

Spôsoby riešenia problémových situácií v rodinách

Bc. Michaela Šimlíková

Diplomová práca
2015



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

akademický rok: 2014/2015

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Bc. Michaela Šimlíková**
Osobní číslo: **H130033**
Studijní program: **N7507 Specializace v pedagogice**
Studijní obor: **Sociální pedagogika**
Forma studia: **kombinovaná**

Téma práce: **Spôsoby riešenia problémových situácií v rodinách**

Zásady pro vypracování:

Spracovanie rešerše a štúdium odbornej literatúry.

Vymedzenie pojmov a teoretických východísk vzťahujúcich sa k téme rodiny, problémovým situáciám a ich riešeniu.

Príprava metodiky výskumnej časti.

Realizácia kvantitatívneho výskumu metódou dotazníka.

Spracovanie a vyhodnotenie získaných dát, vrátane ich interpretácie.

Prezentácia výsledkov výskumu, ich zhrnutie a odporúčania pre prax.

Rozsah diplomové práce:

Rozsah příloh:

Forma zpracování diplomové práce: **tištěná/elektronická**

Seznam odborné literatury:

KOPŘIVA, Pavel a kol., 2012. Respektovat a být respektován. 3. vyd. Kroměříž: Spirála. ISBN 978-80-904030-0-0.

ALDORTOVÁ, Naomi, 2010. Vychováváme děti a rosteme s nimi. Praha: Práh. ISBN 978-80-7252-287-3.

ROGGE, Jan-Uwe, 2000. Děti potřebují hranice. Praha: Portál. ISBN 80-7178-418-4.

PREKOPOVÁ, Jiřina, 2010. I rodiče by měli dělat chyby. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-766-4.

POSSE, Raul a MEGLOSA, Julian, 2001. Umenie výchovy. Vrútky: Orion. ISBN 80-88960-89-4.

Vedoucí diplomové práce:

Mgr. Eliška Suchánková, Ph.D.

Ústav pedagogických věd

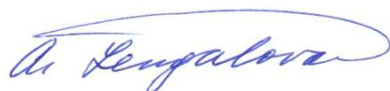
Datum zadání diplomové práce:

7. ledna 2015

Termín odevzdání diplomové práce:

17. dubna 2015

Ve Zlíně dne 7. ledna 2015



doc. Ing. Anežka Lengalová, Ph.D.
děkanka



Mgr. Jakub Hladík, Ph.D.
ředitel ústavu

PROHLÁŠENÍ AUTORA DIPLOMOVÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním diplomové práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby ¹⁾;
- beru na vědomí, že diplomová práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji diplomovou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 ²⁾;
- podle § 60 ³⁾ odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 ³⁾ odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – diplomovou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování diplomové práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky diplomové práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze diplomové práce jsou totožné;
- na diplomové práci jsem pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval. V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.

Ve Zlíně 13.4.2015

Šimlíková

1) zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací:

(1) Vysoká škola nevdělečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.

(2) Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlížení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.

(3) Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.

2) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:

(3) Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užije-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacímu zařízení (školní dílo).

3) zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:

(1) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.

3). Odpírá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.

(2) Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užít či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.

(3) Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jim dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlédá k vyšší výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.

ABSTRAKT

Každý rodič sa dostáva do situácie, kedy jeho dieťa neposlúcha, odvráva, robí zle a podobne. Ide o pomerne bežné situácie, ktorým sú rodičia vystavovaní. To vyvoláva otázku, ako čo najlepšie podobné chvíle zvládnuť. V týchto momentoch je rozhodujúca komunikácia medzi rodičom a dieťaťom. Práve o nej pojednáva táto diplomová práca. Prvá kapitola práce hovorí o rodine a o jej dôležitosti pre zdravý rozvoj dieťaťa. Druhá kapitola konkretizuje problémové situácie a popisuje možné motívy dieťaťa k takémuto správaniu. Taktiež sa venuje chybám, ktorých sa dopúšťajú rodičia v rámci svojho výchovného pôsobenia na dieťa. Práca postupne prechádza ku konkrétnemu popisu efektívnych a neefektívnych spôsobov komunikácie rodičov s deťmi. Pričom v sebe zahŕňa klasifikácie podľa rôznych autorov. Okrem popisu chýb však nechýba aj určitý návod na to, ako by komunikácia s dieťaťom mala prebiehať správne. Tým nie len zdokonaľovať vzájomné rodinné vzťahy, ale prispievať k harmonickému rozvoju detskej osobnosti. Praktická časť práce skúma práve spôsob komunikácie rodičov s deťmi a mieru využívania efektívneho či neefektívneho spôsobu komunikácie. Výskum hľadá taktiež rozdiely medzi ženami a mužmi v oblasti komunikačných spôsobov.

Kľúčové slová: dieťa, rodič, problémová situácia, rodina, výchova, spôsob komunikácie

ABSTRACT

Every parent gets into the situation where his child does not obey him or talks back. These are relatively routine situations which parents have to deal with. That brings up a question, how to handle these situations in the best possible way. In these situations is communication between parent and child crucial. We are going to deal with these questions in this Master's thesis. First chapter talks about family and its importance for healthy development of child. Second chapter specifies trouble situations and describes possible motives behind child's behaviour. It also describes parents' mistakes in children's breeding and concretely interprets effective and ineffective ways of communication between parents and children. It involves classifications from several authors. Except of the mistakes' description, we do not neglect a possible instructions for correct communication with child. By those means we do not only intend to improve mutual family relations, but also to contribute to

harmonious development of child's personality. Practical part of paper explores the ways of communication between parents and children and measures the effectiveness of communication. Study also looks at the differences between women and men in the field of communication manners.

Keywords: child, parent, trouble, situation, family, breeding, way of communication

PodĎakovať by som chcela každému, kto mi akokoľvek pomohol pri spracovaní tejto diplomovej práce. Predovšetkým ďakujem vedúcej mojej diplomovej práce, pani Mgr. Eliške Suchánkovej, Ph.D. za veľkú pomoc, každú radu a príjemnú spoluprácu. A v neposlednom rade moje poďakovanie patrí mojej rodine za podporu a pomoc akú vie poskytnúť len rodina.

Prehlasujem, že odovzdaná verzia diplomovej práce a verzia elektronická nahraná do IS/STAG sú totožné.

OBSAH

ÚVOD	9
I TEORETICKÁ ČÁST	11
1 VÝCHOVA V RODINE	12
1.1 RODINA A JEJ FUNKCIE	12
1.2 CHARAKTERISTIKA VÝCHOVY A JEJ ÚČELU	15
1.3 PRAVIDLÁ A DISCIPLÍNA VO VÝCHOVE	17
2 ÚSKALIA VÝCHOVY	19
2.1 NEDOSTATOČNÉ VYMEDZENIE HRANÍC	19
2.2 PROBLÉMOVÉ SITUÁCIE – NEVHODNÉ SPRÁVANIE DETÍ	21
2.3 CHYBY V PRÍSTUPE RODIČOV – NEVHODNÉ VÝCHOVNÉ ŠTÝLY	23
3 NEEFEKTÍVNE VERZUS FEKTÍVNEKOMUNIKAČNÉSPÔSOBY	30
3.1 KOMUNIKÁCIA V RODINE A JEJ NEDOSTATKY	30
3.2 NEEFEKTÍVNE KOMUNIKAČNÉ SPÔSOBY V PROBLÉMOVÝCH SITUÁCIÁCH.....	32
3.2.1 Neefektívne spôsoby podľa Kopřivu kol.	33
3.2.2 Neefektívnespôsoby podľa Prekopovej	39
3.2.3 Dôvody neefektívnosti	41
3.3 EFEKTÍVNE KOMUNIKAČNÉ SPÔSOBY V PROBLÉMOVÝCH SITUÁCIÁCH.....	43
3.3.1 Efektívne spôsoby podľa Kopřivu a kol.	43
3.3.2 Komunikačná S.A.L.V.E. podľa Aldortovej.....	46
II PRAKTICKÁ ČÁST	48
4 METODOLÓGIA SPRACOVANIA VÝSKUMU	49
4.1 PREDMET VÝSKUMU, VÝSKUMNÝ PROBLÉM A CIELE VÝSKUMU	49
4.2 VÝSKUMNÉ OTÁZKY A HYPOTÉZY VÝSKUMU	50
4.3 CHARAKTERISTIKA VÝSKUMNEJ VZORKY	51
4.4 VÝSKUMNÁ METÓDA.....	51
5 VYHODNOTENIE VÝSLEDKOV VÝSKUMU	53
5.1 VYHODNOTENIE JEDNOTLIVÝCH SPÔSOBOV KOMUNIKÁCIE.....	53
5.2 INTERPRETÁCIA VÝSLEDKOV VÝSKUMU	64
5.3 ZHRNUTIE A ODPORÚČANIA PRE PRAX.....	69
ZÁVER	72
ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY	74
ZOZNAM POUŽITÝCH SYMBOLOV A SKRATIEK	77
ZOZNAM TABULIEK	78
ZOZNAM PRÍLOH	79

ÚVOD

Množstvo autorov píše o rodine ako o základnej bunke spoločnosti. Je však ďaleko viac a to najmä pre samotného jednotlivca, ktorý je jej členom. Rodina poskytuje jedinečné zázemie pre rozvoj osobnosti dieťaťa. Rodinné prostredie sa nedá plnohodnotne nahradiť. Aby však dieťa mohlo fungovať ako samostatná bytosť, aby sa dokázalo zaradiť do spoločnosti a aby jeho primárna socializácia prebiehala úspešne, je potrebné, aby rodina fungovala. V práci okrem iného popisujeme, ako by takáto rodina mala vyzeráť.

Ani fungujúca rodina však nie je bezproblémová. Každodenné problémy sprevádzajú život zrejme každej rodiny. Asi každý rodič pozná denné starosti s detským odvrávaním, neposlúchaním, neochotou splniť si povinnosti a ďalšími situáciami bežného dňa. Možno sa často javia ako drobnosti, no na ich základe si rodičia a deti medzi sebou budujú vzťah a formuje sa detská osobnosť. Preto je dôležité vedieť zvládať reagovať v podobných chvíľach bez toho, aby rodič podľahol svojim momentálnym emóciám, či zaužívaným vetám, ktoré využíva. Ide o náročnú úlohu, vyžadujúcu si mnoho odhodlania a trpezlivosti.

Problematika komunikácie v rodinách je rozoberaná mnohými autormi. Ich myšlienky sú zakotvené v teoretickej časti našej práce. Od všeobecných popisov rodiny, výchovy a ich dôležitosti v živote človeka, postupne v práci prechádzame k dôvodom problémového správania detí, cez chyby, ktoré robia rodičia vo svojom výchovnom pôsobení, až ku konkrétnemu popisu rôznych spôsobov komunikácie. Prínosom tejto diplomovej práce, je práve to, že ponúka množstvo myšlienok, klasifikácii, no aj praktických príkladov reálnych výrokov rodičov. Komunikačné spôsoby, ktoré by sa rodičia mali snažiť obmedziť, no na druhej strane tie, ktoré sú v rámci rozhovoru s dieťaťom nápomocné.

Vzhľadom na to, že spoločnosť sa neustále mení a s ňou aj vnímanie rodiny a výchovy, je potrebné sa touto problematikou zaoberať. Od autoritatívneho spôsobu výchovy sa prechádza k spolupráci a rovnocennému rešpektu medzi rodičmi a deťmi. Tomu je samozrejme nevyhnutné prispôbovať aj voľbu slov a činov voči dieťaťu. V práci preto ponúkame niekoľko postojov autorov k problematike. Neostávame len pri charakteristike neefektívnych spôsobov komunikácie, ale venujeme sa tomu, ako by to malo vyzeráť ideálne. Tomu, čo preferujú rodičia v rámci výchovy svojich detí sa venuje praktická časť našej diplomovej práce. Hlavným cieľom je zistiť, či sa rodičia v rámci výchovného pôsobenia prikláňajú k neefektívnym spôsobom, alebo práve naopak, k efektívnym spôsobom komunikácie s deťmi.

Žiaden človek však nie je dokonalý, učíme sa na vlastných chybách. Hlavnou myšlienkou práce je bezpodmienečná láska k dieťaťu. Pretože ono takú lásku cíti voči rodičom, napriek chybám, ktorých sa dopustia. Dieťa potrebuje podporujúceho a milujúceho rodiča, ktorý ho akceptuje aj s jeho nedostatkami, aj keď odvráva, hnevá, neposlúcha atď. Je predovšetkým úlohou rodiča reagovať na toto správanie, vziať si ponaučenie z vlastných chýb a pokúsiť sa spraviť niečo, aby to bolo inak.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 VÝCHOVA V RODINĚ

Člověk se počas života mení z biologickej bytosti na bytosť sociálnu. Toto formovanie osobnosti prebieha prostredníctvom procesu socializácie. Práve rodina je primárne za tento proces zodpovedná. Rodina cez výchovné pôsobenie zabezpečuje rozvoj osobnosti dieťaťa, dospievajúceho, ale aj dospelého človeka. Ide o dôležitú interakciu v rámci rodinných vzťahov. Je nenahraditeľnou súčasťou života jednotlivca, no zároveň dôležitou súčasťou celej spoločnosti.

V nasledujúcej kapitole sa budeme venovať práve zadefinovaniu rodiny a jej funkcií, výchove ako takej a jej nevyhnutnosti v živote dieťaťa. Taktiež vymedzíme potrebu určenia hraníc vo výchove, prostredníctvom pravidiel a disciplíny.

1.1 Rodina a jej funkcie

Mnoho autorov písalo o rodine a teda existuje veľa pohľadov na to, čo to rodina je. Napriek určitým rozdielom v definíciách sa autori zhodujú v tom, že ide o zázemie sprostredkujúce jej členom také skúsenosti, ktoré nezískajú nikde inde. Dôkazom čoho je aj vyjadrenie Řezáča (1998, s. 204), že „rodina predstavuje ojedinelý typ sociálnej skupiny, poskytujúci v podstate nenahraditeľnú klímu a prostredie pre sebarozvoj jednotlivca. Vyznačuje sa vysokou mierou intimity a vysokým formatívnym účinkom.“

Rodina je najstaršia spoločenská inštitúcia. Súčasné pedagogické teórie väčšinou zdieľajú názor, že rodinná výchova a rodinné prostredie je najvýznamnejším činiteľom, ktorý formuje mladého človeka. Najbežnejší model rodiny je nukleárna rodina, ktorú tvoria najbližší príbuzní, teda rodičia a deti. Za posledné desaťročia však došlo k zmene modelu rodiny a zvyšovaniu variability rodinných typov. Tie zahrňujú nie len vlastnú a úplnú rodinu, ale aj rodinu neúplnú, nevlastnú, či náhradnú (Průcha a kol., 2003, s. 202).

Vzhľadom na zmeny vo vnímaní rodiny sa začali odlišovať pohľady tradičných teórií a nových prístupov k rodine. Tento fakt zahŕňa aj Matoušek (2003, s. 187), ktorý popisuje rodinu ako „v užšom tradičnom poňatí skupinu ľudí spojených putom pokrvného príbuzenstva alebo právnych zväzkov (svadba, adopcia). V širšom poňatí, ktoré sa začína rozširovať v USA a niektorých štátoch Európy, sa za rodinu začína považovať aj skupina ľudí, ktorá sa ako rodina deklaruje na základe vzájomnej náklonnosti. V niektorej fáze svojho vývoja obvykle rodina zdieľa spoločnú domácnosť.“

Rodina zabezpečuje množstvo činností, ako o tom píše Kraus a kol. (2001, s. 78-84). Zabezpečuje svojich členov hmotne, zdravotne, dbá o výživu, kultúrne návyky členov, vytvára špecifické socializačné a výchovné prostredie pre deti, odovzdáva kultúrne dedičstvo, morálne postoje, usmerňuje, chráni a podporuje ich. Medzi základné funkcie rodiny autori radia:

1. Biologicko-reprodukčná – má význam nie len pre jednotlivcov v rámci rodiny ale pre celú spoločnosť. Pre jednotlivca je jej význam v uspokojovaní biologických a sexuálnych potrieb, ale tiež potreby pokračovania jeho rodu. Pre spoločnosť je významná z hľadiska perspektívy svojho rozvoja. Na to potrebuje stabilnú reprodukčnú základňu. Z toho dôvodu štát vykonáva opatrenia v oblasti starostlivosti o rodinu.
2. Sociálno-ekonomická – zahrňuje množstvo aspektov. Od prerozdelenia zdrojov v rámci rodiny, výkonu zamestnania jednotlivých členov, cez to, že rodina je významným spotrebiteľom pre trh, až po to, že je chápaná ako významný prvok rozvíjajúci ekonomiku spoločnosti.
3. Socializačno-výchovná – základom socializačného procesu v rodine je príprava detí a mladistvých na ich vstup do praktického života. Ide o pôsobenie prostredníctvom súhrnu javov a procesov ekonomických, sociálnych, kultúrnych, mravných, estetických, zdravotných a ďalších. Dieťa však neostáva pasívne, ale uplatňuje aj svoje záujmy, prania, či vôľu. Autori však hovoria o obojstrannom pôsobení, teda o vplyve mladších členov na starších. Do istej miery pokladajú socializačnú funkciu rodine pre starých členov za dôležitejšiu, a to z dôvodu oslabovania ich sociálnych vzťahov v spoločnosti. Socializáciu detí však pokladajú za prvoradú, pretože je nevyhnutná pre ich sociálny rozvoj, rozvoj osobnosti, integráciu do rodiny a formovanie primárnej skupinovej identity. Dieťa sa naučí vstupovať do sociálnych vzťahov a súčasne vytvárať nové.
4. Sociálno-psychologická / citová – poskytuje stabilitu v sociálno-psychologickej oblasti – príslušnosť k určitej sociálnej skupine, pocit príslušnosti s ľuďmi, s ktorými sa má možnosť identifikovať, pocit akceptácie, uznania, atď. Ide o funkciu, ktorú žiadna iná sociálna inštitúcia nie je schopná plnohodnotne naplniť.

Napriek tomu, že rodina počas novoveku mnoho zo svojich funkcií presunula na štát a tým sa stala od neho závislejšia, ako uvádza Matoušek (2003, s. 187), jej hlavné funkcie sú aj naďalej výchova detí a emocionálna podpora. Rovnako Kraus a kol. (2001, s. 78) píše, že rodina sa pohybuje v určitom spoločenskom priestore, v dôsledku čoho v priebehu vývoja dejín funkcie neostávajú nemenné. Ich obsah sa tým pádom mení, niektoré funkcie sa pretvárajú, iné strácajú svoj význam a miznú, či zužujú sa, alebo naopak rozširujú.

Ťažiskové funkcie rodiny, pre potreby našej práce, sú veľmi dôležité a stále pretrvávajúce funkcie - socializácia dieťaťa prostredníctvom výchovy a emocionálna stabilita poskytovaná rodinou.

Rodiny môžeme rozlišovať podľa toho, či primerane plnia uvedené funkcie v prospech všetkých jej členov. Na základe tohto kritéria Oravcová (2007, s. 39-40) uvádza delenie rodín na funkčné rodiny a dysfunkčné rodiny.

- Dysfunkčnú rodinu či partnerstvo autorka charakterizuje, ako také, ktoré nefunguje primerane, neuspokojuje potreby členov, svoje úlohy neplní dostatočne. Takúto rodinu možno označiť tiež ako narušenú, nešťastnú, či klinickú rodinu.
- Na druhej strane, ak sú všetky funkcie naplnené, môžeme hovoriť o funkčnej rodine. Bakošová (2008, s. 110) uvádza, že sa v tejto súvislosti používajú aj ďalšie synonymá ako zdravá, normálna, harmonická, či neklinická rodina. Zároveň, inšpirovaná Matouškom, takúto rodinu charakterizuje nasledovne. Ide o rodinu, v ktorej je jasne stanovená hierarchia zodpovednosti. Členovia rodiny sa rešpektujú a teda berú na seba vzájomne ohľad. Panuje v nej príjemná atmosféra, živá komunikácia a je otvorená pre nové myšlienky či nové riešenia problémov. Členovia takejto rodiny si dávajú najavo potešenie zo vzájomných vzťahov a existuje pevná koalícia medzi intimitou a potrebou odovzdania sa. Manželia sú si vzájomne verní a majú potešenie zo vzájomnej sexuality. Vzťahy sa rovnako ako vo vnútri rodiny, udržiavajú aj so širšou rodinou a priateľmi. Chod domácnosti všetci zvládajú bez problémov. Keď však väčší problém vznikne, rozhodujú rodičia o ňom na základe dohodnutých pravidiel a deti sú aktívne zapojené do tohto procesu.

V priebehu práce sa jednotlivé body z charakteristiky funkčnej rodiny budú postupne vyskytovať z pohľadu ďalších autorov. Budeme sa k nim vracieť, pretože sú základom pre našu problematiku. Aby rodič dokázal efektívne riešiť vzniknuté problémové situácie, musí

byť v rodine snaha o naplnenie uvedenej charakteristiky. Funkčná rodina by predsa mala byť cieľom každého rodiča.

1.2 Charakteristika výchovy a jej účelu

Aby sa dieťa stalo zrelou osobnosťou a plnohodnotným členom spoločnosti, musí prejsť procesom socializácie. V prvom rade je úlohou rodiny sprostredkovať dieťaťu všetko to, čo je dôležité pre jeho život. Ako sme teda už uviedli, k socializácii primárne dochádza v rodinách prostredníctvom výchovného pôsobenia rodičov.

Výchova je proces „*zámerného a cieľavedomého vytvárania a ovplyvňovania podmienok umožňujúcich optimálny rozvoj každého jednotlivca v súlade s individuálnymi dispozíciami a stimulujúcich jeho vlastnú snahu stať sa autentickou, vnútorne integrovanou a socializovanou osobnosťou.*“ (Pelikán, 1995, s. 36) V rodine ide o zámerné pôsobenie rodičov na deti, ale aj ovplyvňovanie podnetov z prostredia tak, aby sa dieťa stalo plnohodnotnou osobnosťou. Cieľom výchovy však zároveň je, aby dieťa vložilo do tohto procesu aj vlastnú snahu.

