



Pedagogická  
fakulta  
Faculty  
of Education

Jihočeská univerzita  
v Českých Budějovicích  
University of South Bohemia  
in České Budějovice

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Pedagogická fakulta

Katedra pedagogiky a psychologie

Bakalářská práce

# Pohled rodičů na vzdělávání v oblasti rodičovství

*The parents' view on parenting education*

Vypracovala: Anna Stárková

Vedoucí práce: Mgr. Jana Kouřilová, Ph.D.

České Budějovice 2022

## **PROHLÁŠENÍ**

Prohlašuji, že jsem autorem této kvalifikační práce a že jsem ji vypracovala pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu použitých zdrojů.

V Českých Budějovicích dne 19.4. 2022

.....

Stárková Anna

## **Poděkování**

Ráda bych chtěla poděkovat paní Mgr. Janě Kouřilové, Ph.D. za její velmi příjemný a ochotný přístup, za cenné rady a za čas a trpělivost při vedení mé bakalářské práce. Dále bych chtěla poděkovat všem mým respondentům, kteří si na mě udělali čas a díky nimž jsem se mohla více přiblížit k samotnému tématu rodičovství a následnému vzdělávání se v této oblasti.

## **Abstrakt**

Bakalářská práce se zaměřuje na získání pohledu rodičů, respektive matek, na vzdělávání v rodičovství. První část teoretické části vymezuje téma rodičovství a výchovy. Druhá část se zabývá vzděláváním a představuje kurzy, kterých se respondentky účastnily. Cílem této práce je zjistit, jak matky vnímají přínos kurzů o výchově. Empirická část je zpracována kvalitativně. Data byla získávána prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů a následně zpracovávána metodou případové studie. Výzkumu se účastnilo pět matek. Z výzkumu vzešlo, že matky vnímají přínos kurzů kladně a projevuje se to zejména v sedmi oblastech. Jedná se o oblasti sebevědomí, respektu vůči sobě i ostatním, naplňování potřeb, uvědomění si, že rodič má právo na chyby, zapojování dětí do běžných denních aktivit, vnímání a vyjadřování emocí a oblast komunikace. Výsledné přínosy kurzů odpovídají oblastem a kompetencím, které matky od kurzů chtěly získat.

**Klíčová slova:** kurzy o rodičovství, rodičovství, mateřství, vzdělávání, přínosy rodičovských kurzů

## **Abstract**

The bachelor's thesis focuses on gaining the perspective of parents, or mothers, on parenting education. The first part of the theoretical part defines the topic of parenthood and education. The second part deals with education and presents the courses in which the respondents participated. The aim of this work is to find out how mothers perceive the benefits of parenting courses. The empirical part is processed qualitatively. The data were obtained through semi-structured interviews and subsequently processed by the case study method. Five mothers participated in the research. The research showed that mothers perceive the benefits of the courses positively and this is especially evident in seven areas. These are areas of self-confidence, respect for oneself and others, fulfilment of needs, awareness that the parent has the right to make mistakes, involvement of children in everyday activities, perception and expression of emotions and the area of communication. The resulting benefits of the courses correspond to the areas and competencies that mothers wanted from the courses.

Key words: parenting courses, parenthood, motherhood, education, benefits of parenting courses

# Obsah

Úvod.....	8
I. TEORETICKÁ ČÁST.....	9
1 Rodičovství.....	9
1.1 Motivace k rodičovství.....	9
1.2 Pozdní rodičovství.....	10
1.3 Vývoj přístupu k rodičovství.....	11
1.4 Význam otce.....	12
1.5 Představy o rodičovství .....	13
1.6 Média a jejich vliv na rodičovství .....	14
2 Styly rodičovské výchovy a trendy v rodičovství .....	16
2.1 Současné trendy v rodičovství .....	16
2.1.1 Kontaktní rodičovství .....	17
3 Transgenerační přenos výchovy .....	19
3.1 Transgenerační přenos prostřednictvím attachmentu.....	19
3.2 Transgenerační přenos traumatogenní dynamiky .....	20
4 Vzdělávání rodičů.....	20
4.1 Vybrané kurzy .....	22
4.1.1 Kurz efektivního rodičovství .....	22
4.1.2 Nevýchova .....	23
4.1.3 Respektovat a být respektován .....	24
4.1.4 Rodičovská posilovna .....	25
4.1.5 Samostatné děti .....	25
4.1.6 Výchova bez poražených .....	26
II. EMPIRICKÁ ČÁST.....	28
5 Metodologie výzkumu.....	28
5.1 Cíl výzkumu a výzkumné otázky.....	28
5.2 Výzkumný design.....	29
5.3 Strategie výběru výzkumného souboru .....	29
5.4 Výzkumný soubor .....	29
5.5 Metoda získávání dat.....	30
5.6 Metoda zpracování dat .....	31
5.7 Výzkumná etika .....	32
6 Případové studie .....	33
6.1 Eva.....	33

6.2	Klára.....	34
6.3	Natálie.....	36
6.4	Johana.....	39
6.5	Hana.....	41
7	Výsledky výzkumu.....	44
8	Diskuse.....	48
9	Závěr.....	52
10	Zdroje.....	53
	Seznam tabulek.....	59
	Seznam příloh.....	60
	Příloha č. 1.: Přepis rozhovoru, kódování.....	61

