

## **Rodiče by se měli k dětem chovat tak jako k dospělým, kterých si váží**

Tuto větu uslyšíte na kurzech Respektovat a být respektován, které vedou lektorky PhDr. **Dobromila Nevolová** a PhDr. **Jana Nováčková**. Společně s dalšími třemi psychology tvoří lektorský tým Společnosti pro mozkově kompatibilní vzdělávání a jsou spoluautorkami knihy Respektovat a být respektován.

\*t Dana Tesková \*f Studio Photon

### **Proč jste se zaměřili právě na princip respektování ve vztazích mezi dětmi a dospělými?**

**DN:** Mnoho dospělých si myslí, že je třeba mít děti především rád a myslet to s nimi dobře. Jenže to samo o sobě nestačí. Za nezbytnou podmínku úspěšné výchovy považujeme vedle lásky také respekt k dětem.

**JN:** Naším přesvědčením je, že partnerský přístup dospělých k dětem je nejen možný, ale i nutný pro to, aby z dětí vyrostli kompetentní a zodpovědní lidé, schopní řešit problémy současného světa. Domníváme se, že přínos naší knížky je v koncepci respektujícího, partnerského modelu. Máme blízko ke knize Jamie Rasea Jak vychovávat děti, se kterými se dá žít. Jednoznačně v ní používá pojem moc ve výchově. Říká, že jakmile mezi dospělými a dětmi dojde k situaci, která se dá nazvat bojem o moc, tak už to nemá dobré řešení. Ani když vyhraje dospělý, ani když vyhraje dítě – v obojím případě si dítě potvrzuje mocenský model vztahů mezi lidmi vůbec.

### **Dospělým často splývá spojení respektu a partnerství s volnou výchovou nebo výchovou bez hranic.**

**DN:** Chceme zdůraznit, že vymezování hranic považujeme ve výchově za naprosto nezbytné. Když děti nemají jasné a pevné hranice, ztrácejí pocit bezpečí. Když zjišťují, že hranice někdy platí a jindy tak docela ne, vyvolává to v nich nejistotu a úzkost a odpovědí na to může být i agresivní chování.

**JN:** Rozdíl mezi demokratickou a autoritativní výchovou není v tom, že by v té první bylo vše dovoleno a v druhé vládla především omezení, ale v tom, jakými způsoby se stanovují pravidla a hranice chování. Máme vytvářet hranice nikoliv pro děti, ale s dětmi.

### **Často bývá přáním dospělých, aby jejich děti byly poslušné a hodné.**

**DN:** Rodiče pravděpodobně netrvají na tom, aby dítě bylo slepě poslušným tvorem. Chtějí, aby se chovalo tak, jak je to správné, a často si myslí, že to jde pouze přes poslušnost. Kdyby věděli, jak na to jinak, rádi by tozkusili. O tom „jinak“ jsou právě naše kurzy. Rodiče s úlevou začínají používat komunikační dovednosti a postupy, které na seminářích probíráme, začínají si uvědomovat úbytek zbytečných konfliktů a vychutnávat lepší kvalitu vztahů s dětmi.

**JN:** Ovšem přání, aby děti byly poslušné, může mít příčinu i v tom, že někteří lidé mají zvnitřněný mocenský model vztahů mezi lidmi. A protože dítě je jednoznačně tím menším a slabším, nedovedou si vůbec představit, že by to mělo být jinak, než že bude poslouchat bez diskuse o příkazech. Dochází pak k tomu, že dítě je trestáno nikoliv za to, že udělalo něco špatně, ale že „neposlechlo“, udělalo něco jinak, než jak se mu řeklo.

**Když se mi narodila první dcera, začala jsem si uvědomovat, že se o dětech mluví jako o hodných, zlobivých, poslušných, neposlušných. Vyhýbám se tomu a hledám náhradní slova.**

**DN:** Co teprve chudáci děti, nevědí ani, co to znamená! Dítě je třikrát za den hodné, pětkrát zlobivé, dokonce zlobivý kluk nebo hodný chlapeček. Součástí našeho kurzu je i téma

„nálepek“. Ptáme se účastníků a docházíme k tomu, že hodné dítě neotravuje - jako miminko dobře spinká, papá, vyměšuje bez obtíží, později také nevyžaduje mnoho času a pozornosti.

