

Univerzita Karlova

Filozofická fakulta

Katedra pedagogiky

Bakalářská práce

Adéla Novotná

Význam hranic ve výchově

The importance of boundaries in upbringing

Praha 2025

Vedoucí práce: Mgr. Tereza Komárková, Ph. D

Poděkování:

Ráda bych touto cestou poděkovala Mgr. Tereze Komárkové, Ph.D., za odborné vedení, cenné rady a vstřícný přístup, který mi poskytla při zpracování této bakalářské práce. Velké poděkování patří také respondentům – zejména matkám a jejich dětem – za jejich čas v rámci rozhovorů a pozorování.

V Praze dne 25.4. 2025

Adéla Novotná

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně, že jsem řádně citovala všechny použité prameny a literaturu a že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze dne 25.4.2025

Adéla Novotná

Klíčová slova (česky)

Výchova, rodičovství, limity, potřeby dítěte

Klíčová slova (anglicky):

Upbringing, parenthood, limits, childrens needs

Abstrakt (česky)

Tato bakalářská práce se zaměřuje na význam stanovení hranic ve výchově dětí v mladším školním věku, ve věkovém rozmezí přibližně od 3 do 12 let. Cílem práce je analyzovat efektivní způsoby nastavování hranic mezi rodičem a dítětem, roli odměn a trestů a jejich vnímání ze strany rodičů v každodenní výchově.

Teoretická část čerpá z odborné literatury z oblasti pedagogiky, vývojové psychologie a současných trendů ve výchově. Praktická část vychází z kvalitativního šetření s využitím metod pozorování a polostrukturovaných rozhovorů s rodiči.

Práce přináší stručný přehled o důležitosti hranic jako jednoho z významných prvků při formování dítěte.

Abstract (in English):

This bachelor's thesis focuses on the importance of setting boundaries in the upbringing of children in early school age, approximately between the ages of 3 and 12. The aim of the thesis is to analyze effective approaches to establishing boundaries between parents and children, the role of rewards and punishments, and how these are perceived by parents in everyday parenting.

The theoretical part draws from academic literature in the fields of pedagogy, developmental psychology, and current educational trends. The practical part is based on qualitative research using observation and semi-structured interviews with parents.

The thesis provides a concise overview of the significance of boundaries as a key element in shaping a child's behavior and development.

OBSAH

1	ÚVOD	1
	TEORETICKÁ ČÁST.....	2
2	VÝCHOVA.....	2
2.1	CÍLE VÝCHOVY.....	3
2.2	VÝCHOVNÉ STYLY.....	5
2.2.1	<i>Podle Kurta Lewina – tři styly: autokratický, liberální, demokratický</i>	5
2.3	RODINA.....	8
2.3.1	<i>Osobnost rodiče.....</i>	10
2.4	MLADŠÍ ŠKOLNÍ VĚK.....	13
2.5	AKTUÁLNÍ TRENDY VE VÝCHOVĚ	13
2.5.1	<i>Kontaktní rodičovství.....</i>	14
2.5.2	<i>Tygrí výchova.....</i>	15
2.5.3	<i>Bezhraniční děti.....</i>	15
2.6	VÝCHOVA A VZDĚLÁVÁNÍ.....	16
3	HRANICE	18
3.1	DEFINICE HRANIC VE VÝCHOVĚ	18
3.2	DŮLEŽITOST HRANIC VE VÝCHOVĚ A JEJICH NASTAVOVÁNÍ.....	18
3.3	TRESTY A ODMĚNY.....	22
3.3.1	<i>Tresty.....</i>	23
3.3.2	<i>Odměny.....</i>	24
4	TEORETICKÉ VÝZKUMY VE SLEDOVANÉ OBLASTI.....	27
4.1	GRAF OD SPOLEČNOSTI IPSOS GROUP S.A.....	27
4.2	STUDIE OD ELENA WEIDT – PROČ JSOU HRANICE PRO DĚTI DŮLEŽITÉ A JAK JE NASTAVIT?	27
	PRAKTICKÁ ČÁST	30
5	METODOLOGIE	30
5.1	CÍL PRŮZKUMNÉHO ŠETŘENÍ.....	30

5.2	VÝZKUMNÝ PROBLÉM.....	30
5.3	VÝZKUMNÉ OTÁZKY	30
5.4	METODY VÝZKUMNÉ PRÁCE	31
5.4.1	<i>Pozorování.....</i>	<i>31</i>
5.4.2	<i>Rozhovor.....</i>	<i>32</i>
5.5	VÝZKUMNÝ SOUBOR	33
5.5.1	<i>Etické aspekty</i>	<i>33</i>
5.6	VSTUP DO TERÉNU.....	34
5.7	ANALÝZA DAT	35
5.8	VÝSLEDKY A INTEPRETACE VÝSLEDKŮ	36
5.8.1	<i>Případová studie č. 1: Nela</i>	<i>36</i>
5.8.2	<i>Případová studie č. 2: Lukáš</i>	<i>38</i>
5.8.3	<i>Případová studie č. 3: Anna</i>	<i>42</i>
5.9	DISKUSE VÝSLEDKŮ	44
6	ZÁVĚR	47
7	SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY:.....	48
8	SEZNAM PŘÍLOH	51
	PŘÍLOHA 1. - ČESTNÉ PROHLÁŠENÍ.....	I
	PŘÍLOHA 2. – INFORMOVANÝ SOUHLAS	II
	PŘÍLOHA 3. – UKÁZKA ROZHOVORU	III
	PŘÍLOHA 4. – UKÁZKA Z PŘEPISU POZOROVÁNÍ	IV

Předmluva

Téma mé bakalářské práce jsem si zvolila na základě osobního zájmu o výchovu dětí a význam hranic v jejich vývoji. Vzhledem k tomu, že období mladšího školního věku je zásadní pro formování osobnosti dítěte, považuji za důležité zkoumat, jakým způsobem rodiče nastavují hranice a jak tyto hranice ovlivňují rozvoj samostatnosti, odpovědnosti a schopnosti dětí spolupracovat s okolím.

Metodologicky jsem se rozhodla pro kvalitativní přístup, který umožňuje hlubší vhled do rodičovských postojů a praktik. Praktická část práce vychází z rozhovorů s rodiči a pozorování jejich interakce s dětmi. Tato data jsou následně analyzována s cílem identifikovat vzorce ve výchovných stylech a přístupech k nastavování hranic.

Oproti původnímu zadání jsem se rozhodla více zaměřit na konkrétní situace z každodenního života, které ilustrují, jak jsou hranice komunikovány a dodržovány. Stručně jsou popsány jednotlivé kapitoly práce, přičemž teoretická část poskytuje základní rámec pro pochopení významu hranic a výchovných stylů, zatímco praktická část přináší konkrétní zjištění z terénu.

Při výběru literatury jsem kladla důraz na odborné zdroje z oblasti pedagogiky, psychologie a výchovy. Citace v práci jsou uváděny dle citační normy ISO 690.

1 Úvod

Výchova je přirozenou součástí každodenního života každého dítěte a její kvalita do značné míry ovlivňuje vývoj osobnosti, vztah k okolí i schopnost fungovat ve společnosti. Jedním ze základních pilířů výchovy je stanovení hranic, které slouží jako rámeček pro chování dítěte a současně mu poskytují pocit bezpečí a jistoty. Právě hranice pomáhají dítěti pochopit, co je vhodné, jaké chování je přijatelné a jak funguje svět kolem něj.

Zkušenost z praxe i z pozorování okolí ukazuje, že mnozí rodiče mají o hranicích nejednotné představy – jedni preferují přísný režim, druzí nechávají dítěti téměř nekonečnou volnost. Při výběru tématu sehrál roli i fakt, že právě období mladšího školního věku je velmi formativní a z hlediska nastavování hranic mimořádně citlivé. Cílem práce proto bylo blíže prozkoumat význam výchovných hranic, způsoby jejich nastavování i konkrétní podmínky, za kterých fungují.

Motivací k napsání této práce byl osobní zájem, jelikož jsem si již od dětství všímala rozdílů mezi tím, co bylo dovoleno mně a co například mé kamarádce, proto jsem se rozhodla se do této tematiky ponořit o trochu hlouběji.

Bakalářská práce je rozdělena do dvou hlavních částí. Teoretická část se věnuje definici pojmu výchovy, představuje základní výchovné styly, charakterizuje roli rodiny a zejména se zaměřuje na pojem hranice – jejich význam, funkce, metody nastavování a vztah k odměnám a trestům. Opírá se přitom o odbornou literaturu z oblasti pedagogiky, vývojové psychologie a o současné trendy ve výchově. Praktická část práce pak vychází z kvalitativního šetření realizovaného formou rozhovorů s rodiči a pozorování jejich interakce s dětmi. Na základě těchto případových studií jsou porovnávány různé výchovné přístupy a diskutována míra nastavení hranic v konkrétních rodinných kontextech.

Práce je hierarchicky strukturována do jednotlivých číslovaných kapitol a podkapitol. V závěrečné části jsou shrnuta hlavní zjištění a formulovány odpovědi na výzkumné otázky. Celkovým záměrem je přispět k hlubšímu porozumění významu hranic ve výchově a nabídnout inspiraci k jejich uvědomělému a citlivému nastavení.

Teoretická část

2 Výchova

Výchova, nedílná součást lidské historie, má významné místo ve společnosti, neboť utváří lidskou osobnost a přispívá k formování hodnot, které patří k základu morálního a kulturního rozvoje jednotlivce i celého společenství. Každá výchova zahrnuje minimálně dva aktéry – ve většině případech dospělého a dítě, přičemž úkolem dospělého je vést dítě k dosažení stanoveného výchovného cíle a k rozvoji žádaného chování.

Pod pojmem „*výchova*“ si většina z nás představí proces, kdy rodiče formují osobnost a chování svého dítěte. Výchova však není omezena pouze na rodinné prostředí – její významnou roli nalezneme také ve školních organizacích, na dětských táborech či ve výchovných zařízeních. Jedná se tedy o proces, který se prolíná různými oblastmi života dítěte a jehož cílem je nejen rozvoj dovedností a znalostí, ale i formování hodnot a postojů potřebných pro život ve společnosti. Vychovávat nemusí pouze rodič.

Tato práce se bude primárně zabývat výchovou v rodinném prostředí, konkrétně ve vztahu rodič a dítě. Výchova je nepochybně jedním ze zásadních faktorů, které formují jedince v průběhu jeho života. Vedle výchovy hraje významnou roli také genetická výbava a prostředí, ve kterém dítě vyrůstá (Kraus, 2008).

Výchova představuje komplexní proces, jehož definování lze pojmout z různých úhlů pohledu v závislosti na disciplíně, která se jí zabývá. Z obecného hlediska ji můžeme chápat jako soubor především záměrných činností, které směřují k formování osobnosti jedince, rozvoji jeho dovedností, znalostí a hodnot.

Jedná se o systematickou činnost, která má za cíl předávat a dále i rozvíjet nejen hodnoty, ale také i normy a dovednosti potřebné pro společenské fungování. Výchova je nezbytná pro přizpůsobení se jedince ve společnosti a vybavení ho pro život v ní (Průcha, 2015).

Německý psycholog Hans von Hentig říká, že hlavní cílem výchovy je připravit budoucí generace na život takový, jaký skutečně je, avšak bez nutnosti, aby se životu pasivně podrobily. Jde o snahu najít rovnováhu mezi tím, jak se dítě učí fungovat ve společnosti, a tím, jak si rozvíjí vlastní názory a osobnost.

Německý filozof Theodor Wiesengrund-Adorno rozšiřuje tuto myšlenku tvrzením, že by výchova neměla být pouze procesem formování člověka. Podle něj není úlohou výchovy vnucovat jedinci vnější formy nebo jednostranně předávat znalosti. Namísto toho by měla

klást důraz na utváření správného vědomí, které jedinci umožní kriticky nahlížet na svět a orientovat se v něm (Grecmanová, 1998).

Bylo by vhodné zmínit pojetí i známého českého pedagoga Pelikána, který vnímá proces výchovy jako vytváření a ovlivňování podmínek, které umožňují optimální rozvoj jedince v souladu s jeho individuálními dispozicemi. Klade důraz na stimulaci vlastního úsilí jedince stát se autentickou, vnitřně integrovanou a socializovanou osobností. Tento pohled se shoduje s obecnými charakteristikami výchovy jako systematického a promyšleného procesu, který přispívá k utváření osobnosti a rozvoji dovedností potřebných pro život ve společnosti (Pelikán, 1995).

Na rozdíl od některých dříve zmíněných pohledů, například Wiesengrunda-Adorna, Pelikán přikládá větší důraz na konkrétní podmínky a prostředí, které podporují osobnostní růst. Výchovu chápe jako nástroj předávání společenských hodnot a zároveň jako prostředek podpory individuálního rozvoje.

2.1 Cíle výchovy

Již víme, že výchova hraje velmi důležitou roli v každém životě z nás. Usiluje o to, aby se jedinec naučil správně chovat, učit se, komunikovat, přijímat rozhodnutí a řešit problémy.

Nejprve bychom měli zdůraznit, že stanovit univerzální cíle výchovy je velmi obtížné, protože každý rodič má své vlastní přístupy, zkušenosti a hodnoty, které samozřejmě ovlivňují způsob, jakým své dítě vychovává. Každá rodina klade důraz na jiné aspekty výchovy.

Již John Dewey (1932) říkal, že hlavní cíl lze definovat – je to jakási příprava k tomu, aby byl jedinec schopen celoživotního vzdělávání a osobního rozvoje. Zdůrazňuje, že výchova by měla jedince vybavit schopností nabývat nové poznatky po celý život. Obecně bychom mohli říct, že výchova neslouží jen k předávání hodnot, norem a zkušeností, ale i k podpoře neustálého rozvoje dovedností a adaptability, které jsou klíčové pro úspěšně zvládnání životních situacích.

Z definic a pohledů uvedených v kapitole 2 lze odvodit, že jedním z hlavních cílů výchovy je tedy formování lidské osobnosti tak, jako si „*vychovatel*“ přeje. Rodičův cíl je formovat dítě tak, aby u něj potlačil nevhodné chování a podpořil chování vhodné. K tomu používá různé výchovné styly v souvislosti s odměňováním. Nesmíme ale opomenout skutečnost, že každý rodič vychovává dítě jinak a považuje za „*dobré*“ a „*špatné*“ chování něco jiného. To, co jeden rodič vnímá jako vhodné chování, může jiný rodič chápat odlišně. Každý rodič má jinou míru tolerance a nastavuje hranice podle odlišných norem.

Pro mnohé rodiče je cílem výchovy i předávání hodnot, zvyků a norem, které tvoří základ morálního a kulturního rozvoje potomka. Tyto hodnoty a normy opět vychází z prostředí, ve kterém dítě vyrůstá, podotýká Čáp (1990).

Lze to ilustrovat na příkladu rodinných zvyklostí zaměřených na předávání morálních hodnot. Pokud se v rodině klade důraz na respekt, ohleduplnost a odpovědnost vůči ostatním, například prostřednictvím pomoci druhým nebo slušného chování, dítě tyto hodnoty přirozeně přebírá. Rodiče, kteří dbají na důležitost životního prostředí, povedou dítě k recyklaci, šetrnému zacházení se zdroji nebo péči o rostliny, opět to bude pro dítě přirozené a tyto hodnoty přebírá dále.

Otázkou však zůstává, do jaké míry rodiče předávají tyto hodnoty záměrně, zda je to ten onen výchovný cíl a nakolik je dítě přejímá automaticky jako přirozenou součást rodinného prostředí.

Cíle výchovy přesahují rámec rodinného prostředí a zahrnují také vliv školy a širší komunity (Potočárová, 2008).

Nelze tedy přehlížet zásadní roli vzdělávacích systémů, které také formují povahu dítěte. Poskytuje se zde nejen vzdělání, ale je to i prostředí, kde si dítě osvojuje důležité sociální dovednosti – spolupráci, komunikaci, řešení konfliktů, navázání nových vztahů či interakce s autoritou.

Cíle výchovy bychom mohli rozdělit do základních funkcí, které se vzájemně doplňují.

Funkce orientační a anticipační pomáhají pedagogům i rodičům správně se zaměřit na možnosti rozvoje dítěte a předvídat jeho potřeby. Například pokud rodič zpozoruje, že jeho dítě projevuje zájem o přírodu, může jeho potřeby předvídat a nabídnout mu aktivity, jako jsou výlety do přírody, péče o zahradu nebo přihlášení do přírodovědného kroužku.

Motivační a stimulační funkce jsou důležité pro zdolávání cílů a probuzení zájmu u dítěte. Dítě, které se nerado učí matematiku, rodič může namotivovat pomocí stanovení cílů a odměn. Rodič ho může chválit slovně, drobnými odměnami, a tak dítě získá na sebevědomí, protože vidí svůj pokrok a zároveň motivaci a ocenění od rodiče. Tento přístup mu pomáhá překonávat obtíže, aniž by ztratilo úplnou chuť se dále učit.

Realizační funkce zajišťuje, že správně stanovené cíle se mění v konkrétní činy a výsledky, které podporují růst dítěte. Například rodič si stanoví cíl, že jeho dítě bude zodpovědné za udržování pořádku ve svém pokoji. V rámci realizační funkce tento cíl přemění na konkrétní úkoly – dítě bude uklízet hračky, ustele si postel a odnese špinavé prádlo do koše. Rodič před tím dítěti ukáže, jak jednotlivé úkoly správně vykonávat, a postupně od něj očekává

samostatné plnění těchto povinností. Tím se původní cíl – rozvoj zodpovědnosti – stává součástí každodenního života dítěte a přispívá k jeho růstu a schopnosti převzít odpovědnost za své okolí (Kramulová, 2015).

Dostáváme se k poslední funkci, k funkci regulační, ta umožňuje porovnat očekávané výsledky s těmi skutečnými. Například rodič si stanoví cíl, aby dítě každý večer uklidilo svůj pokoj, včetně uložení hraček, ustlání postele a odnesení špinavého prádla. Po několika dnech si rodič všimne, že dítě sice uklízí hračky, ale stále zapomíná na ustlání postele.

Tyto cíle se používají i v rámci vzdělávání (Blížkovský, 1992).

