

Ako vychovávame svoje dieťa **Mgr. Monika Longauerová**

Asi jediná schopnosť, ktorá je pre naše dieťa aj nás najdôležitejšia, správne pripraviť do života naše dieťa, sa nedá naučiť v žiadnej učebnici a neexistuje inštitúcia, ktorá by nám udelila certifikát. Zdanlivo vstupujeme ako rodičia začiatocníci do neznámej krajiny a neostáva nám nič iné, iba improvizovať ako a snažiť sa ako najlepšie vieme.

Málokto si uvedomí, že isté základné a vlastne aj takmer dostačujúce vzdelanie sme dostali v našom detstve, pretože nevedome kopírujeme veľkú časť spôsobu výchovy ako model od našich rodičov, a to aj napriek tomu, že s niektorými ich prístupmi sa nestotožňujeme. Každý milujúci rodič chce dať svojmu dieťaťu to najlepšie a má tú najlepšiu motiváciu, aby dokázal prekonať chyby svojich rodičov. Často stačí len na chvíľu sa vrátiť v spomienkach do detstva a uvedomiť si, čo sme si ako deti pri nejakej krivde niekedy pomysleli: „Keď ja budem mať dieťa, budem k nemu lepší.“

Nasledujúci test by mal pomôcť odhaliť, ako pristupujete k svojmu dieťaťu a ako Vás dieťa vníma. Najprv si urobte test sami a potom môžete tie isté otázky o Vás dať Vášmu dieťaťu. Uvidíte, aký zaujímavé rozdiely nájdete vo videní sveta medzi dospelým a dieťaťom. Môžete to celé poňať ako hru, s humorom a výsledok vnímať ako tipy na zlepšenie, v žiadnom prípade dieťa nekarhajte a jeho odpovede nepokladajte za kritiku, ale za želanie byť Vám bližšie.

1. Trávite so svojím dieťaťom dostatok času ?

A: rozhodne áno

B: ako kedy, podľa toho koľko mám času

C: asi by to mohlo byť aj viac

2. Priniesli ste si prácu domov, termín odovzdania je veľmi blízko a Vaše dieťa kričí z detskej izby, aby ste mu prišli pomôcť s úlohou. Aká odpoveď je v takejto situácii pre Vás typická?

A: „Hneď som pri tebe.“ Prerušíte prácu a zostanete s dieťaťom kým nedokončí všetky úlohy.

B: „Počkaj chvíľu, niečo tu dokončím potom prídem.“

C: „Teraz ma nevyrušuj, mám prácu.“

3. Dieťa je rozšatené, vyvádza nezbednosti, nie je ochotné sa upokojiť ani poslúchnuť. Čo v takej situácii najčastejšie urobíte?

A: Dieťaťu kludne ale zrozumiteľne vysvetlím, že sa správa nevhodne. Snažím sa napríklad odstrániť príčinu problému /napríklad hračku, o ktorú sa deti hádajú, vypnem nevhodný televízny program alebo počítač,.../, odvediem dieťa do druhej izby a zaujmem ho inou činnosťou.

B: Odchádzam do inej miestnosti a snažím sa „narátať do 10“.

C: Dieťaťu veľmi dôrazne dám najavo, že sa mi nepáči jeho správanie, ak treba, aj zvýším hlas.

4. Vaše dieťa v niečom zaostáva za druhými deťmi napr. dostane v škole zlú známku, alebo ešte nedokáže niečo, čo už dokážu iné deti v jeho veku. Ako reagujete:

A: Pochválím dieťa za iné veci, ktoré dokáže a povzbudím ho a podporím, pri snahe zlepšiť sa.

B: Začnem s dieťaťom nacvičovať zručnosť, ktorú nevie, až kým ju nezvládne.

C: Dám dieťaťu najavo svoju nespokojnosť, poukážem na iné deti, ktoré to vedia a vyvodím sankcie /napríklad mu zakážem hru na počítači, až kým sa nezlepší.

5. Ktorý s nasledovných výrokov pokladáte za najsprávnejší:

A: Nech dieťa urobí čokoľvek, rodičia ho nikdy neprestanú podporovať a mať radi.

B: Každý sa musí učiť z vlastných chýb.

C: Rodičia vedia, čo je pre dieťa dobré, preto dieťa musí poslúchať svojich rodičov.

6. Váš partner dieťa za niečo pokarhá a Vy s tým nesúhlasíte. Ako sa zachováte?

A: Partnera zavoláte do druhej izby a bez prítomnosti dieťaťa ho vyzvete, aby trest či pokarhanie zjemnil.

B: Mlčky a bez komentára zdieľate trest s dieťaťom, prípadne mu pomôžete.

C: Priamo pred dieťaťom vyjadríte svoj názor o nesprávnosti partnerovho riešenia a dieťa vyzvete sabotovať ho.

7. Ak máte cez víkend viac času, alebo ste na dovolenke, ako sa rozhodnete ho tráviť?

A: Požiadame deti, aby pre celú rodinu navrhli program /výlet, spoločenské hry,.../.

B: Snažím sa čím skôr urobiť domáce práce, kým dieťa je s partnerom a potom som zase ja s deťmi, kým partner robí niečo iné.

C: Snažíme sa všetci oddychovať, každý podľa svojich predstáv.