**JN:** Když jsme dříve pojem poslušnosti na kurzech nijak nevyjasňovali, přišli jsme na to, že si s účastníky někdy nerozumíme. Pod poslušností si lidé nepředstavují jen plnění příkazů, ale také vnitřní kázeň a respektování pravidel. Dnes už vyjasňujeme, že my používáme pojem poslušnost jako vyjádření podřízenosti autoritě. Pojem zodpovědnost používáme pro chování, kdy se řídíme hodnotami, pravidly, zákony.

**DN:** Když jedna strana má obsah pojmu posazený jinde než ta druhá, mohou se lidé míjet. Poslušnost často obhajují lidé nábožensky založení, ale to je ta poslušnost k řádu, který nás přesahuje. Jednoznačně viděli poslušnost a pokoru jako pozitivní věc, a my jim říkáme, že je hrůza, co může napáchat.

### **Co může napáchat?**

**JN:** Autoritativní výchova k poslušnosti může vést k úzkostnosti, nesamostatnosti, manipulovatelnosti. Může se promítat do řady psychosomatických obtíží. Z dětí vyrostou lidé závislí na mínění druhých, zejména na názorech a přáních rodičů, což jejich vlastnímu manželství samozřejmě neprospívá. Těžko se vyrovnávají i s náznakem toho, že by udělali něco nesprávně. „Obětují“ se pro druhé, svou přílišnou starostlivostí mohou druhým narušovat hranice.

### **Naslouchání a spolupráce v rodině naopak předchází konfliktům:**

**JN:** Konflikt sám o sobě nemusí být špatný. Co může být špatné, je způsob jeho řešení. Je v pořádku, pokud mají dva lidé rozdílný pohled na stejnou věc. Jde o to, zda se konflikt řeší mocensky, nebo partnersky. Děti by neměly žít ve sterilním prostředí, dokonce by měly vidět neshody mezi rodiči ve věcech, kterým dokáží rozumět. Ale hlavně by měly vidět, že se dají řešit slušně - dohodou, kompromisem, ústupkem, vstřícností.

**DN:** V partnerských domluvách může pomoci, když se vymezí téma a jaký čas mu věnujeme. Muži se často chtějí vyhnout debatám, protože se domnívají, že to bude nekonečné rozpatlávání. Když se řekne, jak dlouho a o čem, tak to lidé lépe přijmou.

### **Časté konflikty v rodinách se dějí v rámci pomáhání v domácnosti.**

**DN:** Už to slovo „pomáhání“ se nám nelíbí. Myslíme si, že by se v tomto kontextu mělo vypustit ze slovníku.

**JN:** Slovo pomoc signalizuje, že je něco jednoznačně moje zodpovědnost a já jsem teď v nouzi, nezvládám a žádám o pomoc. V rodině nepomáháme mamince či manželce, ale podílíme se podle dohody na chodu domácnosti.

### **Máte nějaký recept, jak se domluvit na práci v domácnosti?**

**DN:** Na našich kurzech stručně popisujeme postup, který uvádí Stephen Covey ve své knize Sedm návyků vůdčích osobností. On líčí sestavování dlouhatánského seznamu ve své rodině s devíti dětmi, co všechno se v domácnosti musí udělat – pravidelně a občas. Potom se všichni hlásí, co by si chtěli vzít na starost. Je třeba si říct také kritéria, co to znamená, když je daná oblast v pořádku – například koš nepřetéká a nepáchne. Jak to dotyčný zajistí, je na něm. Tak se vytváří zodpovědnost.

**JN:** Postup se může použít i při mimořádných příležitostech, třeba přípravě Vánoc. V naší knize píše kolegové manželé Kopřivovi, jak se jejich nejmladší pětiletá dcera hlásila, že upeče vánočku. Prostě nezkušenost. Ale rozebrali to a nakonec ji pekly společně s maminkou.