## Úvod

Narození potomka a přijetí role rodiče s sebou přináší mnoho změn. Tyto změny mohou rodiče obohacovat, přinášet jim zisk a potěšení. Zároveň se mohou vyskytnout i negativní aspekty této změny, které noví rodiče často ani nečekali a nebyli na ně připravení, ať již ve vztahu k dítěti, k partnerovi, či sami k sobě. V dnešní moderní společnosti je tendence vychovávat jedince v určité izolovanosti a soukromí, což může vést k tomu, že noví rodiče neměli možnost se za svůj život péči o potomka naučit. V tomto ohledu a i vzhledem k rozvoji informačních technologií a potřebě hledat jiné možnosti přístupu k dětem je v dnešní společnosti velké množství kurzů, které se věnují rodičovství, či výchově. Tato bakalářská práce se zaměřuje právě na vzdělávání v této oblasti. V teoretické části jsem se zaměřila na vymezení tématu rodičovství. Rodičovství je široké téma, které jsem se pokusila ve své šíři obsáhnout. Zaměřila jsem se na motivaci k rodičovství, na problematiku pozdního rodičovství, na představy, které jedinci od rodičovství mají a v neposlední řadě jsem se zabývala tématem média a jejich vliv na rodičovství. Dále jsem se zaměřila na výchovné styly a transgenerační přenos, konkrétně na přenos prostřednictvím attachmentu. Poslední kapitola teoretické části je zaměřena na vzdělávání v rodičovství. Je vymezeno vzdělávání a následně jsou představeny kurzy, které respondentky absolvovaly. Cílem empirické části je popsat, jak rodiče, respektive matky, vnímají přínos kurzů o rodičovství, či výchově. Vzhledem k povaze tématu a potřebě mu lépe porozumět byl zvolen kvalitativní design.



# I. TEORETICKÁ ČÁST

## 1 Rodičovství

Přechod k rodičovství, čili čekání na narození vlastního dítěte, je pro budoucí rodiče období velkých změn. Tato nová životní etapa může jedince obohacovat a přinášet mu zisk, jak emoční, či sociální, ale zároveň to je období určitých ztrát, omezení a nové zodpovědnosti (Vágnerová, 2000). Podle Rodriga (2010) je cílem rodičovství podporovat kladný vztah mezi rodičem a dítětem a naplňovat optimální rozvoj a pohodu dítěte. Je důležité, aby si rodiče uvědomovali všechny aspekty rodičovské role, práva, která jejich děti mají a z toho vyplývající odpovědnost a závazky (Rodrigo, 2010).

Rodičovská role se stává součástí identity dospělého člověka. Je to role, která není vratná, je asymetrická a prostřednictvím dítěte poutá k sobě určitého partnera (Vágnerová, 2008). Narození dítěte vnáší do partnerského vztahu jistou míru emocionální nevyrovnanosti, což se může projevat ve vztahu mezi jednotlivými členy rodiny. U otců se častěji objevují dvojznačné pocity ohledně dítěte, jsou na něj hrdí, ale zároveň v něm vnímají někoho s kým se musí dělit o partnerku (Šulová, 2005). Rodičovství také souvisí se smysluplností života jedince. Bylo zjištěno, že u jedinců dochází narozením dítěte k poklesu emocionálního hlediska osobní pohody a to zejména kvůli náročnosti v péči o potomka, ale zároveň se zvyšuje rozvoj životního smyslu (Baumeister, 1991, dle Blatný, 2016).

S pojmem rodičovství souvisí pojem „*co-parenting*“, neboli „*spolurodičovství*“. Weissman a Cohenová to vymezují jako: „*vztah mezi oběma rodiči, a to prostřednictvím uznání a respektování rodičovských kompetencí toho druhého.*“ (1984, dle Westphalová, et. al., 2021, str. 178). Tento vztah poté působí na nastavení rodičů vůči dítěti. Spolurodičovství lze vymezit na základě pěti oblastí, díky jejichž vzájemnému působení vzniká osobité rodinné prostředí. Jedná se o *souhlas nebo nesouhlas v otázkách výchovy dítěte, rozdělení povinností ve vztahu k dítěti a zapojení rodičů do výchovy dítěte, podpora či maření snah druhého rodiče, společný management rodinných interakcí a konflikty mezi rodiči* (Westphalová, et al., 2021, str. 179).

### 1.1 Motivace k rodičovství

Motivaci k začátku rodičovství ovlivňují dvě hlavní hlediska a to vnější a vnitřní stimulace rodičovství (Vágnerová, 2008). Mezi vnější pojetí, nebo také hledisko

psychologické a společenské (Matějček, 1989), patří sociální normy (Vágnerová, 2008). Od jedinců se očekává, že zplodí děti. Jedná se o sociální tlak, který je na jedince vyvíjen. Dále také potřeba vyrovnat se ostatním, ukázat svou schopnost, být mužem, ženou, otcem, matkou (Matějček, 1989). Dalším vnějším vlivem je zkušenost z dětství, jak jejich rodiče zvládali svoji mateřskou a otcovskou roli, kde se může jednat o zkušenost pozitivní, či negativní. Matějček (1989) uvádí, že ti jedinci, co zažili pozitivní dětství spíše tíhnou k tomu mít více dětí, než ti co mají negativní zkušenost. Vnitřní stimulace je založena převážně na vrozené biologické potřebě zplodit děti, jedná se o podstatu založenou na pudech (Vágnerová, 2008).

Podle výzkumu Konečné, Bubleové a Janků (2010) jsou motivy k rodičovství, ale často samotnými jedinci neuvědomované, rodičovství vnímají, jako něco přirozeného, či normálního. Mezi další faktory, co respondenty ve výzkumu motivovalo mít dítě, patřilo uspokojování emocí. Mezi vyjmenované emoce patřila radost, dále skutečnost, že děti přinášejí do života nové podněty, vytvářejí rodičům společnost, rodiče mají možnost se o někoho starat. Právě potřeba o někoho pečovat poté naplňuje vývojové stádium generativity od Erika Eriksona (Langmeier, Krejčířová, 2006). Mezi další kategorie patřil faktor určité budoucnosti, perspektivy, předávání dítěti sebe sama, či rodu. Dále se jednalo o potvrzení partnerského vztahu, respondenti dítě vnímali, jako možnost, jak posílit partnerství, jak zvýšit jeho kvalitu (Konečná, Bubleová, Janků, 2010). Tyto zjištěné informace se do značné míry shodují s potřebami mezi rodičem a dítětem, které vymezil Matějček (1989).

