

Nejdůležitější povolání?

Rodič a učitel. Být učitelem je podle mého názoru jedním z nejdůležitějších povolání na světě. Naše životy jsou z 95% řízeny našimi podvědomými programy a ty se z větší části utvářejí do 7 let našich životů. Učíme se je na základě našich zážitků, zkušeností a kopírováním svých vzorů, tedy rodičů, prarodičů, ale i učitelů a učitelů. Ti by si tedy měli být vědomi odpovědnosti za formování vzorů celé nové generace. Vychovávat a učit způsobem, který umožní dětem stát se sebevědomým, láskyplným, zdravým a úspěšným člověkem. K tomu vedou dvě

důležité cesty. **Způsob, jakým komunikujeme a vysvětlujeme. A vzory, podle kterých žijeme a pracujeme.**

Je tedy stejně důležité chovat se k dítěti s láskou a respektem, jako chovat se stejným způsobem sami k sobě. Ne nadarmo se říká, že vychovávat dítě je možné pouze svým vzorem. Žijme a chovejme se tak, jak bychom chtěli, aby žily a chovaly se naše děti. A věnujme pozornost výběru učitelů svých dětí. Ti by totiž měli být nejen dobří pedagogové, ale především skvělí lidé, se zdravými a podporujícími podvědomými programy.

Ve škole se učíme spoustu zajímavých i méně zajímavých faktů. Některé užitečnější než jiné. Rozvíjíme logické myšlení, paměť, schopnost kritického myšlení. Ale jedna rovina nám tak nějak uniká. Rovina spirituální. Přitom máme nač navazovat. Komenského pojem růst k člověčenství (Informatorium školy mateřské) pojednává o nutnosti vést děti k etickým a morálním hodnotám. Spiritualita dostala v posledních desetiletích punc něčeho podivného, nesolidního, přežitého, spojeného s náboženstvím, od kterého jsme se jako společnost hodně odklonili. Souhlasím s Václavem Cílkem, když říká: „Skutečné problémy světa je možné řešit jenom (je-li vůbec možné je řešit) na tom zvláštním rozhraní mezi exaktní, zcela racionální vědou, moudrostí a spiritualitou.“

Slovy C. G. Junga. „Dříve či později se jaderná fyzika a psychologie nevědomí k sobě těsně

přiblíží, neboť oba obory nezávisle na sobě a z opačných směrů postupují do oblastí transcendentna. Psyché nemůže být oddělená od hmoty, neboť jak jinak by mohla hmotou hýbat? A hmota nemůže být zcela jiná než psyché, vždyť jak jinak by ji mohla vytvářet? Psyché s hmotou existují v tomtéž světě a každá z nich je součástí té druhé, jinak by jakékoliv vzájemné působení nebylo možné.“

Pojďme tedy sami za sebe i se svými blízkými přemýšlet, zkoumat, povídat si a sdílet, jak vnímáme a jak učíme své děti o tom: Kdo je člověk? Jak vnímáme svoji duši? Co je v životě důležité?....

Simona Hovadíková

**Certifikovaný instruktor
PSYCH-K®**



ZDRAVÉ SEBEVĚDOMÍ VE ŠKOLE

Balancy PSYCH-K používáme doma docela pravidelně na malé i na velké životní situace. Jednu z prvních velkých zkušeností mám právě s dcerou Helčou. Místo třetáku na gymplu Helča studovala v USA na High school a byla tak šikovná, že získala i americkou maturitu, takže se teoreticky ani nemusela vracet na gymnázium. Helča však chtěla i za kamarády a mít českou maturitu.

V Americe získala zdravé sebevědomí, ale když se vrátila na konci června na místní gymnázium, dostala velkou sprchu. Ředitel byl absolutně proti, aby nastoupila do čtvrtáku, argumentoval tím, že látka, kterou probírali, by Helči chyběla hlavně u maturity. Také argumentoval tím, že to ještě nikomu nedovolil a bylo by to nefér, že si prostě musí rok zopakovat. Na jiných gymnáziích to šlo. Helča si podala oficiální žádost, že se přes prázdniny vše doučí a nechá se ze všech předmětů přezkoušet.

