

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI  
FAKULTA PEDAGOGICKÁ

Katedra psychologie

# OBDOBÍ PRVNÍHO VZDORU

*Bakalářská práce*

Petra Kuzmová

Učitelství praktického vyučování a odborného výcviku

(2011 – 2014)

Vedoucí práce: Mgr. Kateřina Šámalová

Plzeň, 2014

Prohlašuji, že jsem předloženou bakalářskou práci vypracoval(a) samostatně s použitím zdrojů informací a literárních pramenů, které uvádím v příloženém seznamu literatury.

V Plzni dne ..... 2014

.....

*vlastnoruční podpis*

**Poděkování**

Děkuji paní Mgr. Kateřině Šámalové za odborné vedení, za pomoc a rady při zpracování mé bakalářské práce.

Petra Kuzmová

**Vložit zadání**

# Obsah:

ÚVOD .....	7
Teoretická část.....	9
1. Období prvního vzdoru dítěte .....	9
1.1 Proč ke vzdoru a záchvatům dochází .....	9
2. Vývoj batolete .....	11
2.1 Hrubá motorika .....	12
2.2 Jemná motorika.....	12
2.3 Vývoj řeči .....	13
2.4 Kognitivní vývoj .....	14
2.5 Sociální vývoj .....	14
2.6 Vývoj sociálních návyků.....	16
3. Výchovné přístupy v období vzdoru.....	17
3.1 Výchovné styly.....	17
3.2 Čtyři styly rodičovské výchovy.....	18
3.3 Vychováváme se navzájem .....	20
3.4 Po dobrém či po zlém, mezi odměnou a trestem .....	20
3.4.1 Jak a kdy .....	22
3.5 Situace a příčiny vzdoru .....	23
3.6 Být dobrým vzorem .....	25
3.7 Láska a výchova v rovnováze.....	26
3.8 Rozvíjíme dobrý vztah s dětmi .....	28
3.9 Chyby ve výchově .....	28
Praktická část .....	31
4. Cíl výzkumu.....	31
4.1 Popis vzorku .....	31

4.2 Cíl výzkumného šetření a otázky .....	31
4.3 Použité metody výzkumu .....	31
4.4 Kazuistiky.....	32
5. Výsledek dotazníkového šetření .....	37
Resumé:.....	41
Seznam použité literatury:.....	42
Příloha: .....	44

# ÚVOD

*Květinu nezaléváme proto, že kvete. Květina rozkvétá, protože ji zaléváme.*

V dnešní době většina rodičů se snaží vychovávat respektující výchovou. Veškeré informace vyhledávají v odborných knihách, časopisech, článcích, které nabízejí mnoho informací, rad a doporučení, jak vychovávat.

Období prvního vzdoru je zajímavé téma pro bakalářskou práci spojenou s výchovou, protože se to dotýká většiny lidí. Sama jsem maminkou dvou dětí, které prošly obdobím prvního vzdoru, u každého proběhlo dosti rozdílně. Proto mě toto téma velmi zaujalo. Tímto bych chtěla zjistit, jak to probíhá v jiných rodinách, jak k období prvního vzdoru přistupují, zda vědí, co to vzdor je a jak reagují a vychovávají své děti, protože vychovat z dítěte sebevědomého člověka je úkol nelehký, ale nikoli nedosažitelný.

Výchova vyžaduje samostatné myšlení a rozhodování. Podle Říčana (2013) stará modrost zní „Nejvíce vychováváme, když nevychováváme.“ Víme, že nejvíce výchovu u dětí ovlivníme v batolecím období, kdy se začíná projevovat, vytvářet si svůj charakter v období „sebeuvědomování.“ Každé dítě je originál a to, jak ho vychováme, za to jsme zodpovědní my jako rodiče.

Podle Aldortové (2010) pokud najdeme odvahu věřit svému dítěti tak, že ho necháme žít život podle sebe, přinese vám maximální uspokojení z rodičovství a budete milovat jeho jedinečnost. To je nepodmíněná láska, láska k dítěti a ne k vaší představě, jaké by mělo být.

Cílem práce je zjistit, jak v dnešní době vychovávají rodiče své děti. Zda je to z přebraných podmínek, vzorů a návyků, ve kterých jsme vyrůstali, nebo se snažíme na výchově svých vlastních dětí něco nebo všechno změnit. Jak nastolit hranice, jak se vyvarovat trestům, jak zvládat vzdory tak, abychom vychovali z dětí zdravě sebevědomé, správné a tolerantní lidi.

V teoretické části popisují vývoj dítěte v batolecím věku, jeho období prvního vzdoru. Dále popisují výchovu, jak ji vidí jednotliví autoři knih, ve kterých popisují, proč se děti v různých situacích chovají tak či onak a jak by jsme se měli jako rodiče zachovat.

Popisují různé styly výchovy. Zda jsou tresty a odměny ve výchově důležité a jaký to má dopad na osobnost dítěte. A jak může rodina ovlivnit sebevědomí dítěte.

Praktická část obsahuje kazuistické šetření s otevřenými otázkami, které jsem položila pěti maminkám, mající děti ve věku dva až pět let. Cílem je zjistit, jaké výchovné metody používají ve výchově svých dětí. Zda pokračují v zastaralých metodách převzatých od svých rodičů či jestli chtějí svojí výchovu změnit. A pokud možno jak jí chtějí změnit.



# Teoretická část

## 1. Období prvního vzdoru dítěte

„To je moje! Já sám! Já chci! Teď hned!“ Většina rodičů to zná a po letech na období vzdoru svých potomků rádo vzpomíná.

Období vzdoru má ve vývoji své místo. Podle Matějčka (2005) má ve vývojové psychologii své místo stejně jako puberta: „Přichází totiž skoro s touž pravidelností a jen málokterá rodina může říct, že nic takového u svého dítěte nepozorovala.“ (Matějček, 2005, s. 125)

Lidově se nazývá vzdor první pubertou nebo také negativistické období. Může propuknout kolem osmnáctého měsíce věku dítěte, ale spíše přichází mezi druhým a třetím rokem batolete. Typickým projevem vzdoru je trucování, výbuchy zlosti a křik. Dítě, které doposud bylo neoddělitelnou jednotkou se svou matkou, nyní začíná objevovat samo sebe, svoje „vlastní já“.

Podle Matějčka (2005) to není defekt nebo špatný charakter, nejedná se ani o selhání ve výchově. „Jde jen o pokrok ve vývoji osobnosti, do něhož dítě svým způsobem dozrálo.“ (Matějček, 2005, s. 126).

### 1.1 Proč ke vzdoru a záchvatům dochází

„Každý si na dvouleté děti stěžuje. Rodiče na jejich svéhlavost, vzdorovitost a tvrdohlavost. Starší sourozenci si stěžují na neschopnost se začlenit do skupiny: „Je lakomý. Chce vše sám pro sebe!“, takové jsou obtíže batolete v období vzdoru.

Vývoj batolete je provázen různými výkyvy v chování od klidného a vyváženého, přes roztomilého, spolupracujícího a přítulného dítěte po vzteklé, v záchvatu se zmítající a zarputilé mrně, které naruší v mžiku chod a psychickou rovnováhu celé rodiny. Tyto excesy v chování se navíc mohou dostavovat a libovolně střídat několikrát během dne. V první řadě si musíme uvědomit, že jde o vývoj dítěte, ve kterém se nervová zralost, intelektové schopnosti a povahové rysy stále nesjednotily.

Pro rodiče je to jedno z nejnáročnějších období. Ale pokud věnovali dítěti patřičnou dávku pozornosti, přistupovali k výchově zodpovědně a s citem, tak by dětský vzdor neměli brát jako své selhání či špatný přístup ve výchově. Jednodušší je vzít v potaz, že vychovávají mladší batole, které je na počátku fáze uvědomění sebe sama, a má v oblibě ve

slovech „ne“ nechci, nebudu – opak žádaného. Tím to by rodiče měli zvýšit svoji dávku výdrže, jistého zocelení, obrovského pochopení.( Lazzari, 2013, s. 63).

„Obdobím vzdoru si musí projít všechny děti, je jen otázkou jak silně a výrazně se toto období projevuje. To záleží nejen na individualitě a temperamentu dítěte, ale podstatnou měrou i na individualitě a temperamentu jeho dospělých. Podle Jungwirthové (2009) není pravda, že s projevy vzdoru dítěte nemůžeme nic dělat, přinejmenším polovina zodpovědnosti za průběh tohoto období leží na dospělých. Dítě samo za sebe zodpovědné ještě není, rozhodně ne v míře, jakou od něj někdy očekáváme.“ ( Jungwirthová, 2009, s. 86).

Zatímco rodiče jsou dospělými a můžou se situací pracovat s vědomím svých zkušeností a díky tomu chápou, co se děje, zatímco dítě prožívá něco, čemu zcela nerozumí. Objevuje úplně nové území. Poznává svoji vlastní individualitu a hledá samo sebe. Často cítí silný vnitřní rozpor, kdy něco chce intenzivně, ale zároveň neví, jak toho dosáhnout. Jeho osobnost se prudce vyvíjí, ale rozum s city nejsou v souladu. My, rodiče, bychom období vzdoru neměli chápat jako něco, co je ve svojí podstatě nasměřováno proti nám, ze strany dítěte v tom není nic osobního. Vzteká se, protože musí, protože to jinak neumí. Nedostalo to, po čem touží, jeho očekávání nebylo naplněno. Jeho nervová soustava není ještě tak stabilní, aby situaci zvládlo. Proto reaguje tak zkratkovitě – záchvatem vzteku, křikem, pláčem.

Kdy se dítě nejvíc vzteká... Podle Matějčka (1999) je to v situacích, kdy se na něco těšilo, něco očekávalo a bylo zklamáno. Něco je právě teď zaujalo a někdo chce, aby toho nechalo a dělalo něco jiného. Například aby od rozehraných hraček šlo k obědu.

Nejméně polovina dětských a vzdorovitých záchvatů je vyprovokována tím, že my dospělí příliš na ně spěcháme a nemáme „čas se s dítětem bavit“. Místo abychom na ně mluvili klidnou rozhodností, tak na ně křičíme. Bráníme mu v nějaké činnosti, ale z důvodu že nás to ruší v naší práci nebo jsme prostě jen unavení, nikoliv že by to pro dítě bylo nebezpečné.