## 1.2 Pozdní rodičovství

Věk, kdy se lidé stávají rodiči se v současné společnosti mění. Mladí lidé chtějí nejprve budovat kariéru, dosáhnout ekonomického zajištění a až poté začínají plánovat děti. V ekonomicky vyspělých zemích bylo vymezeno období, které se nazývá vymoňující se dospělost a může trvat až do věku 29 let (Tanner, Arnett, Leis, 2009, dle Millová, 2016). Toto období souvisí i s odkladem manželství a rodičovství a projevuje se i v české společnosti, což potvrzují data z Českého statistického úřadu. Co se týče začátku rodičovství, neboli věku žen při narození prvního dítěte, tak v roce 1993 to bylo 22,6 let a pro srovnání v roce 2020 byl věk prvorodiček 28,5 (Český statistický úřad, 2021).

Bímová (2007) ve své studii vymezila pozdní mateřství od 35 let věku matky při narození prvního dítěte. Dále ve svém výzkumu uvádí, že vliv na načasování mateřství má

i původní rodina. Zejména poté sourozenecké konstelace. Toto se týká žen, které měly mladší sourozence a musely se o ně starat. Díky tomuto se jim mohla posunout fáze experimentování a hledání své identity a tím pádem mohly i začít později přemýšlet nad mateřstvím (Bímová, 2007). Kozáková a kolektiv (2015) uvádí, že mezi nejčastější důvody k odložení mateřství na později patřila neschopnost najít vhodného partnera, dále byly uváděny problémy s otěhotněním a na třetím místě se nacházely důvody budování kariéry a studium. Dalším faktorem je sociální tlak, který je na ženu společností vyvíjen. Podle Bímové (2007) je to ale faktor, který je spíše zatěžující a obtěžující, než že by podpořil, či urychlil začátek mateřství. U žen po 35. roce života narůstá biologické riziko, zvyšuje se pravděpodobnost rizikového těhotenství a postižení plodu (Vágnerová, 2008). Zvyšuje se riziko předčasného porodu, Downova syndromu, či preeklampsie (Kozáková et al., 2015). Mezi sociální a psychologická rizika patří větší věkový rozdíl mezi rodičem a dítětem a z toho vyplývající riziko nemožnosti se o potomka postarat až do jeho dospělosti (Kozáková et al., 2015). Pozdní rodičovství má, ale i svá pozitivita. U starších, neboli zralejších rodičů může z psychologického hlediska docházet ke kvalitnějšímu rodičovství. Jedinci jsou více sebejistí, bývají více citliví, empatičtí, mají větší pocit kontroly nad situací. Otcové, kteří jsou starší 35 let projevují větší důraz na intimitu (Vágnerová, 2008).

### 1.3 Vývoj přístupu k rodičovství

Vnímání rodičovství se v historii proměňuje. Jak uvádí Možný (2008), velký vliv na pojetí současného rodičovství měl vznik antikoncepce. Díky tomu je možné počít nového potomka naplánovat, určit si kdy a kolik bude mít jedinec dětí. Plození nových potomků proto již není pouhý přirozený důsledek pohlavního styku, ale je možné ho regulovat.

Jeden z možných přístupů, jak je v dnešní společnosti nahlíženo na rodičovství, respektive mateřství, byl vymezen Sharon Hays v 90. let 20. století. Vzhledem k výsledkům jejích výzkumů vymezila pojem tzv. intenzivní mateřství (Hays, 1996, dle Nešporová, 2019). Tento koncept pojímá matku, za tu, která se má plně obětovat potřebám svého dítěte. V rámci tohoto přístupu jsou vymezeny tři principy, kterými se má matka řídit. Jedná se o následování odborných rad, zaměření se na dítě a nenahraditelnost mateřské péče (Masopustová, Hanáčková, Lacinová, et al., 2018). Matky, které se řídí intenzivním mateřstvím, by tedy neměly následovat pouze svůj instinkt, ale měly by stavět svá rozhodnutí na odborných doporučeních.

Na konci 20. století docházelo k dalším změnám. Jedním z vlivů byl i větší výskyt matek na trhu práce. V kontextu podpory matek v pracovním prostředí se začal dávat větší důraz na otce a jejich zapojení do výchovy a péči o dítě (Nešporová, 2012). Část odpovědnosti se přesunula z matky na otce, tento posun se označuje jako tzv. intenzivní rodičovství. Ve výzkumu, kde se zabývali rozdíly v postojích mužů a žen k intenzivnímu rodičovství se potvrdilo, že ženy tento přístup podporují více, než muži (Schiffrin, et al., 2014). Matky uvedly, že rodičovství by mělo být obtížnější, naplňující a kladly větší důraz na poskytování intelektové stimulaci dítěti.

V longitudinálním výzkumu, který byl zaměřen na prvorodiče bylo zjištěno, že následování konceptu intenzivního rodičovství způsobuje rodičům vyšší míru obtíží, jelikož nastavuje chování, které je těžko uskutečnitelné (Nešporová, 2019). Dále z výzkumů vzešlo, že přijetí některých východisek intenzivního rodičovství škodí duševnímu zdraví matek, či snižuje životní spokojenost (Rizzo et al., 2012, dle Schiffrin, et al., 2014).

V kontrastu k intenzivnímu rodičovství je koncept „*dostatečně dobré matky*“, který představil Donald Winnicott v roce 1953. Winnicott se svým přístupem vyhraňoval vůči psychoanalytickému pojetí mateřství (Masopustová, Daňsová, Lacinová, et al., 2018).

