

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI
FAKULTA PEDAGOGICKÁ
Katedra psychologie

**FORMOVÁNÍ SEBEPOJETÍ DÍTĚTE V
ZÁVISLOSTI NA TYPU RODINNÉ VÝCHOVY**

Bakalářská práce

Štěpánka Dolejšová DiS.

Učitelství praktického vyučování a odborného výcviku

(2009-2012)

Vedoucí práce: Mgr. Vladimíra Lovasová, Ph.D.

Plzeň, červen 2012

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem předloženou závěrečnou práci vypracovala samostatně s použitím zdrojů informací a literárních pramenů, které uvádím v příloženém seznamu literatury.

V Plzni dne 30. června 2012

vlastnoruční podpis

Poděkování

Ráda bych poděkovala Mgr. Vladimíře Lovasové Ph.D., za odborné vedení bakalářské práce, za její cenné rady a za její ochotný přístup.

OBSAH

ÚVOD.....	6
1. SEBEPOJETÍ A SEBEDŮVĚRA	7
1.1. Vymezení pojmu sebepojetí a sebedůvěra.....	7
1.2. Vznik a vývoj sebepojetí	8
1.3. Formování sebepojetí	11
1.4. Formování sebedůvěry.....	11
2. RODINA A VÝCHOVA	14
2.1. Rodinné prostředí	14
2.1.1. Nenarušená rodina	15
2.1.2. Narušená rodina, speciální rodina.....	16
2.1.3. Orientační a prokreační rodina.....	17
2.2. Rodičovské role	18
2.3. Rodinné vztahy - spojenectví.....	19
2.4. Výchova.....	22
2.5. Způsob výchovy.....	22
2.5.1. Emoční vztah k dítěti	22
2.5.2. Výchovné řízení	24
2.6. Model devíti polí způsobu výchovy	25
2.7. Charakteristika jednotlivých polí způsobu výchovy.....	26
3. VÝCHOVA A SEBEPOJETÍ.....	28
3.1. Rozvoj pocitu jedinečnosti	28
3.2. Rozvoj síly	29
3.3. Komunikace.....	31
3.4. Pravidla.....	34
3.5. Rozvoj sebeúcty.....	35
4. VÝZKUM A JEHO CÍL.....	37
4.1. Popis zkoumaného vzorku.....	37
4.2. Interpretace výsledků výzkumu	38
4.3. Závěrečné vyhodnocení	52
5. ZÁVĚR.....	54
6. RESUMÉ.....	56
7. POUŽITÁ LITERATURA	58
8. INTERNETOVÉ ZDROJE.....	59
9. PŘÍLOHY	60

Úvod

„Už dávno bylo řečeno: „Cti otce svého a matku svou!“ Já myslím, že máme k tomu přidat: „A měj úctu k duši dítěte svého!“

T. G. Masaryk

Úctou, respektem, zájmem a láskou by měl být naplněn život člověka. Život člověka, který začíná narozením, a který se odehrává v prostředí svých nejbližších. Součástí tohoto prostředí jsou vzájemné vztahy mezi manžely, rodiči a dětmi a sourozenci. A právě rodiče mohou od samého počátku narození dítěte nejvíce ovlivnit vznikající vzájemné vztahy a tak i budoucí život dítěte. Budou k tomu potřebovat spoustu trpělivosti, bezpodmínečně své dítě milovat a respektovat jeho dětskou osobnost se všemi jejími zvláštnostmi.

Tam, kde se již od samého počátku vyskytuje úcta, respekt, zájem a láska ve vztahu ke druhé osobě, může vznikat i úcta, respekt, zájem a láska ve vztahu k sobě samému. Vážit si druhých, respektovat jejich jedinečnost – odlišnost, zajímat se o ně a mít je rád, dokáže ten, kdo si váží sám sebe, respektuje svoji jedinečnost, zajímá se o sebe a má sám sebe rád.

Výchova není jednoduchá a určitě nezmůže všechno. Život dítěte se přes všechny snahy rodičů může vyvíjet zcela jiným směrem, než by si přáli. Právě rodiče by si však měli být vědomi toho, jaký drahocenný šém drží ve svých dlaních. Pokud zvolí ten správný přístup a šém vloží dítěti tím správným způsobem, mohou mu pomoci rozvíjet správný postoj k sobě samému i k celému světu. Ne nadarmo se říká, že mávnutí motýlích křídel na jedné zemské polokouli může způsobit zemětřesení na té druhé. Proto mávejme kolem sebe s úctou, respektem, zájmem a láskou a nechme se překvapit, jakých změn se náš svět dočká.

Tato bakalářská práce se zabývá otázkou, jakým způsobem může styl výchovy v rodině formovat sebepojetí dítěte. Celá práce je rozdělena do dvou částí. V části teoretické objasňuji základní pojmy - sebepojetí a sebedůvěru a popisují jejich vznik a vývoj. Dále se zabývám prostředím rodiny a vzájemnými vztahy jejich členů. Předkládám různé způsoby výchovy v rodině a vyzdvihuji některé prvky, které významně ovlivňují vytváření postoje dítěte k sobě samému. V praktické části se zabývám samotným zjišťováním dat pomocí dotazníkové metody.

1. Sebepojetí a sebedůvěra

1.1. Vymezení pojmu sebepojetí a sebedůvěra

V psychologické literatuře se objevuje definice sebepojetí jako postoj jedince k sobě samému. Tento „postoj k sobě“ bývá někdy též označován jako sebehodnocení, sebeobraz, sebevědomí, identita, self-schéma, Jáství, koncepce Já či sebepoznání. Čáp (1996) ve své knize poukazuje na tuto nejednotnost v používané terminologii a sám užívá termín sebehodnocení ve smyslu sebepojetí.

Někteří autoři definují tento postoj jedince k sobě samému mnohem podrobněji.

„Sebepojetí je základem jáství člověka, je souhrnem názorů na sebe sama, na své místo ve světě, a v tomto smyslu je souhrnem pocitů, jimiž prožíváme spokojenost nebo nespokojenost se sebou, větší nebo menší sebedůvěru, sebeúctu a vliv na druhé. Sebepojetí je také uvědomování si svých osobnostních charakteristik, často zkráceně nebo stylizovaně se záměrem vyvolat o sobě v druhých určitý dojem. Do struktury sebepojetí patří i úroveň sebemonitorování a sebe prezentace a místo ovládání. Ze sebepojetí vyrůstá charakter člověka.“ (Smékal, 2002, s. 368)

Z pohledu sociálně-kognitivní psychologie lze sebepojetí definovat stručně, jako: *„souhrn představ a hodnotících soudů, které člověk o sobě chová.“* (Blatný, Plháková, 2003, s. 92)

Sebepojetí je vymezeno třemi složkami: kognitivní, emocionální a konativní. Kognitivní složka se označuje jako sebepoznání a sebehodnocení. Zahrnuje názor na sebe sama, představu o sobě samém. Emocionální složka souvisí se sebe přijetím, sebe prožíváním a sebeúctou a konativní složka se projevuje seberealizací. Dále termín sebepojetí můžeme přiblížit otázkami typu „Kdo jsem, kým se mohu stát, kým se chci stát, jaké jsou moje možnosti, perspektivy, co jsem již realizoval a co ještě chci realizovat.“ (www.ped.muni.cz/capv11/2sekce/2_CAPV_Holecek, Jirincova.pdf)

Vyvinuté pojetí sebe sama je v psychologii často označováno jako ego. Nakonečný (1995) popisuje dvě roviny tohoto ega – reálné ego a ideální ego. Reálné ego je to, za koho se jedinec považuje a ideální ego je to, čím by jedinec chtěl být. Míra rozporu mezi oběma těmito egi, tj. míra spokojenosti a nespokojenosti se sebou samým, tvoří tzv. sílu ega. Čím jsou tyto rozpory větší, tím je síla ega menší a slabší a naopak. Slabé ego může být deaktivující a vést k nejistotě. Cooley dále používá termín „zrcadlové Já“, podle kterého

významné osoby života jedince svými názory formují jeho vlastní představu o sobě samém. Tato představa názory okolí internalizuje.

Formování tohoto složitého subsystému a jeho jednotlivých komponent, zahrnujících např. názor na sebe sama, sebehodnocení kladné či záporné, vysoké, nízké či kolísavé, chování a vystupování nejisté – sebejisté - dominantní, kladení si vysokých – nízkých cílů, úsilí o dobrý výkon – rezignování na činnost, má velký význam ve vývoji dítěte a následně i v celém dalším jeho životě.

Na formování sebepojetí je závislé i formování sebedůvěry. Základem sebedůvěry je sebeúcta, což je emocionální komponenta sebepojetí. Mnozí autoři na sebedůvěru pohlížejí pouze jako na druh postoje k sobě samému či jako na hodnocení sebe samého. V tomto případě by pojem sebedůvěra byl totožný s pojmem sebepojetí. Na sebedůvěru lze ovšem pohlížet nejenom jako na postoj, ale i potřebu či zdroj energie.

„Sebedůvěra je schopnost vidět sebe sama jako schopného a způsobilého člověka, který dokáže lásku přijímat i dávat, který je jedinečný a kterého lidé uznávají.“ (Berneová, Savary, 1998, s. 11)

Dítě, které má zdravou sebedůvěru si je vědomo, že dokáže něco udělat docela dobře, nikoli naprosto dokonale, že bude milováno, i když provede něco špatného, že o jeho lásku někdo opravdu stojí a že je jedinečné a uznávané – potřebné ve svých projevech a konání. Budování sebedůvěry je proces obvykle pomalý, který vyžaduje trpělivost a vytrvalost vychovatelů – dospělých. Dává dětem sílu, aby z nich vyrostli zdraví, vyrovnaní a zodpovědní jedinci. (Berneová, Savary, 1998)

1.2. Vznik a vývoj sebepojetí

Vývoj lidské identity a sebepojetí prochází v průběhu celého života jedince četnými změnami. Sebepečení se vyvíjí v interakci jedince se světem, na základě zkušeností se sebou samým a na základě sociálních reakcí a hodnocení okolních lidí. Dítě tyto zkušenosti zpracovává podle aktuální úrovně emoční zralosti a kognitivních kompetencí.

U dítěte se zpočátku vyvíjí vědomí tělového Já. Novorozenec ještě neodlišuje vlastní tělo od vnějšího světa. K základnímu uvědomění své vlastní bytosti dochází u dítěte mezi 3. a 6. měsícem věku a kolem 1 roku si dítě uvědomuje své tělo a jeho aktivity. Začíná se orientovat v sobě a okolním světě zhruba ve věku 1,5 až 2 let. Poznává reakce svého těla a postupně je dokáže rozlišit. Připisuje si určité vlastnosti, vytváří si svůj obraz, který

posuzuje z různých úhlů pohledu a má určitý citový vztah k sobě samému. Nejprve dítě začíná odlišovat sebe samo od okolního prostředí. Různé výrazy tváří ostatních lidí spojuje s různými pocity a s různými situacemi. Zde již jde o první uvědomění si vlastní identity. Uvědomuje si vlastní tělo pomocí jednotlivých smyslů, ale i vnitřních receptorů, které ho informují o fyziologických změnách. Vyvíjí se vědomí tělového Já a formuje se obraz vlastního těla. Tento aspekt osobnosti zahrnuje nejen představy o vlastním těle a jeho jednotlivých částech, ale i jisté vitální pocity (energie, vyčerpanost...). Součástí sebepojetí je i oblékání, které se stává zdrojem seberealizace. Vyjadřuje postoj jedince k sobě samému.

V období od 2 do 5 let dochází k velkému rozvoji intelektu dítěte. Je to dáno vývojem řeči a porozuměním okolnímu světu. Zde se dítě začíná dozvídat jaké je a co je správné, co chybné a jaké chování je od něho očekáváno. Ve věku asi 2,5 roku se u něho vyvíjí vědomí sociálního Já, na základě sociální zkušenosti a vnímání sebe sama jako sociální bytosti. Dítě v tomto věku jednak hledá svoji vlastní roli, své místo, vymezuje se sebestředně, má své pojetí světa, vyvíjí se intrapersonálně. Zároveň však pozoruje a napodobuje druhé, seznamuje se s jejich názory na sebe sama, učí se z interpersonálních vztahů.

Důležitou součástí procesu vytváření sebepojetí je transformace hodnotového systému. Vrozené biologické hodnoty, které dítěti pomáhají určit, co je pro něj dobré a co špatné, se postupně transformují na hodnoty, které jsou žádoucí ze společenského hlediska správnosti chování. Vzorem dítěti zde jsou rodiče a zpětnou vazbou je jejich souhlas s chováním dítěte. Dítě se chová v souladu s požadavky rodičů, protože je za to milováno, přijímáno a respektováno. Tato sociální závislost se postupně rozšiřuje i na jiné osoby – např. spolužáky a přátele. Základem sebehodnocení jedince se tak stávají sociální kritéria hodnocení jedince. (www.ped.muni.cz/capv11/2sekce/2_CAPV_Holecek, Jirincova.pdf)

Vágnerová (1997) charakterizuje vývoj sebepojetí podle Eriksona od kojeneckého věku až po období mladé dospělosti. Postoj k sobě samému výstižně popisují tyto věty: v batolecím období „Jsem to, co mohu svobodně dělat.“, v předškolním období „Jsem to, co učiním.“, ve školním období „Jsem to, co dovedu.“ a v období dospívání „Jsem to, čemu věřím.“.

Za nejvýznamnější mezník v batolecím období se považuje rozvoj lokomoce a dalších senzomotorických aktivit, které umožňují vytvářet si nové sociální vazby, rozšiřovat vlastní kompetence a aktivně zasahovat do prostředí. Dále je toto období spojeno se sebeprosazováním, které může mít charakter vzdoru a negativismu. Kolem třetího roku

života se začne do řečového projevu i do chování promítat Já. Součástí sebepojetí se stává i křestní jméno.

Předškolní věk je autorkou charakterizován jako fáze aktivity a iniciativy, která je usměrňována sociálními normami a rolemi. Pokračuje rozvoj poznávacích schopností. Sebepojetí dítěte je pod vlivem názorů autority, které nekriticky přebírá. Začíná se vytvářet pocit viny, který je jedním z kritérií sebehodnocení.

Školní období je spojeno s rolí školáka, kdy je dítě hodnoceno za svůj výkon, je konfrontováno s úspěchem a neúspěchem, porovnáváno s ostatními dětmi. Dítě začíná posuzovat samo sebe z více hledisek. Rodina a nejbližší lidé mají stále nejvýznamnější vliv na jeho sebepojetí, začíná však narůstat i vliv vrstevnické skupiny. Potřeba pozitivního ohodnocení vede k postupnému vytváření ideálního sebepojetí, o které je dobré usilovat. Zde může opakovaný neúspěch vést k negativnímu sebehodnocení a ke vzniku pocitů méněcennosti.

Období dospívání (pubescence a adolescence) je považováno za přelomové. Dochází k výrazným změnám v oblasti sebepojetí. Pubescent se zabývá sám sebou mnohem více, srovnává se s ostatními a odmítá původní vzory. Zdůrazňuje se tendence hledat nezpochybnitelnou pravdu, hodnoty a ideály a ztotožnit se s nimi. Dochází ke změnám charakterizování sebe sama, mění se vnímání vlastní tělesnosti, více se rozvíjí téma genderové a sexuální identity, dochází k identifikaci s vrstevnickou skupinou – rozvíjí se tzv. skupinová identita.

Pelikán (2007) upozorňuje na skutečnost, že jedinci, kteří mají v tomto období pozitivní sebepojetí, si přednostně vybírají pozitivní poznatky o sobě. Jedinci, kteří se podceňují, vyhledávají podněty, které potvrzují toto jejich negativní sebepojetí.

S nástupem adolescence narůstá význam partnerských vztahů a potřeba intimity, slábne vliv skupinové identity. Dívky své sebepojetí více definují skrze vztahy k lidem, schopnost o druhé pečovat, skrze zodpovědnost a kooperativnost. Chlapci své sebepojetí definují skrze kompetence, výkony a dosažené sociální pozice. Pokud se u adolescenta objevuje nevyhovující rodinné zázemí, nízké sebehodnocení, nesoulad mezi možnostmi a požadavky nebo pocit nedostačujících kompetencí, může u něho docházet k vymezení sebe sama skrze tzv. negativní identitu. V tomto případě odmítá role a normy preferované rodinou a společností a snaží se vymezit přesně naopak i za cenu negativních dopadů. (Vágnerová, 2000)

1.3. Formování sebepojetí

Na formování sebepojetí dítěte se podílejí určité podmínky a mechanismy. Čáp (1996), který pro termín sebepojetí používá pojem sebehodnocení, popisuje jeho formování takto:

„Sebehodnocení dítěte se formuje podle průběhu a výsledků činností a podle hodnocení významnými druhými, v závislosti na emočním vztahu a klimatu, na způsobu sociální komunikace a společné činnosti.“ (Čáp, 1996, s. 115).

Tyto podmínky a mechanismy zvyšují, nebo snižují sebepojetí, ovlivňují jeho zdravý vývoj, ale mohou také přispívat k rozvoji deformovaného sebepojetí. Zdravé sebepojetí se projeví jistotou, stabilitou, aktivností, vytyčováním a dosahováním přiměřených cílů, činností a celkovým rozvojem jedince.

Rodiče se nejvýznamněji podílejí na formování sebepojetí dítěte. Svým přístupem k dítěti a posuzováním jeho schopností mohou navodit sebeznehodnocující nebo sebezhdnocující sebepojetí. Dítě může mít pocit, že je horší než druzí, že se nikdy nenaučí určitým dovednostem, že bude vždy zlobivé, že má slabou vůli apod. Trvale negativní posuzování, kdy rodiče nepředpokládají u dítěte úspěch a dobrý výkon, působí dezaktivně, může navodit rezignaci či syndrom naučené bezmocnosti. Dítě přejímá pochybovačné postoje rodičů a zdrojem dezaktivace se stává jeho vztah k sobě samému jako neschopnému, omezenému, méněcennému. Pokud však rodiče důvěřují schopnostem svého dítěte úkoly zvládat a dosahovat toho nejlepšího, co je v jeho silách, napomáhají vytváření sebezhdnocujícího sebepojetí. Tato forma sebepojetí má aktivizační účinek a přispívá k lepším výkonům dítěte. (Helus, 2004)

Je zřejmé, že formování sebepojetí velmi výrazně ovlivňuje psychofyzilogický stav dítěte, jeho činnosti a výkony a silně působí na formování celé osobnosti.