Podle Prekopové (1996) v období vzdoru vyžaduje zacházení s dítětem zvláštní pozornost. Pro zrání „já“ by bylo škodlivé vzdor a tím jeho osobní velikost utlumit v rodičovské náruči. Dítě se má se svým vzdorem vypořádat pokud možno samo. Až když by dítě prožívalo svůj hněv tak silně, že z něj nenachází samo cestu ven, měli bychom je vzít do

náruče a uklidnit. Vzдор u batolete plní i funkci obrany. Potenciálně jej vyvolá situace, kdy batole vyrušíme svým požadavkem z klidu či výkonu určité činnosti, případně vnucujeme-li mu jiný názor než má. Omezování uspokojení potřeb aktivity tak vyvolává napětí a paradoxně může vést ke zvýšení aktivity a uvolnění tenze jiným dostupným způsobem jako je kupříkladu vztek (Prekopová, 2000, s. 134). Takže období vzdoru zaujímá důležité místo ve vývoji dítěte. Období negativismu popisuje děti jako neposlušné, příliš sebevědomé a často říkající „ne“.

Psychologické poučky praví, že nemá smysl dítě za nějaký jeho záchvat zlosti nebo vzdoru trestat. Nepomůže dítěti vyčinit, naplácat, natož domlouvat a jeho chování s ním rozebírat. Nejde totiž o rozum, ani o charakter, ani o mravní záležitost. Je to projev slabosti adaptačních mechanismů nevyspělého organismu dítěte.

Vychovatel má za úkol dítě nasměrovat do života, aby mu normy společnosti běžně uznávané a očekávané nedělaly potíže, ale zároveň aby dokázalo rozeznat tenký přechod mezi normou a manipulací, dobrým úmyslem a šikanou, aby bylo silné a schopné ve správnou chvíli se správným způsobem vzepřít a prosadit si svůj, doufejme, smysluplný záměr. (Lazzari, 2013, s. 65)

## **2. Vývoj batolete**

Batolecí období začíná děťátku od prvních narozenin. Většina dětí mezi prvním a druhým rokem života spíše ještě dovedně leze nebo nanejvýš začíná chodit držící se ruky dospělého. Dítěti nastává největší doba životního vývoje – fyzického i mentálního. Od 1 roku do 3 let dítě vyrostne o asi 20 cm a dosáhne hmotnosti kolem 15 kg, změnou tělesné výšky se mění i tvar dětského těla. A maminkám nastává doba, kdy pro jistotu své batole by neměly pustit z oka. Batolata jsou hodně čilá a zároveň nevyzpytatelná.

„Charakteristickým znakem této fáze je osamostatňování a uvolňování z různých vazeb, spojené s expanzí do širšího světa.“ (Vágnerová, 2000, s. 74). K osamostatňování patří hlavně období prvního vzdoru, dítě si začíná uvědomovat, že závislost na rodičích už není taková a že by se mohlo samo rozhodovat v některých situacích, ale to nemusí být v souladu s pravidly rodičů. Dítě si dost prosazuje své vlastní já, a tím dochází k negativistickým projevům – vztekání, odmlouvání a neposlušnost.

## 2.1 Hrubá motorika

V tomto období u dítěte začíná velká pohybová aktivita. Je patrná na první pohled. Průměrné dítě začíná obvykle s prvými nedokonalými samostatnými krůčky, ale až mezi třináctým a patnáctým měsícem začíná chodit samostatně. Chůze je pro ně nyní účinnější způsob pohybu v prostoru než lezení, které rychle opouští... Jeho chůze je ze začátku nejistá, často padá tím způsobem, že si sedne na zadeček. Od patnáctého měsíce je již chůze jistější, padá zřídka a dovede utíkat, sice většinou ještě strnule a ze široka. Poté dvouleté utíká už dobře a bez padání. I pro zdravé dítě představují zvláštní nároky schody. V batolecím období i tento úkol postupně zvládá. Ze začátku do schodů leze, po patnáctém měsíci s přidržováním a po druhém roce už i bez držení.

Jungwirthová (2009) popisuje, že zdravé dítě nemusíme od pohybových dovedností na rozdíl od vývoje řeči nebo sociálních dovedností cíleně učit. Přehnané zaměření na motorický vývoj mu naopak může uškodit. Správný vývoj dítěte v tomto období podpoříme především, umožněním vhodných a věku přiměřených aktivit.

## 2.2 Jemná motorika

Rozumový vývoj batolete přechází podobně jako hra od stadia senzorio-motorického, kdy materiálem našeho myšlení je to, co vidíme a hmatáme, k myšlení symbolickému, tj. myšlení pomocí představ, a dokonce i pojmů.

Do jednoho roku se mohutně vyvíjelo uchopování (Matějček, 2005, s. 91) Kolem jednoho roku přichází na řadu uvolňování úchopu, takže dítě se pokouší stavět kostky na sebe, ale většinou ještě neúspěšně. V patnácti měsících toto uvolňování úchopu konečně dozrává a dítě je neúnavně cvičí. Nemůže to uniknout naší pozornosti. Už to není jen shazování, nýbrž vědomé a cílené vypouštění a je jedno zda je to kostka, či sklenička nebo koláč a se zaujetím se dívá, jak to padá k zemi. Pohyby dítěte se stávají cílenými, dovede sbírat hračky, házet s nimi určeným směrem, přenášet je z místa na místo, dávat na sebe dva až čtyři předměty, při jídle se snaží samo najíst i napít. Rádo si hraje s pohyblivými hračkami, které může tlačit před sebou nebo táhnout za sebou. Chce-li si ze stoje sednout na zem, pomáhá si přidržováním se např. nábytku. Kolem roku a čtvrt se dítěti daří vylézt a sednout si na židli. Rádo si hraje s pohyblivými hračkami, které může tlačit před sebou

nebo táhnout za sebou. Dětskou pozornost přitahují také knoflíky a zdrhovadla, které rádo rozepíná, stejně tak jako různé skříňky a zásuvky, apod.

Pokroky v manipulaci jsou těsně spojeny s dalším zjemňováním vnímání dítěte – dítě je stále lépe schopné rozlišovat i statické tvary (kolem dvou let je např. schopné přiřadit základní geometrické tvary k příslušným otvorům).

Pokroky v jemné motorice a vnímání lze dobře zachytit a dokumentovat na pokusech o čmárání. Zatímco batole na začátku zachází s tužkou většinou stejně jako s ostatními předměty (mává a tluče o stůl), později se pokusí o první tahy na papíře. Na konci batolecího období je schopno napodobit kruh pouze podle předlohy.(J.Langmeier, D.Krejčířová, 2006). Při čmárání drží tužku dlaňovým úchopem (Říčan, 2004)

## 2.3 Vývoj řeči

Vývoj řeči se prudce rozbíhá. Dítě se "odrazí" od obrazných slov (pes jako "haf-haf", auto jako "tú-tú"), pak pochopí, že slova jsou domluvené symboly (znaky) a pochyťtí zhruba dvě nová za den. Batole si nyní začíná více povídat pro sebe a cvičit lidskou řeč v jakýchsi monolozích, kterým není vůbec rozumět. Rodiče jsou překvapeni, co toho jejich dítěte najednou napovídá. Ve dvou letech již skloňuje, časuje, sestaví větu z několika slov a zvládá krátké říkánky. Jungwirthová (2009) popisuje tuto řeč jako **expresivní**.

Také koncem prvního roku dává dítě najevo porozumění řeči tím, že vykoná nějakou jednoduchou reakci na výzvu („udělej paci-paci, pápá“). Rozumí už i názvům několika běžným předmětům a vyhledá je očima (kde je tik tak, kde máš boty) (J.Langmeier, D.Krejčířová, 2006) . Jungwirthová (2009) popisuje řeč na **receptivní**.

Nejméně pro příští tři roky platí, že špatnou a nepřesnou výslovnost dítěte neopravujeme, ale bezprostředně používáme slova ve správném znění, aby si dítě mohlo správnou zvukovou podobu slova samo odposlouchat a upevnit. Někteří rodiče hovoří o tom, že oni se svými dětmi mluví, jako s dospělými, že nevidí důvod, aby na své dítě šišlali a mňoukali. Ale už i Jan Ámos Komenský věděl, že dítě je dítě a ne zmenšenina dospělého. Proto je normální mluvit s batolaty k nim v melodičtějšími, jednoduššími a reálnějšími zvuky, které jsou jim bližší než naše dospělé výrazy.(Jungwirthová, 2009, s. 76)

## 2.4 Kognitivní vývoj

„Podle Piageta je skutečně teprve v roce a půl nebo ve dvou letech ukončen vývoj senzomotorické inteligence a začíná nová etapa symbolického a předpojmového myšlení.“ ( J. Langmeier, D.Krejčířová, 2006, s. 78). Dítě začíná být experimentátorem, je schopno využít představu (např. přitáhnout si hračku pomocí tyčky – mělo by si představit, co se stane). Je schopno oddálené nápodoby a napodobuje model, který už není přítomen.

K tomu silně napomáhá i rozvoj řeči a možnost konání činnosti jen v mysli - symbolické myšlení 2 - roky. Postupem času se hra u dítěte začíná rozvíjet. Je několik druhů her, nejvíce převažuje **hra konstrukční**, kdy staví něco ze stavebnice nebo z písku, **pohybová hra**, kterou procvičujeme u batolete pohybové dovednosti – běhání, skákání, jízda na odrážecím kole a **hra symbolická** je při které si např. pod kouskem dřívka představuje letadlo a tím si dítě hraje „*jako na pilota...*“.

Rozumí funkčním vztahům mezi předměty, např. dává lžici do misky a předvádí, že jí; hrnek postaví na podšálek a pije. Chápe už tvarové a prostorové rozdíly, což je patrné při manipulaci s hrami na zastrkávání tvarů. Geometrické tvary dává do správných otvorů v desce. Předměty vkládá a vysypává z nádob. Rádo nabízí hračky a předměty ostatním k prohlédnutí. Také si rádo prohlíží obrázkové knihy. Dokáže pojmenovat mnoho předmětů denní potřeby. Protože se rozvíjí i verbální komunikace, často se ptá na pojmové označení věcí otázkou: „Co je to?“

## 2.5 Sociální vývoj

Postupně mizí separační úzkost, k cizím osobám se chová více přátelsky. Začíná se osamostatňovat. Vágnerová uvádí, že si dítě v průběhu emancipace, může vytvářet vztah k jiným objektům, jako kompenzaci vazby na matku. Bývají to obvykle plyšové hračky, kterých se dítě nechce vzdát, především když je unavené nebo frustrované. Při zdravém vývoji by tato potřeba tzv. bezpečných objektů měla vymizet v předškolním věku.

