

Alžběta

CANDIA MUÑOZ

# Toulavé boty zdědila po dědečkovi



**V dětství snila o exotických výpravách za divokými zvířaty. Dnes se věnuje psychoterapii a ohroženým rodinám. Cestovatelská vášeň, kterou podědila po dědovi, známém psychologovi, Zdeňku Matějčkovi, ji ale neopustila. Do vysněné Afriky se podívala už mnohokrát a svůj druhý domov má v Mexiku, odkud pochází její manžel.** TEXT IVANA MATYÁŠOVÁ

## Jaké to bylo mít dědečka psychologa?

V dětství jsem byla asi nejvíc testované dítě v republice. Nejen díky dědečkovi, ale i díky mé mamince, která byla také psychologka. Když potřebovali otestovat nějakou novou metodu, většinou ji zkusili na mně. Dodneška najdete třeba můj obrázek začarované rodiny v jedné z dědečkových knížek. Kreslicí testy mě bavily, ale ty logické, to bylo vždycky mučení. Většinou to vycházelo: fantazie, prostorová představivost, paměť velmi dobré, ale logické myšlení a počítání nic moc. Děda také dost často konzultoval těžké případy s maminkou.

## Jak moc vás tyhle debaty bavily?

Připadaly mi hodně zajímavé, vždycky jsem natahovala uši. Máma pracovala jako psychologka v pedagogicko-psychologické poradně. S dědou obvykle mluvila o rodinách, ve kterých se děti neměly zrovna moc dobře. Fascinovalo mě, když děda říkal, že v určitém věku je dost důležitá fyzická zdatnost. Věděl, o čem mluví, sám měl odmalicka fyzický handicap.

## Jak se s ním vyrovnával?

Narodil se s vrozenou vadou kyčlí, byl operovaný, a jednu dobu dokonce i jezdil na vozíčku. Někteří spolužáci se mu kvůli tomu posmívali. Navíc ho rodiče jako základkové dítě poslali kvůli lepšímu vzdělávání na internátní školu, kde se mu stýskalo. Měl tedy na vlastní kůži zažité oddělení od rodiny, trošku i šikanu a samotu. Proto jsou také věci, které popisuje ve svých knížkách tak autentické a uvěřitelné. Brzy přišel naštěstí na to, že ve šplhání na stromy s ostatními vrstevníky závodit nemůže, ale přesto si nemusí připadat jako ořezávátko. Až do pokročilého věku možná také proto sportoval a udržoval se v kondici.

## V jednom podcastu se zmiňujete o tom, že dědeček byl laskavě přísný. Úplně neví, co si mám pod tím představit?

Děda byl opravdu hodně laskavý, kolem očí míval vějířky od smíchu. Když se ale rozzlobil, obvykle se mu rysy v obličejí zostřily.

Bylo to třeba ve chvíli, kdy jsme jako malí při hře hodili babiče míč do koše s čistě vypraným prádlem anebo si bez dovolení něco vypůjčili. To se uměl rozzlobit, ale jen na chvíli, žádné dlouhé řeči kolem toho nevedl. Dlouhé kázání a promlouvání do duše považoval za týrání dítěte.

## Neměla jste někdy chuť převzít psychologickou rodinnou štafetu?

A víte, že ani ne! Psychologie mi dlouhou dobu připadala tak trochu málo akční. Mnohem víc mě lákala sociální práce, kterou jsem i poměrně dlouhou dobu dělala. Jezdit do terénu za klienty, kteří se leckdy ocitli až na úplném dně, to bylo pro mě mnohem akčnější. Díky téhle práci se k lidem dostanete opravdu hodně blízko, spoustu věcí se od nich dozvíte. A přitom se naučíte rychle a pohotově reagovat.

## Co vás přivedlo k psychoterapii?

Začala jsem o tom přemýšlet po smrti mého prvního manžela, Michala, který zemřel v 29 letech na rakovinu. Měli jsme spolu moc hezký vztah, vyrovnat se s jeho smrtí bylo proto hodně těžké. Nejvíc mi asi v té době pomohla parta kamarádů, která je hodně namíchaná, patří k ní moji blízcí přátelé Romové, ale i lidé z Bosny. Známe se asi dvacet let a vídáme se doteď, říkáme si Dreamteam. Když manžel zemřel, začala jsem trošku víc přemýšlet o životě. O tom, že bych v něm mohla něco změnit.

## A jaký byl výsledek?

S Michalem jsme hodně cestovali. Právě s ním jsem se poprvé vypravila do vysněné Afriky. Jeli jsme tehdy do Tanzanie, navštívit rodinu mé švagrové, která odsud pochází. Už tehdy mi učarovalo, jak jsou zdejší lidé přátelští a otevření, mnohem víc než u nás, v Čechách. Když Michal zemřel, vypravila jsem se právě tam. A pomáhala jedné ze sester mé švagrové založit organizaci Home-Start Tanzania na pomoc ohroženým rodinám. V souvislosti s tím mě napadlo, že bych si možná ještě mohla doplnit další vzdělání. A tak jsem se přihlásila na výcvik psychodynamické skupinové terapie v Institutu pro vzdělávání v psychoterapii.