1.4. Formování sebedůvěry

Jelikož sebedůvěra zahrnuje i sebepojetí, na jejím formování se podílejí tytéž podmínky a mechanismy jako na formování sebepojetí. Významnou roli zde sehrává průběh a výsledky činností, hodnocení druhými, emoční vztah a klima, způsob sociální komunikace a společná činnost. Děti potřebují sebedůvěru, aby mohly rozvíjet pět hlavních oblastí života – tělesnou, rozumovou, citovou, duševní a oblast mezilidských vztahů. (Berneová, Savary, 1998)

Při formování sebedůvěry v oblasti intelektuálního vývoje je nejdůležitějším principem pocit kompetence. Pro vznik a vývoj tohoto pocitu kompetence je třeba mít na dítě přiměřené nároky, které nepřekročí jeho schopnosti. Dospělý – rodič by měl zdůrazňovat pozitivní stránky dítěte a usilovat o posilování jeho kompetencí. Osobně by měl pomáhat dítěti, umožnit mu dosáhnout úspěchu a poté se z něho umět společně radovat. Vliv úspěchu je při formování sebedůvěry u dítěte nejučinnější. Dítě si jeho vlivem dokonce začne upravovat negativní pojetí sebe samého. Dítě by se mělo naučit nacházet i alternativní řešení různých problémů.

V oblasti citového vývoje je hlavním principem rozvoje sebedůvěry láska a vstřícnost. Dospělý by měl umět ocenit jedinečnost každého dítěte. Není správné používat negativní srovnávání dítěte s ostatními jedinci (sourozenci, spolužáky apod.). Je třeba zaujmout nehodnotící postoj. Aby dítě přijalo samo sebe, měl by mu dospělý dát jasně najevo, že ho přijímá i on. Dítě by mělo mít možnost svým vlastním způsobem projevit lásku, neboť to je stejně důležité, jako lásku přijímat. Dospělý by měl posilovat jistotu dítěte, víru sama v sebe. City dítěte a schopnost vcítit se do pocitů druhých lidí by měly být náležitě oceněny.

Formování sebedůvěry v oblasti tělesného vývoje je spojeno zejména s pozitivním zájmem o tělesný vývoj dítěte. Dospělý by měl respektovat tělesné potřeby dítěte, např. jídlo, spánek, odpočinek, lásku, pohyb, právo na soukromí, péči o zdraví atd. Pozitivní představa o sobě samém by měla být podporována správnými hygienickými návyky, tělesným cvičením a péčí o zdraví. Omezené tělesné schopnosti dítěte a jeho možnosti by měly být respektovány.

Hlavním principem formování sebedůvěry v oblasti duševního vývoje je podpora zvědavosti. Dospělý by měl v dítěti podporovat smysl pro zvědavost, pozorování okolního světa. Jakákoli aktivita dítěte, i ta negativní (zlobení), by se měla pojímat jako projev tvůrčí energie. Tuto energii by rodič neměl potlačovat, ale naopak ji umět s dítětem identifikovat a poté správně využít. Dítě by mělo být schopno vyjádřit slovně svůj nesouhlas, svůj vlastní názor, i když by byl v rozporu s těmi obecně uznávanými. Dospělý by měl u dítěte podpořit cit pro lásku a nejbližší vztahy.

V oblasti mezilidských vztahů se sebedůvěra formuje pomocí budování smyslu pro odpovědnost. Tato odpovědnost by měla být především za sebe samé. Práva druhých a právo vlastní by měla být v rovnováze. Děti by měly mít dostatek příležitostí, jak uplatnit svůj talent a dovednosti v mezilidských vztazích. Měly by se naučit myslet na druhé a chovat se k nim tak, jak samy chtějí, aby se chovali druzí k nim. Jelikož se dítě učí i skrze zkušenosti

dospělého, měl by jim tyto zkušenosti týkající se vztahů a rodiny umět předávat. Smysl pro rodinu a sounáležitost by měl být podporován.

Sebedůvěra není jen postoj jedince k sobě samému či jedna z jeho základních potřeb, ale také zdroj energie. Tato energie je důležitá pro dítě k vypořádání se s různými problémy, těžkostmi a úkoly, se kterými se v průběhu svého dalšího vývoje setká.

2. Rodina a výchova

2.1. Rodinné prostředí

Rodinné prostředí má významný vliv na celkovou atmosféru, ve které dítě žije. Ideálním prostředím by bylo prostředí chápající, citově bohaté, důvěřující dítěti a s odpovídajícími nároky. Taková atmosféra v rodině by napomáhala utváření pozitivního myšlení a cítění u dítěte a to by dále vedlo k utváření zdravého postoje k sobě samému – zdravému sebepojetí. Pokud by však rodinné prostředí kladlo přehnané požadavky na dítě, které by je nebylo schopno plnit, vznikala by u něj deprese, nedůvěra ve vlastní síly i pocity provinění a zklamání. (Pelikán, 2004)

Rodinné společenství dále představuje významné sociální a edukační prostředí pro vývoj a rozvoj dítěte. Vztahy dospělých a dětí zde mají vysoce interaktivní charakter, který se mění v průběhu vývoje celé rodiny. Výchovné interakce jsou podloženy kvalitou vzájemných vztahů, realizovanými aktivitami a různorodostí prostředí, ve kterém se odehrávají. Rodiče i děti získávají v těchto interakcích velmi významné zkušenosti. Rodina se také podílí na uspokojování potřeb svých jednotlivých členů. Jsou to potřeby sociálního styku a komunikace, vzájemné pomoci, lásky, jistoty, sebedůvěry, dosahování cílů a nalézání a uskutečňování životního smyslu. (Gillernová, 2004)

Rodinné prostředí se významně podílí na formování dítěte a jeho sebepojetí, není však všemocné. Dítě je vybaveno určitými zděděnými vlastnostmi. Jeho temperament je ovlivněn dědičností, nitroděložním vývojem či průběhem porodu. Toto vše významně předurčuje vztahy, které se rozvinou mezi ním a rodičem.

„Dítě je ještě před narozením svérázná bytost, vybavená mnohými kompetencemi, mnohými vlohami, jež spoluurčují interakční vzorce, které se mezi ním a jeho rodiči rozvinou. A rodina je jen jedním z vnějších vlivů, které na dítě během dětství a dospívání působí.“
(Matoušek, 1997, s. 82)

Podle Satirové (2006) je prostředí v každé rodině ovlivněno čtyřmi aspekty: sebehodnocením, komunikací, pravidly – rodinným systémem a společenskou vazbou. Podle vývoje těchto aspektů autorka dále hovoří o rodinách narušených a nenarušených. Ve všech narušených rodinách bývá sebehodnocení dítěte nízké, komunikace nepřímá, neupřímná a nejasná, pravidla přísná a daná, o kterých nelze diskutovat a vazba rodiny na společnost

je ponížená, nedůvěřivá a obviňující. Ve zdravé, nenarušené rodině, která rozvíjí svůj výchovný potenciál, je sebehodnocení dítěte naopak vysoké, komunikace přímá, upřímná a jasná, o pravidlech lze diskutovat, jsou pružná a přiměřená a vazba na společnost je důvěřivá a otevřená.

2.1.1. Nenarušená rodina

Ve zdravé – nenarušené rodině mohou její členové projevovat lásku, intelekt a úctu k životu. Vzájemně si naslouchají, mají úctu jeden ke druhému a otevřeně dávají najevo své city, bolesti a nesouhlas. Dítě se zde nebojí riskovat. Dopouští se tím mnoha chyb, které jsou ale znakem jeho růstu. Vzájemné vztahy jsou prostoupeny harmonií, dospělí se k dětem chovají do značné míry jako k osobnostem. Velmi důležitá je zde komunikace. Otevřeně a svobodně se hovoří o všem – o zklamáních, obavách, bolestech, zlosti, kritice, radostech i úspěších. Každé nehody dítěte, např. rozbitá sklenka, je využito k poučení, což zvyšuje sebeúctu dítěte, nežli k trestu, což sebehodnocení zpochybňuje. Když se dítě špatně zachová, otec nebo matka se mu fyzicky přiblíží a nabídne svou pomoc. To pomůže provinilému dítěti zbavit se strachu a pocitu viny a co nejvíce se otevřít poučení, které mu rodič hodlá poskytnout. Rodiče ve zdravých rodinách vědí, že jejich děti nejsou úmyslně zlé. Pokud se chovají špatně, uvědomují si, že vzniklo nějaké nedorozumění nebo sebeúcta dítěte je nebezpečně nízká. Nereagují na toto špatné chování způsobem, který by dítě ponižoval, zahanboval je či trestal. Volí metodu upřímného jednání – žádají o informaci, naslouchají, dotýkají se, chápou a berou v úvahu city dítěte a jeho přirozenou touhu učit se a snahu zavděčit se. Rodiče si uvědomují, že život přináší problémy a hledají pro ně nápaditější řešení. Změnu přijímají jako součást života a snaží se ji využít tvořivě, aby se rodina ještě více zdokonalila. (Satirová, 2006)

Matoušek (1997) upřednostňuje výraz funkční rodina před pojmem nenarušená rodina, normální rodina, harmonická rodina, zdravá rodina a neklinická rodina. Podobně jako Satirová popisuje u této rodiny přítomnost vzájemného respektu jednotlivých členů, pevné aliance mezi rodiči a jasné hierarchie odpovědnosti. Vyzdvihuje jedinečnost jednotlivců, která je druhými vnímána pozitivně a existenci rovnováhy mezi potřebou soukromí a potřebou sdílení. Za nejpodstatnější považuje výskyt vědomí nutnosti kooperovat, vnímání potřeb členů rodiny a vyhýbání se negativnímu nálepkování, aby nebylo poškozeno sebehodnocení osoby, o kterou jde.

2.1.2. Narušená rodina, speciální rodina

Atmosféra v této rodině bývá chladná, napjatá či zdvořilá, ale nudná. Mezi jejími členy je málo projevů přátelství a vzájemné radosti. Rodiče i děti se mohou tolerovat, ale často jen z povinnosti. Není čas na společné činnosti, které by byly prostoupeny humorem, láskou a radostí. Převažují příkazy a tresty. Děti a rodiče se často vyhýbají jeden druhému. Atmosféra narušené rodiny ovlivňuje i zdraví jednotlivých členů. Často se mohou objevit bolesti žaludku, hlavy, ramen a zad.

Matoušek (1997) používá pro tento typ rodiny výraz dysfunkční nebo také klinická rodina. Klinické rodiny jsou definovány přítomností nějaké poruchy, patří sem např. rodina se zanedbávaným, případně týraným dítětem, rodina se zneužívaným dítětem, rodina s tělesnou nemocí, s duševní nemocí, s postiženým členem, s mladistvým delikventem, rodina svobodné matky, rodina se členem závislým na drogách, případně s patologickým hráčem a rozvedená rodina. Ve vnitřních vztazích těchto rodin popisuje přítomnost atmosféry nedůvěry a očekávání nepříjemností. Chování, které je považováno za nesprávné a nežádoucí, se odměňuje razantní nepřátelskou odvetou nebo často jen předstíranou kapitulací. Vyskytují se zde ostré mocenské boje, potřeby a přání jednotlivých členů nebývají vyslyšeny, jsou často odmítány a považovány za neoprávněné a nepřijatelné.

Speciální rodiny popisuje Satirová (2006). Patří mezi ně rodina smíšená – nevlastní, adoptivní, pěstounská a rodina neúplná. Rodina s jedním rodičem má své speciální problémy a zabezpečit zdárný vývoj sebepojetí dětí je zde velmi těžké. Dětem nebývá poskytnut pravdivý obraz vztahu muže a ženy. O otci, který opustil rodinu, matka často hovoří negativně. Syn si může začít myslet, že být mužem je špatné, a že i on sám je špatný. Dcera si může začít o mužích vytvářet zkreslené představy, které naruší její budoucí vztahy s muži. Matka často vnímá syna v roli svého manžela, a tak zastírá jeho původní roli syna a popř. i bratra. Může ho také zahrnovat přehnanou mateřskou péčí, syn může získat přesvědčení, že ženy ovládají společnost a muž je nula. Často si neumí vytvořit vlastní partnerský vztah, jelikož má pocit, že musí neustále pomáhat své matce. Také se může naopak stát, že syn odejde z domova s pocitem, že ženy jsou nepřátelé. V partnerském vztahu pak ženu zbožňuje či nenávidí. Dcera může v neúplné rodině pouze s matkou získat pocit, že její role je být služkou – dává vše a nic nebere, nebo že musí v partnerském vztahu udělat všechno úplně sama a být nezávislá. Kdykoli se po dítěti žádá ignorace či odsouzení jednoho z rodičů, vyvine se u něj nízké sebehodnocení, jelikož nabývá pocitu, že pochází ze špatného rodu.

Ve smíšené rodině je nejdůležitější dát prostor každému členu – bývalému, současnému, vlastnímu i nevlastnímu. Všichni jsou pro vývoj a úspěch rodiny důležití, nikdo se nesmí přehlížet, je třeba spolu otevřeně komunikovat. Pro vývoj zdravého sebepojetí dítěte je třeba, aby od rodičů nedostávalo navzájem si odporující příkazy. Výchova dítěte v rodině matky i v rodině otce by se měla v zásadních požadavcích shodovat. Neshody je třeba zjistit a prodiskutovat. Problémy dospělých by neměly v žádném případě dítě zatěžovat.

2.1.3. Orientační a prokreační rodina

Matoušek (1997) zmiňuje skutečnost, že sňatkem se mísí tradice dvou různých rodin. Orientační, původní rodina značně ovlivňuje rodinu vznikající, prokreační. Dítě se chová podle rodičovského vzoru, napodobuje rodiče stejného pohlaví. Tento proces identifikace s rodičem probíhá snadněji tam, kde rodiče jsou laskaví a vstřícní. Odmítaví, neintereso vaní a trestající rodiče nebývají vzorem pro své potomky. Vyskytují se však případy, kdy chlapci obdivují otcovu moc a sílu, ztotožňují se s ní a zvyšují tak svou agresivitu a maskulinitu.

Dítě se od rodiče stejného pohlaví učí chování ve vztahu k pohlaví opačnému a dále sleduje interakci rodičů se všemi členy širší rodiny i s osobami nepříbuznými. Matoušek (1997) zmiňuje zajímavou hypotézu, že ideální rozdělení moci v prokreační rodině je určeno rozdělením moci v původní rodině. Je-li matka dcery dominantní, očekává dcera svoji dominanci i ve své rodině. Ideální pro spokojenost manželství by bylo, aby oba partneři ve své původní rodině měli dominantní osoby stejného pohlaví – matky nebo otce. Podobně se partneři inspirují od svých rodičů i způsobem, jakým zacházejí s emocemi nebo s konflikty.

Sourozenecká pozice v původní rodině má také vliv na budoucí partnerský život. Starší sourozenec obvykle vede a ochraňuje sourozence mladšího. Pokud pochází oba manželé z rodin, kde byli nejstaršími sourozenci, mohou se vyskytnout potíže spojené s oboustrannou snahou vést a přebírat odpovědnost na sebe. Naopak, pokud jsou oba partneři nejmladšími sourozenci, odpovědnost nechtějí převzít ani jeden. Z tohoto pohledu by mělo největší pravděpodobnost úspěchu manželství, kde muž, v původní pozici staršího bratra, by si vzal ženu, v původní pozici mladší sestry. Oba partneři by měli ve své původní rodině sourozence opačného pohlaví.

2.2. Rodičovské role

Do role rodiče se manželé dostávají v okamžiku narození dítěte. To vyžaduje v životě dvojice maximální přizpůsobivost, je třeba provést mnoho změn, týkajících se času a možnosti být spolu. V některých případech se tato změna může projevit fyzickým nebo citovým stresem. Dítě se dostává do popředí zájmu a otec se může začít cítit nepotřebný, přebytečný. Zde je úkolem partnerů se podporovat, vzájemně si objasnit, co jeden pro druhého znamenají a co od vztahu očekávají. Tato sdílná komunikace pomůže obnovit u obou svojí sebeúctu, zvýšit energii a vyrovnat se s novou situací. Je třeba si uvědomit, že přednostní postavení má vzájemný vztah partnerů, o který se musí pečovat. Dále se může u rodičů vyskytnout strach ze ztráty autonomie. Opět je třeba komunikovat o tomto pocitu a rodinný život uspořádat tak, aby měl dospělý čas jen sám pro sebe.

Existují chyby, kterých se rodiče ve svých rolích dopouštějí. Příkladem může být velký vliv způsobu výchovy jejich vlastních rodičů. I když většina dospělých chce vychovávat své děti jinak, než byli oni sami vychováváni, síla zvyku bývá silnější. Zažitý model výchovy je obtížné změnit, je třeba si vytvořit model nový, na kterém se shodnou oba partneři. Další chybou je plánovat budoucnost svých dětí podle vlastních představ. Ty se nemusí shodovat s představami dítěte, a to se začne cítit jako v neviditelné svěrací kazajce. Někdy rodiče zůstávají velmi silně připoutáni ke svým vlastním rodičům, mají pocit nesvobody a strach z jejich kritiky. I to se může promítnout na způsobu výchovy dítěte.

V některých případech se rodič dostává do role tyрана, který disponuje svou silou, funguje jako vinič a druhé ovládá strachem. Je to velmi destruktivní role, která chce ze svých dětí vychovat poslušné a konformní lidské bytosti. Děti takto vychovávané se v dospělosti stávají také tyrany nebo oběťmi. Uznávají jedinou správnou cestu, tu svoji a věci posuzují metodou „poslechni mě“. Neumí si vytvořit vlastní názor, cítí, že musí dělat to, co chtějí nebo očekávají druzí. Tito lidé se v průběhu dětství i dospělosti neustále cítí být osobně uráženi, neznají pocit důvěry a jejich sebepojetí je zcela deformované. Jiné rodičovské role mohou být mučedník či počítač. Jako mučedník rodič ovládá své dítě tím, že u něho vzbuzuje neustálý pocit viny, jako počítač ovládá dítě neustálým poučováním a naznačováním jeho neschopnosti. Obě tyto pozice mají také negativní vliv na vývoj zdravého sebepojetí dítěte. (Satirová, 2006)

Matoušek (1997) dále popisuje zvláštní roli tzv. rodičovské dítě. Vůči svým sourozencům se tento jedinec staví do pozice rodičovské autority. Rodiče mohou být pracovně

vytížení, nemocní nebo nepřítomní a nemohou svou rodičovskou roli plně zastávat. Pokud je to dočasné opatření, nevzniká problém, v opačném případě mohou nastat vážné problémy. Tato role přesahuje možnosti dítěte, které není schopné vzhledem ke svému věku jasně chápat přidělení autority. Jeho sebepojetí se značně deformuje.