2.2 Výchovné styly

Výchovné styly představují celkový přístup k výchově dítěte, který se projevuje ve vzájemné interakci a komunikaci mezi dospělým a dítětem. Pod pojmem styl bychom si mohli představit jakousi formu či způsob, kterým se rodič projevuje.

Tento styl odráží osobnost, hodnoty a preference dospělého jedince. Tyto styly nemusí být pouze mezi rodičem a dítětem, ale také mezi učitelem a žákem či babičkou a vnukem, lektorem a žákem a tak dále.

Na začátek této podkapitoly by mělo být zmíněno, že oba rodiče by měli volit stejné výchovné přístupy, aby dítě nebylo zmateno, co se od něj vyžaduje. Základem správné výchovy jsou spokojení rodiče, otevřená komunikace a soudržnost (Čáp, 1996).

K výchově bychom měli přistupovat s rozumem, stejně jako se říká o stravě „*všeho s mírou*“, platí toto pravidlo i ve výchově. Což nám napovídá, že extrémní shovívavost i přehnaná kontrola nepředstavují vhodné přístupy.

Výchovné styly lze dělit podle autorů:

2.2.1 Podle Kurta Lewina – tři styly: autokratický, liberální, demokratický

Kurt Lewin, významný psycholog a zakladatel sociální psychologie, je považován za průkopníka ve zkoumání výchovných stylů. Jeho přínos v této oblasti vychází z experimentálních studií, které zkoumaly dopady výchovných přístupů na děti. V roce 1939 Lewin vypracoval model tří základních výchovných stylů, jenž poskytuje strukturu pro pochopení různých metod ve výchově a jejich vlivu na chování dětí. Tento model odhalil výrazné rozdíly v reakcích dětí na přístupy, což vedlo k zásadním poznatkům v pedagogice i v psychologii.

Lewinovo rozdělení na autoritativní, liberální a demokratický styl je dodnes považováno za jedno z nejnvýstižnějších a jeho teorie slouží jako základ pro další výzkumy, proto je zmíněn i v této práci. V jeho výzkumu je zřetelný kontrast mezi tehdejší přístupem k výchově v Německu a v USA. Zatímco v Německu byl kladen důraz na přísnou disciplínu, autoritu a pravidla, často zde byly uplatňovány i fyzické tresty, americká výchova nabízela dětem více svobody a autonomie. Tyto rozdílné kulturní přístupy Lewina inspirovaly k definici tří hlavních výchovných stylů, které se liší mírou autority a svobody poskytované dítěti (Čáp, 1996).

Autokratický

Jinak nazýván jako dominantní či autoritativní výchovný styl. Jak si již pod slovem dominance můžeme představit, jedná se o výchovný styl, kde „*co řekne vychovatel, to platí*“. Chybí zde prostor pro komunikaci – mezi dítětem a rodičem, což je zapříčiněno dominantním postavením rodičů. Často rozkazují, či dokonce i trestají, pokud není jeho chování či výsledky dle jejich představ.

V případě, že se dítě chová správně a dodržuje stanovená pravidla, může být odměněn. Na dítě je mnohdy kladena větší zátěž, než odpovídá jeho věku. Což se negativně odráží na jeho sebevědomí. Autokratické vedení u dítěte často budí vyšší napětí, dokonce i zvýšenou agresivitu, podrážděnost k ostatním jedincům. Do budoucna se jeho zkušenost může odrazit dvěma způsoby – snadno se bude podřizovat autoritám či přímým opakem, bude vzdorovat. Tento druh výchovy vede děti k tomu, aby reagovaly hněvem a touhou po odplatě za prožité ponížení, ať už vůči osobě, která jim ho způsobila, nebo vůči jinému objektu (Čapek, Čapková, 2010).

Lewin ve svém experimentu sledoval dítě, které vykonávalo pracovní aktivitu v závislosti na přítomnosti vedoucího. Pokud byl vedoucí v přítomnosti dítěte, pilně pracovalo. V případě, že vedoucí se od dítěte vzdálil, jedinec nepokračoval v činnosti. Lewin došel k výsledku, že autoritativní vedení u dětí vyvolalo jednu ze dvou reakcí: buď se děti k vedoucímu závisle přimkly, což vedlo k poslušnosti až k úplné ztrátě vlastní iniciativy, někdy až k apatii. Druhá z možností byla, že děti reagovaly zcela agresivně proti vedoucímu, a to buď individuálně, nebo i společně. V případě spojení vedlo jejich chování až k agresivním činům.

V takovém výchovném stylu jsou hranice stanoveny pouze rodiči. Tyto hranice jsou pevně dané a neumožňují prostor pro vyjednávání nebo dialog. Rodiče v tomto modelu mají

dominantní postavení, což znamená, že očekávají, že dítě bude bezpodmínečně dodržovat jejich pravidla a pokyny. Hranice nejsou flexibilní a dítě nemá možnost je měnit nebo ovlivňovat.

Liberální

Liberální výchova, také často nazývaná jako slabá výchova, je opakem výchovy autoritativní.

Rodiče nechávají dítěti až příliš volného prostoru, kladou na ně až příliš nízké požadavky. Často neví, co obnáší splnit zadaný úkol, málokdy se jeho výsledky kontrolují a dítě pak žije v domněnku, že si celý život bude moct dělat to, co ho baví. Velmi často jsou egocentrické, netolerantní až arogantní.

V důsledku příliš permissivní výchovy si dítě může jednoduše vytvořit očekávání, že se mu budou ostatní podřizovat – vycházet mu vstříc. Takový přístup může vést nejen k nerealistickému sebevědomí, ale i k ignoraci autorit v pozdějším věku.

V rámci slabé výchovy si dítě stanovuje hranice samo, přičemž rodiče a okolí se přizpůsobují jeho přáním a potřebám. Pokud dítě narazí na situaci, která mu nevyhovuje, může reagovat negativně, což se často projevuje pláčem, záchvaty vzteku nebo jinými formami nechování. Rodiče v takových případech většinou ustupují, aby dítěti vyhověli a předešli konfliktům (Čáp, 1996).

Demokratický

Demokratický neboli integrační styl je založen na respektující komunikaci. Rodiče dokážou přiznat své chyby a tím dítě učí, že nikdo není dokonalý, a navíc jak se z chyby umět poučit. Požadavky na dítě mají, avšak v přiměřené míře, dokážou přihlížet k věku, schopnosti a dovednosti své ratolesti. Postihy jsou spravedlivé.

V tomto sociálně integračním výchovném stylu jsou hranice nastaveny tak, aby se dítě cítilo respektováno a mělo prostor pro vlastní rozhodování, zároveň mělo jasná pravidla a strukturu. Tento styl výchovy se snaží vyhnout extrémům a drží se v rozumných mezích. Rodiče projevují lásku a podporu, aniž by se snažili dítě k sobě emocionálně připoutat.

Důležitým znakem je, že rodiče předkládají návrhy, umožňují výběr mezi možnostmi, jsou otevření diskusi a mají pochopení pro individualitu dítěte, což přispívá k rozvoji psychosociální osobnosti dítěte (Čáp, 1997).

Tento výchovný styl bychom mohli vidět jako ten optimální, dítě se v něm cítí bezpečně, rodičů se nebojí a vše se dá vykomunikovat.

2.3 Rodina

Vzhledem k tomu, že rodina tvoří základní stavební kámen každého z nás, nemůžeme ji zde vynechat, z tohoto důvodu je jí i v této práci věnována krátká pozornost. Je vhodné doplnit, že v rámci této práce je na rodinu nahlíženo jako na tradiční model tvořený matkou a otcem. Pojem „rodina“ lze chápat z různých úhlů pohledu.

Nejprve se zaměříme na pohled pedagogiky. Zde je rodina vnímána především jako prostředí, které plní zásadní výchovnou a formativní funkci pro dítě. Je chápána jako prostor primární socializace, kde dítě navazuje pevné vazby, zejména s matkou, což je klíčové pro jeho další osobnostní vývoj. Rodina by měla fungovat jako organizovaný celek, jehož hlavním cílem je vytvořit bezpečné a stabilní prostředí, jež podporuje společné sdílení a rozvoj lidského života (Kraus, Poláčková, 2001).

Čáp (1997) s definicí souhlasí a doplňuje, že rodina hraje klíčovou roli tím, že dítěti poskytuje vzory k napodobování a možnost identifikace. Rodina předává základní modely sociální interakce a komunikace. Zároveň dítě se seznamuje se sociálními normami a požadavky, které jsou základem jeho budoucího chování.

Rodina má několik funkcí: biologickou, výchovnou, ekonomickou, ale také funkci uspokojování sociálního styku či porozumění vzájemné pomoci lásky a jistoty.

Sociologické chápání rodiny prošlo v průběhu času zásadními změnami, které odrážejí širší proměny společnosti. Původní přístupy vnímaly rodinu jako stabilní a neměnný celek označovaný jako „*morfostatická instituce*“. Tento pohled zdůrazňoval, že hlavní funkcí rodiny je ochrana jejího vnitřního prostoru před vlivy okolního prostředí. Rodina byla chápána jako základní a nedělitelná jednotka sociálního života, která je neodmyslitelnou součástí struktury společnosti (Možný, 2002).

Tento pohled na rodinu se však postupně ukázal jako nedostačující, protože nereflektoval vliv sociálních, ekonomických a kulturních změn, které rodinu ovlivňují.

Moderní sociologické přístupy již zdůrazňují flexibilitu a adaptabilitu rodiny, zkoumají, jak se rodinné struktury přizpůsobují měnícím se společenským podmínkám a jak v rámci rodiny dochází k přenosu hodnot, pravidel a vzorců chování na další generace. Tento vývoj je důležitý i z hlediska výchovy, neboť právě rodina je místem, kde se dítě poprvé setkává s hranicemi.

Pokud se podíváme na rodinu z právního hlediska, dostaneme se k faktu, že v právním řádu České republiky dosud neexistuje její jednoznačná definice. Rodina je zde nejčastěji chápána především jako instituce založená na manželství, přičemž tento koncept vychází z tradičního pojetí. Právní rámec však nezohledňuje dynamické změny ve struktuře rodin, jako je tomu dnes – existence nesezdaných párů, jednorodičovských rodin nebo rodin s jinou než biologickou vazbou (Kraus, Poláčková, 2001).

Každý jedinec je během svého života ovlivňován celou řadou faktorů, které utvářejí jeho osobnost, hodnoty a chování. Mezi klíčové vlivy patří nejen rodina, o jejímž významu již byla zmínka, ale také širší kontext zahrnující mikroprostředí, mezoprostředí a makroprostředí. Tyto tři dimenze prostředí vzájemně propojují a doplňují vliv rodiny, která se v nich odráží jako společný jmenovatel.

Mikroprostředí dítěte představuje významnou oblast jeho každodenního života a formování osobnosti. Jeho základem je již zmíněná rodina, která dítěti poskytuje nejen emocionální zázemí, ale i vzory chování a základní sociální normy. Vedle rodiny však mikroprostředí zahrnuje také další významné vlivy, jako jsou dětské hry, školní kolektivy, třídy, družina, sportovní aktivity a zájmové kroužky. Tyto skupiny a aktivity přispívají k rozvoji sociálních dovedností dítěte, jeho schopnosti spolupracovat a zároveň nabízejí prostor pro budování identity a sebevědomí.

Z pedagogického hlediska je důležité pochopit dynamiku tohoto prostředí, protože právě v něm se dítě učí základním principům mezilidské komunikace, řešení konfliktů a přijímání odpovědnosti za své chování. Rodina však v této síti zůstává nejvýznamnějším činitelem, jelikož vytváří první a nejstabilnější vztahový rámec pro dítě.

Mezoprostředí lze definovat jako širší sociální a geografický rámec, který ovlivňuje vývoj dítěte a jeho interakce s okolím. Tento koncept zahrnuje prostředí, jako je obec, sídliště či region, ve kterém dítě vyrůstá, a představuje propojení mezi jednotlivými mikroprostředími. Mezoprostředí má zásadní vliv na formování hodnot, norem a sociálních očekávání, kterým je dítě vystaveno. Interakce s okolní komunitou, infrastrukturní zázemí či kvalita služeb dostupných v rámci mezoprostředí mohou významně ovlivnit jak sociální, tak kognitivní vývoj dítěte. Mezoprostředí zároveň odráží sociokulturní a ekonomické podmínky, které se promítají do kvality výchovných podnětů dostupných dítěti mimo bezprostřední rodinný a školní rámec.

Makroprostředí představuje nejširší kontext, v němž jedinec žije, a zahrnuje komplexní soubor faktorů ovlivňujících jeho životní podmínky na úrovni celé společnosti. Tyto faktory

zahrnují podmínky charakteristické pro konkrétní historické období a specifika země, ve které se jedinec nachází. Dále zahrnuje i kulturní normy, hodnoty a tradice, které formují společenské očekávání, stejně jako příležitosti pro vzdělání, dostupnost zdravotní péče a další zdroje nezbytné pro rozvoj.

Tento kontext zároveň zahrnuje ekonomické a politické podmínky, jež mají přímý vliv na kvalitu života jednotlivce. Ekonomická stabilita, politická situace a sociální politika státu se promítají do dostupnosti základních služeb a zdrojů, čímž ovlivňují nejen individuální, ale i rodinný a komunitní život. Makroprostředí tedy tvoří rámec, který nejen definuje možnosti a limity rozvoje jedince, ale také spoluurčuje hodnotový systém, v němž vyrůstá (Čáp, 1997).

2.3.1 Osobnost rodiče

Každá osobnost je jedinečná souhra psychických, biologických a sociálních rysů, a to jak každého rodiče, tak i dítěte. Zahrnuje všechny psychické procesy, stavy a vlastnosti, které přispívají k tomu, jak člověk vnímá sebe i svět kolem sebe. Každá bytost náleží do různých sociálních skupin – rodiny, školní třídy, vrstevnických skupin nebo širšího kulturního prostředí, což dále formuje jeho osobnost a postoje.

Podmínky působící ve vývoji dítěte se často mění, tato zůstává. Tímto se dostáváme k nejdůležitější roli v procesu výchovy, a to k samotnému vychovateli – rodiči.

Rodičova osobnost, jeho přístup k životu a způsob, jakým zvládá každodenní situace, výrazně ovlivňují, jak dítě vnímá svět kolem sebe. Jak již tu zaznělo, dítě si velmi často bere příklad z chování svých rodičů, kteří se pro něj stávají prvním vzorem a autoritou. Proto je důležité, aby rodiče přistupovali k výchově vědomě a reflektovali vlastní jednání a hodnoty. Podle Čápa (1996) chování rodičů zásadním způsobem formuje každodenní život dítěte, což znamená, že i drobné projevy, jako jsou reakce na stres nebo způsoby komunikace, mohou dítě hluboce ovlivnit. Kvalitní výchova tedy začíná u rodičů samotných, kteří svým chováním utvářejí prostředí, v němž dítě vyrůstá a učí se základním sociálním dovednostem a hodnotám.

Podle Matějčka (1994) je interakce mezi rodičem a dítětem zásadní pro vývoj dětské osobnosti, citové stability a schopnosti navazovat vztahy. Daný autor se ve svém díle zaměřuje na:

- Citovou vazbu: základní kámen vztahu mezi rodičem a dítětem. Dítě potřebuje bezpečnou a stabilní citovou vazbu, aby se mohlo zdravě rozvíjet – emocionálně, sociálně i kognitivně. Pokud tuto jistotu nemá, může to vést k nejistotě, úzkosti a problémům v budoucích vztazích.

- Kvalitu komunikace: způsob, jakým rodič s dítětem komunikuje, formuje jeho sebeobraz a vnímání světa. Podporující, naslouchající a respektující přístup přispívá k rozvoji zdravého sebevědomí a samostatnosti.
- Reakce rodiče na potřeby dítěte: rodiče by měli být citliví k individuálním potřebám dítěte – což znamená všimnout si jeho emocí, reagovat na ně adekvátně a vytvářet prostředí bezpečí, přijetí a podpory.
- Výchovné styly: styl výchovy – autoritativní, permissivní, autoritářský nebo zanedbávající – zásadně ovlivňuje charakterové vlastnosti dítěte, jeho postoje, chování a míru samostatnosti.

a. Perfekcionistický vztah:

Rodiče jsou stále nespokojeni se svým dítětem, považují ho za nedokonalé. Vystavují ho kritice za každou maličkost. Nastavují mu vysoké cíle, které není reálně splnit. Často se to týká sportovních výkonů, výjimečných školních výsledků atd. Rodiče potomka nechválí, pouze kritizují.

Dítě může trpět nízkým sebevědomím, žije v domněnku, že mu nic nejde. Dokonce v některých případech až úzkostmi ze selhání.

Nadměrný tlak, kterému jsou tyto děti vystaveny, je uvádí do trvalého stavu stresu, který může mít závažné dopady na jejich fyzické a emocionální zdraví. Z dlouhodobého hlediska se tento stav může zhoršit a projevit se i ve formě vážných duševních obtíží, jako jsou deprese, úzkostné poruchy a další problémy spojené s duševním zdravím, na které jsou perfekcionisté obzvláště náchylní.

b. Protěžující vztah:

Dítě je pod neustálým dohledem, péče rodičů bývá často až extrémně starostlivá. Dítě nemá žádný volný prostor, chybí možnost řešit problémy nebo přijímat rozhodnutí vzhledem k závislosti dítěte na rodiči. Jedinec se zpravidla potýká s nedostatečným rozvojem samostatnosti a sebedůvěry. Tento přístup vede často k tomu, že dítě není schopno samostatně čelit těžším situacím, jelikož mu chybí zkušenost s překonáváním překážek. Dítě může pociťovat nejistotu v sociálních vztazích a obávat se zodpovědnosti z důvodu, že je zvyklé spoléhat na své rodiče a řídit se dle jejich rozhodnutí.

