ma pýtajú: „Prečo sa musel on narodiť?“, „Prečo sa musela ona narodiť?“ a „Prečo nemôžem byť jedináčik?“

„Šarvátkam medzi mojimi deťmi som chcela predísť pomocou rady, ktorú som dostala od svojej švagrinej. Tá mi tvrdila, že ak budem mať deti tesne po sebe, budú ako dve šteniatka, ktoré sa neustále hrajú. A tak som to urobila. Dve šteniatka sa ale razom zmenili na dva krvilačné psy, ktoré chcú jeden druhého roztrhať. Potom sa mi dostala do rúk kniha, ktorá mi dala ďalšiu, užitočnú radu. Najlepšie je, keď sú deti po sebe tri roky. Tak som to vyskúšala. A ako to vyzerá teraz? Tí dvaja starší sa spojili a bojujú proti tomu najmenšiemu. Čakala som štyri roky na ďalšie a teraz za mnou všetci chodia a plačú. Tí dvaja menší sa sťažujú, že najstarší sa správa ako ich šéf a že je zlý a ten najstarší sa zase sťažuje, že mladší ho neposlúchajú. Žiadny víťaz, iba porazení.“

„Nikdy som nechápala, prečo ľudia, toľko riešia tento problém, pretože som nikdy nemala so svojim synom a dcérou problém... keď boli malí. Teraz sú z nich tínedžeri a ako sa zdá, snažia sa dohnať stratené pokojné roky detstva. Nemôžu byť spolu ani minútu bez toho, aby po sebe nehádzali nože.“

Keď som tak načúvala všetkým tým útrapám, prebehli mi hlavou otázky typu: „Prečo sú takí prekvapení? Vari zabudli, aké to bolo v ich detstve? Aké vzťahy mali so svojimi súrodencami? A čo ja? Prečo mi moje skúsenosti so súrodencami nepomáhajú vo chvíľach, keď sa musím postarať o svoje rozhádané deti? Možno preto, že som mala o veľa rokov staršiu sestru a brata. Nikdy som nevidela vyrastať spolu dvoch chlapcov.“

Rodičia v skupinke mi dali hneď za pravdu, že rovnaké to bolo aj u nich. Ich deti sú úplne iné, ako boli ich súrodenci, či už ide o vek, osobnosť, pohlavie či počet detí. Okrem toho sa zmienili o ešte jednej dôležitej veci: „Niečo iné je byť dieťaťom, ktoré sa bije a niečo iné rodičom, ktorý sa s bitkou musí vyrovať.“

A ako sme tak pomaly diskutovali o rozdieloch v súčasnej a minulej rodine, staré spomienky začali pomaly plávať na povrch. Každý mal nejaký príbeh a krok za krokom sa miestnosť začala plniť bratmi a sestrami z ich detstva a silnými emóciami, ktoré sprevádzať tieto príbuzenské vzťahy.

„Spomínam si, že ma vytáčalo, keď si zo mňa môj starší brat robil posmech. Moji rodičia mi neustále opakovali: „Ak mu nebudeš odpovedať, nebude ťa otravovať“, ale ja som vždy odpovedal. Stále ma podpichoval, až som sa niekedy rozplakal. Vravil mi: „Vezmi si svoju kefku a bež. Aj tak ťa tu nikto nemá rád.“ Toto vždy zabralo a ja som sa zakaždým rozplakal.“

„Mne môj brat tiež robil napriek. Keď som mal asi osem, pokúsil sa ma zhodiť z bicykla. To ma tak nahnevalo, že som si povedal: „A dost!“ Išiel som domov a zavolať na

číslo 112. Povedal som: ‚Chcem hovoriť s políciou, prosím.‘ Operátor odpovedal: ‚Áno, dobre...‘ a vtom vošla mama a povedala, aby som zložil. Nikdy na mňa nekričala, iba mi povedala, že sa o tom porozpráva s otcom.

Tú noc, keď sa vrátil z práce domov, robil som sa, že spím, ale zobudil ma. Všetko, čo povedal, bolo: ‚Takto sa nemôžeš správať, ani keď si nahnevaný.‘ Báľ som sa, že ma za to potrestajú, tak mi spadol veľký kameň zo srdca. Ale chvíľu nato som za zase cítil hrozne našťvaný. A bezmocný.“

„Môj brat sa ku mne vždy musel správať pekne, bola som predsa otcove milované dievčatko. Prešlo mi všetko, aj keď som rozhodne nebola žiadny anjelik. Raz som na brata vyšplechla horúci olej z panvice. Potom som ho pichla vidličkou do ruky. Niekedy sa ma snažil chytiť a držať, ale keď ma pustil, potom som mu urobila peklo. Až ma raz, keď neboli naši rodičia doma, udrel do tváre. Stále mám pod okom jazvu. Odtedy som ho už neprovokovala.“

„V mojej rodine boli šarvátky jednoducho zakázané. Rodičia nám dokonca zakazovali, aby sme sa jeden na druhého čo i len hnevali. Boli sme na seba riadne nahnevani, ale nie, vy sa na seba proste hnevať nemôžete. Prečo? Preto. Jednoducho to nebolo dovolené. Počúvali sme: ‚On je tvoj brat a ty ho musíš mať rada.‘ Takže veľakrát som si musela nechať zájsť chuť, pretože som sa bála, čo by sa stalo, keby som vyletela na svojho brata.“

Čím viac ľudí sa delilo o svoje zážitky, tým viac som žasla nad tým, ako ich to dokázalo katapultovať späť do detských rokov.

