

Respektovat a být respektován

Jak vychovat své dítě, aby z něj vyrostl zodpovědný a slušný člověk? Takovou otázku si jistě položí nejednou každý rodič. Dokud ten malý človíček neleží v postýlce před námi, připadá nám, že by to vlastně neměl být takový problém. Zvládly to už miliony lidí... Jakmile ale dítě trochu povyroste, nejednou člověka napadne, že by se nějaká rada přece jen hodila.

VE: O kurzech, kam si pro takové rady již mnoho let přichází desítky rodičů jsem si povídala s PhDr. Janou Nováčkovou a s PhDr. Dobromilou Nevolovou, členkami Společnosti pro mozkově kompatibilní vzdělávání.

První podmínkou efektivního vzdělávání a výchovy musí být pocit bezpečí u těch, kteří se učí, hned druhou podmínkou je smysluplnost – obsahu výuky a požadavků kladených na děti. I když učitelé nebo rodiče tyto podmínky akceptují, potřebují ještě metody, postupy, dovednosti – zkrátka nástroje, jak je prakticky naplňovat v běžných každodenních situacích ve škole i v rodině, nejen při učení, ale ve vztazích vůbec. To je náplň našich kurzů – propojení principů s nástroji.

VE: Kurzy se jmenují "Respektovat a být respektován". O tom, že by děti měly mít k rodičům úctu a měly by je respektovat, se hodně mluví, ale vy říkáte, že by tato úcta a respekt měly být vzájemné, tedy, že by i rodiče měli mít úctu a respekt ke svým dětem. To jistě může vzbudit obavy. Mají tedy rodiče přestat děti vychovávat a klást na ně požadavky?

Jsme přesvědčeni, že děti se nemohou naučit respektu vůči druhým, pokud se samy nesetkávají s respektem vůči vlastní osobě. U dětí, které zažívají převážně autoritativní chování dospělých vůči sobě, je velké riziko, že tento model nerovnocenných vztahů budou přenášet na mezilidské vztahy vůbec – budou se tak chovat k vrstevníkům, budou se tak chovat v dospělosti: kdo je větší, mocnější, ten poroučí, kdo je menší, slabší, ten poslouchá a plní, co mu řeknou, byť by to nebylo správné. A bude se jim to zdát naprosto v pořádku. Na kurzech si vyjasňujeme pojmy – co je to respekt, co autorita, co mocenský přístup, co poslušnost, co zodpovědnost.

Partnerský vztah ve výchově samozřejmě neznamená, že si děti budou dělat, co chtějí. Je zodpovědností dospělých, naučit děti, že některé věci se musejí dělat a jiné zase nesmějí, co je správné a co ne, a také celé řadě nejrůznějších dovedností, týkajících se například sebeobsluhy, hygieny, slušného chování k druhým či plnění nejrůznějších úkolů ve škole atd.

Jde však o to, jakým způsobem je to učíme. Za slovy a za tónem hlasu, kterými klademe na dítě požadavky, se skrývá vždy nějaké poselství, které - byť neuvědoměle - rozeznává už malé dítě. Buď cítí respektující vztah, vnímá, že dospělý je pokládá za milou, hodnotnou osobu, která je schopna leccos zvládnout, i třeba napravovat své chyby, nebo vnímá, že je dospělý pokládá za někoho neschopného, nezodpovědného, nepříjemného, koho je třeba stále dirigovat a ovládat.

Podle toho, jaký obraz si o sobě dítě z této komunikace odnese, se bude chovat v nepřítomnosti svých rodičů či učitelů.

Dospělí většinou vůbec nemají v úmyslu vyvolávat takové nepříjemné pocity a představy nekompetentnosti. Na našich kurzech jsou často rodiče i učitelé upřímně zděšeni, co mohla jejich slova způsobit.

VE: Část kurzu se jmenuje tresty a odměny. Snažíte se vysvětlit rodičům, že tresty a odměny nejsou nezbytnou částí výchovy. V čem vidíte jejich riziko? A čím je podle vás možné tresty a

odměny nahradit?

Pokud hovoříme o tom, že bychom děti neměli trestat, neznamená to, že bychom neměli reagovat na jejich nesprávné chování. Tresty mají hodně rizik. Jsou nástrojem moci, takže opět upevňují v dětech pohled na lidské vztahy, kde ten, kdo je silnější, může ubližovat slabšímu (momentálně ve jménu odplaty za nesprávné chování).

Dalším rizikem je, že se dítě nenaučí, že některé věci je potřeba dělat, protože to má nějaký smysl, je to potřebné, případně, že je to tak správně – naopak se učí, že správně se chovat má význam, jen když hrozí trest nebo když kyne odměna. Jsme zastánci přístupu, kdy dospělý nehledá řešení sám, ale vždy přizvává dítě k spoluúčasti – „Co s tím uděláme? Co navrhuješ? Jak to napraviš?“

Alternativou trestů jsou přirozené důsledky a náprava. U trestů často náprava chybí. Trest je vlastně výměnný obchod: já něco udělám, oni mne potrestají a jsme si kvit. Pokud snesu trest, můžu si dělat co chci!