Obecně bychom mohli říct, že protěžující vztah brání často dítěti v rozvoji dovedností potřebných pro život, mezi něž patří kritické myšlení, schopnost adaptace nebo i odolnost vůči stresovým situacím.

c. Ambivalentní vztah:

Tento vztah je charakterizován nestabilitou a nevyvážeností v chování rodičů vůči dítěti. Rodiče projevují velký zájem o dítě, který následně přechází v naprostý nezájem. Nestálé chování rodiče může dítě dovést k tomu, že zoufale hledá způsoby, jak si získat jeho pozornost a náklonnost. Dítě tak může začít zkoušet různé strategie, včetně manipulativního chování, protože neví, co přesně od rodiče očekávat. Tento způsob chování často vzniká jako obranná reakce na pocit nejistoty a snaha zajistit si stabilní místo v srdci rodiče. V dospělosti se pak jedinec může potýkat s problémy jako přecitlivělost, častá změna nálad, nejistota ve vztazích, jelikož se bojí otevřít ostatním lidem.

d. Aktivizující, vyrovnaný vztah:

V tomto vztahu žije dítě ve vyváženém, emocionálním prostředí. Rodiče podporují zdravé sebevědomí, vytvářejí mu prostor pro jeho zájmy a aktivity. Přistupují k dítěti s respektem a podporou, nevedou potomka k citové závislosti na nich. Tento typ vztahu umožňuje dítěti rozvíjet se v bezpečném prostředí a zároveň si budovat svou vlastní identitu a nezávislost. Rodina by měla zajistit, že dítě má pevné emocionální zázemí, které mu umožní cítit se bezpečně a jistě. Dítě potřebuje, aby jeho emocionální potřeby byly naplněny, aby se cítilo pochopeno a přijato ve svých myšlenkách a chování. (Řezáč, 1989, s. 106–107)

Pozornost ze strany rodičů je zásadním prvkem výchovy, který ovlivňuje celkový emocionální a sociální rozvoj dítěte. Když dítě cítí, že je rodiči vnímáno a oceňováno, získává hlubší pocit bezpečí a jistoty, který je pro jeho zdravý vývoj nezbytný. Tento pocit přijetí a podpory posiluje u dítěte sebevědomí a přispívá k rozvoji pozitivního vnímání sebe samotného. Rodičovská pozornost dává dítěti bezpečný prostor pro vyjádření jeho potřeb, pocitů a myšlenek, což významně podporuje jeho zdravý vývoj. Když rodič věnuje dítěti stabilní a důslednou pozornost, může snadněji utvářet pozitivní vzorce chování, které dítěti pomáhají zvládat různé situace. Tímto způsobem rodič nejen posiluje dobré návyky, ale také učí dítě, jak adekvátně reagovat a projevovat své emoce.

Na druhé straně nedostatek pozornosti může u dítěte vyvolat pocity osamělosti a frustrace, což často vede k nevhodnému chování nebo snaze přitáhnout pozornost nevhodnými způsoby, jak již bylo zmíněno výše, např. manipulativním chováním jedince. Dítě, které se cítí přehlížené, může mít tendenci zpochybňovat svou vlastní hodnotu a může se stát emočně

uzavřeným nebo pravým opakem – výbušným. Rodičovská pozornost by měla být laskavá, upřímná a autentická, aby dítě cítilo skutečný zájem. Je důležité si uvědomit, že nejde jen o množství času, který s dítětem trávíme, ale především o kvalitu interakcí a přítomnost v daném okamžiku. V současné době vidáme na pískoviště rodiče, kteří mají oči upřené do mobilních obrazovek, což není ideální pro zdravý vývoj jejich dítěte. Poskytnutím pozornosti dítěti nejen podporujeme správný vývoj, ale také vytváříme hluboké a stabilní pouto, které může být oporou po celý jeho život (Sharry, 2006).

2.4 Mladší školní věk

Tato práce zkoumá především nastavení hranic v mladším školním věku, což je vývojové období přibližně mezi 6. a 11. rokem věku – tedy od nástupu na základní školu až po ukončení prvního stupně. Nástup do školy představuje pro dítě významný mezník: dítě získává novou roli školáka a začleňuje se do širší společnosti. V tomto období dochází k intenzivnímu rozvoji sociálních dovedností a schopnosti spolupráce s vrstevníky. Děti jsou motivovány k výkonu, přičemž jejich školní úspěšnost ovlivňuje nejen vlastní sebehodnocení, ale i míra přijetí skupinou. Typické je konkrétně logické myšlení, které se opírá o přímou zkušenost a názorné příklady, zatímco abstraktní pojmy bývají hůře uchopitelné. Právě proto je v tomto věku mimořádně důležité jasně a srozumitelně nastavovat pravidla – děti potřebují strukturu, která jim pomáhá orientovat se ve světě, vytvářet si pocit bezpečí a osvojit si základy společenského soužití (Vágnerová, Lisá, 2022).

2.5 Aktuální trendy ve výchově

Žijeme v 21. století, kde realita překonává vzpomínky našich prarodičů, kde robotický vysavač nahradí uklízečku, kde samoobslužná pokladna zastupuje prodavačku a kde místo zahradníka se o zahradu stará robotická sekačka.

I současná výchova čelí neustálým proměnám, které formují způsob, jakým dnešní společnost vychovává své potomky. Máme několik možných způsobů, jak děti vychovat, určitě neexistuje jen jeden správný.

Každý správný rodič touží vychovat své dítě, co nejlépe může. Proto není neobvyklé, že rodiče hledají informace ze všech dostupných zdrojů – z knih, z internetových portálů, ze sociálních sítích, besed, časopisů atd.

Za pozitivum této rozmanité doby můžeme považovat bohatství různých výchovných styků a svobodnou volbu rodičů. Naopak však často dochází ke ztrátě instinktu v závalu až příliš informací či k jakési zmatenosti – „co je vlastně to správné“.

Obecně lze říct, že rodiče 21. století neholdují fyzickému násilí, spíše se snaží vysvětlit důsledky nevhodného chování. Mnoho rodičů volí partnerský přístup, která klade důraz na respekt k dítěti jako k rovnocenné osobě. Dávají dítěti prostor pro vyjádření vlastních potřeb a názorů.

2.5.1 Kontaktní rodičovství

Kontaktní rodičovství je v současnosti stále častěji skloňovaný pojem, který označuje moderní výchovný styl stavějící na blízkém citovém propojení mezi rodičem a dítětem. Tento přístup má určité rysy společné s liberálním výchovným stylem, neboť rovněž klade důraz na respekt k individualitě dítěte a jeho přirozeným projevům. Zásadní rozdíl však spočívá v důrazu na intenzivní fyzický i emocionální kontakt, který je v kontaktním rodičovství považován za základní kámen zdravého vývoje dítěte.

Kontaktní rodičovství je založeno především na vytváření pevného citového pouta. Rodič, který si s dítětem buduje blízký vztah již od narození, je schopen lépe vnímat jeho potřeby, rychleji rozpoznávat emoce a adekvátně na ně reagovat. Tento typ výchovy klade velký důraz na vnímavost, empatii a respektování přirozeného vývoje dítěte bez snahy jej „přetvářet“ či příliš usměrňovat. Dítě je přijímáno takové, jaké je (Harnošová, 2016).

Mezi základní principy kontaktního rodičovství často patří praktiky, jako je například prodloužené kojení – běžně až do tří let věku dítěte – nebo sdílený spánek rodičů s dítětem, nejčastěji v manželské posteli. Důležitou roli hraje i častý fyzický kontakt, například nošení dítěte v šátku nebo v náručí, mazlení a přítomnost rodiče v každodenních situacích. Všechny tyto prvky přispívají k pocitu bezpečí, důvěry a emocionální jistoty, což je důležité nejen v dětství, ale i pro další životní etapy.

Tento přístup zahrnuje i důvěru v přirozené projevy dítěte, jako je pláč, který rodiče nechápou jako obtěžující, ale jako způsob komunikace a vyjádření potřeby. Místo jeho potlačování se rodiče snaží porozumět tomu, co dítě chce vyjádřit, a adekvátně reagovat. Kontakt a komunikace mezi rodičem a dítětem se tak stávají přirozenou součástí každodenního života, nikoli něčím, co je oddělené nebo výjimečné.

Kontaktní rodičovství se snaží o vyvážený rodinný život, který nestojí na přísné kontrole, ale na respektu, lásce a vzájemné podpoře. Dítě je vnímáno jako plnohodnotná bytost s vlastním názorem, emocemi a potřebami. Jak uvádějí Sears a Searsová (2018), tento přístup vede k celkově vyrovnanému vývoji dítěte, pomáhá mu budovat zdravé vztahy a rozvíjet sebejistotu i schopnost fungovat mezi lidmi.

2.5.2 Tygří výchova

Tygří výchova představuje specifický výchovný přístup, který se vyznačuje přísnou disciplínou, vysokými nároky na děti a důrazem na cílevědomost. Tento styl výchovy vznikl jako reakce na tzv. „měkkou“ výchovu (soft parenting), která je podle kritiků příliš shovívavá a nedostatečně náročná. Zastánci tygří výchovy jsou přesvědčeni, že bez vysokých očekávání nelze dosáhnout skutečného potenciálu dítěte.

Inspiraci tygří výchova čerpá především z čínské kultury, kde je tradičně kladen důraz na hodnoty, jako jsou tvrdá práce, poslušnost, vytrvalost a výkonnost. Rodiče, kteří se tohoto stylu drží, od svých dětí často očekávají špičkové výsledky nejen ve škole, ale i v mimoškolních aktivitách, jako je hudba, sport nebo další zájmové činnosti. Významnou roli zde hraje snaha o dosažení excelence a maximálního využití schopností dítěte (Třešňák, 2011).

Podle Amy Chua (2011), autorky knihy *Battle Hymn of the Tiger Mother*, je západní výchova příliš benevolentní a bojí se klást na děti větší nároky, čímž podle ní dochází k plýtvání jejich potenciálem. Tygří rodiče se oproti tomu domnívají, že dítě dosáhne skutečného úspěchu jen tehdy, pokud bude vystaveno vysokým nárokům a bude vedeno k překonávání překážek. V této souvislosti se objevuje i důraz na perfekcionismus, pravidelnost a sebekontrolu.

Tento styl výchovy se tedy opírá o přesvědčení, že děti mohou dosáhnout vysokého potenciálu jedině tehdy, pokud budou motivovány k neustálému výkonu a samodisciplíně. Rodič zde vystupuje jako autoritativní figura, která stanovuje jasná pravidla a důsledně je vyžaduje. Výchova probíhá často formou neustálého tréninku, opakování a tlakem na výsledky, čímž se odlišuje od kontaktního rodičovství, které staví především na emocích a vzájemném respektu.

Je důležité poznamenat, že tygří výchova není v evropském prostředí příliš rozšířená, ale přesto se s jejími prvky lze setkat i mimo čínskou kulturu – obvykle v rodinách, které kladou vysoký důraz na výkon, ambice a úspěch. Jak uvádí Eva Opravilová (2016, s. 288), „*tygří styl stojí v přímém kontrastu s kontaktním rodičovstvím, a to nejen metodologicky, ale i ve výchovných cílech*“.

2.5.3 Bezhraniční děti

Bezhraniční děti představují v současné době často diskutovaný fenomén, který úzce souvisí se změnami v přístupu k výchově a narůstajícím pedocentrismem – tedy orientací na potřeby

a přání dítěte za každou cenu. Tento přístup, často vycházející z dobrého úmyslu rodičů neomezovat své děti, však může vést k nežádoucím výchovným důsledkům.

Základním rysem výchovy bez hranic je nejasně stanovený nebo zcela chybějící rámec pravidel a očekávání. Děti vyrůstající v takovém prostředí mají často potíže s autoritou, neuznávají přirozené hranice chování a nejsou schopny přijímat odpovědnost za své jednání. Výchova je zde postavena především na neustálém vysvětlování, diskuzích a přizpůsobování se dětským náladám či požadavkům, přičemž chybí pevně stanovené hranice a důslednost (Hamedpour-Darabi, 2016).

Liberální výchova, která tento styl často doprovází, může vést k postupné ztrátě respektu dítěte k dospělému. Místo spolupráce a vzájemného porozumění se pak může objevovat vzdor, výbuchy vzteku, nebo dokonce agresivní chování (např. křik, nadávky), které dítě používá jako prostředek k prosazení svých požadavků. Bezpečné hranice však děti potřebují – nejen kvůli lepší orientaci ve světě, ale i kvůli pocitu jistoty.

Jak uvádí Michalová (2012), dítě, které ví, co od konkrétních situací může očekávat a jaké chování je vhodné, se dokáže mnohem lépe orientovat a reagovat přiměřeně. Pravidla a hranice tak nevystupují jako nástroj útlaku, ale naopak jako prostředek vytvářející bezpečné a předvídatelné prostředí.

Nastavení hranic přitom nemusí být v rozporu s láskyplným vztahem mezi rodičem a dítětem. Naopak – pokud jsou pravidla jasná, srozumitelná a uplatňována důsledně, dítě má větší důvěru v rodiče jako autoritu a zároveň pocit, že svět kolem něj má určitý řád. V tomto kontextu je důležité, aby se rodiče nenechali unést tlakem společnosti na „dokonalé“ a „šťastné“ dítě za každou cenu, ale aby dokázali vystupovat pevně a sebejistě – právě v zájmu psychického zdraví dítěte.

2.6 Výchova a vzdělávání

Dva pojmy, s kterými se v pedagogice často setkáváme: výchova a vzdělávání. V této podkapitole se krátce podíváme na to, co mají společného.

Pedagogiku můžeme definovat jako „... vědu zabývající se vzděláváním a výchovou v nejrůznějších sférách života společnosti. Není tedy vázaná pouze na vzdělávání jako ve školských institucích a na populaci dětí a mládeže.“ (Průcha, 2013, s. 198)

Oba tyto pojmy hrají klíčovou roli v rozvoji jedince, a to jak v jeho přípravě na život, tak i v následujících částech jeho života. Jednoznačně se podílejí na formování osobnosti, utváření hodnot, návyků, morálních zásad, ale také i na charakteru člověka.

Jak již bylo zmíněno, výchova je cílená, vědomá a mnohostranná činnost, díky které se jedinec připravuje na život. Probíhá od prvního dne života, a to až do smrti, především v rodině, ve školských institucích, práci, v kulturních zařízeních či na kroužkách.

Vzdělávání je dlouhodobý proces učení, kterým získáváme a osvojujeme si dovednosti a znalosti.

Vzdělávání lze chápat jako proces, při kterém si jedinec cíleně a systematicky osvojuje znalosti, dovednosti a postoje, a to zpravidla v rámci školního vyučování (Průcha, 2013).

Jeho smyslem je umožnit dětem, aby jednoho dne převzaly práci a hodnoty generace před nimi a pokračovaly v nich dál. Vzdelávání je často spojováno s myšlenkou zlepšení, což je zcela pochopitelné.

Jak je obecně známo, vzdělávání předává znalosti, dovednosti i kompetence, ale to samé nám předávají i naši rodiče pomocí výchovy. Dále bychom mohli jmenovat sociální integraci, která nám napomáhá začlenit se do společnosti, pochopit její pravidla, normy a fungovat efektivně třeba i v pracovní sféře (Průcha, Walterová, Mareš, 2013).

3 Hranice

Vychovat dítě je složitý a obtížný proces, zahrnující spousty odlišných aspektů, mezi nimiž hrají zmíněné hranice zásadní roli.

Pod slovem hranice si představíme mnoho – imaginární či fyzické čáry, které oddělují různé oblasti. Politické hranice, geografické hranice, správní hranice, ale i hranice ve vztahu. V této kapitole si rozebereme, co to ty hranice ve výchově jsou, k čemu slouží a jakým způsobem by je měl rodič svému dítěti nastavit.

3.1 Definice hranic ve výchově

Hranice ve výchově představují klíčový nástroj pro formování chování a osobnosti dítěte. Definují nám pevný rámec, ve kterém se potomek může bezpečně pohybovat, nějaké mantinely, kam až může zajít a kde by se měl zastavit. Jsou to jasně nastavená pravidla a očekávání, které dítěti pomáhají pochopit, co je správné a co ne, co se od něj očekává a kde končí. Z pedagogického hlediska hranice pomáhají dítěti se orientovat ve velkém světě, učí ho zodpovědnosti, ohleduplnosti a schopnosti se rozhodovat v rámci daných pravidel.

Rogge (2016) ve své knize upozorňuje i na důležitost respektování komfortní zóny a osobních hranic dítěte, nesmíme opomínat fakt, že i děti mají své fiktivní meze, které je třeba brát v úvahu. V této práci se však zaměřujeme na hranice ve výchově, tedy na jejich nastavení z pohledu rodiče. Jak uvádí Rogge, respektování hranic dítěte je nezbytné pro zajištění jeho důstojného vývoje, mají ochrannou funkci, ale nemohou dítě zcela izolovat od reality.

3.2 Důležitost hranic ve výchově a jejich nastavování

Několikrát bylo zmíněno, že hranice jsou nevyhnutelným nástrojem ve výchově. Možná se stále ještě někdo ptá proč, proč je nastavení hranic ve výchově tak důležité.

Děti výchovou připravujeme na budoucnost. Díky tomu, jak bude dítě vychováno, se bude chovat i v pozdějším věku.

Problémy s hranicemi často vznikají již v dětství, kdy si jedinec osvojuje způsoby, jak reagovat na očekávání a pravidla svého okolí. Pojďme se nejprve zaměřit na problémy, které mohou vznikat u jedinců v dospělosti, jimž v dětství chybělo stanovení hranic. Autoři Cloud a Townsend (2016) se ve svých pracích věnují důsledkům absence hranic a upozorňují na to, jak takové situaci předejít.

Problémy s hranicemi mají často svůj původ už v dětství, kdy se utvářejí základní vzorce chování a vnímání pravidel. S sebou si nesou některé z následujících problémů až do

dospělosti. Takoví jedinci jsou neschopni odmítat věci a obecně používat slovo „ne“. Mají sklony tíhnout k lidem, kteří jsou nezodpovědní, s vidinou, že díky nim se napraví, stanou se z nich lepší lidé. Necháávají sebou lehce manipulovat. Často se vnímají jako oběti okolností a utápí se v lítosti nad svou situací místo toho, aby hledali aktivní způsoby, jak ji změnit. Chybějící struktura a disciplína, kterou hranice poskytují, se projevuje i v obtížích s dokončováním úkolů, málokdy jsou schopni dotáhnout věci do úplného konce (Cloud, Townsend, 2016).