Autor se také zmiňuje o výskytu tzv. nejasných rolí v klinických (narušených) rodinách. Častým jevem v těchto rodinách je přítomnost ostrého boje o moc, který může vést k roztržení rodiny na dva tábory. V takové atmosféře se netoleruje váhavost ani nerozhodnost, vytváří se koalice mezi jednotlivými členy, které často překračují generační hranici (rodič se spojí s dítětem proti druhému rodiči). Rozdělení odpovědnosti je nejasné, každý se jí pokud možno vyhýbá, vyskytují se známky distancovanosti, neangažovanosti.

Pokud rodič neplní přiměřeně svoji roli (např. otec alkoholik, matka trpí endogenní depresí) nebo není přítomen vůbec, je to pro dítě vážný hendikep, který vede k jeho subdeprivaci až deprivaci. Pokud probíhá deprivace dlouhodobě v časném dětství, následky mohou trvat celý život. Zpožďuje se rozvoj řeči, intelektu, sociálních dovedností, dítě bývá častěji nemocné. (Matoušek, 1997)

2.3. Rodinné vztahy - spojenectví

Každý člen rodiny si vytváří určité vztahy s ostatními členy a spojuje je celá řada různých závazků. Každý, kdo byl jednou součástí rodiny, v ní zanechává zřetelný vliv. Rodinné vztahy vždy znamenají páry – dvojici manželskou, rodičovskou a sourozeneckou. Důležité je zjistit, co daný vztah pro každého člena rodiny znamená, jaké jsou jeho představy o tomto vztahu a jak se tyto představy liší od představ ostatních členů. Existuje několik typů vztahů – spojenectví v rodině.

Vztah mezi matkou a dítětem je považován za primární rodinné spojenectví. Vzniká již od prvních měsíců těhotenství a až do doby dospívání dítěte se většinou jeho kvalita nemění. Očekávání matek vůči dítěti a intenzita jejich zájmu o dítě zůstává stejná – v různé míře pozitivní či negativní. Tento vztah je také značně ovlivněn průběhem porodu a intenzitou poporodního kontaktu.

Další spojenectví, které musí být pevné a dobře fungovat, je mezi mužem a ženou. Mezi generací rodičů a generací dětí by měla existovat hranice přiměřeně propustná. Malá propustnost charakterizuje izolovanost ve vztahu mezi dětmi a rodiči, podpora dětí je malá.

Příliš propustná hranice dovoluje všem zasahovat do všeho, ale nic nerozhodovat a za nic neodpovídat.

Nejvýznamnější je spojenectví mezi dítětem a rodičem stejného pohlaví. Dítě se učí nápodobou, s rodičem se identifikuje, učí se od něho základům své sexuální role, morálnímu cítění, rozvíjet svůj intelekt a sociální inteligenci a regulovat emoce. Podle průzkumu věnují více pozornosti otcové synům a matky dcerám. Dítě, které má v rodině rodičovský vzor stejného pohlaví, bude v době svého dospívání hodnoceno jako nadanější, než dítě, které tento vzor nemá. Přítomnost otce v rodině dokonce snižuje riziko kriminálního chování chlapců v době jejich dospívání.

Další spojenectví je mezi dítětem a rodičem opačného pohlaví. Dítě se v tomto vztahu opět učí své pozdější sexuální a rodičovské roli. Je to určitý druh erotické vazby, kterou doprovází pocit žárlivosti dítěte vůči rodiči stejného pohlaví. Nejsilnější je mezi 4. až 6. rokem života, poté nastává období latence během základní školní docházky. V období puberty a dospívání by se měla tato vazba transformovat do vztahu k jinému člověku. Pokud tato vazba přetrvává a blokuje navazování jiných vztahů, stává se příčinou osobnostně podmíněné neurózy.

Spojenectví mezi dětmi formuje roli partnera, učí solidaritě na vrstevnické úrovni. Prvorozené děti bývají senzitivní, svědomité, vážné, studijní typy, přibližující se dospělým. Druhorozené děti jsou společenské, veselé, mírné, bezstarostnější a lehkomyšlnější, dobře vycházejí s vrstevníky. (Matoušek, 1997)

Podle Satirové (2006) se však v rodině nežije v párech, ale v trojúhelnících. Pokud se manželům narodí dítě, vzniká trojúhelník. V této pozici je mnohem těžší udržet harmonické vztahy v rodině, jelikož v jednom okamžiku je možné věnovat pozornost jen jednomu členu rodiny. Jeden z trojice se tak může cítit přebytečný. Pro fungování rodiny je důležité, jaký si tato osoba zvolí postup. Může kontakt mezi dalšími dvěma přerušit, distancovat se od nich nebo je podpořit a stát se zaujatým pozorovatelem. Aby vztahy v těchto trojúhelnících dobře fungovaly, je třeba si uvědomit, že nikdo nemůže věnovat najednou stejnou pozornost dvěma lidem. Pokud se jedna osoba cítí přebytečná, měla by umět o svých pocitech hovořit a naučit se chovat tak, aby ukázala, že nemá důvod ke hněvu, urážce nebo pocitu ponížení. Problémy vznikají, pokud jedinec trpí nízkým sebeoceněním, nedokáže stát na vlastních nohou a vyžaduje neustálou pomoc a podporu druhého.

Z tohoto popisu vyplývá, že trojúhelník je vždy dvojice plus jeden. Ve tříčlenné rodině jsou tedy tři trojúhelníky a každý může fungovat trochu jinak, podle toho, kdo je přebytečný a zdali mu to vadí. V pětičlenné rodině je trojúhelníků třicet. Přičteme-li k těmto vztahům ještě vztah jedince k sobě samému a vztahy ve dvojicích, vzniká vztahů 45. Pokud si rodič uvědomí složitost těchto rodinných vztahů a komplikovanost rodinného života, pochopí, že je nemožné vše neustále dozorovat a řídit. Stává se pozorovatelem a plánuje, jak tvůrčím způsobem poměry a vztahy v rodině vylepšit. Důležité je začlenit každého do činnosti rodiny. Pokud se stává pozorovatelem, neměl by mít pocit vyřazení a přebytečnosti, to bývá důsledek nízké sebeúcty.

Z pohledu komunikace v rodině popisuje Matoušek (1997) také trojúhelníky. Jde o tzv. triangulace, určitý druh komunikačního konfliktu. Dostanou-li se do sporu dvě osoby, snaží se vyhledat osobu třetí, ve které obě osoby hledají zastávce. Zde je však velmi nebezpečné vtahovat do tohoto trojúhelníku dítě, jako spojence některého z rodičů. Hovoří se o tzv. porušení mezigenerační hranice. Takto vzniklý trojúhelník se nazývá perverzní triangl a tlaky, které zde působí, mohou vyvolat zdravotní či psychické obtíže. Dítě se stává tzv. obětním beránkem rodinného systému.

Dále autor ve své knize zmiňuje Riskinův kvalitativní popis vztahů mezi rodiči a dětmi ve funkčních rodinách.

„Oba rodiče vnímají děti podobně a mají vůči dětem podobná očekávání.

Děti nemusí nutně rebelovat, aby v rodině dosáhly autonomie.

Rodiče povzbuzují děti k řešení problémů, a to i v případech, kdy s řešením dítěte nesouhlasí.

Rodiče se mohou zcela přiměřeně starat o děti, i když nemají šťastné manželství.

Rodiče mají v rodině jednoznačně vedoucí roli a hranice mezi generacemi je zcela jasná.

Rodiče určují dětem zcela zřetelné hranice dovoleného chování.

Pokud se rodiče v názorech na děti liší, nediskutují o tom před dětmi a děti do tohoto sporu nevtahují.

Děti mohou rodičům vzdorovat, rodiče však hlídají meze tohoto vzdorování.

Rodiče děti přiměřeně oceňují za úspěchy.

Rodiče vyjadřují ambivalentní postoj k postupující nezávislosti svých dětí.“
(Matoušek, 1997, s. 134)

2.4. Výchova

Tradičně je výchova chápána jako záměrné a k určitému cíli směřující působení dospělých (rodičů, učitelů) na děti s použitím určitých výchovných prostředků a metod. Toto působení je součástí vnějších podmínek, které formují vývoj dítěte. Jde o vzájemnou interakci a komunikaci mezi dětmi a jejich vychovateli. Jeho vývoj však determinují i další podmínky, jako jsou dědičnost a vlivy společenského a přírodního prostředí. Záměrné působení dospělých je tak doprovázeno i živelným působením sociálního prostředí (televizní a rozhlasové pořady, některé publikace aj.). (Čáp, 1996)

Pokud se zaměříme na působení dospělých – zejména rodičů ve výchově dítěte, budeme zkoumat výchovné interakce v jejich vzájemném vztahu. Abychom se v těchto výchovných interakcích dokázali lépe orientovat, seznámíme se s pojmem způsob výchovy. Ten se stává součástí životního stylu rodiny a významně ji charakterizuje. (Gillernová, 2004)

2.5. Způsob výchovy

Způsob výchovy je komplexní interakce a komunikace dospělých s dítětem. Projevuje se volbou výchovných prostředků, postupů a metod a způsobem jejich užití. Jako výchovné prostředky a metody jsou užívány např.: kladení požadavků a kontrola jejich plnění, pochvaly a napomínání, přesvědčování a vysvětlování, působení osobním příkladem, systém odměn a trestů atd. V závislosti na jejich volbě a způsobu užití dítě reaguje odpovídajícím prožíváním a chováním, které má zpětný vliv na prožívání a chování dospělého. Způsob výchovy obsahuje dva vzájemně spjaté aspekty interakce dospělých a dětí - emoční vztah k dítěti a způsob výchovného řízení. (Čáp, 1996)

2.5.1. Emoční vztah k dítěti

Pevná emoční vazba mezi dítětem a rodičem vzniká v průběhu časných interakcí, nejprve s matkou, později s otcem. Novorozenec je schopen čichem poznat matku již několik dní po porodu. Společně sladují své interakční rytmy (spánek, bdění, zájem), dítě zrcadlí

výrazy tváře matky a napodobuje její hlasové projevy. Kvalita tohoto sladění mezi matkou a dítětem určuje kvalitu pozdější interakce celé rodiny.

Matoušek (1997) používá ve své knize označení vazbové chování, tj. vrozený základ pevné vazby mezi osobami v rodině. Nejsilnější emoční vazba se vyskytuje mezi 12. až 18. měsícem věku dítěte. Odloučení od rodičů a sourozenců se projevuje tzv. separační úzkostí. Dítě pociťuje úzkost, strach, nebezpečí a nedůvěru. Pokud rodič opakovaně nereaguje přiměřeně na potřebu bezpečí dítěte, nevytváří se mezi nimi postoj základní důvěry. Dítě svoji neuspokojenou potřebu vazby může zdůrazňovat zesilováním emočních projevů (tuto vazbu označuje autor jako ambivalentní) nebo naopak potlačovat a vytvářet si vazbu vyhýbavou. V jiných případech dítě může reagovat na rodiče chaoticky, s projevy potřeby blízkosti rodiče i jeho odmítání (zneužívané a týrané děti). Tato vazba se nazývá dezorganizovaná. Kvalita vazby, která vznikne mezi dítětem a rodičem je v čase vysoce stabilní a ovlivní kvalitu vazby vznikající k ostatním lidem.

Emoční vztah rodičů k dítěti může být různý. Jeho dimenze je vyjádřena kladnou a zápornou komponentou. Rodiče mohou dítěti projevovat lásku, mít k němu kladný citový vztah a v různé míře dítě přijímat. Mohou však projevovat citový odstup, odměšenost a v různé míře dítě naopak odmítat. Podle těchto projevů, lze popsat 4 základní formy emočního vztahu k dítěti: extrémně kladný emoční vztah, kladný, záporněkladný a záporný.

Při kladném emočním vztahu k dítěti jsou společné činnosti vykonávány v dobré náladě a v pohodě. Těmito společnými činnostmi jsou nejenom různé hry, ale i domácí práce, učení a zájmové činnosti. Rodiče si s dítětem povídají, naslouchají mu, projevují porozumění a spoluprožívání, jsou ochotní pomoci při obtížích.

Záporný emoční vztah se v extrémním případě projevuje nenávisí k dítěti. Rodiče mohou dítěti vyčítat, co vše pro ně obětovali a učinili. Dítě ve většině případů vyrůstá u prarodičů nebo u pěstounů, jelikož rodiče nemají dostatek času na jeho výchovu z různých důvodů. To posléze mohou kompenzovat velkým množstvím dárků, přehnanými projevy lásky či zvýšenou volností pro dítě. Společné činnosti jsou vykonávány minimálně nebo v konfliktní atmosféře, kdy dítě nemá zájem a vzpírá se. Rodiče často zdůrazňují nedostatky a chyby dítěte, trestají ho a ponižují či vyhrožují. Pochválí jen výjimečně. Negativní vliv na dítě má i jeho srovnávání s úspěšnějším a hodnějším sourozencem nebo spolužákem, kterého rodiče upřednostňují, poskytují mu více péče a náklonnosti. Nápadná je lhostejnost a nezájem o problémy či úspěchy dítěte. Rodiče se často dítěti posmívají nebo je ironizují. (Čáp, 1996)

Matoušek (1997) doplňuje další negativní emoční projevy, např. otevřené a přímé napadání, cynické zlehčování projevů nespokojenosti, výskyt projevů beznaděje a zoufalství.

„V těchto rodinách byla pozorována pozorovatelům až nepochopitelná hluchota ke stavu krajní psychické nouze některého člena.“ (Matoušek, 1997, s. 133)

2.5.2. Výchovné řízení

Výchovné řízení charakterizují nároky a požadavky, které jsou na dítě kladeny. Zároveň se toto řízení zabývá způsobem jejich kladení a mírou jejich kontroly či naopak volnosti dítěte. Popisují se 4 základní formy výchovného řízení: silné, střední, slabé a rozporné.

V případě silného výchovného řízení dítě trpí strachem z rodičů, chová se bázlivě, zakřiknutě, nekomunikuje. Tresty rodičů jsou přísné a v krajním případě mohou přecházet až do týrání dítěte. Kontrola je přehnaná, mnohdy nedůstojná, dítě je nuceno k plnění povinností, bez ohledu na jeho schopnosti a potřeby. Rodič často rozhoduje za dítě, aniž by zvažoval jeho motivy a názory, udržuje ho v nesamostatnosti a nezralosti. V pozdějším věku u mladistvého vzniká odpor k autoritám (rodičům, učitelům, nadřízeným) a může přerůst až k agresi.

Naopak slabé výchovné řízení klade požadavky na dítě velmi nízké nebo žádné. Kontrola jejich plnění úplně chybí nebo je nedostatečná. Rodiče vyhoví dítěti téměř ve všem, vytváří mu nereálné podmínky pro život, kdy odstraňují překážky, intervenují za dítě, omlouvají ho, zahrnují ho dárky a penězi.

V rozporném výchovném řízení jsou znaky obou předchozích řízení. Rozpor v řízení se vyskytuje u téhož z rodičů, který si střídavě dítěte nevyšímá, poskytuje mu volnost a poté začne přísně trestat. Rozpor dále může být mezi otcem matkou. Jeden z rodičů je velmi přísný a druhý naopak velmi mírný.

Střední výchovné řízení zahrnuje kladení přiměřených požadavků na dítě, které jsou přiměřeně kontrolovány. Dítě nese roli odpovědného člena rodiny, který své povinnosti a úkoly plní spontánně a přirozeně. (Čáp, 1996)

2.6. Model devíti polí způsobu výchovy

Způsob výchovy v rodině lze určit podle modelu devíti polí (tab. č. 1). Tento model se zabývá vzájemným působením obou výše zmíněných aspektů. Dimenze emočního vztahu rodičů k dítěti je v tomto modelu vyjádřena kladnou a zápornou komponentou. Dimenze způsobu výchovného řízení je vyjádřena komponentou požadavků a volnosti. Popisují se 4 základní formy emočního vztahu k dítěti: extrémně kladný emoční vztah, kladný, záporněkladný a záporný a 4 základní formy výchovného řízení: silné, střední, slabé a rozporné. Jednotlivé komponenty se vzájemně kvantitativně i kvalitativně kombinují. Jednotlivé kombinace (9 polí) se od sebe více či méně liší ve vývoji činností a osobnosti dětí i dospívajících a popisují určitou formu způsobu výchovy v rodině. Existují však i formy individuálně odlišné, jelikož na vývoj dítěte a jeho projevy působí i řada jiných činitelů (biologicky a psychosociálně podmíněných). Výchova je v tomto modelu pojata jako multifaktoriální fenomén. (Gillernová, 2004)

Tabulka č. 1: Model devíti polí způsobu výchovy v rodině

emoční vztah	výchovné řízení			
	silné	střední	slabé	rozporné
záporný	1		2	3
záporněkladný	9			
kladný	4	5	6	7
extrémně kladný			8	

Tento model devíti polí způsobu výchovy zčásti napodobuje i tradiční typologické vymezení stylů výchovy podle Lewina. Ten popisuje styl autokratický, který je pojat v poli 1, styl liberální (anarchie), obsažený v poli 2 a styl integrační či demokratický, který koresponduje s polem 5 či 8.

Tyto tři typy výchovy jsou popsány Kopřivou (2008) z hlediska třech kritérií, která se týkají vytváření norem a pravidel. V autoritativním typu výchovy jde spíše než o pravidla o velké množství příkazů, zákazů a povinností, které určují ti, kteří mají moc a platí pro ty, kteří moc nemají. V anarchii jsou pravidla nejasná nebo neexistují vůbec, není jasné, kdo je určuje, vznikají nahodile, nejsou závazná. V demokratickém typu výchovy jsou normy a pravidla smysluplná, odrážejí skutečné potřeby společenství a respektují základní lidské

potřeby. Na vytváření těchto pravidel se podílejí všichni členové rodiny, jsou výsledkem dohody a platí pro všechny.

2.7. Charakteristika jednotlivých polí způsobu výchovy

Pole první představuje způsob výchovy totožný se stylem autokratickým, se silným výchovným řízením a záporným emočním vztahem. Rodiče zde kladou velké množství požadavků a vyžadují jejich bezpodmínečné plnění bez ohledu na potřeby a přání dítěte. Vyskytují se zde klasické projevy autokratičnosti: vyhrožování dítěti, afekty hněvu, přísné trestání a agresivita až týrání. Dítě se takového rodiče bojí, odmítá s ním společně pracovat a tvořit, nekomunikuje s ním a vyhýbá se mu. Někteří rodiče zde mohou projevovat nedůvěru k dítěti a k jeho schopnostem či dokonce se mu vysmívat.