#### 1.4 Význam otce

Jak již bylo zmíněno v současné společnosti se více klade důraz na zapojení otce do výchovy. I když jsou otcové v současné společnosti zapojeni více, stále se na výchově podílejí méně, než matky (Kotila, Schoppe-Sullivan, Kamp Dush, 2013, dle Schoppe-Sullivan, et al., 2015). Jedním z možných vysvětlení tohoto stavu je tzv. „*maternal gatekeeping*“, do českého jazyka lze přeložit, jako „*mateřské hlídání brány*“. Jedná se o chování a postoje matky, které buď otce podporují v zapojení se do výchovy o potomka, nebo mu to znemožňují (Allen & Hawkins, 1999, dle Schoppe-Sullivan, et al., 2015). Schoppe-Sullivan a kolektiv (2015) ve své výzkumu zjistili, že míra „*maternal gatekeepingu*“ je ovlivněna mateřským očekáváním a psychologickým fungováním matek. Zejména rodičovský perfekcionismus zaměřený na partnera mohl způsobit uzavírání možnosti zapojení se do výchovy. Dále i matkou vnímaná nestabilita partnerského vztahu se mohla podílet na omezování zapojení otce.

Role otce je ve výchově jedince důležitá. Otec dítěti zprostředkovává možnost experimentování a testuje to, co již dítě umí. Jeho role se často vymezuje, jakýmsi

“*mostem do společnosti*“ (Šulová, 2005, str.193). V dánské výzkumné studii sledovali souvislost mezi nepřítomností otce během těhotenství, nebo v dětství a pubertálním vývojem dívek a chlapců (Gaml-Sørensen, et al., 2021). Z toho to výzkumu vyplynulo, že nepřítomnost otce během těhotenství a raného dětství zapříčiňuje u dívek dřívější pubertální vývoj. U chlapců se prokázalo, že nepřítomnost otce v pozdějším dětství má vliv na dřívější pubertální vývojové změny. Vliv otce na načasování pubertálních změn potvrzuje i výzkum, ve kterém zkoumali vliv nepřítomnosti otce na první menarche u dívek (Guo, et al., 2020).

Jak uvádí Matějček (1989), jednou z nejdůležitějších potřeb je potřeba jistoty, kterou dítě může v různých formách pociťovat, jak od matky, tak od otce. Role otce a matky a hranice mezi nimi je v různých zemích vnímána odlišně. V České republice stále převládá vymezení matky, jako primární pečovatelky a otce, jako primárního živitele (Kuchařová, Psychlová, 2016).

## 1.5 Představy o rodičovství

Stávání se rodičem je náročné a stresující období a to zejména pro prvorodiče, kteří ještě s touto rolí zkušenost nemají a mohou si ji idealizovat. Důležité je, aby představy byly realistické, což poté pomáhá se rodičům lépe na novou roli adaptovat. Ženy, které mají nerealisticky pozitivní očekávání nejsou schopné tolik rozpoznat vysilující hlediska rodičovství, což poté může způsobovat určité rozčarování, či zklamání (Bouchard, 2009). Nenaplněná očekávání a představy mohou souviset s větší mírou depresivity, či snižovat kvalitu vztahu s partnerem (Harwood, McLean, Durkin, 2007, dle Masopustová, Daňsová, Lacinová, et al., 2018).

Dalším faktorem, který souvisí s realistickým očekáváním od rodičovství je míra vlastní účinnosti (Mihelic, Filus, & Morawaska, 2016). Vlastní účinnost lze vymezit, jako: „*přesvědčení ,o vlastních schopnostech dosáhnout určených úrovní výkonu, které ovlivňují události působící na náš život.*“ (Bandura, 1994, str.1) Dále Bandura uvádí, že pokud má jedinec vyšší rodičovskou účinnost, je schopen adekvátně a bez větších problémů reagovat na vývojové fáze svých dětí. V případě, že rodič postrádá rodičovskou účinnost je více náchylnější ke stresu a depresi.

Představy o rodičovství a následné zvládnání rodičovské role se také projevuje na mateřském sebehodnocení (Masopustová, Daňsová, Lacinová, et al., 2018). Mateřské sebehodnocení je vymezeno, jako pocit vlastní způsobilosti a přijímání sebe sama, jako

matky (Sheová, 1982, dle Masopustová, Daňsová, Lacinová, et al., 2018). Důležitost ve vytváření představ a očekávání hraje i edukace, která je matkám nabízena. Větší důraz je kladen na fyziologické hlediska a méně prostoru je věnováno psychologickým, sociálním, či emocionální změnám, ke kterým v rámci postnatálním období dochází (Bouchard, 2009, dle Mihelic, Filus, Morawaska, 2016). Právě studie poukázala na fakt, že ženy, které trpí nerealistickými očekáváním, by bylo vhodné obeznámit s reálnými aspekty mateřství a to prostřednictvím zdravotnického personálu, případně poskytnutím literatury, či skupinových podpůrných programů (Mihelic, Filus, Morawaska, 2016).

## 1.6 Média a jejich vliv na rodičovství

Na vytváření pohledu na mateřství a rodičovství mají vliv informace, které jsou dostupné a kterými se jedinec obklopuje. V dnešní době probíhá mateřství a výchova více v soukromí, než dříve a jedinec nemá takovou možnost učit se prostým pozorováním. Masopustová, Daňsová, Lacinová a kolektiv (2018) ve svém výzkumu zjistily, že většina žen, neboli 41,3 % dotazovaných, neměla před vlastním rodičovstvím žádnou zkušenost s péčí o dítě. Někteří z rodičů si proto mohou utvářet představu na základě jim dostupným zdrojům, což mohou být média, sociální sítě, internet, či i filmy a seriály. Rodiče poté i na základě tohoto mohou mít nereálné představy o své budoucí roli a o této životní etapě (Masopustová, Daňsová, Lacinová, et al., 2018).