Sociální citění batolete se váže především na dospělé osoby, starší batole začíná mít potřebu navazovat více vztahy s vrstevníky. Vztahy k vrstevníkům bývají v tomto období

spíše konfliktní, tahanice o různé hračky, ale i podávání druhému dítěti či neumělé pokusy o utišení, děti si hrají většinou „vedle sebe“ než „spolu“.

Spolupráce při hře, postupně narůstá až kolem druhého roku. Oblíbené jsou hry pohybové, rozvíjí se hra manipulační (manipulování s různými předměty, k čemu co je). Manipulační činnost se uplatňuje v nápodobivých hrách, které jsou typické pro starší batolata. Dítě ve hře předměty smysluplně používá tak, jak to odpozorovalo u dospělých (panenku vozí v kočárku, krmí ji, autem vozí písek, vařečkou míchá apod.) Podstatné je, že batoleti jde především o samotnou činnost, ne o vztahy, které z této činnosti vyplývají.

Hra je důležitou sociální činností ve vývoji dítěte, dítě se dostává do kontaktu nejen se svým okolím, ale také získává nové poznatky o své osobě. Začíná si utvářet obraz o sobě a uvědomovat si své vlastní „Já“. U dítěte se jako první rozvíjí vědomí „tělového já“ jako fyzické odlišnosti od vnějšího světa. Později se vyvíjí vědomí „sociálního já“, jako vědomí jedinečnosti (jsem jiný, než ostatní) a identity (dělám-li to nebo ono, jsem to stále já). Toto vědomí je důležitou základnou duševního života člověka a dítě právě v batolecím věku k němu dospívá.

Víme, ačkoli již dítě umí dobře mluvit, označuje sebe samo ve třetí osobě a neužívá zájmena „já“ („Evička chce“, „Honzík je hodný“). Tento proces sebeuvědomění velmi souvisí s procesem osamostatňování se. Dítě se snaží samo sebe prosazovat („já chci“, „já sama“). Rozvoj sebeuvědomění podmiňuje jeho rozvoj. Právě v této době již zřetelně si uvědomuje sebe sama jako autonomního jedince. Dítě ještě není schopno odhadnout své možnosti, střetává se s neúspěchem. Typickou reakcí na neúspěchy je negativismus a vzdorovitost. Od těchto projevů se odvozuje také pojmenování pro toto vývojové období jako „období prvního vzdoru“.

Dítě v batolecím období nejen vzdoruje, ale často se i podřizuje a mnohdy s velkým vnitřním zaujetím plní některé pokyny dospělých. Hodně pozornosti je dnes výzkumníky věnováno studiu poslušnosti, která je považována za první krůček ve skutečné socializaci dítěte, tedy za první známku zvnitřňování morálních norem. (J.Langmeier, D.Krejčířová, 2006, s. 85).

Langmeier s Krejčířovou podle Kochanské rozdělují poslušnost na:

Dobrovolná – vnitřně souhlasící poslušnost, dítě přijalo pravidla rodičů za svá vlastní, akceptuje je a spontánně užívá.

Situační – je podmíněna z vnějšku, dítě poslechne tehdy, když rodiče na plnění úkolů dohlížejí, pod vnějším tlakem.

## 2.6 Vývoj sociálních návyků

Dítě se stává autonomním nejen tím, že je schopno si dojít, kam chce a zmocnit se všeho, co je mu na dosah a v čem mu okolí nezabrání, ale i tím, že značně pokročí ve své sebeobsluze. Z hlediska sociálního vývoje je patrné, že se batole při hrách začíná od své matky odpoutávat, přesto je na ní ještě silně závislé. Kolem jednoho roku se dítě začíná zapojovat aktivně a pomáhá při oblékání, krmení, koupání. Kolem patnáctého měsíce začíná většinou jíst samo lžičkou, i když ji převrací. Při pití už dobře zachází s hrnkem a už mnoho nenabryndá. Podle Matějčka (2005) jsou dva důležité návyky.

Jedním z důležitých návyků je chození na nočník. Vhodná doba učení je přibližně mezi 12–15 měsíci, většina dětí už je schopna přijmout základní princip učení. Mnohým se to bude zdát pozdě, ale předčasné učení může mnoho pokazit. Důležité je zachovávat několik zásad při potřebě vyčůrat či vykakat dítě.

- Situace má být pro dítě srozumitelná a příjemná
- Všechno se má pokud možno důsledně opakovat – nočník je stejný, na stejném místě
- A to nejpodstatnější. Když dítě do nočníku udělá to, co mělo, následuje vždy výrazná pochvala

Druhým důležitým návykem podle Matějčka (1999,2005) je učení návyku vyčištění a vyprázdnění nosu čili smrkání. Pokud to rodiče nechávají na pozdější dobu je to jejich nedůslednost, neboť mechanismus učení je shodný s chozením na nočník. I za vysmrkání se musí batole dostat náležitou odměnu či pochvalu.

V každém období bývají mezi dětmi poměrně velké individuální rozdíly. Některé děti už mluví velmi pěkně, vyslovují zřetelně, dokážou pojmenovat všechny členy rodiny, všechny možná zvířátka na obrázcích. A maminky i tatínkové se rádi touto dovedností rádi



pochlubí. Na druhé straně jsou rodiče, kteří jsou zklamáni a těžko se brání otázce, zdali nejde o nějakou poruchu a zdali jejich batolátko vůbec někdy začne mluvit.

Matějček (2005) ujišťuje rodiče, že jde jen o vývojové opoždění, které se časem vyrovná. Častěji se to týká chlapců než děvčat. Děvčátka totiž v průměru rychleji vyspívají v řeči, zatímco chlapci jsou zase zpravidla o něco obratnější pohybově a v technické dovednosti. Má to co dělat s poněkud rozdílným vyspíváním jednotlivých částí kůry mozkové u chlapců a dívek. (Matějček, 2005, s. 101)

### 3. Výchovné přístupy v období vzdoru

*Dnešní děti milují přepych, pohrdají autoritami, neváží si starších... Ve svém domě nejsou služebníky, ale tyrany... Odporující rodičům a tyranizují své učitele.*  
Sokrates, 390 př. Kr.

*„Dítě nemá trpět pocitem viny za své špatné chování, ale má přijmout představu, že je to chování zbytečné a u tak velkého dítěte už nedůstojné, kterého je nutné se zbavit.“* A my mu v tom budeme pomáhat. (Matějček, 1999, s. 42)

Nejdůležitějším krokem při každém výchovném procesu je předem určit rozumné hranice a požadavky, jejichž plnění budeme očekávat. Dítě by mělo vědět, co je přijatelné a co nepřijatelné, dříve než bude za plnění těchto pravidel zodpovědné. Včasným vymezením podmínek předejete u dítěte pocitu nespravedlnosti, který má, když dostane výprask nebo je jinak potrestáno.

#### 3.1 Výchovné styly

Většinou v období vzdoru se projeví výchovný styl rodiny. Než se děťátko narodí, velmi těžko tento styl odhadneme. Něco jiného jsou naše představy o správné výchově a něco pak realita, když už s námi dítě je. Musíme sladit vlastní představu s představou partnera a vše přenést na individualitu dítěte. Ale také nesmíme zapomínat, že to, co platí na jedno dítě, nemusí platit na druhé.

Výchova by měla umožnit dítěti nabyt dostatečné sebevědomí, a zároveň také schopnost umět ovládat své emoce, ovládat svůj hněv a řešit problémy konstruktivně, naučit se hledat řešení a přeměřovat k problému. Období vzdoru u dítěte často bývá i obdobím sebepoznávání u rodičů, děti nás napodobují, reagují na naše emoce a aktivity, řídí se více našimi činy než slovy. Rodiče nalézají rovnováhu mezi stanovenými hranicemi a vyhověním potřebám a přáním dítěte. Příliš liberální výchova spíše povede dítě k nízké schopnosti sebeovládání, příliš autoritativní výchova zase k tomu, že dítě bude stydlivé, nesebevědomé a bude mít o sobě pochybnosti.

Obtíže při výchově dítěte nemusí být vždy způsobena tím, že rodiče nemají zkušenosti či dělají něco špatně, ale každé dítě se rodí s odlišnými předpoklady. Výchova by se měla nasměřovat k temperamentu dítěte, kdy dochází k pochopení jeho potřeb. Obzvláště v případech, kdy se liší temperament rodičů a dítěte. Snahou je vcítit se do dítěte a odlišnost respektovat.

### 3.2 Čtyři styly rodičovské výchovy

#### Model čtyř stylů výchovy

Rodiče	Odmítající	Akceptující
Náročný a kontrolující	AUTORITÁŘSKÝ STYL	AUTORITATIVNĚ VZÁJEMNÝ STYL
Nenáročný a nekontrolující	ZANEDBÁVAJÍCÍ STYL	SHOVÍVAVÝ STYL

Výchova by měla dítěti umožnit nabyt dostatečného sebevědomí, a zároveň také schopnosti pracovat se svými emocemi, ovládat svůj hněv a řešit problémy konstruktivně, naučit se přeměřovat hněv k hledání řešení problému. Období vzdoru u dítěte často bývá i obdobím sebepoznávání rodičů, protože děti nás napodobují, řídí se více našimi činy než slovy, reagují na naše emoce a aktivity. Rodiče potřebují nalézt rovnováhu mezi stanovením hranic a vyhověním potřebám a přáním dítěte. Příliš liberální výchova pravděpodobně povede u dítěte k nízké schopnosti sebeovládání, příliš autoritativní

výchovou rodiče riskují, že dítě bude stydlivé, nesebevědomé a bude mít o sobě pochybnosti, bude snáze podléhat autoritám.