V poli druhém jde v tradičním pojetí o liberální styl výchovy, který je doplněn malým zájmem o dítě. Rodiče jsou k dítěti lhostejní, nesnaží se mu pomáhat, nezajímají se o ně. V některých případech může jít až o zanedbávání dítěte. Rodič nemá požadavky a nevymezuje dítěti žádné hranice. Nedůvěřuje jeho schopnostem a nezáleží mu na jeho úspěchu.

Ve třetím poli je emoční vztah záporný – citově chladný a odmítavý, výchovné řízení je rozporné, pesimální. To se vyskytuje v případech, kdy jeden z rodičů projevuje řízení silné nebo rozporné (matka) a druhý slabé (otec). V kruhu rodinném je matka velmi přísná, požaduje od dítěte vynikající výsledky a nekázeň a neúspěch velmi přísně trestá. Dítě musí plnit její očekávání a vyniknout nad ostatní. Na veřejnosti však své dítě v případě neúspěchu či konfliktu omlouvá a intervenuje v jeho prospěch. Otec je zde pasivní, submisivní, nezasahuje do výchovy. O dítě nejeví zájem, nesnaží se mu pomáhat, nezastane se ho. Vše je v rukou dominantní matky. Na vývoj dítěte a vzájemné vztahy tento způsob výchovy působí nepříznivě, nápadná je u dítěte nesvědčitost a labilita. V krajních případech se dítě stává delikventem a drogově závislým.

Čtvrté pole označuje výchovu velmi přísnou a důslednou, s velkými nároky a požadavky na dítě. Emoční vztah je však kladný, rodič je k dítěti laskavý a zohledňuje jeho přání a potřeby. Dítě nároky rodiče akceptuje, jelikož vzájemné vztahy jsou velmi příznivé.

Páté pole představuje výchovný způsob se vzájemným porozuměním. Jde o demokratický styl výchovy, atmosféra je zde přátelská, podložena celou řadou společných činností. Emoční vztah je kladný, dítě je plně přijímáno a výchovné řízení střední, bez

extrémní kontroly a řízení. Nároky a požadavky rodiče jsou přijímány s respektem, nedochází ke konfliktům.

Šesté pole vymezuje výchovu laskavou, avšak bez zřejmé kontroly a jasněji vymezených hranic. V některých případech vedou nízké požadavky a nedůsledná kontrola jejich plnění k slabšímu rozvíjení svědomitosti. Dítě tak svědomitě a vytrvale pracuje pouze tehdy, když je samo silně motivováno. Tento způsob výchovy se vyskytuje v rodinách s „bohémským“ stylem života.

Sedmé pole označuje výchovný způsob, kde rozporné řízení s množstvím požadavků, postrádá kontrolu jejich plnění. Kontrola je nedůsledná, avšak relativně vyvážená kladným emočním vztahem k dítěti. Toto emoční klima je podobné jako v šestém poli.

V osmém poli se příznivě projevuje extrémně kladný emoční vztah, kdy dítě je plně a bezpodmínečně přijímáno a akceptováno rodiči. Tento výchovný způsob se označuje jako tzv. kamarádká výchova. Dítě kladeným požadavkům rozumí, dobrovolně je plní a vnímá jejich prospěch celé rodině. Kontrola není nutná. Dítě může mít někdy problém se zvládnutím zvýšených požadavků během dalšího vývoje – po přechodu na vysokou školu nebo do zaměstnání.

Deváté pole označuje výchovu rozpornou, emoční vztah k dítěti je záporněkladný, případně ambivalentní. Důsledky tohoto rozporu mají spíše negativní vliv na vývoj dítěte. (Čáp, 1996)

3. Výchova a sebepojetí

Výchova je velmi tvořivá činnost. Můžeme jí toho spoustu dokázat, přispět ke zdravému vývoji dítěte, ale můžeme i hodně pokazit. Určit cíl, k čemu a jak chceme vychovávat své děti, není úplně jednoduché. Tímto cílem může být obecně šťastný život. A ke šťastnému životu určitě přispívá i zdravé sebepojetí dítěte. Pokud je štěstí subjektivní prožitek, uvědomělé uspokojení životem a je doprovázeno častějšími a intenzivnějšími emocionálními stavy, zdravé sebepojetí tento prožitek štěstí znásobí. (Pelikán, 2011)

3.1. Rozvoj pocitu jedinečnosti

Z pohledu rodičů je důležité nemít žádnou předběžnou představu o tom, jaké by dítě mělo být. Měli by být upřímní, otevření a trpěliví v pozorování a poznávání svého potomka, mít smysl pro humor. Měli by dítě vést k uvědomění si své jedinečnosti. To má pro rozvoj zdravého sebepojetí a vysokého sebehodnocení prvořadý význam.

Satirová (2006) popisuje jedinečnost jako kombinaci stejnosti a odlišnosti. Každé dítě je jedinečné, v mnoha směrech odlišné, ale i stejné jako ostatní lidé. Přichází na svět s čistým štítem a jeho vědomí vlastní hodnoty a ceny je vedlejším produktem jednání dospělých. Není žádoucí, aby žilo k obrazu svého rodiče a naopak. Základem zdravého sebepojetí je úcta ke každé části sebe sama, uznávání sebe sama a pochopení, že jsme jedinečné bytosti. Pokud rodiče zvolí výchovu, která je založena na porovnávání a konformitě, téměř vždy vychovávají dítě s nedostatkem sebeúcty a s nezdravým sebepojetím. Dítě se bude neustále porovnávat s ostatními, samo sebe znehodnocovat, odsuzovat a trestat. K ostatním lidem bude často pociťovat závist, strach, bude se cítit zbytečně, nemohoucně a podvedeně. Často bude svalovat vinu za své jednání na druhé. Rodiče by neměli používat ve výchově kritiku, ale naopak dítě povzbuzovat a podporovat.

Malé děti se začínají učit sebeúctě a zdravému sebepojetí z hlasu rodičů, z výrazu jejich očí, z napětí svalů, když je chovají a z reakcí na jejich pláč. Dospělý by se měl naučit uvědomovat si tyto své projevy vůči dítěti. Jeho dotyky mohou být např. hrubé, něžné, slabé, milující, bázlivé, úzkostlivé. Každý dotyk by měla provázet představa, co tím chce dítěti sdělit. Z výrazu očí a z napětí svalů dítě poznává pocit, který rodič právě prožívá. Zda se zlobí, je šťastný či vyděšený. Dítě ještě nechápe hlubší kontext těchto projevů svého rodiče a vše vztahuje ke své osobě. Tak může nabýt falešného dojmu, že se na něho zlobí, že mu je

lhostejné, že má o něj strach apod. Doporučuje se rodičům říkat dětem, co se děje, naznačit jim kontext a osoby, jichž se to týká. Zvlášť důležité je hovořit s dítětem, pokud bylo vysloveno jeho jméno. Již několikaměsíční dítě se při hádce rodičů rozpláče. Pokud se mu však klidným hlasem, v něžné náruči a z očí do očí jednoduše vysvětlí okolnosti této události, je schopno začít se usmívat a v klidu usnout. Dítě si tak negativní pocity z celé události nevztáhne na sebe sama, na své sebehodnocení a sebezpetí. Starší děti se učí zdravému sebezpetí i tím, že je rodiče upozorňují na stejnost částí fyzického těla a prožívání citů všech bytostí a na odlišnost a jedinečnost každého jedince. Tuto odlišnost a jedinečnost vnímají u svého dítěte v duchu objevování a nikoli soutěživosti či srovnávání. Dítěti je třeba poskytnout mnoho podnětů k probuzení určitého zájmu a dále pak trpělivě a pečlivě tento zájem rozvíjet. Dítě je dále třeba podporovat k tomu, aby bylo schopné klást otázky a vznášet připomínky týkající se rodinného života. (Satirová, 2006)

Svůj pocit jedinečnosti si dítě jen těžce může vytvořit, používají-li rodiče tzv. nálepkování. Věty typu: „To je náš hlupáček....., ty máš obě ruce levé....., to je naše princezna....., ty jsi celý dědeček....“ apod. utváří představu dítěte o sobě. Je velmi vyčerpávající žít s touto vsugerovanou představou (pozitivní i negativní), zvláště pokud neodpovídá skutečnosti. Rodiče tak brání dítěti objevit svou vlastní osobnost. Negativním poznámkám a konstatováním by se měli rodiče úplně vystříhat, o chybách by měli mluvit s nadějí na zlepšení. (Prekopová, Schweizerová, 2008)

3.2. Rozvoj síly

Síla je definována jako schopnost jednat, dosáhnout výsledku, fyzická síla nebo řídicí postavení, autorita a vliv na jiné lidi. Rozvíjí se u každé lidské bytosti a pro rozvoj zdravého sebezpetí je třeba podpořit rozvoj této síly v co největší míře. (Kopřiva, 2008)

Satirová (2006) hovoří o několika typech síly – tělesné, intelektuální, emocionální, materiální, sociální a duchovní. Tělesnou sílu začne dítě rozvíjet hned od narození – dýchání, pohyb, který se postupně zdokonaluje a koordinuje. Intelektuální síla souvisí se schopností učit se, koncentrací, řešení problémů a hledání nových řešení. Emocionální síla se projevuje ve svobodném a upřímném prožívání všech citů. Jedinec své city umí jasně vyjádřit a usměrnit v konstruktivní jednání. Materiální síla se projevuje tím, jak dítě využívá svého okolí pro osobní potřeby a jak zohledňuje potřeby druhých. Sociální síla se projevuje schopností navazovat vztahy s jinými lidmi, zapojit se do týmové práce, schopností sdílet,

řídít a podřizovat se. Duchovní síla se odráží v úctě člověka k životu, v uznání univerzální životní síly. Rodiče by měli rozvíjet sílu dítěte ve všech těchto oblastech rovnoměrně. Je nezbytné, aby byli velmi trpěliví a podporovali u svého dítěte každý malý úspěch a pokrok.

Síla se u dítěte často rozvine v souvislosti s prožíváním nějaké krize. Dítě se setkává s náročnými životními situacemi od útlého dětství a mělo by mít možnost se s nimi naučit vyrovnávat s pomocí citlivé a aktivní účasti rodičů. Tyto krize potřebuje ke svému zrání a získání sebedůvěry. První takovou situací bývá porod. Novorozenec je po porodu v šoku, otřesen, v neznámém prostředí, ale po navrácení matce získá opět pocit bezpečí. Do sedmého měsíce věku dítěte by rodiče měli na všechny jeho krize reagovat bezprostředně, nenechávat ho plakat. Pokud dítě nemá závažný problém (hlad, bolesti apod.) a matka neumí rozpoznat jiný podnět jeho pláče, není třeba tento podnět odstraňovat. Mělo by být s těmito podněty konfrontováno za podpory matky tak, aby se je naučilo snášet a získalo zkušenost, že vše nepříjemné lze docela dobře překonat. Nejjistější postavení, ve kterém dítě nejlépe překoná krizi, je pevné objetí. Zásadní chybou bývá snaha dítě rozptýlit, tak si dítě může zvykat používat v době krize náhradní uspokojení, které může přerůst v návyk (dudlík – kouření, přiložení k prsu – alkoholismus apod.). Asi od sedmého měsíce nemusí rodiče reagovat na pláč způsobený drobnou nespokojeností bezprostředně. Dítě se učí chvíli vyčkat, chápat, že není vše hned dosažitelné, a že existují zákazy, které nesmí překročit. Naučí se tak zacházet se zklamáním, aniž by mělo pocit, že se hroučí celý svět nebo že je nemilované. Dítě, které si již uvědomuje svoje „já“, tj. starší než 2,5 roku, mohou rodiče nechat, aby se samo vyrovnalo se zklamáním, s krizí. Měli by ho podporovat naučit se překonávat strach a tím zvyšovat jeho sebedůvěru. Jen je třeba zajistit zpětnou vazbu. Mělo by slyšet uznání, pochvalu, že je statečné apod. (Prekopová, Schweizerová, 2008)

Se silou souvisí i řízení a autorita, které rodiče často považují za velmi důležité součásti výchovy. Pokud ve výchově převažuje silné řízení a autoritativní přístup ze strany rodičů, dítě se nenaučí porozumět pozitivnímu užití síly. Hlavním důsledkem bude pokles jeho sebeúcty.

Rodiče by měli podporovat u dítěte jeho tvořivost. V této činnosti může projevit právě svoji sílu a jedinečnost. Dítěti je dána příležitost prokázat, co dovede a zároveň může získat potřebnou zručnost. Takto může začít pomáhat rodičům a podílet se na chodu domácnosti. Získává tak pocit, že něco znamená, že se s ním počítá, a že přispívá k tomu, co se děje.

Pokud je to možné, rodiče by měli umět práci předložit dítěti tvůrčím, lehkým a humorným způsobem tak, aby všichni měli pocit dobře vykonané práce. (Satirová, 2006)

Také podle Prekopové (2008), by dítě mělo dostat určité povinnosti přiměřené jeho silám. Rodiče by mu měli dovolit ve všem pomáhat, aby získalo pocit, že ho potřebují. Měli by ho dostatečně chválit a naučit se vyjadřovat radost z jeho činnosti. Tak dítě získá pocit vlastní ceny, rozvine se u něj zdravá zvědavost, chuť do života, zvýší se sebevědomí a upevní duševní zdraví.

Výše zmíněná autorka se věnuje i dalšímu důležitému tématu – období vzdoru. Zde se dítě také snaží uplatnit svoji sílu a důležité je, jak se k tomuto náročnému období postaví rodiče. V prvních třech letech života dítěte by měla být plně nasycena jeho potřeba vazby a bezpečí. V tomto období dítě zkoumá a objevuje okolí pod dohledem rodičů. Jakmile však získá určité zkušenosti a schopnosti, měli by rodiče se svou ochranou skončit. Vlastní já svobodného člověka se rozvíjí aktivním uplatňováním vlastní vůle v cítění a myšlení. Dítě by mělo mít dostatek příležitostí činit vlastní rozhodnutí přiměřená jeho zodpovědnosti. Zbytečné příkazy by dítě jen omezovaly. Období vzdoru je významným milníkem na cestě k uvolnění vazeb a k vytvoření zdravého sebepojetí. Zrození tohoto pocitu vlastního já je silným zážitkem a velkým vývojovým skokem. Dítě má velkou potřebu nenechat si omezovat své já a stále si utvrzovat své sebevědomí. Dítě vzdoruje proti svým nejbližším a to se projevuje silnými výbuchy vzteku. Dítě by mělo mít možnost prožít si tento svůj vzdor, nemělo by být v tuto chvíli rozptylováno rodiči ani sourozenci. Tak se u něho vyvine schopnost snášet nevyhnutelné a nepříjemné věci a zklamání.

3.3. Komunikace

Způsob komunikace jedince nám jednak ukazuje výši jeho sebehodnocení a míru zdravého sebepojetí, ale také se může stát nástrojem, který toto sebehodnocení a sebepojetí různým způsobem mění. Každá interakce mezi dvěma lidmi má silný vliv na jejich sebehodnocení a na to, co se mezi nimi děje. Komunikace je nejdůležitějším faktorem, který určuje kvalitu mezilidských vztahů a nejsilnějším faktorem, který ovlivňuje zdraví člověka.

V prvních pěti letech života dítě získává základní zkušenosti s komunikací, pomocí kterých si vytváří představu o sobě samém, o tom, co může očekávat od lidí a co je na světě možné nebo nemožné. Tyto představy, tento model sebepojetí a pojetí světa, se během dalšího života většinou již nemění. Změnit však lze způsob komunikace.

Satirová (2006) popisuje pět typů komunikačních vzorců, kterým se jedinec učí v raném dětství. Tyto typy komunikace se upevňují zkušeností dítěte s autoritou v rodině a převládajícími postoji ve společnosti. Čtyři z těchto modelů komunikace se označují jako deformující a objevují se při reakci jedince na stres, jsou spojeny s pocitem snížené sebeúcty a negativního sebepojetí. Jedinec se cítí ohrožen, má strach z odmítnutí, pochybnosti o své vlastní hodnotě a pocítuje stres jako útok na své sebehodnocení. Komunikuje s ostatními podle těchto deformujících modelů: usmiřování, obviňování, vypočítávání nebo rušení (tab. 2).

Tabulka č. 2: Deformující modely komunikace a jejich znaky

Znaky usmiřování	Znaky obviňování	Znaky vypočítávání	Znaky rušení
Zavděčit se	Povýšené chování	Korektnost	Nesouvislost, chaos
Zalíbit se	Svalové napětí	Až bezcitná	Nesoustředěnost
Nerozčítit druhého	Drsný ječivý hlas	rozumnost	Zpěvavý nevyrovnaný
Vždy souhlasit	Nadřazenost	Klid, chlad,	hlas
Přijmout vždy	Trhavé dýchání	soustředěnost	Ignorance
kritiku	Zadržování dechu	Monotónní hlas	Roztržitost
Pocit bezmocnosti	Pocit opuštěnosti,	Abstraktní slova	Zaujatost pohybem úst,
a bezcennosti	neúspěchu	Pocit zranitelnosti	těla, paží a nohou
			Pocit opuštěnosti
			a bezúčelnosti

Deformující modely komunikace se často vyskytují v problémových narušených rodinách. Komunikace není opravdová, upřímná a jednoznačná. Často se vyskytuje prvek dvojího sdělení, které je charakterizováno rozparem mezi verbální a neverbální komunikací. Slova sdělují jednu věc, ale výraz obličeje, pozice těla, svalové napětí, rytmus dechu, hlasové zabarvení, gesta apod. něco jiného. Výchovný postoj rodičů a společnosti „Neotravuj, žádat věci pro sebe je sobecké“ posiluje smířlivost, „Nenech se od nikoho svazovat, nebuď zbabělec“ posiluje obviňování, „Nebud' hloupý, jsi příliš bystrý na to, abys dělal chyby“ posiluje vypočítávání, „Nebud' tak vážný, uživej života, co na tom“ posiluje rušení.