Vyslechla si toho spousty, “to nemůžeš zvládnout”, “zkazíš si prázdniny”, “to jste si teda ukously velké sousto” a spousty dalších nepodporujících prohlášení. Ačkoliv Helča ve škole vystupovala sebevědomě, doma se rozplakala, že opravdu neví, jestli a jak to zvládne, že se to asi nedá.

Nabídla jsem Helči sezení PSYCH-K®. Během hodiny se úplně proměnila. Nejprve jsme udělaly transformaci vnímání stresové situace. Poté si Helča formulovala, jak chce celou situaci prožívat a jak to chce zvládnout. Následoval AKČNÍ PLÁN. Spočítaly jsme, kolik má na to dní. Stanovila, že se chce učit 6 dní v týdnu a poté den volna, 6 hodin denně. Přesně jsme určily, kolik má na co času ...

No a jak to dopadlo? S lehkostí a radostí se na vše připravila a ve všem uspěla. Postoupila do čtvrtáku a maturovala se svou třídou. Helči při maturitě nic nechybělo, maturovala na samé jedničky. A co víc - otevřela cestu dalším studentům, kteří si volí, zda se ročník doučí, nebo půjdou níž. Díky PSYCH-K® Helča nepochybovala a věřila, že uspěje, dokonce si i UŽILA PRÁZDNINY.

Daniela Nováčková
Manažerka sítě Green
Ways
tel: 777 993 346



10 rodičovských hlášek, které se dědí z generaci na generaci

- Počítám do tří!
- Proč brečíš? Mám ti jednu plácnout, abys měl/a důvod?
- Proč? Protože jsem to řekla! Proto!
- A kdyby ti řekli, ať skočíš z okna, tak skočíš?
- Sněz to. Víš, co by za to daly děti v Africe?
- Než se vdáš, tak se ti to zahojí.
- Neřvi, nebo ti přidám!
- Nejdřív povinnosti, potom zábava!
- Mě nezajímá, co dostali ostatní, mě zajímá, cos dostal/a ty.
- Kdybys poslechl/a, tak se ti to nestalo.



Jak dcerka plakala ve školce aneb když má malé dítě problém, příčinu hledej v podvědomí jeho mámy.

Pro dceru jsme našli úžasnou respektující školku. **Dcerka tam začala chodit a byla nadšená.** Každý den se tam těšila, hned od začátku tam chtěla spinkat a když jsem ji vyzvedávala, skoro ani nechtěla domů.

Až jedno odpoledne jsem si ji vyzvedla s napuchlým obličejem, prý celý den střídavě plakala. **Ten den měli ve školce divadélko** a ten pláč začal v tu dobu. Když dcerka plakala druhý den znovu, začala jsem to řešit.

Zjistila jsem, že to byly hudebnice, které přišly hrát přímo do třídy mé dcery. V rámci představení pak zahrály vtipnou scénku, kdy nemohly najít smyčec. Rozhrabaly svoje věci všude možné a hledaly ho. Jenže to bylo přesně v místech, kde si dcera obvykle hraje. **Narušilo jí to její bezpečný prostor** a najednou se ve školce necítila dobře.

V rámci PSYCH-K® máme proces zastupování. Facilitátor se při něm energeticky propojí s daným člověkem a může zpracovávat podvědomá přesvědčení za něj. **Tímto způsobem se dá výborně pracovat právě s malými dětmi,** dokonce i s miminky v bříšku.

Zastoupila jsem se tedy za svoji dceru a jako první **jsem zpracovávala její stres.** Stres z divadla, stres ze zásahu do jejího prostoru, z rozhrabaných věcí po místnosti atd. Nepomohlo to, dcera ve školce dál plakala. Pak jsem si pomocí PSYCH-K® zpracovala svůj vlastní stres z toho, že dcerka ve školce pláče, protože vím, že podvědomí mámy silně ovlivňuje dítě. Ani to nezabralo.