Nezbytnou myšlenkou je, že hranice jsou hlavním prvkem pro zdravý vývoj jedince. Jsou základem pro budování sebeúcty, samostatnosti a schopnosti fungovat v roli zodpovědného dospělého. Prevence těchto problémů začíná včasným stanovením jasných a láskyplných hranic již v dětství, což dítěti poskytuje pocit bezpečí, ale zároveň i potřebnou strukturu pro rozvoj jeho autonomie. Je důležité, aby byly hranice nastaveny tak, aby se v nich dítě mohlo volně rozvíjet a pohybovat.

A teď se již dostáváme k odpovědi na otázku, proč hranice?

Ve věku od 3 až do 10 let můžeme dítě nejsnadněji ovlivnit, tedy nejsnadněji vychovat. Je to období, během kterého dítě vnímá a učí se podnětům a vzorcům chování kolem něj, jak jsme již zmínili v *podkapitole Rodina*, může být ovlivněné i školou, kamarády, v dnešní době i influencery, blogery, ale i pouhou knihou či podcastem. Tento časový úsek představuje určující období, kdy lze nejjednodušším způsobem „položít“ základy pro rozvoj dítěte.

Důležité je si uvědomit ten fakt, že potomek se učí především do období předškolního věku (až do 7 let) nápodobou. Pozorují své rodiče, kamarády, paní učitelky a zkouší jejich chování také. Proto jeden z nejsnadnějších a zároveň nejdůležitějších kroků by mělo být jít dítěti příkladem, pak se i hranice stanovují jednodušeji. Děti se totiž učí skrze pozorování a napodobování dospělých, a proto jakákoliv nekonzistentnost mezi slovy a činy dospělých podkopává výchovný proces. Tato skutečnost zde bude ještě několikrát zmíněna.

Banální příklad: pokud rodič chodí po silnici, přechází přechod na červenou či nadává svému partnerovi, je obtížné dítěti vysvětlit, že takové chování není vhodné. Rodič by tedy měl jít vždy příkladem, ukazovat, jak se to má dělat (Sharry, 2006).

Rodiče si často kladou tohoto typu: „*Jak správně nastavit hranice, aby byly efektivní? Jakým způsobem je udržovat a kontrolovat, aby je děti respektovaly? A jak reagovat, pokud dítě hranice překročí – je vhodné použít trest, nebo spíše jiný přístup?*“

Pokusíme se na tyto otázky najít vhodné, a ne vždy jednoduché odpovědi, které by mohly být pro rodiče užitečné.

Cílem je poskytnout rodičům užitečné podněty, i když si musíme uvědomit, že univerzální rady v této oblasti neexistují. Každé dítě má svou jedinečnou osobnost, a proto potřebuje individuální přístup. To znamená, že předložené návrhy a doporučení nemusí být vždy aplikovatelné na každé dítě, ale mohou sloužit jako inspirace a návod k tomu, jak lépe pochopit a následně i nastavit hranice ve výchově dítěte v mladším školním věku.

a. Stanovit jasná pravidla

Je dobré, pokud rodiče již od narození dítěte mají pevně stanovaná pravidla, nějaké rituály, které oba dva z nich dodržují. Opět jsme u této důležité skutečnosti, rodiče musí vždy jednat jednotně. Pravidla by měla být pevně stanovená a konzistentní, avšak s přibývajícím věkem dítěte by měla být přizpůsobována jeho rostoucí zralosti, dovednostem a potřebám.

Můžeme si uvést krátkou situaci, jak a proč pravidla stanovit.

Pětiletý chlapec Adam nechce chodit spát a pravidelně těsně před spaním hledá jakékoliv způsoby, jak si vyžádat pozornost rodičů. Často přichází s výmluvami typu, že má hlad nebo ho bolí břicho, aby oddálil čas uložení do postele. Rodiče se pokoušejí situaci řešit čtením pohádky před spaním, ale po jedné pohádce Adam vyžaduje další. Když rodiče opustí pokoj, Adam se vrací zpět do obývacího pokoje, čímž celý proces uspávání začíná znovu a trvá další hodinu.

Problém v této situaci je absence pevných pravidel a rutin. Jednoduše zde chybí! Rodiče by měli vytvořit jasnou „uspávací“ rutinu, která bude zahrnovat, v jakou dobu bude chlapec chodit spát, jaký počet pohádek se přečte. Tato nastavená pravidla by pomohla Adamovi, aby se cítil v bezpečí. Věděl by, že každý den bude uspávání vypadat stejně, že každý den bude přečteno stejný počet pohádek bez ohledu na jeho smlouvání a diskutování s rodiči. Dítě by mělo pochopit, že nastavená pravidla jsou pevná, a začít je respektovat (Sharry, 2006).

b. Chválit a dávat dítěti dostatek pozitivní pozornosti

Každému z nás je příjemné, pokud slyšíme, že nám něco jde. A proto je důležité, aby dítě vědělo, že danou situaci zvládá dobře, že jeho chování je v danou chvíli žádoucí. Naše pozitivní vazba mu pomáhá rozvíjet sebedůvěru a zároveň i jeho sebevědomí, které v životě hraje podstatnou roli.

V případě Adama bychom mohli říct, jak to skvěle zvládá, ráno danou věc reflektovat atd. Tímto by rodiče Adama mohli dosáhnout, aby bez řeči zůstal v posteli až do rána, také by tím posilovali již zmíněnou sebedůvěru. Nebude je chtít zklamat. Chlapec bude chtít rodičům ukázat, že to jednoduše zvládne. Pokud by nastala situace, že Adam vyleze opět z postele a přijde za rodiči, je důležité zůstat důsledný a nepřistoupit na žádnou diskuzi ani kompromisy typu „ještě jedna pohádka“.

Chvála by měla být vždy konkrétní, rodiče by měli přesně říct, za co dítě chválí, a to nejlépe v tu danou chvíli, aby si dítě pomohlo spojit, že toto chování je žádoucí.

V případě Adamových rodičů by pochvala zněla takto: „Jsme na tebe pyšní.“ Nebo: „Je vidět, že je z tebe už velký kluk.“ (Sharry, 2006)

Pokud chceme znásobit účinek pochval, doporučuje se, aby byla sdělena před více lidmi. Tímto jednoduchým trikem tak zvýšíme její účinek a pro dítě bude mít mnohem větší váhu. Posílí jeho pocit důležitosti a poskytne mu větší motivaci k žádoucímu chování.

Nesmíme zapomenout na pozitivní podporu, která by dítěti měla být poskytována pravidelně především v předškolním, nižším i vyšším školním věku, a to v případě, že dítě splní naše očekávání, ale i během běžné interakce. Díky tomu potomek pocítí naši oporu a bude více motivován pokračovat v žádoucím chování. Zase se to nesmí s pochvalami přehánět. Pochvaly by měly být dávkovány uvážlivě a přiměřeně, aby si dítě uvědomovalo jejich skutečnou hodnotu a nevnímalo je jako prázdná nebo rutinní slova bez významu (Delaroché, 2000).

c. Nastavit systém odměn/trestů

Jak jsem zmínila již výše, je klíčové, aby potomek věděl, kam až může zajít, kde hranice končí. Již v útlém věku by dítěti mělo být jasné, že pokud situace zajde moc daleko, nastane trest. Je zásadní si uvědomit, jak uvádí Čáp ve svém díle (1996, s. 315), že „*výchova založena spíše na odměnách je efektivnější než výchova užívající převážně trestů*“. Tento přístup zdůrazňuje význam pozitivní motivace v procesu výchovy.

Ukažme si to opět na příkladu Adama – Adam vstane opět z postele a bude vyžadovat další pohádku, rodiče mu bez diskuse řeknou: „*Zítرا půjdeš spát bez pohádky.*“

Pokud bude Adam poslušně spát celou noc ve svém pokoji, rodiče můžou přijít s odměnou typu: „*Zasloužíš si nálepku.*“ Či: „*V neděli ti přečteme za odměnu o jednu pohádku více, pokud budeš takhle vzorný po celý týden.*“ (Sharry, 2006)

Odměny a tresty jsou detailněji rozebrány níže v podkapitole 3.

d. Zohlednit věk a vývoj dítěte

Je podstatné, aby rodiče pracovali nejen s věkem dítěte, ale také i s jeho individuálním vývojem a specifickými potřebami. To, co fungovalo na staršího sourozence, nemusí platit na mladšího.

Pravidla musí odpovídat věku dítěte, musí být srozumitelná a odpovídat zralosti dítěte.

V případě, že dítě pravidla chápe, jejich dodržování je o to snadnější. Zároveň nesmíme opomínat porozumění trestu. I zde musí být dítě dostatečně srozuměno s následky jeho nežádoucího chování – tedy co nastane, když dítě pravidla porušilo (Vágnerová, Lisá, 2022).

e. Být konzistentní a trpělivý

I když se může zdát, že se tento bod v práci opakuje již několikrát, je to z důvodu jeho zásadní důležitosti ve výchově. Konzistence a trpělivost jsou jednoduše základními stavebními kameny při nastavování hranic dítěti. Když dítě testuje hranice, je důležité, aby byl rodič odolný a stál za svými stanovenými pravidly. Některé nežádoucí chování dítěte se může opakovat, než zcela vymizí, a proto je klíčové, aby se dodržovala aplikace pravidel a následných důsledků, trestů či naopak odměn za žádoucí chování (Čáp, 1997).

Děti jednoduše potřebují vědět, co mohou očekávat, a konzistentní pravidla jim poskytují strukturu, která je nezbytná pro jejich psychický a emocionální rozvoj.

f. Být vzorem

Jak již víme, děti se často učí napodobováním. Být vzorem je jedním z nejúčinnějších způsobů, jak dítě naučit respektovat hranice a pravidla (Sharry, 2006).

Pokud rodič očekává, že dítě bude dodržovat určitá pravidla, například nepoužívat mobilní telefon během večere, je nezbytné, aby toto pravidlo dodržoval i sám. Stejně tak pokud rodič vyžaduje zdvořilé vyjadřování, měl by se dítěti vždy chovat zdvořile a respektovat jeho pocity. Nekonzistentní chování rodičů, kdy sami porušují pravidla, která nastavili, může vést k tomu, že dítě přestane pravidla respektovat. Proto by rodiče měli být příkladem, který dítěti ukazuje, že dodržování hranic není pouze požadavkem, ale přirozenou součástí života.

3.3 Tresty a odměny

„Vědomí toho, že mohu udělat chybu, zabije tíže, uvolňuje. Mohu se za chyby omluvit. Porážky jsou dary, za kterých se mohu učit, podněty, abych to v budoucnosti dělal jinak – a lépe.“ (Rogge, 2016, s. 8–9)

Na první pohled se může zdát, že systém odměňování je snadný. Dítě vykoná něco pozitivního např. uklidí si pokoj, dostane pochvalu, přinese ze školy dobrou známku... Pokud se chová neslušně, zlobí, neposlouchá nás, neučí se, přijdeme s trestem. Zakážeme mu například mobilní telefon či sladkosti. Ve skutečnosti je však tato problematika mnohem složitější.

Uvedeme si zde zajímavou skutečnost. Pokud rodiče věnují určitému chování dítěte zvýšenou pozornost, dítě má větší sklon toto chování opakovat. Naopak chování, které rodiče přehlížejí nebo mu věnují minimální pozornost, má tendenci časem zaniknout. Často děti zlobí jen z důvodu vynucování si pozornosti u rodičů.

Je důležité pracovat i s faktem, že člověk má přirozenou tendenci dávat vyšší váhu těm negativním věcem – ve výchově se tedy věnujeme více negativnímu chování, proto je důležité, aby tresty nepřevyšovaly odměny.

Pokud si dítě bude v klidu hrát, nedostane od nás takovou pozornost, jako když bude pobíhat po bytě a křičet. Již od útlého věku umí dítě s touto okolností pracovat, žádá-li si pozornost od rodičů, stačí málo – zlobit, vyvádět, plakat. Tímto způsobem rodiče opět obrátí svou pozornost na dítě, čímž dítě dosáhne svého cíle (Sharry, 2006).

3.3.1 Tresty

Slovo „trest“ v nás obvykle vyvolá negativní asociace. Začne se nám vybavovat něco negativního. Někdy mohou být tyto pocity dokonce doprovázeny úzkostí, smutkem, zklamáním či bolestí. Co je trest?

V právním světě lze pojem „trest“ vymezit jako jakýsi právní následek za protiprávní čin.

Trest ve výchově bychom mohli formulovat jako vnější zásah, jehož cílem je korigovat nežádoucí chování dítěte, vést ho k dodržování stanovených pravidel a limitů.

Z psychologického hlediska bychom mohli říct, že trest slouží jako zpětná vazba, která má dítěti ukázat, jaké chování by se už nemělo opakovat. Je podstatné, aby dítě bylo obeznámeno s důsledky jeho jednání. Ovšem použití trestu by nemělo být jakkoliv bolestivé či hrubé, aby nedocházelo k poškození vztahu mezi potomkem a rodičem. Trestání by mělo být promyšleným výchovným nástrojem, nikoli ventilace emocí dospělého. Trest by měl vždy vycházet z konkrétní situace, aby dítěti bylo jasné, co udělalo špatně.

Existují různé formy trestu, fyzický trest je obecně považován za nepřístupný, dítěti může nejen způsobit fyzickou bolest, ale také dlouhodobé psychické následky. Fyzické tresty nejenže dítě poznamenají psychicky, ale zároveň zesilují jeho agresivitu, což se často projevuje v pubertě či ve výchově vlastních dětí (Čáp, 1996). Klíčové je zachovat k dítěti

vždy respekt, nepovyšovat se a poskytnout jasné a srozumitelné vysvětlení, proč se dostavil trest.

Mezi další nevhodné formy trestu bychom mohli zařadit zesměšňování: „*Ty jsi ale hlupák, to si snad děláš srandu.*“ Či vyhrožování: „*Pokud zítra přineseš ze školy další trojku, nedostaneš večeři.*“ Vulgarita, křik a ani hysterie nejsou správným výchovným nástrojem. Jako poslední bychom mohli zmínit zastrasování, kde rodiče často využívají imaginární bytosti: „*Ježíšek ti tento rok nic nepřinese.*“ Nebo častým výrokem je: „*Čert si tě vezme s sebou do pekla.*“

Jak by tedy tresty měly vypadat? Jak již bylo zmíněno výše, je důležité, abychom vždy uvedli důvod, proč je dítě potrestáno. Dítě si pak lehčeji dokáže spojit svůj čin s důsledky. Trest musí být úměrný věku i nevhodnému chování. Trest můžeme zvyšovat, pokud se nevhodné chování dítěte bude opakovat. Je dobré se vyvarovat praktik jako děšení dítěte, manipulace či jiné formy vydírání. Tyto metody mohou akorát narušit vztah mezi rodičem a dítětem, dokonce tento druh trestu může vyvolat i pocity strachu, nedůvěry a úzkosti. Dítě netraumatizovat: „*Když nebudeš hodný, necháme tě tu.*“

Naše jednání by mělo být v souladu s domluvenými pravidly, jelikož víme, že důslednost je krokem k úspěchu. Měli bychom klást důraz na pozitivní komunikaci a podporu, více chválit než trestat. Vysvětlit důsledky nevhodného chování a nabídnout dítěti jiné možné alternativy, jak danou situaci vyřešit.

Negativní pozornost je úzce spjata s tresty. Patří mezi ně zvýšení hlasu, změna mimiky, kritika, křičení či bití. Je důležité upozornit na to, že pro děti je leckdy jednodušší se vypořádat s touto pozorností od rodičů než s „nulovým zájmem“ (Sharry, 2006).

3.3.2 Odměny

Odměnu bychom mohli definovat jako něco velmi pozitivního, něco, co nás utvrzuje v našem konání, že to děláme dobře. Je to nějaká motivace, jak pokračovat dále.

S odměnou se setkáváme celý život – od narození až po smrt. Pochvalu slyšíme již ve školce, že jsme hezky jedli či nakreslili hezký obrázek, později se setkáváme i s pochvalou v práci. Pochvala v práci může být i finančního rázu, což je zas něco jiného, než by se mělo objevovat ve výchově. Dospělí dostávají za odvedenou práci odměnu, která jim umožňuje uspokojit své základní potřeby. Děti ale na své základní potřeby vydělávat nemusejí, měly by být zajištěny rodičem, který se o ně řádně stará. Proto motivovat děti pomocí peněz není správné řešení. Často se stává, že rodiče zvýší či sníží kapesné dítěte dle jeho aktuálních známek či

chování, a ani to není ta správná možnost. Kapesné by dítěti mělo sloužit pro svůj účel, nemělo by být tedy poskytováno či odebíráno jako trest.

Dospělí často děti díky pochvalám manipulují, snaží se je jednoduchým a příjemným způsobem donutit, aby dělaly to, co chtějí oni.

Největší cenu pro děti má pozornost od jejich rodičů, když rodiče pozorují a následně i zareagují, co jejich děti dělají. (Sharry, 2006)

Mádrová (1998) ve svém díle zdůrazňuje, že odměna musí působit pozitivně, jinak se stává trestem.

Má několik funkcí:

- zklidňuje, vyvolává jistotu,
- podporuje spolupráci,
- vyvolává radost, zlepšuje náladu,
- mírní agresivitu, tlumí vztek,
- zvyšuje sebevědomí, soustředění, otevřenost, sdílnost, odpovědnost, sebedůvěru,
- znesnadňuje lež, podvod,
- dodává chuť do práce.

Sharry (2006, s. 36) ve své knize zmiňuje: „*Děti máme chválit proto, aby měly motivaci chovat se lépe. Tohoto cíle dosáhneme jasnou, konkrétní a osobní formou pochval.*“

Aby bylo odměňování efektivním výchovným nástrojem, je důležité dodržovat určité zásady.

Jak již bylo zmíněno výše, odměny hrají klíčovou roli v motivaci. Aby byla odměna skutečně motivující, musí být pečlivě zvolena s ohledem na individualitu dítěte. Co jedno dítě považuje za odměnu, může být pro jiné nežádoucí. Je důležité, aby odměny reflektovaly osobní zájmy, preference a potřeby odměňovaného dítěte. Nesmíme zapomínat, aby odměny byly spravedlivé a konzistentní, pokud by tomu tak nebylo, může to vést k dlouhodobé frustraci či demotivaci. Rodič by měl vždy zmínit, za co chválí, aby dítě porozumělo jasné souvislosti mezi svým úsilím a odměnou (Sharry, 2006).