Matoušek (1997) výše zmíněný prvek dvojího sdělení popisuje jako dvojnou vazbu, kde obsahový a vztahový aspekt komunikace je v rozporu. Vztahový aspekt je nejlépe patrný

z neverbální komunikace. Zajímavé je, že tato dvojná vazba se často používá při běžné komunikaci v rodinách schizofreniků. Dále popisuje při komunikaci v dysfunkčních rodinách mnoho protimluvů, nedorozumění, zmatků a neurčitostí. V rodinách se objevuje stereotypní komunikace, nehledají se nové způsoby řešení problémů, stráží se rigidní rodinná pravidla. Vyskytnou-li se nějaké události, které neodpovídají rodinnému pojetí světa, jsou popírány a považovány za nepodstatné. Komunikace působí jako monolog autority, ostatní spíše mlčí, někdy se někdo agresivně postaví proti autoritě.

Pátým typem komunikačního vzorce je kongruence tzv. splavný dialog. Všechny části sdělení jsou zde v souladu. Vyřčená slova odpovídají výrazu tváře, pozici těla, hlasovému zabarvení. Vztahy mezi členy rodiny jsou upřímné, nenucené a svobodné, sebeúcta není ohrožena, sebepojetí je zdravé. Kongruentní sdělení je přímé, jednoduché, reprezentuje v daném okamžiku pravdivý stav člověka. Používá znaky usmiřování, obviňování, vypočítávání a rušení, ale vše přiměřeným způsobem. Jedinec se omluví za skutek, ale ne za to, že existuje. Kritizuje a hodnotí daný skutek, ale neobviní druhého. Je schopen nabídnout jiné řešení. Může hovořit o intelektuálních věcech, ale nevyhýbá se zde projevům svých citů. Umí změnit téma, požádat o něco. Kongruentní sdělení je komplexní. Projevuje se tělo, myšlenky a city. Takto komunikující člověk je vyrovnaný, vyznačující se integritou, zodpovědností, poctivostí, intimitou, kompetencí, tvořivostí a schopností stavět se k reálným problémům reálně. (Satirová, 2006)

Matoušek (1997) u popisu kongruentní komunikace ještě upozorňuje na výskyt mnoha dialogů, které plynule přecházejí od jedné dvojice ke druhé, otevřenost pro nové myšlenky a nová řešení problémů a hodně humoru.

S komunikací souvisí i další důležitý krok ve výchově k vyššímu sebehodnocení a zdravému sebepojetí, a to je vytvoření jasného citového klima v rodině. Cílem je vyjádřit slovy určitá témata týkající se oblastí života, o kterých se málokdy hovoří otevřeně. Patří sem ocenění, negativní stránky života, nejasnosti, nové informace a naděje a přání.

Dítě by se mělo naučit sdělovat vědomé, slovně formulované ocenění. Toto ocenění by mělo umět vyjádřit, ale i přijmout a sdílet s ostatními. To je jeden z ukazatelů vyrovnaného vnitřního stavu. Dále je třeba umět hovořit s druhými o svých potížích, starostech a tyto stížnosti umět doplnit i návrhem, jak věci změnit. Vyskytnou-li se nejasnosti, je zapotřebí umět o nich mluvit, sdělit je ostatním a vše objasnit. K nejasnostem mají vztah i nové informace, které by měly být jasné, pravdivé a původní, získané při přímém kontaktu s druhou

osobou. V opačném případě hrozí jejich zkreslení a vznik nedorozumění. Posledním tématem, o kterém by měla rodina hovořit, jsou vlastní přání a naděje. Jen tak si mohou její členové vzájemně pomoci na cestě k jejich vyplnění. (Satirová, 2006)

3.4. Pravidla

Pravidla jsou podstatnou částí rodinné struktury, důležitě se podílejí na jejím fungování a definují vztahy v rodině. Určují kdo se má ke komu jak chovat. Změnou pravidel se mohou změnit i interakce v rodině. Ve zdravé rodině se uplatňují pravidla, která dovolují svobodně se ke všemu vyjádřit, ať už je to bolestné či radostné. Pravidla, která brání členům rodiny vyjádřit svůj názor na to, co se děje či dělo, podporují vývoj omezené, netvořivé a neznalé lidské bytosti. Důsledkem toho, že dítě poruší uzavřené, zastaralé a nelidské rodinné pravidlo, může být to, že začne lhát. U někoho se může vyvinout vůči rodičům nenávist a odcizení, může získat nízké sebehodnocení, které se projeví jako bezmocnost, nepřátelství, hloupost a osamocení.

Důležité je, aby všichni členové rodiny pravidla znali a chápali je stejně. Pro zavedení pravidel otevřených, lidských a odpovídajících současné situaci, je důležité ctít základní pravidlo svobody projevu a možnosti klást otázky a žádat o vysvětlení. Dítě i rodiče mají možnost se vyjadřovat i k záporným věcem, mohou projevovat všechny své city – hněv i lásku. (Satirová, 2006)

S pravidly úzce souvisí důvěra, řád, předvídatelnost věcí a potřeba bezpečí. Pro dítě je důležité vědět, že to, co se děje, dává nějaký smysl, že vše má svůj řád, strukturu, pravidelnost a pořádek, že lidem se dá důvěřovat. Chaos a nahodilost ve stanovování pravidel může u dětí vyvolat úzkost a nejistotu, proto je velmi důležité stanovování hranic. Pokud děti opakovaně testují pevnost stanovených pravidel, je třeba jim bez výčitek, srovnávání či jiných obviňujících způsobů pevně potvrdit tyto hranice. Je důležité, aby se na tvoření těchto hranic a pravidel děti podílely již od vstupu do mateřské školy. Stanovení pravidel bez vzájemné dohody je projevem mocenské pozice, se všemi riziky, která to přináší. Základní strategií při vytváření dohod a pravidel je: popsat problém, který chceme řešit a požádat ostatní ke spoluúčasti na jeho řešení. Zásadou je navrhnout řešení, které je přijatelné pro všechny strany. Pravidla by neměla být strnulá, rigidní, měla by reagovat na potřeby a přání jednotlivých členů rodiny. Zajímavé je řešení problémů a stanovování pravidel pomocí brainstormingu. (Příloha 1), (Kopřiva, 2008)

Matoušek (1997) hovoří v souvislosti s pravidly o komunikačních stereotypech a rodinných mýtech. Pravidla se projevují komunikačními stereotypy v každodenním životě rodiny. Jde o ustálené sekvence chování, jehož průběh i vyústění lze předpovídat podle jeho začátku. V dobře fungujících rodinách tyto stereotypy komunikaci usnadňují, v disharmonických rodinách však problémy neřeší. Často jsou stereotypy udržující problém podporovány rodinnými mýty. Takový mýtus poskytuje vysvětlení a vytváří alibi. Rodina si jím hájí a ospravedlňuje své chování, brání se proti vnějším vlivům, které by ohrozily její vnitřní organizaci.

Komunikační stereotypy a rodinné mýty lze vysledovat i u Satirové (2006), která popisuje vztah rodičů k projevům hněvu a lásky. Mnozí rodiče považují hněv za špatný jev, protože může vyústit v destruktivní chování – hádku, ničení věcí, napadení druhého apod. Zavedou pravidlo, že hněvat se je nepřípustné, a neuvědomují si, kolik zla to může způsobit. Hněv je ve specifických situacích přirozený lidský citový projev, který by se měl respektovat a ctít, jedinec by měl umět svobodně se k němu přiznat jako ke své přirozené vlastnosti a naučit se s ním rozličným způsobem zacházet. Pokud si toto uvědomí děti i rodiče a umožní si navzájem jasně a upřímně hovořit o svém hněvu, vyhnou se případnému destruktivnímu chování. Hněvu se nelze vyhnout. Snaha o jeho potlačení může negativně ovlivnit zdraví člověka.

Dalším citem, se kterým si rodiče neví rady a často zavedou nevhodná rodinná pravidla je láska. Nevědí, jak projevovat lásku ke svému dítěti, aniž by ve svém chování necítili sexuální podtext. Proto zavedou pravidlo lásku neprojevovat. Prvotní příčinou je zde však existence sexuálního tabu a tendence slučovat fyzické projevy lásky se sexem.

3.5. Rozvoj sebeúcty

Potřeba sebeúcty je jednou z přirozených potřeb člověka a vysoká sebeúcta je znakem zralé osobnosti. Budování a podpora sebeúcty dítěte mají velký význam pro kvalitu vztahů, které navazuje s ostatními dětmi a dospělými, pro zvnitřňování sociálních norem, rozvíjení schopností zvládat náročné životní situace i pro prevenci sociálně patologických jevů. Jedním z cílů výchovy by mělo být dát dítěti možnost poznat samo sebe jako hodnotného a kompetentního člověka. Pozitivní vztah k sobě samému a pozitivní emoce dodávají důvěru, sílu a optimismus ke zvládnutí životních úkolů. Sebeúcta znamená vážít si sám sebe, mít se rád, pocit „zasloužím si být šťastný“.

Pozitivní zkušenosti značně podporují rozvoj sebeúcty u dětí. Tyto zkušenosti dítě získává především z prožívání bezpečných a láskyplných vztahů v rodině a z prožitého úspěchu při zvládnání úkolů, které jsou pro něj důležité. Rodiče by měli projevovat dítěti důvěru, být přesvědčeni, že je v podstatě rozumnou, zodpovědnou a hodnotnou bytostí vzhledem ke svému věku již nyní (nikoliv až v daleké budoucnosti). Děti by měly cítit, že jsou vítány, respektovány a že mohou být úspěšné. Respektující postoj k dítěti jim dodává pocit vlastní hodnoty a pomáhá jim naučit se přijímat a uznávat sebe i druhé.

Rozvoj sebeúcty může brzdit způsob, kterým rodiče kladou nároky na dítě. To si může jejich plnění začít spojovat s vlastní hodnotou a může získat pocit, že rodiče je budou přijímat a oceňovat jen tehdy, když tyto nároky bude splňovat. Tak se může začít vytvářet podmíněné sebepřijetí – dítě samo sebe přijímá jako hodnotnou bytost jen tehdy, pokud plní nároky rodičů. Pokud tyto nároky neplní, má pocit nedostatečnosti a nízké hodnoty sama sebe. Výchova, při které rodiče srovnávají dítě se sourozenci, se spolužáky apod., napomáhá vzniku komparativního sebepřijetí a později i komparativního sebehodnocení. Jeho podstatou je odvozování vlastní hodnoty z výsledku srovnávání s druhými lidmi. Vyústěním je neustálé soupeření, hledání chyb u druhých a dokazování, že jsou horší.

Dospělí by měli respektovat důstojnost dítěte, přijímat je v celé jeho jedinečnosti se všemi jeho klady i zápory. Měli by se naučit hodnotit správné či nesprávné chování dítěte, nikoli jeho špatný či dobrý charakter. Děti mají přirozené potřeby aktivity, pohybu a zvědavosti a při uspokojování těchto potřeb se často chovají nesprávným způsobem, který pochází z neschopnosti předvídat souvislosti a důsledky tohoto chování. Představa dospělých, že děti jsou takto záměrně zlé a neposlušné, může velmi negativně ovlivnit vývoj jejich sebeobrazu a sebeúcty. Důležité je, aby se dospělí snažili porozumět motivům jejich chování a poskytli jim šanci chovat se lépe – ohleduplně, laskavě a přátelsky. (Kopřiva, 2008)

4. Výzkum a jeho cíl

Ve své bakalářské práci jsem se snažila zjistit, zda určité způsoby výchovy v rodině ovlivňují formování sebepojetí dítěte. V teoretické části jsem se zabývala charakteristikou sebepojetí dítěte, prostředím v rodině a vztahy mezi jejími členy, způsoby výchovy a určitými jejími znaky, které přispívají k formování sebepojetí dítěte.

V praktické části jsem použila metodu kvantitativního dotazníkového šetření. Zaměřila jsem se na zpracování a vyhodnocení dvou typů dotazníků, týkajících se výchovy v rodině a sebepojetí jedince. Dále jsem se zabývala hledáním souvislostí mezi výsledky těchto šetření. Cílem výzkumu bylo porovnat určité znaky sebepojetí jedince s určitými znaky výchovy, které se týkají požadavků a nároků rodičů, kontroly jejich plnění, společné činnosti, komunikace a vztahů mezi rodiči a dítětem.

4.1. Popis zkoumaného vzorku

Šetření jsem prováděla na Střední zdravotnické škole a Vyšší odborné škole zdravotnické v Plzni, v květnu 2012. Dotazník jsem zadala 78 žákům ve věku 15 – 19 let, studujícím obor Asistent zubního technika. Žáci byli seznámeni s účelem výzkumu a v dotazníku odpovídali anonymně. Nikdo z dotazovaných mi spolupráci neodmítl a žádný dotazník jsem nemusela vyřadit pro chybné nebo neúplné vyplnění. Návratnost byla 100%. Provedení dotazníkového šetření mi bylo ředitelkou školy schváleno. Z celkového počtu dotázaných odpovídalo 66 dívek, což je 85%, a 12 chlapců, což je 15%. Věkové rozpětí účastníků je znázorněno v tabulce č. 2.

Tabulka č. 2: Věkové rozložení dotazovaných žáků

věk	15 let	16 let	17 let	18 let	19 let	celkem
dívky	2	26	35	2	1	66
chlapci	0	4	6	2	0	12

V úvodu dotazníku jsem dále zjišťovala, zda respondent žije v úplné či neúplné rodině a počet jeho sourozenců. Výsledky šetření jsou znázorněny v tabulce č. 3.

Tabulka č. 3: Rodinné uspořádání a počet sourozenců žáka

	Rodina		Počet sourozenců				
	Úplná	Neúplná	0	1	2	3	4
dívky	53	13	8	40	17	0	1
chlapci	6	6	1	3	6	2	0
celkem	59	19	9	43	23	2	1

Z tabulky je patrné, že 59 respondentů žije v úplné rodině, což je 76% z celkového počtu. Devatenáct respondentů žije v neúplné rodině, což je 24%. Největší skupina respondentů – 55%, má jednoho sourozence, 29% má dva sourozence, 12% nemá sourozence žádného, 3% má sourozence 3 a 1% má sourozence čtyři.

4.2. Interpretace výsledků výzkumu

V dotazníkovém šetření jsem použila dva typy dotazníků. V prvním dotazníku jsem se zaměřila na zjišťování určitých znaků výchovy v rodině. Použila jsem patnáct různých tvrzení, která popisují vztahy mezi rodiči a dětmi v procesu výchovy. Žáci označovali vlevo křížkem ta tvrzení, která nejvýstižněji charakterizovala rodinné vztahy v době jejich dětství. (Příloha 2)

Tvrzení jsem formulovala tak, abych zjistila, zda u žáka v rodině převládaly prvky výchovy autokratické, demokratické či liberální s prvky nezájmu. Zaměřila jsem se na pět určitých oblastí:

1. Požadavky a nároky rodičů
2. Kontrola jejich plnění
3. Společné činnosti mezi rodiči a dětmi
4. Vzájemná komunikace
5. Vztahy mezi rodiči a dětmi

Pro každou oblast jsem vytvořila tři tvrzení, která jsem v dotazníku rozmístila v různém pořadí. Zde, pro snadnější orientaci a vyhodnocování, tato tři tvrzení vždy uvádím v pořadí za sebou.

Ve druhém dotazníku jsem zjišťovala určité znaky sebepojetí jedince. (Příloha 3)

Použila jsem patnáct různých tvrzení, kdy žáci opět označovali křížkem ta, která je nejvíce vystihovala:

1. Myslím, že mám řadu dobrých vlastností.
2. Mé vystupování je nejisté.
3. Kladu si vysoké cíle, usiluji o dobrý výkon.
4. Myslím si, že mě mají lidé rádi.
5. Považuji se za schopného a způsobilého člověka, který dokáže lásku přijímat i dávat, který je jedinečný a kterého lidé uznávají.
6. Myslím si, že dokážu udělat mnohé věci dokonce lépe než ostatní.
7. Mám se rád/a, celkově jsem se sebou spokojen/a.
8. Bojím se nových zkušeností a možností, mívám pocit ohrožení.
9. Uvědomuji si svůj úspěch, mám z něho radost.
10. Dokážu sdělit svůj názor, myšlenku, respektuji práva druhých, umím naslouchat.
11. Věřím ve vlastní schopnost vyrovnat se s problémy, jsem optimista.
12. Mám smysl pro odpovědnost, přijímám odpovědnost za vlastní chování a postoje.
13. Nedokážu si poradit s problémem, stydím se za svoji neschopnost, izoluji se od spolužáků.
14. Vážím si sám/sama sebe, mám tendence si věřit.
15. Často se porovnávám s ostatními, cítuji závist, strach.

Při vyhodnocování dotazníků jsem se soustředila na hledání souvislostí mezi sebepojetím jedince a způsobem výchovy vždy v jedné z níže jmenovaných oblastí.

1. Požadavky a nároky rodičů

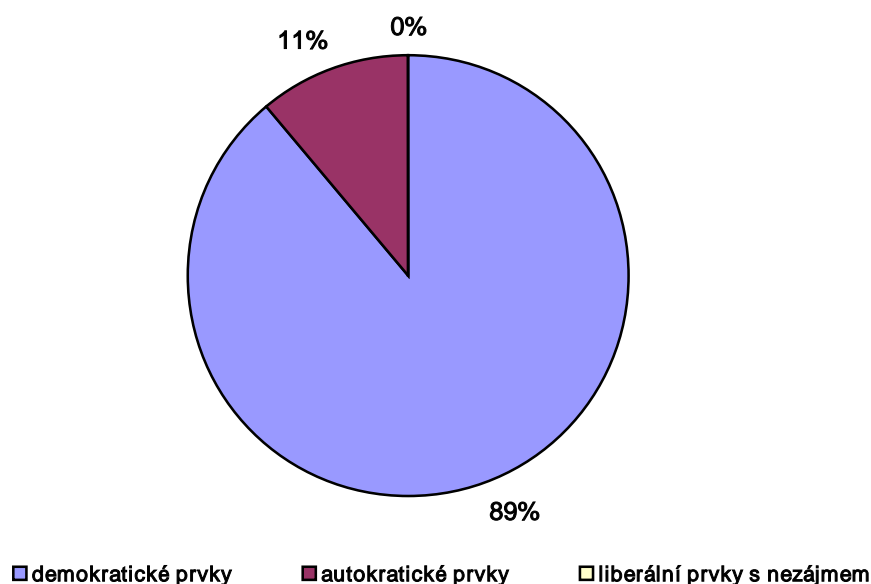
V dotazníku jsem uvedla tato tři tvrzení:

a) Vzhledem k mé osobě, rodiče měli velké množství požadavků a nároků, které jsem musel/a plnit, bez ohledu na svá přání či potřeby.

b) Vzhledem k mé osobě, měli rodiče přiměřené množství požadavků a nároků. Já je akceptoval/a a přijímal/a s respektem.

c) Vzhledem k mé osobě, neměli rodiče požadavky a nároky téměř žádné, cítil/a jsem z jejich strany spíše nezájem a lhostejnost.