## Ohroženým rodinám jste se ale mým věnovala už dřív, v Čechách...

Na vysoké škole jsem opravdu spoluzakládala organizaci HOST na pomoc ohroženým rodinám. K téhle myšlence mě přivedla moje kamarádka a kolegyně, Martina Zelená, která se o podobné organizaci dozvěděla během svého pobytu ve Velké Británii. Spolu jsme daly dohromady projekt a poslaly ho na ministerstvo práce a sociálních věcí, děda nám tehdy ještě dělal odborného garanta. Poradil nám abychom se zaměřily především na mámy z dětských domovů, které nemají rodičovskou zkušenost, ty byly jeho srdcovka. Byl k nám sice laskavý, ale i kritický. Nepatřil k lidem, kteří všechny nápady odkývají. To by ani nemohl být tak úspěšný se svými výzkumy a projekty jako byly třeba SOS dětské vesničky.

## Které rodiny jsou vlastně nejvíc ohrožené?

Dnes, stejně tak jako před téměř dvaceti lety, kdy jsme HOST zakládaly, jsou to ze-



Alžběta na promoci s dědečkem, slavným dětským psychologem Zdeňkem Matějčkem.

jména rodiny ze sociálně slabšího prostředí. U některých se zátěž táhne už od babiček a rodinné vzorce se předávají z generace na generaci. Mladé maminky by na tom chtěly něco změnit, ale často nevědí jak. A proto nás požádají o pomoc. Na začátku

jim obvykle pomáháme uhasit nejtěžší problémy, jako je bydlení, zaměstnání a komunikace s úřady. Teprve pak se můžeme začít společně věnovat vztahu mezi mámou a dítětem. Nejvíce nám v tom pomáhají školené dobrovolnice s rodičovskou zkušeností, které tráví s rodinami



poměrně dlouhou dobu, někdy i dva roky. Chodí s nimi na různé akce nebo úřady, sdílí s nimi jejich problémy a pomáhají s péčí a výchovou dětí. Největší zájem bývá o ženy v babičkovském věku, s tím správným nadhledem. Takové, které už ze své zkušenosti vědí, že z písku, který dítě spolkně na pís-kovišti, se svět nezhroutí. A novopečenou maminku dokážou v kritické chvíli uklidnit. Máme i spřátelené nadace, s jejichž pomocí dokážeme dětem z ohrožených rodin zajistit třeba různé kroužky.

### Nakolik se liší ohrožené rodiny v Česku a Tanzanii?

Vztah rodičů k dětem bývá všude skoro stejný, rodinné zázemí je ale v Tanzanii hodně jiné než u nás. Zdejší chudobu si asi jen málokterý Čech dokáže představit. V období extrémního sucha a neúrody, kdy jsem tam byla, lidé neměli co jíst a silnice byly lemované umírajícími kravami, které už neměly ani sílu se napít z poslední louže. Tamní ženy proto mívají problémy s hygienou i výživou, velmi často tam je i domácí násilí proti kterému není moc žádné odvolání. Už proto, že ženy jsou tam daleko víc závislé na svých mužích a mívají větší počet dětí, než bývá zvykem v českých rodinách. K tomu musí čelit závažným nemocem jako je malárie, břišní tyfus nebo cholera. Na starost přitom mají nejen děti a domácnost, ale i stavbu domků z větví, hlíny a kravských lejn. Naštěstí tam žije obvykle několik rodin pohromadě a mohou se navzájem podporovat a pomáhat si.

hodně dobrodružná už proto, že s námi cestoval i kamarád Rosťa, který byl na vozíku. A také kamarádka s poměrně velkými zdravotními problémy. Při shánění levného noclehu jsme se několikrát omylem ubytovali v hodinovém hotelu. A až v noci jsme zjistili, kde to vlastně jsme.

### Jak se vlastně česká psychoterapeutka seznámí s Mexičanem?

Před deseti lety jsme v jedné mexické restauraci v Praze s kamarádkami plánovaly dámskou jízdu do Barcelony. Všechny už odešly, zůstala jsem tam jenom já s mužem, který se mi už od pohledu moc líbil.

Dodnes obdivuji jeho odvahu, s kterou přišel k mému stolku a zeptal se, jestli se odněkud neznáme. Hned na první schůzce jsem mu vyprávěla o naší dobrodružné cestě do Mexika a měla pocit, že se známe snad odjakživa. Dozvěděla jsem se, že učí studenty na vysoké škole španělštinu a angličtinu, stejně tak jako můj tatínek. Po třech měsících

v Čechách odjel pracovně do USA a dva měsíce jsme si pravidelně skypovali, vzápětí nato přišlo pozvání do Mexika, kde mě požádal o ruku.