Ve výchovném přístupu se podle Matějčka (2005) i Říčana (2004) nabízí i možná příčina vzdorovitosti dětí. Shledávají ji v nedůslednosti a nejednotnosti rodičů ve výchově. Říčan (2004) se domnívá, že praktické zvládnání vzdoru spočívá v rodičově laskavé, respektující pevnosti. Poukazuje na to, že největší obtíže se zvládnáním vzdoru mívají rodiče nedůslední, okřikující, smlouvající a následně rezignující. Zároveň Říčan (2004), Matějček (1994, 2005) i Prekopová (2000) se shodují, že naprostá důslednost není v reálném životě možná a vlastně ani žádoucí. Pro dítě je vhodné setkávat se s různými vztahy, které s sebou nesou jinou náklonnost a lásku, dle rozdílnosti našich osobností, temperamentů,... V rozvoji osobnosti dítěte rozmazlování nepomáhá, ale spíše napomáhá jeho závislost na nás a tím i snížení odolnosti vůči nepříznivým okolním vlivům. Navíc v sobě skrývá nebezpečí rozvoje závislosti nejen na rodičích, ale v přenesené podobě sklonu či menší odolnosti k závislosti jako takovým (Matějček, 2005; Prekopová, 2000).

Podle Říčana (2004) pevné vedení rodiči a řád dává jistotu, zaručuje autonomii. Řád dětem ukazuje, co mohou, co nemohou konat, nač mají právo. Dává jistotu, že bude-li respektován, nebude dítě ohroženo. „Řád je dobrý, vyzkoušený, bezpečný.“ (s. 117). Zahanbení a pochybnosti pak nejsou na místě. Pokud dítě řád respektuje, není důvod. Zůstává prostor i pro autonomii. Řád by neměl být příliš tvrdý a měla by se ponechat možnost projevit svoji vlastní vůli.

Pelikán (2004) píše, že sebevědomění začíná docházet v momentu prožití negace. Pokud jsou dítěti plněna všechna jeho přání, dokud jsou všichni jeho „prodlouženou rukou“, nemá ani vnitřní potřebu cítit svoji jedinečnost. Jakmile najednou zjistí, že jeho přání nebylo vyhověno nebo že dokonce existuje zákaz nějakého jednání, pak nastává zcela nová situace. Uvědomění si hranic a mezí vlastního jednání je základem pro další osobnostní růst jedince. ( Pelikán, 2004, s.63 )

Předpokladem úspěšné výchovy je posilovat dětské sebevědomí, výchovně působit tak, aby se děti naučily zodpovědnosti za své vlastní chování a jednání. Učit je zacházet s logickými důsledky svého jednání a konání. Z logických důsledků nehodnotíme dítě jako zlé či hodné, dobré či špatné, ale posuzujeme jen jejich skutky a řešíme to, co se stalo teď a tady, respektuje se rovnost dětí a dospělých. Dítě by samo mělo poznat a chápat, co se

logicky stalo. Měli bychom mu přátelským tónem (na rozdíl od trestání) a s respektem a přísností, nikoliv autoritativně povýšeným tónem, sdělit, co se stalo a jaké logické důsledky to nese.

Aldortová píše: „Naše snaha ovládat není chyba ani vina. Jen prostě pokračujeme starou cestou, založenou na strachu. Předchozí generace věřily, že děti nelze vychovat bez ovládnutí. Braly na sebe téměř božskou úlohu přeměnit děti na dospělé. Rodičovství se stane mnohem snazší, pokud si uvědomíme, že děti přicházejí na svět již schopné rozvíjet se svým jedinečným způsobem. Chceme-li něco zlepšit, musíme nechat děti, aby svou budoucnost vytvářely podle sebe a ne podle našich přání, čím se mají stát. Záměry, které s nimi máme, vyplývají z názorů, které jsme převzali z minulosti. Nic se nezmění, pokud budeme opakovat staré vzory a naslouchat starým obavám, které máme v hlavě.(Aldortová, 2010, s. 13)

### **3.3 Vychováváme se navzájem**

Ve skutečnosti je výchovný vztah oboustranný, vzájemný. Dítě je svým prostředím nejen ovlivňováno a formováno, ale samo do svého prostředí aktivně zasahuje a svým způsobem si je utváří a přetváří. Je vychováváno a samo „vychovává“. Reagujeme na různé osobité projevy dítěte, že nezůstáváme lhostejný k tomu, jak dítě projevuje přízeň nebo nepřízeň, jak se v naší přítomnosti směje nebo pláče, jak se nás bojí nebo má rádo. (Matějček, 1993, s. 20)

Výchova je mnohotvárný, složitý vzájemný vztah, v němž není jeden dárce a jeden obdarovaný, ale kde se myšlení a jednání každého vzájemně podmiňují a ovlivňují. I v otázce odměn a trestů jde především o vzájemný vztah mezi vychovatelem a dítětem.(Matějček, 1993, s. 25)

### **3.4 Po dobrém či po zlém, mezi odměnou a trestem**

Podstata autoritativní výchovy není jen v trestání a neustálé kontrole. Jejím základem je nerovnost, vztah nadřazenosti a podřazenosti, používání mocenských prostředků – fyzické převahy, existenční závislosti dítěte, komunikace, která dává najevo jeho

nekompetentnost a malou hodnotu, ponechání rozhodování v pravomoci dospělého, podceňování názorů dítěte. (Kopřiva a spol., 2012, s. 11)

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. Jednou větou by se dalo říct tak, že máme vytvářet hranice nikoliv pro děti, ale s dětmi. (Kopřiva a spol., 2012, s. 13)

Když začneme mluvit o trestech, napadne nás obyčejně nějaký ten pohlavek, který jsme jako děti od svých rodičů dostali, nebo nějaké domácí vězení. Když myslíme na odměny, napadne nás krabice bonbonů nebo kolo, které jsme dostali za dobré vysvědčení. Obyčejně je to něco docela konkrétního, hmatatelného. Co je trestem nebo odměnou pro jednoho, nemusí být pro druhého.

Co je tedy **trest** - není to, co jsme si pro dítě vymysleli, ale to, co dítě jako trest vnímá a prožívá. Onen nepříjemný, tísnivý, zahanbující, ponižující pocit, kterého bychom se chtěli co nejdříve zbavit a kterému bychom se chtěli rozhodně pro příště vyhnout.

Co je **odměna** – opět ne to, co jsme si pro dítě vymysleli, ale to, co dítě jako odměnu přijímá. Onen příjemný, povznášející pocit uspokojení, který bychom si rádi znovu zopakovali. (Matějček, 1993, s. 26)

*„Zařidte věci tak, aby je dítě udělalo dobře, a za to je výrazně pochvalte. – Nedopusťte však, aby udělalo něco špatně, a vy jste je za to museli trestat. Ze strachu před trestem dítě neudělá zdaleka tolik práce a hlavně se zdaleka tolik nenaučí jako pro hřejivé uspokojení z radosti těch, které má rádo.*

*Stačí zpravidla obrátit výchovný postup a systém donucovacích prostředků nahradit systémem povzbuzujících prostředků a dojde k obratu i v chování dítěte.“* (Matějček, 1993, s. 30)

Podle Matějčka (1993) trest může špatné chování jen zastavit, odměna ale buduje to správné. Jestliže pokaždé přijde trest a nic víc a když dítě vyvede něco nesprávného, naučí se spíše to něco nedělat, ale tím se nenaučí udělat to, co by mělo být správné. Trest utlumuje. Teprve poté, co už víme, co je správné, může je udržovat ve správných kolejích, zachce-li se jim z nich vybočit.

Říčan (2013) popisuje trest jako nouzový prostředek. Lze ho přirovnat i k léku, který má povážlivé vedlejší účinky. Tyto vedlejší účinky znamenají riziko, že náš „lék“ za určitých okolností dítě poškodí, místo aby mu prospěl. (Říčan, 2013, s. 38)

V rodinách, kde převládají tresty nad milým slovem, je určitě něco v nepořádku. Jak píše autoři knih, tresty ubližují zbytečně dětské duši. Tresty fyzického rázu brání dětem v duševním vývoji. Většinou dochází k tomu, že děti nepřemýšlí nad svým chováním, ale nad tím, jak být poslušný, aby se vyhnuly trestu. V dospělosti se projevuje agresivně, někdy i pěstmi. Tresty také mohou u dětí vyvolat, že se pokusí o útěk z domova a nebo i o sebeпоškození.

### **3.4.1 Jak a kdy**

Pokud máme pocit, že bez trestů to nejde, trestejme spíše symbolicky. Nemělo by se stávat, že děti budeme plácát přes tvář či hlavu. Fyzický trest bychom měli brát jako jedenu z posledních možností. Vše bychom měli nejdříve se snažit vysvětlit.

Výchovné tresty a odměny bychom měli rozlišit podle přiměřené osobnosti a věku dítěte. Dítě mladší jednoho roku bychom trestat neměli už vůbec, ono pořádně ještě nechápe souvislosti.

Dítě vývojem vyspívá a přibývá věkem – malému dítěti stačí za odměnu bonbon, že bylo statečné u lékaře, ale pro školní dítě tato odměna už není povzbuzující. Postupem času ztrácejí na účinnosti.

Výchovné tresty a odměny bychom dítěti měli srozumitelně vysvětlit. Neměli bychom trestat za něco, za co si dítě není vědomo jako přestupku

Výchovné prostředky by měli být bohaté a členité. Opakování jednoho a téhož postupu, vede k tomu, že bude vnímán jako denní rutina, což nemá žádný účinek.

S odměnami a tresty bychom to neměli přehánět. Pokud začneme se silnými odměnami nebo silnými tresty, pak ztrácíme možnost stupňovat tyto výchovné postupy.

Také by měla být v odměnách i trestech důslednost. Nedůsledností je dítě zmatené.

I v trestu musíme vyjádřit dítěti osobní vztah. Musí vědět, že jej máme rádi. Také by mělo vědět, za co je trestáno a hlavně spravedlivě, aby nedošlo k odcizení od osob, které má rádo.

