

Každý člověk potřebuje uznání od druhých

Sebeúcta, dobrý pocit z vlastní existence, nám pomáhá překonat životní těžkosti. Tento základní kámen životního růstu ale často zviklávají různá negativní hodnocení. S psychology Tatjanou a Pavlem Kopřivovými jsme si povídali o tom, jak se k dětem chovat s respektem a přitom je vychovávat.

Když jsem přemýšlela o tom, jak se my dospělí stavíme k dětem, uvědomila jsem si, že se setkávám se dvěma přístupy – přístup milující, který ovšem promíjí prakticky všechno, a pak přístup, který bere děti jako „něco nehotového“, co musíme „přizpůsobit k obrazu svému“. Kým by podle vás mělo dítě v našich očích být?

TK: Vyvíjející se osobnosti, která má stejnou hodnotu jako dospělý člověk. Její doprovázení a ochrana do doby, než bude schopna se o sebe postarat sama, nám dává příležitost k intenzivnímu učení a práci na sobě.

Ve své práci se často zmiňujete o respektu. Můžete vysvětlit, co jim myslíte?

PK: Respektem rozumíme úctu, ohled na lidskou důstojnost – jak druhých lidí, tak svou vlastní. Respektující přístup k dětem znamená chovat se k nim co do způsobů výchovy a komunikace jako k dospělým lidem, kterých si vážíme. Nebo jinak řečeno, nedělat jim nic, co sami nemáme rádi. Jestliže sám nemám rád, když mi někdo něco vyčítá nebo se chová arogantně, neměl bych se tak chovat ani k dětem. Slovo respekt, respektovat vzniklo z latinského *specto* – dívám se, pozoruji. Respektovat někoho znamená být především dobrým pozorovatelem –

neřešit věci jen ze svého hlediska, ale umět se podívat na situaci také očima druhého.

Skutečně mohu respektovat malé dítě? I když ještě „nemá rozum“ a já opravdu mnoha věcem rozumím lépe než ono?

TK: Malé dítě se učí používat a ovládat své tělo, emoce i rozum a sbírá zkušenosti. My v tom máme nějaké to desetiletí náskok, ale zkušenost je, jak známo, těžko přenosná. Chovat se k malému dítěti respektujícím způsobem znamená mít pochopení pro to, že se mnoha věcem teprve učí, a vytvořit pro ně fyzicky i sociálně bezpečné prostředí, v němž může své zkušenosti dělat. Klíčový je vztah důvěry – aby dítě bylo ochotno se o své zkušenosti podělit a dospělý mohl uplatnit svůj vliv. Vlivem ovšem nemíním příkazy a zákazy, ale vhodný vlastní příklad, podporu a poskytování informací, které dítěti umožní porozumět světu – například ukázat, jak něco funguje, jaké následky může mít určité jednání, jak jinak by se něco dalo udělat.

Pokud na tento názor přistoupím a budu respektovat dětskou osobnost, neutrpí tak moje vážnost, autorita?

PK: To závisí na tom, co pod pojmem autorita rozumíme – zda právě uplatnění vlivu, nebo uplatnění moci. Být autoritou ve smyslu „mít vliv“ znamená, že si mě někdo váží, být autoritou ve smyslu „uplatnit moc“ znamená, že se mě někdo bojí. Jsou lidé, kteří budují svoji autoritu na tom, že se jich druzí obávají. To ale znamená žít se stálým pocitem ohrožení, protože taková autorita je ve skutečnosti velmi křehká. Respektující chování vede k tomu, že se nás druzí lidé nemusí obávat, současně ale vytváří prostor, kde si můžeme jeden druhého vážit. To platí jak pro vztahy mezi dospělými, tak pro vztahy dospělých a dětí.

A mohu dětem potom něco vytknout, usměrnit je?

TK: Usměrnit určitě. Vytkám se ale snažím vyhýbat. Stačí věcně popsat nebo ukázat, co není v pořádku, dát informaci, kterou dítě neví, ukázat, jak se zachovat správně, nebo dát na výběr. Malému dítěti, které ubližuje sourozenci, můžeme třeba říct: „Dost! Žádné kopání! Bude lepší, když si teď budete hrát každý sám.“ A když je to třeba, můžeme je vzít za ruku a odvést.

PK: Chovat se k druhým s respektem znamená všechno jim dovolit nebo nechat si všechno líbit. Když je to třeba, můžeme – a máme – vyjádřit nesouhlas a dát najevo, co je v dané situaci žádoucí. I to však lze udělat s ohledem na důstojnost dětí, bez odsuzování, vyčitek nebo výhrůžek. Respektující způsoby výchovy a komunikace nijak neohrožují naši vážnost, naopak jí pomáhají budovat. Není ale tak snadné ovládnout je v plně šíři a vědět, kdy jaký způsob použít.

Jak se respektující přístup ve výchově „snáší“ s výchovou ke slušnému chování, s kultivací mezilidských vztahů?

PK: Velmi dobře. Z předchozího snad vysvitá, že respektující komunikací dáváme dítěti zažít, jak vypadá ohleduplné jednání s druhými. Dospělí si někdy neuvědomují, jaký příklad dávají dětem vlastním chováním. Jestliže budu dítěti vyhrožovat, že když si neudělá úkoly, nebude se dívat na televizi, mohu si namlouvat, že ho vedu k zodpovědnosti za plnění úkolů. Ve skutečnosti ho ale učím ustupovat výhrůžkám a vyhrožovat dalším lidem. Podobně vyčítáním učím druhé vyčítat nebo manipulováním manipulovat. A platí to samozřejmě i naopak – respektováním učím respektovat.

Když dítě něco „provede“, jak je mám potrestat? Nebo mohu takové situaci nějak předejít?

TK: Předcházet lze vhodnou úpravou podmínek, nabídkou přiměřených činností, dostatkem informací a tréninkem v předvídavosti. Děti nás však vždy znovu překvapí nějakým „přestupkem“. Místo trestů úplně stačí přivést je k porozumění, co se stalo nedobře a proč, a společně, to znamená s aktivní účastí dítěte, přijít na to, jak dát věci do pořádku (například zkusit opravit rozbitou věc, alespoň symbolicky odškodnit poškozenou osobu, omluvit se), a pomoci mu to realizovat. V našich kurzech o výchově a komunikaci to jednou větou říkáme tak, že namísto trestů mohou na dítě přiměřeně dopadnout přirozené důsledky jeho nesprávného chování. U malých dětí musíme jejich dopad většinou ještě mírnit. Když dítě potrestáme nebo zahanbíme, vyvoláme v něm silné negativní emoce, které velmi ztíží pochopení toho, co chceme, aby si uvědomilo. Spíše než na nápravu pak děti energii svých negativních emocí zaměří vůči tomu, kdo je potrestal.

V takových situacích jsme ovšem v emocích i my sami...

TK: To je další věc – strach o dítě, netrpělivost, zlost, že nám přidělavá práci nebo něco neudělal tak, jak jsme to chtěli my. Někdy i obavy ze ztráty autority, když nás, kteří „to víme líp a myslíme to s ním dobře“, nechce poslouchat. Negativní emoce nás pučí dítě potrestat, což je ale aktem zneužití moci, kterou rodič nad dítětem má, aby ho chránil, vedl a pomáhal mu pochopit svět. Naučit se zvládat vlastní emoce a vyjadřovat je způsobem, který nedeptá důstojnost druhých, to je právě kus té na začátku zmíněné práce na sobě. Jednou z komunikačních

Měli bychom se naučit vyjadřovat emoce způsobem, který nedeptá důstojnost druhých.