Z celkového počtu 78 žáků označilo křížkem jedno z těchto tvrzení 61 žáků. 7 žáků, tj. 11%, volilo variantu a), 54 žáků, tj. 89%, označilo variantu b) a variantu c) si nevybral ani jeden žák. Z výsledků je patrné, že v oblasti požadavků a nároků rodičů na dítě převládá výchova s demokratickými prvky. V 11% se vyskytla výchova s prvky autokratickými. Liberální výchova s prvky nezájmu se v této oblasti nevyskytla (graf č. 1).



Graf č. 1: Požadavky a nároky rodičů – výchova v rodině

U těchto respondentů jsem dále vyhodnotila dotazník týkající se jejich sebepojetí. Procentuálně jsem v tabulce vyjádřila podíl žáků, kteří u daného tvrzení vykazovali znaky optimálního sebepojetí ku žákům, kteří tyto znaky nevykazovali vzhledem k typu výchovy v rodině (tab. 4).

Tabulka č. 4: Požadavky a nároky rodičů – sebepojetí žáka

Tvrzení	Podíl žáků, kteří u daného tvrzení vykazovali znaky optimálního sebepojetí ku žákům, kteří tyto znaky nevykazovali vzhledem k typu výchovy:	
	Autokratické	demokratické
1. Myslím, že mám řadu dobrých vlastností.	86% : 14%	81% : 19%
2. Mé vystupování je nejisté.	39% : 71%	65% : 35%

3. Kladu si vysoké cíle, usiluji o dobrý výkon.	14% : 86%	46% : 54%
4. Myslím si, že mě mají lidé rádi.	57% : 43%	72% : 28%
5. Považuji se za schopného a způsobilého člověka, který dokáže lásku přijímat i dávat, který je jedinečný a kterého lidé uznávají.	43% : 57%	69% : 31%
6. Myslím si, že dokážu udělat mnohé věci dokonce lépe než ostatní.	29% : 71%	39% : 61%
7. Mám se rád/a, celkově jsem se sebou spokojen/a.	57% : 43%	50% : 50%
8. Bojím se nových zkušeností a možností, mívám pocit ohrožení.	100% : 0%	76% : 24%
9. Uvědomuji si svůj úspěch, mám z něho radost.	43% : 57%	69% : 31%
10. Dokážu sdělit svůj názor, myšlenku, respektuji práva druhých, umím naslouchat.	71% : 29%	91% : 9%
11. Věřím ve vlastní schopnost vyrovnat se s problémy, jsem optimista.	57% : 43%	61% : 39%
12. Mám smysl pro odpovědnost, přijímám odpovědnost za vlastní chování a postoje.	43% : 57%	93% : 7%
13. Nedokážu si poradit s problémem, stydím se za svoji neschopnost, izoluji se od spolužáků.	86% : 14%	98% : 2%
14. Vážím si sám/sama sebe, mám tendence si věřit.	14% : 86%	35% : 65%
15. Často se porovnávám s ostatními, cítuji závist, strach.	57% : 43%	80% : 20%

Z tabulky je patrné, že největší rozdíl v sebepojetí žáka vystihuje tvrzení č. 12, týkající se odpovědnosti za vlastní chování a postoje. V rodinách, kde rodiče měli velké množství požadavků a nároků na dítě, má smysl pro odpovědnost 43% žáků. V rodinách s přiměřenými požadavky a nároky, které dítě přijímá s respektem, má smysl pro odpovědnost 93% žáků. Velký rozdíl v sebepojetí žáka je patrný i z odpovědí na tvrzení č. 2 a 3. Nejisté vystupování u sebe spatřují žáci s autokratickými prvky výchovy v 71%. Vysoké cíle si kladou pouze ve 14%. Při uplatňování prvků demokratického přístupu k požadavkům a nárokům na dítě, se žáci cítí nejistí jen v 35%. V těchto rodinách si dítě klade vyšší cíle a usiluje o dobrý výkon v 46%.

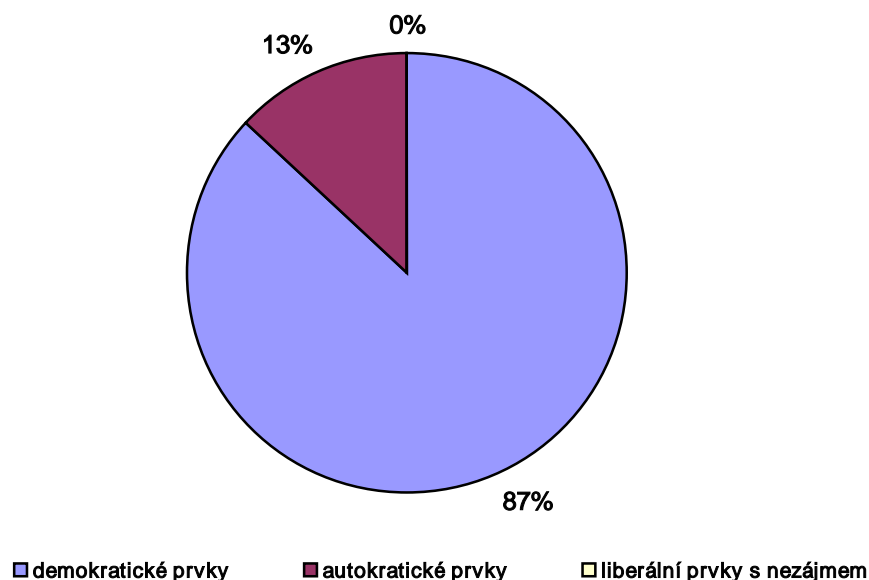
2. Kontrola plnění požadavků rodičů

V dotazníku jsem uvedla tato tři tvrzení:

- a) Rodiče přísně a důsledně kontrolovali, zda plním jejich požadavky a nároky, často se hněvali, používali přísné tresty, někdy mi až vyhrožovali.

- b) Rodiče mě nemuseli kontrolovat vůbec nebo jen občas, jejich požadavky jsem plnil/a dobrovolně, důvěřovali mi, mohli se na mě spolehnout.
- c) Rodiče mě nekontrolovali vůbec nebo velmi nedůsledně, spíše jsem cítil/a nezáměr a lhostejnost.

Z celkového počtu 78 žáků označilo křížkem jedno z těchto tvrzení 63 žáků. 8 žáků, tj. 13%, volilo variantu a), 55 žáků, tj. 87%, označilo variantu b) a variantu c) si nevybral ani jeden žák. Z výsledků je patrné, že v oblasti kontroly plnění požadavků rodičů převládá výchova s demokratickými prvky. Ve 13% se vyskytla výchova s prvky autokratickými. Liberální výchova s prvky nezáměru se v této oblasti nevyskytla (graf č. 2).



Graf č. 2: Kontrola plnění požadavků rodičů – výchova v rodině

U těchto respondentů jsem dále vyhodnotila dotazník týkající se jejich sebepojetí. Procentuálně jsem v tabulce vyjádřila podíl žáků, kteří u daného tvrzení vykazovali znaky optimálního sebepojetí, ku žákům, kteří tyto znaky nevykazovali vzhledem k typu výchovy v rodině (tab. 5).

Tabulka č. 5: Kontrola plnění požadavků rodičů – sebepojetí žáka

Tvrzení	Podíl žáků, kteří u daného tvrzení vykazovali znaky optimálního sebepojetí ku žákům, kteří tyto znaky nevykazovali vzhledem k typu výchovy:	
	Autokratické	demokratické
1. Myslím, že mám řadu dobrých vlastností.	75% : 25%	87% : 23%
2. Mé vystupování je nejisté.	25% : 75%	64% : 36%
3. Kladu si vysoké cíle, usiluji o dobrý výkon.	0% : 100%	49% : 51%
4. Myslím si, že mě mají lidé rádi.	63% : 37%	67% : 33%
5. Považuji se za schopného a způsobilého člověka, který dokáže lásku přijímat i dávat, který je jedinečný a kterého lidé uznávají.	50% : 50%	67% : 33%
6. Myslím si, že dokážu udělat mnohé věci dokonce lépe než ostatní.	50% : 50%	38% : 62%
7. Mám se rád/a, celkově jsem se sebou spokojen/a.	38% : 62%	55% : 45%
8. Bojím se nových zkušeností a možností, mívám pocit ohrožení.	62% : 38%	80% : 20%
9. Uvědomuji si svůj úspěch, mám z něho radost.	63% : 37%	67% : 33%
10. Dokážu sdělit svůj názor, myšlenku, respektuji práva druhých, umím naslouchat.	75% : 25%	87% : 13%
11. Věřím ve vlastní schopnost vyrovnat se s problémy, jsem optimista.	50% : 50%	67% : 33%
12. Mám smysl pro odpovědnost, přijímám odpovědnost za vlastní chování a postoje.	38% : 62%	87% : 13%
13. Nedokážu si poradit s problémem, stydím se za svoji neschopnost, izoluji se od spolužáků.	100% : 0%	98% : 2%
14. Vážím si sám/sama sebe, mám tendence si věřit.	0% : 100%	42% : 58%
15. Často se porovnávám s ostatními, pociťuji závist, strach.	37% : 63%	80% : 20%

Z tabulky je patrné, že největší rozdíl v sebepojetí žáka vystihují tvrzení č. 2, 3 a 12, týkající se nejistého vystupování, kladení si vysokých cílů a usilování o dobrý výkon a odpovědnosti za vlastní chování a postoje. V rodinách, kde rodiče přísně a důsledně kontrolovali plnění požadavků a nároků, používali přísné tresty, často se hněvali a někdy i vyhrožovali, má smysl pro odpovědnost 38% žáků a žádný z takto vychovávaných žáků si neklade vysoké cíle a neusiluje o dobrý výkon. 75% těchto žáků hodnotí své vystupování jako

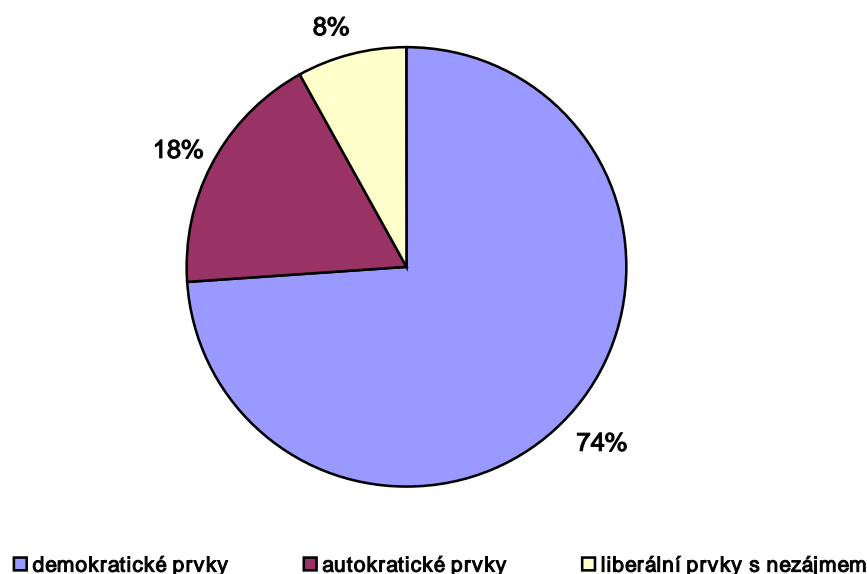
nejisté. V rodinách s přiměřenými požadavky a nároky, které dítě přijímá s respektem, má smysl pro odpovědnost 87% žáků a vysoké cíle si klade 49% žáků. Pouze 36% těchto žáků hodnotí své vystupování jako nejisté. Velký rozdíl v sebepojetí žáka je patrný i z odpovědí na tvrzení č. 14 a 15. Tvrzení „Vážím si sám/sama sebe, mám tendence si věřit.“ neoznačil ani jeden žák s autokratickými prvky výchovy. V 63% se tito žáci často porovnávají s ostatními, cítí závist a strach. Při uplatňování prvků demokratického přístupu ke kontrole plnění požadavků a nároků, si žáci váží sami sebe a věří si ve 42% a porovnávají se s ostatními, cítí závist a strach pouze ve 20%.

3. Společné činnosti – práce, hry, učení, zábava

V dotazníku jsem uvedla tato tři tvrzení:

- a) Společně s rodiči jsem pracoval/a minimálně a nerad/a, často jsme se při práci pohádali, atmosféra byla konfliktní. Často zdůrazňovali mé nedostatky.
- b) Společně s rodiči jsem pracoval/a velmi často a rád/a, často jsme se při práci smáli, vládla dobrá nálada a pohoda. Často zdůrazňovali mé přednosti.
- c) Společně jsme pracovali jen velmi zřídka. Málokdy se se mnou rodiče učili nebo si se mnou hráli.

Z celkového počtu 78 žáků označilo křížkem jedno z těchto tvrzení 61 žáků. 11 žáků, tj. 18%, volilo variantu a), 45 žáků, tj. 74%, označilo variantu b) a variantu c) si vybralo 5 žáků, tj. 8%. Z výsledků je patrné, že v oblasti společné činnosti opět převládá výchova s demokratickými prvky. V 18% se vyskytla výchova s prvky autokratickými. Liberální výchova, kdy rodiče s dítětem pracovali jen velmi zřídka, se vyskytla v 8% (graf č. 3).



Graf č. 3: Společné činnosti – výchova v rodině

U těchto respondentů jsem dále vyhodnotila dotazník týkající se jejich sebepojetí. Procentuálně jsem v tabulce vyjádřila podíl žáků, kteří u daného tvrzení vykazovali znaky optimálního sebepojetí, ku žákům, kteří tyto znaky nevykazovali vzhledem k typu výchovy v rodině (tab.6).

Tabulka č. 6: Společné činnosti – práce, hry, učení, zábava

Tvrzení	Podíl žáků, kteří u daného tvrzení vykazovali znaky optimálního sebepojetí ku žákům, kteří tyto znaky nevykazovali vzhledem k typu výchovy:		
	autokratické	demokratické	liberální
1. Myslím, že mám řadu dobrých vlastností.	60% : 40%	91% : 9%	73% : 27%
2. Mé vystupování je nejisté.	40% : 60%	64% : 36%	55% : 45%
3. Kladu si vysoké cíle, usiluji o dobrý výkon.	40% : 60%	53% : 47%	45% : 55%
4. Myslím si, že mě mají lidé rádi.	40% : 60%	78% : 22%	45% : 55%
5. Považuji se za schopného a způsobilého člověka, který dokáže lásku přijímat i dávat, který je jedinečný a kterého lidé uznávají.	20% : 80%	78% : 22%	55% : 45%
6. Myslím si, že dokážu udělat mnohé věci dokonce lépe než ostatní.	0% : 100%	40% : 60%	55% : 45%
7. Mám se rád/a, celkově jsem se sebou spokojen/a.	60% : 40%	53% : 47%	9% : 91%
8. Bojím se nových zkušeností a možností, mívám pocit ohrožení.	80% : 20%	76% : 24%	73% : 27%

9. Uvědomuji si svůj úspěch, mám z něho radost.	40% : 60%	73% : 27%	64% : 36%
10. Dokážu sdělit svůj názor, myšlenku, respektuji práva druhých, umím naslouchat.	60% : 40%	96% : 4%	73% : 27%
11. Věřím ve vlastní schopnost vyrovnat se s problémy, jsem optimista.	40% : 60%	69% : 31%	55% : 45%
12. Mám smysl pro odpovědnost, přijímám odpovědnost za vlastní chování a postoje.	40% : 60%	84% : 16%	82% : 18%
13. Nedokážu si poradit s problémem, stydím se za svoji neschopnost, izoluji se od spolužáků.	80% : 20%	98% : 2%	100% : 0%
14. Vážím si sám/sama sebe, mám tendence si věřit.	20% : 80%	42% : 58%	27% : 73%
15. Často se porovnávám s ostatními, pociťuji závist, strach.	100% : 0%	71% : 29%	73% : 27%

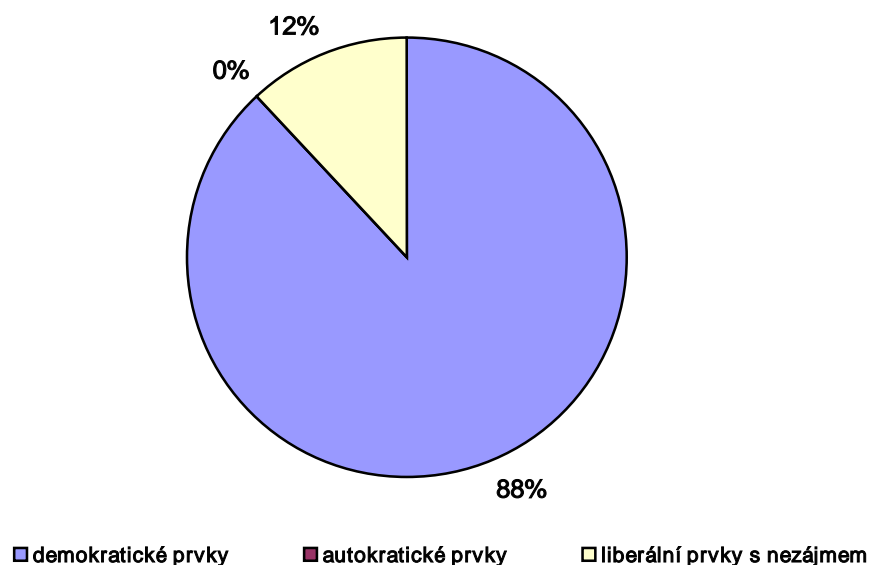
Z tabulky je patrné, že velký rozdíl v sebepojetí žáka, představuje tvrzení č. 4. Zatímco 78% žáků, se kterými rodiče často pracovali v dobré náladě a pohodě, si o sobě myslí, že je druzí lidé mají rádi, jen 40% žáků si myslí totéž, pokud rodiče s nimi pracovali minimálně a neradi v konfliktní atmosféře. Podobný počet žáků (45%) si myslí totéž, pokud s nimi rodiče pracovali jen velmi zřídka. S tvrzením č. 5 (tj. definice sebedůvěry, *Berneová, Savary, 1998, s. 11*) se ztotožňuje 78% žáků s prvky demokratického přístupu ke společným činnostem, ale jen 20% žáků s autokratickými prvky. Velký rozdíl v sebepojetí žáka lze sledovat i u tvrzení č. 6. Nikdo (0%) ze žáků, u kterých rodiče používali autokratické prvky výchovy při provádění společné činnosti (rodiče často zdůrazňovali nedostatky dítěte) si o sobě nemyslí, že dokáže udělat některé věci dokonce lépe než ostatní. A pouze 40% takto vychovávaných žáků si uvědomuje svůj úspěch a má z něho radost. Jen 9% žáků se ztotožnilo s tvrzením č. 7 (Mám se rád/a, celkově jsem se sebou spokojen/a.) v případě, kdy rodiče s dítětem pracovali jen velmi zřídka. Velký rozdíl v sebepojetí žáka je patrný i z tvrzení č. 10 a 12, se kterými se ztotožňuje 96% a 84% žáků s demokratickými prvky ve výchově, ale jen 60% a 40% žáků s prvky autokratickými. Žáci spíše s liberálním přístupem dokážou sdělit svůj názor v 73% a mají pocit pro odpovědnost v 82%.