Mělo by zde být uvedeno, i na co můžou mít odměny negativní vliv. Kvůli pochvalám můžou rodiče zabrzdit rozvoj návyku dělat věci, jak nejlépe potomci dovedou. Systém „*něco za něco*“ oslabuje vnitřní motivaci jedince k požadované činnosti. Činnost, která by měla být sama o sobě důležitá, se stává pouhým prostředkem pro získání čehosi důležitějšího – odměny. Tím tedy dosahujeme úplně jiného výsledku. „*Snížíme hodnotu činnosti samotné a zvýšíme hodnotu odměny.*“

Pokud dítě v nižším věku budeme chválit pouze v jedné konkrétní činnosti (např. hra na klavír), může to vést k tomu, že dítě bude danou činnost upřednostňovat za účelem slyšet pochvalu: „*Ty ale krásně hraješ na ten klavír*“. Namísto toho, aby se jednatlivec rozvíjel dále a objevoval i jiné aktivity (*Respektovat a být respektován, online, 2015*).

4 Teoretické výzkumy ve sledované oblasti

4.1 Graf od společnosti Ipsos Group S.A.

Tento graf (2024, online) na téma „Jaká bude budoucnost rodičovství?“ (org. What the future parenting?) zobrazuje výsledky průzkumu mezi rodiči, kteří odpovídali na otázku, jaké problémy je nejvíce znepokojují. Rodiče mohli vybírat až ze tří oblastí, které považují za největší zdroj obav.

Na prvním místě se objevilo duševní zdraví jejich dětí, tuto oblast zaškrtnulo 37 % rodičů. Šikana se objevila hned na druhém místě s 35 %, na dalších předních místech se objevila i sexualizace dětí, únosy a obchodování s dětmi. 27 % rodičů trápí i obava fyzické bezpečnosti na školách. 20 % zmínilo oblasti jako dopady technologií, mravní úpadek či šíření dezinformací. Obecně lze konstatovat, že graf naznačuje, že současné rodiče nejvíce znepokojuje duševní zdraví jejich potomků.

Obavy rodičů se nám odráží ve výchovných stylech i v nastavování hranic. Tento důraz na emocionální pohodu často vede k tomu, že rodiče volí citlivější a empatictější přístupy, než bylo obvyklé v minulosti. Namísto autoritativního stylu, který se zaměřuje na přísné dodržování pravidel, dnešní rodiče častěji uplatňují styl založený na porozumění a komunikaci. Díky tomu se děti učí lépe rozpoznávat a vyjadřovat své emoce, což podporuje jejich psychickou pohodu. Tato změna se promítá i do nastavování hranic, které jsou flexibilnější a více reflektují individuální potřeby a pocity dítěte. Rodiče se snaží vytvářet prostředí, kde dítě může otevřeně sdílet své obavy.

Tento empatický přístup může vést k větší toleranci k emocím dětí, ale zároveň i ke složitějšímu nastavování jasných hranic. Rodiče často hledají rovnováhu mezi podporou a ochranou, což není jednoduché, zejména když si uvědomují rizika, která graf zmiňuje – jako je šikana, sexualizace dětí či vliv technologií. Celkově lze říci, že důraz na duševní zdraví ovlivňuje výchovné postupy směrem k většímu pochopení, ale také ke snaze o udržení bezpečných a jasných hranic pro zdravý vývoj dětí.

4.2 Studie od Elena Weidt – Proč jsou hranice pro děti důležité a jak je nastavit?

Studie zkoumající význam hranic ve výchově dětí odhalila několik klíčových poznatků, které zdůrazňují jejich důležitost nejen pro zdravý vývoj dítěte, ale i pro udržení rovnováhy v rodinných vztazích. Hranice poskytují dětem pocit bezpečí a jasně vymezují prostor, ve kterém mohou objevovat svět. Podle odborníků správně nastavené hranice nepředstavují

překážku, ale oporu. Jsou projevem respektu k potřebám dítěte i rodiče a vytvářejí prostředí, které podporuje vzájemnou důvěru.

Studie upozorňuje, že rigidní autoritativní přístup, který spočívá ve striktním prosazování pravidel bez vysvětlení, je zastaralý a neefektivní. Děti lépe reagují na hranice, které jsou flexibilní a přizpůsobené konkrétní situaci. Tento přístup umožňuje nejen dodržovat pravidla, ale také zohledňovat individuální potřeby dítěte, čímž se podporuje jeho schopnost regulovat vlastní chování. Klíčové je přitom vysvětlování důvodů, které posiluje pochopení dítěte a jeho schopnost vnitřně přijímat pravidla.

Hranice mají zásadní vliv na emoční vývoj dítěte. Jesper Juul zdůrazňuje, že děti potřebují zažívat frustraci z odmítnutí, protože ta je nezbytnou součástí růstu. Učí se tím chápat, že jejich okolí má své vlastní potřeby a limity, což podporuje rozvoj empatie a respektu k druhým. Zkušenost s jasně nastaveným „ne“ je proto důležitá nejen pro sociální dovednosti dítěte, ale i pro jeho schopnost vyrovnávat se s odmítnutím v pozdějším životě.

Neméně důležité je uvědomění si vlastních hranic rodičů. Studie upozorňuje, že rodiče, kteří dlouhodobě ignorují své vlastní potřeby, se vystavují riziku vyčerpání a emocionálního vyhoření. Nora Imlau poukazuje na nutnost, aby rodiče dokázali reflektovat své limity, otevřeně o nich komunikovali a vyhradili si čas na regeneraci. Důsledné nastavování hranic vůči dítěti by nemělo být na úkor pohody a duševního zdraví rodiče.

Hranice navíc významně přispívají k sociálnímu a kognitivnímu vývoji dítěte. Studie potvrzuje, že děti se učí chování prostřednictvím napodobování rodičů. Pokud jsou hranice stanovovány důsledně a s respektem, děti si osvojí podobný přístup. Klíčovou roli hraje také vývojová fáze dítěte. Mladší děti lépe reagují na praktické příklady a vizuální pomůcky, zatímco starší děti jsou již schopné chápat důvody a logiku pravidel.

V praktické rovině studie ukazuje, že konflikty, jako je odmítání oblékání nebo neochota dodržovat pravidla, lze efektivně řešit klidným, ale rozhodným přístupem. Namísto trestání je vhodnější nabídnout alternativy nebo projevit porozumění pro pocity dítěte. Zároveň je důležité být důsledný a držet se nastaveného rozhodnutí, což dítěti poskytuje pocit jistoty a stability.

Závěrem studie konstatuje, že hranice hrají klíčovou roli v dětském vývoji, pokud jsou nastaveny s ohledem na individuální potřeby dítěte i rodiče. Ideální hranice nejsou rigidní, ale flexibilní a přizpůsobivé, což umožňuje vytvářet prostředí, ve kterém se dítě cítí bezpečně a respektováno. Tento přístup pomáhá rozvíjet nejen dětskou samostatnost a vnitřní motivaci, ale také zdravé a harmonické vztahy v rodině.

Výsledky studie potvrzují, že hranice jsou klíčovým prvkem výchovy, ale jejich efektivita závisí na přístupu rodičů. Ideální hranice nejsou rigidní, nýbrž pružné a odpovídající individuálním potřebám dětí i rodičů. Tento přístup zohledňuje nejen bezpečnost a vedení, ale také podporuje autonomii a emocionální zdraví dítěte. (Weidt, 2021)

Praktická část

Stanovení hranic je důležitým prvkem výchovy, který ovlivňuje celý život – jak se dítě učí pravidlům, rozvíjí svou sebedisciplínu a buduje si zdravé vztahy s okolím.

Každý správný rodič se snaží své dítě vychovat, aby z něj v dospělosti vyrostl slušný člověk. Otázkou ale stále zůstává, jak vychovat a jak nastavit vhodné hranice, aby z dítěte vyrostl právě onen slušný člověk. Pro potřeby této bakalářské práce jsem vybrala dvě metody sběru dat, v první části jsem se zabývala pozorováním dětí v interakci s rodinou, které jsem doplnila rozhovorem s matkami dětí.

5 Metodologie

5.1 Cíl průzkumného šetření

Již v úvodní části jsem krátce nastínila hlavní cíl výzkumného šetření, kterým je hledání optimálních způsobů nastavení hranic ve výchově – jak správně dítě chválit, ale také jakou formu sankcí volit.

Cílem je dospět k hlubšímu porozumění významu hranic ve výchově a zdůraznit vhodné metody a přístupy, které by se měly objevovat ve výchově.

Jsem si vědoma, že rozsah mého výzkumu neumožní postihnout širokou populaci dětí, přesto doufám, že má práce může poskytnout některé cenné podněty pro další výzkumníky či pro zvědavé rodiče.

5.2 Výzkumný problém

Můj osobní zájem mě přivedl k tomuto výzkumnému problému, jelikož jsem chtěla lépe porozumět této problematice – nejen ze zvědavosti, ale i s možným využitím do budoucna, například při vlastním mateřství. Během svého předvýzkumu jsem si však uvědomila, že dostupné příručky a odborné materiály na toto téma nejsou vždy aktuální a ucelené. Je důležité pochopit širší souvislost správného nastavení limitů a jeho následného ovlivnění vývoje dítěte.

5.3 Výzkumné otázky

Na základě stanoveného cíle a výzkumného problému jsem stanovila hlavní výzkumnou otázku: „Jak nastavit optimální nastavení hranic v mladším školním věku?“

Hlavní otázku jsem dále rozdělila do dalších specificky výzkumných otázek – SVO. Pod specificky výzkumné otázky spadají tazatelské otázky – TO. Tyto otázky jsou odvozeny ze

specifických výzkumných otázek a slouží k podrobnějšímu zkoumání tématu v rozhovorech s respondenty (Švaříček, Šed'ová, 2014).

Specifické výzkumné otázky (SVO):

- Jak jste nastavili hranice svému dítěti?
- V jakých oblastech jste přísnější, a naopak v jakých dáváte dítěti více volnosti?
- Jak dítěti vysvětľujete pravidla?
- Jak pozná dítě, kde končí limity?
- Jak se projevuje Vaše dítě, když s danými hranicemi nesouhlasí?
- Jak reagujete na to Vy, když dítě s hranicemi nesouhlasí?
- Jak odměňujete dítě za správné chování?
- Jak řešíte situace, kdy poruší pravidla?
- Jak podle Vás vypadají optimálně nastavené hranice ve výchově?

5.4 Metody výzkumné práce

Pro svoji bakalářskou práci jsem zvolila kvalitativní výzkum, který se snaží o získání detailních a komplexních informací o studovaném problému.

Z kvalitativních metod jsem vybrala metodu pozorování a dále i rozhovoru.

5.4.1 Pozorování

Jak již bylo zmíněno výše, i pozorování se řadí do kvalitativní metody sběru. Existuje několik druhů pozorování, přičemž v této práci bylo vybráno zúčastněné pozorování, v angličtině nazývané jako participant observation. Tento typ spočívá v přímém zapojení výzkumníka do zkoumaného prostředí s cílem porozumět a popsat sociální procesy a interakce v jejich autentickém kontextu. Výzkumník je přítomen přímo v terénu a pozorování ví o jeho přítomnosti, avšak on sám se aktivně nezapojuje do žádné interakce či nezasahuje do průběhu pozorování.

V tomto výzkumu bylo použito přímé pozorování, což znamená, že jsem já jako badatelka byla přítomná v momentě probíhajících událostí, nejednalo se tedy o nepřímé pozorování, které je založeno na sekundárních záznamech.

Jednalo se o pozorování, byly předem stanované oblasti, které jsem chtěla sledovat – reakce dítěte i rodiče, pravidla, tresty, limity a další zajímavé aspekty. Dále bychom mohli pozorování rozdělit dle času – na krátkodobé a dlouhodobé, podle pozorovatele – introspekce/extrospekce nebo dle struktury – strukturované či nestrukturované pozorování,

kdy při strukturovaném pozorujeme a zaznamenáváme již předem definovanou část skutečnosti, u pozorování nestrukturovaného pozorovatel sleduje situaci jako celek a zapisuje vše, co považuje za důležité. Nejsou předem stanoveny konkrétní kategorie. (Švaříček, Šedřová, 2014)

Vzhledem k tomu, že jak rodič, tak i dítě byli informováni o mém pozorování, lze tento přístup označit za otevřené pozorování, při němž identita výzkumníka není skrytá.

Mezi výhody pozorování patří možnost zachytit rutinní situace, které by v rámci rozhovoru mohli opomenout či považovat za příliš nevýznamnou. Musíme brát v potaz, že veškeré tyto vlivy mohou ale i negativně ovlivnit pozorování.

Díky pozorování jsem mohla zaznamenat interakci mezi dítětem a rodičem v obyčejných denních situacích, zaměřovala jsem se tedy především na stanovení hranic ve výchově, což mi umožnilo vzhled do toho, jak jednotlivé děti reagují na stanovené limity a zároveň jak jsou jim vysvětleny. Dále jsem získala i možnost analyzovat, jak dítě vnímá a přijímá nastavená pravidla a s tím i spojené odměny a zákazy.

Všimla jsem si rozdílů v přístupech jednotlivých rodičů – od přísných po benevolentní – a toho, jak se tyto styly promítaly do chování dětí, míry jejich spolupráce a emoční stability. Pozorování nastínila shodu mezi teoretickými poznatky a praktickými výchovnými přístupy rodičů, zejména v oblasti důslednosti, struktury a potřeby jasně stanovených pravidel ve výchově dětí.

5.4.2 Rozhovor

Metoda rozhovoru, která se často v angličtině nazývá jako in-depth interview, se překládá do češtiny hloubkový rozhovor. Účelem této metody je zachytit co nejvíce spontánních výpovědí od respondenta, což dává možnost badatelovi zachytit autentické odpovědi a zároveň mít možnost pozorovat bezprostřední reakce respondentů. Rozhovor není výsledkem práce pouze badatele, ale i respondenta, který se na výzkumu aktivně podílí.

Rozhovor patří mezi nejtěžší metody pro získání kvalitativních dat. Z hlavních dvou typů hloubkových rozhovorů jsem si vybrala typ rozhovoru polostrukturovaný, který se opírá o předem připravené okruhy a otázky. Okruhy mého výzkumu se týkaly limitů, pravidel, reakcí dítěte i rodiče, odměn a trestů ve výchově. Tyto okruhy mi pomohly nalézt odpověď na výzkumnou otázku – ZVO. Jednotlivé tematické okruhy jsem rozdělila jako specifické výzkumné otázky – SVO, na jejichž základě byly formulovány konkrétní tazatelské otázky – TO. Tento způsob se nazývá pyramidovým modelem. Očekává od badatele velkou připravenost již před rozhovorem, kdy si musí rozmyslet, na jaké okruhy se chce ptát a jaké

otázky k tomu použije. Není potřeba, aby se svých příprav držel na sto procent, ptát se může i v jiném pořadí či se doptávat. Dle situace jsem pořadí otázek během rozhovoru občas upravila. Také jsem využila dalšího dotazování tazatele (Švaříček, Šed'ová, 2014).

5.5 Výzkumný soubor

Vzhledem k tématu mé bakalářské práce jsem výběr výzkumného šetření měla záměrný. Kritéria pro vybrání jsem zvolila tato: nižší školní věk, což znamenalo ve věkovém rozhraní 6–11 či 12 let.

Nebylo podmínkou, aby děti pocházely z úplných rodin či měli sourozence. Ani na rodiče jsem neměla žádné specifické podmínky, nehrál tedy žádnou roli věk ani dosažené vzdělání. Oslovila jsem sedm respondentů, z toho jsem vybrala tři nejvhodnější. Vybraní respondenti tvořili jak známí, tak i osoby, které mi na základě věku jejich dětí doporučili blízcí přátelé.

Jméno dítěte a matky	Věk dítěte	Typ školy	Třída	Sourozenci	Vzdělání rodičů
Nela, Natálie	9 let	Veřejná	3.	Žádní	VŠ a SŠ
Lukáš, Lenka	8 let	Soukromá	2.	Žádní	VŠ a VŠ
Anna, Aneta	8 let	Veřejná	2.	Starší bratr	VŠ a VŠ

5.5.1 Etické aspekty

Při realizaci této práce jsem kladla důraz na dodržení všech etických zásad výzkumu v oblasti pedagogických věd, zejména s ohledem na práci s rodiči a dětmi. Všichni respondenti byli předem seznámeni s cílem výzkumu, průběhem sběru dat a byli ujištěni o dobrovolnosti účasti a možnosti kdykoliv od výzkumu odstoupit bez jakýchkoli následků. Připravila jsem dva dokumenty, který se vztahovaly jak na rozhovor, tak i na pozorování. Jimi byly informovaný souhlas a čestné prohlášení, které oběma stranám – respondentům i badateli – stanovují jakousi záruku, jsou přiloženy v příloze. Tyto dokumenty jsem jim zaslala již pár dnů před setkáním elektronickou formou, aby měli dostatek času na jejich nastudování. V den pozorování jsem dokumenty vytiskla a vzala jsem si je s sebou k jejich podepsání. Všichni respondenti dané dokumenty podepsali. V dokumentech bylo také zmíněno audio i video nahrávání, s kterým nikdo neměl problém, což mi umožnilo se soustředit na dané otázky a nemusela jsem se stresovat se detailním zapisováním. Po ruce jsem i přesto měla papír, kam jsem si občas poznamenala jejich výraz či jiné poznámky. Všechny rozhovory

byly nahrávané na mobilní telefon a nahrávky včetně video nahrávek pozorování byly po přepsání do textové podoby smazány.

Jelikož jsem vstupovala přímo do rodinného prostředí, jsem si vědoma, že má přítomnost mohla ovlivnit chování členů domácnosti, a tím i samotné pozorování. Děti se mohly předvádět nebo chovat jinak, než by tomu bylo v běžných podmínkách, a rodiče mohli vnímat moji přítomnost jako hodnotící prvek, což mohlo vést k úpravě jejich běžného způsobu komunikace a jednání.