Média a hlavně internet hraje v získávání informací velkou roli, což potvrzuje výzkum, kde bylo zjištěno, že matky v České republice nejvíce čerpají informace o výchově z internetu. Mezi další zdroje byli uváděni přátelé, vlastní rodiče, knihy, či lékaři (Masopustová, Daňsová, Lacinová, et al., 2018). Důležitost internetu pro získávání informací u těhotných žen se prokázala i ve výzkumu Bjelke a kolektiv (2016). Ženy v této studii používají internet hlavně pro hledání potřebných informací a také kvůli možnosti zjišťování informací o lidech ve stejných situacích. Dostupnost informací dodává ženě pocit kontroly a sebedůvěry, ale může také způsobit přetížení z množství informací, či vyvolat obavy. Respondentky se se svými otázkami, či pochybnostmi obracely na své nejbližší okolí, či na zdravotnický personál. Ve studii od Lagana a jeho spolupracovníků (2011) bylo zjištěno, že ženy více využívají internetové zdroje, jelikož se jim od zdravotnických pracovníků nedostává dostatečné množství informací. Dále byla ve výzkumu kladně zmíněna anonymita, se kterou mohou ve virtuálním prostředí klást otázky.

Dalším prostředkem pro získávání informací patří sociální sítě, jako jsou Instagram, Facebook a jiné. Na těchto platformách matky mohou sdílet své životy, hledat inspiraci, radu, ale také zde dochází ke srovnávání se mezi sebou. Na těchto platformách se objevují matky, které je možné označit názvem Yummy Mummy. Jedná se o dokonalý obraz mateřství, který ztvárňují převážně celebrity, či bohaté ženy, které se vyskytují i v seriálech a filmech. Ve výzkumu, kde se sledovali rodičovské vzory, byli celebrity na třetím místě, což naznačuje, že mají na matky jistý vliv (Masopustová, Daňšová, Lacinová, et al., 2018).

Koncept Yummy Mummy vytváří na matky tlak nebýt jenom dokonalá matka, ale také být úspěšná v zaměstnání, či v osobním životě. Jedná se o určitou extrémní formu požadavků, které na matku společnost vyvíjí (Masopustová, Daňšová, Lacinová, et al., 2018). Jedním ze sledovaných hledisek v tomto konceptu je i fyzický vzhled, na který jsou kladeny vysoké nároky. Matka by měla mít ideální tělo a být fyzicky atraktivní a to i v době těhotenství. Tento názor potvrzují závěry z rozhovorů s dánskými prvorodičkami, které vnímaly, že není žádoucí, aby po porodu vypadaly, jako "matky". Ve svých výpovědích často zmiňovaly, že je potřebné a dobré se rychle vrátit do formy, získat zpět své tělo před porodem (Prinds, Nikolajsen, Folmann, 2019).

Jak již bylo zmíněno, rodiče jsou obklopeni velkým množstvím informací, ať už z knih, médií, od odborníků, či od svého okolí. V tomto ohledu je důležité, aby se snažili na zdroje, ale i na samotné získané informace nahlížet pomocí kritického myšlení. Právě odborníci, kteří se zaměřují na práci s rodiči, mohou pomoci s osvojováním si kritického pohledu na informace, které konzumují. Profesionálové také mohou rodiče pomocí otázek navést, aby nad svým rodičovstvím více přemýšleli a ujasnili si, jakým způsobem chtějí své dítě vychovávat. Právě Connell-Carrick (2006) ve své studii přichází s otázkami pro odborníky a rodiče, které mohou pomoci kriticky přemýšlet nad výchovnými metodami a strategiemi. Pro představu zde budu některé z nich citovat: *"Mohu jasně definovat problém? Kolikrát se problém vyskytne? Je to vždy problém? Jak dlouho problém trvá? Existují určité případy, kdy se problém vyskytuje častěji než jindy?, Odpovídá tato rada mému přesvědčení o tom, co kojenci a malé děti potřebují, a mým cílům pro jejich blaho?, Bere tato rodičovská metoda v úvahu věk a složitost dítěte, včetně temperamentu, osobnosti, pocitů a složitosti jeho prostředí?, Jak poznám, že jsem jako rodič odvedl dobrou práci? Jak definuji dlouhodobé úspěšné rodičovství? Jak rozhodnutí, které dnes dělám, zapadá do tohoto dlouhodobého cíle?"* (Connell-Carrick, 2006, str. 822).

## 2 Styly rodičovské výchovy a trendy v rodičovství

„*Styly rodičovské výchovy slouží jako koncept porozumění edukačnímu působení rodičů na děti v rodinném prostředí.*“ (Gillernová, 2011, str. 123) Styly rodičovského chování lze považovat za poměrně stabilní charakteristiku, ve které ale může docházet k proměnám v důsledku nabývání zkušeností rodičů, vývoje dítěte, proměn vztahů, či socioekonomických změn a podobně. Rodiče si svůj výchovný přístup k dítěti mohou zcela uvědomovat, ale na druhou stranu se v přístupu k výchově může objevovat mnoho neuvědomovaného a převzatého (Gillernová, et al., 2011).

Lewin v roce 1939 vymezil tři rodičovské styly výchovy, autokratický, liberální a integrační, neboli demokratický. Tato typologie, ale nezahrnuje hledisko emočního vztahu rodičů k dětem (Gillernová, 2004).