Túto myšlienku podporuje aj vyjadrenie Prekopovej a kol. (2003, s. 6-8), že výchova znamená navrhnuť hosťovi dobré miesto a tak dlho ho podporovať, kým sám nespozná svoju cestu. Autorka ďalej tvrdí, že výchova je záležitosťou srdca a detskú osobnosť musíme predovšetkým rešpektovať a bezpodmienečne milovať aj s jej všetkými zvláštnosťami. Dieťa čaká v živote neľahká cesta a preto je úlohou rodičov prostredníctvom výchovy deťom vštiepiť umenie rozlišovať medzi dobrom a zlom; jemný cit pre tie hodnoty, ktoré je potrebné uchovať; slobodné myslenie, ktoré je schopné objavovať nové životné formy a priestory; logiku srdca, ktorá sa dokáže rozhodovať lepšie ako počítač; silnú vôľu a odolnosť, ochotu statočne znášať krízy a sklamania; optimistický životný postoj; úctu k stvoreniu; ochotu otvorene vyjadriť svoje pocity, riešiť medziľudské konflikty, zmieriť sa a byť solidárny; schopnosť milovať, to znamená mať druhého rád ako sám seba.

Možno hovoriť o dvoch pohľadoch na výchovu dieťaťa, ktoré formuluje Helus (1984, s. 59). Rodičia môžu byť presvedčení o tom, že to čo je v dieťati sa raz ukáže na povrchu a to čo v ňom nie je, z neho nedostanú ani keby sa snažili. V takomto prípade ich rozvoj dieťaťa príliš trápiť nemusí, pretože všetko leží na dieťati samotnom a oni sa musia len starať podľa svojho najlepšieho svedomia. Podľa autora by rodičia však mali vidieť

v dieťaťi potencie jeho rozvoja. Ak tak učinia, už sa nemôžu vyhnúť zodpovednosti za detskej osobnosti. Nastávajú dve otázky, ktoré ich budú sprevádzať rodičovstvom.

1. Urobili sme všetko pre to, aby sa vnútorné aj vonkajšie potencie dieťaťa realizovali? Nedopustili sme sa ochudobneniu osobnosti dieťaťa?
2. Neurobili sme niečo, čím sme spôsobili, že vývoj dieťaťa je pokrivený a vyvíja sa v ňom niečo, čo sa nemalo?

Ide o dve otázky, ktoré sprevádzajú nie len rodičov, ale aj učiteľov a každého kto je v pozícii vychovávateľa. Je to pocit zodpovednosti za to, aby spomínaná socializácia dieťaťa a jeho osobnostný rozvoj prebiehal správne. No predovšetkým, aby výsledok tohto snaženia bol pozitívny a pre dieťa prospešný. Dosiahnuť tieto ciele však nie je možné, ak ponecháme rozvoj dieťaťa výhradne na ňom samotnom. Je potrebná cielená a zámerná snaha rodičov usmerňovať tento proces, čo vyplýva aj zo samotnej definície výchovy, ktorú sme uviedli. Túto myšlienku taktiež podporuje Matějček (2005, s. 365) tvrdením, že príznačným rysom rodinnej interakcie je citové zaujatie všetkých zúčastnených. Rodič nemôže byť len akýmsi pozorovateľom detského správania. Je nutné, aby bol účastníkom interakcie. Nemôže ju len sledovať zvonka, pretože každý prejav dieťaťa sa ho osobne dotýka. Na základe pozorovania správania dieťaťa, je zodpovednosťou rodiča usmerňovať ho a jeho prostredie upravovať tak, aby bolo podporujúce rozvoj detskej osobnosti. Na druhej strane nechať dieťaťu primeraný priestor pre sebarealizáciu a vlastnú aktivitu. Výchova teda predstavuje vzájomnú spoluprácu rodičov a detí.

Ide o neľahkú úlohu rodičov udržiavať rodinu ako dobre fungujúci tím. Kopřiva a kol. (2012, s. 79-81), inšpirovaní Adairo, ktorý vymedzuje tri oblasti, o ktoré sa musí dobre fungujúci tím starať, uvádzajú tri oblasti výchovy. Dôležité je, aby sa rodičia starali o všetky tri oblasti súčasne a s rovnakou starostlivosťou.

1. Činnosti a úlohy, ktoré od detí vyžadujeme, pretože sú dôležité pre ich ďalší život (správať sa slušne, mať veci na poriadku, plniť sľuby, dodržiavať hygienu, atď.).
2. Rozvoj osobnosti dieťaťa (vytváranie sebaúcty, sebadôvery, využitie vrodenej dispozícií, zvnútornenie hodnôt, atď.)
3. Starostlivosť o vzťahy medzi rodičmi a deťmi.

Aby rodina fungovala, je podstatné nezabúdať na žiadnu z týchto oblastí a rovnako sa nezameriavať len na niektorú z nich. Oba prípady by mohli mať neblahé následky. Ak by

sa rodičia zameriavali len na činnosti a úlohy pre dieťa a bolo im jedno akým spôsobom ich požadujú, mohlo by to narušiť nie len vzťah s dieťaťom, ale aj jeho sebadôveru, samostatnosť, či zvládanie emócií. Taktiež rozvíjanie dobrých vzťahov na úkor zvyšných dvoch oblastí je rizikové. Ak rodičia zo strachu z konfliktu na dieťa nekladú moc požiadaviek, ukracujú ho o nadobudnutie množstva zručností a schopností, ktoré bude v živote potrebovať. Dieťa môže ostať neprimerane emočne závislé na rodičoch. No ani zameranie sa iba na rozvoj osobnosti dieťaťa nie je správne. Jednoducho povedané, všetky tri oblasti sú úzko späté a vyžadujú si rovnocenný prístup. To prispieva k dobrému fungovaniu rodiny ako tímu, no aj k harmonickému rozvoju detskej osobnosti. Aby to rodičia dokázali dosiahnuť, je nevyhnutné, aby ich zámerné pôsobenie, pravidlá a disciplína boli súčasťou výchovného procesu.

1.3 Pravidlá a disciplína vo výchove

Uviedli sme názory autorov, že je zodpovednosťou rodičov dbať o zdravý vývin detskej osobnosti. Je nevyhnutné prostredníctvom výchovy usmerňovať správanie dieťaťa. Disciplína a jasné pravidlá sú na to vhodnými prostriedkami.

Autori Posse a Melgosa (2002, s. 100) sa vo svojej publikácii zaoberajú aj problematikou disciplíny. Pri jej charakteristike uvádzajú rôznosť pohľadov na ňu. Niektorým sa spája s trestom, iným s úctou voči druhým. Ďalším sa spája so strachom, no druhý vidia jej cieľ vo vytvorení dobrých návykov a korektnom správaní. Mnoho odborníkov sa zhoduje, že disciplína dáva viac slobody, ale vyžaduje viac sebakontroly a teda ide o výchovu k sebaovládaniu. Mal by to byť nepretržitý a systematický výchovný proces, ak má byť pozitívnym faktorom a prinášať dobré výsledky.

„Ak má rodina dobre fungovať a poskytovať rodičom i deťom citové zázemie, potrebuje jasné pravidlá“ (Posse, Melgosa, 2002, s. 110-111). Autori uvádzajú myšlienky, ktoré rodičom majú pomôcť tieto rodinné pravidlá vytvoriť. Pravidlá musí uznávať celá rodina, teda je dobré, keď sa na ich tvorbe podieľa aj dieťa samotné. Potom môže na základe dohody pravidlá prijať slobodne. Je potrebné vyvarovať sa improvizovaným, svojvoľným, subjektívnym či sebeckým pravidlám. Ich formulácia musí byť jasná, presná a ľahko zrozumiteľná aj pre deti. Je vhodné voliť taký počet pravidiel, aby dieťa bolo schopné dodržiavať ich bez toho, aby ho to preťažovalo. Taktiež je potrebné pravidlá pravidelne revidovať, aby vyplývali z aktuálnej situácie v rodine.

Posse a Melgosa (2002, s. 100-101) účel disciplíny vidia predovšetkým v troch bodoch:

1. Predstavuje spôsob získavania sebadisciplíny. Často môže ísť o nezrelosť dieťaťa, ktorá mu zabráňuje aby sa v určitých situáciách rozhodlo správne. Disciplína zvonka by mu mala pomáhať osvojiť si vzory správania. Dieťa zistí, že dobré návyky nemusia prichádzať iba zvonku, ale môžu byť výsledkom vlastnej sebakontroly. Časom získa takú úroveň zrelosti, že disciplínu zvonka nebude potrebovať.
2. Stanovuje rodičovskú autoritu. Potvrdzovanie tejto autority je potrebné najmä v detstve. Ak dieťa prevezme neprimeranú mieru kontroly vzhľadom na svoje schopnosti, bude ju využívať na uspokojovanie vlastných túžob a začne manipulovať s dospelými. Kontrola nad dieťaťom by však mala byť uvoľňovaná postupne a úmerne jeho veku.
3. Vymedzuje hranice, ktoré dieťaťu dávajú pocit istoty. Ak sa obmedzenia, zákazy a uplatňovanie rodičovskej autority využíva primerane a s láskou, potom poskytujú dieťaťu pocit bezpečia a istoty. Následne sa to premieta do zdravého citového vývinu dieťaťa a dobrých vzťahov rodičov a detí.

Pojem disciplína sa na prvý pohľad môže spájať s negatívnymi pocitmi. No ak sa k nej pristupuje správne, tak práve naopak, je pre dieťa ale aj pre vzájomný vzťah dieťaťa s rodičmi prospešná. Uviedli sme jej účely a prínosy pre rodinu. Jedným z nich bolo, že vymedzuje dieťaťu hranice, ktoré mu dávajú pocit istoty. Ďalšie dôvody dôležitosti hraníc vo výchove, no aj možné nedostatky v ich stanovení, uvedieme v nasledujúcej kapitole.

2 ÚSKALIA VÝCHOVY

Vo výchove je potrebné dbať na pravidlá a snažiť sa dieťaťu nimi dať najavo, čo je vhodné a čo už nie. Napriek tomu však vo výchove môžu nastať problémové situácie, ktoré je potrebné vyriešiť. Ich efektívne riešenie napomáha harmonickému rozvoju dieťaťa a taktiež vzťahu rodičov s deťmi. Avšak dlhodobý nezvládnutý prístup môže dieťa trvalo poznačiť. Práve preto v tejto kapitole, okrem problémových situácií, vo všeobecnosti charakterizujeme aj možné problémy v rodičovskom správaní k dieťaťu.

2.1 Nedostatočné vymedzenie hraníc

Autori Posse a Melgosa (2002) vymedzili dôležitosť disciplíny a z nej vyplývajúce vymedzenie hraníc deťom. Rogge (2000, s. 29-31) podporuje toto presvedčenie. Hovorí, že množstvo ťažkostí pri výchove detí, spočíva práve v nedostatočnom vymedzení hraníc. Zásadný problém ľahostajnosti u rodičov vidí v tom, že dlho ignorujú prekračovanie hraníc a tým deti ešte podnecujú. Deti, ktoré takto konajú by si rodičia mali všimnúť, pretože ich to upozorňuje na to, že pravidlá je potrebné nejakým spôsobom rozšíriť, či pozmeniť. Rodičia, ktorí sú vo výchove ľahostajnejší, sa často namiesto toho uchýľujú k trestom a zákazom. To však nie je vhodný prostriedok pre stanovovanie hraníc. Deti sa potom cítia malé a majú pocit akoby sa s nimi nepočítalo vážne ako so samostatne mysliacimi partnermi. Zákazy a tresty poukazujú práve na to, že chýbajú pravidlá na zvládnutie kritických situácií bežného dňa.

Podobný názor prezentujú aj Kopřiva a kol. (2012, s. 9-13). Zdôrazňujú, že vymedzovanie hraníc vo výchove považujú za nevyhnutné. Keď deti nemajú jasné hranice, strácajú pocit bezpečia. Keď zisťujú, že niekedy hranice platia a inokedy nie, vyvoláva to v nich neistotu a úzkosť. Avšak čistá autorita, samé príkazy, zákazy a tresty nie sú tou správnou cestou. Vyjadrujú presvedčenie, že k deťom by sa malo pristupovať partnersky. Pokladajú ho za nutný k tomu, aby z detí vyrástli kompetentní a zodpovední ľudia so schopnosťou riešiť problémy súčasného sveta.

Autori považujú za teda dôležité, akým sú hranice stanovované. Porovnávajú demokratickú a autoritatívnu výchovu a tvrdia, že *„rozdiel medzi demokratickou a autoritatívnou výchovou nie je v tom, že v tej prvej bolo všetko dovolené a v tej druhej vládli predovšetkým obmedzenia, ale v tom, akými spôsobmi sa stanovujú pravidlá a hranice správania. Jenou vetou by sa to dalo povedať tak, že máme vytvárať hranice nie pre deti, ale*

s deťmi“ (Kopřiva a kol. 2012, s. 13). Z uvedeného vyplýva, že proces vymedzovania hraníc vo výchove by mal byť založený na vzájomnej úcte a rešpekte. Rovnako uvažuje aj Dreikurs (1992, s. 83), ktorý hovorí, že *„život v demokratickom usporiadaní je postavený na vzájomnom rešpekte. Vo vzťahu nie je rovnocennosť, ak sa iba jednej z osôb dostáva úcty. Musíme si byť úplne istí, že dieťaťu a jeho právam jasne prejavujeme svoju úctu. vyžaduje si to citlivo hľadať rovnováhu medzi primalými a priveľkými očakávaniami.“*

Disciplína a tvorba rodinných pravidiel vedú k tomu, aby vo výchovnom procese boli stanovené hranice. Napriek tomu však môže dochádzať k ich prekračovaniu. To poukazuje na to, že vo výchovnom vzťahu určité pravidlá pravdepodobne chýbajú (Rogge, 2000, s. 70).

- Pravidlá a hranice sú často formulované nejasne či nejednoznačne, alebo ostávajú skryté. Deti majú snahu testovať, čo v určitých situáciách môžu a čo nie. Aby to vedeli, je teda potrebná jasná formulácia.
- Rodičia sa nedomáhajú vlastných hraníc. Často argumentujú v rovine „sa“. Ale práve hovorenie v osobnej forme, teda na rovine „ja“, vytvára osobné hranice, podľa ktorých sa deti môžu orientovať. Napomáha to tiež rozlišovať medzi kritikou veci a kritikou osoby.
- Nerozhodne artikulované stanovenie hraníc. Je potrebné dať deťom najavo, že vytýčenie hraníc je myslené vážne.
- Kritiku veci nesmieme zamieňať s kritikou osoby. Deti potrebujú cítiť, že ich prijímaťme aj v prípade, že pravidlá porušili. To podporuje ich ochotu k spolupráci na zmene.
- Prehnané či neprimerané hranice deti pociťujú ako trest a často dochádza k boju v podobe ich porušovania. Je potrebné v spolupráci s dieťaťom pravidlá preformulovať.
- Je nutné mať premyslené logické dôsledky a prirodzené následky pri porušení pravidiel. Iba vtedy sa dajú dodržať.

Deti rodičov skúšajú. Testujú hranice, kam môžu zájsť, čo si môžu dovoliť. Napriek stanoveným pravidlám a disciplíne sa rodičia s deťmi dostávajú do situácií, ktoré je potrebné vyriešiť. Také situácie, v ktorých sa rodič musí rozhodnúť, akým spôsobom k nej pristúpi. Situácie, kedy nastane problém. V práci ich nazývame problémové situácie

a v nasledujúcej kapitole, okrem iného uvádzame, čo konkrétne si pod týmto pojmom predstavujeme.

2.2 Problémové situácie – nevhodné správanie detí

Pojem *problémová situácia* je veľmi široký a možno si pod ním predstaviť rôzne okolnosti. Máme na mysli také chvíle, kedy sa dieťa nespráva ideálne, alebo robí niečo, čo rodič pokladá za nesprávne.

Problémových situácií v rodine môže byť množstvo. Majú rôznu dobu trvania a taktiež rôznu mieru závažnosti. Úrad práce, sociálnych vecí a rodiny radí medzi najčastejšie problémové správanie detí klamstvá, záškoláctvo, úteky z domu, prejavy agresie, zneužívanie drog a závislosti. Tu však vo väčšine prípadoch ide o závažné problémy, ktoré si vyžadujú komplexnejší a dlhodobejší prístup k ich riešeniu.

Menej závažné je také správanie detí, ktoré sa v rodine vyskytuje vo všedný deň. Ide o chvíle veľmi bežné. Napr. odvrávanie, neochota splniť požiadavku rodiča, teda neposlušnosť dieťaťa, alebo situácie, kedy dieťa donieslo zlú známku, na niečo/nieкого sa sťažuje, niečo rozbilo, klame, nesplnilo svoje povinnosti, alebo ich splnilo nedostatočne atď. Teda ide o chvíle sprevádzajúce bežné dni v rodine. Rodič je postavený pred situáciu, na ktorú musí nejakým spôsobom reagovať. „*Najčastejšie uvádzaným popisom neprijemných prejavov detí býva „neposlušnosť“.* Čo ale neposlušnosť vlastne je? *Neposlušnosťou označujeme my dospelí také detské správanie, ktoré pokladáme za neprijateľné a nevhodné. Nevhodné správanie detí má rôzne príčiny a je potrebné o nich v pokoji popremýšľať a v krízových situáciách ich mať na pamäti*“ (Lacinová, Škrdlíková, 2008, s. 132).

Takéto správanie dieťaťa teda musí mať svoj dôvod, niečo ním chce dosiahnuť. Aké sú ciele takéhoto problémového správania formuluje Dreikurs (1992, s. 55-63). Dieťa potrebuje niekam patriť. Ak všetko ide dobre, dieťa má málo problémov. Robí to, čo situácia vyžaduje a cez svoju užitočnosť získava zmysel spolupatričnosti. Ak však dieťa niečo odradí, záujem dieťaťa sa odvráti od spolupráce so skupinou a zmení sa na zúfalý pokus sebarealizácie cez iných ľudí. Dieťa celú svoju pozornosť obráti smerom k cieľu nájsť si svoje miesto. Pozornosť si bude získavať pomocou priateľského alebo rušivého správania. Obe slúžia na dosiahnutie jeho zámeru. Je dôležité pochopiť tieto chybné ciele dieťaťa, aby rodič vedel k situácii správne pristupovať. Ide o štyri nasledovné ciele:

1. Túžba po nadmernej pozornosti – dieťa sa všemožne snaží získať pozornosť rodiča, pretože chybné nadobudlo dojem, že niečo znamená, len ak je v centre pozornosti. Tú si môže získať aj priateľským spôsobom, jeho cieľom však ostáva radšej získať pozornosť, ako sa zapojiť. Dieťa samozrejme potrebuje pozornosť rodiča, je však potrebné rozlišovať medzi patričnou a nadpriemernou pozornosťou.
2. Boj o moc – často k nemu dochádza práve po tom, čo sa rodič silou pokúsil zabrániť požiadavkám dieťaťa na pozornosť. Dieťa potom používa moc, aby porazilo rodiča. Má dojem, že ak sa podriadi rodičovskej moci, stratí vlastnú cenu. Niektoré deti prežívajú strach, že ich porazí väčšia sila a tak sa snažia demonštrovať svoju vlastnú moc. Rozhodne nie je vhodné skúšať poraziť mocou opité dieťa.

Ktokoľvek by vyhral tento boj, nebolo by to správne. Dieťa sa nemá učiť, že dôležité je vyhrať, či podriaďovať sa každej vyššej moci, ale mať svoju vlastnú snahu a motiváciu správať sa slušne. Keď sa výchova zvrtné na boj o moc, tak prehrávajú všetci (Kopřiva a kol., 2012, s. 20-21).

3. Odplata – vzniká zo zintenzívneného boja o moc, kedy sa rodič aj dieťa snažia podmaniť si toho druhého. Dieťa začína pokladať odplatu za jediný prostriedok, ktorý mu dá pocit významnosti a dôležitosti. Má totiž pocit, že nemá žiadnu moc a nemajú ho radi a rátať sa s ním bude, len ak zraní druhých tak, ako oni zranili jeho. Za chybný cieľ dieťa vtedy volí odplatu, či pomstu.
4. Vyhýbanie sa zlyhaniu – dieťa demonštruje svoju neschopnosť, aby sa vyhlo zlyhaniu. Ide o deti úplne odradené, ktoré to radšej vzdajú, pretože majú pocit, že nemajú žiadnu šancu uspieť. Preto začnú zveličovať akúkoľvek svoju skutočnú či vymyslenú slabosť, aby sa vyhlo požiadavkám, pri ktorých sa obáva zlyhania.

Je však dôležité brať na vedomie niekoľko faktov. Dieťa si svoje chybné ciele nevedomuje a preto nie je vhodné o nich dieťaťu priamo hovoriť. Rodič sa ocitne v situácii, kedy mu na základe pochopeného cieľa, začne dávať správanie dieťaťa väčší zmysel a má možnosť začať konať správnym spôsobom. Tieto štyri chybné ciele správania dieťaťa sú zrejme u menších detí. V období, kedy si dieťa snaží nájsť miesto medzi dospelými, môžeme tieto ciele pozorovať. Avšak pre okolo jedenásť ročné dieťa sa kolektív rovesníkov stáva dôležitejší a tak rozvíja svoje správanie takým smerom, aby sa začlenilo medzi nich.

Vtedy už rušivé správanie dieťaťa nemožno vysvetliť jednoducho spomínanými štyrmi cieľmi, pretože sa vyskytujú už aj ďalšie motívy takéhoto správania (Dreikurs, 1992, s. 60-62).

Na prvý pohľad možno často ide o také prípady, ktoré rodičia nepovažujú za závažné, neprikladajú veľkú váhu tomu ako presne zareagujú, či aké slová použijú v danej chvíli. No práve v každej podobnej chvíli rodič svojou reakciou dáva dieťaťu najavo, čo je ešte v medziach a čo ich už prekračuje. Každá takáto situácia prispieva k vymedzovaniu hraníc. Zároveň si dieťa z reakcií rodičov vytvára o sebe obraz. „*Prostredníctvom pohľadu druhých ľudí na nás si ujasňujeme, kým sme, akí sme a čo dokážeme.*“ (Helus, 2004, s. 139). Práve preto je dôležité dávať pozor na to, aký celkový postoj, prístup a aké reakcie rodič volí voči dieťaťu.