O odměnách platí mnohé z toho, co o trestech. Odměny se nabízejí vždy z pozice silnějšího, upevňují tedy mocenský model vztahů. Jsou to vlastně úplatky za správné chování. Když za cokoliv nabízíme odměnu, jako bychom tím říkali, že ta činnost (správné chování) nemá sama o sobě pro dítě valný význam, takže my mocní dospělí ho musíme uplácat, aby dělalo, co my chceme.

Vlastně odměnami okrádáme děti o radost a uspokojení z činnosti samotné. Odměny by ve výchově vůbec neměly být. Něco jiného je například dárek jako výraz dobrých vztahů. Zato si máme všimnout všeho, co dítě dělá správně, a jen mu prostě říct, že to, co teď udělalo, je fajn, správně, v pořádku.

VE: Ve výchově je často zdůrazňována poslušnost. Děti, které poslouchají bez odmluv své rodiče a nediskutují s nimi, vnímáme jako dobře vychované. Jaký je váš pohled?

Kam může vést poslušnost, se na našich kurzech vyjasní vždy docela rychle, když účastníkům položíme otázku, zda by si přáli, aby jejich dítě bylo v dospělosti poslušnou osobou. Okamžitě si uvědomí, jaká z poslušnosti plynou rizika: manipulovatelnost kýmkoli, neuspokojivé partnerské vztahy (v extrému až oběti domácího násilí), závislost na autoritách, neschopnost projevit své názory, potřeby, přání, neschopnost říci ne, zneužitelnost v nejrůznějších oblastech.

Je třeba si však vyjasnit, co pojmem poslušnost rozumíme: poslouchat znamená podřídít se tomu, co chce druhá osoba, která je v silnější pozici, bez ohledu na správnost. Naproti tomu řídit se zákony, normami slušného chování, dohodami (včetně např. pracovní náplně, kde bývá dáno, kdo má jaké kompetence a povinnosti) – takové chování nazýváme zodpovědností.

Poslušností se někdy nesprávně označuje prostě jen dobré chování dítěte. Rozdíl mezi poslušností a zodpovědností je v důvodu, v motivu toho dobrého chování – zda se tak člověk chová ze strachu před hněvem či trestem (případně v očekávání pochvaly a odměny), nebo se tak chová, protože tu "správnost" přijalo za své. Za dobře vychované pokládáme ty děti, které se chovají dobře, i když u toho není žádný dospělý.

VE: Pokud bude dítě vedeno respektujícím způsobem, jaký by z něj mohl vyrůst člověk? Máte už nějaké zkušenosti s dětmi, které byly takto vychovávány? Jsou v něčem jiné?

Knihu Respektovat a být respektován (2005) jsme napsali až asi po deseti letech kurzů, kterými prošly tisíce učitelů i rodičů. Jejich zkušenosti, jejich příběhy dokládají, že tento přístup funguje, zlepšuje vztahy a velmi přispívá k tomu, co by si každý rodič tolik přál – aby jeho dítě bylo samostatným, zodpovědným a slušným člověkem.

Víme, že to jsou děti velice otevřené. Jsou méně závislé na sociálním tlaku. Třináctiletá dcera naší kolegyně si nejdříve přála sledovat televizní seriál, protože to bylo pro všechny děti ve třídě tématem každodenních rozhovorů. Po týdnu dívka sdělila své matce, že seriál nebude sledovat, se slovy: "Proto, že se na to dívají všichni, nemusím se na to dívat já."

Jsou schopné sdělovat své názory a postoje, vyjádřit svá přání, a to kultivovaným způsobem (pokud rodiče začnou používat efektivní komunikační dovednosti, děti se je od nich učí velmi rychle). Na slova "Ty jsi čuník," reagovalo dokonce dvouleté dítě: "Nejsem čuník, jsem Filip, neříkej mi to."

Ve třídě, kde se paní učitelka snaží redukovat pochvaly, odměny a známky, ale ulétlo jí: "Za to zasloužíš jedničku," chlapec reagoval: "Já nepotřebuji jedničku, já to umím."

Kromě toho jsou také důkazy, že tento přístup se ve škole pozitivně promítá do značného snížení kázeňských problémů a přispívá také k lepším výsledkům v učení. Škola, ve které se již několik let snaží o partnerský přístup k dětem, nám popisovala zpětnou vazbu, kterou dostávají o svých absolventech ze středních škol. Ředitelé středních škol říkají, že se tyto děti velice rychle poznají, protože jakmile se ve třídě nebo ve škole vyskytne nějaký problém, děti z této školy se aktivně snaží s tím něco dělat. Také se daleko víc snaží o komunikaci s dospělými, které jsou zvyklé považovat za partnery.

Respektující styl výchovy umožňuje dětem vytvářet si vysokou sebeúctu, kterou připodobňujeme k imunitnímu systému osobnosti. Kdo si váží sám sebe, nebude dělat věci, kterými by klesl ve vlastních očích.

Společnost pro mozkově kompatibilní vzdělávání vznikla v r. 1995 a klade si za cíl podporovat probíhající transformaci vzdělávání zejména vzděláváním učitelů i osvětou veřejnosti a rodičů. V současnosti pracuje v této společnosti celkem pět lidí, všichni psychologové. Více o společnosti se lze dozvědět na www.zkola.cz/respektovat

Zuzana Švábová | 12.03.07