### Jak jste zapadla do mexické rodiny?

Moje druhá rodina je báječná, moc se mi líbí jejich temperament. S bratrem, jehož žena pochází z Tanzanie, si občas říkáme, že nám asi vždycky chyběla velká rodina. Jeho manželka pochází z osmi dětí, stejně tak jako můj muž Viktor. Několikrát jsem už uvažovala o tom, přestěhovat se do Mexika natrvalo, ale... Nezládla bych asi být jen v domácnosti, tak jak je to pro většinu mexických žen běžné. A asi jsem na tamní poměry i trochu moc emancipovaná.

### Zdělili vaši synové mexický temperament?

**1** Křtiny mladšího syna Alberta v Mexiku. Na snímku jsou kromě maminky Alžběty a táty Viktora i kmotři Jolanda a José.  
**2** Alžběta se syny a manželovou maminkou Panchou.  
**3** V Tanzanii, odkud je bratrova manželka, s místními dětmi.

### Co říkal vašim zážitkům dědeček?

V té době už dědeček nebyl naživu, dost mě mrzelo, že jsem mu o tom nemohla vyprávět. Už proto, že miloval cestování, procestoval celý svět a uměl několik jazyků. Toulavé boty jsem asi podědila po něm. Paradoxní je, že první velkou samostatnou cestu jsem podnikla ve svých dvaceti do Mexika, odkud pochází můj druhý manžel. Seznámili jsme se spolu ale až o mnoho let později. Ta první cesta do Mexika byla

### ZDENĚK MATĚJČEK

- V 60. letech minulého století jako první pojmenoval a podrobně popsal psychickou deprivaci dětí vyrůstajících v ústavní péči.
- Zasloužil se nejen o povolení a rozvoj péstounské péče v tehdejším Československu, ale také o prodloužení mateřské dovolené.
- Věnoval se výzkumu nechtěných a handicapovaných dětí i dětí závislých matek.
- Jako první u nás pracoval s dětmi trpícími dyslexií a dalšími poruchami učení jinak než medikací.
- Je jedním ze zakladatelů SOS dětských vesniček.
- Letos v srpnu měl sté výročí narození.

Určitě ano, jsou hodně živí. Staršímu Filípkovi je osm, má bujnou fantazii, krásně kreslí a je hodně citlivý. Rychle u každého pochytl, jestli je zrovna smutný, anebo veselý. Mladší šestiletý Bertík rád sportuje a už teď umí skvěle mrkat na holky. Oba jsou velmi komunikativní a časté cestování mezi Prahou a Mexikem jim naštěstí nijak nevadí. Poprvé jsme s nimi cestovali, když jim bylo asi tak devět měsíců.

### Ale ne všechny děti mají tak šťastnou povahu. Hodně se mluví o tom, že mnohé z nich v současnosti zápolí s depresemi, úzkostmi a závislostmi. Jak často se s těmito problémy setkáváte ve své praxi?

Covid a dlouhý lockdown dětem hrozně ublížil, proto má dnes řada z nich tyto potíže. Obtížné bylo toto období ovšem nejen pro ně, ale i pro rodiče, kteří mnohdy pracovali z domova, a zároveň se museli postarat o domácnost i o své potomky. Sama vím, že jsem svým synům pouštěla mnohem víc než kdy jindy filmy a pohádky, protože jsem vedle v pokoji měla online konzultaci,

### ALŽBĚTA CANDIA MUÑOZ

- Vystudovala Filozofickou fakultu Karlovy Univerzity, katedru sociální politiky a sociální práce.
- Absolvovala pětiletý výcvik v Institutu pro vzdělávání v psychoterapii SUR a tříletý postgraduální výcvik Gestalt psychoterapie pro děti a adolescenty.
- Jako psychoterapeutka se věnuje individuální, dětské a párové terapii a zároveň je ředitelkou organizace HOST, která se zaměřuje na práci s ohroženou rodinou ([www.hostcz.org](http://www.hostcz.org)).
- Její maminka, Jarmila Klégrová, pracovala jako psycholožka v pedagogicko-psychologické poradně. Dědeček, Zdeněk Matějček, byl uznávaným dětským psychologem.
- Doma je v Čechách i v Mexiku, odkud pochází její manžel.
- Má dva syny.

anebo poradit s kolegyněmi. O to víc je teď zapotřebí se dětem co nejvíce věnovat, brát je na výlety, povídat si s nimi, znovu rozšiřovat živou sociální komunikaci.

### Co považujete ve výchově za nejdůležitější?

Asi opravdovost, upřímnost a férovost. To, že jsem dospělá, neznamena, že mám nad dítětem moc a vím úplně všechno. Rodiče by se proto měli umět svým dětem omluvit a uznat, že se jim třeba něco nepovedlo. ●



Alžběta na výletě v Maroku

FOTO ARCHIV ALŽBĚTY CANDIA MUÑOZ