

Markéta Jedličková

pointa

Mateřská dovolená

Ilustrovala
Kateřina Vacková Mňuková



Mateřsky povolená

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na
www.pointa.cz
www.albatrosmedia.cz



Markéta Jedličková
Mateřsky povolená – e-kniha
Copyright © Albatros Media a. s., 2025

Všechna práva vyhrazena.
Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována
bez písemného souhlasu majitelů práv.



Markéta Jedličková

pointa

Mateřská dovolená

Ilustrovala
Kateřina Vacková Mňuková

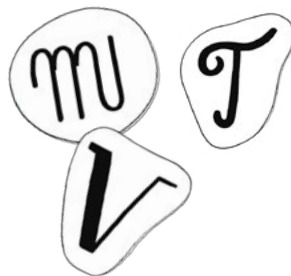




Obsah

- 7 — Proč jsem napsala Mateřsky povolenou aneb Komu tím prospěju
- 9 — Fénix v legínách
- 14 — Máte emoce? A mohla bych je vidět?
- 17 — My hedgehog will go on
- 21 — Mateřská liga
- 25 — Abeceda současné matky
- 32 — Vzhůru na dovolenou!
- 36 — Letní přesuny
- 42 — Nebojácná. Nebo... ne?
- 46 — Papuče jako zkouška charakteru
- 52 — Přežili jsme prázdniny!
- 56 — Vítejte v pekle
- 62 — Noční můra jménem školkové focení
- 65 — Studená válka o teplo domova
- 69 — Šťastné a veselé
- 73 — Když udeří
- 78 — Zimní idylka
- 81 — Páni a paní, vím, jak se ruší žal
- 86 — A přece se točí!
- 91 — Třídní schůzky
- 96 — ReGenerační výlet
- 103 — Mateřsky povolená
- 107 — Na holky fouká víc

Naším za to, jaká jsem i nejsem.
Markovi, protože s ním jsem to vyhrála.
Mým dětem, které mi splnily sen. Být mámou.



Proč jsem napsala Mateřsky povolenou aneb Komu tím prospěju

Humor a sarkasmus jsou pro mě nejlepší způsoby, jak zvládat krásné, ale často náročné rodičovské situace, na které mě před splasknutím těhotenského břicha nikdo nepřiřadil. Před narozením dětí jsem neměla páru, kolika nevyhovujícími způsoby se dá naservírovat krajíc chleba nebo jak frustrující může být pro dítě tuba s lentilkami (obzvláště když má sourozenec více zelených). Po čase jsem si v podobných překérních situacích našla masochistické zalíbení a vítám je, ne-li dokonce vyhledávám. Možná se na chvíli zapotím, ale mám se pak zpětně čemu smát.

Ve sdílení mateřských úskalí vidím veliký smysl. Všímat si krizových míst, pojmenovávat nedokonalosti a společně o nich vtipkovat je pro mě cestou, jak se v životě nezbláznit. A nemění to nic na tom, že role mámy je můj splněný sen. Miluju uložit děti do postýlek a dívat

se, jak tiše oddechují. (Těch pětasedmdesát minut předtím, kdy mi skáčou po hlavě, než konečně usnou, už miluju mív. Podstatné však je, že bych neměnila!) Stejně tak miluju svého muže. Když jde do tuhého, táhneme za jeden provaz. Zvládá spoustu věcí, které já neumím (nebo nechci dělat). Zároveň ale vím, že šance, že se z tatínkovského víkendu vrátí všechny děti bez vyraženého zubu nebo tuberkulózního kašle, se limitně blíží nule. A protože to nezměním, dělám si z toho aspoň legraci. Terapie humorem mi přijde lepší než třeba terapie kreditní kartou, která leze do peněz.

To, co čtete, není stoprocentní realita. Je to tak 80:20. Vtip je v tom, že jen já vím, kterých dvacet procent je vymyšlených, a neprozradím to ani za doživotní předplatné výběrové kávy. Někdy něco přifouknu, sem tam si zapřeháním. Děti v textech alibisticky označuju jako Jedničku, Dvojku a Trojku. Občas zobecňuju. Často nejsem genderově korektní. Je to proto, že taková většinou není ani péče o děti v jedné domácnosti. Čestným výjimkám vzdávám hold!

Jakákoliv podobnost se skutečnými lidmi, událostmi či příbuznými je sice čistě náhodná, ale zároveň vysoce pravděpodobná. Jsem si totiž jistá, že se – pohybují-li se kolem vás děti – v mnoha situacích na následujících stranách najdete. A třeba vás trochu uklidní, že je to všude podobné... Pokud ne, osobně se zasadím o to, abyste obdrželi Nobelovu cenu za výchovu!

Děkuju, že čtete tuhle knížku. (S)mějte se dobře a rádi.