Často môžu mať rodičia dojem, že keď dieťa neposlúcha, je potrebné dať mu najavo „kto je tu pán“ a tak dosiahnuť, aby spravilo, čo po ňom chceme. Dieťa jednoducho musí poslúchať. V ďalšej podkapitole však ukážeme opak tohto pohľadu. Zároveň sa budeme venovať aj ďalším možným chybám, ktorých sa rodičia často dopúšťajú v rámci pôsobenia na dieťa.

2.3 Chyby v prístupe rodičov – nevhodné výchovné štýly

Ako sme už uviedli, pravidlá, disciplína a vymedzenie hraníc dieťaťu sú nevyhnutné v procese výchovy. Rodičia mylne môžu mať pocit, že využitie kriku, hrozby trestu, vyhrážok, či ďalších podobných výchovných postupov nie je problém. Dieťa predsa nakoniec urobilo presne to, čo chceli a čo považovali za správne. No už v prvej kapitole sme naznačili, že nesmierne dôležitý je spôsob akým sú deťom pravidlá či reakcie komunikované. Každý autor citovaný v prvej kapitole, dáva do popredia potrebu rešpektu. Či už pri samotnom určovaní pravidiel, alebo riešení konkrétneho problému. Nejde len o rešpektovanie rodičov dieťaťom, ale aj naopak. Rešpekt, úcta a uznanie by mali byť vzájomné.

„*Kto stanovuje deťom hranice, musí rešpektovať, že aj deti stanovia svoje hranice...Hranice nemajú nič spoločné s trestom, hrozbou, pohrdaním alebo lámaním vôle. Kto stanovuje hranice, môže to robiť len na základe bezpodmienečnej úcty k dieťaťu. K tomu však musí byť vychovávateľ taktiež osobnosťou, ku ktorej je možné mať úctu. Viac ako kedy inokedy, potrebujú deti ľudské authority stelesňujúce humanitu. Authority, podľa ktorých sa deti môžu orientovať*“ (Rogge, 2000, s. 128).

Práve na to rodičia často zabúdajú. Nemalo by ísť len o nejaké príkazy zhora, ktorými je dieťa donútené niečo spraviť. Ale ako píše Kopřiva a kol. (2012, s. 14), rešpekt zahŕňa dve veci. Prvou je svojim správaním nezraňovať ľudskú dôstojnosť dieťaťa. Teda nedovoliť si k nim nič, čo nechceme, aby si dovolili oni k nám. Druhou je prijať fakt, že sa od nás môžu odlišovať, bez toho, aby boli lepšie alebo horšie ako my. To však samozrejme neznamená, že by rodič mal v každom prípade akceptovať správanie dieťaťa. Jednať s rešpektom teda neznačí schvaľovať nesprávne konanie. Ide iba o spôsob komunikácie súhlasu, či nesúhlasu rodiča s dieťaťom v určitej situácii.

Ďalšou chybou je, že rodičia si často neuvedomujú, že zdanlivo neškodné vety, môžu mať veľmi negatívne dopady. Konkrétne príklady uvedieme v nasledujúcich kapitolách. No ak rodičia často opakujú určité nesprávne reakcie, dieťa si o sebe spraví negatívny obraz. Prekopová (2010, s. 45) cituje Gordona: *„Pretože zlá mienka vytvorená o sebe v mladosti má sama o sebe tendenciu pretrvať až do dospelosti, ukladá ponížujúce oznámenia do človeka semeno a brzdí ho po celý život. Týmto spôsobom prispievajú rodičia deň za dňom k rozbitiu ega, či sebaúcty detí.“*

Samozrejme, rodič musí byť autorita. *„Veľmi dôležitým rysom osobnosti vychovávateľa je autorita. Je to tá prirodzená prevaha osobnosti vyspelejšej a zrelšej nad osobnosťou ešte sa tvoriacou – prevaha, ktorú dieťa uznáva a prijíma ako určitú oporu. Autorita rodičov predstavuje pre dieťa pevný oporný bod v neistom, neznámom a nebezpečnom svete“* (Matějček, 2007, s. 44). Treba však rozlišovať autoritu v zmysle moci a v zmysle vplyvu. Píšu o tom Kopřiva a kol. (2012, s. 19-21). Autorita v zmysle vplyvu je prirodzená autorita a tá je v procese výchovy žiaduca. Má pozitívny vplyv, pretože poskytuje vzor súčasne s pocitom bezpečia. Dôvodom je, že má na dieťa vplyv niekto, kto sa k nemu správa s rešpektujúcim spôsobom a ono si ho práve pre to aký je váži. Ak však vo výchove ide o boj o moc, nikto nevyhráva. Dieťa môže získať mylnú mienku, že ide o to kto vyhrá a nie o dobré správanie. Mocenská autorita môže mať dva dopady a to vzburu, alebo poslušnosť. Napriek tomu, že rodičia často poslušnosť pokladajú za želaný cieľ výchovného pôsobenia, autori nesúhlasia. Vo výchove predsa nejde o to, aby sa dieťa naučilo podriaďovať niekomu nadriadenému. Ale aj ako sme uviedli v prvej kapitole, jedným z cieľov výchovy je seba-výchova. A teda znútorňovanie noriem, či hodnôt. Ich prijatie za svoje vlastné. Ide o to, aby sa dieťa rozhodlo konať správne a nie, aby bolo donútené konať správne.

Nesprávny prístup k situácii nastane aj vtedy, keď je rodič pod vplyvom momentálnych emócií. *„Situácie, kedy sa deti nesprávajú správne, v dospelých vzbudzujú najrôznej-*

šie negatívne emócie – od sklamaní a podráždenosti, až po hnev a zlosť. A ako dobre vieme, emócie blokujú našu schopnosť uvažovať a správať sa s nadhľadom, a navyše ich môžeme len čiastočne ovplyvniť. Niekedy si dokonca uvedomujeme, že to, čo hovoríme, situáciu pravdepodobne ešte zhorší, ale emócie majú v tu chvíľu proste navrch“ (Kopřiva a kol., 2012, s. 26). Práve v takýchto momentoch je jednoduché povedať prvé, čo príde na rozum. Často to môže byť práve to, čo sme počúvali od našich rodičov zafixované v našom podvedomí.

To ako sa rodičia chopia zadávania pravidiel a hraníc vo výchove, aký prístup zvolia, definuje ich výchovný štýl. „Štýl výchovy vyjadruje celkový spôsob výchovy“ Čáp (1980, s. 311). Tento pojem teda v sebe zahŕňa, všetky zámerné ale aj spontánne spôsoby správania rodiča voči dieťaťu, ktoré ovplyvňujú jeho vývoj. Autorom klasického rozdelenia štýlov je psychológ Kurt Lewin. Zhotovil ho v tridsiatych rokoch minulého storočia na základe pozorovania štýlu vedenia v experimentálnych detských skupinách. Nevychádza teda z pozorovania správania rodičov. Táto typológia má preto obmedzenú hodnotu, napriek tomu sa často využíva. Ide o tri základné typy výchovných štýlov (Langmeier, Krejčířová, 2006, s. 269).

1. Autoritatívny štýl – kladie dôraz na bezpodmienečné podriadenie sa dieťaťu a autorite rodiča a z toho vyplývajúca poslušnosť bez dlhých diskusií.
2. Liberálny štýl – nazývaný tiež “laissez-faire“, ponecháva dieťaťu čo najväčšiu slobodu a voľnosť, bez obmedzenia jeho vlastnej aktivity.
3. Demokratický štýl – za dôležité pokladá dieťa rešpektovať a ponechať mu právo rozhodovať o sebe primerane jeho veku. Rodič predstavuje akéhosi partnera, ktorý dieťa zároveň učí poznať zodpovednosť voči druhým ľuďom. Taktiež tento štýl kladie dôraz na spoločný rozhovor a spoločné hľadanie riešenia konfliktov.

Vo väčšine prípadoch nie je možné štýl výchovy v rodine priradiť do jednej z uvedených možností. Môžu byť rozdiely v prístupe medzi rodičmi, ale aj jeden rodič sa môže v rôznych situáciách prikláňať k jednému zo spomínaných štýlov viac, teda je často využívaná ich kombinácia. Aj Čáp (1980, s. 311) tvrdí, že ide o schému užitočnú, ale až príliš zjednodušenú. Aby bolo možné do nej zaradiť všetky prípady, bolo by potrebné rozšíriť ju o ďalšie štýly a taktiež štýly prechodné alebo zmiešané.

Neskôr vznikla snaha odstupňovať výchovné štýly rodičov v niekoľkých dimenziách. Napriek tomu však neexistuje jediná všeobecne uznávaná klasifikácia. Langmeier, Krejčíř-

řová (2006, s. 270) uvádza, že najznámejším je Schaeferov cirkumplexný model, ktorý stupeň výchovného prístupu hodnotí v dvoch nezávislých dimenziách: láska – hostilita, autonómia – kontrola. Ďalší autori dospeli k trom dimenziám, iný k desiatim a viac. Řezáč (1998, s. 199) uvádza, že najčastejšie bývajú rozlišované nasledujúce dimenzie štýlu pri výchove detí v rodine: náročnosť – nenáročnosť, direktívnosť – nedirektívnosť, citová zainteresovanosť – citový chlad, tvorivosť – netvorivosť (rigidita) prístupov, vnútorná motivovanosť – vonkajšia motivovanosť dieťaťa, stimulácia – nonstimulácia (nedostatočná stimulácia), adekvátne očakávania – neadekvátne očakávania (neprimerané). Na základe čoho, je nevhodný štýl charakteristický nenáročnosťou, direktivitou, citovým chladom, minimom tvorivosti, vonkajšou motiváciou (napr. donucovanie, manipulácia), nedostatočnou stimuláciou a neadekvátnymi očakávaniami od dieťaťa.

Nebudeme popisovať všetky modely dimenzií, no na ich základe autori Langmeier, Krejčířová (2006, s. 270) popisujú vyslovene nevhodné a pre vývoj dieťaťa škodlivé výchovné štýly.

- Rozmaznávajúca výchova – kedy rodičia vyhovejú každému detskému prianiu.
- Zavrhujúca výchova – kedy sú zo strany rodiča dávané dieťaťu najavo city odmietania a nesúhlasu. Je často využívaný rodičmi s nízkou sebadôverou, ktorí bránia prejavom dieťaťa, ktorých sa obávajú sami u seba.
- Nadmerne ochraňujúca výchova (hyperprotektívna) – rodičia snahou ochrániť dieťa pred každým rizikom oberajú dieťa o možnosť nadobúdať nevyhnutné schopnosti.
- Perfekcionistická výchova – nadmerné požiadavky rodičov na dokonalosť a perfektné výkony dieťaťa.
- Nedôsledná výchova – buď ide o veľký rozdiel v prístupe medzi rodičmi, alebo rodič kolíše medzi extrémom prísnosti a povolnosti.
- Zanedbávajúca, týrajúca, zneužívajúca výchova – ide o prípady vyslovene ohrozujúce vývoj dieťaťa.

Podobne aj autor Řezáč (1998, s. 200) klasifikuje štýly nevhodného prístupu k dieťaťu. Klasifikácia sa zhoduje s vymedzením nevhodných výchovných štýlov predchádzajúcich autorov s tým, že hyperprotektívny prístup autor označuje ako úzkostný a zavrhujúci prístup ako potlačujúci. Okrem nich však uvádza ďalšie a to:

- Proklamatívny prístup – tak trochu sa jedná o nejednotnú výchovu. Aj tu ide o dvojaké očakávania, avšak nejde o rôzny prístup rodičov, ale o rozdiel medzi „úmyslom“ a „realitou“.
- Povoľný prístup – ide o štýl prístupu, ktorý síce deklaruje možno aj správne normy, ale väčšinou ustúpi pri ich presadzovaní.
- Nedôsledný prístup – na rozdiel od povoľného prístupu, ktorý má celkovo nenáročné požiadavky, nedôsledný prístup sa vyznačuje veľmi nátlakovou a náročnou výchovou, avšak nie je dotiahnutá v naplňovaní cieľov.
- Podplácajúci prístup – dieťa je neustále odmeňované aj za bežné aktivity.
- Protekčný prístup – dieťa sa často stáva pre rodičov akýmsi prostriedkom k súpereniu s niekým ďalším, alebo paradoxne samých so sebou. Dostáva sa mu viac pozornosti ako nejakému inému dieťaťu.
- Skleníkový prístup – ide o také pôsobenie na dieťa, ktoré ho formuje iba vo vzťahu k normám danej rodiny. Z čoho vyplýva, že dieťa môže perfektne fungovať v rámci svojej rodiny, no mimo nej zlyháva.
- Moralizujúci prístup – tento typ pôsobenia je charakteristický dominanciou noriem a sankcií. Ide teda o naplňovanie poriadku a pravidiel.
- Puntičkárske prístup – rodičia prehnane sledujú každý prejav dieťaťa a neustále ho poučujú a radia mu, čo dieťa neurotizuje.
- Autoritársky prístup – je prejavom nesprávne chápanej autority rodiča, ako automatickej prevahy danej rodičovstvom. Prejavuje sa nátlakom, odmietaním dieťaťa.

Celkový spôsob výchovy teda môže vyzerat' rôzne. Od demokratického, rešpektujúceho, cez prístup prehnane autoritatívny až po možnosť, ktorou je zanedbávajúca výchova v rôznej miere. Existuje množstvo možností, ktoré určujú spôsob akým sa rodič postaví k výchove dieťaťa. Výchovný štýl rodiča je definovaný každým rozhodnutím, konaním, zákazom, príkazom, odmenou, či vetou rodiča. Tie sa odlišujú od človeka k človeku. Rozdiely sú podľa autorov badateľné aj medzi ženami a mužmi. Lacinová, Škrdilová (2008, s. 104) uvádzajú, že vďaka vrozeným dispozíciám, a najmä rozdielnej výchove dievčat a chlapcov, existujú rozdiely medzi „mužskou“ a „ženskou“ výchovou. Aj Oravcová a kol. (2007, s. 21) píše, že ženy preferujú viac demokratické, partnerské usporiadanie rodiny.

Muži naopak patriarchálne, autoritárske usporiadanie. Ďalší pohľad je opačný. Matka má v rukách výchovu a preto musí byť prísna a dávať deťom hranice, byť autoritou. Otec je ten benevolentný, ten čo deťom viac dovolí. V konečnom dôsledku sa zdá, ako uvádza Oravcová a kol. (2007, s. 21) že „vo všetkých kultúrach je možné, aby sa partneri v rodičovskej role plne striedali, zastupovali a plnili všetky úlohy spojené so starostlivosťou o dieťa rovnako kvalitne. Je síce tradíciou, že starostlivosť o deti je viac záležitosťou ženy, ale mnohé príklady života ukazujú, že muž sa dokáže rovnako kvalitne postarať o dieťa, ak pred neho životné udalosti túto úlohu postaví.“

Každá situácia v každodennom rodinnom živote prispieva k formovaniu celkového spôsobu výchovy. Predovšetkým problémové situácie, ktoré sme vymedzili poskytujú priestor na formovanie nie len výchovného štýlu rodiča, ale aj vzájomného vzťahu s dieťaťom a samozrejme samotnej osobnosti dieťaťa. Reakcie rodiča v takýchto chvíľach sú teda jedným z rozhodujúcich momentov výchovy.

Na procese utvárania rodičovského spôsobu výchovy sa významne podieľa aj dieťa samotné. A to predovšetkým svojou spätnou väzbou, ktorú od svojho narodenia rodičom poskytujú. V ideálnom prípade je rodič schopný tieto prejavy dieťaťa zmysluplne vyhodnotiť a prípadne svoje správanie zmeniť. V ďalších prípadoch rodič často zotrúva v overených vzorcoch správania sa. Nejde však o to, dieťaťu naplno vyhovieť a tým zničiť rodičovskú autoritu. Základom spätnej väzby dieťaťa je upevňovanie efektívnych výchovných praktík rodičov (Lacinová, Škrdlíková, 2008, s. 59).

Avšak „*chybám sa nedá vyhnúť. A je to tak dobre. Nie je však potrebné robiť zbytočné chyby*“ (Prekopová, 2010, s. 40). Ako každý, aj rodičia môžu chybovať. To patrí k životu, aj na základe chýb sa človek učí. Dieťa ani nepotrebuje v každej chvíli stopercentne dokonalého rodiča. Potrebuje rodiča láskyplného, rešpektujúceho, prijímajúceho dieťa také aké je. Je však dôležité vyvarovať sa zbytočným a hlavne dlhodobým chybám, aby nemali pretrvávajúce následky. „*Aj chyby vo výchove a zlé životné podmienky majú v živote zmysel, len je nutné všetko dobre pochopiť a dokázať ich zhodnotiť*“ (Lacinová, Škrdilová, 2008, s. 40). Autorky považujú bolesti, ktoré si nesieme z detstva za niečo, čo utvára jedinečnosť človeka. Poukazujú na to, že ich následky často nie sú fatálne a nezmeniteľné, len je potrebné s nimi pracovať.

Aké sú nevhodné rodičovské štýly výchovy sme už popísali. V nasledujúcej kapitole konkrétne uvádzame, ktoré komunikačné spôsoby rodičov autori pokladajú za efektívne, a ktoré za neefektívne.

3 NEEFEKTÍVNE VERZUS FEKTÍVNEKOMUNIKAČNÉSPÔSOBY

Časté chyby v prístupe rodičov k deťom sme vo všeobecnosti uviedli v predchádzajúcej kapitole. Využívanie mocenskej autority, nedostatočný rešpekt k dieťaťu, podľahnutie emóciám – všetko sú to reakcie, ktoré v problémovej situácii nie sú produktívne. Taktiež sme popísali nevhodné výchovné štýly rodičov. Matějček (2007, s. 38) hovorí, že „*keď sa budeme pýtať jednotlivých rodičov, aké výchovne prostriedky používajú, bude ich vymenúvanie dosť bohaté, ale v podstate sa dá rozdeliť do našich dvoch kategórií – „po dobrom“ a „po zlom“.*“ My ich klasifikujeme ako efektívne a neefektívne spôsoby a venujeme sa im práve v tejto kapitole.

Prechádzame od všeobecného delenia výchovných štýlov, chýb rodičov, či nevhodného správania sa detí, ku konkrétnemu. V nasledujúcich častiach práce, uvádzame konkrétnu klasifikáciu neproduktívnych, či neefektívnych komunikačných spôsobov podľa rôznych autorov. Taktiež konkrétne príklady, teda pohľad na to, ako ich využívanie vyzerá v praxi a aké pocity môžu v dieťati vyvolávať a dlhodobo zanechať. Samozrejme nevynecháme ani spôsoby prínosné a efektívne, ich triedenie a výhody ich využívania.

3.1 Komunikácia v rodine a jej nedostatky

Komunikácia ako taká sprevádza každodenný život každého jednotlivca. Človek nevyhnutne potrebuje niekam patriť, potrebuje mať pocit príslušnosti. Kontakt s inými ľuďmi mu sprostredkúva práve komunikácia. Má teda veľký význam pre každého človeka. Môžeme ju charakterizovať ako „*proces, ktorým sa uskutočňuje odovzdávanie, výmena informácií medzi dvomi účastníkmi sociálnej interakcie, t.j. tým, kto informáciu vysielal (emitent – odosielateľ) a tým, kto informáciu prijíma (percipient – prijímateľ)*“ (Oravcová, 2004, s. 102).

Komunikácia však má oveľa hlbší význam ako výmenu informácií. Pretože „*nedochádza len k výmene obsahu informácie, ale komunikovaný je aj postoj k hovorenému, postoj ku komunikantovi, postoj k sebe samému, pravidlá interakcie*“ (Oravcová, 2004, s. 127). Na základe komunikácie človek vytvára a udržiava vzťahy s druhými. Hayesová (2003, s. 29) tvrdí, že je základom sociálnej interakcie. Od druhých prijímame správy prostredníctvom reči, písmen a tiež cez mnoho neverbálnych komunikačných signálov. Rôzne druhy komunikácie sprevádzajú každý deň v živote človeka.

Verbálna, teda slovná komunikácia je sprevádzaná tou neverbálnou. Telesný kontakt, dotyky, vzájomná orientácia komunikujúcich, mimika, očný kontakt, gestá, pohyby a držanie tela, tón a hlasitosť reči, intonácia, odmlky sú všetko varianty neverbálnej komunikácie, ktoré podstatne dopĺňajú komunikáciu slovnú (Vágnerová, 2005, s. 298-301).

Napriek tomu, že zohráva takú dôležitú rolu v ľudských životoch, nie vždy prebieha bez problémov. Efektívnu komunikáciu môže narúšať nedostatok komunikačných zručností, ale taktiež využívanie typických zlovykov komunikácie. Ako uvádza Oravcová (2004, s. 127), vyskytujú sa na oboch stranách komunikačného procesu a nazývajú sa bariéry komunikácie. Medzi základné chyby hovoriaceho človeka patrí prikazovanie, vyhrážanie sa, poskytovanie nežiaducich rád, neurčitost' vyjadrovania, povýšenecké správanie, hranie sa na psychológa, vyhýbanie sa riešeniu problémov a zatajovanie informácií.

Chyby môže robiť aj človek, ktorý je v roli počúvajúceho. Medzi najčastejšie patrí skákanie do reči v presvedčení, že vie, čo chcel hovoriaci povedať. Ďalšou chybou je počúvanie povrchné, predbiehanie myšlienok, pričom sám počúvajúci priveľa rozpráva, alebo si namiesto počúvania v myslí chystá protiargumenty. Neefektívne je taktiež počúvanie slov bez snahy hľadať súvislosti, či reagovanie mimo hovorenej témy. Medzi ďalšie chyby patrí nekonštruktívna, emocionálna reakcia na kritiku, nesúlad medzi verbálnou a neverbálnou komunikačnou zložkou (dvojitá väzba), používanie reakcie „áno, ale –“, či vyjadrovanie sa pomocou zovšeobecňovania.