**DN:** Cesta k zodpovědnosti vede přes možnost vybrat si, nepůjde to bez přibírání dětí ke spouřezhodování. „Jdi a udělej“, to je cesta k závislosti, k nesamostatnosti.

**JN:** Jsou samozřejmě situace, kdy řekneme: „Prosím tě, otevři okno,“ nebo „Dones mi brambory.“ Ale obecně by to měly být předem jasné dohody. Tím také zmizí protesty: „Proč zase já,“ nebo „Vždyť jsem už utřela prach.“ Ať si členové domácnosti vyberou, co je jim blízké. Na kurzu si jedna paní uvědomila, proč má konflikty se synem kvůli mytí nádobí. On přitom klidně naštípá dříví, dojde na nákup, ale nádobí, k tomu ho přimět nemůže. Bylo pro ni objevem, že člověk má k různým pracím svůj postoj. Když mu nechá vybrat, aby to byl adekvátní podíl na údržbě domácnosti, proč by měl mýt s odporem nádobí?

**To asi neznamená, že nikdy nádobí neumyje a nebude to umět. Je důležité, aby se děti učily všechno a uměly to dobře?**

**DN:** Je asi důležitější krok za krokem dítě do práce vtáhnout. Nejdříve začít s tím, co je pro něj přijatelné. Člověk se pak stejně dopracuje k tomu, že jsou činnosti, které se musí udělat, i když mu „nevoní“. Dovedu si představit, že i malé dítě lze vtáhnout třeba do vaření. Může něco podávat.

**Moje tříletá dcera se mnou škrábe brambory. Já jí oškrábanou bramboru podám a ona ji dá do hrnce. Nebo loupe prstíky cibuli a pak odpad uklidí do koše. Baví ji to víc než si hrát s hračkami.**

**DN:** Většina dětí miluje dělat něco doopravdy.

**JN:** Tohle je hodně zahrnuto v Montessori pedagogice. Byla jsem jednou v takové školce a najednou jsem si uvědomila, že tam nevidím klasické hračky. Byly ve skříních, protože děti nebavilo si s nimi hrát, když se mohly zabývat skutečnými věcmi.

**Moje kamarádka říká, že ji překvapuje, že děti baví hrát si s takovými atrapami jako jsou hračky.**

**Jak zvládat negativní emoce, které propukají nejen při konfliktech. Jsou rozdíly mezi negativními emocemi u dospělých a dětí?**

**DN:** Jediný rozdíl vidíme v tom, že dítě je ještě neumí pojmenovat. Ale to mnoho dospělých také ne, často muži. Je jim divně kolem žaludku. Nepojmenují to jako úzkost. Řada dospělých si stále myslí, že nemají mít emoce, domnívají se, že emoce jsou vlastně na překážku. Děti prý mají emoce, protože jsou nezralé.

**Mnoho rodičů jakoby chtělo emoce dětí potlačit. Ať rychle přestanou plakat, vztekat se.**

**JN:** Vidět, že druhý člověk je v negativních emocích, je nám většinou nepříjemné. Nakažlivost emocí způsobuje, že se snažíme druhému pomoci, ale často je to pro to, aby „nepřeskočily“ na nás.

**DN:** Pláč ještě dospělí u dětí snesou, ale ten vztek! Projevy zlosti a hněvu. Je třeba rozlišovat emoce a jejich projevy. Emoce samotné prostě existují a nemůžeme si je naporoučet, ale projevy - to je to, co vadí. Samozřejmě, že dítě by se mělo naučit projevy svých emocí zvládat. My mu můžeme pomoci tím, že mu dáme najevo, že chápeme, jak se asi cítí.