Mateřsky povolená



Fénix v legínách

Jedna sociální síť mi nedávno připomněla, že jsou to dva roky, co jsem zase začala pracovat. (Začala pracovat? Jako bych s porodem pracovat přestala! Jako by noční mávání prsama každou půlhodinu po dobu pěti let nebyla práce, ale koníček. Celá rodičovská dovolená je přece něco jako relaxační masáž. Od Železného Zekona. Na fakírské podložce.) Tohle malé výročí mi zavedlo důvod trochu si zabilancovat. Jaké fáze může mít návrat (troj)mámy do pracovního procesu?

- **Euforie.** Wow! Pro známé/kolegy/svět-tam-venku pořád existuju! Někdo má pocit, že umím i jiné věci než naservírovat banán na patnáct způsobů! Chci pracovat, chci se realizovat, jasně že jo, vždycky jsem to chtěla!

- **Panika.** Za prvé: Proboha, co tam budu dělat? Všichni jsou mladší/zkušenější/úspěšnější než já! Tato fáze se neobejde bez sjíždění pracovních úspěchů kolegů a zoufání nad vlastní webovou prezentací (tu totiž není radno podcenit!). Snaha o vytunění vlastního profilu skončí už u výběru nové profilové fotky, a sice objednáním krabičkové diety a plastiky očních víček. Nezřídka následuje bezmyšlenkovité přihlašování na vzdělávací webináře nebo nákup melvilovek, které si pravděpodobně nikdy nepřečtu.

Za druhé: Co si obleču? V legínách a barefootech vypadám jak Ferda Mravenec. Následuje bezhlavý nájezd na obchodní centra či módní e-shopy s cílem pořídit za nuzný rodičovský příspěvek zbrusu nový kapsulový šatník. Eko, bio a nejlépe vegan.

- **Uvědomění.** Po načechrání sebevědomí (ať už seberozvojem nebo útratou, která neodpovídá příjmům) mám stejně pocit, že jsem na něco zapoměla... *Na Kevina!* Co bude s dětmi, když budu v práci, aha? Junior ještě ani nechodí do školky. K tomu nákupy, vaření, úklid, kroužky, doktoři, oslavy narozenin, návštěvy příbuzných, přespávačky kamarádů... Řešení přenechávám svému budoucímu Já. Když tenhle model většině rodin funguje (a některé kamarádky s dětmi přednáší na vysoké škole), nemůže to být tak hrozné.
- **Srážka s realitou.** JE to hrozné. Je to dokonce mnohem horší! Na týmové porady tahám řvoucí dítě, které zrovna prochází vrcholným obdobím vzdoru. Naštěstí existuje *Tlapková patrola*. Už žádný pláč a žádný vztek, *Patrola má na vše lék!* Patrola možná. Já ze zoufalství předplatím dětem všechny dostupné streamovací platformy, abych měla alespoň během online porad klid. I tak se za



mými zády občas během živého streamu ozve hurónské Úúútrít! Zůstává-li podnět dlouho nevyslyšen, hrozí, že se dítě brzy zjeví v záběru webkamery s tepláky u kolen. Po večerech trénuju před zrcadlem omluvné pohledy.

Ale vždycky může být hůř.

- **Kotlina beznaděje.** Třeba když pro nemoc zůstanou doma všechny děti... To teprve přichází čas aktivovat traumaplán. Domácnost o třech dětech je jako Petriho miska: neustále se v ní kultivují nové bacily. K běžným domácím povinnostem se tak přidává mačkání pomerančů a třikrát denně řecko-římský zápas vedený snahou aplikovat lepkavý sirup do útrob potomka, nikoliv na nově ocalouněný gauč. Nyní je ten správný čas zcela rezignovat na spánek, přátele a koníčky. Ježkovy zraky, proč mám tedy k tomu všemu ještě pracovat? Kdo stojí o seberealizaci, když mu jde o holej život!
- **Matka vstává z popela.** Jakmile se rodině podaří vytrhnout ze spárů nemocí a děti mohou nastoupit zpět do institucí, cítí se matka volná jako znovuzrozený pták a připouští si vlastní biologické potřeby. Spí, jí a jinými rozmary si užívá těch pár chvil, než ji doběhne nahromaděná práce. Až v této fázi dokáže znovu pocítit vděčnost za všechny své děti a nahlas nikdy nepřizná, kolikrát ji během uplynulých dní napadlo slovo babybox. Důležitou roli v této fázi sehraje vzpomínkový optimismus, protože *to přece nemohlo být tak hrozné*.
- **Fénix si chce hodit mašli.** *Opravdu nemohlo?* Fáze čtyři se opakuje tím častěji, čím více kolektivních porad člověk absolvuje. V tomto případě doporučuju vyhledat terapeuta.

- **Odměňování.** Prodělané útrapy si matka často kompenzuje zaslouženou odměnou. Jídlem, kávou, hmotnými statky. *Collect memories not things* je sice hezké, mučednice však nepohrdne ani výletem do obchodu, kde v předtuše dalších intenzivních chvil v rodinném kruhu pořizuje zásoby deskovek a kreativního materiálu. Někdy je na místě zvážit alespoň dočasné odebrání přístupových údajů k bankovnímu účtu. Po matce s výše popsanou traumatickou zkušeností přece nikdo nemůže chtít, aby k rodinnému rozpočtu přistupovala s rozvážností řádného hospodáře.