V zastoupení za dceru jsem tedy vymýšlela různá cílová prohlášení a **zapisovala do jejího podvědomí přesvědčení ve smyslu, že se ve školce cítí dobře, ráda si hraje s dalšími dětmi, užívá si čas ve školce apod.** Nic z toho nepomohlo.

Nevzdávala jsem se a zaměřila se znovu na sebe, a to byla správná cesta. Problém se vyřešil, když jsem si sama u sebe zpracovala tato přesvědčení: „**Jsem dobrá máma, i když dávám dítě do školky.**“ a „**Důvěřuju své dceři, že to ve školce zvládne.**“ Dcerka poté ve školce **jak mávnutím kouzelného proutku přestala plakat,** zase se do školky těšila a užívala si to tam.

Metoda PSYCH-K® nám pomohla skvěle. Jsem vděčná, že mám tak úžasný nástroj, který **mi pomáhá nejen s mými vlastními tématy, ale i s tématy, které řeším u své dcery.** Díky procesu zastupování mohu téma zpracovat na podvědomé úrovni nejen u sebe, ale i u ní. Nedokážu si představit, jak bychom tuto situaci řešily, kdybych neměla k dispozici metodu PSYCH-K®.

Ing. Lenka Burkertová
Facilitátorka PSYCH-K®
<https://bytsamasebou.cz/>

20.8.2023



Seznam Affiliate Partnerů PSYCH-K®

Jméno	Telefon	kontakt	Místo
Simona Hovadíková	420608 833 423	www.simonaskaikru.cz	Leskovec n.M.
Daniela Nováčková	420777993346	danuska.novackova@gmail.com	Jeseník
Monika Slámová Macků	420724509962	www.podporujici-podvedomi.cz	Brno, (Olomouc)
Kateřina Chramostová	420608443609	chramostovak@seznam.cz	Brno
Petra Sotolářová	420724522968	https://petrasotolarova.cz/	Mor.kras, Brno
Andrea Šefčíková	420608924 878	www.zivotjakoduha.com	Most
Tereza Brangan	420603440633	www.terezabranan.com	Říčany u Prahy
Monika Novotná	420606285843	www.monikanovotna.cz	Beroun, Praha
Jana Portugall	+421944324070	oslobodsvojumysel.sk	SR Liptov
Dana Ahern	421915512043	www.ahamoment.sk	Bratislava, SR
Lucie Krausová	603976131	Fcb leceivepromeny.cz	Hradec Králové
Lucie Vondráková	725701859	Fcb Moc pod Vědomí - Lucie Vondráková Teplíce Facebook	Teplíce, Úst. kraj
Štěpánka Strašíková	737274777	www.barevnacesta.cz	Havlíčkův Brod
Vendula Přikrylová	604977182	www.vendulaprikrylova.cz	Přerov, Olomouc
Ing. Lenka Burketová	724357164	www.bytsamasebou.cz	Praha

Každý z nás je jiný, ale sdílíme společnou vášně pro metodu PSYCH-K®, pomocí které pracujeme na podvědomých přesvědčeních našich myslí a která umožňuje našim duším letět.



MOŽNOSTI VZDĚLÁVÁNÍ V PSYCH-K®



Často vidím, jak báječné je, když můžete metodu **PSYCH-K®** sdílet se svými blízkými a přáteli. Proto jsem připravila akci **pro facilitátory 1+1 zdarma**. Což v praxi znamená, že pokud facilitátor pozve na Basic seminář svého blízkého, může si seminář zopakovat zcela zadarmo (pokud bude stačit kapacita místnosti). Stačí napsat email na

simona.hovadikova@seznam.cz a uvést jméno účastníka semináře a zarezervovat si své místo.

Plánované semináře:

BASIC Malatiny, SR **20. - 22. října**
www.oslobodsvojumysel.sk

BASIC Ostružná, **3. - 5. listopadu**
organizace: Daniela Nováčková,
své místo si rezervujte na emailu:
danuska.novackova@gmail.com



Master facilitation seminář Praha

22. - 24. září, lektorka Brunhild Hofmann s překladem do češtiny. Organizace: Simona Hovadíková. Pro absolventy BASIC.