K úspěšné výchově také patří posilování dětského sebevědomí. Ovšem záleží na temperamentu dítěte, některé sebevědomí potřebují utlumit. Snížené sebevědomí vede většinou k nesamostatnosti, a k tomu být co nejdéle závislý na rodičích. Proto je třeba dítě podporovat v osamostatnění a chválit za drobné úkoly, které zvládlo samo. Měli bychom učit dítě věřit si, aby se naučilo samostatně jednat a umělo nést zodpovědnost. Abychom dítě zbytečně netraumatizovali, je dobré zamyslet se nad tím, jaké máme cíle v naší výchově. Chceme-li, aby z našeho dítěte vyrostl „zdravý“, slušný, odolný člověk, který není ušlápnutý, nerozhodí ho každodenní nesnáze a s problémy dokáže si poradit? Pak bychom mu měli především ukázat, jakou v nás má oporou a vychovávat je tak, aby se nás nebálo a aby v nás získalo důvěru. Nejlepším dokladem toho je, že se dítě nebojí přijít za rodičem i s nepříjemnou věcí, i když ví, že rodiče se na ni bude tvářit všelijak. Podstatou je, že dítě ví a počítá s tím, že rodič je nastavený na to mu pomoci, že společně budou daný problém řešit.

### **3.5 Situace a příčiny vzdoru**

Záchvaty vzdoru by se trestat neměly. Jak už jsem zmiňovala, období vzdoru k dítěti patří. Záchvaty vzteku nelze zastavit. Pokud se nám to podaří, je důležité zůstat s batoletem, ukázat mu, že jsme mu oporou, a že ho bereme vážně.

Proč děti zlobí?

Hlavním úkolem pro rodiče je tedy všimnout si, kvůli jakým okolnostem ke vzteku a vzdoru nejčastěji dochází. Vzдор také u dětí závisí na tom, jaký má temperament a intelektové schopnosti. Jestliže se v temperamentu ukazuje silná intenzita reakcí, vzдор bude pravděpodobně intenzivní a pro dospělého o to víc nepříjemný. Ve stavech, kdy dítě projevuje vzдор, někdy pomůže odpoutat pozornost, nereagovat, ale také nevšimnout si vzдорujícího dítěte, tím když pozornost zaměříme na jinou osobu v rodině.

Největší chybou rodičů je, že po určité době ztratí nervy a trpělivost a na dítě zareagujeme dosti podrážděně.

Nejúčinnější proto je – klidný přístup. Dítě si jej zapamatuje, i když se zdá, že to nemá žádný efekt. Pokud opětovně naznačujeme, že se nám jeho chování nelíbí a zároveň mu dáme jistotu, že ho máme rádi, naším klidným až nevšímavým chováním dítě pozná, že si

vzdorem nic nevydupe. Když podpoříme více chování, v kterém dítě je dobře naladěné, podpoříme tím hlavně jeho pozitivní část osobnosti .

Dítě ve věku jeden a půl roku až tři roky nemá moc možností jak se vyjádřit. Neumí dobře mluvit. Svět kolem něho vidí svým vlastním úhlem, proto když najednou něco není podle něho začne vzdorovat. Frustrace musí ven.

Dítě neuchráníme před prožitím frustrace a zklamání, ale můžeme se postarat o to, aby z každého svého záchvatu se naučilo i něco užitečného. Intenzita i četnost vzdoru nesouvisí jen s temperamentem, ale velký význam má i to, jak na záchvaty reagují rodiče.

Annette Kast – Zahn (2012) píše o reagování rodičů:

- Nechat se vtáhnout do bouřky – vezmete si vztek dítěte osobně, necháte se vtáhnout, sami začnete vysílat hromy a blesky, přičemž i vy začnete zvyšovat hlas, křičet, nadávat vyčítat svému dítěti

- dítě se učí: Je to v pořádku, rodiče to také dělají. Když přidám, rodiče taky. Dítě bude vzdorovitost zkoušet častěji.

- Nebo počkat pod deštníkem – Budete se dívat na výbuch vzteku svého dítěte s porozuměním a klidem, nenechat se vtáhnout, nebudeme vysílat žádné hromy a blesky. Počkáme než se bouře přežene.

- dítě se učí: Když se rozzuřím, moji rodiče zůstávají klidní. Zůstávají věcní a trvají na tom, že něco nesmím dělat nebo musím udělat. Jestli při tom křičím a zuřím nebo ne, přitom nehraje žádnou roli. „ Je to můj problém.“

Tak svému dítěti umožníte naučit se přesně těm zkušenostem, které jsou pro jeho vývoj velmi užitečné. Učí se znovu a znovu akceptovat určitá pravidla a povinnosti. ( Annette Kast – Zahn, 2012, s. 26)

Také píše o vzteku a vzdoru, že bychom jej neměli brát osobně. Můžete zůstat s úsměvem nebo alespoň s klidem v jeho blízkosti. Můžete s ním hovořit přátelským a klidným tónem, místo toho abyste reagovali vztekle a podrážděně. Můžete ukázat svému dítěti, že jej přijímáte i s jeho záchvaty vzteku, že máte pochopení pro jeho světobol. Když vaše dítě nereaguje na vaši přátelskou řeč nebo nabídky pomoci a tvrdšíjně vzdoruje dál, je vaše trpělivost podrobena velmi těžké zkoušce. Hladina adrenalinu stoupá. Situace hrozí tím,



že nádoba přeteče. V tomto případě je smysluplné nasadit podle Annette Kast – Zahn „time-out.“

Jedná se o taktické přerušení kontaktu rodiče s dítětem pomocí prostorového oddělení. Opustit místnost, ve které se dítě právě vyžívá ve svém záchvatu. Odstup pomáhá vám samotným zachovat klid a zůstat v pozici pozorovatele, místo abyste se nechali vtáhnout do konfliktu svého dítěte. Vztek zůstává u vašeho dítěte. ( Annette Kast – Zahn, 2012, s. 44)

### **3.6 Být dobrým vzorem**

Děti se učí napodobováním. Spoustu věcí se naučí pozorováním a imitováním. I těmito schopnostmi se učí mluvit. Stejně přebírají i hodnoty, postoje, osobní zvyky. Jsme to hlavně my, rodiče a lidé v blízkém okolí, kteří zásadním způsobem ovlivňujeme, co se naše děti naučí. Měli bychom si uvědomit, co před dětmi říkáme a děláme, ovlivňujeme jejich myšlení a chování. Jsme pro ně vzorem.

Nesnažme se bránit, pokud nás dítě nachytá při něčem špatném. Překonáme-li své nepříjemné pocity, snažme se je z dané situace poučit. Všim, co děláme, se děti učí. Pokud před nimi budeme lhát, učíme je lhát. Pokud se před dětmi hádáme, křičíme a sprostě nadáváme, pak od nich můžeme do budoucna očekávat totéž.

„Někteří rodiče se obávají, že jejich emoce mohou děti zraňovat. Můžete se ale přece vyhnout tomu, abyste svými slovy ubližovali druhým, a přitom emoce neskrývat. Druhé zraňujeme tím, že na ně přenášíme zodpovědnost za vlastní pocity nebo že je komandujeme a jsme vztekli, když neplní, co chceme.“ (Aldortová, 2010, s.140)

Omluvíme-li se za svou chybu, učíte děti přijmout zodpovědnost za své omyly. Pokud neomlouváte svůj hněv, učíte děti, aby neomlouvaly ony svůj. Zdvořilým chováním učíte děti zdvořilosti. Laskavostí učíte laskavosti. Pokud si čtete, učíte děti správnému postoji ke knihám. (Severe, 2000, s. 29)

Prekopová (2003) píše, že samotný vzor nestačí k tomu, aby dítě rozvinulo všechny své schopnosti. Musí se pohybovat v prostoru, který je chráněn otcem a matkou a v tomto prostoru si vše vyzkoušet. K různým činnostem bychom ho měli povzbuzovat a i ho chránit dokud nebude samo schopno odhadovat svoje vlastní možnosti. A to je prý možné až po „magickém“ stupni vývoje – pubertě.

Abychom správně vedli dítě, je důležité, aby už od mala přišlo mezi věrohodné vzory, které jsou vhodné k nápodobě. Také je důležité v rodině zavést pořádky a pravidla, které by měli dodržovat jak rodiče, tak děti. V těchto pravidlech pak má dítě umožněno objevovat své síly a svou osobnost. Pravidla by měla být smysluplná.

Dítě by mělo vědět, co může, co ne a jakou za to má zodpovědnost. Pokud roste v okolnostech, které ho tohle nenaučí, nemůže potom získat vládu sama nad sebou a pro neznalost hranic, pro své nevhodné chování bude opakovaně trpět. Pravděpodobně se sníží celkově jeho úspěšné procházení životem.

### **3.7 Láska a výchova v rovnováze**

Základní emocionální potřebou dítěte je, že jako dítě je bezpodmínečně milováno bez ohledu na to, co ve své dětské nerozumnosti provede. To předurčuje úspěch ve výchově, která také do značné míry rozhoduje o jeho psychickém zdraví hluboko do budoucnosti.

Problém spočívá v tom, že nevhodné chování v tomto batolecím věku nesouvisí se zlým úmyslem. Batolata k těmto činům jsou motivována intuitivně po naplnění svých základnějších potřeb, týkajících se např. jídla, zábavy či citového uspokojení. Nemají ovšem ještě zkušenosti a neznají pro ně bezpečná pravidla, a proto samozřejmě také zkoušejí, kam až mohou zajít.

To, že dítě milujeme, nezaručuje, že ono samo cítí to, že je milováno. Může pak směřovat k destruktivnímu chování nebo se naopak příliš podvolovat a potlačovat své skutečné já, aby dosáhlo našeho souhlasu. Důvody, jejichž vinou se dítě necítí s námi v kontaktu, bývají následující: Nedokážeme mu dostatečně vyjádřit lásku tak, aby ji dítě mohlo přijímat; dítě se cítí ostrčené sourozencem; anebo bývá láska spojována s podmínkami.

Kladný emoční vztah zahrnuje zájem o dítě, o jeho prožívání. Představuje společně trávený čas rodiče s dítětem, který je prožíván jako radostný pro oba. Vzájemná respektující komunikace, dotyky a pohlazení jsou nezbytnou součástí, stejně jako podpora a povzbuzení. Střední výchovné řízení s sebou nese kontrolu požadavků, jež jsou kladeny v rozumné míře, podporu samostatnosti, iniciativy, rozvíjení seberegulace, podporu autonomie.