Čím sa líšili tieto scenáre od tých, ktoré sa teraz odohrávajú v mnohých rodinách po celom svete? Miesto a postavy sa líšia, ale pocity sa zdajú byť takmer rovnaké.

„Možno, že sa generácie od seba zase až toľko nelíšia,“ povzdychol si niekto. „Musíme si asi uvedomiť, že súrodenci sú vlastne prirodzení protivníci.“

„Ale nie nevyhnutne,“ namietol jeden otec. „Môj brat a ja sme mali od malička veľmi dobrý vzťah. Keď som bol malý, musel ma strážiť a vždy bol v pohode, aj keď niekedy nesmel odísť skôr, ako som dopil fľašku s pitím. Nechcel som to piť, tak to vypil za mňa a potom sme sa išli hrať von s kamarátmi.“

Každý sa smial a jedna žena predniesla: „To mi pripomenulo moju sestru a mňa. Pikle sme vždy kuli spolu, hlavne v čase puberty. Keď nás naša mama s niečím nahnevala, zomkli sme sa a držali sme napríklad aj hladovku. Toto dokázalo našu mamu vždy vytočiť, pretože už aj tak mala obavy z toho, že sme chudé. Obyčajne nám robila pudíng alebo mliečne kokteily, takže keď sme prestali jesť, bol to pre ňu najväčší trest. Ale v skutočnosti sme žiadnu hladovku nedržali. Jedna druhej sme tajne nosili jedlo.“ Na chvíľu sa odmlčala a zvrátila čelo. „S mojou mladšou sestrou to ale bolo horšie. Nikdy som ju nemala rada. Narodila sa až desať rokov po mne, takže slnko vychádzalo a zapadalo podľa toho, ako rástla. Pre mňa to bol a stále je jeden rozmaznanec.“

„Myslím, že presne toto o mne hovorili staršie sestry,“ prikývla ďalšia žena. „Mali osem a dvanásť, keď som sa narodila a myslím, že na mňa museli veľmi žiarliť, pretože som bola otcov miláčik. Tiež som mala mnoho výhod, ktoré ony nemali. V tom čase sa našim viac finančne darilo, takže zatiaľ čo moje sestry už boli v devätnástich vydaté, ja som ešte len začala študovať.“

Odvtedy, čo otec zomrel, veľmi sme sa s mamou zblížili. Prehľbil sa aj vzťah medzi ňou a mojimi deťmi. Nedávno sme sa rozhodli, že jej dom bude teraz domom mojím a mojej rodiny. Keď sa to dozvedeli sestry, bol oheň na streche. „Museli sme si vziať hypotéku, aby sme si mohli kúpiť dom... Všetko sme si museli vybojovať... A ona si pokojne ide na vysokú... Jej manželík tiež... teraz má dobrú prácu...“

Čo ma teraz ale najviac mrzí je, že moje netere a synovci majú veľmi odmietavý postoj k mojim deťom. Často hovoria: „Babi, prečo s nimi tráviš toľko času? Prečo nechodíš k nám?“ Závažnosť asi nikdy nezmlizne. Prechádza z jednej generácie na druhú.“

Miestnosť sa naplnila povzdychmi a niekto prehodil, že tu máme skutočne veľký problém. Cítila som potrebu dať to všetko nejako dohromady pred tým, ako sa pohne ďalej: „Skúsili sme sa teraz spätne pozrieť na naše detstvo a detstvo našich ratolestí a môžeme si z toho vziať ponaučenie, že náš vzťah so súrodencami môže mať veľký vplyv na náš život, či už negatívny alebo pozitívny, a trvá to až do našich dospelých rokov. Z týchto skúseností by sme mohli vyvodiť aj to, že tieto pocity prechádzajú aj na ďalšiu generáciu.“

Cítila som, že je toho omnoho viac, čo by sme mohli k tomuto problému povedať, ale zatiaľ som netušila, čo to je. Aj ja som si spomenula na svojho brata a sestru, ktorí ma videli skôr ako otravného škodcu, ktorý im stojí v ceste a teraz, keď z nás vyrástli rozumne mysliaci ľudia, sa ako ten škodca v ich prítomnosti aj cítim. Nahlas som sa opýtala: „Zaujímalo by ma, či nebolo až príliš odvážne položiť otázku, či náš vzťah s vlastnými súrodencami nejako nepredurčuje aj to, ako sami seba v dospelosti vidíme, vnímame a ako sa správame.“

Na odpoveď som nemusela čakať ani sekundu a naraz sa zdvihli hneď štyri ruky. Kývla som na jedného otca.