Síce ide o chyby v komunikácii ako takej, s mnohými z nich sa podrobnejšie stretneme v nasledujúcich častiach práce. Pre nás je dôležitá práve komunikácia v rodine, konkrétne medzi rodičom a dieťaťom. Preto budú efektívne a neefektívne komunikačné spôsoby aplikované do tohto prostredia. Okrem toho, že komunikácia vytvára rodinnú klímu, formuje ich vzájomný vzťah, zároveň poskytuje priestor na výchovné pôsobenie rodiča a formovanie osobnosti dieťaťa. Najdôležitejšie však je, že prostredníctvom komunikácie možno naplniť pre dieťa tak nevyhnutnú potrebu niekam patriť, cítiť sa milované a prijímané.

Ale tak ako existujú bariéry v komunikácii všeobecne, tak aj konkrétne v rodinnom prostredí existujú určité komunikačné prekážky. Posse a Melgossa (2001, s. 23) popisujú tieto bariéry v rodinnej komunikácii. Prvou je neustály stres spôsobený rýchlym životným štýlom, moderným spôsobom života a množstvom záväzkov, ktoré rodina má. Možno aj v dôsledku toho sú vzťahy so susedmi či širšou rodinou obmedzené, napriek tomu, že

v minulosti boli udržiavané. Ďalšou prekážkou je nepochopenie individuálnych zvláštností a rozdielov v temperamente. Nadmerné zaujatie vlastnými záležitosťami spôsobuje slabý záujem či kontakt s druhými. Posmešky, kritickosť, ponížujúce poznámky voči deťom poškodzujúce slobodu prejavu dieťaťa. Predsudky, ktoré vedú k posudzovaniu člena rodiny bez poriadneho vypočutia. Nedostatok trpezlivosti a múdrosti pri hľadaní najlepšieho riešenia. Nedosiahnutie kompromisov v dôsledku prehnanej tvrdohlavosti v postojoch. Prehnané sebazdôrazňovanie namiesto nápomocného prístupu. A v neposlednom rade aj nadradený alebo diktátorský prístup jedného člena k druhému. Všetko sú to prekážky brániace efektívnej komunikácii medzi členmi rodiny. Úzko súvisia a s nevhodným prístupom rodičov, ktorý sme popisovali a taktiež s nasledujúcimi komunikačnými spôsobmi, ktoré ešte uvedieme.

Keď vznikne nejaká problémová situácia, je dôležitá reakcia rodiča. Nejde len o to čo urobí či povie, ale aj o to ako. Je podstatný konkrétny spôsob, tón, konkrétne vety rodiča. V nasledujúcich častiach práce uvádzame ako by v takej situácii komunikačný spôsob rodiča nemal vyzerat', zároveň však k nemu vhodnú alternatívu.

3.2 Neefektívne komunikačné spôsoby v problémových situáciách

Napriek tomu, že rodičia chcú pre dieťa to najlepšie, stáva sa, že sa uchylujú k nesprávnemu konaniu v danej situácii. Nie úmyselne využívajú spôsob, ktorý danému problému neprospieva. Aké chyby rodičia robia sme uviedli v predchádzajúcej kapitole. Ale prečo sa tak deje a teda dôvody, prečo rodičia používajú neúčinné spôsoby, vymedzujú Kopřiva a kol. (2012, s. 26).

1. Sociálne učenie – to, čo sa človek naučí v detstve v ňom pretrvá až do dospelosti. Je to učenie nápodobou, veľmi intenzívne, rýchle a trvanlivejšie ako učenie bežné. Vety, ktoré sme počúvali od rodičov a možno nám boli aj nepríjemné, často v dospelosti využívame pri výchove vlastných detí, pretože z nás plynú akosi automaticky. Aj Lacinová, Škrdilová (2008, s. 61) píšú, že „*sami rodičia sú behom svojho vlastného vývoja vystavovaní modelu rodičovského pôsobenia, a tak si osvojujú vzorce rodičovských odpovedí, ktoré neskôr imitujú.*“
2. Emočný stav – ktorý je často silnejší ako človek sám.
3. Neznalosť iných spôsobov – rodič si je vedomý toho, že to čo hovorí nie je správne, ale nepozná iný spôsob.

Sú chvíle kedy rodič nezvládne situáciu či vie, alebo nie ako by mal správne reagovať. Ako sme už spomínali, každý robí chyby. A ako tieto chyby v prístupe k dieťaťu vyzerajú v praxi charakterizuje nasledujúca časť našej práce.

3.2.1 Neefektívne spôsoby podľa Kopřivu kol.

Ako prvé uvádzame neefektívne spôsoby rodičov v problémovej situácii podľa Kopřivu a kol., ktorí ich podrobne klasifikujú a rozoberajú. Ku každému uvádzajú aj správnu alternatívu. Teda ako by mal rodič ideálne v danej situácii zareagovať.

Autori odporúčajú zamyslieť sa nad jednotlivými vetami a predstaviť si, že sme dieťaťom, ktoré ich počulo. Rodičia by si mali položiť otázky, aké sú ich pocity, čo im beží v takej chvíli hlavou, čo by najradšej urobili alebo povedali a čo si po vypočutí takých slov myslia sami o sebe.

Nasledujúce klasifikácie podľa Kopřivu a kol. (2012, s. 30-46), ako píš, sú uvedené tak, ako ich vymedzili Adele Faberová a Elaine Mazlishová vo svojej knihe „How to Talk so Kids Will Listen & Listen so Kids Will Talk“ (Ako hovoriť, aby deti počúvali, ako počúvať, aby deti hovorili, 1980). Samé autorky uvádzajú, že boli inšpirované kurzami amerického psychológa Haima Ginotta. Klasifikáciu sprevádzajú konkrétne príklady jednotlivých spôsobov komunikácie, ktoré sú taktiež citované podľa Kopřivu a kol.

1. Výčitky, obviňovanie - Ty zase (vždycky, nikdy, stále)...! Keby si aspoň...

Konkrétny príklad: „Zase si si neupratala to školské oblečenie! Kto sa má stále na ten neporiadok pozerat? To ti to naozaj musím vždy pripomínať?“

Takýto spôsob môže vyvolať mnoho negatívnych pocitov ako hnev, chuť niečo nepekne povedať, pocit krivdy v prípade, že inokedy to upratala hneď, ale to si nikto nevšimol, pocit nezodpovednosti, neschopnosti či lenivosti. Napriek nim dieťa neochotne môže požiadavku splniť, ale dôležitý je motív. Ak to dieťa robí, aby malo pokoj, alebo sa vyhlo trestu, nie je to správne. Ako sme už uvádzali nie je dôležité, aby rodič donútil dieťa niečo spraviť, ale aby deti pochopili zmyslupnosť vecí a vnútorne prijali hodnoty a normy, ktoré sa im rodičia snažia predať. V tomto prípade však matka hovorí nahnevane a používa slová, ktoré automaticky vyvolávajú negatívne pocity. Takto dochádza k nedorozumeniu medzi tým, čo matka chcela povedať (Očakávam poriadok.) a tým ako dieťa vypovedané prijalo (Myslím si, že si nemožná.).

Správne by matka mala použiť pokojný alebo vecný tón hlasu a vyjadriť svoje očakávania iným spôsobom. *„Eva, vidím, že tu ostalo tvoje tričko. Bola by som rada, keby sme v spoločných priestoroch udržiavali poriadok tak, ako sme sa dohodli.“* Alebo len *„Eva, tvoje tričko!“* O aké efektívne spôsoby sa jedná a ktoré je ešte možné využiť, zhrnieme v ďalšej časti práce.

2. Poučovanie, vysvetľovanie, moralizovanie – Mal/a by si si uvedomiť, že...

Konkrétny príklad: *„Kolkokrát som ti už hovorila, že bez pravidelnej prípravy do školy, nemôžeš mať naozaj dobré výsledky. Ty si si myslel, že pred skúškami môžeš pokojne sedieť celé dni pri počítači. Ak chceš niečo dokázať, musíš sa snažiť. To by ma zaujímalo, čo teraz budeš robiť.“*

V tomto prípade môže mať rodič pocit, že situáciu zvládol dobre, pretože to dieťaťu vysvetlil a porozprával sa s ním o tom. Lenže si neuvedomuje, že nehovoril s dieťaťom ale iba na dieťa, teda viedol monológ. Nikto nestojí o takého poučovanie. V skutočnosti rodič možno chcel len vyjadriť svoje obavy. Zvolil však spôsob, ktorý v dieťati zanecháva pocit, že si rodič myslí, že je nezodpovedný, či hlúpy. Vyjadriť svoje obavy, alebo hovoriť o zásadách, pravidlách či dôsledkoch je určite dôležité. Nemá to však veľký význam v konflikte a taktiež treba dbať na to, aby šlo o dialóg. Čím viac sa dieťa bude podieľať na rozhodovaní o veciach, ktoré sa ho týkajú, tým väčší pocit zodpovednosti za ich dodržiavanie to v ňom vyvolá.

3. Kritika, zameranie na chyby – Toto si urobil/a zle!

Konkrétny príklad: *„Ten koberec si povysával zle, nechal si tam veľa omrvíniek.“*

Takáto reakcia najskôr vyvolá hnev, či pocity menejcennosti. V každom prípade pôsobí negatívne, pretože sa dotýka konkrétne vlastnej hodnoty dieťaťa. Takýto prístup ho ani neinšpiruje, aby to nabudúce zvládlo lepšie.

Rodič by nemal v dieťati zanechávať takéto negatívne pocity. Vhodné by bolo, aby sa najprv zameril na to pozitívne a potom poukázal na to, čo je potrebné zlepšiť. Správnu reakciou by bolo teda poskytnutie spätnej väzby v podobe: *„Vidím, že ten koberec si celkom prekúkol. Len toto miesto by možno bolo dobré prejsť ešte raz.“*

4. Lamentácia, citové vydieranie – Ja (niekto) kvôli tebe...

Konkrétny príklad: *„Zase ma z teba rozbolela hlava. To preto, že si stále tak hlučný.“*

Napriek tomu, že ich cieľom bolo vzbudiť súcit a empatiu, nakoniec vyvolávajú skôr pocit viny či otrávenosť. Dieťa sa cíti tlačené k výčitkám svedomia. Pocity viny je v niektorých situáciách u dieťaťa správny. Ale vtedy, keď ho pociťuje zvnútra. Keď je vyvolávaný zvonka, má to svoje riziká. Keby napríklad mama nakoniec ochorela, mohlo by to spôsobiť dieťaťu traumu, že je za to zodpovedný. V prvom rade, by si malo uvedomiť, že spravilo niečo nesprávne. Je dôležité hovoriť o tom, aké by mohlo mať ich správanie následky, komu by mohlo ublížiť alebo naozaj ublížilo, hovoriť o možnostiach nápravy. Vhodným spôsobom je poskytnúť informáciu: „*Prach môže dráždiť do kašľa, musíme povysávať.*“ Alebo hovoriť o vlastných pocitoch: „*Už sa vážne hnevám, pretože...*“.

5. Zákazy, varovanie – Nerob to, lebo sa ti stane...!

Konkrétny príklad: „*Nelez na tú skalú, spadneš a rozbiješ si hlavu!*“

Na podobné vety dieťa reaguje presne naopak, ako by si rodič predstavoval. Najmä deti v predškolskom veku, chápu aj negatívne formulovaný pokyn ako výzvu, aby danú činnosť vykonalo. Niekedy je to pre ne výzva, ukázať, že ono to dokáže. Inokedy zas inšpirácia spraviť niečo, čo ani nemalo v úmysle. Niektoré deti si varovania berú k srdcu. Keď ich však počúvajú pričasto, môžu svet začať vnímať ako nebezpečné miesto a strach im zabráni rozvíjať sa v určitých schopnostiach.

Je nesprávne si myslieť, že keď povieme dieťaťu čo nemá robiť, bude vedieť čo robiť má. Preto je potrebné v takýchto situáciách formulovať informáciu vo forme hovoriacej o tom, čo dieťa má alebo môže urobiť.

Dieťa samozrejme potrebuje vedieť čo je nebezpečné. Efektívnejšie je využiť komunikačný spôsob popis a informácia. Je vhodné, keď rodič informáciu zovšeobecni a neformuluje ju dieťaťu tak, že sa niečo môže stať len jemu a práve teraz.

6. Negatívne scenáre, proroctvá – Z teba raz vyrastie...

Konkrétny príklad: „*Keď sa nezačneš hneď učiť, nedostaneš sa na školu a bude z teba možno tak smetiar.*“

Rodič hovorí podobné výroky s úmyslom, aby sa dieťa zamyslelo a začalo konať inak. V ňom to však vyvoláva negatívne pocity. Veľkým rizikom je to, že čomu sa venuje pozornosť, to sa rozrastá. A tak negatívne hodnotenie utvrdzuje v dieťaťi

predstavu vlastnej neschopnosti. Iba zriedkavo sa stáva, že to vyvolá snahu dieťaťa ukázať, že preda len za niečo stojí.

Namiesto proroctva je možné využiť informáciu: „*Skúšky na túto školu sú dosť náročné.*“ alebo ja-výrok: „*Také správanie mi naozaj prekáža.*“

7. Nálepkovanie – On je taký...

Konkrétny príklad: „*Kubo je tak trochu leňoch, čo nemusí, to neurobí.*“

Tento spôsob komunikácie môže mať taktiež nepriaznivý vplyv na vytváranie sebaobrazu dieťaťa. Rodičia dávajú najavo svoj názor na dieťa a ono túto predstavu často preberá. Takéto vety môžu vzbudzovať hnev a vzdor, pretože často znejú ako urážky. V prípade, že ich dieťa počuje často, môže nadobudnúť pocit beznádeje. Ak sa dieťa zachová inak, mimo svojej „nálepky“, často počuje ironizovanie, že sa musel snáď stať zázrak a podobne. To môže viesť k tomu, že dieťa stratí chuť svoju snahu zopakovať.

Aj keď na prvý pohľad to tak možno nevyzerá, aj pozitívne nálepky môžu byť rizikom pre zdravý vývoj dieťaťa. Dôvodom je, že je tlačené, aby sa správalo tak, ako si želajú druhí. Dieťa môže potlačovať pocity, ktoré nespádajú do očakávaní okolia a tým obmedzovať svoj emočný vývoj..

Vhodnou alternatívou je vytváranie pravidiel spoločne s deťmi, spätná väzba, ktorá popisuje predovšetkým súčasné správanie sa dieťaťa a nie jeho charakter a trvalejšie vlastnosti. Keď je oceňované správanie dieťaťa, pomáha mu to vidieť sa v inom svetle ako vymedzuje jeho nálepka.

8. Pokyny – Urob....

Konkrétne príklady: „*Rozkrájaj si to mäso.*“, „*Uprac si tie hračky.*“

Ide o vety, ktoré sú väčšinou hovorené mierne a teda nevyvolávajú pocity ohrozenia ako hrozby alebo príkazy od rodiča. Napriek tomu môžu spôsobovať podráždenosť. Dieťa sa naučí akoby „vypínať“ vlastné myslenie a spolieha sa na pokyn od rodiča. Je to riziko pre rozvoj samostatnosti a dieťaťa a uberá to z príležitostí, na základe ktorých by sa malo naučiť rozhodovať, premýšľať o dôsledkoch a brať za seba zodpovednosť. Pokyny je potrebné stále opakovať. Dieťa totiž získava dojem, že pokyn platí len pre neho a len v tejto chvíli. Efektívne je nahradiť pokyn dávaním informácie, či už o zmysle požiadavky: „*Menší kúsok mäsa sa dá lepšie po-*

žut.“, o pravidlách a dohodách: „*Pred večerou upratujeme všetky hračky na miesto.*“ alebo o tom, čo je práve potrebné. Ďalšou alternatívou je možnosť voľby, teda ponuka prijateľných variant správania sa: „*Urobíš to teraz, alebo až keď sa naješ?*“.

9. Príkazy – Okamžite chod' a urob...!

Konkrétny príklad: „*Okamžite pozbieraj tie kocky!*“

Človek má vrodenný predpoklad rozvinúť schopnosť rozhodovania sa. Príkazy brzdia rozvoj tejto schopnosti a taktiež nedávajú odpoveď na otázku zmysluplnosti danej činnosti. To sú zrejme dôvody, prečo vyvolávajú príkazy v dieťati, ale aj v dospelom človeku, odpor. Samozrejme v situácii, kedy je dieťa v ohrození a nie je čas na vysvetľovanie, je rýchly príkaz na mieste. To sú však výnimočné situácie.

Vyskytujú sa tu dve riziká. Z dieťaťa sa buď stane poslušný tvor, alebo reakcie dieťaťa budú smerovať k boju s dospelým. Aké sú negatívne dôsledky oboch možností sme už vysvetlili. Prijateľným spôsobom komunikácie je poskytnutie zmysluplnosti činnosti: „*Je treba pozbierať autička aby sme na ne neskočili. Mohli by sa pokažiť.*“ alebo možnosť voľby: „*Upraceš najskôr kocky, alebo bábiky?*“.

10. Vyhrážanie – Prestaň..., lebo...! Beda, ak...!

Konkrétny príklad: „*Prestaň už hádzať tým pieskom, lebo dostaneš!*“

Emócia, ktorú dieťa prežíva, keď rodič používa vyhrážky, je strach. Strach opäť nie je vhodná motivácia, aby sa dieťa správalo dobre. Je potrebné, aby bolo motivované zvnútra, nie preto, že sa bojí. Dieťa však časom zistí, že rodičia málokedy vyhrážky splnia a stáva sa z toho boj o to, kto viac vydrží. Ale nejde o to, aby rodičia vyhrážky plnili, ale aby sa prestali deťom vyhrážať. Rodič chce v podstate povedať, že sa už veľmi hnevá a očakáva od dieťaťa lepšie správanie. Dieťa však cez vyhrážky vníma, že rodič rozkazuje a ono musí poslúchať. Dieťa buď poslúchne a podriadi sa, alebo začne boj. Z našej práce už vyplýva, že ani jedna možnosť nie je správna.

Prijateľný spôsob by bolo využitie informácií alebo možnosti voľby: „*Piesok v očiach veľmi bolí a môže ublížiť. Môžeme ho hádzať do vedierka alebo na sitko, nie na druhých ľudí.*“ Niekedy je však nevyhnutné dať dieťaťu informáciu o našich emóciách cez ja-výrok: „*Už sa naozaj hnevám!*“.

11. Krik

Krik je často neverbálnym doplnkom hrozieb, či príkazov. Často je prejavom hnevu, zlosti, ale aj bezmocnosti. Nejde však o to isté, ako keď je niekedy potrebné dať najavo, že rodiča niečo nahnevalo, zvýšeným alebo dôrazným tónom hlasu. Krik zvyšuje agresívny náboj a môže u detí vyvolať väčší strach, vzdor alebo protiagresiu.

12. Porovnávanie, dávanie za vzor – Pozri sa na..., vezmi si príklad z...

Poukazovanie na vlastné zásluhy – Ja pre teba..., a ty...!

Konkrétny príklad: „*Milan, vezmi si príklad z Lucky. Takto majú vyzerat' domáce úlohy.*“, „*Celé doobedie tu driem a pán si po sebe nemôže ani upratať topánky!*“

Porovnávanie alebo dávanie niekoho za vzor je krajne nepríjemné a môže byť veľmi zraňujúce. Deti prežívajú pocit menejcennosti a taktiež psychické ohrozenie, ktoré sa dotýka ich sebaúcty. Tieto emócie sa môžu premeniť na hnev a snahu sa pomstiť. Preto to ani deti dávané za príklad nemajú jednoduché. Tento komunikačný prístup môže veľmi narušiť vzťahy medzi deťmi. V niektorých prípadoch však dáva rodič za príklad seba a tým ohrozuje aj svoj vzťah s dieťaťom. Ako je na tom dieťa v porovnaní s druhými môže zistiť aj iným spôsobom, nie takto necitlivým, spôsobom.

13. Rečnicke otázky – Ty snád' nechceš...?

Konkrétny príklad: „*Ty chceš snád' spadnúť?*“, „*Ty nevieš, že topánky sa dávajú na miesto?*“

Vety tohto typu v sebe nesú dešpekt a nadradenosť. Taktiež podsúvajú úmysly, ktoré príjemca týchto viet nemá. Preto v dieťati zanechávajú pocit bezmocnosti a následne aj hnevu.

Vhodnejšie by bolo použiť napríklad informáciu: „*Tá stolička sa ľahko prevráti.*“ alebo vysloviť svoje pocity a očakávania: „*Už sa veľmi hnevám. Očakávam, že...*“.

14. Urážky, ponižovanie – Ty si ale...

Konkrétny príklad: „*To snád' nie je pravda, to vie predsa každý hlupák!*“, „*Vy hádam ani nie ste ľudia, správate sa ako zver!*“

Urážky zraňujú sebaúctu a preto vedia zasiahnuť veľmi hlboko. Niekedy si dospelí nevedomujú, že používajú urážky, pretože ich hovoria miernym tónom. Napriek tomu často o urážky ide a dieťať sa môžu veľmi dotknúť. Reakcia dieťaťa na urážky je často agresívna, pretože nemá vyvinuté dostatočné sociálne schopnosti, aby s nimi vysporiadalo inak.

15. Irónia, zhadzovanie – To je náš génus! To si sa teda vyznamenal!

Konkrétny príklad: „*Mali by sme ti zatlieskať, že nám ukazuješ, ako to vyzerá v ZOO pri kŕmení.*“

Na rozdiel od urážok a ponižovania, ktoré sú priamou agresiou, irónia je agresia skrytá za humor. Humor však nikdy neublíži, irónia áno. Deti si môžu prevziať posolstvo, že agresívne správanie je v poriadku, ak sa agresiu podarí zaobaliť do vtipu na účet druhého. Iróniou sa často ventilujú negatívne emócie. Jej alternatívou je opäť podanie informácie: „*Hovorili sme o tom, ako vyzerá slušné stolovanie.*“ alebo ja-výrok.