Podobná rizika mohou být spojena i s realizací rozhovorů, které jsou sice cenným zdrojem dat, nicméně nelze zcela vyloučit možnost, že někteří respondenti odpovídali tak, jak považovali za společensky žádoucí. Je proto nutné brát v úvahu, že získaná data mohou nést míru subjektivního zkreslení.

Veškerá data byla zpracovávána citlivě, s respektem k soukromí respondentů a při interpretaci výsledků jsem reflektovala možné limity plynoucí jak z metod sběru dat, tak z etických hledisek výzkumu.

5.6 Vstup do terénu

Kontaktovala jsem možné respondenty, u kterých jsem si byla jistá, že by splňovali podmínky výzkumu. Dále jsem se poptala po rodinných známých, zda by o nevěděli o někom dalším. Po získání sedmi kontaktů jsem je všechny telefonicky kontaktovala a krátce jsem jim popsala mou bakalářskou práci, především její cíl. Také jsem je ujistila o zabezpečení anonymity vzhledem k poměrně osobním informacím o jejich soukromých životech.

S respondenty, kteří měli i přesto zájem se na výzkumu podílet, jsem si domluvila konkrétní datum, snažila jsem se co nejvíce vyjít všem vstříc, abych jim situaci nekomplikovala a také aby byl výzkum co nejvíce autentický. Rozhovory se konaly ve stejný den jako pozorování, respondenti byli za tuto možnost rádi.

Před začátkem výzkumu jsem se snažila navodit příjemnou atmosféru.

Výzkumné šetření bylo realizováno především pomocí pozorování, kdy jsem v každé rodině strávila přibližně 5 až 6 hodin. Většinou jsem se setkala s matkami ještě před školou jejich dítěte, kdy jsem znovu připomněla cíl a zaměření svého výzkumu. Průběh dne se v jednotlivých rodinách lišil – s některými matkami jsem vyzvedla dítě po obědě ve škole a dále jsme pokračovali domů nebo na mimoškolní aktivitu. Pobyt v rodině obvykle pokračoval až do večerních hodin, často jsem zůstávala i na večeři, po níž mé pozorování končilo.

Bylo by vhodné v této souvislosti zmínit, že časový rozsah pozorování byl poměrně krátký, což představuje určité omezení výzkumu. Pro získání hlubších a reprezentativnějších výsledků by bylo vhodné delší pozorování i zapojení většího počtu respondentů.

Dalším důležitým faktorem je možný vliv přítomnosti výzkumníka (mě) – během mého pobytu se mohly děti přetvařovat nebo rodiče chovat odlišně, než je pro ně obvyklé. Je proto nezbytné pracovat s vědomím možné odchylky od reality.

Před rozhovorem jsem je upřesnila, že kdyby jakákoliv otázka nebyla srozumitelná, není problém ji ještě jednou detailněji vysvětlit i v případě jakékoliv nepříjemné otázky nemuseli respondenti odpovídat. Během rozhovoru jsem se snažila držet připraveného schématu. Snažila jsem se postupovat od obecného ke konkrétnějšímu. Využila jsem i několika doplňujících otázek. Na respondenty jsem nespěchala, neskákala jsem jim do odpovědí či jsem s nimi nemanipulovala. Rozhovor trval okolo 35–45 minut. Někteří respondenti byli více sdílní, někteří naopak stručnější. Po rozhovoru jsem každému poděkovala za účast.

5.7 Analýza dat

Zvolila jsem techniku otevřeného kódování, která se využívá právě v kvalitativním výzkumu. Pod tímto názvem bychom si mohli představit operaci, během které badatel zjištěné údaje rozebírá a skládá novým způsobem. Jeho cíl je pojmenovat informace tak, aby se v nich daly odhalit skryté vzorce a souvislosti. Snaží se tedy o pojmenování informací pomocí určitých hesel neboli kódů tak, aby je mohl správně kategorizovat.

Aby se mi kódy lépe hledaly, pomáhala jsem si návodnými otázkami, a tak jsem jednodušeji zjistila, jaký jev je v dané sekvenci důležitý.

Rozhovory jsem si vytiskla a barevně v textu označila vše, co jsem si myslela, že by mohlo být potřebné. Jednotlivé kódy jsem si pak dala do sekcí, který v sobě skrývaly jakousi podobu. Tak mi vznikl kategorizovaný seznam kódů.

Abych získané kódy mohla rozkódovat, využila jsem techniku „vyložení karet“. Tato technika se řadí mezi ty jednodušší. Po vytvoření kategorií jsem je seřadila do logické struktury jakési linky a napsala souvislý text, který shrnul jejich obsah.

Do závěrečné analýzy jsem nezařadila všechny kategorie. Vybrala jsem z již předem připravených specifických výzkumných otázek ty, které by mi mohly odpovědět na vymezení cíle BP.

Jedná se o tyto SVO:

- Jak dítěti vysvětlujete pravidla?
- Jak pozná dítě, kde končí limity?

- Jak odměňujete dítě za správné chování?
- Jak řešíte situace, kdy poruší pravidla?
- Jak se projevuje Vaše dítě, když s danými hranicemi nesouhlasí?
- Jak reagujete na to Vy, když dítě s hranicemi nesouhlasí?

Na konci analýzy jsem ze všech získaných informací vytvořila „*analytickou kostru příběhu*“. Jejím cílem bylo popsat jednotlivé kategorie i jejich vzájemné vztahy tak, abych mohla formulovat klíčová tvrzení práce.

Dále jsem pomocí techniky „*vyložení karet*“ interpretovala výzkumná data a sestavila shrnutí, které naleznete v další části práce, tj. v Diskusi výsledků, kde porovnávám výsledky z výzkumu s teoretickými poznatky.

5.8 Výsledky a interpretace výsledků

5.8.1 Případová studie č. 1: Nela

Nela žije v úplné rodině v domácnosti s matkou a otcem. Rodinné prostředí působí stabilně, matka tráví s dcerou mnoho času vzhledem k tomu, že pracuje na částečný úvazek převážně z domova.

Stanovené hranice

Z rozhovoru s matkou i z pozorování je zřejmé, že rodina určité hranice a pravidla nastavuje: „Snažíme se, aby měla jasně dané hranice hlavně v tom, co pro ni je důležité.“ Ale tyto limity nejsou vždy důsledně dodržovány. Matka během rozhovoru přiznala, že není schopna kontrolovat vše, „že si má umýt ruce, když přijde domů... to už prostě nekontroluju,“ což je naprosto normální. Doplnila také, že s manželem nastavují během víkendu spánkový režim, jak se to především hodí jim: „Dám ji třeba spát dřív.“

Tato nestrukturovanost ukazuje na absenci stabilní struktury, která je přitom v mladším školním věku zásadní. Dítě v tomto období potřebuje hranice nejen k rozvoji odpovědnosti, ale i k orientaci v sociálním prostoru. Jak uvádí Vágnerová a Lisá (2022), jakási předvídatelnost a stálost pravidel poskytují dítěti pocit bezpečí a jistoty, naopak nahodilost může vést k nejistotě v chování a vyjednávání o podmínkách, proto se doporučuje v tomto věku držet se stejných pravidel a pravidelnosti, být důsledný a neměnit pravidla.

Na druhou stranu lze v rodině pozorovat důslednost v oblasti školních povinností – dítě má povinnost nejprve dokončit úkoly, teprve poté se může věnovat zábavě. „Třeba po škole se nejdřív musí udělat úkoly, pak mi je dá zkontrolovat.“

Zároveň však matka přiznává, že pravidla často určuje intuitivně a flexibilně, tzv. „selským rozumem“. Bez konzultace s dítětem a bez jasného systému. Doplnuje, že hranice se mění dle momentálních potřeb nebo nálad: „Záleží také, jak se Nele chce.“ Z hlediska vývojové psychologie může vést k vnitřnímu zpochybnění autority rodiče a nejistotě, co platí a co už ne (Matějček, 1994).

Během pozorování bylo patrné, že Nela má tendenci hranice testovat spíše pasivní formou, např. dítě nereaguje na slova matky, jednoduše dělá, že neslyší, odchází do jiné místnosti, nekouká se nám do očí... To potvrzuje i matka: „Občas to protahuje, kouká jinam, dělá, že neslyší.“ Aktivní protest se objevil během pozorování jednou, kdy matka nedovolila, aby dcera šla k sousedce na návštěvu, Nela se následně urazila a zalezla do pokoje i s bundou na sobě. Podle Čápa (1996) takové projevy chování ukazují na nedostatek vnitřního porozumění smyslu pravidla – dítě pravidlo nevnímá jako odůvodněné, ale jako jednostranně vnucené. V tomto případě bychom mohli říct, že Nela neakceptovala matčiny důvody, proč nemůže jít za kamarádkou.

Komunikace a interakce

Vztah mezi matkou a dcerou je výrazně asymetrický – matka má snahu o kontrolu, organizaci a hodnocení, zatímco dcera je převážně pasivní, místy až apatická, vztah se tedy nevyskytuje v jakési rovnováze. Vidíme to hezky na příkladu, kdy po vyzvednutí dcery ze školy se matka Nely vyptávala na školní den, avšak dcera reagovala pouze stručně: „Dobry.“ Nela s matkou často nenavazovala oční kontakt, spíše koukala do země, což mohlo být, ale způsobeno i mojí přítomností.

Nela komunikovala převážně pasivně, často pouze neverbálně (kývnutí, pohled stranou, mlčení). Komunikace tedy často probíhá formou instrukcí a hodnocení, např. „Uklid' si to.“, „Piš lépe.“, zatímco skutečný dialog se objevuje spíše zřídka. Ačkoliv se matka snaží komunikaci navázat, Nela v ní většinou nepokračuje. Tento styl odpovídá instruktivnímu modelu komunikace, který je typický pro autoritativnější přístupy (Matějček, 1994), přičemž dítě zde plní spíše roli adresáta než partnera.

V situacích, kdy matka nabídla kompromis nebo odměnu (např. dort po úkolech), došlo k pozitivnímu obratu – Nela navázala oční kontakt, vstala a začala samostatně jednat.

Z rozhovoru je patrné, že matka dceru ráda hodnotí, během rozhovoru převážně pozitivně: „S ní není jako problém.“ Oceňuje zejména její studijní výsledky a snahu. Zároveň však působí až úzkostlivě a kontrolujícím dojmem – opakovaně zmiňuje potřebu důsledného

vedení, kontroly školních povinností a vyhodnocování výkonu. Sama uvádí, že „dítě samo od sebe nic neudělá“ a že „potřebuje pevnou ruku“. Tento přístup poukazuje na vnitřní napětí a potřebou matky mít situaci pod kontrolou. Jak upozorňuje Vágnerová (2012), přílišná kontrola může u dítěte vést k oslabování autonomie a podkopávat jeho vnitřní motivaci. Z hlediska vývojové psychologie mladšího školního věku je přitom důležité, aby dítě dostávalo příležitost pro samostatné rozhodování a postupné přebírání odpovědnosti (Vágnerová, Lisá, 2022). Aby se dítě jednou mohlo stát samostatnou jednotkou.

Tresty a odměny

Paní Natálie výslovně odmítá fyzické tresty i autoritativní nátlak. Místo toho využívá raději princip zákazu určité činnosti či objektu (nejčastěji televize, kroužku či mobilního telefonu). Nele se snaží vysvětlit důvody, proč tomu tak je a co může udělat, aby se zákaz neopakoval. Například pokud hraje online hry namísto plnění povinností, matka reaguje zákazem telefonu: „Takže jsem jí ten mobil vzala ... a mobil jsem jí dala až večer.“ Tento přístup bychom mohli vidět spíše pozitivně, Sharry (2006) doporučuje využívat logické důsledky namísto nesmyslných trestů, dbá na vysvětlení daného trestu.

V oblasti odměn Natalie nemá nastavený žádný specifický přístup – říká tedy, že odměny u nich doma nejsou pravidlem. Využívá je k motivaci dcery, což si sama během rozhovoru uvědomila: „Prostě jí dám pár bonbónů nebo nějaký sušenky na talířek, aby si k tomu sedla.“ Odměna má v tomto kontextu funkci posilovače žádoucího chování, typicky při učení nebo plnění domácích úkolů. Sama matka si tohoto „motivačního“ aspektu není vědoma, všímá si toho její manžel: „Můj manžel říká, že je to uplácení, ale já to vidím spíš jako motivaci.“ Matka říká, že neodměňuje za známky, „za každou jedničku“, ale jen pokud vnímá, že si dítě dalo skutečně práci: „Když vidím, že se fakt snažila nebo něco udělala dobře, tak jí to dám najevo.“

Z denního pozorování vyplývá, že některé „odměny“ jsou užity i jako forma úplatku – například: „Uděláme úkoly a pak půjdeme pro dorty.“ Takový způsob může být v rozporu s cílem vnitřní motivace, jak uvádí Pelikán (1995), podle něhož by dítě mělo vnímat splnění povinností jako přirozenou součást dne, nikoliv jako cestu k zisku.

5.8.2 Případová studie č. 2: Lukáš

Lukáš je osmiletý chlapec, který navštěvuje druhou třídu soukromé základní školy v Praze. Rodina je tříčlenná a žije společně ve vlastním domě. Oba rodiče jsou pracovně velmi vytížení, a tak syna pravidelně vyzvedává buď chůva, nebo babička. V rodině je patrná dobrá

materiální situace – dbají na kvalitní vzdělání (soukromá anglická škola), mimoškolní aktivity – zejména judo, které navštěvuje dvakrát týdně, a rekreačně hraje fotbal s kamarády. V minulosti žili nějaký čas i v zahraničí. Rodina pravidelně cestuje, Lukáš je tedy zvyklý na změnu prostředí a přizpůsobení se novým podmínkám.

Stanovené hranice

Lukáš většinou přijímá hranice bez výrazného odporu. Pokud s něčím nesouhlasí, reaguje mírnou formou bez jakéhokoliv agresivního chování, matka jeho reakce chápe: „Je to normální, je to živý tvor.“ Například při požadavku na vypnutí televize zpravidla „brblá“, ale pokyn nakonec splní. Lukáš nejspíše rozumí důvodům, proč jsou hranice takto nastavené, což jak uvádí Vágnerová a Lisá (2022), zvyšuje jejich akceptaci ze strany dítěte a snižuje tendenci k protestnímu chování: „Syn nemívá záchvaty vzteku.“

Matka uvádí, že často výchovu přizpůsobuje atmosféře – např. o víkendu či na dovolené nevyžaduje tak přísné dodržování pravidel: „... tak je tam režim volnější, ale zároveň ani on nedělá nic, co by mi nebo manželovi vadilo.“ Tím pádem je důslednost do jisté míry relativní, jak poukazuje Weidt (2021), konzistence je důležitým faktorem v nastavování a chápání hranic. Dítě musí vědět, co platí a za jakých okolností.

Paní Lenka tvrdí, že optimální hranice jsou ty, které „... dávají smysl jak pro rodiče, tak pro dítě.“

Jak píše Matějček (1994), výchovné normy by neměly být vnucené, ale společensky a vztahově smysluplné – pouze tak se stávají přirozenou součástí chování dítěte.

Dle rozhovoru matka přijímá fakt, že nesouhlas dítěte je přirozený, pokud je v určitých mezích: „Taky občas zvýším hlas, jak na manžela, tak na Lukáška... naopak to znamená, že mi na tom záleží.“ Emoční autenticita rodiče je důležitá pro formování sociálně-emočního chování dítěte, přičemž Sharry (2006) upozorňuje, že dítě v tomto věku intenzivně reaguje na to, zda rodič jedná autenticky a zároveň s respektem či s láskou. Diskuse jsou v rodině možné, ale musí mít určitý rámeček – bez manipulace nebo afektu, není dobře, pokud dítě s rodičem umí manipulovat, vůbec ten fakt, že rodiče sebou nechají manipulovat.

Z rozhovoru také vyplynulo, že Lukáš silně vnímá spravedlnost, nemá rád situace, které považuje za neférové. Tuto citlivost lze chápat jako důsledek výchovného prostředí a observačního učení, které je pro mladší školní věk typické – dítě si osvojuje hodnoty, které jsou v rodině žité, nejen vyslovované (Vágnerová, 2012).

Rodiče se snaží o jednotný přístup. Matka uvádí, že otěhotněla v pozdějším věku, což jim dalo čas ujasnit si, jaký styl výchovy chtějí. „Vždycky jsme u ostatních viděli, jak ty maminky rozmazlují, a přitom ten otec to chce jinak.“

Matka opakovaně zdůrazňuje důležitost důslednosti v případě, že jsou doma a je školní režim – a to zejména v oblasti uspávání, času u obrazovky nebo množství sladkostí. Tyto hranice má Lukáš již ustálené, zná je, a proto je rodiče nemusejí opakovaně připomínat: „Jen po večeři nebo ke svačině dostane něco malého, někdy i ke snídani.“ To odpovídá fázi tzv. zvnitřňování pravidel (internalizace), kdy dítě již nejedná pouze pod vnějším dohledem, ale podle přijatého standardu chování (Vágnerová a Lisá, 2022).

Matka několikrát zmiňuje potřebu struktury a pravidel, které chápe jako předpoklad k budoucímu sociálnímu fungování: „Dbáme na to, aby byl slušný, vždy pozdravil, děkoval a prosil, nelhal.“ Tato výchovná filozofie je v souladu s pohledem Deweyho, podle něhož výchova směřuje k přípravě dítěte na aktivní a odpovědný život v komunitě.

Nachází se ze strany rodičů i schopnost výchovná pravidla upravovat, a to v souvislosti s vývojem dítěte. Například dřívější pravidlo ohledně večerky bylo přehodnoceno s ohledem na Lukášův věk a časovou náročnost aktivit: „... by z toho volného času už nic neměl.“ Jak shrnuje Vágnerová (2012), schopnost rodiče pružně reagovat na vývoj dítěte, aniž by opouštěl hranice a výchovný rámec, je znakem vyzrálého rodičovství.

Komunikace a interakce

Během pozorování Lukáše a jeho matky bylo patrné, že jejich vzájemná komunikace probíhá plynule, bez jakýkoliv obtíží, syn na matku velmi mile reaguje a má s ní pocit bezpečí. Matka s dítětem komunikuje převážně v přirozeném a nenásilném tónu, který odpovídá principům demokratického výchovného stylu, jak jej popisuje například Kurt Lewin (Čáp, 1996).