Pokud se objeví pocit, že v rodičovství nám to nevychází tak jak chceme nebo že nic nestíháme – zastavme se a zpomalme. Usilujme o nápravu. Harmonie a rovnováha v soužití s dětmi vyžaduje trpělivost, kterou nelze vybudit pouhou vůlí, rozkazem nebo dokonce násilím. Pokud nám to s potomky neklape, nezbyvá než hledat soulad a pokorou. Klíčem k úspěchu je, že emocionální náklonnost od druhých získáme tím, že ji sami dokážeme poskytnout.

Své děti bychom měli odmala učit otevřeně vyjadřovat pocity, přání a touhy. V úvahu berme jejich rozdílné zkušenosti a temperamenty. Naslouchejme jim. Stanovujme přiměřené hranice. Obezřetně zacházejme s pochvalou a tresty. Přemýšlejme o skutečných prioritách. Také přehodnocujme, čím jsme kdysi jako děti sami prošli.

Podle Aldortové se dítě cítí jako plnohodnotné a milované, jen když ví, že se může bezpečně projevit, že je kormidelníkem svého života a že se bere zřetel na jeho potřeby. První cestou k tomu, aby dítě cítilo vaši lásku, je tedy věřit mu a plnit jeho potřeby tak, jak požaduje. Nesplněné potřeby se transformují do pocitu, že nejsem hoděn lásky, a to má bolestivé emocionální důsledky.

Dítě vyjadřuje své potřeby tím, že něco požaduje. Miminko používá pláč a jiné fyzické způsoby; batole nám dává o svých potřebách vědět pomocí chování a slov. Plňte požadavky malých dětí a buďte ochotni kdykoli přerušit svou činnost. Buďte připraveni říkat „ano“ a udělat, co je třeba, aby mohly být dětské požadavky splněny a potřeby uspokojeny. „*Nádobí může počkat; dětská duše ne.*“ ( Aldortová, 2010, s. 27 )

*„Nedostatek a podmíněnost lásky v dětství zde zanechalo plno rodičů neschopných uvolnit brány lásky k sobě navzájem. Sami se cítí v nedostatku a je pro ně těžké dávat lásku a nebo ji do určité míry i odmítají, neboť si myslí, že si ji nezaslouží, nebo se za ni stydí. Mnoho dospělých, kteří v dětství nezískali bezpodmínečnou lásku, pak hledá její náhražky v nákupech, jídle, zboží, televizi, slávě a dalších způsobech, které jim mají přinést úlevu. Pokud nemají rodiče vědomí vlastní ceny, bývají nerozhodní, a proto váhají vymezit dítěti jasné hranice.“* (Aldortová, 2010, s. 44)

*„Mnoho dětí si nevěří a úspěch ve vlastním životě považují za nemožný. Začněte vyzdvihovat to pozitivní, co v dítěti je. Poukazujte na jeho silné stránky a klady. Ukažte dítěti, kde se zlepšuje. Povzbudte ho, aby si důvěřovalo. Úspěch je mocná síla. Úspěch plodí další úspěchy.“*

Severe popisuje, že bychom měli jednat s dětmi tak, aby v nás měly oporu. Když chceme dítě naučit nějakému chování, rozložme úkoly do menších a jednodušších kroků. Očekávejme pokrok, nikoliv dokonalost. (Severe, 1999. s. 69)

### 3.8 Rozvíjíme dobrý vztah s dětmi

Kopřiva a spol. píše, že důležité je **zajímat se** o to, co dítě zajímá. Když dítě mluví o svých přáních a snech, nechme ho, aby nám vyprávělo, co ho láká, co by chtělo podniknout, i když to patří do říše fantazie. Základní komunikační dovedností na naší straně je aktivní naslouchání.

**Dohodnout s dítětem čas, kdy se budeme věnovat jen jemu.** Čas společně strávený s dětmi smysluplnou činností a v pozitivních emocích se nedá nahradit ničím. To neznamená, že musíme být neustále s dítětem nebo jemu k dispozici. Mnohem víc než o množství času jde o to, jak jej využijeme.

**Oceňovat.** Pro vyjádření a budování vztahů je důležité oceňování. Všítat si toho, co se daří a upřímně to ocenit s důkazem skutečného zájmu.

Dát najevo **podporu a porozumění.** Když dítě prožívá krizi, když se mu nedaří, když jeho chování není v souladu s našimi představami – zejména tehdy je důležité nezapomínat na empatie, projevy velkorysosti a laskavosti. (Kopřiva a spol., 2012, s. 219)

Podstatou pro dítě je, že se kolem něho vytváří vzájemná vazba, neboli jedinečné a pevné pouto mezi rodičem a dítětem. Časem pro dítě je takový čas, kdy jsou rodič a dítě na sebe vzájemně naladěni, společně něco prožívají. Důležité je hodně využívat dobrodružství, uskutečňovat nejrůznější programy, kde by měla být i fyzická aktivita. Cílem je příprava odolnosti a připravenosti na každodenní činnosti, které mohou vyvolat stres. Důležité také je, že se jeden do druhého umí vcítit, jde samozřejmě hlavně o to, aby se rodič uměl vcítit do dítěte. Podle míry vcítění rodiče se dítě samo učí schopnosti empatie.

### 3.9 Chyby ve výchově

Rodičem jsme se nenarodili, takže buďme sami k sobě i dětem shovívaví, když se nám věci nedaří, jak jsme si představovali. Abychom vychovali z dítěte zdravě sebevědomého jedince, měli bychom se umět ze svých chyb poučit a pro příště se jich vyvarovat. Většinou

své chování opakujeme proto, že v minulosti bylo v jisté chvíli účinné. Nad výchovou a přístupem k dětem je dobré se zamyslet, zastavit a chtít změnit své chyby. Asi největší chybou je nedůslednost.

**Řekneme ne a potom změníme názor** - dítě se už v raném věku naučí dobře vydírat pokud není po jeho = rodič při častém ustupování, utvrzuje dítěti následující zkušenost – říká-li rodič „ne“, je třeba mu komplikovat život tak, až řekne „ano“. V daný moment se to rodiči nehodí, tak jednoduše poleví a dítěti ustoupí.

**Nenasloucháme** - i my dospělí potřebujeme, aby nám druzí naslouchali a chápali nás. Proto je důležité naslouchat potřebám dětí a chápat je. Je důležité si udělat čas a vyslechnout – pomáhá to uklidnit naše emoce a myšlenky.

**Srovnávání** - rodiče často vyzdvihují kvality jednoho sourozence před druhým, tím pak vzniknou sourozenecké hádky. Brát děti jako osobnost, to co se nepovede nyní, může dokázat později nebo může vynikat v něčem jiném.

**Málo času** - rodiče by si vždy měli udělat čas na své děti. Pro děti je důležité hlavně jak ten čas s nimi strávíme, plně se jim věnovat, nechat je rozhodovat o tom, jak ten čas stráví.

**Podceňování dětské schopnosti** – většinou si myslíme, že děti ničemu nerozumí, ale měli bychom jim odpovědět na každou jejich zvědavou otázku. Odpověď typu – to mu nemůžeš rozumět – by se v jejich slovníku neměla objevit.

**Mít velké nároky** – velké nároky dítě mohou stresovat, snaží se nezklamat, poté ve škole i doma o svých neúspěších neříct, začne lhát, zatloukat a nakonec se vyhýbat rodičům.

Hádky a násilí v rodině – domov by měl být pro dítě nejbezpečnějším místem na světě, pokud každodenně přichází do styku s hádkami a násilím, bude bojácné, bude - li dennodenně bito, může se z něho stát agresivní člověk, mohou se objevit i psychické poruchy, kvůli nimž bude potřebovat odbornou pomoc.

**Vychovávat bez povinností** – nejen v lásce, bezpečí a důvěře by mělo být vychováváno, ale mělo by se naučit znát i své povinnosti. Výchova by neměla být příliš volná, rodiče by měli hned v začátku dítěti rozdělit svět na práva i povinnosti. Pokud na to není připravené, uškodí mu to v začleňování se do kolektivu a v běžném životě bude mít problém.

**Citový nedostatek** – dítě by vždy mělo cítit, že ho rodiče mají rádi a že se o něj zajímají, je-li tomu naopak, může to u něho vyvolat ustrašenost, smutek, ale i agresivitu. Lásku si začne u jiných kupovat či vynucovat – rozdáváním dárků a nebo v pozdějším věku hledat náhradní rodinu například v partě.

Proto je „důležité“ dítě povzbuzovat, ale tak, že se budeme soustřeďovat na schopnosti a kladné stránky dítěte, abychom v něm pěstovali sebedůvěru a vědomí vlastní ceny. Přijímat dítě takové, jaké je. Všimnout si pokroků a snahy, ne výsledků. Změnit svá očekávání vůči němu.

Důležité je také vyčlenit si čas pro dítě a trávit ho spolu, aktivitu nechat na dítěti, potom si připadá jedinečné, ví, že si rodič na něj vždy najde čas, kdy jsou jen spolu. Tím se mezi rodiči a dětmi utužují vztahy.

# Praktická část

## 4. Cíl výzkumu

Sama jsem maminkou dvou dětí ( osm a pět let), u kterých také proběhlo období vzdoru. U dcery i syna vzdor proběhlo velmi rozdílně. Velmi mě zajímá, jak to probíhá v jiných rodinách. Období prvního vzdoru bývá náročným nejen pro maminky. Náročnost vyplývá hlavně z negativizmu dětí, které odmítají spolupráci a další projevy chování. Proto bych chtěla od dotazovaných zjistit, zda ví, co je období prvního vzdoru, zajímá mě, jakým stylem výchovy vychovávají své děti, jakým chováním se u jejich dětí vzdor projevuje, zda měly stejné představy o výchově před narozením jejich dítěte a jak se k tomu jako rodiče staví. To vše má totiž velké nároky na rodiče a jejich výchovné praktiky.

### 4.1 Popis vzorku

K výzkumu jsem si vybrala pět maminek, které mají děti ve věku od dvou do pěti let, u kterých probíhá či proběhlo období prvního vzdoru. Maminky jsou čtyři vysokoškolského vzdělání a jedna středního vzdělání, ve věku 27 – 35 let. Jména jsem pro uchování anonymity změnila na čísla. Všechny jsou maminkami jednoho dítěte ve věku dva až pět let a jedna je maminkou dvou dětí – mladšímu je šest měsíců.