3.2.2 Neefektívnespôsoby podľa Prekopovej

Autorka Prekopová (2010, s. 40-44), inšpirovaná Thomasom Gordonom, ukazuje možnosti nesprávnych reakcií rodiča. Tak ako ďalší autori, uvádza názor, že prístup k dieťaťu má byť priateľský. Teda ide o ďalší dôkaz toho, že zbytočné vydobíjanie si autority a nútenie dieťaťa k poslušnosti, nie je tá správna cesta. Na jednej strane rodičia majú dobré úmysly varovať dieťa pred zlom, poučovať ho pri každej vhodnej príležitosti, hovoriť mu ako by sa malo podľa ich predstáv správať. Avšak spôsob nie je vždy správny. Príkladom môže byť nekonečné rozprávanie na dieťa. To v ňom vyvoláva nepríjemné pocity a klesá ochota zveriť sa so svojím problémom. Na strane druhej „*by si však prišlo, aby mu rodičia rozumeli a brali ho také aké je. Aj s jeho pochybami, omylmi a chybami, ktorých sa dopúšťa. Ak cíti, že mu dospelí nerozumejú, reaguje podľa svojej osobnosti a situácie. Skratovou agresivitou, dupaním, ranami pästami, zlými slovami, alebo naopak mlčaním, teda tým, že prestane komunikovať*“ (Prekopová, 2010, s. 40-41).

Autorka na príklade, že sa dieťa príde sťažovať „Peter mi povedal, že som blbec.“ ukazuje možné reakcie matky. Tie však môžeme zovšeobecniť aj na ďalšie situácie, či už detskej neposlušnosti, odvrávania, alebo keď niečo vyvedie. Na tomto príklade môžeme vidieť, že aj v takejto chvíli, ktorá vyslovene neukazuje problémové správanie dieťaťa, je

reakcia matky v procese výchovy veľmi dôležitá. V charakterizovaní jednotlivých reakcií ostávame pri príklade uvedenom autorkou, aby sme čo najlepšie zachytili jej myšlienku. No chceli by sme upozorniť na už spomínanú možnosť zovšeobecnenia týchto reakcií aj na situácie, ktoré sme vymedzili ako problémové. Možné reakcie matky a vyvolané pocity dieťaťa uvádzame pre prehľadnosť v Tabuľke 1.

Tabuľka 1 Nepriaznivé reakcie matky

Reakcia matky	Konkrétne znenie	Pocity dieťaťa
Rozkazovačná, rezolutná	„To si nesmieš nechať, musíš sa brániť!“	Strach z neschopnosti sa brániť. Mama sa nepýtala, či Peter nie je starší. Zlosť.
Nabádavá, varujúca, hrozivá	„Už zasa nariekaš!“	Radšej som nemal nič hovoriť.
Moralizujúca, káže, pripomína povinnosti	„Nemáš to brať tak vážne. Možno si si to zavinil ty sám. Nemáš sa správať tak blbo!“	Už zase som ten, kto za to môže. Zlosť. Pomsta.
Dáva rady, návrhy, riešenia	„Popros pani učiteľku o konfrontáciu s Petrom.“	Mám žalovať? To bude mať Peter ešte väčšiu zlosť. Nabudúce radšej nič nepoviem.
Logicky presvedčuje, poučuje, argumentuje	„Peter zvolil zlý výraz. Ale netrpu jeho primitívne výrazy. Prečo ho nevyzveš, aby používal slušnejšie slová?“	To si vôbec netrúfam. Peter by bol ešte horší. Čo som zbabelec, ktorý sa nechá ponížovať?
Posudzujúca, kritická, obviňujúca	„Prečo sa nebrániš? Prečo si to necháš? Na čo sa hráš?!“	Mama ma robí ešte slabším ako som.
Pochvalná, súhlasná	„To je výborné, že si ho ignoroval.“	Mama ani nevie, že ignorovanie ho viac rozzúri. Ani sa na to nepýta. To je od nej hlúpe.
Potupná, zosmiešňujúca	„Sú predsa ešte horšie veci. Si ako princezná na hrášku!“	Zlosť. Už nikdy mame nebudem hovoriť o svojich sklamaniach.

Reakcia matky	Konkrétne znenie	Pocity dieťaťa
Upokojujúca, utešujúca, súcitná	„Ach, neber to tak tragicky miláčik! Vie, aké je to pre teba ťažké mať tak hlúpych spolužiakov. Ale tvoja maminka stojí pri tebe.“	Mama ma neberie vážne. Už len chýba, aby ma vzala do náruče a utešovala ma. Zlosť. Prianie dištancovať sa.
Analyzujúca, diagnostikujúca, interpretujúca	„To robí chlapec, keď sa pokúša ovládnuť svoju telesnú agresiu. Tak som to aspoň čítala...“	Blablabla. Mama nemá poňatie o veci. Vypínam.
Ide k základu veci, vypočúva, vypytuje sa	„Rada by som vedela, prečo je Peter na teba taký. Čo si mu urobil? Povedz mi to!“	Prečo som vôbec niečo hovoril? Ako by som bol vinníkom ja. Už nikdy sa jej s ničím nezverím.
Odvádza pozornosť, snaží sa syna rozveseliť, je rezervovaná	„Miláčik, nehnevaj sa! Na svete je mnoho krajších vecí. Pozri sa na nejaký pekný film a pôjdeme potom na zmrzlinu.“	Nechce o mojich problémoch nič vedieť. Musím si to teda vyriešiť sám.

Zdroj: Prekopová (2010, s. 41-44)

Ako by však mala vyzeráť ideálna reakcia rodiča? „*Viem si predstaviť, ako sa cítiš, že si zranený a tiež máš zlosť. Vieš vlastne, prečo na teba Peter takto hovorí? Určite nájdeš vhodnú príležitosť, aby sa tá zlá vec medzi vami vyjasnila. A ak nevieš, ako sa taký rozhovor vedie, alebo ako by si si Petra pre seba opäť získal, spýtaj sa mňa alebo otecka. Radi ti pomôžeme*“ (Prekopová, 2010, s. 46).

Dieťa potrebuje cítiť zo strany rodiča porozumenie, pochopenie jeho problému. Potrebuje rodičovi dôverovať, že mu dokáže pomôcť, keď bude potrebovať. Potrebuje byť prijímané s láskou, byť aktívne vypočuté. Cítiť, že sa rodič dokáže do situácie vcítiť a rovnako s tým pomôže aj jemu.

3.2.3 Dôvody neefektívnosti

Pod vplyvom emócií je často krát veľmi ťažké vyhnúť sa využívaniu niektorých z uvedených komunikačných spôsobov. Dôležité je uvedomiť si dôvod ich neefektívnosti. Pri jednotlivých reakciách sme uviedli aké pocity v deťoch vyvolávajú. Rodičia si často nemusia uvedomovať, že môžu podobnými vetami dieťaťu ubližovať. Preto je potrebné

vedieť, prečo takéto reakcie rodičov nefungujú a nemajú želaný efekt. Alebo dokonca želaný efekt vyvolajú, ale správne nie sú. Preto teraz zhrnieme a vo všeobecnosti uvedieme dôvody nevhodnosti využívania uvedených komunikačných spôsobov.

Chybou týchto výchovných reakcií je, že rodič hovorí dieťaťu niečo, čo vychádza z rozumu. Ide o jednostranný spôsob komunikácie, ktorý spôsobuje neochotu dieťaťa komunikovať. Na dieťa to môže mať veľmi negatívny vplyv. Dieťa si o seba ukladá určitý obraz vyplývajúci z týchto opakujúcich sa rodičovských reakcií. Postupne ho prijíma a pokladá za svoj vlastný. Toto negatívne vnímanie samého seba ho môže sprevádzať celý život (Prekopová, 2010, s. 44-45).

Opäť sa dostávame k už spomínaným myšlienkam, že je dobré keď je dieťa aktívne zapojené. Či už do vytvárania pravidiel, rodinných aktivít ako takých, alebo do riešenia problémov, ktoré sa ho týkajú. Vyhnutie sa monológom, teda jednostrannej komunikácii a zapojenie dieťaťa, v ňom vyvoláva pocit zodpovednosti za svoje činy.

Pri každom neefektívnom komunikačnom spôsobe sme uviedli negatívne emócie, pocit nízkej vlastnej hodnoty a tiež psychické ohrozenie, ktoré vyvolávajú. Kopřiva a kol. (2012, s. 46-47) zhrnuli dôvody neefektívnosti popísaných komunikačných spôsobov. Prvým je, že išlo o negatívne hodnotenie osoby a jej kvalít. Do hodnotenia patrí aj porovnanie s druhými, zovšeobecňovanie a zaškatulkovanie. Negatívne hodnotenie nie je pre nikoho príjemné a je ohrozujúce, takže dieťa pociťuje túžbu brániť sa alebo útočiť. Pociťovanie ohrozenia bráni tomu, aby sa dieťa zameralo na žiaduce správanie. Druhým dôvodom neefektívnosti je, že sa rodič zameriava na to, čo nie je v poriadku. Často chýba informácia o tom, čo konkrétne nebolo správne a už vôbec tento prístup nehovorí o tom, ako by to malo byť lepšie. Tretím dôvodom je, že neefektívne prístupy obsahujú negatívne zmienky o minulosti či budúcnosti. Pričom s minulosťou sa už nedá nič urobiť a hrozivé proroctvá nemajú veľký význam. Posledným, štvrtým dôvodom je mocenský vzťah a nadradenosť. Tento prístup neposkytuje priestor na vlastnú aktivitu, či voľbu.

Ale ako už bolo napísané, že keď dieťaťu povieme čo robiť nemá, neznamená to, že automaticky vie, čo by urobiť malo. To isté platí aj pre dospelých. My sme uviedli klasifikácie neefektívnych prístupov, teda reakcií, ktoré by rodič využívať nemal. V nasledujúcej kapitole uvedieme, aké reakcie by rodič využívať mal. Hoci správne alternatívy už boli spomínané, teraz ich zhrnieme a budeme sa im venovať podrobnejšie.

3.3 Efektívne komunikačné spôsoby v problémových situáciách

Mnoho z neefektívnych spôsobov sa vo výchove bežne využívali a stále využívajú. V posledných rokoch sa však prístup k výchove mení. Tým sa menia aj interakcie v rodine. „*Vzťah medzi rodičmi a deťmi sa nerozvíja v rovine autority a podriadenosti ale v rovine priateľstva. Rozkazovanie, zakazovanie, telesné tresty a ďalšie podobné „tradičné“ výchovné metódy ustupujú do pozadia a sú nahradzované výmenou názorov, presvedčovaním, zdieľaním stanovísk. Autoritatívne rozhodovanie je nahradené diskusiou, na ktorej sa podieľajú obvykle všetci členovia rodiny*“ (Bauerová, Bártová, 1987, s. 65).

Nepodľahnúť emóciám a nereagovať prvými vetami, ktoré rodiča napadnú, môže byť veľmi náročné. Najmä, ak sa rodičia v detstve stretávali skôr s „klasickými“ výchovnými metódami. Napriek tomu, ako píše Kopřiva a kol. (2012, s. 49), mnoho rodičov využíva efektívne prístupy bez toho, aby si to vôbec uvedomovali. Pre niekoho sú niektoré z komunikačných schopností, ktoré uvedieme úplne prirodzené. V inom prípade sa dajú naučiť, čo si vyžaduje mnoho trpezlivosti, presvedčenia a úsilia. Výsledok však za tú námahu stojí.

3.3.1 Efektívne spôsoby podľa Kopřivu a kol.

Autori zdôrazňujú, že ide o schopnosti, ktoré sú skutočne účinné a praxou overené. Nefungujú len v komunikácii rodiča s dieťaťom, ale aj v školách a rovnako vo vzťahu dospelých ľudí. Efektívne spôsoby komunikácie klasifikujú Kopřiva a kol. (2012, s. 50-77) nasledovne. Jednotlivé príklady sú opäť citované podľa autorov.

1. Popis, konštatovanie – Vidím (počujem), že...

Konkrétny príklad: „*Počujem, že sa hádate.*“, „*Vidím, že si povysávala.*“

Podstatou popisu je, že namiesto posudzovania, rodič iba popisuje to, čo vníma. V tom sa líši popis od hodnotenia osoby. Hodnotením sa vyjadruje aký kto je. Tomu sa v tomto komunikačnom postupe rodič vyhne. Teda sa zameria na to, čo sa stalo a nie na toho, kto to urobil. Pomáha priateľský alebo aspoň vecný tón a využívanie viet neutrálneho významu, bez posudzovania. Samozrejme popis samotný problémovú situáciu nevyrieši, ale je vhodným začiatkom komunikácie. Dokonca ním možno nahradiť množstvo otázok. Otázky majú tiež svoje miesto, no je potrebné dávať pozor, aby neboli príliš nátlakové. Záujem sa dá prejavovať aj bez využitia otázok. Popis dáva druhej strane priestor a to je znak

rešpektujúceho prístupu. Využívať ho možno pri problémoch aj pri úspechoch. Taktiež je vhodné ho kombinovať s ďalšími efektívnymi komunikačnými schopnosťami, podľa toho, čo komu vyhovuje.

2. Informácia, oznámenie – Je potrebné...; Toto robíme (tak a tak)...; Pomôže, keď...

Konkrétny príklad: „*Je potrebné upratať zo stola, budeme obedovať.*“, „*Pred jedlom si umyjeme ruky.*“

Na rozdiel od príkazov a pokynov, ktoré sú formulované v druhej osobe, informácie sa podávajú v osobe prvej alebo tretej. Majú potom všeobecný charakter a ten má väčšiu váhu. Prednosťou informácií je, že dávajú zmysluplnosť určitej činnosti. Deti potrebujú vedieť, prečo je určité správanie vhodné a prečo nie. Informácie dávajú činnosti zmysel a taktiež informujú o dôsledkoch určitého konania. Informovať možno o súčasnej situácii: „*Vidím, že to nie je pravda.*“, o zvyklostiach a pravidlách: „*Špinavé oblečenie patrí do toho koša pri práčke.*“, o tom čo pomáha: „*Keď niekomu ublížime a chceme sa s ním zase zmieriť, pomôže, keď sa mu ospravedlníme.*“, o dôsledkoch konania: „*Keď sa nesprávame k druhým s rešpektom, väčšinou sa potom nesprávajú s rešpektom ani oni k nám.*“, o postupoch: „*Riad sa nechá najskôr odkvapkať, potom je s utieraním menej práce a utierka nie je hneď mokrá.*“

3. Vyjadrenie vlastných očakávaní a potrieb – Očakávam, že... Pomohlo by mi, keby...

Konkrétny príklad: „*Potrebujem, aby linka bola uprataná, budem variť večeru.*“, „*Nabudúce by som chcel, aby to, na čom sa dohodneme, platilo.*“

Vo všeobecnosti ľudia budú radšej počuť naše očakávania, ako negatívne pocity, ktoré v nás ich správanie vyvolalo. V podstate ide opäť o poskytnutie informácie, ktorá dáva najavo, čo by sme potrebovali alebo čo by nám pomohlo.

4. Možnosť voľby – Urobíš to tak.. alebo tak..? Môžeš si vybrať.

Konkrétny príklad: „*Môžeš tie riady umyť alebo utrieť.*“, „*Môžeš si úlohy spraviť všetky naraz alebo častiach. Čo radšej?*“

Ide o vymenovanie dvoch alebo viacerých možností, ktoré však musia vyhovovať obom stranám. Zároveň nesmie ísť o snahu manipulovať dieťaťom. Môže

ist' o výber „čo“: „*Vezmeš si sveter alebo bundu?*“, „kedy“: „*Povysávaš teraz alebo za pol hodinu, keď si trochu oddýchneš?*“, „poradia“: „*Najskôr povysávaš a potom umyješ vaňu alebo naopak?*“, „ako“: „*Napíšeš to rukou alebo na počítači?*“, „sám alebo v spolupráci“: „*Prezlečíeš si tie periny sama, alebo to spravíme spolu?*“, „koľko“: „*Napíšeš päť alebo sedem viet?*“.

Výber v sebe nenesie známky ohrozenia a vyjadruje partnerský vzťah. V dieťati podporuje rozvoj schopnosti rozhodovať sa a dáva pocit rešpektu zo strany rodiča. Dieťa sa potrebuje naučiť premýšľať o dôsledkoch svojho výberu, o jeho výhodách a nevýhodách. Taktiež zvyšuje vnútornú motiváciu dieťaťa, pretože sa podieľalo na rozhodovaní.

5. Dve slová – Janko,...!

Konkrétny príklad: „*Terezka, zuby!*“, „*Paťo, topánky!*“

Pre vzťah medzi rodičom a dieťaťom je dobré, keď sa situácia vyrieši čo najrýchlejšia. Tento spôsob šetrí čas aj nervy. Ide len o dve slová, z čoho jedno je oslovenie, ktoré pomáha zabrániť rozkazovateľnému tónu. Sú však situácie, kedy je potrebné dať najavo jasný nesúhlas. Vtedy je vhodné použiť slová ako: „*Žiadne bitky!*“, „*Žiadne nadávky.*“, „*Žiadne klamanie!*“. Týmto spôsobom sa opäť rodič vyhne hodnoteniu osoby.

6. Priestor pre spoluúčasť a aktivitu detí – Čo s tým urobíme? A čo si o tom myslíš ty?

Konkrétny príklad: „*Paťo, myslím, že Terezku naozaj bolí, keď si ju udrel. Čo myslíš, že by sa s tým dalo spraviť?*“

Spýtať sa detí na názor v problémovej situácii im modeluje veľmi efektívne správanie pre ich život a to nebyť s problémom sám. Okrem toho už niekoľkokrát spomínaná aktivita detí na rozhodovaní a ich podiel na riešení problémov, je veľmi prínosný. Rozhodovanie za druhého a pasivita dieťaťa sú známky mocenského prístupu, preto je dobre sa im vyhnúť.

Môže nastať situácia, že dieťa je bezradné. Vtedy rodič môže prísť s návrhom, ktorý však stále nechá priestor pre rozhodnutie dieťaťa. Napríklad „*Zváž, či...*“, „*Možno by si...*“.

Efektívnych spôsobov komunikácie je menej ako tých neefektívnych. Je možné využívať ich rôzne kombinácie a tak aj zvýšiť ich účinnosť. Rozhodne napomáhajú vybudovať a udržať si dobré a rešpektujúce vzťahy v rodine. *„Jedným zo základných predpokladov zdravého duševného vývoja dieťaťa je, aby vyrastalo v prostredí citovo vrelo a stálo. Na prvý pohľad sa to zdá byť celkom samozrejmé a ľahko dosiahnuteľné. Ale predsa len je potrebné sa nad tým zamyslieť a niekedy i napnúť mnoho síl, aby sme tieto dve podmienky splnili. Tá prvá požaduje, aby rodičia mali svoje dieťa radi. Tá druhá požaduje, aby sa mali radi navzájom. Aby dokázali vytvoriť spoločenstvo, ktoré bude trvať po celý ich život a v ktorom bude všetkým dobre“* (Matějček, 1986, s. 9).

Ide teda o náročnú cestu. Niekedy rodič využije správne spôsoby a dieťa sa napriek tomu rozhodne zachovať inak. Vtedy je možné nechať dopadnúť prirodzené dôsledky jeho rozhodnutia. Na základe nich sa môže poučiť, že by malo zvažovať aj názory druhých. V inom prípade sa môže stať, že sa rodič nezachová ideálne, nezareaguje podľa svojich predstáv. V ďalšej časti práce uvádzame taký spôsob, ktorý napomáha rodičovi usporiadať si myšlienky a tak jednoduchšie komunikovať s dieťaťom.

3.3.2 Komunikačná S.A.L.V.E. podľa Aldortovej

Komunikácia s dieťaťom nie je vždy jednoduchá. Najmä, keď ide o situácie, ktoré môžu vyústiť do konfliktu, alebo nejaký konflikt prebieha. Rodič musí vynaložiť veľa síl, ak sa chce vyhnúť nevhodnému spôsobu komunikácie. Predovšetkým spočiatku, keď efektívne spôsoby nemá úplne vžitú.

Formulácia S.A.L.V.E. má pomôcť v komunikácii s dieťaťom. Tento spôsob napomáha k tomu, aby sa rodič prešiel od popierania dieťaťa k jeho uznaniu a podpore. Vymedzuje ho Aldortová (2010, s. 21-23).

S (separate = oddeliť) – autorka tento krok pokladá za najťažší zo všetkých. Navádza k tomu, aby sa rodič oddelil od správania dieťaťa a od jeho emócií prostredníctvom rozhovoru samého so sebou. Nehovoriť automaticky prvé slová, ktoré mu idú myslou. V rámci tohto tichého rozhovoru so sebou je potrebné spraviť prieskum vlastných myšlienok. Tento proces autorka popisuje nasledovne:

- Sledujte, ktoré slová vo vás vyvolávajú negatívne pocity a dobre si premyslite, či sú to naozaj vaše slová. Treba si uvedomiť, či nejde len o staré nahrávky, slová niekoho iného, či obavy.

- Sledujte vo svojej mysli, ako sa k dieťaťu správate v prípade, že týmto myšlienkam podľahnete.
- Premyslite si, aký ste bez týchto myšlienok. V takom prípade reagujete priamo na dieťa a nie na stereotypy vo svojej hlave.
- Všimajte si, či myšlienky o dieťati, v skutočnosti nie sú o vás samotných. Často vidíme na druhých svoje vlastné potreby.

Po premyslení týchto bodov, rodič odhodí tieto matúce myšlienky a namiesto prenášania svojej úzkosti na dieťa, mu dáte bezpodmienečnú lásku. Dokáže sa na situáciu pozrieť triezvejšie.

A (attention = pozornosť) – v tomto bode je potrebné prejsť od rozhovoru so sebou a zamerať svoju pozornosť na dieťa.

L (listen = počúvať) – je dôležité dieťa aktívne počúvať, dávať doplňujúce otázky, sledovať čo naznačuje jeho činnosť. Rodič by mal taktiež dávať najavo, že dieťaťu načúva a rozumie mu.