Advanced Integration seminář Praha **16. - 19. listopadu**, lektorka Brunhild Hofmann s překladem do češtiny. Organizace: Simona Hovadíková. Pro absolventy BASIC.

Bližší informace, ceny a rezervace na

<https://simonaskaikru.cz/psych-k-workshopy/>

I nemožné je možné se PSYCH-K®

Kluk, který odmala chtěl být záchranářem, čelil mnoha překážkám. Osud ho zkoušel, jestli to myslí vážně nebo to je jen momentální rozmar.

Měl autoritativní výchovu od otce, kterou matka vyvažovala opičí láskou. Ale také měl svou hlavu a nechtěl se autoritám podřídit ani ve škole. Jenže říct to přímo a naplno, že příkaz vyhodnotil jako nesmysl, moc nešlo. Třeba úkol z dějepisu nebo z matematiky – na co tohle záchranáři potřebují?

Zkoušel to všelijak. Zjistil třeba, že když je nemocný, tak si ty “nesmysly” nemusí dopisovat a dodělávat. Docela to fungovalo, ale rýma nebo kašel už byly málo. Dlouhodobý stres a vnitřní napětí vyvrcholilo epileptickým záchvatem. To už bylo jiné kafe. To se tolerovalo víc věcí ve škole a hlavně doma.

Mělo to jeden zásadní háček, s touto diagnózou jít studovat záchranáře bylo téměř nemožné. Celá rodina začala spolupracovat. Léky, homeopatika, zelené potraviny, alternativní práce na všech členech rodiny, přísná životospráva. Fungovalo to. Ve 3. ročníku na zdravotce přišla velká zkouška. Povinná 3 týdenní praxe na lůžkovém oddělení v nemocnici. Budoucí záchranář nesnášel brzké vstávání, péče u lůžka se neshodovala s jeho akčním nastavením a představou práce při zásahu u nehody.

Neexistovala možnost jakkoliv se tomu vyhnout. Snad jediné nemoc. Byl s touto povinností v takovém rozporu, že během těch 3 týdnů zvládl dva epileptické záchvaty a praxi dochodit nemusel. Ale tím se mu cesta k jeho snu velmi vzdálila. Nález na EEG nebyl tak špatný. Bylo jasné, že za to může psychika. Nevzdali to a pokračovali v klasické a alternativní léčbě. Téměř na den po dvou letech byl přijat na zdravotnickou fakultu obor zdravotnický záchranář. Šťastný, ale zároveň v napětí a v neustálém strachu, aby se to nevrátilo.

Pak se maminka dozvěděla o metodě PSYCH -K® . Stačilo jednoduché přenastavení podvědomých programů, propojení pravé a levé mozkové hemisféry. Přeprogramováním prošla celá rodina.

Opět téměř přesně na den po 5 letech od posledního záchvatu získává titul Bc. a stává se zdravotnickým záchranářem.

Splnil se mu sen, pracuje na dispečinku a od října nastupuje na magisterské studium, ale to už je další příběh.

Přenastavení podvědomých programů byl poslední kámen do mozaiky a uvolnila se cesta ke splnění jeho snu.

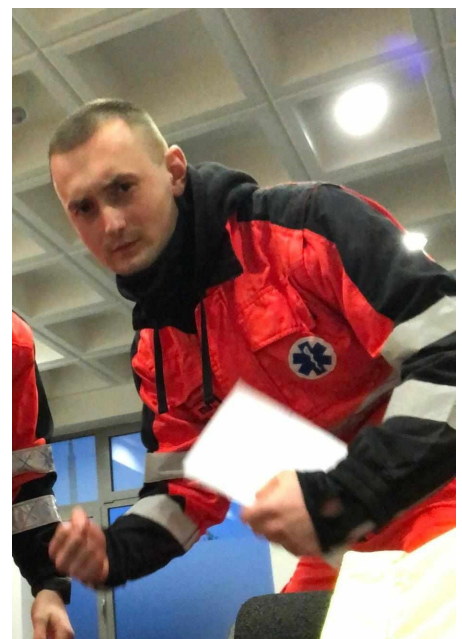
Vím, jak je šťastný a jak šťastní jsou rodiče.