### 4.2 Cíl výzkumného šetření a otázky

Cílem výzkumného šetření je zjistit zkušenosti maminek a jejich zvládnání období prvního vzdoru, jak se u jejich dětí vzdor projevuje, jaký styl výchovy u svých dětí používají, zda používají autoritativní či liberální styl. Zda děti dostatečně chválí nebo jestli nastavují pevné hranice.

### 4.3 Použité metody výzkumu

K výzkumu jsem použila polostrukturovaný rozhovor, který umožňuje dobrý vztah mezi výzkumníkem a respondenty. Důležité je navodit přátelskou a důvěrnou atmosféru.

Konstrukce otázek byla stavěná postupně, aby se maminky mohly vypovídat ze svých znalostí a zkušeností na téma týkající se ohledně období prvního vzdoru před narozením a poté po narození dítěte a stylu své výchovy.

#### 4.4 Kazuistiky

Maminka č. 1

věk: 33 let

počet dětí : 1 syn – 3,5 roku

vzdělání: vysokoškolské

zaměstnání: učitelka na střední škole

rodina : úplná

Maminka č. 1 o vzdoru prvního období věděla, že je to prosazování své vůle a prosazování se za každou cenu. U jejího syna období prvního vzdoru momentálně prý doznívá a nejsilnější období je za nimi. Na otázku jak se projevuje vzdor syna odpověděla:

*„Synovy projevy vzdoru byly silně emotivně vypjaté, projevuje se plačtivě, nebo naopak křičí a zlobí se a nereaguje na pokus, když mu něco chci vysvětlit.“*

Zprvu na vzdor reagovala velmi negativně, vyvolávalo to v ní pocit, že je dítě rozmazlené a trucovité. Postupem času zjistila, že je lepší dítě ponechat svým emocím, svému vzdoru a nepokoušet se ho přesvědčit. Situace zvládá často ponecháním dítěte v místnosti do uklidnění a svým odchodem. Představy o výchově před narozením dítěte měla zkreslené. Nyní v jejím přístupu k výchově bere za důležité obrovskou zodpovědnost za každé rozhodnutí, kterým své dítě ovlivňuje. A být si jistá vlastním intuitivním chováním. Na otázku, zda by něco změnila ve své výchově, odpověděla:

*„ Asi bych nic neměnila. Pouze bych chtěla pracovat sama na sobě a v určitých situacích se snažit dítěti více porozumět a nebýt podrážděná. Je někdy velmi těžké zvládat své vlastní*



*emoce, ale přesto si myslím, že to patří k běžnému životu, protože člověk není naprogramovaný stroj. “*

Maminka č. 2

věk: 31 let

počet dětí: syn – necelé 3 roky

vzdělání : vysokoškolského

zaměstnání : učitelka na ZUŠ

rodina : úplná – partner není otec dítěte

Maminka č. 2 také věděla, co je období vzdoru, popisuje to jako uvědomování si sebe sama a začátek odporovat autoritám. Projevy jejího syna jsou vztek, neposlechnutí či ignorování pokynů – obleč se, umyj si ruce. Ale také vymáhání si různých věcí . Na vzdor reaguje ignorací a snaží se nerozčilovat. O výchově před narozením dítěte neměla žádné zkušenosti a vše se učí za pochodu. Radost jí přináší, že dítě je samostatné, dobře se adaptující se v kolektivu, a že hlavně nemá problém strávit čas v její nepřítomnosti. O výchově se radí a hledá pomoc u svého přítele, protože je pro ní obtížné být ve výchově důsledná, ale jen proto, že syn má volnost při dodržování nastavených hranic. Také to, ale ovlivnilo, že maminka č. 2 jako malá zažila autoritativní výchovu, proto svému synovi dává volnost a nad spousty situacemi se snaží udržet nadhled. Při pozorování jsem si všimla, že maminka, i když syn neustále vyhazoval z krabic hračky, během našeho rozhovoru, se jen vždy pousmála a neřešila to. Její oblíbená slova jsou: „Bordel v bytě, šťastné dítě.“

Maminka č. 3

věk : 29let

počet dětí : 1 dcera – 3 roky

vzdělání: vysokoškolské

zaměstnání : mateřská dovolená

rodina: neúplná

Maminka č. 3 také věděla, co je vzdor, popisuje to jako první pubertu, kdy dítě nejraději dělá vše samo, častější vztekání a projevování svého názoru. Její dcera jím momentálně prochází. Projevy vzdoru její dcery jsou - *„odmítání běžných věcí, je plačtivá a pláč je u ní prostředkem vydobytí si svého. Je zatvrzelá.“*

Na otázku jak reaguje na tyto projevy odpověděla:

*„Ptám se, co potřebuje, popisuji situaci, která vzdor nejspíš vyvolala. Snažím se být trpělivá a domluvit jí. Pokud to nelze, čekám, až vztek opadne či opouštím situaci.“*

Ve výchově se mamince osvědčila trpělivost. Ve výchově si myslela, že bude „tradičním“ českým rodičem – odměny a tresty, ale našla se v alternativním výchovném stylu podle Naomi Aldortové – respektující přístup a snaží se podle toho vychovávat dceru. Snaží se s dcerou trávit maximum času a maximálně se jí věnovat. Velkou radost má z toho, že se jí daří nastolovat přátelskou atmosféru mezi ní a její dcerou. Na druhou stranu je pro ni velmi obtížné se oprostit od zažitých stereotypů. Na otázku, zda by něco změnila na své výchově:

*„ V podstatě ne, jsem ráda, že jsem si zvolila tuto cestu. Trochu mě mrzí, že jsem se tímhle směrem začala ubírat až po narození dcery. Možná bych v začátku byla kontaktnější.“*

*Maminka č. 4*

*věk: 32 let*

*počet dětí : 2 dcery – 3 roky, 6 měsíců*

*vzdělání : vysokoškolské*

*zaměstnání : mateřská dovolená, OSVČ*

*rodina: úplná*

Maminka č. 4 na období prvního vzdoru odpověděla, že ví, co to je, a že s první dcerou to prožívá. Dcera ví, na koho jaké platí taktiky. Má pocit, že u nich období probíhá v několika etapách s určitým rozdílem. Vzdor u dcery se projevuje svéhlavostí :

*„Takhle to tedy nebude, je to takto.“*

na vzdor reaguje smíšeně, vždy záleží na situaci a kde se scénka odehrává. Nejdříve se snaží domluvit, použít taktiky, použít motivaci k tomu, co ji nadchne. Pokud to nejde po dobrém, přijde počítání do tří . Většinou reaguje, že se dcerou nechá vytočit a uleví si zvýšením hlasu či plácnutím přes zadek. Také se jí osvědčilo posláni dcery do pokoje a po zklidnění se může vrátit. Ve výchově se maminka č. 4 radí s manželem, vidí se jako správně vychovaný vzor pro výchovu svých dcer. Na svoji výchovu nevzpomíná se špatnými vzpomínkami. Radost má z toho, že dcera už sama přichází na to, jak by se měla chovat. Chce pro své děti udělat vše správně, aby na ně mohla být pyšná. I během našeho rozhovoru, bylo vidět, že dcera maminku provokuje a zkouší ji vyrušovat z rozhovoru. Maminka ze začátku je klidná, snaží se to nevnímat, ale po delší době, maminka dceru začala napomínat a začala jí vysvětlovat, že se to nedělá.

Maminka č. 5

věk: 27 let

počet dětí : 1 syn – necelé 3 roky

vzdělání: středoškolské

zaměstnání: mateřská dovolená, prodavačka

rodina: neúplná

Maminka č. 5 o období říká : „ *Věděla jsem, že toto období u dětí je, že u mého syna mě to nemůže překvapit, bohužel do období vzdoru vstupuje a je to někdy síla.*“

Projevy u syna popisuje trucováním, vztekáním, křik. Nereagování na úkon, který po něm chtějí rodiče a pokud je to naopak, někdy do starší osoby bouchne. Maminka působila extrovertně i její reakce, které popisuje, jak reaguje na chování tak zní – ze začátku domlouvá, přemlouvá, a pak vybuchne a třepne přes zadek, nechá se vytočit. O výchově měla takové představy, že bude mít poslušné a hodné dítě. Radost má však z toho, že jako samoživitelka vše zvládá, pomoc nachází u svých rodičů. Na otázku, zda přemýšlí o svém výchovném přístupu říká :

„ *Určitě přemýšlím, je dost věcí, které bych chtěla dělat jinak, ale z nedostatku času a v dnešním shonu, se vše odvíjí od nálady dospělého i dítěte. Proto mě dost mrzí některé mé reakce.*“

Maminka č. 5 o sobě tvrdí, že má ve výchově některé reakce, které by vzala zpět. Bohužel je nevrátí, proto se snaží vyvarovat situacím, které tyto reakce vyvolávají. Snaží si užívat se synem více radosti a kontaktu. Během rozhovoru jsem vyzorovala, jak maminka cítí lítost, i vstala a objala syna.

## 5. Výsledek dotazníkového šetření

K dotazníkovému šetření jsem si vybrala 5 maminek, které mají děti ve věku dva až pět let. Cílem šetření bylo zjistit, zda vědí něco o období prvního vzdoru a jakou představu měly maminky o výchově před narozením dítěte a zda se představa shoduje s realitou když už dítě vychovávají.

Dotazníkové šetření se skládalo ze dvou částí – první byla o období prvního vzdoru, kde jsem zjišťovala, zda maminky ví, o co jde, jak se projevuje vzdor u jejich dětí. Druhá byla o výchově – jak vychovávají své dítě, zda pokračují ve starých zajetých stereotypech podle svých rodičů ( odměny a tresty ) či zda se snaží změnit výchovný styl.

Znalost období vzdoru se projevila kladně, maminky věděly, o co jde, a že je to součást a zdravý vývoje dítěte. Všechny děti se projevují dost podobnými projevy – pláč, odmlouvání, trucovitost. Je tedy důležité porozumět období vzdoru a vidět vzdor jako normální projev a aspekt vývoje dítěte.