V (validate = potvrdiť) – v tomto kroku by mal rodič uznať pocity a potreby dieťaťa. Nie je potrebné to zbytočne dramatizovať či pridávať vlastné stanoviská.

E (empower = umožniť) – povzbudenie dieťaťa a neprekážanie mu na jeho ceste mu umožní vysporiadať sa s vlastným hnevom. Nie je vhodné všetko hneď riešiť namiesto dieťaťa. Rodič by mal dieťaťu prejavovať dôveru v jeho schopnosti. Deti sú vnímavé a samé hľadajú riešenia, majú vlastné nápady. Ako náhle dieťa vyjadrí svoje pocity, prestanú stáť v ceste účelnému jednaniu. Dokáže sa od nich oslobodiť a nájsť riešenie situácie.

Na základe tohto návodu by sa mal rodič dokázať odpútať od okamžitej reakcie, ktorú by neskôr mohol ľutovať. Dáva priestor usporiadať si myšlienky tak, aby rozhovor prebiehal pokojne a uberal sa práve tým smerom, ktorý mal rodič v úmysle. Je to preňho pomoc poskytujúca čas rozhodnúť sa, ktorou cestou sa vydať. Či pod vplyvom situácie využije neefektívny spôsob komunikácie, alebo zabojuje a využije spôsob efektívny. Napriek tomu, že spočiatku môže byť zložitú osvojiť si jednotlivé komunikačné schopnosti, zo slov všetkých uvedených autorov vyplýva, že to prinesie želaný výsledok. Nejaká doba odhodlania, snahy a trpezlivosti rozhodne stojí za nadobudnutú schopnosť efektívne riešiť vzniknuté problémy. Predovšetkým však za to stoja vzťahy v rodine, stoja za to deti samotné.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

4 METODOLÓGIA SPRACOVANIA VÝSKUMU

Za posledné desaťročia sa zmenil prístup rodičov k výchove svojich detí, čo sme uviedli aj v teórii našej práce. Od autoritatívneho spôsobu výchovy sa postupne prechádza k spolupráci a poskytuje sa väčší priestor pre aktivitu detí vo výchovnom procese. Táto interakcia medzi rodičom a dieťaťom sa však vo väčšine prípadoch nezaobíde bez situácií, kedy dieťa odvráva, neposlúcha, nechce si splniť povinnosti, alebo ich nesplní dostatočne, atď. Rodičia v takýchto chvíľach musia zvoliť určitý prístup, autoritatívny či spolupracujúci, rešpektujúci, či nerešpektujúci, no pre nás efektívny alebo neefektívny. Na túto problematiku sme sa zamerali aj prakticky, a to našim výskumom.

4.1 Predmet výskumu, výskumný problém a ciele výskumu

Vychádzajúc z teórie našej práce, bola **predmetom nášho výskumu** problematika riešenia problémových situácií v rodinách. Konkrétne sme sa venovali tomu, či rodičia využívajú vo väčšej miere efektívne alebo neefektívne spôsoby komunikácie v problémových situáciách všedného dňa, ktoré sú konkrétnejšie zadefinované aj v teoretickej časti práce.

Výskumný problém: Aký je rozdiel vo využívaní efektívnych a neefektívnych spôsobov komunikácie matiek a otcov v problémovej situácii s deťmi?

Na základe odpovedí respondentov sme chceli zistiť, ku ktorému komunikačnému spôsobu sa rodičia prikláňajú, zároveň však určiť mieru využívania konkrétnych prístupov rodičov, či už efektívnych alebo nie. Získané odpovede sme porovnávali medzi jednotlivými premennými. Konkrétne sme porovnávali odpovede mužov a žien. Na ich základe sme zisťovali, či efektívny spôsob komunikácie s deťmi využívajú viac matky alebo otcovia. Zaujímalo nás tiež, konkrétne ktorý komunikačný spôsob, či už efektívny alebo neefektívny, u jednotlivých pohlaví prevláda.

Hlavný cieľ výskumu: Zistiť, či rodičia využívajú vo väčšej miere efektívne spôsoby alebo neefektívne spôsoby komunikácie s deťmi.

Čiastkové ciele:

- Zistiť, ktorý efektívny spôsob komunikácie je rodičmi využívaný v najväčšej miere a ktorý v najmenšej.

- Zistiť, ktorý neefektívny spôsob komunikácie je rodičmi využívaný v najväčšej miere a ktorý v najmenšej.
- Zistiť, či využívajú efektívne spôsoby komunikácie vo väčšej miere ženy alebo muži.
- Zistiť, či využívajú neefektívne spôsoby komunikácie vo väčšej miere muži alebo ženy.
- Zistiť, ktoré efektívne prístupy preferujú ženy a ktoré muži.
- Zistiť, ktoré neefektívne prístupy preferujú ženy a ktoré muži.
- Zistiť, do akej miery rodičia využívajú komunikačné spôsoby, ktoré počúvali v detstve od svojich rodičov.

4.2 Výskumné otázky a hypotézy výskumu

Po formulácii nášho výskumného problému a cieľov výskumu, vymedzujeme výskumné otázky a výskumné hypotézy. Vo výsledkoch budeme hľadať odpovede na nasledujúce otázky a dokážeme alebo vyvrátíme nasledujúce hypotézy.

1. Využívajú rodičia pri riešení problémovej situácie s deťmi vo väčšej miere efektívny spôsob alebo neefektívny spôsob komunikácie?

H1: Efektívne spôsoby komunikácie sú rodičmi využívané viac ako spôsoby neefektívne.

2. Konkrétne ktoré efektívne spôsoby sú rodičmi preferované?
3. Konkrétne ktoré neefektívne spôsoby sú rodičmi preferované?
4. Využívajú efektívny spôsob komunikácie v problémovej situácii viac ženy ako muži?
5. Využívajú neefektívny spôsob komunikácie v problémovej situácii viac ženy ako muži?

H2: Muži využívajú neefektívne spôsoby viac ako ich využívajú ženy.

6. Konkrétne ktoré neefektívne spôsoby preferujú ženy?
7. Konkrétne ktoré neefektívne spôsoby preferujú muži?
8. Konkrétne ktoré efektívne spôsoby preferujú ženy?
9. Konkrétne ktoré efektívne spôsoby preferujú muži?

10. Používajú rodičia vo svojich reakciách vety, ktoré v detstve počúvali od vlastných rodičov?

4.3 Charakteristika výskumnej vzorky

Problematikou našej diplomovej práce, ako vyplýva aj zo samotného názvu, sú spôsoby riešenia problémových situácií v rodinách. Vo výskume sme sa konkrétnejšie zamerali na efektívne a neefektívne spôsoby komunikácie rodičov s deťmi. Cieľovou skupinou nášho výskumu boli práve rodičia. Výskumnú vzorku teda tvorili matky a otcovia. Vzhľadom na to, že vzorka bola zostavená dostupným výberom, výsledky nemožno zovšeobecniť na všetkých rodičov. Dostupný výber konkrétne v našom prípade znamená, že dotazník bol elektronicky rozoslaný rodičom z dostupného okolia a takto ďalej šírený do okolia širšieho. V rámci výskumu vzorku respondentov delíme podľa pohlavia, teda na ženy a mužov. Výsledky sme porovnávali medzi týmito dvoma premennými. Výskumu sa zúčastnilo 197 respondentov, z toho jednu podskupinu tvorilo 114 žien a druhú 83 mužov. Pričom priemerný vek žien bol 36 rokov a mužov 37 rokov.

4.4 Výskumná metóda

Vzhľadom na to, že sme chceli získať odpovede od väčšieho počtu rodičov, za výskumnú metódu sme zvolili dotazník. Ide o jednu z najčastejšie využívaných metód z dôvody rýchleho získania odpovedí od veľkého počtu respondentov. Pri vyplňaní dotazníka si majú čas svoju odpoveď premyslieť a vzhľadom na to, že je anonymný, môžu odpovedať otvorene a pravdivo bez obáv zo zverejnenia odpovede s príslušnou osobou.

Položky v našom dotazníku boli zamerané na zistenie efektívnej či neefektívnej komunikácie rodičov. Tieto položky mali škálovací charakter. Boli formulované ako konkrétne výroky rodičov, ktoré mali respondenti ohodnotiť na škále od 1 do 5. Hodnotu mali priradovať na základe stotožnenia sa s danou vetou, teda do akej miery ju oni sami v rámci výchovného pôsobenia ne svoje deti využívajú. Pričom 1 predstavovala najmenšie a 5 najväčšie stotožnenie sa s položkou. Taktiež respondenti dostali pokyn, nesústrediť sa na predmet vety (nevynesené smeti, neuprataná izba, atď.), ale na spôsob a štýl, akým je veta napísaná.

Položky boli vytvorené na základe klasifikácie Kopřivu a kol. uvedenej v publikácii Respektovat a být respektován. Ide o klasifikáciu efektívnych a neefektívnych spôsobov

komunikácie. Z nich sme vybrali šesť efektívnych a šesť neefektívnych spôsobov. Konkrétne sa jednalo o nasledujúce spôsoby komunikácie:

- efektívne spôsoby: popis, konštatovanie; informácie, oznámenie; vyjadrenie vlastných očakávaní a potrieb; možnosť voľby; dve slová; priestor pre spoluprácu a aktivitu detí.
- neefektívne spôsoby: výčitky, obviňovanie; zákazy, varovanie; negatívne scenáre, pro-roctvá; príkazy; vyhrážanie; rečnícke otázky.

Na ich základe vymysleli štyri položky ku každej z nich (viď Príloha P2). Dokopy dotazník teda tvorilo 48 škálovacích položiek inšpirovaných uvedenými autormi, jedna škálovacia otázka týkajúca sa využívaním komunikačných postupov vlastných rodičov a jedna otázka rozlišujúca pohlavie a vek respondentov.

5 VYHODNOTENIE VÝSLEDKOV VÝSKUMU

Po absolvovaní prípravy výskumnej časti, zostavení dotazníka, jeho rozoslání a zbere dát, sme sa dostali do fázy vyhodnocovania výsledkov. Výsledky sme vyhodnocovali v dvoch fázach. V prvej sa venujeme celkovým výsledkom dotazníka a v tej druhej porovnáваме výsledky žien s výsledkami mužov.

Ako sme uviedli, dotazník obsahoval 48 položiek, pričom každá predstavovala konkrétny výrok rodiča. Položky boli formulované tak, aby predstavovali šesť efektívnych a šesť neefektívnych spôsobov komunikácie. Na každý spôsob komunikácie sme stanovili štyri výroky. Po získaní dát sme si teda tieto výroky roztriedili podľa klasifikácie (viď Príloha P2) do jednotlivých kategórií a začali sme ich vyhodnocovať. Jednotlivé výroky zároveň uvádzame počas hodnotenia jednotlivých kategórií. Pre každú kategóriu sme vyrátali celkový priemer a na ich základe vytvorili poradie využívania efektívnych či neefektívnych spôsobov komunikácie rodičov.

5.1 Vyhodnotenie jednotlivých spôsobov komunikácie

Prvú kategóriu tvorili výroky k spôsobu komunikácie „výčitky, obviňovanie“. Išlo o nasledujúce vety:

1. veta: Zase si nevyniesla/nevyniesol tie smeti? Keby si to aspoň raz spravil/a bez toho, aby som ti to musel/a hovoriť!
2. veta: Keby si aspoň raz spravila to, o čo ťa žiadam. Ty máš vždy len veľa rečí.
3. veta: Zase si nechala tie dvere otvorené! To ti to vážne musím stále pripomínať?
4. veta: Mohla/mohol by si aspoň raz tie topánky odpratať na miesto? Nikdy to nerobíš sám od seba.

Odpovede respondentov uvádzame v nasledujúcej Tabuľke 2. Riadky predstavujú možnosti, z ktorých si respondenti mohli vyberať, teda škálu od jeden do päť. Stĺpce zahŕňajú jednotlivé položky, teda výroky rodičov, na ktoré respondenti reagovali. Celkovou priemerou hodnotou stotožnenia sa rodičov so spôsobom komunikácie „výčitky a obviňovanie“, bolo na škále číslo 2,78. Z tohto čísla vyplýva, že rodičia sami tento spôsob komunikácie využívajú menej ako priemerne.

Tabuľka 2 Priemerná hodnota odpovedí kategórie „výčitky, obviňovanie“

	1. veta		2. veta		3. veta		4. veta		Celkový priemer
	n	súčin	n	súčin	n	súčin	n	súčin	
1	45	45	36	36	56	56	31	31	
2	37	74	50	100	38	76	53	106	
3	46	138	45	135	44	132	52	156	
4	38	152	46	184	40	160	42	168	
5	31	155	20	100	19	95	19	95	
	197	564	197	555	197	519	197	556	
Priemer	2,86		2,82		2,63		2,82		2,78

Zdroj: vlastná interpretácia

Ďalšou kategóriou bol komunikačný spôsob „**zákazy, varovania**“. Jednalo sa o nasledujúce neefektívne vety:

1. veta: Nebehaj tak rýchlo, lebo spadneš a ublížiš si!
2. veta: Nehraj sa s tým zapaľovačom, lebo sa popáliš!
3. veta: Nechytaj toho psa, pohryzie ťa!
4. veta: Nelez tam, lebo spadneš.

Z výsledku (3,48) vyplýva, že oproti predchádzajúcemu spôsobu, sa s týmto rodičia stotožňujú nadpriemerne. Zákazy a varovania sú teda využívané vo väčšej miere ako výčitky a obviňovanie. Nejedná sa však o vysoké číslo, na základe čoho možno usudzovať, že oslovení respondenti ani s týmto spôsobom nie sú stotožnení vo vysokej miere. Napriek tomu, že číslo nie je vysoké, jedná sa o najväčší priemer zo šiestich neefektívnych kategórií. Teda rodičia z neefektívnych spôsobov komunikácie voči dieťaťu využívajú najviac práve zákazy a varovania.

Tabuľka 3 Priemerná hodnota odpovedí kategórie „zákazy, varovania“

	1. veta		2. veta		3. veta		4. veta		Celkový priemer
	n	súčin	n	súčin	n	súčin	n	súčin	
1	12	12	29	29	25	25	8	8	
2	34	68	32	64	42	84	24	48	
3	36	108	37	111	39	117	42	126	
4	57	228	46	184	42	168	48	192	
5	58	290	53	265	49	245	75	375	
	197	706	197	653	197	639	197	749	
Priemer	3,58		3,31		3,24		3,80		3,48

Zdroj: vlastná interpretácia

„**Negatívne scenáre, proroctvá**“ sú ďalším neefektívnym spôsobom komunikácie rodiča voči dieťaťu. Konkrétne ho predstavovali vety:

1. veta: Keď sa nebudeš v učení snažiť, nikdy sa nedostaneš na dobrú školu.
2. veta: Ach, ty sa tie príklady snáď nikdy nenaučíš.
3. veta: Keď budeš taká neporiadna, nikdy sa nevydáš.
4. veta: Keď budeš takto všetkým papuľovať, nikto ťa nebude mať rád.

Na rozdiel od predchádzajúcej kategórie, ktorá bola rodičmi využívaná v najväčšej miere, negatívne scenáre a proroctvá sú využívané najmenej. Rodičia sú s týmto neefektívnym spôsobom komunikácie stotožnení najmenej, o čom svedčí aj výsledný priemer v hodnote 2,43, uvedený v Tabuľke 4 hovoriacej o odpovediach respondentov na túto položku. Napriek tomu nejde o veľmi nízke číslo, takže negatívne scenáre a proroctvá vo výchove v určitej miere figurujú.

Tabuľka 4 Priemerná hodnota odpovedí kategórie „negatívne proroctvá, scenáre“

	1. veta		2. veta		3. veta		4. veta		Celkový priemer
	n	súčin	n	súčin	n	súčin	n	súčin	
1	48	48	56	56	85	85	54	54	
2	30	60	54	108	56	112	57	114	
3	50	150	46	138	31	93	42	126	
4	49	196	24	96	18	72	36	144	
5	20	100	17	85	7	35	8	40	
Súčet	197	554	197	483	197	397	197	478	
Priemer	2,81		2,45		2,02		2,43		2,43

Zdroj: vlastná interpretácia

„**Príkazy**“ sú zadefinované nasledujúcimi vetami:

1. veta: Okamžite to po sebe uprac!
2. veta: Prestaň odvrávať a choď sa ihneď učiť!
3. veta: Nehádaj sa so mnou a obleč sa konečne!
4. veta: Nehádajte sa už a odpracte tie hračky!

S hodnotou priemeru 3,18 sú respondentmi využívané mierne nadpriemerne.

Tabuľka 5 Priemerná hodnota odpovedí kategórie „príkazy“

	1. veta		2. veta		3. veta		4. veta		Celkový priemer
	n	súčin	n	súčin	n	súčin	n	súčin	
1	39	39	22	22	23	23	17	17	
2	49	98	46	92	32	64	35	70	
3	34	102	42	126	52	156	48	144	
4	43	172	46	184	45	180	57	228	

5	32	160	41	205	45	225	40	200	
Súčet	197	571	197	629	197	648	197	659	
Priemer	2,90		3,19		3,29		3,35		3,18

Zdroj: vlastná interpretácia

„**Vyhrážanie**“ sa umiestnilo tesne za príkazy s hodnotou 3,16. Spadali sem výroky:

1. veta: Prestaň sa hrať s tou loptou vnútri, lebo ti ju vezmem!
2. veta: Ak si okamžite neupraceš tú izbu, tak dnes nepôjdeš von.
3. veta: Prestaňte sa okamžite biť, inak si ma neželajte.
4. veta: Ešte raz povieš také slovo a bude zle!

Tabuľka 6 Priemerná hodnota odpovedí kategórie „vyhrážanie“

	1. veta		2. veta		3. veta		4. veta		Celkový priemer
	n	súčin	n	súčin	n	súčin	n	súčin	
1	28	28	31	31	27	27	29	29	
2	47	94	43	86	38	76	42	84	
3	36	108	35	105	38	114	44	132	
4	47	188	42	168	41	164	47	188	
5	39	195	46	230	53	265	35	175	
Súčet	197	613	197	620	197	646	197	608	
Priemer	3,11		3,15		3,28		3,09		3,16

Zdroj: vlastná interpretácia

Posledným neefektívnym spôsobom komunikácie boli „**rečnicke otázky**“. Predstavovali ich vety:

1. veta: Ty nevieš, že klamať sa nemá?
2. veta: Zabudla/zabudol si ako sa máš správať?
3. veta: Toto je podľa teba uprataná izba?

4. veta: Chceš si snád' ublížit?

Tie sa len veľmi málo líšia od predchádzajúcich dvoch kategórii a teda sú rodičmi priemerne využívané. Rodičia sa s nimi nestotožňujú naplno, ale vo výchovnom pôsobení zrejme majú svoje miesto.

Tabuľka 7 Priemerná hodnota odpovedí kategórie „rečnicke otázky“

	1. veta		2. veta		3. veta		4. veta		Celkový priemer
	n	súčin	n	súčin	n	súčin	n	súčin	
1	32	32	33	33	26	26	24	24	
2	40	80	26	52	36	72	41	82	
3	34	102	55	165	53	159	50	150	
4	46	184	53	212	33	132	49	196	
5	45	225	30	150	49	245	33	165	
Súčet	197	623	197	612	197	634	197	617	
Priemer	3,16		3,11		3,22		3,13		3,15

Zdroj: vlastná interpretácia

Po uvedení šiestich neefektívnych kategórií, nasleduje šesť efektívnych. Po ich vyhodnotení uvádzame ich zhrnutie a porovnanie. „**Popis, konštatovanie**“ teda začína kategórie efektívnych spôsobov komunikácie. Konkrétne išlo o tieto vety:

1. veta: Počujem, že sa hádate.
2. veta: Peťo, nemáš upratanú izbu.
3. veta: Vidím, že kôš nie je vyneseny.
4. veta: Katka, vidím, že riad nie je umytý.

Opäť sa však priemernou hodnotou 3,16 nevymykajú ani smerom nadol k nestotožneniu sa, ani nahor k úplnému stotožneniu sa.

Tabuľka 8 Priemerná hodnota odpovedí kategórie „popis, konštatovanie“

	1. veta		2. veta		3. veta		4. veta		Celkový priemer
	n	súčin	n	súčin	n	súčin	n	súčin	
1	34	34	18	18	42	42	42	42	
2	36	72	20	40	38	76	45	90	
3	58	174	22	66	36	108	39	117	
4	44	176	51	204	37	148	46	184	
5	25	125	86	430	44	220	25	125	
Súčet	197	581	197	758	197	594	197	558	
Priemer	2,95		3,85		3,02		2,83		3,16

Zdroj: vlastná interpretácia

V porovnaní s doterajšími priemernými hodnotami, „**informácia, oznámenie**“ s hodnotou 3,40 uvedenou v Tabuľke 9, smerujú smerom nahor od priemeru. Teda rodičia ich využívajú vo väčšej miere ako predchádzajúci uvedený spôsob. Predstavujú ho vety:

1. veta: Dohodli sme sa, že dnes si upraceš izbu.
2. veta: V chodbe ostali neupratané tvoje topánky.
3. veta: Viem, že to nie je pravda.
4. veta: Keď si niekto zvykne nadávať, môže mu nepekne slovo „ujst“ aj vtedy, keď to povedať nechcel.

Tabuľka 9 Priemerná hodnota odpovedí kategórie „informácia, oznámenie“

	1. veta		2. veta		3. veta		4. veta		Celkový priemer
	n	súčin	n	súčin	n	súčin	n	súčin	
1	12	12	23	23	21	21	30	30	
2	19	38	40	80	33	66	38	76	
3	37	111	38	114	50	150	46	138	

4	56	224	52	208	46	184	34	136	
5	73	365	44	220	47	235	49	245	
Súčet	197	750	197	645	197	656	197	625	
Priemer	3,81		3,27		3,33		3,17		3,40

Zdroj: vlastná interpretácia

„Vyjadrenie vlastných očakávaní a potrieb“ predstavujú výroky rodičov:

1. veta: Potrebujem, aby tie topánky boli na mieste, dnes nám príde návšteva.
2. veta: Trvám na tom, aby bola tá izba do večera uprataná.
3. veta: Pomohlo by mi, keby si vyniesol tie smeti.
4. veta: Želal/a by som si, aby sme si hovorili pravdu.