**Překvapilo mě, když jsem se od vás dozvěděla, že empatie se dá projevit nejen ublíženému, ale i tomu, kdo ublížil, protože za jeho nedobrým chováním jsou emoce - vztek, zlost. V takových chvílích máme spíš chuť potrestat, ale podle vás máme pomoci empatickým jednáním.**

**DN:** My víme, že je to strašně těžké. Ale opravdu to funguje. Když řekneme třeba: „Ty máš na něj asi hodně velkou zlost, že jsi ho uhodil,“ tak to ještě neznamená, že s takovým chováním souhlasíme. Ale abychom mohli účinně výchovně zasáhnout, musíme nejdřív řešit emocionální stránku situace. Jsme si vědomi toho, že to dokáže člověk, který nemusí být ani tak v pohodě, ale má nadhled, kterému se naučil. Třeba s tím máte zkušenost?

**Není mi to přirozené. Zapomínám to používat. Zvládám situace s empatií u nějaké bolesti či smutku. Ale i tam okolo sebe slyším: „To je dobré, tak už nebreč, zase se ti tak moc nestalo, to se zahojí, než se vdáš.“**

**DN:** Vzpomněla jsem si na jednu maminku. Líčila nám, že byla na semináři o emocích jak opářená, protože všech šest neefektivních reakcí, o kterých byla řeč, používala, ale ta sedmička – empatická reakce, to jí ani ve snu nenapadlo. Později vyprávěla, jak byla už těsně před spaním v posteli se svou desetiletou dcerou a najednou holčička vylítla a začala kopat do skříňky. Přišlo jí, že je to chvíle, kdy může zkusit, co si zapamatovala z kurzu. Nejdřív na dceru pouze koukala, trochu se rozmyslela a řekla: “Ty se musíš hrozně zlobit, vid’?” Dcera úplně vytřeštila oči, protože to byla naprosto jiná reakce, než na jakou byla zvyklá. Pak se vrátila do postele, třásla se, přitiskla se k mamince a svěřila se, že nechce chodit na zpěv k nějaké učitelce. Maminka to netušila, nikdy před tím se o svém problému ani nezmínila. Holčička se uklidnila, maminka to začala řešit a řekla dceři, že by bylo dobré dochodit školní rok. Druhý den dceru přišla s tím, že to s učitelkou vydrží. Přišla s vlastním postojem, souhlasným s maminčiným. Maminka zareagovala poprvé tímto způsobem a hned s dobrým výsledkem.

**JN:** Empatická reakce se může použít několikrát za den. Nemusíme čekat na emočně vypjaté situace. Na kurzech předvádíme scénky s vyhocenými emocemi z výukových důvodů, ale myslíme si, stojí za to se učit v docela nevinných situacích. Člověku to pak snáze naskočí, když se setká s rozbouřenými emocemi druhých.

**Zpočátku to stojí dost energie a času, ale přesto empatie může být projevna jen několika slovy a není nutné si k ní sednout a povídat a povídat, což je pak spíše neefektivní.**

**JN:** Moc řečí lidem vadí, hlavně když jsou spojena s moralizujícím tónem, to pak většinou pouštíme druhým uchem ven.

**DN:** Opravdu není nad to, někdy neřici nic.

**S tím mám dobré zkušenosti. Když mě nenapadá alternativa třeba k negativním povelům, pouze oslovím, zavolám jménem. Děti často reagují tak, že skutečně přeruší to, co nechci, aby dělaly. Někdy si i uvědomí, že to nebylo správné. Tím přecházíme k tématu jednosměrných požadavků, příkazů, negativních povelů, zákazů, vyhrožování, výčitek, křiku.**

**JN:** Čím méně příkazů člověk vydává, tím pak už pouhé oslovení může být účinné. Neustálé bombardování drobnými zákazy a pokyny dítě už vypouští a může pak vypustit i něco podstatného. Jednosměrný požadavek není dialog. Ani se neočekává, že by se dítě mělo zaujmout nějaké stanovisko, čeká se jen, že uposlechne. Základní alternativou jsou komunikační dovednosti popisu a informace. Důležitý je také tón hlasu, který by měl být přátelský nebo aspoň věcný. Dítě potřebuje vědět, co je nebezpečné, co bezpečné, co se má a co se nemá. Důležitá je forma, i gramatická – používá se 1. nebo 3. osoba, ne druhá. „Honzíku, koš je plný.“ Nebo: „Vidím, že koš je plný.“ Namísto: „Ty jsi zase nevynesl ten koš?!“

Na kurzech uvádíme zkušenost naší kolegyně, která má 3,5 letá dvojčata. Když jim sděluje nějaké požadavky, často používá informace, že lidé něco dělají: „Lidé si před jídelm uklidí věci ze stolu.“ „Lidé říkají děkuji, promiň.“ Dětem potřebujeme předat obecný požadavek. Naznačit, že nejde o vymyšlenost dospělého na dítě, ale obecnou platnost. Je podstatné, aby se tím dítě dokázalo řídit samo.