Je to totiž příběh našeho syna.

Štěpánka Strašíková

tel. 737274777

www.barevnacesta.cz



MY, DĚTI A DOMÁCÍ VZDĚLÁVÁNÍ

Před třemi roky nastoupila naše dcerka Kamilka do první třídy základní školy. Z našeho pohledu probíhalo vše naprosto v pohodě. Neviděli jsme žádné zásadní záseky a Kamilka se jevila jako spokojené dítě, které to ve škole baví. Občas se objevila nechut' u domácích úkolů a bolení břicha ráno před odjezdem do školy, ale tomu jsme nijak zvlášť nevěnovali pozornost. Brali jsme to jako standard, kterým si prochází téměř každé dítě, a drželi jsme se vzorce: „Zvládli to všichni, zvládneš to taky.“ O dva roky později nám doma přibyl další školou povinný, náš Pája. Jeho nástup do první třídy byl v porovnání s Kamilkou mnohem náročnější. Ráno většinou plakal, že se mu nechce vstávat a jít do školy. Vztek v kombinaci s frustrací a zoufalstvím jsme již koncem září prožívali téměř každé ráno. Odpoledne se to opakovalo u domácích úkolů a vrcholilo to večer, když jsme se snažili, aby šel brzy spát. Stres a strach z toho, co nás ráno čeká, jsem často rozpouštěla pomocí PSYCH-K®. Po nějaké době se to vždy objevilo v trochu jiné formě a nabývalo to na intenzitě. V jeho chování jsme začali rozpoznávat negativní vzorce, které si stáhnul do svého podvědomí vlivem prostředí školy – strach z chyby, pocit nedostatečnosti a zahanbení, strach, že se paní učitelka bude zlobit, musím, nesmím....A když už ani nechtěl jezdit na školní výlety, plavání a bruslení, pochopili jsme, že je něco opravdu špatně. A to bych ráda zmínila, že obě naše děti navštěvovaly malou školu, která má velice jemný a vstřícný přístup k dětem. A přesto měla tak silný negativní vliv!

Strach z budoucnosti, nevědomost a přesvědčení, že chodit do školy je pro život nezbytné, nás ovládalo natolik, že jsme dlouho s manželem nebyli schopni připustit jiné řešení. Až jednou večer, když jsem seděla s dcerkou v jejím pokoji, se odehrál rozhovor, který nám odstartoval nové myšlenkové pochody.

Mami, a proč vlastně musíme chodit do školy? No protože do školy se chodit musí. A proč? Protože my, rodiče, nejsme schopni tě naučit to, co tě naučí ve škole. Ale já nepotřebuju chodit do školy. Chci se učit doma. Kami, ale já se nechci stát tvým učitelem. To, mami, nemusíš. Budu se učit sama. A ty si myslíš, že bys to zvládla? No jasně, vše, co potřebuju, si snadno najdu na internetu, a když nebudu vědět, tak se zeptám tebe nebo tatky. A proč vlastně nechceš chodit do školy? Protože mě to tam nebaví. Je to tam dlouhý a štve mě, že když chci něco říct, tak se většinou nedostanu ke slovu. Občas se cítím trapně před třídou, když udělám nějakou chybu. A taky mi vadí, že se nemůžu najíst, když mám zrovna hlad. No, a nechyběli by ti kamarádi? Ne, proč? Vždyť se můžeme vidět po škole a nebo si najdu nové.

