

Blanka Pöslová

 GRADA®

Tolerantní výchova



Věnování

*Tuto knihu věnuji především svým dětem – Lence a Martinovi,
kteří mne takto znají a se kterými jsme mnohé společně prožili.*

Blanka Pöslová

Tolerantní výchova

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

*Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.*

PhDr. Blanka Pöslová

TOLERANTNÍ VÝCHOVA

Vydala Grada Publishing, a.s.
U Průhonu 22, 170 00 Praha 7
tel.: +420 234 264 401
www.grada.cz
jako svou 7571. publikaci

Odpovědný redaktor Mgr. Jan Czech
Sazba a zlom Milan Vokál
Návrh a zpracování obálky Antonín Plicka
Fotografie Milan Pösl

Počet stran 152

Vydání 1., 2020

Vytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod, a.s.

© Grada Publishing, a.s., 2020

Cover Photo © Depositphotos/halfpoint

ISBN 978-80-271-1539-6 (ePub)

ISBN 978-80-271-1538-9 (pdf)

ISBN 978-80-271-0622-6 (print)

OBSAH

ÚVOD	9
CO RODIČE OVLIVŇUJE?	11
TŘI ZÁKLADNÍ TYPY VÝCHOVY	15
AUTOKRATICKÁ VÝCHOVA	15
TOLERANTNÍ VÝCHOVA	16
DEMOKRATICKÁ VÝCHOVA	18
CO JE TEDY VE VÝCHOVĚ DŮLEŽITÉ?	20
OTEC A MATKA NENÍ TOTÉŽ	23
PRAVIDLA A PŘÍKAZY VE VÝCHOVĚ	25
PODLE KOHO TO BUDE?	27
VÝZNAM DVOU RODIČŮ	30
STRÍDAVÁ VÝCHOVA	32
OSAMOSTATŇOVÁNÍ DÍTĚTE, SEPARAČNÍ PROCES	35
CO DĚTI POTŘEBUJÍ?	45
KOJENECKÝ VĚK	45
Jídlo v kojeneckém věku	49
Režim, spaní	52
Fixace mezi matkou a dítětem, separační úzkost	54
BATOLE, VĚK OD JEDNOHO ROKU DO TŘÍ LET	57
Jídlo v batolecím věku	62
Udržování čistoty v batolecím věku	67
Režim	70
Socializace, separační proces v období do tří let	71

Agresivita	73
PŘEDŠKOLNÍ VĚK	76
Jídlo v předškolním věku	80
Nástup do mateřské školy	80
Režim v předškolním věku	83
Úklid, pomoc v domácnosti	84
Udržování čistoty, enuréza, enkopréza, zácpa	85
NÁSTUP DO ŠKOLY	87
MLADŠÍ ŠKOLNÍ VĚK	91
Učení v mladším školním věku	94
Zájmové kroužky, volný čas	95
Peníze	97
PUBERTA	99
Režim, škola, volný čas	106
Technika (mobily, počítače, tablety atd.)	110
Jídlo	113
ADOLESCENCE	114
Studium, práce, povinnosti	116
DOSPĚLÉ DÍTĚ V RODINĚ	118
KUCHAŘKA? RECEPTY? NÁVODY?	121
PROBLÉMY S JÍDLEM	121
PROBLÉMY SE SPÁNÍM	123
PROBLÉMY S UDRŽOVÁNÍM ČISTOTY (MOČ, STOLICE)	124
PROBLÉMY SE ŠKOLOU A UČENÍM	125
PROBLÉMY S AGRESIVNÍM CHOVÁNÍM	128
PROBLÉMY S ÚKLIDEM	133
PROBLÉMY S REŽIMEM U VĚTŠÍCH DĚTÍ	134

PROBLÉMY S MOBILY, POČÍTAČI ATD.	136
PROBLÉMY S VYSOKOU CITLIVOSTÍ	139
PĚSTOUNSKÁ PÉČE	142
DLOUHO OČEKÁVANÉ DĚTI, NEMOCNÉ DĚTI	144
ZÁVĚR ANEB CO JSEM TO VLASTNĚ CHTĚLA ŘÍCI	147
LITERATURA	150

Úvod

Zase další knížka o výchově? Není jich už dost? Zase další zaručený návod? Našli jsme už konečně odpověď na otázku, jak máme vychovávat své děti?

Nečekejte jednoduchý a přesný návod, nečekejte zaručený recept, ten podle mě neexistuje ani v dnešní moderní době, kdy už máme odpovědi na leccos.