**DN:** Zdá se nám, podle reakce dětiček, že v tom snad opravdu vnímají respekt. Jakoby jim maminka dávala najevo, že je taky zahrnuje do množiny lidí. A když tohle dělají lidé, je to důvod, abych to dělal také. Děti jsou lidé.

### **Na někoho to může působit, ale na jiného méně nebo vůbec.**

**DN:** Ano, jsme každý jiný a také to pro dítě v různých obdobích může mít různý význam. V některých situacích se osvědčuje vracet otázky dětem. Dítě se zeptá proč má něco udělat a my můžeme reagovat: „A co myslíš ty?“

**JN:** Od jedné maminky těžce nedoslýchavého chlapce jsme se dozvěděly, že se naučila vracet mu jeho otázky. Ona ho pouze opravila či doplnila, ale mluvil on.

**DN:** Pamatuji si, že říkala, jak se jí ohromně ulevilo. Chlapec mluvil hodně, protože sám sebe slyšel relativně dobře. Proto vrátil otázky jednu přes druhou. Matka se původně snažila mu poctivě odpovídat v zájmu jeho rozvoje, ale byla z toho úplně vyčerpaná. Když řekla: „A co si o tom vlastně myslíš?“, byla příjemně překvapená, kolik toho dítě ví. Mohli se soustředit na zlepšování formulací a výslovnosti.

### **Jednoznačně se stavíte za názor děti netrestat, ale ani neodměňovat. Jak děti povzbudit, pochválit?**

**DN:** Jednoduše popsat, co se podařilo nebo jenom co vidíme.

**JN:** Principy dobré komunikace platí pro nesprávné i pro dobré chování: 1. Mluvit o chování, problému, nikoli o osobě 2. Zaměřit se na „tady a teď“, to znamená nevracet se k minulosti (ty pořád..., ty nikdy...), ale ani neodhadovat budoucnost (co z tebe vyroste?). 3. Říkat dítěti, co má nebo může dělat, nikoli co nemá, nesmí. 4. Přibírat děti ke spoluúčasti na řešení (čili neřešit všechno sami). Podobně místo pochvaly můžeme hovořit o chování, co se povedlo: „Vidím na obrázku kytičky a stromy.“ „Slyšela jsem, jak ses Klárce omluvila, že sis půjčila její fixy bez dovolení.“ Nemluvit o osobě, jaká je šikovná. Nezobecňovat, nepřehánět, jaký je kdo báječný, šikovný, úžasný. Teď a tady se to povedlo. Pro někoho představují pochvaly závazek, břemeno. Navíc dítě, které je před ostatními vychvalováno a dáváno za vzor, má dost obtížnou sociální pozici. I tady se dá využít princip spoluúčasti dítěte na tom, co se ho týká, a vyzvat ho, ať sdělí, jak to vidí, jak se cítí. „Co si myslíš, že se podařilo?“

**DN:** Dítě by mělo spíš samo hodnotit to, co dělá, než aby bylo závislé na tom, jak to zhodnotí autorita.

**JN:** Když říkáme: „Tos mi udělala radost,“ tak tím sdělujeme, že to má dělat dítě pro nás, ale ono se má hlavně učit dělat věci dobře. Raději hovořme o pocitech dítěte: „Ty musíš mít radost!“

**DN:** Což je varianta empatické reakce: „To jsi na sebe asi pyšná, to dalo práci.“ Ocenit úsilí, dát najevo, že jsme si všimli. Pokud možno nechat dítě, ať se učí konkretizovat a samo posuzovat, co je dobře, správně. Jedna paní učitelka upustila od známkování, vedla děti k sebehodnocení. Jednou její žák udělal něco opravdu velice dobře a ona sklouzla k tomu starému: „Za tohle bys zasloužil jedničku.“ On se na ni podíval a řekl: „Já nepotřebuji jedničku, já to umím.“ Tohle umět pro život!