4. Komunikace s rodiči

V dotazníku jsem uvedla tato tři tvrzení:

- Rodičům jsem se vyhýbal/a, pokud možno s nimi nekomunikoval/a, neměl/a k nim důvěru, někdy se mi posmívali, ironizovali mé problémy. Komunikace byla neupřímná, spíš se jednalo o monolog jednoho z rodičů.
- S rodiči jsem hovořil/a o všem, s důvěrou jsem se na ně mohl/a obrátit s jakýmkoli problémem. Ochotně mi naslouchali. Mohl/a jsem s nimi vést dialog, polemizovat.
- S rodiči jsem si nepovídál/a, nebyl dostatek času, vždy bylo něco „důležitějšího“.

Z celkového počtu 78 žáků označilo křížkem jedno z těchto tvrzení 66 žáků. 58 žáků, tj. 88%, označilo variantu b) a variantu c) si vybralo 8 žáků, tj. 12%. Z výsledků je patrné, že v oblasti komunikace s rodiči opět převládá výchova s demokratickými prvky. Liberální výchova, kdy rodiče s dítětem nekomunikovali příliš často pro nedostatek času, se vyskytla v 12%. Výchova s autokratickými prvky v oblasti komunikace s rodiči se u zkoumaného vzorku žáků nevyskytla (graf č. 4).



Graf č. 4: Komunikace s rodiči – výchova v rodině

U těchto respondentů jsem dále vyhodnotila dotazník týkající se jejich sebepojetí. Procentuálně jsem v tabulce vyjádřila podíl žáků, kteří u daného tvrzení vykazovali znaky optimálního sebepojetí, ku žákům, kteří tyto znaky nevykazovali vzhledem k typu výchovy v rodině (tab. 7).

Tabulka č. 7: Komunikace s rodiči

Tvrzení	Podíl žáků, kteří u daného tvrzení vykazovali znaky optimálního sebepojetí ku žákům, kteří tyto znaky nevykazovali vzhledem k typu výchovy:	
	demokratické	liberální
1. Myslím, že mám řadu dobrých vlastností.	86% : 14%	75% : 25%
2. Mé vystupování je nejisté.	66% : 34%	37% : 63%
3. Kladu si vysoké cíle, usiluji o dobrý výkon.	45% : 55%	38% : 62%
4. Myslím si, že mě mají lidé rádi.	76% : 24%	13% : 87%
5. Považuji se za schopného a způsobilého člověka, který dokáže lásku přijímat i dávat, který je jedinečný a kterého lidé uznávají.	72% : 28%	63% : 37%
6. Myslím si, že dokážu udělat mnohé věci dokonce lépe než ostatní.	36% : 64%	25% : 75%
7. Mám se rád/a, celkově jsem se sebou spokojen/a.	53% : 47%	13% : 87%
8. Bojím se nových zkušeností a možností, mívám pocit ohrožení.	74% : 26%	75% : 25%
9. Uvědomuji si svůj úspěch, mám z něho radost.	66% : 34%	38% : 62%
10. Dokážu sdělit svůj názor, myšlenku, respektuji práva druhých, umím naslouchat.	93% : 7%	88% : 12%
11. Věřím ve vlastní schopnost vyrovnat se s problémy, jsem optimista.	64% : 36%	25% : 75%
12. Mám smysl pro odpovědnost, přijímám odpovědnost za vlastní chování a postoje.	81% : 19%	88% : 12%
13. Nedokážu si poradit s problémem, stydím se za svoji neschopnost, izoluji se od spolužáků.	98% : 2%	87% : 13%
14. Vážím si sám/sama sebe, mám tendence si věřit.	43% : 57%	13% : 87%
15. Často se porovnávám s ostatními, pocit'uji závist, strach.	71% : 29%	50% : 50%

Z tabulky je patrné, že největší rozdíl v sebepojetí žáka vystihují tvrzení č. 2, 4, 7, 9, 11 a 14. V rodinách, kde rodiče neměli dostatek času pro komunikaci se svými dětmi nebo upřednostňovali jiné činnosti, hodnotili žáci své sebepojetí takto: 63% žáků se cítí ve svém vystupování nejistí (u výchovy s dem. prvky 34%), pouze 13% žáků si myslí, že je mají lidé rádi a ve 13% jsou se sebou spokojeni a mají rádi sami sebe (u výchovy s dem. prvky 76% a 53%), 38% žáků si uvědomuje svůj úspěch a má z něho radost (u výchovy s dem. prvky 66%),

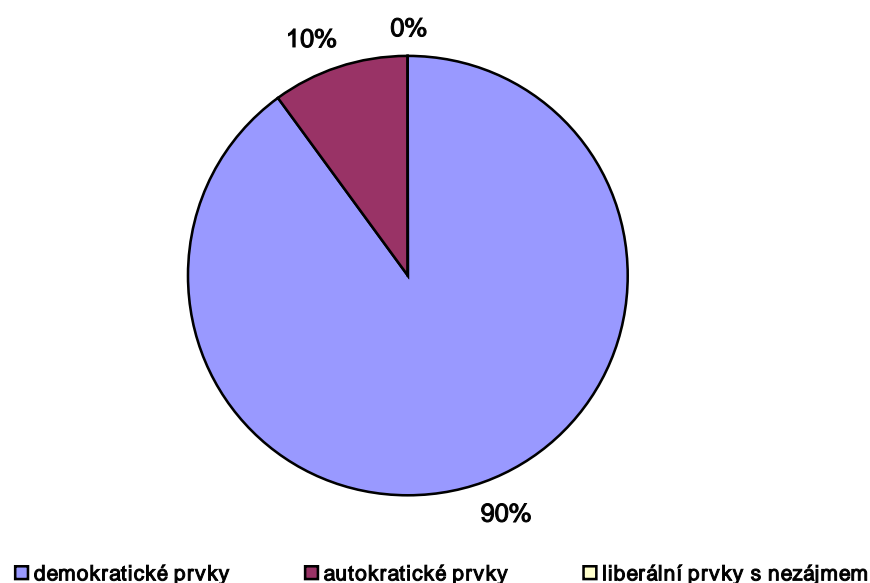
pouze 25% věří ve vlastní síly vyrovnat se s problémem a jsou optimisté (výchova s dem. prvky 64%) a 13% žáků si váží samo sebe a má tendenci si věřit (výchova s dem. prvky 43%).

5. Vztahy mezi rodiči a dítětem

V dotazníku jsem uvedla tato tři tvrzení:

- a) Rodiče často rozhodovali za mě, spoustu věcí mi vyčítali, zdůrazňovali mé chyby a nedostatky. Často jsem doma pocíťoval/a nedůvěru, nepřátelství, strach a obavy.
- b) Rodiče mě často chválili, mé snahy ocenili, byli vstřícní, přátelští, laskaví. Měli jsme k sobě vzájemné porozumění, důvěru.
- c) Rodiče mi moc nepomáhali, mé snahy často přehlíželi, nezajímali/a jsem je, byl/a jsem jim lhostejný/á.

Z celkového počtu 78 žáků označilo křížkem jedno z těchto tvrzení 61 žáků. 6 žáků, tj. 10%, označilo variantu a), 55 žáků, tj. 90%, označilo variantu b) a variantu c) si nevybrali žádní žáci. Z výsledků je patrné, že v oblasti vztahů s rodiči opět převládá výchova s demokratickými prvky – 90%, kdy rodiče často chválili a ocenili své dítě, byli přátelští a laskaví. Výchova s autokratickými prvky v oblasti vztahů mezi rodiči a dítětem se u zkoumaného vzorku žáků vyskytla v 10%. Liberální výchova, kdy rodiče dítěti nepomáhali, často přehlíželi jeho snahy a nezajímali se o něj, se u zkoumaného vzorku žáků nevyskytla (graf č. 5).



Graf č. 5: Vztahy mezi rodiči a dítětem – výchova v rodině

U těchto respondentů jsem dále vyhodnotila dotazník týkající se jejich sebepojetí. Procentuálně jsem v tabulce vyjádřila podíl žáků, kteří u daného tvrzení vykazovali znaky optimálního sebepojetí ku žákům, kteří tyto znaky nevykazovali vzhledem k typu výchovy v rodině (tab. 8).

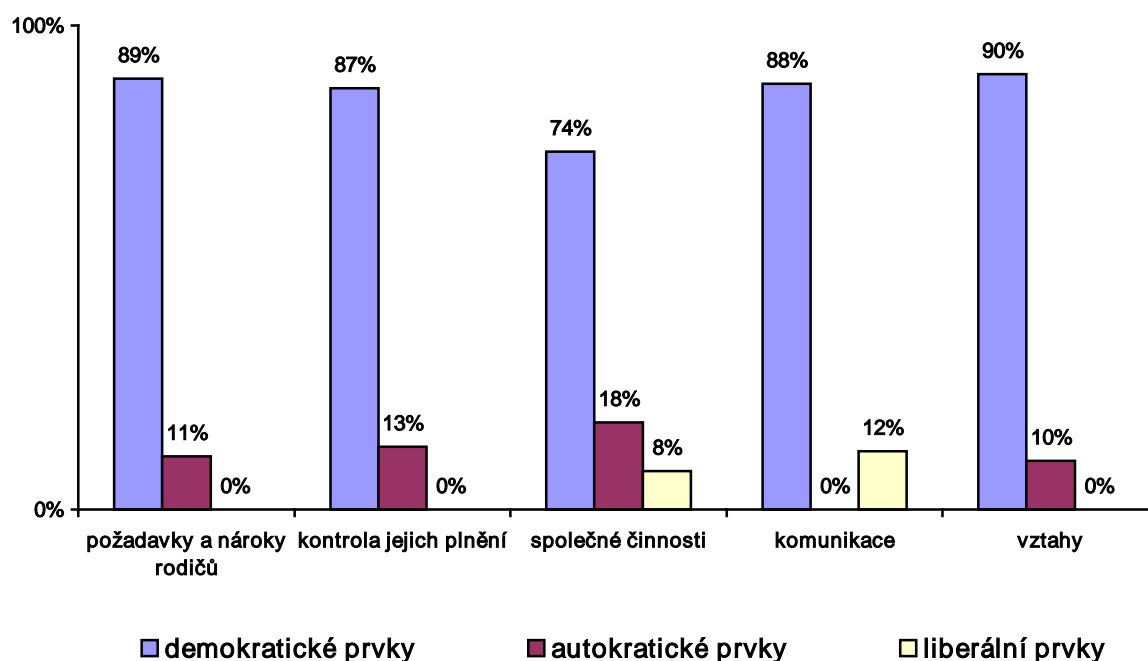
Tabulka č. 8: Vztahy mezi rodiči a dítětem

Tvrzení	Podíl žáků, kteří u daného tvrzení vykazovali znaky optimálního sebepojetí ku žákům, kteří tyto znaky nevykazovali vzhledem k typu výchovy:	
	autokratické	demokratické
1. Myslím, že mám řadu dobrých vlastností.	67% : 33%	82% : 18%
2. Mé vystupování je nejisté.	50% : 50%	65% : 35%
3. Kladu si vysoké cíle, usiluji o dobrý výkon.	33% : 67%	49% : 51%
4. Myslím si, že mě mají lidé rádi.	50% : 50%	75% : 25%
5. Považuji se za schopného a způsobilého člověka, který dokáže lásku přijímat i dávat, který je jedinečný a kterého lidé uznávají.	50% : 50%	71% : 29%
6. Myslím si, že dokážu udělat mnohé věci dokonce lépe než ostatní.	33% : 67%	40% : 60%
7. Mám se rád/a, celkově jsem se sebou spokojen/a.	17% : 83%	49% : 51%
8. Bojím se nových zkušeností a možností, mívám pocit ohrožení.	67% : 33%	75% : 25%
9. Uvědomuji si svůj úspěch, mám z něho radost.	33% : 67%	67% : 33%
10. Dokážu sdělit svůj názor, myšlenku, respektuji práva druhých, umím naslouchat.	67% : 33%	95% : 5%
11. Věřím ve vlastní schopnost vyrovnat se s problémy, jsem optimista.	33% : 67%	69% : 31%
12. Mám smysl pro odpovědnost, přijímám odpovědnost za vlastní chování a postoje.	67% : 33%	91% : 9%
13. Nedokážu si poradit s problémem, stydím se za svoji neschopnost, izoluji se od spolužáků.	83% : 17%	98% : 2%
14. Vážím si sám/sama sebe, mám tendence si věřit.	0% : 100%	42% : 58%
15. Často se porovnávám s ostatními, pocit'uji závist, strach.	67% : 33%	73% : 27%

Z tabulky je patrné, že největší rozdíl v sebepojetí žáka vystihuje tvrzení č. 14 (Vážím si sám/sama sebe, mám tendence si věřit.) V rodinách, kde rodiče často rozhodovali za dítě, spoustu věcí mu vyčítali, zdůrazňovali jeho chyby a nedostatky, se nevyskytl ani jeden žák,

který by se s tímto tvrzením ztotožňoval. V rodinách, kde rodiče dítě často chválili, ocenili jeho snahu a byli vstřícní, přátelští a laskaví, si věří a váží samo sebe 42% žáků. Poměrně velký rozdíl v sebepojetí žáků vystihují také tvrzení 7, 9 a 11. Při použití výchovy s autokratickými prvky pouze 17% žáků se ztotožňuje s tvrzením „Mám se rád/a, celkově jsem se sebou spokojen/a.“ (49% žáků s výchovou s dem. prvky). 33% žáků s touto výchovou si uvědomuje svůj úspěch a má z něho radost (67% u výchovy s dem. prvky) a věří ve vlastní schopnosti vyrovnat se s problémy a jsou optimisté (69% u výchovy s dem. prvky). Při srovnání s demokratickým přístupem mají tito žáci i menší smysl pro odpovědnost (67% - tvrzení č. 12), menší schopnost sdělit svůj názor a respektovat názory druhých (67% - tvrzení č. 10) a pouze polovina z nich si o sobě myslí, že je mají lidé rádi (tvrzení č. 4).

Zajímavé je souhrnné grafické vyhodnocení prvního typu dotazníku, kdy ve všech zkoumaných oblastech převládá u respondentů způsob výchovy s demokratickými prvky (graf č. 6).



Graf č. 6: Způsob výchovy v jednotlivých oblastech

4.3. Závěrečné vyhodnocení

Z provedeného dotazníkového šetření vyplývá několik zásadních faktů:

- 85% respondentů tvořily dívky
- 76% respondentů pocházelo z úplné rodiny
- 55% respondentů mělo jednoho sourozence
- respondenti nejčastěji označovali tvrzení, která popisovala demokratický přístup a vztah rodičů k dítěti (graf č. 6)

V závěrečném vyhodnocení poukazují na prokázanou souvislost mezi způsobem výchovy dítěte v rodině a formováním jeho sebepojetí. V jednotlivých oblastech výchovného působení vyzdvihují nejdůležitější poznatky týkající se postoje dítěte k sobě samému, ke kterým jsem dospěla. Svoji pozornost zaměřuji na autokratické a liberální výchovné působení, která v porovnání s demokratickým výchovným působením formují sebepojetí dítěte takto:

1. Autokratické výchovné působení na dítě v oblasti požadavků a nároků rodičů:

- zvětšuje nejistotu v jeho vystupování
- snižuje tendenci klást si vysoké cíle a usilovat o dobrý výkon
- částečně blokuje rozvoj smyslu pro odpovědnost a rozvoj odpovědnosti za vlastní chování a postoje

2. Autokratické výchovné působení na dítě v oblasti kontroly plnění požadavků rodičů:

- zcela blokuje tendenci klást si vysoké cíle a usilovat o dobrý výkon
- zvětšuje nejistotu v jeho vystupování
- částečně blokuje rozvoj smyslu pro odpovědnost a rozvoj odpovědnosti za vlastní chování a postoje
- zamezuje vzniku úcty k sobě samému, tendence si věřit
- zvyšuje tendenci porovnávat se s ostatními, pocit závidění a strachu

3. a) Autokratické výchovné působení na dítě v oblasti společné činnosti – práce, hry, učení a zábavy:

- snižuje důvěru k ostatním lidem

- snižuje sebedůvěru
- zcela zamezuje rozvoji sebevědomí (dítě si myslí, že nedokáže dělat věci lépe než ostatní)
- snižuje schopnost uvědomit si svůj úspěch a radovat se z něho
- snižuje schopnost sdělit svůj názor, myšlenku, respektovat práva druhých, umět naslouchat
- částečně blokuje rozvoj smyslu pro odpovědnost a rozvoj odpovědnosti za vlastní chování a postoje

b) Liberální výchovné působení s prvky nezájmu v oblasti společné činnosti – práce, hry, učení a zábavy:

- snižuje důvěru k ostatním lidem
- částečně blokuje rozvoj sebelásky a sebeúcty, spokojenosti se sebou samým

4. Liberální výchovné působení s prvky nezájmu v oblasti komunikace s rodiči:

- zvětšuje nejistotu v jeho vystupování
- snižuje důvěru k ostatním lidem
- částečně blokuje rozvoj sebelásky a sebeúcty, spokojenosti se sebou samým
- snižuje schopnost věřit sám sobě, být optimistou

5. Autokratické výchovné působení na dítě v oblasti vztahů mezi rodičem a dítětem:

- snižuje důvěru k ostatním lidem
- částečně blokuje rozvoj sebelásky a sebeúcty, spokojenosti se sebou samým
- snižuje schopnost uvědomit si svůj úspěch a radovat se z něho
- snižuje schopnost věřit sám sobě, být optimistou
- zamezuje vzniku úcty k sobě samému, tendence si věřit

Autokratické výchovné působení v oblasti komunikace a liberální výchovné působení v oblasti požadavků a nároků rodičů, kontroly jejich plnění a v oblasti vztahů mezi rodičem a dítětem nemohu vzhledem k formování sebepojetí dítěte posoudit, jelikož nikdo z daného vzorku respondentů tento způsob výchovy neoznačil.