„Máte stopercentnú pravdu! Bol som najstarší z bratov, takže som ich vždy musel strážiť. Bol som ich ‚tolerantným diktátorom‘. Vždy ku mne vzhliadali a urobili všetko, čo som im povedal. Niekedy som im dal aj facku, ale na druhej strane som ich chránil pred šikanovaním od ostatných chlapcov. Aj dnes musím byť ‚ten hlavný‘. Raz som mal šancu predať svoj podnik cudzím vlastníkom, ale poznám sa. Nespravil by som to, pretože odjakživa som ja ten, ktorý vlastní, ten, kto je šéf.“

„Som najmladší z piatich chlapcov a je úplne jasné, že to, čo si o sebe myslím teraz, ovplyvnili moji bratia. Všetci sú vysoko postavení ľudia, ktorí dostanú všetko, čo si zamienia. Im to bolo asi dané. Keď sa ako malí hrali, sedel som v knihách a snažil sa



ich akokoľvek dohnať. Hovorili mi, že snáď musím byť adoptovaný – samozrejme len z posmechu. A dnes som na tom úplne rovnako. Moja žena mi vyčíta, že som šialený workoholik a že vraj nechápe, prečo sa neustále snažím dohnať svojich bratov.“

„Je to už pekný čas, keď som sa prestala snažiť vyrovnáť svojej sestre,“ prehodila jedna žena. „Bola veľmi krásna a talentovaná a o nejakom súperení nemohlo byť ani reči. Stalo sa to, keď som mala trinásť. Obliekali sme sa na svadbu známych. Myslela som si, že mi to skutočne pristane. V tej chvíli sa vedľa mňa pred zrkadlo postavila sestra a povedala: ‚Ja som UPD – úžasná, perfektná, dokonalá.‘ A potom sa pozrela na mňa a povedala: ‚A ty si SMU – sladká, milá, úprimná.‘. Nikdy na to nezabudnem. Kedykoľvek keď ma niekto pochváli, tak si pomyslím: ‚Ďakujem, ale mali by ste poznať moju sestru.‘.“

„Tiež som bola ovplyvnená svojou sestrou,“ povedala ticho jedna žena. Niekoľko ľudí sa muselo nakloniť, aby ju počuli. „Vždy mi bola... iba na príťaž.“ Chvíľu zaváhala a potom pokračovala. „Odmalička mala psychické problémy a robila skutočne divné veci, ktoré som potom musela svojim kamarátom vysvetľovať. Moji rodičia s ňou mali vždy toľko starostí, že som podvedome cítila, že ja musím byť tá dobrá, na ktorú sa môžu vždy spoľahnúť. Aj keď som bola z nás dvoch mladšia, samu seba som vnímala ako staršiu. Jedinou zmenou za tie roky je, že sa moja sestra ešte zhoršila. Zakaždým, keď ju vidím, a ja viem, že to nie je jej vina, cítim k nej odpor, pretože akoby mi ona vzala normálne detstvo.“ S úžasom som načúvala. Vždy mi bolo jasné, že rodičia hrajú obrovskú úlohu pri formovaní detskej osobnosti, ale nikdy by mi nenapadlo, že by aj súrodenci mohli do takej miery ovplyvniť vývoj a osud svojho brata či sestry.

Sedel tu celý rad ľudí, od muža, ktorý je neustále v úlohe šéfa, muža, ktorý sa stále snaží vyrovnáť svojim bratom, ženy, ktorá sa nemôže ani porovnávať so svojou sestrou a ďalšia, ktorá neustále trpí nálepkou ‚tá dobrá‘. A príčina? Súrodenci, ich vzťahy a osobnosť.

Bola som tým všetkým tak pohltená, že som si ani nevšimla, že jeden muž už chvíľu rozpráva svoj príbeh.

„... u nás doma to bol otec, s ktorým boli problémy. Mama bola veľmi dobrá a pokojná. Zato otec bol cholerik a svoje správanie nevedel kontrolovať. Raz nám povedal, že ide na dva dni preč, a bol preč dva mesiace. Takže sme sa všetci zomkli dohromady, aby sme sa pred ním chránili. Starší sa starali o mladších, a ako náhle sme vyšli zo školy, našli sme si prácu, aby sme všetko utiahli. Keby sme nespolupracovali a nepomáhali si, nikto z nás by to nezvládol.“ Miestnosťou sa rozľahol tichý šum. „Hmm... to je úžasné... veľmi pekné.“ Tento príbeh sa dotkol všetkých, najmä podpora o pomoc medzi súrodencami a ich láska, vďaka ktorej zvládli ťažkú situáciu.

Jedna žena zareagovala: „To je presne tá inšpirácia, ktorú všetci potrebujeme! Čo ste pred chvíľkou popísali, je to, po čom som vždy túžila. Ale na druhej strane je to trošku demotivujúce. Počula som aj o iných rodinách, kde sa deti zomkli, pretože rodičia mali