Uvedené momenty se samozřejmě mohou libovolně prolínat či přeskakovat. Jisté je totiž pouze jedno – rodičovský život je všechno, jen ne předvídatelný.

Máte emoce? A mohla bych je vidět?

Děti (naštěstí nejen ty moje) mají spoustu emocí. Občas mi připadá, že i jejich emoce musí mít emoce, protože ta nálož pocitů, kterou na mě denně nakládají, by porazila i vola. Víc než radostné jásání, hurónský smích či oslavný tanec mě samozřejmě trápí vnější projevy dětské nelibosti.

Než se mi narodily děti, netušila jsem, kolik zdánlivě jednoduchých věcí lze s dobrým úmyslem udělat blbě. Kolik absurdních skutečností může být zdrojem pláče. Špatná posypka na zmrzce. Nevyhovující potisk trenýrek na připravené hromádce. Chybně ukrojený chleba. Propásnutá padající hvězda. Upozornění na srnu za oknem autobusu, kterou dítě nezahlédlo. Příliš zelený hrášek. Zmeškaná znělka večerňičku. O dvě brambory víc, než dostal sourozenec. Horší sedadlo v kině.

Vytištěná omalovánka (potud to bylo ještě v pořádku), ale jiná, než se očekávalo (čili je zase všechno špatně). Dětská pasta na kartáčku, když si *zrovna dneska* chtělo dát dospěláckou... To vše může být provázeno rykem, u něhož by málokdo hádal, že dítěti nenasazujete španělskou botu, ale kupujete italskou zmrzlinu.

Můžu z toho stokrát vinit nedostatečně vyvinutou amygdalu. Stokrát si opakovat, že se jen musí naučit ovládat své emoce. Ale někde vzadu mi stále vrtá červík pochybností: co když to nepřejde? To půjde uraženě brečet za flipchart, protože mu sekretářka neudělala kafe do hrnečku s krtkem? Nebo když na semaforu naskočí červená, bude v pozici řidiče autobusu zlostně kopat do volantu a štkát: *Proč se to stává vždycky jen mněěě?* Na recepci k předávání Oscarů dramaticky vstane a začne přepočítávat kolegům špagety v talíři? A když po prohraném výběrku začne švihadlem škrtit úřednici, to se pak taky vymluví na plazi mozek?

Zatím nabízím pochopení i láskyplnou náruč a občas taky úplatky. Pokud se nám emočně náročnou situaci podaří se ctí zvládnout, odměňuju. Sebe. A když je mi nejhůř, bavím se v duchu představou, ve které mé blahobytem a laskavostí zhýčkané děti vysílám na týdenní pobyt s jejich dědou (mým tátou) v dobách porevolučních, kdy byl na vrcholu svých rodičovských ideálů. Bývalo to drsné. *Na oběd bude to, co si kdo uloví*, zahlásil většinou po půldenním šlapání na kole. A protože měl dvě dcery, od nichž valné lovecké výkony neočekával, vytáhl po chvíli z krosny lančmít nebo lovečák. Nechceš? Smůla. Kdo bude fňukat, poveze batohy ostatním. Rozbité koleno mě nezajímá, obtěžoval jsem snad já na vojně někoho, že mě bolí zub? Můžu ti na to dát česnek, to

je lék na všechno. Zábava v osobním volnu spočívala v házení medicinbalem na pohyblivý terč. A běda, jak to levou rukou nelítalo stejně daleko jako pravou. (Mezi námi, schopnost trefit medicinbalem běžící cíl je v dnešní společnosti velmi nedoceněná.) Aby nedošlo k nedorozumění – já si nestěžuju. Naopak! Zocelilo mě to. Vyslala bych své děti na podobný survival okamžitě, kdybych se nebála, že po jednom takovém dni skončí na antidepresivech.

Zvláštní je, že ve školce, u babičky nebo na hodině klavíru tytéž děti podobné emoce neprojevují. Tam je její výsost amygdala v richtíku. Nebo už si někdy pančelka stěžovala, že se dítě nervově zhroutilo, protože mělo vypít nedostatečně hnědé kakao?

V zájmu zachování vlastní příčetnosti jsem podrobila řešerši odborná psychologická média a zabývala se otázkou, jak je tedy možné, že k emočním výkyvům dochází pouze v přítomnosti matky. Chytré knihy uvádí jako důvod pocit bezpečí a bezpodmínečné lásky, které potomek v mateřské blízkosti cítí. Laicky řečeno, dítě si může dovolit sebou švihnout o zem kvůli špatně oloupanému banánu, protože ví, že u trenéra by podobným výstupem tvrdě narazilo, ale maminka ho za scénu ráda mít nepřestane.

Skvělé. Takže to, milé mámy, máme jako odměnu za naši nehybnou lásku.

Děkuju, to snad ani nemuselo být...



Vážení čtenáři, právě jste dočetli ukázkou z knihy Mateřsky povolená.

Pokud se Vám ukázka líbila, na našem webu si můžete zakoupit celou knihu.