Model, který zohledňoval již i emoční vztah vymezila v 60. letech 20. století Diana Baumrindová. Ta je ve svých prvních výzkumech rozdělila do tří stylů, autoritářského, permissivního (či shovívavého) a autoritativního (Power, 2013). Následně Maccoby a Martin vymezili ještě čtvrtý styl, kterým byl styl nezúčastněný, tento styl byl velice podobný stylu zanedbávajícímu, který Baumrindová definovala ve svých pozdějších výzkumech (Maccoby, Martin, 1983, dle Power, 2013). Tato typologie je označována jako model čtyř stylů výchovy. Tento model pracuje s odmítající a akceptující dimenzí a zároveň mírou náročnosti a kontroly (Gillernová, et al., 2011). V následných výzkumech, které navazovali na Baumrindovou bylo zjištěno, že autoritativní přístup má souvislosti s kladnými vývojovými výsledky, autoritářské pojetí výchovy je spojováno se špatnými studijními výsledky, či s depresivitou a permissivní, neboli shovívavý přístup koreluje s nízkým sebevědomím, či s horší sebekontrolou (Power, 2013).

V České republice se oblastí způsobu výchovy zabýval například Čáp, který vymezil analyticko- syntetický model, který je založen na dvou dimenzích, na emočním vztahu a výchovném řízení. Z tohoto dimenzionálního modelu následně vzniká model devíti polí, který byl využit k vytvoření dotazníku k posouzení výchovného přístupu v rodině (Gillernová, et al., 2011).

### 2.1 Současné trendy v rodičovství

Studie, která se zabývala současnými trendy v moderním rodičovství prokázala, že rodiče směřují k demokratickým stylům výchovy. Moderní rodičovství se vyznačuje větší mírou empatie, emoční podporou a komunikací (Ghiță, Pânișoară, Chirca, 2019).



Masopustová a Hanáčková (Masopustová, Daňsová, Lacinová, et al., 2018) se ve výzkumu ptaly matek, jaké výchovné trendy následují, jaké trendy je oslovily. Studie byla prováděna v době, kdy dětem respondentek bylo devět měsíců. Z výzkumu vzešlo, že nejvíce matek, neboli 23,2 %, uvedlo kontaktní rodičovství, následoval trend nošení dětí, dále respektující přístup a Nevýchova. Nyní bude představeno kontaktní rodičovství. Respektující přístup a Nevýchova budou vymezeny později v kapitole ohledně kurzů.

### 2.1.1 Kontaktní rodičovství

Název kontaktní rodičovství je českou formou tzv. attachment parenting (Sears, Sears, 2003). Tento přístup vychází z teorie Johna Bolwbyho, který teorii citové vazby vymezil v 50. letech 20. století. Základem jeho teorie je vytvoření vazby mezi dítětem a matkou, kde má dítě zažívat pocity bezpečí a jistoty (Becker-Weidman, et al., 2010). Jeho teorii potvrdila i práce Barbary Tizard (1977). Autoři přístupu kontaktního rodičovství předpokládají, že na základě principů kontaktního rodičovství by mělo docházet k utváření jisté vazby mezi dítětem a pečující osobou (Masopustová, Daňsová, Lacinová, et al., 2018).

Zakladateli kontaktního rodičovství jsou William a Martha Searsovi (Hanáčková, Masopustová, 2020). Vymezení kontaktního rodičovství je založeno hlavně na naslouchání individuálním potřebám svého dítěte a správném reagování na ně (Sears, Sears, 2012). Jedná se tedy spíše o přístup, než o jasně daná pravidla, která by se měla dodržovat. Dle knihy Kontaktní rodičovství existuje sedm prostředků pro vytvoření vztahu mezi dítětem a matkou, či otcem.

Prvním prostředkem je **bonding**, neboli vazba po porodu. V tomto ohledu je důležité, aby matka v prvních hodinách, či dnech byla dítěti nablízku a trávily ho společně, jedná se totiž o citlivé období, kdy se tvoří raný kontakt. Dalším hlediskem je **kojení**. K úspěšnému kojení je potřeba, aby matka dokázala adekvátně reagovat na potřeby a signály dítěte. Mezi další prostředky kontaktního rodičovství patří **nošení dětí**. Podle autorů knihy nošené děti méně pláčou a jsou více v bdělém stavu. Díky tomu, že pečovatel je ve velké blízkosti s dítětem, může docházet k lepšímu poznání mezi nimi a dítě si může k němu vytvořit důvěru. Dále se jedná o **společné spaní**. Sears a Searsová uvádí, že společné spaní může pomoci zůstat v kontaktu s dítětem rodičům, kteří chodí do zaměstnání. Mezi další výhody patří blízkost dítěte v případě kojení. Zároveň, ale autoři uvádí, že místo a způsob spaní je značně individuální, tím pádem každé rodině a dítěti může vyhovovat něco jiného, což je

v pořádku. Dále se uvádí **důvěra v pláč dítěte**. Autoři uvádějí, že pláč je nástroj komunikace dítěte a je důležité, aby pečující osoby na něj citlivě reagovali. Šestáým prostředkem kontaktního rodičovství je **vyrovnaný osobní rodinný život a vymezení hranic**. V tomto ohledu je důležité také pečovat o sebe sama, ale také o partnerský vztah. A poslední hledisko se nazývá **“pozor na cvičitele dětí“**, těmito cvičiteli jsou míněni převážně lidé, kteří předkládají rady, jak dítě podle nich lépe, nebo jinak vychovávat. Autoři uvádí, že se může jednat o odtažitější způsob výchovy, který ale poté způsobuje ztrátu důvěry mezi dítětem a rodičem a celkově je v protikladu blízkosti, která je typická pro kontaktní rodičovství (Sears, Sears, 2012).