8. Vaše dieťa veľmi chce nejakú drahšiu hračku a neustále Vás žiada, aby ste mu ju kúpili. Argumentuje tým, že už ju majú v triede naozaj všetci. Ako odpoviete?

A: Pokúsite sa dieťa presvedčiť k istej trepezlivosti a motivuje ho k lepším výsledkom v škole, k väčšej pomoci v domácnosti, či k šetreniu z vreckového. Prisľúbite, že za odmenu hračku dostane.

B: Hračku dieťaťu okamžite kúpite, aby nemalo v kolektíve rovesníkov komplexy.

C: Vysvetlíte dieťaťu, že nemôže mať všetko, veď ani vy nemáte všetko.

9. Ktorý z nasledovných výrokov je pre Vás typický:

A: Dieťa musí mať pravidelný režim dňa, ale v niektorých prípadoch je potrebné ho flexibilne prispôbiť potrebám dieťaťa.

B: Dieťa si samé dokáže vypýtať, kedy chce jesť, spať, kedy si chce robiť úlohy, hlavné je, aby sa všetko stihlo. Rodičia dieťaťu pomôžu, ak niečo nezvláda, prípadne to urobia za neho.

C: Dieťa sa musí prispôbiť možnostiam a podmienkam dospelých.

10. Ak rodič urobí chybu, niečo sa mu nepodarí, alebo pokazí, ako sa má zachovať?

A: S humorom sa pred dieťaťom priznať a dať dieťaťu možnosť sa poučiť, prípadne rodičovi aj poradiť, ako by riešilo situáciu.

B: Snažiť sa chybu čím skôr napraviť, ale zbytočne nekomentovať.

C: Snažiť sa pred dieťaťom chybu zatajiť, aby rodič nestratil autoritu.

Riešenie: Spočítajte počty odpovedí A,B,C. Otázky 1,2 vypovedajú o Vašich prioritách, 3,4 o vzťahu k dieťaťu, schopnosti prejavovať mu svoje city, 5,6,7 vypovedajú o spôsobe prístupu vašich rodičov k vám a o kvalite vášho partnerského vzťahu a súdržnosti vašej rodiny, 8,9,10 popisujú situácie typické pre váš výchovný prístup: zásadovosť, sebaobetovanie, schopnosť učiť dieťa prioritám aj vaše vlastné sebahodnotenie .

Väčšina odpovedí A: Svedčí o demokratickom či eligatívnom štýle výchovy: prístup rodičov je založený na láskavom prístupe bez zbytočnej prísnosti, výchovné usmerňovanie je založené na prekladaní vhodných vzorov a dieťa má možnosť učiť sa samostatnému rozhodovaniu voľbou medzi alternatívami. Prostredie v rodine dáva pocit istoty, pohody a rodinnej súdržnosti. Dieťa má predpoklady stať sa vyrovnaným človekom, s dostatkom sebavedomia a schopným prijímať aj dávať lásku.

Väčšina odpovedí B: Štýl výchovy je laissez-fair, permissívny či mierne negujúci. Je typický pre rodičov s tendenciou dieťaťu buď dovoliť všetko, alebo ho ignorovať, prípadne prechádzať z jedného extrému do druhého. Dieťaťu je poskytovaná láska, starostlivosť a potrebné zabezpečenie, ale bez jasných pravidiel a očakávania na dieťa bývajú neprímerane nízke. K dieťaťu je prístupované hyperprotektívne – nadmerne ochraňujúco, takže nemá dostatok stimulov na rozvoj a získavanie potrebných sociálnych skúseností. Niekedy je jeden z rodičov neprímerane náročný a požaduje od dieťaťa výkony /najlepšie známky, výsledky v športe, záujmových krúžkoch,../, kým druhý rodič sa pre dieťa a domácnosť obetuje. Často nemajú rodičia dostatok času a nedostatok pozornosti kompenzujú darmi alebo vreckovým. Je veľké riziko, že takto vychovávané dieťa v dospelosti nebude mať dostatok samostatnosti, zodpovednosti, trpezlivosti a pevnej vôle, aby dosiahlo svoje ciele.

Väčšina odpovedí C: Autoritatívny, autokratívny či negujúci štýl výchovy, ktorý svedčí o istej rodičovskej negramotnosti a citovej nepripravenosti niektorých dospelých na zodpovednú a citlivú úlohu pripraviť dieťa do života. Väčšina ľudí, dlhodobo realizujúcich takýto prístup k dieťaťu má vlastné negatívne skúsenosti s chladnou a tvrdou výchovou a nevedome ju realizuje tiež. Takto vychovávané deti sú rizikové z hľadiska závislostí, často sa u nich objavuje problémové správanie ako protest či forma maladaptácie, niektoré bývajú menej komunikatívne, mávajú horšie výsledky v škole.

Podľa najnovších výskumov je dostatok lásky a citovej istoty predpokladom pre zdravý emočný vývin osobnosti a predpoklad pre vytváranie kvalitných partnerských väzieb a rodinnej súdržnosti. Napriek tomu, je možné pri vhodnej terapeutickej intervencii a úprimnej snahe „doučiť sa“ mnohé z toho, čo žiaľ nebolo každému v detstve súdené. Najlepšími učiteľmi sú deti: ak sa s nimi dokážeme vrátiť do detstva, zhodiť „oblek dôležitosti“, nájdeme v sebe to lepšie ja.