Výchova dětí je proces, je to cesta, společná cesta, na které se vzájemně ovlivňujeme, měníme se, zrajeme. My rodiče bychom měli vědět, kam míříme, co je cílem naší cesty. Jak to bude konkrétně vypadat, co všechno cestou zažijeme, kolikrát budeme muset něco opakovat, kdy se budeme muset zastavit a počkat nebo kdy budeme muset věci přehodnotit, to už je specifikum každé cesty.

Ačkoliv známe vývojovou psychologii, máme normy, co má dítě v kterém věku vědět a umět, máme představu o emočním a sociálním vývoji, separačním procesu atd., výchova každého dítěte je velmi individuální proces. Je to jedinečné spojení dítěte a jeho rodičů, základní trojúhelník, obkroužený sourozenci (každé dítě má svůj základní trojúhelník, kterému se říká nika), dále širší rodinou, blízkými kamarády, vzdálenějšími známými.

Každý člověk, který se s dítětem potká na jeho životní cestě, jej může ovlivnit. Chci zde zmínit učitele na všech typech škol a zdůraznit učitelky v mateřské škole, vedoucí zájmových kroužků, trenéry.

Přesto nejzásadnější vliv na výchovu dítěte mají rodiče, k těm se dítě nejvíce vztahuje, rodičovský vztah je základem. Každé dítě má dva rodiče, matku a otce, jinak to ani není možné. Rodina však může mít mnoho podob – rodiče vlastní a nevlastní, samotný rodič, náhradní rodiče atd. Zjednodušeně by se možná dalo říci, že na dítě mají největší vliv lidé, kteří s ním tráví nejvíce času. Ale možná je to i tak, že jej ovlivní nejvíce ten, který s dítětem není (a nejvíce tedy chybí).

Ve své knize se pokusím zúročit své pracovní a životní zkušenosti, více než pětadvacet let se setkávám s dětmi a jejich rodinami. Stále věřím v sílu výchovy, v sílu osobního příkladu. Jsem životní optimista a také praktik. Téměř denně hovořím s rodiči o dětech a s dětmi o rodičích.

Naše děti jsou to nejcennější, co máme. Jsou pokračovateli našeho života a stojí nám za to, abychom se trochu namáhali, překonávali, snažili. Děti potřebují naše vedení, naši energii, náš čas. To je to nejcennější, co jim můžeme dát.

Co rodiče ovlivňuje?

Náš výchovný styl ovlivňuje mnoho okolností, především však to, jak jsme sami byli vychovávaní. Je důležité, v jaké rodině jsme žili, jak se k nám rodiče chovali, jak na nás mluvili a co říkali, co považovali za nezbytné, co nám kladli na srdce. Atmosféra v rodině je jedinečná a neopakovatelná, mnohé okolnosti jsou nevyřčené, ale všichni je cítí a navíc je každý cítí a zpracovává po svém.

Přesto můžeme základní výchovné styly pojmenovat jako autokratický (též autoritářský nebo autoritativní), tolerantní (dříve nazývaný liberální) a demokratický.

Autoritářská výchova je postavena na dominantní pozici rodiče, který prikazuje, kritizuje a trestá dítě, chválí minimálně, splnění příkazu se bere jako samozřejmost, o níž není třeba mluvit. Dítě nemá moc šancí se bránit, prožívá zpravidla strach, před rodičem uhýbá nebo protestuje a stává se ještě neposlušnějším.

Tolerantní výchova staví do centra dítě. To má neomezený prostor pro své chování, rodič nic nevyžaduje, pouze své dítě následuje. Rodič věří, že dítě je dostatečně kompetentní se samo v životě zorientovat.

Demokratická výchova v sobě obsahuje pravidla a řád, ale také respekt jednoho k druhému. Demokraticky domluvená pravidla předpokládají určitou vyspělost dítěte. Je až s podivem, jakým způsobem si rodiče tyto nepochybně dobré výchovné předpoklady přetvářejí a co si pod pojmy „demokracie“ nebo „respekt“ představují.

Výchovné styly a výchovné zkušenosti se předávají z generace na generaci, ale všichni víme, že to není pouhý štafetový kolík. Důležitou roli hraje, s jakými osobnostními předpoklady jsme se narodili a jaké vlastnosti se v nás formovaly v průběhu života. Na jedné straně jsou rodiče, kteří vysílají, na druhé straně je dítě, které přijímá.