Priemernou hodnotou 3,37 sa veľmi približuje spôsobu „informácie“, ale je o niečo nižšia. Napriek tomu je to podľa respondentov, jeden z najviac využívaných spôsobov komunikácie.

Tabuľka 10 Priemerná hodnota odpovedí kategórie „vyjadrenie vlastných očakávaní“

	1. veta		2. veta		3. veta		4. veta		Celkový priemer
	n	súčin	n	súčin	n	súčin	n	súčin	
1	37	37	29	29	17	17	20	20	
2	36	72	26	52	30	60	29	58	
3	29	87	45	135	40	120	42	126	
4	52	208	53	212	55	220	37	148	
5	43	215	44	220	55	275	69	345	
Súčet	197	619	197	648	197	692	197	697	
Priemer	3,14		3,29		3,51		3,54		3,37

Zdroj: vlastná interpretácia

Výroky pre efektívny spôsob komunikácie „možnosť voľby“ zneli nasledovne:

1. veta: S tou loptou sa môžete ísť hrať von, alebo môžete zostať vnútri a robiť niečo pokojnejšie.
2. veta: Upraceš si tú izbu teraz alebo poobede?
3. veta: Vynesieš tie smeti sama/sám, alebo ti pomôžem?
4. veta: Budete sa spolu hrať pekne, alebo ideme robiť niečo iné?

Priemerná hodnota odpovedí respondentov bola 2,97, teda tesne pod priemerom. S touto hodnotou sa však táto kategória umiestnila medzi posledné a teda je rodičmi využívaná v nízkej miere.

Tabuľka 11 Priemerná hodnota odpovedí kategórie „možnosť voľby“

	1. veta		2. veta		3. veta		4. veta		Celkový priemer
	n	súčin	n	súčin	n	súčin	n	súčin	
1	27	27	35	35	53	53	38	38	
2	39	78	48	96	41	82	40	80	
3	36	108	45	135	39	117	34	102	
4	50	200	39	156	38	152	45	180	
5	45	225	30	150	26	130	40	200	
Súčet	197	638	197	572	197	534	197	600	
Priemer	3,24		2,90		2,71		3,05		2,97

Zdroj: vlastná interpretácia

Najstručnejší efektívny spôsob komunikácie, ktorý ma svoje veľké výhody, „dve slová“, je respondentmi využívaný mierne nadpriemerne. Priemerná hodnota odpovedí bola 3,16, teda sa s touto kategóriou nestotožňujú vo veľmi vysokej miere.

Tabuľka 12 Priemerná hodnota odpovedí kategórie „dve slová“

	1. veta		2. veta		3. veta		4. veta		Celkový priemer
	n	súčin	n	súčin	n	súčin	n	súčin	
1	25	25	33	33	34	34	30	30	
2	41	82	33	66	37	74	38	76	
3	35	105	51	153	41	123	46	138	
4	53	212	43	172	45	180	31	124	
5	43	215	37	185	40	200	52	260	
Súčet	197	639	197	609	197	611	197	628	
Priemer	3,24		3,10		3,10		3,19		3,16

Zdroj: vlastná interpretácia

„**Priestor pre spoluprácu a aktivitu detí**“ je spôsob, ktorý pokladáme za veľmi dôležitý a nápomocný v rámci výchovného pôsobenia rodičov na deti. Napriek tomu sa umiestnil na poslednom mieste. Rodičia sa s ním stotožnili najmenej zo všetkých efektívnych kategórií. Priemerná hodnota odpovedí respondentov bola 2,82, teda podpriemer.

Tabuľka 13 Priemerná hodnota odpovedí kategórie „priestor aktivitu detí“

	1. veta		2. veta		3. veta		4. veta		Celkový priemer
	n	súčin	n	súčin	n	súčin	n	súčin	
1	35	35	50	50	39	39	46	46	
2	43	86	53	106	39	78	56	112	
3	36	108	42	126	48	144	29	87	
4	47	188	32	128	41	164	34	136	
5	36	180	20	100	30	150	32	160	
Súčet	197	597	197	510	197	575	197	541	

Priemer	3,03	2,59	2,92	2,75	2,82
----------------	------	------	------	------	-------------

Zdroj: vlastná interpretácia

Zhrnuli sme odpovede všetkých respondentov a vyjadrili ich v hodnote ich priemernej odpovede. Priemer sme vypočítali ako u neefektívnych tak aj u efektívnych spôsobov komunikácie a na základe toho sme vytvorili ich poradie. V nasledujúcej Tabuľke 14 uvádzame porovnanie efektívnych a neefektívnych spôsobov komunikácie s deťmi v takom poradí, aké im prislúcha na základe priemerných hodnôt odpovedí respondentov. Teda podľa miery stotožnenia sa s daným spôsobom. Vyjadruje mieru využívania daného spôsobu komunikácie rodičmi.

Tabuľka 14 Porovnanie priemerných odpovedí neefektívnych a efektívnych spôsobov

Poradie	Neefektívne spôsoby	Priemer	Efektívne spôsoby	Priemer
1.	Zákazy, varovanie	3,48	Informácie, oznámenie	3,40
2.	Príkazy	3,18	Vyjadrenie očakávaní	3,37
3.	Vyhrážanie	3,16	Dve slová	3,16
4.	Rečnicke otázky	3,15	Popis, konštatovanie	3,16
5.	Výčitky, obviňovanie	2,78	Možnosť voľby	2,97
6.	Negatívne scenáre	2,43	Priestor pre aktivitu detí	2,82
Celkový priemer		3,03		3,15

Zdroj: vlastná interpretácia

Z Tabuľky 14 vyplýva, že rozdiely medzi niektorými spôsobmi komunikácie oslovených respondentov sú zanedbateľné. Nájdeme v nej však odpovede na výskumné otázky položené v úvode praktickej časti práce.

5.2 Interpretácia výsledkov výskumu

Zo získaných odpovedí od respondentov sme vyhodnotili výsledky. Na ich základe v nasledujúcej časti práce interpretujeme výsledky a odpovedáme na v úvode stanovené výskumné otázky. Z Tabuľky 14 môžeme vyčítať odpovede na otázky:

- Konkrétne ktoré efektívne spôsoby sú rodičmi preferované?
- Konkrétne ktoré neefektívne spôsoby sú rodičmi preferované?

Z neefektívnych spôsobov sa výraznejšie prejavili zákazy a varovania. Rodičia ich využívajú oproti ostatným spôsobom vo zvýšenej miere. Naopak na konci rebríčka sa objavujú negatívne scenáre a proroctvá. Čo sa týka efektívnych spôsobov, pozitívom je, že rodičia využívajú základnú komunikačnú schopnosť a to podanie informácie dieťaťu. Taktiež vo zvýšenej miere využívajú vyjadrenie vlastných očakávaní. Negatívom je, že sa rodičia najmenej stotožnili s možnosťami nechať dieťaťu možnosť voľby a priestor pre spoluprácu a aktivitu detí, čo práve pokladáme za dôležité pre rozvoj vzťahov, ale aj osobnosti samotného dieťaťa.

Doterajším vyhodnotením dotazníka sme taktiež hľadali odpoveď na výskumnú otázku:

- Využívajú rodičia pri riešení problémovej situácie s deťmi vo väčšej miere efektívny alebo neefektívny spôsob komunikácie? A k nej prislúchajúcu hypotézu:

H1: Efektívne spôsoby komunikácie sú rodičmi využívané viac ako spôsoby neefektívne.

Rozdiel vo využívaní efektívnych (3,15) a neefektívnych (3,03) spôsobov komunikácie nie je výrazný, obe hodnoty sa pohybujú mierne nad priemerom. Napriek tomu je hodnota efektívnych spôsobov o niečo vyššia. Teda rodičia využívajú efektívne spôsoby komunikácie s dieťaťom o niečo viac ako tie neefektívne.

Testom nezávislosti chí-kvadrát budeme zisťovať závislosť medzi spôsobom komunikácie rodičov a ich odpoveďami. Teda budeme overovať nasledujúce hypotézy.

H₀: Medzi odpoveďami respondentov a spôsobom komunikácie nie je štatisticky významná závislosť.

H_A: Medzi odpoveďami respondentov a spôsobom komunikácie je štatisticky významná závislosť.

Tabuľka 15 Závislosť spôsobu komunikácie a odpovedí respondentov

		Odpovede respondentov			Σ
		1. + 2.	3. + 4.	5.	
Spôsoby komunikácie	Efektívne spôsoby komunikácie	1668 (1777,18)	2025 (1959,20)	1034 (963,45)	4727
	Neefektívne spôsoby komunikácie	1798 (1688,82)	1796 (1861,80)	845 (915,55)	4492
	Σ	3466	3821	1879	9219

Zdroj: vlastná interpretácia

Čísla v tabuľke predstavujú počet odpovedí respondentov. Čísla v zátvorke sú očakávaný počet odpovedí, ktorý sme vyrátali pre každé pole v tabuľke. Potom sme na základe vzorca vypočítali hodnotu testového kritéria.

$$\chi^2 = \frac{(P-O)^2}{O} = 6,70 + 2,21 + 5,17 + 7,06 + 2,33 + 5,44 = 28,91$$

Po porovnaní vypočítanej hodnoty s kritickou hodnotou uvedenou v tabuľkách pre stupeň voľnosti 2 na hladine významnosti 0,01: $\chi^2_{0,01}(2) = 9,210$, zistíme, že nami vypočítaná hodnota testového kritéria je väčšia ako hodnota kritická. Na základe toho odmietame nulovú hypotézu H_0 a prijímame alternatívnu hypotézu H_A . Z toho vyplýva, že medzi spôsobom komunikácie respondentov a ich odpoveďami je štatisticky významná závislosť. Stupeň tejto závislosti určíme na základe vypočítania koeficientu kontingencie.

$$C = \sqrt{\frac{\chi^2}{n + \chi^2}} = 0,288$$

Výsledná hodnota sa môže pohybovať medzi nulou a jednotkou. Čím je hodnota vyššia, tým je vyššia aj závislosť. Z nášho výsledku teda vyplýva, že závislosť nie je veľmi vysoká.

Na ostatné stanovené výskumné otázky budeme hľadať odpoveď v nasledujúcej časti práce. V tejto fáze vyhodnotíme odpovede žien a mužov a porovnáme ich medzi sebou. Postup sme zvolili rovnaký ako pri vyhodnocovaní výsledkov vo všeobecnosti pre všetkých opýtaných rodičov. Vyrátali sme priemery jednotlivých odpovedí v jednotlivých spôsoboch komunikácie a získali sme výsledky uvedené v nasledujúcich tabuľkách.

Tabuľka 16 hovorí o neefektívnych spôsoboch komunikácie. Konkrétne porovnáva výsledky mužov a žien. Tie sú zoradené podľa priemernej hodnoty odpovedí, ktorá zodpovedá miere stotožnenia sa s daným spôsobom komunikácie. Táto tabuľka odpovedá na výskumné otázky:

- Konkrétne ktoré neefektívne spôsoby preferujú ženy?
- Konkrétne ktoré neefektívne spôsoby preferujú muži?

Ako možno z Tabuľky 16 vyčítať, u žien výrazne prevládajú zákazy a varovania a na druhom mieste príkazy. U mužov sa tiež objavujú zákazy a varovania na prvých miestach ale vo výrazne menšej miere. Z odpovedí mužov vyplýva, že sa najviac stotožňujú s vyhrážkami. Posledné priečky sú zhodné u oboch pohlaví, a sice výčitky, obviňovania a negatívne scenáre.

Tabuľka 16 Neefektívne spôsoby komunikácie ženy vs. muži

Poradie	Neefektívne spôsoby			
	Ženy	Priemer	Muži	Priemer
1.	Zákazy, varovania	3,72	Vyhrážanie	3,20
2.	Príkazy	3,32	Zákazy, varovania	3,16
3.	Rečnicke otázky	3,20	Rečnicke otázky	3,09
4.	Vyhrážanie	3,13	Príkazy	3
5.	Výčitky, obviňovanie	2,81	Výčitky, obviňovanie	2,75
6.	Negatívne scenáre	2,51	Negatívne scenáre	2,31
Celkový priemer		3,11		2,92

Zdroj: vlastná interpretácia

Tabuľka 17 zaznamenáva efektívne spôsoby komunikácie rodičov s deťmi. Taktiež sú zoradené podľa priemernej hodnoty odpovedí opýtaných žien a mužov. Hodnoty v tabuľke odpovedajú na výskumné otázky:

- Konkrétne ktoré efektívne spôsoby preferujú ženy?
- Konkrétne ktoré efektívne spôsoby preferujú muži?

V tomto prípade je zoznam oboch pohlaví veľmi podobný. Ženy aj muži dávajú na prvé priečky informáciu, oznámenie a vyjadrenie očakávaní. Rozdiel je len v poradí týchto dvoch spôsobov. Teda preferencie efektívnych spôsobov komunikácie sú u oboch pohlaví takmer rovnaké. Na posledné priečky sa podobne, ako v celkovom vyhodnocovaní, dostala možnosť voľby a priestor na spoluprácu a aktivitu dieťaťa. U žien priestor na aktivitu dieťaťa dokonca výraznejšie zaostáva za ostatnými spôsobmi komunikácie. Napriek podobným preferenciám, je rozdiel v miere využívania efektívnych a neefektívnych prístupov medzi pohlaviami.

Tabuľka 17 Efektívne spôsoby komunikácie ženy vs. muži

Poradie	Efektívne spôsoby			
	Ženy	Priemer	Muži	Priemer
1.	Informácia, oznámenie	3,50	Vyjadrenie očakávaní	3,33
2.	Vyjadrenie očakávaní	3,40	Informácie, oznámenie	3,25
3.	Popis, konštatovanie	3,20	Popis, konštatovanie	3,10
4.	Dve slová	3,22	Dve slová	3,07
5.	Možnosť voľby	3,08	Možnosť voľby	2,82
6.	Priestor pre aktivitu detí	2,89	Priestor pre aktivitu detí	2,72
Celkový priemer		3,22		3,05

Zdroj: vlastná interpretácia

Rozdiely sme predpokladali pred realizáciou výskumu a naša výskumná otázka znela nasledovne:

- Využívajú efektívny spôsob komunikácie v problémovej situácii viac ženy ako muži?

Pri pohľade na Tabuľku 17 vidíme, že priemer odpovedí žien (3,22) je vyšší ako mužov (3,05). Z toho vyplýva, že ženy označili väčšiu mieru stotožnenia sa s efektívnymi výroky v dotazníku. Teda ženy využívajú efektívny spôsob komunikácie viac ako muži. Rozdiel v priemeroch však nie je vysoký.

- Využívajú neefektívny spôsob komunikácie v problémovej situácii viac muži ako ženy?

H2: Muži využívajú neefektívne spôsoby viac ako ich využívajú ženy.

Z Tabuľky 16 vyplýva, že ženy (3,11) využívajú aj neefektívne prístupy viac ako muži (2,92). Teda celkovo ženy označili väčšiu mieru stotožnenia sa a samé využívajú vo väčšej miere neefektívne aj efektívne spôsoby komunikácie.

Závislosť pohlavia na neefektívnom spôsobe komunikácie sme aj nasledovne overovali.

H_0 : Medzi pohlavím a neefektívnym spôsobom komunikácie nie je štatisticky významná závislosť.

H_A : Medzi pohlavím a neefektívnym spôsobom komunikácie je štatisticky významná závislosť.

Tabuľka 18 Závislosť pohlavia a neefektívneho spôsobu komunikácie

		Odpovede respondentov			
		1. + 2.	3. + 4.	5.	Σ
Pohlavie	Muži	812 (710,47)	653 (730,63)	310 (333,90)	1775
	Ženy	986 (1087,53)	1196 (1118,37)	535 (511,10)	2717
Σ		1798	1849	845	4492

Zdroj: vlastná interpretácia

Postupovali sme rovnako ako pri predchádzajúcom overovaní. Po vyrátaní očakávaného počtu odpovedí sme na základe vzorca vyrátali hodnotu testového kritéria.

$$\chi^2 = \frac{(P - O)^2}{O} = 14,51 + 9,48 + 8,25 + 5,39 + 1,71 + 1,12 = 40,46$$

Po porovnaní tejto hodnoty s tabuľkovou hodnotou $\chi^2_{0,01}(2) = 9,210$ sme zistili, že nami vyrátaná hodnota testového kritéria je väčšia ako kritická hodnota. Na tomto základe opäť odmietame nulovú hypotézu H_0 a teda prijímame alternatívnu hypotézu H_A . To znamená, že medzi pohlavím a neefektívnym spôsobom komunikácie je štatisticky významná závis-

lost'. Stupeň tejto závislosti určíme na základe vypočítania koeficientu kontingencie

$$C = \sqrt{\frac{\chi^2}{n+\chi^2}} = 0,517$$

Vzhľadom na to, že hodnota koeficientu sa môže pohybovať medzi nulou a jednotkou, jedná sa o nadpolovičnú hodnotu. Stupeň závislosti pohlavia a neefektívneho spôsobu komunikácie nie je moc vysoká, napriek tomu však nadpolovičná.

Poslednou výskumnou otázkou bolo:

- Používajú rodičia vo svojich reakciách vety, ktoré v detstve počúvali od vlastných rodičov?

Opýtaní rodičia opäť mali možnosť odpovedať na škále od jedna do päť, do akej miery vnímajú, že využívajú slová svojich vlastných rodičov, ktoré oni sami počúvali v detstve. Po opätovnom vypočítaní priemeru získaných odpovedí, sme dostali číslo 3,92. Ide o nadpriemernú hodnotu. Rodičia sa jednoznačne prikláňajú k tomu, že vo veľkej miere využívajú slová, či vety vlastných rodičov.

5.3 Zhrnutie a odporúčania pre prax

Získané výsledky sú platné pre opýtanú vzorku a nemožno ich zovšeobecniť na všetkých rodičov. Napriek tomu, ide o určitú ukážku toho, ako rodičia zvládajú problémové situácie. Do akej miery efektívne a do akej nie. Z výsledkov môžeme usúdiť, že opýtaní rodičia využívajú efektívne (3,15) a neefektívne (3,03) spôsoby komunikácie vo veľmi podobnej miere. Vo výchove sa teda vyskytujú obe kategórie.

Pozitívom je, že efektívne spôsoby sú rodičmi využívané a neostávajú len pri „pôvodných“ autoritatívnych praktikách. Využívajú základné efektívne komunikačné schopnosti ako „podanie informácie“ či „vyjadrenie vlastných očakávaní“. Čo je dobrý základ k tomu, aby rodičia dokázali svoju komunikáciu postupne smerovať efektívnejším smerom. Niektoré uvádzané komunikačné spôsoby sú rodičom prirodzenejšie ako iné. Z výsledkov vyplýva, že podanie informácii dieťaťu a vyjadrovanie vlastných očakávaní rodičov, patria práve medzi tie, s ktorými sa rodičia stotožnili viac.

V práci je niekoľkokrát spomínaný rešpektujúci prístup k dieťaťu. Je základom vymedzených efektívnych komunikačných spôsobov. Základom vzťahu rodičov s dieťaťom a pozitívneho rodinného prostredia podporujúceho rozvoj detskej osobnosti. Rešpekt v sebe zahŕňa aj možnosť dieťaťa prejaviť sa, svoje názory, potreby. Napriek tomu

sa na posledných priečkach efektívnych spôsobov komunikácie preferovaných rodičmi umiestili „možnosť voľby“ a „priestor pre aktivitu dieťaťa“. Práve tieto spôsoby však považujeme za základ rešpektujúceho prístupu. Sú nápomocné nie len pre spomínané budovanie vzťahov v rámci rodiny. Ich dôležitou funkciou je, že dieťa aktívne sa podieľajúce na výchove sa učí niest' zodpovednosť za svoje rozhodnutia, za vzniknuté pravidlá a ich porušenie, rozvíja sa samostatnosť dieťaťa aj jeho schopnosť rozhodovať sa.

Vzhľadom na výsledky, ktoré sme popísali, v nasledujúcej časti formulujeme naše odporúčania do praxe. Rozhodli sme sa vymedziť ich pre tri oblasti. V prvom rade pre rodičov. Ako sme už aj počas práce niekoľkokrát zdôrazňovali, rodičia majú neľahkú úlohu. Výchova dieťaťa si vyžaduje mnoho trpezlivosti a snahy. Je však povinnosťou rodičov, a zároveň ich veľkým privilegiom, milovať dieťa bezpodmienečne, vytvoriť mu vyhovujúce podmienky, vychovať z neho dobrého človeka. Aby to tak mohlo byť, rodičia si musia priznať vlastné chyby a nedostatky a predovšetkým mať snahu ich odstrániť. Je dôležité, aby si rodičia uvedomovali, že správne prístupu k dieťaťu a efektívnym spôsobom komunikácie je možné sa naučiť. Napríklad študovaním literatúry odborníkov venujúcich sa tejto oblasti, mnohých uvedených v teórii našej diplomovej práce. Knihy pomôžu zorientovať sa v problematike a poskytujú návody na to, ako realizovať efektívny spôsob komunikácie. V praxi však môže byť jeho využívanie náročné. Najmä pokiaľ rodič sám nezažíval podobný spôsob jednania počas svojho detstva. Výskum ukázal, že opýtaní rodičia vo veľkej miere preberali vety od vlastných rodičov. Ak by teda rodičia boli schopní zvládnuť tento spôsob komunikácie, nebolo by to prínosom len pre nich a ich deti, ale mohli by pozitívne ovplyvniť aj výchovu ďalších generácií.