Věděli jsme s manželem, že je již hodně rodin, které mají doma své děti na domácím vzdělávání, ale nedokázali jsme si to vůbec představit. Čím více informací jsme však získávali, tím více nám to dávalo smysl a cítili jsme, že by to mohla být ta správná cesta i pro naše děti. Jako by se otevřela nová brána vnímání a my byli najednou schopni zahlédnout to, co jsme dosud neviděli, a pravděpodobně pod vlivem vlastního strachu ani vidět nemohli. Došlo nám, že již několik let žijeme svobodný život a jsme páni svého času, ale vlastním dětem to z nějakého podivného důvodu nechceme dopřát. Vůbec nám nepřišlo divné, že je každé ráno odvážíme do školního zařízení, kde musí trávit několik hodin a sami se vracíme do prostředí, kde je nám dobře.

Najednou jsme pochopili, že jako rodiče se nemusíme starat o školní osnovy, plány výuky, motivování dětí k učení, testování a vše ostatní zahrnuté v pedagogice. Že je mnohem důležitější nasměřovat energii na vytvoření příjemného prostředí, ve kterém se naše děti budou cítit bezpečně. V takovém prostředí se pak může zdravě vyvíjet jejich sebehodnota, díky které pak budou schopné zvládat mnohem lépe náročné situace, až budou starší. Pochopili jsme, že naší úlohou je pouze vytvořit podnětné prostředí, a pak jen zpozřdí sledovat a nechat procesu učení volný průběh. Vždyť děti jsou na přirozené učení od přírody naprogramovány. Stačí si jen uvědomit, kolik nových dovedností si během svých prvních pěti let života osvojí. Naučí se chodit, běhat, skákat, šplhat. Zvládnou svůj rodný jazyk, naučí se základy psychologie ostatních lidí – jak je potěšit, rozčítit, jak získat to, co od nich potřebují nebo chtějí. Všechny zmiňované dovednosti se nenaučí díky lekcím od ostatních, ale díky jejich vlastní hře, nenasytné zvědavosti a přirozené pozornosti k chování ostatních lidí. Díky své vnitřní motivaci. Věříme, že se naučí přesně to, co budou ve svém životě potřebovat, a co jim bude dávat smysl. Věříme, že se jejich současná vnější motivace – známky, hodnocení, tresty, zákazy, apod. – změní zpět právě na onu motivaci vnitřní.

Ano, toto rozhodnutí vyžadovalo poměrně velkou dávku odvahy a bylo potřeba zpracovat hromadu strachů a přeprogramovat negativní přesvědčení. Dospěli jsme k závěru, že pro nás není důležité, aby naše děti uměly perfektně násobilku nebo vyjmenovaná slova, ale mnohem důležitější je, aby ve svém životě věděly, kým jsou, co chtějí v životě dělat, znaly vlastní hodnotu a především, aby byly šťastné. A pokud budou vědět kým jsou, budou přirozeně vědět, co chtějí v životě dělat a pak jim bude dávat smysl, že je potřeba se pro to něco naučit, protože budou mít jasný cíl. A jestli z nich ve finále bude inženýr a nebo řemeslník není podstatné. S manželem věříme, že je to momentálně ta nejlepší cesta, na kterou jsme se mohli vydat. A pokud to budeme časem jako rodina vnímat jinak, tak je dobré vědět, že se to dá kdykoli změnit.

A proč o tom píšu právě tady a teď? Protože bych tímto příspěvkem chtěla předat osobní zkušenost a uvědomění, jak nám vlastní strachy a limity mohou bránit vidět realitu. V momentě, kdy je odstraníme, můžeme zbořit pomyslnou zeď, která nám často brání udělat v životě změnu. A já tímto opět vyjadřuji vděčnost metodě PSYCH-K®, která nám pomohla tyto bariéry zbořit a my jsme díky tomu schopni společně vykročit do nové etapy našeho života se zvědavostí a nadšením, co nového nás čeká.

„Nejde o to, co uděláte pro své děti, ale co je naučíte, aby dělaly ony samy pro sebe. To je to, co je učiní úspěšnými lidskými bytostmi.“ – Ann Landers

S láskou,

Monika Novotná

facilitátor metody PSYCH-K

www.monikanovotna.cz