V pozici dítěte si neuvědomujeme všechny souvislosti a významy, na prahu dospělosti však vyhodnotíme a někdy přehodnotíme, co bylo v naší výchově dobré a čemu se naopak v roli rodičů budeme chtít vyhnout.

Relativně nejjednodušší je napodobovat to, co jsme sami zažili. Pokud jsem měla přísné rodiče, vládl pevný řád a já jako dítě jsem své rodiče naprosto respektovala, budu mít tendenci takový přístup opakovat a zároveň očekávat, že moje dítě to bude respektovat jako já.

Pokud někdo prošel hodně přísnou výchovou, řekli bychom autoritářskou, nebo dokonce despotickou, má tendenci jako rodič být také velmi přísný, nebo (a to je častější případ) jde do opačného extrému a je ke svým dětem až příliš tolerantní.

Obtížně hledáme zlatou střední cestu. Ani nevím, jestli bych ji nazvala zlatou střední. Spíš je to hledání, kmitání, balancování. Výchova není přímka. Velké rodičovské umění je sladit své výchovné přístupy a postupy s potřebami dítěte. Některé dítě potřebuje hranice pevnější, jiné širší. Některé dítě potřebuje mnoho naší pozornosti a vedení, jiné potřebuje více prostoru pro sebe. Nepřestává mne udivovat, že se v jedné rodině potkají sourozenci, kteří mají naprosto odlišné vlastnosti a potřeby. To je potom lekce pro rodiče – každému dítěti dát něco úplně jiného.

Matka a otec přistupují k dítěti rozdílně, to je dáno přirozenou odlišností. Každý z rodičů má navíc za sebou vlastní rodinu, tedy opět odlišné zkušenosti a odlišné představy, jak to povedou oni. Tyto rozdíly jsou pochopitelné, můžeme je očekávat, musíme s nimi počítat a ve svém základě je pro dítě dobře, že nejsme stejní, že se v něčem lišíme. Náš osobní rodičovský přístup je významně ovlivněn tím, s kým dítě vychováváme, jak se naše přístupy v páru podporují, doplňují nebo naopak naprosto odlišují.

Dítě v úplné rodině přirozeně osciluje mezi matkou a otcem, mezi ženským a mužským přístupem, mezi ženským a mužským jazykem. Tato oscilace je pro něj podnětná a příznivá za předpokladu, že v zásadních věcech míří rodiče k sobě, že jim jde o stejnou věc, jen to dělají jiným způsobem.

Mnoho rodičů však je poněkud vyhraněných a svého partnera vnímají spíš jako protihráče než spoluhráče. Dochází k tomu, že se od sebe vzdalují a posilují svoji polaritu. Jejich přístupy se pak rozevírají jako nůžky.

Příklad z praxe

Jako příklad mohu uvést úzkostnou matku, která má velkou potřebu své dítě chránit, dává dítěti málo příležitostí k sociálním kontaktům, k praktickým činnostem a k přirozenému otužování. Otec chce dítě něco naučit, chce jej brát

ven, sportovat. Otec svým mužským přístupem může koalici matky s dítětem narušovat. Čím více otec naléhá, tím více se matka s dítětem uzavírá.

Jiným příkladem může být autoritativní otec, který má doma vše na povol a vyvolává v dítěti a pravděpodobně i matce strach z případné agrese. Také v tomto případě udělá koalici matka s dítětem, matka vyvažuje tlak otce svou benevolencí a dítě má v rámci jedné rodiny dva naprosto různé přístupy.

Nemůžeme pominout skutečnost, že výchova je z velké míry založená na napodobování. Také musím zmínit atmosféru v celé rodině, případně v celém domě, kde žije více generací.

Příklad z praxe

Vzpomínám si na příklad jedné rodiny, v níž dvě dcery školního věku skutečně výrazně ignorovaly většinu matčiných pokynů a matku stálo mnoho sil například vypravit je ráno včas do školy nebo přimět je k uklidu dětského pokoje. Při bližším seznámení s rodinnými okolnostmi bylo zjevné, že v rodině matku nerespektoval nikdo, počínaje jejím manželem a otcem dětí, který si žil ve svém světě a nic neřešil, a konče tchýní, která vědomě podřývala autoritu matky. Mohly se děti v takových kulisách chovat jinak?