### **Uznání místo pochval. A co tresty?**

**JN:** Přirozené důsledky. Když se řekne netrestat, spousta lidí si myslí, že to znamená nechat nesprávné chování bez odezvy. Přirozený důsledek znamená, že když rozbijí hračku, tak ji nemám, nikoli, že teď dostanu pohlevelk a za nějakou dobu novou hračku. Přirozený důsledek je i napravit, co se stalo, někdy třeba i nahradit škodu.

**DN:** Rozhodně si vůbec nemyslíme, že děti si mohou dělat, co chtějí. Naopak stanovit hranice, limity chování, ukazovat, co je správné a co ne, to je naprosto nezbytné. Nejenom proto, abychom spolu vůbec mohli žít, ale vysloveně to patří k základním potřebám. Tvoří se

tak jistota. Rodiče dávají jasné signály - toto už ne, to nestrpíme. Děti to přijmou s úlevou a svět je pro ně hned srozumitelnější. V rodinách, kde se jednou trestá a podruhé si toho nikdo nevšimne, jsou děti zmatené. Zažívají hlubokou nejistotu. Agresivitu dětí může způsobit právě to, když nevědí, co platí.

U chování, které by dospělí trestali, je důležité se zaměřit právě na to chování. Nikoliv na toho človíčka. Zaměřit se na věc, chování, postup, výsledek pokládáme za základní princip v situacích, kdy se dítě chová nesprávně i tehdy, když se chová správně.

**JN:** Zavedené paradigma je: nesprávné chování – domluva – trest. My vidíme cestu: nesprávné chování – přirozený důsledek - spoluúčast dítěte na nápravě. Když se používají tresty, často se náprava ani nepožaduje. Dítě tak přichází o možnost učit se něco velice důležitého pro život – napravovat své chyby. A co toho člověk napáchá za ten svůj život!

**DN:** Vráťím se k vyhrožování. Dítěti tím dáváme najevo, že pokud je ochotno trest strpět, tak si může dělat, co chce.

**JN:** Pod hrozbou trestu se dítě může zachovat tak, jak si přejeme, ale jen proto, že nechce být potrestáno, nikoli proto, že by pochopilo a přijalo za své, že takové chování není správné. Často slyšíme: „Byl jsem hodně trestán a vyrostl ze mě slušný člověk.“ My odpovídáme, že se to podařilo navzdory trestání, nikoliv jeho zásluhou.

**DN:** Tresty kazí vztahy. Jak mohu unést, že někdo, koho tak miluji, mi ubližuje? Děti mohou cítit ponížení, křivdu, ale na druhou stranu také hněv, nenávist a chuť oplatit to, pomstít se.

**Jak reagovat, když dítě plácne, udeří jiné dítě nebo dospělého? Většinou následuje: „To nesmíš dělat!“ Plác na zadeček nebo přes ruku. Ovlivňuje chování dětí k druhým to, že jsou doma bity? A to tak, že bijí také a jsou agresivní?**

**DN:** Samozřejmě.

**JN:** To je zážitek i model. Někdy se může zastavit reakce: „Žádné kopání!“ Oceňujeme, že tam není to sloveso, rozkazující způsob. Má to všeobecnější platnost. Věc, chování, nikoli osoba - porušování tohoto komunikačního principu je nejčastější. Často se používá obviňování, hledá se viník. Pak je třeba dát informaci: „Když si chceme půjčit hračku, tak si o ni řekneme. Prosím tě půjč mi to. Když o hračku nepožádáme, tak si ji ten druhý může bránit.“ Nebo „Víš, když máme zlost, tak to můžeme říct. Můžeme říct: Já mám strašný vztek.“ Aby se dítě učilo mluvit o svých emocích neútočným způsobem.