Již při vyzvedávání ze školy je zřejmá emocionální sounáležitost – např. v okamžiku, kdy Lukáš uviděl maminku, k ní ihned přiběhl a pevně ji objal. Tato neverbální interakce nám může ukazovat silnou citovou vazbu, kterou Matějček (1994) označuje za podstatný aspekt zdravého vývoje dítěte.

Dialog mezi matkou a synem je často spontánní, nenucený a zahrnuje sdílení zážitků i každodenních povinností. Matka se ptá: „Jaký byl trénink?“ A aktivně naslouchá, poté i chválí: „Ty jsi můj šikula.“ Matějček (1994) dbá na fakt, že právě kvalita komunikace mezi rodičem a dítětem zásadně ovlivňuje formování sebeobrazu dítěte a jeho schopnosti navazovat jakékoliv sociální vztahy.

Matka volí formu výběrového dialogu, např.: „Tuhle máš taky rád, co říkáš?“, čímž Lukášovi ponechává prostor pro vyjádření vlastního názoru. Tato forma komunikace podporuje vnitřní motivaci dítěte a odpovídá kontaktnímu a respektujícímu stylu výchovy (Harnošová, 2016). V některých situacích matka přechází do direktivnějšího tónu, zejména při organizaci večerního režimu: „Lukáši, koupání čeká.“ I zde je však zachována laskavost a respekt k dítěti. Takový způsob vedení je v souladu s demokratickým přístupem, kdy je dítěti ponechán prostor, ale v rámci jasně nastavených hranic.

Z pozorování vyplývá, že dítě má možnost vyjádřit své potřeby a přání, přičemž je vedeno k respektování pravidel a odpovědnosti. To potvrzuje i výrok matky z rozhovoru: „Chceme být tým (...) Lukáš ví, co od něj chceme.“

Právě rovnováha mezi jasně danými pravidly a prostorem pro svobodu se ukazuje jako nejvhodnější pro zdravý vývoj dítěte v mladším školním věku (Vágnerová, Lisá, 2022).

Tresty a odměny

Přístup rodičů k porušování pravidel je nenásilný a spočívá především v důsledném upozornění, opakovaném připomenutí a vysvětlení důsledků: „... několikrát mu to řekneme, ukážeme, vysvětlíme a pak zas znova.“ Například pokud Lukáš i po opakovaném upozornění přesáhne čas sledování TV, následuje vypnutí a upozornění, že takové chování není v souladu se stanovenou domluvou. V rozhovoru se matka vymezuje proti trestům a zcela odmítá jakékoliv fyzické sankce. Důraz je kladen spíše na vnitřní motivaci a pochopení pravidel než na nátlak. Tento postoj je v souladu s moderními výchovnými trendy, které se staví proti trestům jako neúčinnému a potenciálně škodlivému nástroji formování chování (Weidt, 2021).

Rodina nemá zavedený formální systém odměn, ale pozitivní chování je posilováno přirozeně – slovní pochvalou, dotekem nebo drobnou sladkostí po večeři: „... se opravdu snažil, ... pomohl s něčím doma nebo sám od sebe... tak ho pochválím.“ Z rozhovoru s matkou vyplynulo, že pokud se Lukáš například sám ujme nějaké aktivity nebo pomůže s domácností, je to komentováno jako správné, nikoliv jako výjimečný výkon hodný „odměny“. Dodává, že nevidí jednoduše žádný důvod, proč by se děti měly odměňovat, důraz je kladen na to, aby dítě vnímalo žádoucí chování jako normu, nikoliv jako prostředek k získání výhod. Tento postoj je v souladu s tezí Vágnerové (2012), že odměny mohou být účinné pouze tehdy, pokud nepůsobí jako vnější manipulativní nástroj, ale podporují vnitřní motivaci.

Výchovný styl rodičů Lukáše lze charakterizovat jako demokratický, založený na důvěře, jasné komunikaci a vzájemném respektu. Hranice jsou pevné, ale přizpůsobitelné, dítě je vedeno k samostatnosti a zároveň je mu poskytován dostatek emoční podpory. Vztah mezi rodiči a dítětem je stabilní a vyvážený, Lukáš se v rodině pohybuje v bezpečném prostředí, na svůj věk je velmi sociálně schopný, při našem setkání mi sám podal ruku a nahlas se představil.

Tento přístup odpovídá demokratickému výchovnému stylu, který dle Lewinovy typologie klade důraz na spolupráci, respekt a otevřený dialog (Čáp, 1996).

5.8.3 Případová studie č. 3: Anna

Anna je osmiletá dívka, která navštěvuje druhou třídu veřejné základní školy. Žije s matkou, otcem a starším bratrem v bytě na pražském sídlišti. Aktivně se věnuje sportovnímu tanci, a to třikrát týdně. Ze školy ji nejčastěji vyzvedávají prarodiče nebo bratr, v poslední době začala docházet domů i sama. Matka podniká a většinu času pracuje z domova, zatímco otec tráví s rodinou převážně víkendy, z práce chodí ve večerních hodinách.

Stanovené hranice

Výchovné hranice u Anny nebyly postaveny na explicitních zákazech, ale spíše na přirozených pravidlech, která vychází z hodnot matky – především ohleduplnosti, slušnosti a zodpovědnosti. Matka dává důraz na vzájemné vztahy mezi sourozenci („vždy myslet na druhého“, „něco mu přivést z výletu“, „dělat si radost“), základní slušné chování (pozdrav, poděkování), zodpovědnost v přístupu ke škole a pomůckám (příprava aktovky, školního oblečení) a na dodržení času stráveného u mobilního telefonu.

Z rozhovoru s matkou vyplynulo, že většina pravidel je nastavena již z doby, kdy byl bratr Anny malý, tím pádem jsou již v rodině zaryté.

Paní Alena několikrát zmiňuje odlišný přístup k výchově mezi ní a jejím manželem – zatímco otec klade důraz na výkon a školní přípravu, matka spíše na mimoškolní aktivity a na jakousi emocionální pohodu dítěte. Tento rozpor může být zdrojem vnitřního napětí, protože, jak upozorňuje Sharry (2006), jedním z předpokladů efektivního nastavování hranic je konzistence v přístupu všech významných dospělých osob.

Paní Alena refletovala, že některá pravidla se v čase mění, zejména s ohledem na vývoj dítěte a praktické potřeby rodiny. Příkladem je posunutí večerky kvůli tréninkům staršího syna nebo povolení vlastního mobilního telefonu vzhledem k tomu, že dcera chodí ze školy

již domů sama. Dále Alena upozorňuje na fakt, že u výchovy dcery je to již volnější, než to bylo u syna: „... když to fungovalo u prvního, tak to tak nechám i pro ni.“ Matka zdůrazňovala, že schopnost pravidla upravovat je pro ni znakem správné výchovy a že je potřebné, aby se v systému cítili dobře jak děti, tak rodiče, jinak se „domeček z karet rozpadne“.

Dle zjištěných dat odpovídá tato výchova demokratickému výchovnému stylu, který se vyznačuje respektem k potřebám dítěte, otevřenou komunikací a současně zachováním struktury (Čáp, 1996; Vágnerová a Lisá, 2022).

Tato rovnováha mezi svobodou a řádem odpovídá představě optimální výchovy, která podle teoretických rámců umožňuje dítěti orientovat se ve světě, rozvíjet samostatnost a současně respektovat druhé (Matějček, 1994; Vágnerová, Lisá, 2022).

Komunikace a interakce

Ve sledovaném dni bylo možné zaznamenat klidnou a zřetelně vřelou atmosféru mezi Annou a její matkou. Vztah matky a dcery vykazoval znaky stabilního a funkčního rodičovsko-dětského vztahu, dcera na matku reagovala velmi mile bez jakýkoliv agresivních znaků. Matka s dcerou aktivně komunikovala, často ji oslovovala láskyplnými výrazy („miláčku“, „broučku“), nabízela jí alternativy („Pribináček nebo jablko?“), zapojovala ji do společných činností (pečení bábovky, nákup). Způsob komunikace byl přirozený, vedený spíše vysvětlováním a nabídkami než přímými příkazy.

V některých situacích se objevovala mírná neochota – např. při večerním čtení nebo úklidu školních věcí –, nicméně nikdy nedošlo ke konfliktu nebo otevřenému odporu. Typické bylo spíše „mlčení“ nebo snaha odklonit pozornost jinam. Matka na tyto projevy reagovala klidně, neeskalovala je a zároveň nepovolila – čímž byla zachována její autorita.

Výchovný styl matky lze označit jako demokratický, umožňuje dítěti spolurozhodovat, nabízí možnosti a alternativy. Otevřenost k dohodám (např. při používání telefonu nebo večerním čtením) je vyvažována důsledností – jakmile je dohoda uzavřena, matka očekává její dodržení.

Tresty a odměny

Ve sledované domácnosti se výchova opírá více o prevenci než o represii. Jak je zřejmé z pozorování, v případě porušení pravidel matka volí zejména připomínání, vysvětlování a upozorňování – bez nátlaku nebo trestání. Například když Anna nereagovala na výzvu k

přípravě věci do školy, matka nejprve větu zopakovala, poté osobně přišla a provedla kontrolu aktovky, dceru pak krátce pochválila. Takový postup odpovídá doporučením současné výchovné literatury, která zdůrazňuje význam přiměřenosti a předvídatelnosti, a tak formuje morální autonomie dítěte. (Vágnerová, Lisá, 2022)

V domácnosti Anny není zaveden systém trestů, fyzické ani psychologické sankce nebyly během pozorování zaznamenány, dle rozhovoru s matkou ani podporovány: „Vše se dá vždycky vyřešit slovem.“ Ve výchově můžeme zaznamenat, že se rodiče řídí větou „první povinnosti, pak zábava“. Matka je tolerantnější ve chvíli, kdy ví, že dcera má veškeré úkoly hotové.

Vzhledem k tomu, že Anička často reaguje na pokyny s menším zpožděním nebo snahou vyjednávat (např. „já chci s maminkou“ nebo „jen jednu stránku“), je zřejmé, že v rodině je jakýsi prostor pro individuální potřeby dítěte, rodiče dokážou plnit jeho přání. Tento přístup lze zařadit do rámce demokratického výchovného stylu, jak jej popisuje Kurt Lewin – styl, který spojuje požadavky s respektem k dítěti a důrazem na porozumění pravidlům (Čáp, 1996).

Matka i otec však reagují důsledně a jednotně: dohody jsou většinou dodrženy, přestože styl komunikace zůstává vlídný. To opět potvrzuje demokratický rámec výchovy, který zajišťuje dítěti jasnou strukturu a zároveň emocionální jistotu (Čáp, 1997).

Z hlediska cíle výchovy je tento přístup v souladu s tím, co uvádí Dewey (1932), tedy vést dítě k tomu, aby jednalo správně z vnitřního přesvědčení, nikoli pouze na základě strachu z trestu nebo očekávání odměny.

5.9 Diskuse výsledků

Cílem této části práce je porovnat hlavní zjištění vyplývající z případových studií tří dětí – Nely, Lukáše a Anny – s teoretickými koncepty výchovných hranic a s výsledky jiných výzkumů zabývajících se touto problematikou.

Tato diskuse se opírá o pozorování z jednoho odpoledne, ale také o postoje a reflexe rodičů, které zazněly v polostrukturovaných rozhovorech.

Hned na začátku této podkapitoly by mělo být zmíněno, že výchovné hranice nejsou univerzální a jejich fungování se významně liší podle stylu výchovy, osobnosti rodičů, rodinné situace i aktuálních vývojových potřeb dítěte. Všechny tři sledované rodiny měly určitou formu pravidel a očekávání, přičemž míra jejich důslednosti, způsob komunikace i zapojení dítěte do procesu nastavování hranic byly odlišné.

Jedním z témat, které se opakovaně objevovalo ve všech třech rozhovorech, je důležitost struktury a řádu v životě dítěte.

Ve všech rodinách se výchovné hranice nejčastěji týkaly časového režimu (např. večeřka, čas u obrazovek), školních povinností a chování vůči ostatním.

Matka Nely pravidla přizpůsobuje aktuální situaci a náladě – jak sama uvedla, některé věci již „nekontroluje“, zmínila mytí rukou, což vzhledem k věku Nely ani není potřeba, na druhou stranu to může, podle Vágnerové a Lisé (2022), vést ke znejistění dítěte, protože dcera byla na kontrolu několik let zvyklá, byla to pro ni jakási jistota a bezpečí, že ví, co nastane. Dítě bez jasné struktury může začít testovat meze a zpochybňovat autoritu, což se u Nely projevovalo spíše pasivní rezistencí – například nereagováním na pokyny. Na druhou stranu tuto skutečnost nemůžeme přisuzovat faktu, že matka nekontroluje umytí rukou.

Významným rysem, který se objevil zejména v případě Nely, ale do určité míry i u Anny, bylo narušení vnitřní motivace dítěte skrze vnější tlaky. Zejména u Nely byla škola hlavním kritériem pro to, „co si může a nemůže dovolit“. Matka opakovaně kladla důraz na známky a odměňování či „uplácení“ bylo častým nástrojem, jak řídit dceřino chování, především v situacích, kdy si nevěděla rady. Tento styl výchovy do určité míry připomíná autoritativní přístup, jak jej definují Ogg a Anthony (2020), který je však ve své zdravé podobě kombinován s emocionalitou, což u Nely místy chybělo. Vztah mezi dcerou a matkou byl částečně narušený, projevoval se nedostatkem vzájemné empatie a častým ignorováním verbálních podnětů.

Naopak v případě Lukáše se objevovala velmi láskyplná komunikace, na první pohled bylo vidět, že hranice jsou ve výchově přítomné, spíše je měl Lukáš dlouho zafixované, tím pádem ho nenapadlo ani dělat něco jinak, když to takto funguje. Matka i otec působili jednotně, dítě rozumělo smyslu pravidel a akceptovalo je. Rodiče Lukáše nevnímali hranice jako nástroj kontroly, nechtěli syna neustále napomínat, protože ani to není řešení, jak ho vychovat. Brali výchovu jako jakýsi nástroj nasměrování, aby z něj vyrostl slušný člověk.

Zajímavé bylo sledovat flexibilitu v nastavování hranic – všechny tři matky se shodly, že hranice nejsou pevně dané, ale vyvíjejí se v čase s věkem dítěte a podle aktuální situace, což je správné. Pětileté dítě potřebuje něco jiného než desetileté, zároveň dítě roste a s tím i jeho zodpovědnost, pokud dítě hranice chápe, s přibývajícím věkem rodiče nemusí být již tak důkladní, což jsme mohli vidět u příkladu Lukáše.

Důležitým aspektem je i reakce dítěte na hranice – zatímco Lukáš reagoval převážně akceptací nebo diskusí, Anička se snažila hranice zpochybňovat (např. u mobilu), ale v rámci

„vyjednávacího stylu“, který byl matkou vnímán pozitivně. U Nely však často docházelo k odmítání či „pasivní rezistenci“, např. ignorování požadavků matky.

Všechny tři rozhovory zároveň ukázaly, že hranice byly spojeny s běžnými každodenními situacemi – čas u televize, úklid, školní povinnosti, zdravení či děkování. U Aničky se navíc ukázala potřeba harmonizace mezi rodiči – sama matka opakovaně zmiňovala, že s otcem se ne vždy shodnou v přístupu, což opět může vést k nesouladu a zmatku v percepci hranic dítětem. Naopak u Lukáše panovala výrazná výchovná shoda, což potvrdily i pozorované interakce – dítě přesně vědělo, co se od něj čeká.

Zajímavý rozměr do diskuse přinesla i otázka vysvětlování hranic – v rodině Anny i Lukáše rodiče kladli důraz na argumentaci a příklady z praxe. Naopak u Nely byla pravidla více direktivní, často bez vysvětlení („Uklid' si to!“), což mohlo vést k tomu, že dcera matku často ignorovala.

Všechny tři případy rovněž ukázaly, že odměňování za dodržování hranic probíhalo spíše formou pozitivní zpětné vazby (pochvala, objetí) než jako systém materiálních odměn. Výjimkou byla částečně Nela, kde byly častěji využívány „sladké dohody“. Tento přístup může snižovat vnitřní motivaci dítěte, jak uvádí Deci a Ryan (2000) – externí motivace může v dlouhodobém horizontu nahradit tu vnitřní, což není žádoucí.

Zajímavost byla, jak i výchova odráží aktuální digitální svět, vzhledem k tomu, že všichni rodiče zmínili dohlížení stráveného času na mobilních či televizních obrazovkách.

Z hlediska shody s odbornými výzkumy lze shrnout, že pozorované případy nejvíce odpovídají přístupům popsaným v rámci autoritativní výchovy, i když s různou mírou důslednosti a citové podpory. Všichni rodiče byli ochotni pravidla vysvětlovat, byli otevření diskuzi a zároveň je nastavovali dle aktuálních možností. Právě tento vyvážený přístup bývá dle výzkumů (např. Durbin et al., 1993) nejefektivnější pro vývoj samostatného, odpovědného a emočně vyrovnaného dítěte.

Přestože výzkum nelze zobecnit kvůli omezenému vzorku a krátkému časovému rámci, přinesl vhledy do každodenní výchovy a ukázal rozdílné přístupy, které se v praxi osvědčují či selhávají v závislosti na důslednosti, vztahu a stylu komunikace.

6 Závěr

Tato bakalářská práce se zabývala významem hranic ve výchově dětí mladšího školního věku. Cílem bylo nejen popsat teoretické poznatky, ale především je porovnat s konkrétním fungováním v rodinném prostředí prostřednictvím tří případových studií doplněných o rozhovory s matkami. Tento cíl byl naplněn kvalitativním výzkumem, který umožnil nahlédnout do každodenního života vybraných rodin a zachytit specifické přístupy k nastavování hranic, komunikaci a uplatňování pravidel.

Na základě teoretické reflexe i praktického šetření bylo možné potvrdit, že jasně stanovené, srozumitelně komunikované a důsledně dodržované hranice jsou nezbytnou součástí výchovného procesu. Děti poskytují nejen stabilní rámec pro každodenní fungování, ale i prostor pro rozvoj samostatnosti a odpovědnosti. Důležité je, aby samotné dítě význam hranic pochopilo – pouze tehdy je může skutečně dodržovat. Vhodně zvolený způsob komunikace přiměřený věku a schopnostem dítěte se tak jeví jako jeden z určujících faktorů pro úspěšnost výchovného působení.