Rodiče by měli o výchově a svých dětech spolu mluvit. Jak už jsem zmínila, výchova je proces, který se odehrává v každém okamžiku a my zpravidla musíme reagovat rychle a průběžně, nemáme moc času si něco promýšlet. Proto je dobré večer se zastavit, k některým situacím se vrátit, a zejména pokud máme odlišné názory, tak je prodiskutovat. Před dítětem nám není příjemné, když má ten druhý jiný názor a po pravdě by před dětmi nemělo zaznít, že spolu nesouhlasíme. Rodič, který s dítětem jedná, by měl situaci vyřešit. Pokud má druhý rodič odlišný názor, je to téma k večerní diskusi bez dítěte. Při dobré komunikaci se mohou rodiče vzájemně ovlivňovat ve prospěch dítěte.

V rodičovském páru často vyvažujeme vyhraněný přístup druhého rodiče. Čím je matka mírnější, tím je otec přísnější. Čím méně se otec zajímá, tím více to matka organizuje. Vyvažování však v sobě nese často jen větší a větší polarizaci. Spolupráce je založená na akceptaci a přibližování.

Mnoho rodičů se rozvádí právě z důvodu různého přístupu k výchově. Problém je v tom, že se rozejdou jako partneři, ale pochopitelně zůstávají rodiči. Po rozvodu někdy zůstávají výchovné strategie stejné, tedy například příliš benevolentní matka a na druhé straně autoritativní otec. Rodiče už na sebe nenarážejí přímo, ale dítě je na tom ještě hůř. Navíc v tom zůstalo samo. Rodiče už si do výchovy tolik nemluví, ale dítě to žije.

Pro některé rodiče je však rozvod výzva, jak změnit svůj přístup k dítěti. Dohromady jim to nešlo, ale každému zvlášť to jde lépe. Znam mnoho velmi tolerantních matek, které po rozvodu musely a dokázaly zpevnit. Dokonce někdy používají strategii a slova, která říkal otec dítěte. Ta slova, se kterými nesouhlasily a považovaly je za nepřijatelná. Podobně znám mnoho původně přísných otců, kteří po rozvodu zjemní a umí se v určitých chvílích projevit opravdu mateřsky.

Když pak jednáme sami za sebe, objevíme i netušené schopnosti, protože je to v zájmu dítěte. Velmi si vážím rodičů, kteří dokážou překročit své dispozice i své představy a ve výchově myslí především na své děti. Vážím si matky, která byla a je zvyklá mít vše pod kontrolou a na povel, ale má úzkostné dítě a naučila se s ním jednat takticky a vstřícně. Vážím si otce, který byl veden k práci a výkonnosti, ale je schopen a ochoten trpělivě učit svého nepříliš šikovného syna řezat pilkou.

Shrnutí

Naše výchovné postoje a strategie ovlivňuje/ovlivňují:

1. naše minulost – jakou výchovou jsme sami prošli;
2. naše osobnostní dispozice;
3. naše životní zkušenosti;
4. postoje druhého rodiče dítěte;
5. osobnost našeho dítěte.

Tři základní typy výchovy

Autokratická výchova

Nejsem zastáncem autoritativní výchovy, kdy je rodič absolutní autoritou, kterou nezajímá osobnost ani názor dítěte a rozhoduje pevnou rukou. Nejde o to, co rodič prosazuje, co po dítěti chce, to může dokonce být v pořádku. V pořádku ale není způsob, jakým se to dělá. Pokud rodič jen přikazuje, křičí, případně bije, vyvolává v dítěti strach. Strach není dobrý přítel, strach potlačuje přirozenost a svobodný vývoj, ve strachu se špatně žije dospělým, natož dětem.

Autoritativní rodič přikazuje a nepřipouští diskusi. Nevytváří prostor pro vyjednávání, protože je přesvědčen o své pravdě. Je také přesvědčen, že rodič je velký a nadřazený a dítě je malé a podřízené. Svou pravdu pak prosazuje razantním způsobem – Běž si umýt ruce! Sed' rovně! Buď zticha! Odejdi! Zní to většinou jako palba z kulometu a menší děti se skutečně bojí a poslechnou. Pubertální dítě pak podle své povahy poníženě poslechne, nebo vzpurně bojuje a oplácí rodiči stejnou mincí.

Autokratická výchova nedává dítěti prostor k rozvoji vlastních názorů. Naopak naučí dítě předvídat, předjímat ještě nevyřčené, myslet za druhé a očekávat vždy to horší. Velmi záleží na konstelaci celé rodiny, na osobnostních předpokladech dítěte a na dalších lidech, které dítě v životě potká. Často však děti, které prošly autoritativní, nebo dokonce despotickou výchovou, obtížně hledají až v dospělosti samy sebe, protože v dětství se naučily jen slepě poslouchat, aby nebylo zle.