Těchto sedm prostředků se značně shoduje i s daty zjištěnými z českého prostředí. Hanáčková a Masopustová (2020) provedly výzkum, ve kterém zkoumaly pojetí kontaktního rodičovství v České republice. Pomocí tematické analýzy zjistily tři hlavní oblasti. První oblast byla založena na fyzickém kontaktu, na společném spaní, kojení, či nošení. Podle výzkumu se v českém prostředí klade větší důraz na fyzický kontakt, než na vztah mezi matkou a dítětem. Tento stav může dle Hanáčkové a Masopustové vycházet i z českého překladu termínu attachment parenting, kdy attachment, neboli vztah je nahrazen slovem kontaktní. Další oblast zahrnuje respekt vůči dítěti, jeho potřebám. Ve třetí oblasti se zabývaly rozpory mezi představami respondentek a následnou realitou. V tomto kontextu matky narážely na rozpor mezi svými potřebami a potřebami jejich dětí, dále také pociťovaly nejistotu, či krize. Přístup kontaktního rodičovství vyžaduje značnou míru úsilí, energie a odhodlání obou rodičů. V prvních několika týdnech, či měsících je důležitý hlavně intenzivní vztah mezi matkou a dítětem, ale i otec je důležitý a je potřeba s ním budovat blízkost.

Pozitivní dopad kontaktního rodičovství není zcela podložený. V literatuře (Millerová, Commons, 2010, dle Masopustová, Daňsová, Lacinová, et al., 2018) je spíše odkazováno na pozitivní dopad jisté vazby, než vyloženě kontaktního rodičovství. V tomto ohledu není ani jisté, zda tento přístup k jisté vazbě vede. Následně může docházet k chybné představě, že zvýšený fyzický kontakt, či kojení, budují kvalitní vazbu mezi matkou a dítětem (Masopustová, Daňsová, Lacinová, et al., 2018).

### 3 Transgenerační přenos výchovy

Transgenerační přenos je vymezen jako proces, kterým se přenáší vzorce chování do dalších generací. Existují dva druhy rodového přenosu. První je vědomá transmise, která je založená na uvědomovaných složkách rodinného dědictví, jedná se o tradice, zvyky, či verbalizované zkušenosti. Druhá je nevědomá transmise, která představuje přenos všech skrytých, či neuzdravených zkušeností (Tóthová, 2011).

#### 3.1 Transgenerační přenos prostřednictvím attachmentu

Na základě teorie attachmentu jsou vyvíjeny interní pracovní modely, které jsou vymezeny, jako „*zobecněné mentální reprezentace blízkých vztahů založené na předchozí zkušenosti s jinými lidmi v době stresu.*“ (Huang, 2021, str. 340) Tyto modely se vytvářejí zejména prostřednictvím vzájemného působení s primárním pečovatelem (Bretherton, 1990, dle Huang, 2021). Rodiče a jejich chování jsou do jisté míry ovlivněni stylem attachmentu, což následně vede k utváření attachmentu u jejich dětí a dochází k jeho přenosu mezi generacemi (Sierau et al., 2013, dle Huang, 2021).

Jeden z nástrojů, který se zabývá attachmentem u dospělé populace se nazývá Adult Attachment Interview, dále AAI. Jedná se o techniku, která dokáže popsat chování jedince v jeho celistvosti a nezachycuje pouze aktuální projevy (Vavrda, 2019). Během AAI interview je jedinec dotazován na informace z jeho dětství, hlavní otázky se vztahují k tématice vztahů s oběma rodiči a jak se v průběhu času vyvíjely. Huang (2021), který zkoumal vztah mezi attachmentem rodičů a rodičovskými styly výchovy, potvrdil jejich vzájemnou souvislost. Zjistilo se, že bezpečná vazba koreluje s pozitivním rodičovstvím a současně se objevily souvislosti nejisté citové vazby s negativním rodičovstvím.

Mary Mainová vymežila attachmentový systém, který je založen na „*tradici nukleární rodiny*“. Do tohoto systému patří bezpečný stav mysli, tyto jedinci se rozdělují do dvou podskupin, první jsou ti, co zakusili bezpečný attachment v dětství a v druhém případě se jedná o získaný bezpečný stav. Tato druhá podskupina sice v dětství zažila úzkostnou vazbu, ale později se jim podařilo zažít bezpečný attachmentový vztah, kdy se může jednat o přátelský, či milostný vztah, nebo i o pozitivní dopad psychoterapie. K této skupině si jejich potomci vytvářejí převážně bezpečný attachment. Další skupinou je zaujatý stav mysli. Pro tento typ je charakteristické, že osoby, které tímto stavem mysli disponují, mají menší schopnost uvědomovat si signály druhých lidí a reagovat na ně. Rodič projevuje dítěti střídavou dostupnost, což u dítěte vytváří úzkostně vzdorující

attachment. Mezi další skupiny patří opomíjený stav mysli, který je charakteristický omezenou schopností rozpoznat vlastní emoční stavy, tak poté následně emoční prožitky vlastního dítěte a není schopen ho podpořit ve vytvoření správných reprezentací emočních stavů. Čtvrtou skupinou je nevyřešený/dezorganizovaný stav mysli. Tento stav mysli mohou mít jedinci, kteří zažili určité trauma a nemají ho stále vyřešené. Tato skupina jedinců bude mít s větší pravděpodobností děti s dezorganizovaným attachmentem (Vavrda, 2019).

### 3.2 Transgenerační přenos traumatogenní dynamiky

Jedinci, kteří zažili ve své původní rodině nějaký traumatogenní zážitek jsou náchylnější k přenosu negativních aspektů traumatu do své vlastní rodiny, tedy do další generace. Může se jednat například o trauma z přísné výchovy. Pro tento případ je charakteristické, že rodiče, kteří své děti vychovávají přísně, jsou přesvědčeni, že dítě si lásku musí odčinit a to zejména bezmeznou poslušností a zřeknutí se spontánního projevení se. Mezi další traumatické oblasti se může řadit opuštění, nepřijetí dítěte, pokoření, či zneužití dítěte (Tóthová, 2011).