Co se týče přístupu k výchově, z odpovědí vychází, že se maminky snaží vychovávat své dítě v kombinaci dvou výchovných stylů shovívavým a lehce autoritativním, stále ještě převládají převzaté stereotypy od svých rodičů, ale díky novým metodám, které najdeme v různých knihách např. Naomi Aldortová - odpověď maminky č. 3 na otázku č.1- *Myslela jsem si, že budu „tradičním“ českým rodičem (odměny – tresty, občasné plácnutí nevadí), praktikuji však alternativní výchovné styly (Naomi Aldort, respektující přístup)* a seminářích např. Nevýchova, Kurzy efektivního rodičovství, se začíná opouštět od tradičních trestů a odměn, díky důležitému vlivu z vlastních negativních zkušeností.

Dalším aspektem, v kterém se maminky shodují je, že nejtěžším úkolem ve výchově je důslednost, ale podle otázky č. 2, co se jim ve výchově daří, je vidět, že jsou důsledné – protože už v tak nízkém věku děti umí základní návyky (pozdravit, poděkovat) .

Důležité je, že se maminky shodují na tom, že nechávají dětem odžít si své emoce, a že se snaží předejít situacím, které v dětech vyvolávají vzdor nebo praktikují jako např. počítání do tří, odvedení do pokoje k uklidnění.

Z odpovědí maminek lze vyvodit závěr, že je důležité vědět, co období prvního vzdoru je, že neodlučně patří ke zdravému vývoji dítěte. Dále také klást důraz na nastavení hranic a být v nich důsledný, ale v určitých situacích nechat dítěti volnost a samostatnost, aby si

své emoce prožilo. Ve výchově by měla převládat zdravá pochvala a ne tresty, poté nám z dětí vyroste zdravý sebevědomý člověk.

Proto bychom měli být v první řadě správnými rodiči, být dobrým vzorem a kamarádem, uvědomovat si, že naše dítě od nás potřebuje - lásku, cítit bezpečí, uznání, výchovu = odměnu i přiměřený trest, empatii, pomoc při řešení jejich problémů, sdílet jejich radost, nastavení hranic v podobě slušného chování. Žádný univerzální návod jak vychovávat dobře, neexistuje....každý rodič v danou chvíli jedná tak, jak nejlépe umí.

## Závěr:

Tématem mé bakalářské práce bylo období prvního vzdoru. Toto téma jsem si vybrala proto, že jsem sama maminkou dvou dětí a bylo pro mě těžké, hlavně u dcery ( prvorozená ) zvládnout její vzdor. Proto mě zajímalo, jaké to je u jiných maminek. V teoretické části jsem se zaměřila na vývojová stádia batolete, popisuji, co by v určitých vývojových stádiích mělo zvládat. Důležitou informací je zjištění, že období vzdoru patří do vývoje dítěte. A my jako rodiče bychom měli malému dítěti pomoc ho prožít a nebrat si to osobně. Dále jsem se zabývala i informacemi z oblasti výchovy, vím, jaké typy výchovných stylů známe a co je obsahem autoritativní a liberální výchovy. Popisovala jsem, jak fungují odměny a tresty, zda jsou nutné k výchově a zda to jde či nejde bez nich a jak správně vychovávat bez trestů. Z literatury od profesora Zdeňka Matějčka a jiných odborníků, kteří se shodují, vychází poznatek, že odměny jsou účinnějším prostředkem k výchově. V posledním úseku teoretické části jsem se zaměřila na zásadní chyby rodičů, kterých se dopouštějí.

V praktické části jsem provedla polostrukturovaný rozhovor s pozorováním, jehož cílem bylo zjistit, jakou maminky měly představu o výchově před narozením dítěte a jakým stylem vychovávají své děti po narození. Zda také ví, čím prochází jejich batolata a co je období prvního vzdoru. Také mě zajímalo, zda vychovávají děti podle zažitých návyků či se snaží změnit převzatý výchovný styl.

Z analýzy odpovědí maminek jsem vyvodila závěr, že maminky se snaží přeměnit styl výchovy, že nepoužívají silné fyzické tresty a autoritativní výchovu odmítají. Snaží se trestům předcházet: vysvětlováním, nechat dítě odžít si své emoce či odvedení pozornosti. Důležitým vlivem ve výchově, který určuje směr výchovy maminek, byly negativní zkušenosti ve své osobní výchově, kterou prošly jako malé. Důležitým poznatkem bylo to, že se maminky shodují, že nejobtížnějším ve výchově je důslednost, naopak vidí ve výchově důležitost ve chválení dětí. Jedním zásadním poznatkem bylo, že jedna maminka cítí lítost, když nezvládne situaci, kterou vyvolalo její dítě vzdorovitostí. I já jako maminka dvou dětí jsem pro to, že facka nic nevyřeší, naopak zhorší. Je důležitější děti podporovat, aby z nich vyrostly zdravě sebevědomí lidé a ne ustrašenci či agresoři.

Zvládat vzdor u temperamentního dítěte je někdy sice nadlidský úkol, ale pokud to zvládneme v začátcích, vrátí se nám to.

Řekla bych, že tato bakalářská práce by byla dobrým průvodcem pro mladé rodiče, kteří jsou v očekávání děťátka. Myslím si, že by se hlavně dověděli, jak vychovávat dítě a jakých chyb se vyvarovat, aby prožívali radost a byli připraveni na zuřivé období svého potomka.

Bylo by zajímavé dalším výzkumem zjišťovat, zda z dětí maminek, kterých jsem se dotazovala, vyrostli zdravě sebevědomí lidé, kteří si cení toho, jak je rodiče vychovali.



## **Resumé:**

Bakalářská práce je rozdělena na dvě části, teoretickou a praktickou. V teoretické části se zabývám pojmem období prvního vzdoru, dále vývojem batolete a jakými stadii vývoje dítě prochází. V další kapitole teoretické části popisuji výchovu a její styly a hlavně se zabývám se tím, jakou roli ve výchově hrají výchovné prostředky – odměna a trest. Důležitost také kladu na to jak být dobrým vzorem. Popisuji i to, jakých chyb bychom se měli vyvarovat, pokud chceme vychovat zdravě sebevědomé dítě.

V praktické části jsem provedla polostrukturovaný rozhovor s pozorováním a zjišťovala, jakým stylem maminky vychovávají své děti a zda měly nějaké představy o tom, co znamená období prvního vzdoru a o výchově před narozením svého dítěte. Jaké používají výchovné styly a čeho se snaží vyvarovat.

## **Resumé:**

The bachelor's work is divided into two parts, the theoretical one and the practical one. The theoretical part deals with the term 'the terrible twos' (the temper tantrums). I also mention the development of a toddler and which stages of development a child goes through. Upbringing and its ways are described in the next part of the theoretical section. I focus on the role of the pedagogical means - a reward and a punishment. I emphasize the way how to be a good model too. I describe the mistakes we should avoid if we want to bring up a healthy and self-confident child.

I have carried out a half-structured interview with observation in the practical part and my aim was to discover how present mothers bring up their children and if they had any ideas about the temper tantrums and upbringing before the birth of their child. Furthermore, I dealt with the pedagogical manners these mothers use and what they try to avoid.

## Seznam použité literatury:

1. Aldort Naomi, *Vychováváme děti a rosteme s nimi*, PRAHA: Práh, 2010, ISBN 978-80-7252-287-3
2. Jungwirthová Iva, *Pohodové rodiče – pohodové děti*, PRAHA: Portál, 2009, ISBN: 978-80-7367-536-3
3. Kopřiva P. A spol., *Respektovat a být respektován*, Pavel Kopřiva – Spirála, 2012, ISBN 978-80-904030-0
4. Lacinová L., Škrdlíková P., *Drobné chyby ve výchově dovoleny*, PRAHA: Portál, 2008, ISBN 978-80-7367-442-7
5. Langmaier J., Krejčířová D., *Vývojová psychologie*, PRAHA: Grada, 2006, ISBN 80-247-1284-9
6. Lazzari Simona, *Vývoj dítěte v 1. - 3. roce*, PRAHA: Grada, 2013, ISBN 978-80-247-3734-8
7. Matějček Z., *Co, kdy a jak ve výchově dětí*, PRAHA: Portal, 1999, ISBN 80-7178-320-X
8. Matějček Z., *Prvních 6let ve vývoji a výchově dítěte*, PRAHA: Grada 2005, ISBN 80-247-0870-1
9. Matějček Z., *Po dobrém či po zlém*, PRAHA: Portál, 1993, ISBN 978-80-7367-270-6
10. Pelikán J., *Výchova pro život*, PRAHA: ISV, 2004, ISBN 80-86642-31-3
11. Prekopová J., *Malý tyran*, PRAHA: Portál, 1996, ISBN 80-7178-095-2
12. Prekopová J., *Děti jsou hosté, kteří hledají cestu*, 2003, PRAHA: Portál, ISBN 80-7178-854-6
13. Říčan P., *S dětmi chytře a moudře*, PRAHA: Portál, 2013, ISBN 978-262-0343-8
14. Říčan P., *Cesta životem*, PRAHA: Portál, 2004, ISBN 80-7178-829-5

15. Severe S., *Co dělat, aby se vaše děti správně chovaly*, PRAHA: Portál, 2000, ISBN 80-7178-368-4
16. Vágnerová M., *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*, PRAHA: Portál, 2000, ISBN 80-7178-308-0
17. Zahn A. K., *Výchova v období vzdoru*, BRNO: Cpress, 2012, ISBN 978-80-264-0084-4

## Příloha:

Skladba otázek k výzkumu:

Období vzdoru:

- 1) Víte něco o období prvního vzdoru?
- 2) Prochází nebo prošlo vaše dítě obdobím vzdoru?
- 3) Co nebo jaký projevy považujete za vzdornost
- 4) Jak se projevuje vzdor u vašeho dítěte
- 5) Jak reagujete na vzdor vašeho dítěte a co to ve vás vyvolává
- 6) Co vám pomáhá zvládat vzdor, osvědčilo se něco
- 7) Jaké je vaše dítěte

Otázky k výchově:

- 1) Jaké byly vaše představy o výchově dítěte než se vám narodilo
- 2) Co se vám ve výchově daří, z čeho máte radost
- 3) Co je ve výchově podle vás obtížného
- 4) Přemýšlíte o svém výchovném přístupu
- 5) Je něco co by jste ve své výchově vzala zpět a udělala jinak