5. Závěr

Ve své bakalářské práci jsem chtěla zjistit, zda určitý způsob výchovy ovlivní formování sebepojetí dítěte. Zajímalo mě, jak se bude lišit postoj k sobě samému u dítěte, které vyrůstá v rodině s demokratickým přístupem rodičů, od dítěte, které vyrůstá v rodině s autokratickým přístupem či s liberálním přístupem s prvky nezájmu. Pokusila jsem se zjistit, které složky sebepojetí budou tímto přístupem nejvíce ovlivněny.

V teoretické části jsem se zabývala charakteristikou sebepojetí dítěte z pohledu různých autorů. Nastínila jsem jeho vznik a formování a s ním související formování sebedůvěry dítěte. Dále jsem se zabývala popisem prostředí v rodině, vznikem a kvalitou rodičovských rolí a spojenectvím mezi jejími členy, způsoby výchovy a určitými jejími znaky, které přispívají k formování sebepojetí dítěte.

V praktické části jsem použila metodu kvantitativního dotazníkového šetření. Zaměřila jsem se na zpracování a vyhodnocení dvou typů dotazníků, které jsem distribuovala na SZŠ a VOZŠ v Plzni. První dotazník se týkal výchovy v rodině. Tvrzení v dotazníku jsem volila tak, aby vystihly jak emoční vazbu rodičů k dítěti, tak stupeň jejich výchovného řízení. Vzájemné působení těchto aspektů jsem zohlednila při formulování tří typů tvrzení, která vystihla tři způsoby výchovy v pěti oblastech jejího působení. Zabývala jsem se výchovou s prvky autokratickými, kde převládá silné až střední výchovné řízení a záporný emoční vztah rodičů k dítěti, výchovou s demokratickými prvky, kde se uplatňuje střední až slabé výchovné řízení a kladný emoční vztah a výchovou liberální s prvky nezájmu, charakterizované slabým výchovným řízením a záporným emočním vztahem. Pro výzkum způsobu výchovy v rodině, jsem zvolila pět oblastí, ve kterých mohou rodiče podle mého názoru nejvíce ovlivnit formování sebepojetí svého dítěte. Patří sem požadavky a nároky rodičů, kontrola jejich plnění, společné činnosti, komunikace a vzájemné vztahy mezi rodiči a dítětem. V druhém dotazníku jsem použila patnáct tvrzení, kterými jsem se snažila vystihnout různé složky sebepojetí dítěte. Zabývala jsem se např. sebedůvěrou dítěte, jeho sebeúctou, sebeláskou, jistotou v jeho vystupování, smyslem pro odpovědnost, kladením si vysokých cílů a úsilím o dobrý výkon, důvěrou k ostatním lidem, sebevědomím apod. Dále jsem se snažila najít souvislosti mezi výsledky těchto šetření. Cílem výzkumu bylo porovnat určité znaky sebepojetí jedince s určitými znaky způsobu výchovy v rodině.

Výsledky výzkumu prokázaly souvislost mezi způsobem výchovy v rodině a formováním sebepojetí dítěte. Rodiče, kteří prosazovali ve výchově autokratické prvky, měli na dítě nepřiměřeně velké požadavky a nároky a jejich plnění přísně kontrolovali, mohli u svého dítěte snížit až zcela zablokovat tendenci klást si vysoké cíle a usilovat o dobrý výkon. Jelikož život dítěte je takto rodiči přísně a přesně organizován a vymezen, zamezuje se u nich rozvoji smyslu pro odpovědnost za vlastní chování a postoje. Dítě se cítí více nejisté ve svém vystupování, přestává si věřit a při používání přísných trestů a výhrůžek se více porovnává s ostatními, prohlubuje se u něho pocit závidění a strachu a přestává si vážit samo sebe. Pokud se autokratické prvky výchovy objevily i v oblasti společné činnosti rodičů a dítěte, kdy docházelo ke konfliktům a rodiče často zdůrazňovali nedostatky dítěte, zcela tímto zamezili rozvoji jeho sebevědomí. Dítě si začíná myslet, že nedokáže udělat věci lépe než ostatní, přestává si uvědomovat svůj úspěch a mít z něho radost. U dítěte se snižuje sebedůvěra i důvěra k ostatním lidem. Přestává být schopno sdělit svůj názor, myšlenku, respektovat práva druhých a umět naslouchat. V případě, kdy rodiče často rozhodovali za dítě, zdůrazňovali jeho chyby a nedostatky a dítě často pociťovalo nedůvěru, nepřátelství, strach a obavy, je zcela zamezeno rozvoji jeho sebeúcty a tendence věřit sobě samému. Dále se u dítěte vyskytuje snížená schopnost uvědomit si svůj úspěch a umět se z něho radovat, být se sebou spokojené. Dítě přestává důvěřovat i ostatním lidem.

V oblasti společné činnosti a komunikace rodičů a dítěte jsem mohla posoudit také vliv liberálního výchovného působení na sebepojetí dítěte. V těchto rodinách neměli rodiče o dítě příliš zájem, na společné činnosti a komunikaci nezbývalo mnoho času. Rozvoj sebeúcty, sebelásky a spokojenosti se sebou samým byl u dítěte tímto přístupem částečně blokován. Snižuje se i důvěra k ostatním lidem. Pokud rodiče nebyli ochotni naslouchat dítěti a vést s ním dialog, prohlubuje se nejistota v jeho vystupování, schopnost věřit sám sobě a být optimistou.

Vychovat dítě se zdravým sebepojetím není zcela jednoduché. Je však zřejmé, že demokratický způsob výchovy, tomu může značně pomoci. Pokud se rodiče naučí komunikovat se svým dítětem s úctou, respektem, zájmem a láskou, společně si vytvoří pravidla, která zaručí správné fungování rodiny, podpoří u svého dítěte rozvoj jeho jedinečnosti, síly a úcty k sobě samému.

6. Resumé

Bakalářská práce se zabývá problematikou formování sebepojetí dítěte v závislosti na typu rodinné výchovy. V teoretické části jsem se zabývala studiem literatury, která se vztahuje k sebepojetí dítěte, prostředí v rodině a vztahům mezi jejími členy, způsobu výchovy a určitým jejím znakům, které přispívají k formování sebepojetí dítěte. V praktické části jsem vyhodnocovala dotazníkové šetření. Zpracovala jsem dva typy dotazníků, týkající se výchovy v rodině a sebepojetí jedince. Cílem práce bylo zjistit, jaké souvislosti se objevují mezi typem rodinné výchovy a sebepojetím dítěte a porovnat určité znaky sebepojetí s určitými znaky výchovy v oblasti požadavků a nároků rodičů, kontroly jejich plnění, společné činnosti, komunikace a vztahů mezi rodiči a dítětem.

Výsledky výzkumu prokázaly souvislost mezi způsobem výchovy v rodině a formováním sebepojetí dítěte. Z šetření vyplývá, že výchovné působení s autokratickými prvky má negativní vliv na formování těchto složek sebepojetí dítěte: sebedůvěra, sebeúcta, sebevědomí, důvěra k ostatním lidem, pocit jistoty, smysl pro odpovědnost, schopnost klást si vysoké cíle a usilovat o dobrý výkon, spokojenost sám se sebou a sebeláska.

Abstract

My bachelor thesis deals with the problem of the child's self-esteem development depending on the type of the family upbringing of the child. The first theoretical part is focussed on the description of the term self-esteem and its development during childhood. Various climate in the family, relationships between its members, various types of the family upbringing of the child and certain signs that contribute to the development of the child's self-esteem are presented there. The second part is research involving the analysis of the results of two types of questionnaires that were assigned to students from SZŠ and VOŠZ in Pilsen. The aim of my bachelor thesis was to find out certain connections between the type of the family upbringing of the child and the child's self-esteem. It is concentrated on the comparison of the certain signs of the child's self-esteem with the certain signs of the family upbringing in the area of parents' demands and wishes, the type of control that is used to fulfill these demands and wishes, parent-children activities, communication and relationships between parents and the child.

The research proved the connections between the type of the family upbringing of the child and the child's self-esteem development. The autocratic upbringing of the child has a negative influence on these parts of the child's self-esteem: self-confidence, self-assurance, self-respect, faith in other people, the feeling of assurance, the sense of responsibility, the ability to set high targets and to try to achieve good results, self-satisfaction and self-love.

7. Použitá literatura

BERNEOVÁ, P. H., SAVARY, L. M.: *Jak nevychovat dítě s pocitem méněcennosti*. Vyd. 1. Praha: Portál, 1998. 132 s. ISBN 80-7178-192-4

BLATNÝ, M., PLHÁKOVÁ, A.: *Temperament, inteligence, sebepojetí*. Brno: Psychologický ústav Akademie věd ČR, 2003. ISBN 80-86620-05-0.

ČÁP, J.: *Rozvíjení osobnosti a způsob výchovy*. Vyd. 1. Praha: ISV, 1996. 303 s. ISBN 80-85866-15-3

HELUS, Z.: *Dítě v osobnostním pojetí*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2004. 228 s. ISBN 80-7178-888-0

KOPŘIVA, P., NOVÁČKOVÁ, J., NEVOLOVÁ, D., KOPŘIVOVÁ, T.: *Respektovat a být respektován*. Vyd. 1. Kroměříž: Spirála, 2008. 286 s. ISBN 978-80-904030-0-0

MATOUŠEK, O.: *Rodina jako instituce a vztahová síť*. Vyd. 3. Praha: SLON, 2003. 144 s. ISBN 80-86429-19-9

NAKONEČNÝ, M.: *Psychologie osobnosti*. Praha: Academia, 1995. 336 s. ISBN 80-200-0525-0

PELIKÁN, J.: *Výchova pro život*. Vyd. 2. Praha: ISV, 2004. 123 s. ISBN 80-86642-31-3

PELIKÁN, J.: *Hledání těžiště výchovy*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2011. 175 s. ISBN 978-80-246-1265-2

PREKOPOVÁ, J., SCHWEIZEROVÁ, CH.: *Děti jsou hosté, kteří hledají cestu*. Vyd. 5. Praha: Portál, 2008. 151 s. ISBN 978-80-7367-495-3

SATIROVÁ, V.: *Kniha o rodině*. Vyd. 1. Praha: Práh, 1994. 357 s. ISBN 80-901325-0-2

SMÉKAL, V.: *Pozvání do psychologie osobnosti*. Brno: Barrister & Principal, 2002. ISBN 80-85947-80-3.

VÁGNEROVÁ, M.: *Vývojová psychologie: Dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál, 2000.

ISBN 80-7178-308-0.

VÁGNEROVÁ, M.: *Psychologie školního dítěte*. Praha: Univerzita Karlova, 1997. ISBN 80-7184-487-X.

8. Internetové zdroje

www.ped.muni.cz/capv11/2sekce/2_CAPV_Holecek,Jirincova.pdf

<http://cmps.ecn.cz/pd/2004/texty/pdf/gillernova.pdf>

9. Přílohy

Příloha č. 1 Řešení problému pomocí brainstormingu

Příloha č. 2 Dotazník č. 1 – Výchova v rodině

Příloha č. 3 Dotazník č. 2 – Sebepojetí

Příloha 1

Řešení problému pomocí brainstormingu – „burzy nápadů“

Úvod: Nastíníme problém a zeptáme se dítěte, kde a kdy bychom si s ním o tom mohli pohovořit (ted', nebo se dohodneme na konkrétním čase). Komunikační dovednosti, které můžeme použít: popis, výzva ke spoluúčasti, možnost volby.

První dva kroky celého postupu ještě nejsou řešením problému, ale důležitou psychologickou přípravou obou stran. Dáváme najevo, že se snažíme pochopit druhou stranu a totéž očekáváme od ní.

1. **Krok:** Popíšeme situaci z hlediska dítěte, hovoříme o tom, co asi cítí a potřebuje (pojmenování pocitů), jaké jsou asi důvody jeho chování. Necháme dítěti dost času, aby o svých pocitech hovořilo, dáváme najevo porozumění. Základními komunikačními dovednostmi pro tuto fázi jsou empatická reakce a popis.
2. **Krok:** Hovoříme o svém pohledu na situaci, o svých pocitech a potřebách. Mluvíme jednoduše a upřímně. Tato část má být krátká. Komunikační dovednosti: informace, já-výroky, sdělení očekávání.

Třetí až pátý krok představuje vlastní řešení problému.

3. **Krok:** Navrhne, že společně vymyslíme řešení vyhovující oběma stranám. Použijeme metodu brainstormingu. Postup spočívá v tom, že dítě i dospělý vymýšlejí nejrůznější (i velmi nepravděpodobné) způsoby řešení. První návrh má říct dítě. Dodržujeme dvě zásady: Všechny návrhy se zapisují. Žádný z nich se v této fázi nehodnotí jako dobrý nebo špatný, nekomentuje se, ani nesmí být v této fázi zavržen.
4. **Krok:** Když už další nápady nepřicházejí, probereme výhody a nevýhody každého návrhu. Návrhy, které jsou pro jednu či druhou stranu nepřijatelné, se vyškrtnou. Pokud by byl některý návrh přijatelný za určitých podmínek, můžeme si vyjasnit za jakých, a přijmeme ho.
5. **Krok:** Přijatelné návrhy jsou základem pro dohodu o řešení problému. Společně s dítětem upřesníme podrobnosti, jak zajistit dodržování dohody, případně jaké přirozené důsledky by přineslo její nedodržování.

Je důležité, aby dospělí nepoužívali tento postup jako prostředek k prosazování své vůle. Pokud má být tato metoda úspěšná, nikdo ze zúčastněných by neměl mít pocit vítěze nebo poraženého. (Kopřiva, s. 236 – 237, 2008)

Příloha 2

Dotazník 1

Výchova v rodině

Pohlaví: muž/žena

Věk:.....

Počet sourozenců:.....

Rodina: úplná/neúplná

Instrukce:

Následující tvrzení popisují vztahy mezi rodiči a dětmi v procesu výchovy. **Nejvýstižnější tvrzení, která charakterizují Vaše rodinné vztahy v době Vašeho dětství, označte vlevo křížkem.**

Označ křížkem	Výchova v rodině
	1. Vzhledem k mé osobě, rodiče měli velké množství požadavků a nároků, které jsem musel/a plnit, bez ohledu na svá přání či potřeby.
	2. Rodiče mě nemuseli kontrolovat vůbec nebo jen občas, jejich požadavky jsem plnil/a dobrovolně, důvěřovali mi, mohli se na mě spolehnout.
	3. Společně jsme pracovali jen velmi zřídka. Málokdy se se mnou rodiče učili nebo si se mnou hráli.
	4. S rodiči jsem hovořil/a o všem, s důvěrou jsem se na ně mohl/a obrátit s jakýmkoli problémem. Ochotně mi naslouchali. Mohl/a jsem s nimi vést dialog, polemizovat.
	5. Rodiče často rozhodovali za mě, spoustu věcí mi vyčítali, zdůrazňovali mé chyby a nedostatky. Často jsem doma pociťoval/a nedůvěru, nepřátelství, strach a obavy.
	6. Vzhledem k mé osobě, měli rodiče přiměřené množství požadavků a

	nároků. Já je akceptoval/a a přijímal/a s respektem.
	7. Rodičům jsem se vyhýbal/a, pokud možno s nimi nekomunikoval/a, neměl/a k nim důvěru, někdy se mi posmívali, ironizovali mé problémy. Komunikace byla neupřímná, spíš se jednalo o monolog jednoho z rodičů.
	8. Společně s rodiči jsem pracoval/a velmi často a rád/a, často jsme se při práci smáli, vládla dobrá nálada a pohoda. Často zdůrazňovali mé přednosti.
	9. Vzhledem k mé osobě, neměli rodiče požadavky a nároky téměř žádné, cítil/a jsem z jejich strany spíše nezájem a lhostejnost.
	10. Rodiče přísně a důsledně kontrolovali, zda plním jejich požadavky a nároky, často se hněvali, používali přísné tresty, někdy mi až vyhrožovali.
	11. Rodiče mi moc nepomáhali, mé snahy často přehlíželi, nezajímal/a jsem je, byl/a jsem jim lhostejný/á.
	12. Rodiče mě nekontrolovali vůbec nebo velmi nedůsledně, spíše jsem cítil/a nezájem a lhostejnost.
	13. Společně s rodiči jsem pracoval/a minimálně a nerad/a, často jsme se při práci pohádali, atmosféra byla konfliktní. Často zdůrazňovali mé nedostatky.
	14. S rodiči jsem si nepovídal/a, nebyl dostatek času, vždy bylo něco „důležitějšího“.
	15. Rodiče mě často chválili, mé snahy ocenili, byli vstřícní, přátelští, laskaví. Měli jsme k sobě vzájemné porozumění, důvěru.

Příloha 3

Dotazník 2

Mé sebepojetí

Instrukce:

Tato tvrzení se týkají Vašeho sebepojetí. Označte ta, se kterými se ztotožňujete, která Vás nejvíce vystihují. **Vhodná tvrzení označte vlevo křížkem.**

Označ křížkem	Mé sebepojetí
	1. Myslím, že mám řadu dobrých vlastností.
	2. Mé vystupování je nejisté
	3. Kladu si vysoké cíle, usiluji o dobrý výkon
	4. Myslím si, že mě mají lidé rádi.
	5. Považuji se za schopného a způsobilého člověka, který dokáže lásku přijímat i dávat, který je jedinečný a kterého lidé uznávají.
	6. Myslím si, že dokážu udělat mnohé věci dokonce lépe než ostatní.
	7. Mám se rád/a, celkově jsem se sebou spokojen/a.
	8. Bojím se nových zkušeností a možností, mívám pocit ohrožení
	9. Uvědomuji si svůj úspěch, mám z něho radost
	10. Dokážu sdělit svůj názor, myšlenku, respektuji práva druhých, umím naslouchat
	11. Věřím ve vlastní schopnost vyrovnat se s problémy, jsem optimista
	12. Mám smysl pro odpovědnost, přijímám odpovědnost za vlastní chování a postoje
	13. Nedokážu si poradit s problémem, stydím se za svoji neschopnost, izoluji se od spolužáků
	14. Vážím si sám/sama sebe, mám tendence si věřit
	15. Často se porovnávám s ostatními, pociťuji závist, strach