Je však samozrejmé, že je to náročná úloha a prečítanie teórie, aj keď s praktickými radami, nemusí byť pre každého dostačujúce. Nie každý dokáže spraviť takúto zmenu svojpomocne. Veľkou pomocou môžu byť kurzy, ktoré by rodičia absolvovali. Práve preto druhá oblasť, ktorej venujeme odporúčanie sú odborníci. Konkrétne máme na mysli andragógov, sociálnych pedagógov, či sociálnych pracovníkov a ďalších, ktorí by mali ako prispieť v tejto oblasti. V prvom rade je ich úlohou šíriť povedomie o tom, že existujú aj takéto možnosti pre rodičov. Mnohí ani netušia, že by mali možnosť zúčastniť sa niečoho podobného. V neposlednom rade vytvárať pre rodičov dostupné kurzy, ktoré by im pomohli pochopiť prínosy efektívnej komunikácie. Kde by mali možnosť vyskúšať si ju a poradiť sa o konkrétnych problémoch. Kurzy pre rodičov existujú, aj samotní citovaní autori, konkrétne napr. aj Kopřiva a kol. čerpajú mnoho svojich skúseností a poznatkov z kurzov,

ktoré realizujú. Avšak bez čítania odbornej literatúry k našej diplomovej práci, by sme ani my nevedeli, že je taká možnosť. Preto pokladáme za dôležité šíriť povedomie a vytvárať kurzy, ktoré budú rodičom dostupné.

Dnešná doba je však náročná, rýchla a ľudia musia riešiť mnoho problémov, mnohokrát existenčných. Posledné odporúčanie sa týka spoločnosti. Je jej úlohou vytvoriť také podmienky, aby rodičia mali možnosť, priestor a sily venovať sa zdokonaľovaniu v oblasti komunikácie s dieťaťom. Ten priestor, možnosti a sily často krát chýbajú a to nie je správne. Rodičia sú nesmierne zaneprázdnení, aby vôbec dokázali svoje rodiny užiť. To je problematika, ktorá by dokázala nasýtiť ďalšiu diplomovú prácu. Chceli sme len poukázať na tento problém.

ZÁVER

Rodina bola, je a veríme, že vždy aj bude základom spoločnosti. Predovšetkým však tvorí základ pre jednotlivcov, ktorí sú jej členmi. Je množstvo problematík týkajúcich sa rodiny, o ktorých sa oplatí hovoriť. Jednou z nich je komunikácia medzi rodinnými príslušníkmi. Komunikácia ako taká tvorí základ interakcie medzi ľuďmi. Je teda budovateľom medziludských vzťahov. V takej úzkej skupine ľudí ako je rodina, sú dobré vzťahy základom pre jej fungovanie. Bežné problémové situácie sa však nevyhnú ani najlepším rodinám. Práve preto sme sa v našej diplomovej práci venovali práve problematike spôsobov riešenia problémových situácií.

Situácie, kedy dieťa odvráva, neposlúcha, neplní si povinnosti a iné, sa dajú zvládať rôzne. Je na rodičoch, aký prístup k dieťaťu zvolia. Je zodpovednosťou rodiča, snažiť sa tieto chvíle zvládnuť čo najlepšie. To ako prebieha komunikácia v týchto momentoch má významný vplyv na vzťahy medzi rodičmi a deťmi, ale aj na vývoj detskej osobnosti ako takej. Vzhľadom na to, že doba sa mení, prechádza sa od autoritatívneho spôsobu výchovy k rešpektujúcemu. Mnohí autori preto apelujú na to, že s dieťaťom sa nemá jednať ako s niekým menejcenným, či podriadeným.

Naša práca sa venuje práve tejto významnej problematike. Od všeobecných teoretických východísk ohľadom výchovy či rodiny, postupne prechádza k zdôrazneniu významu rodiny pre dieťa. Na základe toho je dôležité, aby dokázala plnohodnotne plniť svoje funkcie. To je možné, keď v rodine panujú fungujúce vzťahy. Práve preto je jadrom našej diplomovej práce popis chýb, ktorých sa dopúšťajú deti svojim správaním, no predovšetkým nesprávne spôsoby výchovy rodičov. V práci popisujeme neefektívne spôsoby komunikácie rodičov s deťmi v bežných problémových situáciách. Popisujeme ich konkrétne príklady, pocity, ktoré môžu v dieťati zanechať a taktiež aké dôsledky môžu vyvolať. Tým apelujeme práve na to, že naučiť sa využívať efektívne spôsoby komunikácie má skutočný význam. Práve preto práca obsahuje taktiež klasifikácie a popisy, ktoré rôzni autori pokladajú za efektívne. Nechýbajú konkrétne príklady a odôvodnenia efektívnosti.

Efektívnosť a neefektívnosť komunikácie boli taktiež predmetom nášho výskumu. Konkrétne sme sa zamerali najmä na zistenie toho, či rodičia využívajú v rámci výchovného pôsobenia na deti efektívne alebo neefektívne spôsoby komunikácie. Z výsledkov vyplynulo, že rodičia využívajú efektívne spôsoby komunikácie viac ako neefektívne. Ide však o zanedbateľný rozdiel. Vo výchove opýtaných rodičov teda figurujú obe kategórie.

Rodičia ich využívajú vo veľmi podobnej miere. Základnou myšlienkou, ktorá sa prelína celou prácou je vzájomný rešpekt medzi rodičmi a deťmi. Z výsledkov výskumu však vyplynulo, že spôsoby ako „priestor pre aktivitu dieťaťa“ a dať dieťaťu „možnosť voľby“, boli v rebríčku efektívnych spôsobov komunikácie rodičov na posledných priečkach. Rešpekt tkvie nie len v slovách, ale aj v činoch. To, že vedieť komunikovať s dieťaťom efektívne stojí za to, dokazujeme rôznymi autormi, myšlienkami, klasifikáciami a príkladmi v teoretickej časti práce. Avšak to, aby rešpekt skutočne prenikol do výchovného štýlu a spôsobu výchovy rodičov, je už na nich. Na mieste je však aj pomoc odborníkov, ktorí by mali podať rodičom pomocnú ruku. Či už osvetou, alebo konkrétnymi kurzami, či poradenstvom. A teda nejde len o slová, ale aj o činy. A je už na rodičoch, aby si uvedomili, že tá snaha, odhodlanie a práca, ktorú by ich to stálo, by priniesla pozitívne účinky. Deti, ich zdravý vývoj, vzťahy v rodine a okolí za to stoja. Rodina za to stojí.

ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY

ALDORTOVÁ, Naomi, 2010. *Vychováváme děti a rosteme s nimi*. Praha: Práh. ISBN 978-80-7252-287-3.

BAKOŠOVÁ, Zlatica, 2008. *Sociálna pedagogika ako životná pomoc*. Bratislava: Public promotion. ISBN 978-80-969944-0-3.

BAUEROVÁ, Jaroslava a BÁRTOVÁ, Eva, 1987. *Proměny ženy v rodině, práci a ve veřejném životě*. Praha: Svoboda.

ČÁP, Jan, 1980. *Psychologie pro učitele*. 1. vyd. Praha: SPN.

DREIKUS, Rudolf, 1992. *Deti jako výzva*. Bratislava: Slovenská adlerovská spoločnosť. ISBN 978-80-969798-6-8.

GAVORA, Peter, 2010. *Elektronická učebnica pedagogického výskumu*. [online]. Bratislava: Univerzita Komenského, 2010. Dostupné na:
<http://www.e-metodologia.fedu.uniba.sk/> ISBN 978-80-223-2951-4.

HAYES, Nicky, 2003. *Sociální psychologie*. Praha: Portál. ISBN 80-71-78-763-9.

HELUS, Zdeněk, 1984. *Vyznat se v dětech*. Praha: Štátné pedagogické nakladateľstvo.

HELUS, Zdeněk, 2004. *Dieťa v osobnostnom poňatí*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-888-0.

CHRÁSKA, Miroslav, 2007. *Metody pedagogického výskumu*. Praha: Grada Publishing. ISBN 878-80-247-1369-4.

KOPŘIVA, Pavel a kol., 2012. *Respektovat a být respektován*. Kromněříž: Spirála. ISBN 978-80-904030-0-0.

KRAUS, Blahoslav; POLÁČKOVÁ, Věra a kol., 2001. *Člověk – prostředí – výchova. K otázkám sociální pedagogiky*. Brno: Paido. ISBN 80-7315-004-2.

LACINOVÁ, Lenka; ŠKRDLÍKOVÁ, Petra, 2008. *Dost dobří rodiče, aneb, Drobné chyby ve výchově dovoleny*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-442-7.

LANGMEIER, Josef; KREJČÍŘOVÁ, Dana, 2006. *Vývojová psychologie – 2., aktualizované vydání*. Praha: Grada. ISBN 80-247-1284-9.

MATĚJČEK, Zdeněk, 1986. *Rodiče a děti*. Praha: AVICENUM.

MATĚJČEK, Zdeněk, 2005. *Výbor z díla*. Praha: Karolinum. ISBN 80-246-1056-6.

MATĚJČEK, Zdeněk, 2007. *Po dobrém nebo po zlém?* Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-270-6.

MATOUŠEK, Oldřich, 2003. *Slovník sociální práce*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-549-0.

ORAVCOVÁ, Jitka; ĎURICOVÁ, Lenka; BINDASOVÁ, Olga, 2007. *Psychológia rodiny*. Banská Bystrica: Univerzita Mateja Bela. ISBN 978-80-8083-490-6.

ORAVCOVÁ, Jitka, 2004. *Sociálna psychológia*. Banská Bystrica: Univerzita Mateja Bela. ISBN 80-8055-980-5.

PELIKÁN, Jiří, 1995. *Výchova jako teoretický problém*. 1. vyd. Ostrava: Amosium servis.

POSSE, Raul a MELGOSA, Julian, 2002. *Umenie výchovy*. Vrútky: ADVENT-ORION. ISBN: 80-88960-89-4.

PREKOPOVÁ, Jiřina a SCHWEIZEROVÁ, Christel, 2003. *Děti jsou hosté, kteří hledají cestu*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-854-6.

PREKOPOVÁ, Jiřina, 2010. *I rodiče by měli dělat chyby*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-766-4.

PRŮCHA, Jan; WALTEROVÁ, Eliška; MAREŠ, Jiří, 2003. *Pedagogický slovník*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-772-8.

ROGGE, Jan-Uwe, 2000. *Děti potřebují hranice*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-418-4.

ŘEZÁČ, Jaroslav, 1998. *Sociální psychologie*. Brno: Paido.

VÁGNEROVÁ, Marie, 2005. *Základy psychologie*. Praha: Karolinum. ISBN 80-246-0841-3.

www.upsvar.sk

ZOZNAM POUŽITÝCH SYMBOLOV A SKRATIEK

atď. A tak ďalej.

sp. spôsob

vs. verzus

ZOZNAM TABULIEK

Tabuľka 1 Nepriaznivé reakcie matky.....	40
Tabuľka 2 Priemerná hodnota odpovedí kategórie „výčitky, obviňovanie“	54
Tabuľka 3 Priemerná hodnota odpovedí kategórie „zákazy, varovania“	55
Tabuľka 4 Priemerná hodnota odpovedí kategórie „negatívne proroctvá, scenáre“	56
Tabuľka 5 Priemerná hodnota odpovedí kategórie „príkazy“	56
Tabuľka 6 Priemerná hodnota odpovedí kategórie „vyhrážanie“	57
Tabuľka 7 Priemerná hodnota odpovedí kategórie „rečnicke otázky“	58
Tabuľka 8 Priemerná hodnota odpovedí kategórie „popis, konštatovanie“	59
Tabuľka 9 Priemerná hodnota odpovedí kategórie „informácia, oznámenie“	59
Tabuľka 10 Priemerná hodnota odpovedí kategórie „vyjadrenie vlastných očakávaní“	60
Tabuľka 11 Priemerná hodnota odpovedí kategórie „možnosť voľby“	61
Tabuľka 12 Priemerná hodnota odpovedí kategórie „dve slová“	62
Tabuľka 13 Priemerná hodnota odpovedí kategórie „priestor aktivitu detí“	62
Tabuľka 14 Porovnanie priemerných odpovedí neefektívnych a efektívnych sp.....	63
Tabuľka 15 Závislosť spôsobu komunikácie a odpovedí respondentov.....	65
Tabuľka 16 Neefektívne spôsoby komunikácie ženy vs. muži	66
Tabuľka 17 Efektívne spôsoby komunikácie ženy vs. muži	67
Tabuľka 18 Závislosť pohlavia a neefektívneho spôsobu komunikácie.....	68

ZOZNAM PRÍLOH

Príloha P1 Dotazník

Príloha P2 Klasifikácia spôsobov komunikácie

PRÍLOHA P1: DOTAZNÍK

Vážená pani, vážený pán.

Volám sa Michaela Šimlíková a som študentkou sociálnej pedagogiky v Zlíne. Nasledujúci dotazník bol vytvorený pre potreby mojej diplomovej práce, zameranej na spôsoby riešenia problémových situácií v rodinách.

Dotazník je veľmi jednoduchý. Sú v ňom uvedené konkrétne výroky rodičov voči deťom. Vás by som chcela poprosiť, pri každom z nich označiť do akej miery sa s danou vetou stotožňujete, teda do akej miery ju Vy sami využívate. Pričom nejde o to, o čom daná veta hovorí (nevynesené smeti, neuprataná izba, atď.), ale o spôsob akým je vypovedaná. Číslo 1 predstavuje najnižšiu a číslo 5 najvyššiu mieru stotožnenia sa.

- | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. „Mohla/mohol by si aspoň raz tie topánky odpratať namiesto? Nikdy to nerobíš sám od seba.“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. „Nehraj sa s tým zapalovačom, lebo sa popáliš!“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. „Veľa po sebe kričíte, ako by sme to mohli vyriešiť?“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. „Ach, ty sa tie príklady snáď nikdy nenaučíš.“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. „Peťo, nemáš upratanú izbu.“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. „Nelez tam, lebo spadneš.“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7. „Ak si okamžite neupraceš tú izbu, tak dnes nepôjdeš von.“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8. „Zase si nevyniesla/nevyniesol tie smeti? Keby si to aspoň raz spravil/a bez toho, aby som ti to musel/a hovoriť!“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. „To je už niekoľká trojka v poradí, čo navrhuješ s tým urobiť?“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. „Nebehaj tak rýchlo, lebo spadneš a ublížiš si!“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11. „Prestaň sa hrať s tou loptou vnútri, lebo ti ju vezmem!“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12. „Jurko, topánky!“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13. „Nehádaj sa so mnou a obleč sa konečne!“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14. „Keď budeš taká neporiadna, nikdy sa nevydáš.“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15. „Ešte raz povieš také slovo a bude zle!“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

- | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|
| 16. „Žiadne nadávky!“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17. „Nehádajte sa už a odpracte tie hračky!“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18. „Prestaňte sa okamžite bit', inak si ma neželajte.“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19. „Počujem, že sa hádate.“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20. „Chceš si snád' ublížiť?“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 21. „Prestaň odvrávať a choď sa ihneď učiť.“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 22. „Je večer a ty nemáš hotové úlohy, čo s tým urobíme?“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 23. „Dohodli sme sa, že dnes si upraceš izbu.“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 24. „Zabudla/zabudol si, ako sa máš správať?“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 25. „Vidím, že kôš nie je vyneseny.“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 26. „Toto je podľa teba uprataná izba?“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 27. „Čo by ti pomohlo, aby si bol pokojnejší?“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 28. „Zase si nechal/a tie dvere otvorené! To ti to vážne musím stále pripomínať?!“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 29. „Katka, vidím, že riad nie je umytý.“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 30. „Nechytaj toho psa, pohryzie ťa!“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 31. „V chodbe ostali neupratané tvoje topánky.“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 32. „Viem, že to nie je pravda.“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 33. „Keby si aspoň raz spravil/a to, o čo ťa žiadam. Ty máš vždy len veľa rečí.“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 34. „Upraceš si tú izbu teraz alebo poobede?“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 35. „Okamžite to po sebe uprac!“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 36. „Pomohlo by mi, keby si vyniesol tie smeti.“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 37. „Budete sa spolu hrať pekne, alebo ideme robiť niečo iné?“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 38. „Zuzka smeti!“ | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 39. „Keď si niekto zvykne nadávať, môže mu nepekné slovo „ujst“ aj | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

- vtedy, keď to povedať nechcel.“
40. „Potrebujem, aby tie topánky boli na mieste, dnes nám príde návšteva.“ 1 2 3 4 5
41. „Trvám na tom, aby bola tá izba do večera uprataná.“ 1 2 3 4 5
42. „Keď sa nebudeš v učení snažiť, nikdy sa nedostaneš na dobrú školu.“ 1 2 3 4 5
43. Želal/a by som si, aby sme si hovorili pravdu.“ 1 2 3 4 5
44. „Keď budeš takto všetkým papuľovať, nikto ťa nebude mať rád.“ 1 2 3 4 5
45. „S tou loptou sa môžete ísť hrať von, alebo môžete zostať vnútri a robiť niečo pokojnejšie.“ 1 2 3 4 5
46. „Vynesieš tie smeti sama/sám, alebo ti pomôžem?“ 1 2 3 4 5
47. „Ty nevieš, že klamať sa nemá?“ 1 2 3 4 5
48. „Žiadne odvrávanie!“ 1 2 3 4 5
49. Stáva sa Vám, že vo svojich slovách voči deťom spoznávate slová, či vety z Vášho detstva, ktoré ste počuli od vlastných rodičov? 1 2 3 4 5
50. Ste: žena muž
51. Váš vek: _____

PRÍLOHA P2: KLASIFIKÁCIA SPÔSOBOV KOMUNIKÁCIE

NEEFEKTÍVNE PRÍSTUPY

1. Výčitky, obviňovanie - Ty zase (vždycky, nikdy, stále)...! Keby si aspoň...

1. veta: Zase si nevyniesla/nevyniesol tie smeti? Keby si to aspoň raz spravil/a bez toho, aby som ti to musel/a hovoriť!
2. veta: Keby si aspoň raz spravil/a to o čo ťa žiadam. Ty máš vždy len veľa rečí.
3. veta: Zase si nechal/a tie dvere otvorené! To ti to vážne musím stále pripomínať?!
4. veta: Mohla/mohol by si aspoň raz tie topánky odpratať namiesto? Nikdy to nerobíš sám od seba.

2. Zákazy, varovanie – Nerob to, lebo sa ti stane...!

1. veta: Nebehaj tak rýchlo, lebo spadneš a ublížiš si!
2. veta: Nehraj sa s tým zapaľovačom, lebo sa popáliš!
3. veta: Nechytaj toho psa, pohryzie ťa!
4. veta: Nelez tam, lebo spadneš.

3. Negatívne scenáre, proroctvá – Z teba raz vyrastie...

1. veta: Keď sa nebudeš v učení snažiť, nikdy sa nedostaneš na dobrú školu.
2. veta: Ach, ty sa tie príklady snád' nikdy nenaučíš.
3. veta: Keď budeš taká neporiadna, nikdy sa nevydáš.
4. veta: Keď budeš takto všetkým papuľovať, nikto ťa nebude mať rád.

4. Príkazy – Okamžite choď a urob...!

1. veta: Okamžite to po sebe uprac!
2. veta: Prestaň odvrávať a choď sa ihneď učiť!
3. veta: Nehádaj sa so mnou a obleč sa konečne!
4. veta: Nehádajte sa už a odpracte tie hračky!

5. Vyhrážanie – Prestaň..., lebo...! Beda, ak...!

1. veta: Prestaň sa hrať s tou loptou vnútri, lebo ti ju vezmem!
2. veta: Ak si okamžite neupraceš tú izbu, tak dnes nepôjdeš von.
3. veta: Prestaňte sa okamžite biť, inak si ma neželajte.
4. veta: Ešte raz povieš také slovo a bude zle!

6. Rečnicke otázky – Ty snád' nechceš...?

1. veta: Ty nevieš, že klamať sa nemá?
2. veta: Zabudla/zabudol si ako sa máš správať?
3. veta: Toto je podľa teba uprataná izba?
4. veta: Chceš si snád' ublížiť?

EFEKTÍVNE PRÍSTUPY

1. Popis, konštatovanie – Vidím (počujem), že...

1. veta: Počujem, že sa hádate.
2. veta: Peťo, nemáš upratanú izbu.
3. veta: Vidím, že kôš nie je vyneseny.
4. veta: Katka, vidím, že riad nie je umytý.

2. Informácie, oznámenie – Je treba..., Toto robíme (tak a tak), Pomôže, keď..., Keď..., tak...

1. veta: Dohodli sme sa, že dnes si upraceš izbu.
2. veta: V chodbe ostali neupratané tvoje topánky.
3. veta: Viem, že to nie je pravda.
4. veta: Keď si niekto zvykne nadávať, môže mu nepekné slovo „ujst“ aj vtedy, keď to povedať nechcel.

3. Vyjadrenie vlastných očakávaní a potrieb – Očakávam, že..., Pomohlo by mi, keby...

1. veta: Potrebujem, aby tie topánky boli na mieste, dnes nám príde návšteva.
2. veta: Trvám na tom, aby bola tá izba do večera uprataná.
3. veta: Pomohlo by mi, keby si vyniesol tie smeti.
4. veta: Želal/a by som si, aby sme si hovorili pravdu.

4. Možnosť voľby – Urobíš to tak... alebo tak...? Môžeš si vybrať.

1. veta: S tou loptou sa môžete ísť hrať von, alebo môžete zostať vnútri a robiť niečo pokojnejšie.
2. veta: Upraceš si tú izbu teraz alebo poobede?
3. veta: Vynesieš tie smeti sama/sám, alebo ti pomôžem?

4. veta: Budete sa spolu hrať pekne, alebo ideme robiť niečo iné?

5. Dve slová – Tomáš, ...!

1. veta: Jurko, topánky!
2. veta: Žiadne nadávky!
3. veta: Zuzka, smeti!
4. veta: Žiadne odvrávanie!

6. Priestor pre spoluprácu a aktivitu detí – Čo s tým urobíme? A čo si o tom myslíš ty?

1. veta: Je večer a ty nemáš hotové úlohy, čo s tým urobíme?
2. veta: Veľa po sebe kričíte, ako by sme to mohli vyriešiť?
3. veta: To je už niekoľká trojka v poradí, čo navrhuješ s tým urobiť?
4. veta: Čo by ti pomohlo, aby si bol pokojnejší?