**Potom už se nemusí používat slova jako zlobivý, neposlušný.**

**JN:** Ano, nedochází k nálepkování.

**DN:** Účinnější je mluvit o problému, nikoliv o zlobivém dítěti. Bez toho: „TY NEdělej.“ Velice často formulujeme negativně: Nelez, nesahej, nekřič. Dítě potřebuje vědět, jak je to správně. Louži obejdeme, špinavé věci necháme ležet, mluvíme polohlasem.

Když se sourozenci pošťuchují, kolikrát ani nevidíte příčinu, jenom si do sebe šťouchnou. Asi rozumíte, že žárlí, přece jen mladší má privilegia, která starší už nemá. Stojí za to s dětmi promluvit. Možné je i připustit, že chvílemi má starší dítě to mladší nerado. Je to normální.

Když dojde ke konfliktu a starší třeba tvrdí, že neuhodilo mladší dítě úmyslně, ale vám je to jasné, je možné to komentovat: „My oba víme, jak to bylo.“ A nechat to v tu chvíli být. Nebo když dítě evidentně neříká pravdu. Netrvat na tom, že se musí dítě přiznat. A třeba někdy jindy si popovídat: „Já vím, máš na sestřičku, bratříčka někdy zlost a ono je to normální. I když máme někoho rádi, tak se někdy můžeme trochu zlobit.“ Připustit to. „Někdy ti třeba bere věci, asi víš, že tomu zcela nerozumí, ale to neznamená, že by to člověka nerozzlobilo.“ Dát najevo pochopení, porozumění pro tu směsici emocí, neobviňovat dítě, že je špatné.

**Říká se, že plácnutí za určitých podmínek je možné a dobré. Je to i v pedagogických příručkách. Já jsem to četla v článkách různých psychologů včetně profesora Matějčka.**

**DN:** My říkáme, že jediné, co je možné, je využít fyzické převahy. Nikoliv fyzické agrese, což plácnutí je. Odvést dítě nebo odnést z místa konfliktu, zabránit, aby ublížilo nebo ničilo.

**JN:** Naše kritérium na bití je: Dovolila bych si to vůči dospělému? To je vždycky dobré vodítko, jestli něco udělat. V divadelním představení Jaroslava Duška „Čtyři dohody“ se říká, že vůči dospělému bychom si nedovolili říct: „Jdi do své kanceláře a přijď, až se uklidníš.“

**DN:** Nebo manželovi: „Přestaň křičet, nebo dostaneš na zadek.“

**JN:** Také nepokládáme za společensky únosné spílat někomu před ostatními.

**DN:** Možná už teď tušíte, jak se dá v některých situacích reagovat. I před ostatními lidmi. S tím, že se vystavujete riziku, že vám do toho budou mluvit nebo to nebude mít přesně ty výsledky, jaké byste si přáli. Netvrdíme, že postupy, které nabízíme, budou fungovat naprosto stoprocentně. Víme ale, že fungují lépe než ty běžné, zaběhané. Kromě toho jsme přesvědčeni, že díky principům respektu a partnerství budují v dětech sebeúctu. Kdo má vysokou sebeúctu, chová se správně, protože mu na sobě samém záleží.

**Pro mě je jednodušší být rozhodnutá neplácát. Neztrácet energii a čas tím, že budu přemýšlet, zda splňuje situace nějaká kritéria. Raději se věnovat řešení situace.**

**JN:** Plácnutí je poselstvím, že agrese je přijatelná. Plácnutí je agrese. Každé plácnutí říká dítěti, ano, můžeš plácnout, když budeš silnější.

**DN:** Já bych řekla, že volání po plácnutí za určitých podmínek plyne z bezradnosti ve chvílích, kdy dítě ohrožuje samo sebe, jiné děti nebo by něco poškodilo. Myslíme si, že v tom případě je dobré dítě odnést, odvést a následně mu důrazně řekneme třeba: „Žádné vyklánění z okna.“ Případně doplnit informací: „Je to vysoko, co spadne dolů, rozbije se.“ U dětí, které ještě nemluví, se předpokládá, že jim to nemůžeme vysvětlit, dát jim informaci, že je to nebezpečné. Takže místo slov má být plácnutí. My si myslíme, že stačí důrazný tón a odvést, odnést. Malým dětem je samozřejmě také nutné zajistit bezpečné prostředí, aby k ohrožujícím situacím pokud možno vůbec nedocházelo.