Získaná data ukázala, že přístupy k výchovným hranicím jsou velmi individuální a ovlivněné řadou proměnných – od osobnosti rodičů přes rodinnou atmosféru až po aktuální životní okolnosti. V rodinách, kde byla pravidla formulována konzistentně a jasně, děti projevovaly vyšší míru spolupráce a emoční stability. Naproti tomu v prostředích, kde byly hranice proměnlivé nebo málo srozumitelně komunikované, bylo možné pozorovat známky nejistoty, ignorace či vyjednávání. Z těchto rozdílů nelze vyvodit jednotný model správné výchovy, ale je možné formulovat doporučení vycházející ze společných rysů funkčního nastavení hranic.

Zároveň je třeba reflektovat metodologické limity výzkumu. Téma výchovných hranic je ze své podstaty velmi subjektivní a obtížně uchopitelné v rámci krátkodobého pozorování. Výzkum probíhal pouze ve třech rodinách, a jeho výsledky tak nelze zobecňovat. Přesto však práce přinesla konkrétní příklady, které mohou sloužit jako podnět k další odborné diskuzi i hlubšímu výzkumu.

Závěrem lze říci, že práce přispívá k porozumění významu hranic ve výchově a může být inspirací nejen pro rodiče, kteří hledají způsoby, jak své děti vést citlivě, srozumitelně a s ohledem na jejich individuální potřeby.

7 Seznam použité literatury:

- BLÍŽKOVSKÝ, Bohumír. *Systémová pedagogika: pro studium a tvůrčí praxi*. Online. Amosium servis pedagogům. Ostrava: Amosium servis, 1992. ISBN 80-85498-18-9.
- CLOUD, Henry a TOWNSEND, John Sims. *Hranice a děti: proč ve vztahu k dětem budovat hranice?* Druhé vydání. Hranice. Praha: Návrat domů, [2016]. ISBN 978-80-7255-352-5.
- CONSERline: newsletter of the CONSER Program* [online]. Washington (D.C.): Library of Congress, Serial Record Division, 1994- [cit. 2025-04-16]. ISSN 1072-611X. Dostupný z: <http://www.loc.gov/acq/conser/conserline/conserline-home.html>.
- ČÁP, Jan. *Psychologie mnohostranného vývoje člověka*. Online. Učebnice pro vysoké školy. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1990. ISBN 80-04-22967-0.
- ČÁP, Jan. *Psychologie výchovy a vyučování*. Praha: Univerzita Karlova, 1997. ISBN 80-7066-534-3.
- ČÁP, Jan. *Rozvíjení osobnosti a způsob výchovy*. Psychologie. Praha: ISV, 1996. ISBN 80-85866-15-3.
- ČAPEK, Jan a ČAPKOVÁ, Markéta. *Pozitivní výchova sourozenců v rodině*. Rádcí pro rodiče a vychovatele. Praha: Portál, s.r.o, 2010. ISBN 978-80-7367-779-4.
- DECI, Edward L.; RYAN, Richard M. The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological inquiry*, 2000, 11.4: 227-268.
- DELAROCHE, Patrick. *Rodiče, nebojte se říkat ne*. Vyd. 2. Rádcí pro rodiče a vychovatele. Praha: Portál, 2007. ISBN 978-80-7367-347-5.
- DEWEY, John. *Demokracie a výchova*. Laichterova filosofická knihovna. Praha: Laichter, 1932.
- DURBIN, Denise L., et al. Parenting style and peer group membership among European-American adolescents. *Journal of Research on Adolescence*, 1993, 3.1: 87-100.
- GRECMANOVÁ, Helena. *Obecná pedagogika II*. Edukace. Olomouc: HANEX, 1998. ISBN 80-85783-24-X.
- HARNOŠOVÁ, Lucie. *Kontaktní rodičovství*. Brno: Brána k dětem, 2016. ISBN 978-80-260-9331-2.
- CHANDLER, George. *International and National Library and Information Services: A Review of Some Recent Developments 1970-80*. Recent Advances in Library and Information Services. Oxford: Pergamon, 1982. ISBN 0-08-025793-3.
- CHUA, Amy. *Battle hymn of the tiger mother*. Bloomsbury publishing, 2011.

- IPSOS. *What The Future: Parenting (2024)*. [online]. 2024 [cit. 2025-04-16]. Dostupné z: <https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/news/documents/2024-02/What-The-Future-Parenting.pdf>.
- KRAMULOVÁ, D. *Respektovat a být respektován (2015). Odměny a tresty ve výchově* [online] [cit. 2025-04-16]. Dostupné z: <https://www.respektovat.com/clanky-rozhovory/odmeny-a-tresty-ve-vychove/>.
- KRAUS, Blahoslav a POLÁČKOVÁ, Věra. *Člověk – prostředí – výchova: k otázkám sociální pedagogiky*. Brno: Paido, 2001. ISBN 80-7315-004-2.
- KRAUS, Blahoslav. *Základy sociální pedagogiky*. Online. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-383-3.
- MÁDROVÁ, Eva. *Zkuste být dítětem. Rádci pro rodiče a vychovatele*. Praha: Portál, 1998. ISBN 80-7178-229-7.
- MATEJČEK, Zdeněk. *O rodině vlastní, nevlastní a náhradní*. Praha: Portál, 1994. ISBN 8085282836.
- MATEJČEK, Zdeněk. *Výbor z díla*. Praha: Karolinum, 2005. ISBN 80-246-1056-6.
- Medvídkové hračky (2021). *Dítě perfekcionista* [online]. [cit. 2025-04-16]. Dostupné z: <https://www.medvidkovehracky.cz/blog/dite-perfekcionista/>.
- MOŽNÝ, Ivo. *Sociologie rodiny*. 2. vyd. Praha: Sociologické nakl., 2002. ISBN 80-86429-05-9.
- OGG, Julia; ANTHONY, Christopher J. Process and context: Longitudinal effects of the interactions between parental involvement, parental warmth, and SES on academic achievement. *Journal of school psychology*, 2020, 78: 96-114.
- OPRAVILOVÁ, Eva. *Předškolní pedagogika*. Pedagogika. Praha]: Grada, 2016. ISBN 978-80-247-5107-8.
- PELIKÁN, Jiří. *Výchova jako teoretický problém. Dědictví Komenského*. Ostrava: Amosium servis, 1995. ISBN 80-85498-27-8.
- POTOČÁROVÁ, Mária. *Pedagogika rodiny: teoretické východiská rodinnej výchovy*. Bratislava: Univerzita Komenského, 2008. ISBN 978-80-223-2458-8.
- PRŮCHA, Jan; WALTEROVÁ, Eliška a MAREŠ, Jiří. *Pedagogický slovník*. Online. 7., aktualiz. a rozš. vyd. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0403-9.
- PRŮCHA, Jan. *Přehled pedagogiky: úvod do studia oboru*. Online. 4., aktualizované vydání. Praha: Portál, 2015. ISBN 978-80-262-0872-3.

ROGGE, Jan-Uwe. *Děti potřebují hranice*. Vydání šesté. Praha: Portál, 2016. ISBN 978-80-262-1152-5.

ŘEZÁČ, Jaroslav. *Sociální psychologie pro posluchače učitelství 1. stupně ZŠ*. 2. vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1989.

SEARS, William a SEARS, Martha. *Kontaktní rodičovství: rozumná cesta k pochopení a výchově dětí*. Vydání druhé. Praha: Argo, 2018. ISBN 978-80-257-2449-1.

SHARRY, John. *Řešíme problémy s výchovou dětí a dospívajících*. Pedagogicko-psychologický rádce rodiče. Brno: Computer Press, 2006. ISBN 80-251-1295-0.

ŠVAŘÍČEK, Roman a ŠEĐOVÁ, Klára. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0644-6.

TŘEŠŇÁK, Petr. Půvab tygří výchovy. Online. In: *Respekt*. 22. 2011, [53]-58. ISBN 2011RE14A52A. ISSN 0862-6545.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Psychický vývoj dítěte v náhradní rodinné péči*. Praha: Středisko náhradní rodinné péče, 2012. ISBN 978-80-87455-14-2.

VÁGNEROVÁ, Marie a LISÁ, Lidka. *Vývojová psychologie: Dětství a dospívání*. Karolinum, 2022. ISBN 978-80-246-5024-1.

Veřejná žaloba (n.d.). *Základní pojmy v trestním řízení* [online]. [cit. 2025-04-16]. Dostupné z: <https://verejnazaloba.cz/vice-o-sz/vse-podstatne-o-trestnim-rizeni/zakladni-pojmy-v-trestnim-rizeni/>.

WISSEN, Elena. *Warum Grenzen für Kinder wichtig sind und wie man sie setzt*. [online] 2023 [cit. 2025-04-16]. Dostupné z: <https://www.swr.de/swrkultur/wissen/warum-grenzen-fuer-kinder-wichtig-sind-und-wie-man-sie-setzt-106.html>

8 Seznam příloh

Příloha 1. - Čestné prohlášení

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že jsem byl/a informován/a o tom, že podle výše uvedených právních předpisů o zpracování osobních údajů mám právo:

- kdykoliv odvolat udělený souhlas, a to pro každý ze shora uvedených účelů samostatně;
- vyžádat si informaci o tom, jaké mé osobní údaje zpracovávány;
- vyžádat si opravu nebo doplnění mých osobních údajů;
- žádat výmaz osobních údajů, pro jejichž zpracování již dále není důvod;
- žádat omezení zpracování údajů, které jsou nepřesné, neúplné nebo u nichž odpadl důvod jejich zpracování, ale nesouhlasím s jejich výmazem;
- žádat umožnění přenesení zpracovávaných údajů;
- vznést námitku proti zpracování mých osobních údajů pro přímý marketing, včetně souvisejícího profilování;
- nebýt předmětem automatizovaného individuálního rozhodování, včetně profilování;
- mám právo dostat odpověď na svou žádost bez zbytečného odkladu, v každém případě do jednoho měsíce od obdržení žádosti správcem.

Pro kontaktování správce ve věci zpracování osobních údajů lze využít následující kontakt (telefonní číslo, emailová adresa) na výzkumníka

Adéla Novotná, tel.: +420 734 706 648; e-mail: adelanovotna2002@gmail.com

- a. Potvrzuji, že jsem si přečetl/a tento informovaný souhlas týkající se výše uvedeného individuálního rozhovoru a porozuměl/a mu.
- b. Souhlasím s tím, že úryvky z individuálního rozhovoru a pozorování mohou být součástí bakalářské práce. Pro tyto účely smí být úryvky z individuálních rozhovorů i z pozorování uvedeny jen v anonymizované podobě bez mého jména a souvislosti s mojí osobou.
- c. Prohlašuji, že jsem byl seznámen s tím, že po obhajobě bakalářské práce budou individuální rozhovor i pozorování a s ním spojené materiály smazány.
- d. Prohlašuji, že jsem byl/a poučen/a o možnosti klást otázky. Rovněž prohlašuji, že všem výše uvedeným skutečnostem a poskytnutým informacím rozumím a beru je na vědomí. Nemám žádné další otázky ani nejasnosti a vyslovuji svůj výslovný svobodný souhlas s účastí na individuálním rozhovoru.
- e. Prohlašuji, že jsem plně způsobilý/á k právním úkonům a jako takový/á prohlašuji, že jsem informován/a o skutečnosti, že individuální rozhovor a pozorování poskytuji dobrovolně a jsem oprávněn/a kdykoliv od něj odstoupit.
- f. Prohlašuji, že beru na vědomí informace obsažené v tomto informovaném souhlasu a souhlasím se zpracováním mých osobních a citlivých údajů v rozsahu a způsobem a za účelem specifikovaným v tomto informovaném souhlasu.

Tento souhlas je sepsán ve dvou vyhotoveních s povahou originálu, přičemž jedno vyhotovení obdrží účastník výzkumu a jedno vyhotovení obdrží výzkumník diplomové práce.

Účastník výzkumu:	Jméno a příjmení (tiskacím) Podpis (místo a datum)
Výzkumník:	

Příloha 2. – Informovaný souhlas

Informovaný souhlas

Souhlas s poskytnutím individuálního rozhovoru pro účely výzkumu k bakalářské

práci

Vážená paní, vážený pane,

v souvislosti s Vaší účastí na výzkumu k bakalářské práci, jejímž cílem je prozkoumat, jakým způsobem rodiče nastavují výchovné hranice u dětí, jak jsou tato pravidla v rodině komunikována, jak funguje systém odměn a trestů a jak na ně děti reagují.

Rozhovor ani pozorování není zatížen žádným rizikem. Pokud by Vám však některá otázka byla nepříjemná, nemusíte na ni odpovídat. Máte také právo rozhovor kdykoliv přerušit, a i bez uvedení důvodů v něm nepokračovat.

Ujišťuji Vás, že rozhovor i pozorování je důvěrný. Rozhovor bude nahráván audio, pozorování bude i s videozáznamem, aby Vaše informace, které v něm zazní, mohly být odborně zpracovány.

Vaše identita bude známa výzkumníkovi, který s touto informací bude pracovat v souladu se zákonem č. 110/2019 Sb., o zpracování osobních údajů, zákonem č. 89/2012 Sb., občanského zákoníku, ve znění pozdějších předpisů, a v souladu s nařízením (EU) 2016/679 o ochraně fyzických osob v souvislosti se zpracováním osobních údajů a o volném pohybu těchto údajů (GDPR). Rozhovor bude zpracován pod unikátním kódem. Výsledky rozhovoru budou použity výhradně pro účely bakalářské práce a pouze v anonymní podobě.

Aby bylo možné kvalifikovaně zpracovat všechny informace, které mi sdělíte, prosím, abyste k takovému zpracování udělil/ udělila svůj dobrovolný souhlas.

S poděkováním.

Adéla Novotná

Kontaktní osoba: Adéla Novotná, +420 734 706 648 nebo adealanovotna2002@gmail.com

Příloha 3. – Ukázka rozhovoru

A: Dobře, tak jdeme k další otázce. Jakým způsobem Lukáškovi hranice vysvětlujete?

L: No, snažíme se s ním o všem mluvit. Vysvětlujeme mu věci tak, aby tomu rozuměl, ale zároveň, aby pochopil, že některé věci nejsou k diskuzi.

A: Chápu.

L: Jednoduše, že na světě má každý člověk pravidla, což je jakýsi řád, nějaký určitý řád mluvím o té obecné rovině. Myslím si, že ta je důležitá pro jeho život, aby z něj byl slušný člověk. Dál bychom mohli říct, že pakliže bude chtít být jednou úspěšnej, tak musí se řídit nějakými pravidly, protože takhle to tady chodí. Samozřejmě chci, aby měl především práci, která ho bude bavit. No a proto už teď prostě si se snažíme udržovat tenhle systém. Protože jenom díky tomuhle systému z něj bude ten slušnej a myslím i spokojenej člověk.

A: A myslíte, že Vaše vysvětlení chápe?

L: Myslím, že to chápe, ale samozřejmě, že někdy zkouší, jestli se to nedá posunout. (Smích.) Ještě, abych to uvedla na pravou míru, myslím, že dítě se vychovává tím, co vidí, proto se snažíme mu dopřát dobrý vzdělání, aby byl i obklopen dětma s dobrým vychováním a ne nějakýma gaunerama. Proto ani nevím, jestli mu doopravdy musím něco vysvětlovat. Přijde mi, že to chápe a když řeknu ne, tak automatický ví o proč.

A: Hmm

L: Abych z něj zas nedělala svatýho. Tak jasně, že se někdy snaží smlouvat, třeba když chce koukat na televizi. To se s ním občas domluvíme. Hlavně když víme, že je pátek a nemusí druhý den vstávat, tak mu to třeba o pár minut protáhneme. Ale zas se mu snažíme ukázat, že když něco povolíme, neznamená to, že to tak bude vždycky.

Příloha 4. – Ukázka z přepisu pozorování

Při odemykání domovních dveří potkala Nela sousedku, která je ve stejném věku a často se navštěvují (jak mi maminka dovysvětlila). Sousedka se Nely zeptala: „Nepůjdeme si hrát k nám?“ Paní Natálie dceru okamžitě okřikla: „Nevšimla sis, že tady máme slečnu? Dneska si hrát nepůjdeš! Můžete v pondělí nebo v neděli, až se vrátíme.“ Zareagovala jsem s nabídkou: „To by nevadilo, kdyby si sousedka přišla hrát k Vám?“ Maminka tuto možnost rázně odmítla: „Nene, dneska to nejde!“

Nela se urazila a po odemčení bytových dveří zalezla do svého pokoje i s bundou na sobě. Boty si vyzula hned u dveří.

Bylo 14:30, když matka začala vyndávat nákup. Po vybalení potravin se šla podívat k dceři do pokoje, na dveře však nezaťukala. Nela ležela na posteli a koukala do mobilu. Já stála před pokojem a slyšela, jak matka říká: „To se mi moc nelíbilo. Co si slečna teď bude myslet? Vždyť jsem ti už říkala, že přijde na návštěvu, už minulý týden.“ Nela stále moc nemluvila. Jen odložila mobil. Po chvíli přišla Natálie s nápadem, že půjdou dělat domácí úkoly a za odměnu zajdou do cukrárny pro kousek dortu: „Já mám nápad, uděláme domluvu.“ Nela zbystřila a navázala oční kontakt s paní Natalií. „Uděláme úkoly a pak půjdeme pro dorty do Dobrý. (pozn. Dobrá cukrárna)“

Nela se ihned zvedla ze své postele, vybalila vše potřebné ze školní tašky. Přišla se vším do obýváku a začala s vypracováním dvou domácích úkolů. Matka seděla hned vedle ni a kontrolovala, co tam dcera píše. Často ji opravovala nebo říkala, ať píše čitelněji: „Ještě ti tady chybí tečka“ nebo „Piš lépe, takhle to po tobě nikdo nepřečte.“ Matka během toho začala s přípravou večeře, naporcovala si kuře a předpřipravila si brambory.