**Co dělat v případě, že se rodiče neshodnou při výchově, komunikaci s dítětem. Jaký má na dítě vliv výchova současně respektující z jedné strany a z druhé autoritativní?**

**JN:** Měla jsem možnost vidět takovou výchovu poměrně zblízka. Maminka v té rodině měla respektující, demokratický přístup, tatínek byl těžce autoritativní včetně tělesných trestů. Když je autoritativní přístup hodně silný, může to vést až k neurotizaci dítěte. Na druhé straně je tam ten vzor, že to jde jinak a že je možné se domluvit. Je to škodlivé v tom, že se uzavře aliance s respektujícím rodičem. Bývá tam žárlivost autoritativního rodiče, který cítí, že blízkost s dítětem mu chybí. On ze své pozice vychovává a dává, co považuje za dobré. Jsou tam kritické momenty, ve vztazích to někdy zaskřípe. Záleží, zda bude mít člověk s takovou zkušeností štěstí na lidi kolem sebe, zda potká respektující a mindráky z autoritativní výchovy se vyváží. Možná je takový člověk méně odolný vůči nátlaku. Nižší sebevědomí, pochybnosti, zda je člověk dost dobrý, protože ho trestali a pouštěli na něj hrůzu. Dá se z toho dostat, ale snáze než z oboustranně autoritativní výchovy.

**Nejsou jen negativní postupy, negativní emoce, ale také pozitivní.**

**JN:** Říkáme, že děti potřebují drobné husté kapičky pozitivního popisu, aby se jim potvrdovalo, že jdou správnou cestou. Jsou ale také výjimečné chvíle, kdy řekneme kompliment nebo z nás upřímně vytryskne obrovské uznání. Když člověka něco pozitivního spontánně napadne, tak to říct!

**DN:** Kamarádka mi vyprávěla, jak byla s manželem nakupovat a on navrhl, že si spolu koupí dobré víno, i dražší. A z ní spontánně vylétlo: „Petře, s tebou je tak prima život, my si to tak užíváme.“ On nic neřekl, ale bylo vidět, jak je rád. Tak si člověk říká, proč vlastně neříkáme

častěji. My lidi. Vědomí, že jsme pro někoho hodně důležití, že nás někdo potřebuje, že se mu dobře s námi žije, to je přece to nejlepší, co můžeme slyšet.

**\*o autorce**

**Dana Tesková**

Koordinuje a aktualizuje elektornického Průvodce porodnicemi na [www.aperio.cz](http://www.aperio.cz). Je na MD s dvěma dcerami.

**\*hosté**

**PhDr. Dobromila Nevolová**

Psycholožka, věnovala se výzkumu osobnosti učitele a tvorbě psychodiagnostických metod. Od roku 1994 působí jako lektorka výcvikových kurzů pro učitele a veřejnost. Je spoluautorkou celoročního programu vzdělávání učitelů Učitel ve škole 21. století a kurzů Cesty k efektivnější výuce a Respektovat a být respektován a spoluautorkou knihy Respektovat a být respektován.

**PhDr. Jana Nováčková, CSc.**

Psycholožka, má praxi v poradenské práci i psychologickém výzkumu. Publikovala řadu článků v odborném i populárním tisku, které přibližují myšlenky změny školy veřejnosti. Přeložila knihu S. Kovalikové Integrovaná tematická výuka a je spoluautorkou knih Směřování k základní škole zítřka a Respektovat a být respektován. Od roku 1990 se věnuje lektorské činnosti. Je spoluautorkou stejných vzdělávacích programů jako PhDr. Nevolová.

**\*kontakt**

[www.zkola.cz/respektovat](http://www.zkola.cz/respektovat)