## 4 Vzdělávání rodičů

*„Rodičovské vzdělávání je organizovaná, záměrná snaha změnit nebo pozvednout rodičovské (vychovatelské a pečovatelské) znalosti a dovednosti v rámci rodinného systému.“* (Brock, Oertwein, Coufal 1993, dle Šedřová, 2007, str. 79)

V moderní společnosti, zejména v západní Evropě a USA, je nabízeno velké množství rodičovského vzdělávání, různých programů, či kurzů. Tento stav je zejména způsobem zánikem, či narušením tradičních rodinných vazeb. Tradiční společnosti pečují o své potomky v rámci širší rodiny, veřejně, tudíž je možné se dovednosti vztahující se k péči o potomka naučit a poté být na narození vlastního připraven (Šedřová, 2007). Rodičovské kurzy jsou tedy určitou možností, jak se dané chybějící informace naučit. Určitá potřeba se v této oblasti vzdělávat potvrdil i výzkum, kde se zjistilo, že více než polovina respondentů si myslí, že rodičovství je něco, co je potřeba se naučit (National Family and Parenting Institute, 2001, dle McGaw, Lewis, 2002). Vedle příznivců těchto kurzů, ale existují i ti rodiče, kteří to vnímají, jako něco nepřírozeného, či až případně nebezpečného. Toto vzešlo z výzkumu, který se zabýval pohledem českých rodičů na rodičovské vzdělávání (Šedřová, 2007).

Rodičovské vzdělávání má převážně dva cíle. Jedná se o cíl zmírnit vyskytující se, či hrozící deficit rodinného života. Druhým cílem může být zlepšení a obohacení rodinného soužití (Vandemeulebroecke, Van Crombrugge, 1996, dle Šed'ová, 2007).

Hybnou silou pro vzdělávání bývá tzv. rozpor. Jedná se o rozpor mezi emoční, kognitivní, či smyslovou zkušeností člověka a novou situací, na kterou jedinec neví, jak reagovat a chtěl by ji porozumět (Jarvis, 2004, dle Dvořáková, Šerák, 2016). Vzdělávání lze rozdělit na několik typů. První je formální vzdělávání, které je realizováno v rámci institucí, neboli škol a je ukončeno certifikátem, který je celospolečensky uznávaný (Dvořáková, Šerák, 2016). Dalším typem je vzdělávání neformální, které již podle názvu není součástí formálního vzdělávacího systému. Do neformálního typu vzdělávání patří například kurzy, konzultace s odborným poradcem a podobně. Třetím typem je vzdělávání informální, které se spíše označuje, jako učení, jelikož se jedná o veškerou denní aktivitu, která je neplánovaná, neorganizovaná. Současně tam, ale patří i studování literatury, čerpání z internetu, což je také jedna z možností odkud jedinci přejímají informace o rodičovství, či výchově (Dvořáková, Šerák, 2016). Ve výzkumu, kde se zaměřovali na rodičovské vzdělávání, vyvstal rozdíl v čerpání informací mezi tzv. expertními zdroji a zdroji, které byly označeny, jako tzv. peer zdroje. Expertní zdroje jsou ty, které jsou vytvořeny nějakým odborníkem, který se v dané oblasti orientuje. Jedná se převážně o kurzy, konzultace, knihy, odborné články. Naproti tomu peer zdroje vycházejí od příbuzných jedinců, či známých, kteří nabízejí uklidnění, či podporu a posílení sebevědomí (Šed'ová, 2007).

Jedním z doporučení Výboru ministrů rady Evropy z roku 2006 o „Politice na podporu pozitivního rodičovství“, bylo i vybízení rodičů k vyhledávání pomoci, pokud mají problémy ve výchově svých dětí, dále bylo doporučováno omezení užívání tělesných trestů a osvojení si alternativních přístupů, jak ke svému dítěti přistupovat (Rodrigo, 2010). Pro politiku České republiky je téma podpory rodiny důležité, což se projevilo například v roce 2009, kdy vydalo dokument s názvem Národní koncepce podpory rodin s dětmi. Mezi jeden z dílčích cílů tohoto konceptu byla podpora zkvalitnění rodinných vztahů a posilování rodičovských kompetencí. V tomto ohledu kladou důraz právě na roli vzdělávání, či zmiňují neziskové organizace, které nabízejí služby a podporu pro rodiny (Ministerstvo práce a sociálních věcí, 2008).

Podle výzkumů kurzy mohou podporovat psychosociální fungování matek (Barlow, Coren, 2001), ale i obou rodičů (Barlow, et al., 2014). Existují dva hlavní typy

rodičovských vzdělávacích kurzů, první je behaviorální a druhý vztahový. Některé programy, ale kombinují prvky z obou přístupů (Smith, 1996, dle Barlow, Stewart-Brown, 2000). Behaviorální kurzy jsou zaměřeny na měřitelné a pozorovatelné chování a obsahují techniky, jak vytvořit žádoucí a zbavit se nežádoucího chování u svých dětí (Smith, 1996, dle Barlow, Stewart-Brown, 2000). Tento přístup je založen na sociálním učení (Barlow, Stewart-Brown, 2000). Druhé, vztahové programy, jsou založeny převážně na teorii humanistické, Adlerovské, či na teorii rodinných systémů (Barlow, Stewart-Brown, 2000). Jedním z příkladů humanistický kurzů je kurz *Výchova bez poražených*, která vychází z myšlenek Carla Rogerse a Thomase Gordona. Mezi další zástupce vztahově zaměřených kurzů patří například *Kurz efektivního rodičovství* (Barlow, Stewart-Brown, 2000).

Značným problémem rodičovského vzdělávání je nízké zapojení otců do kurzů, či programů. Toto například potvrzuje zastoupení mužů v *The Parenting Early Intervention Programme* v Anglii, kde se jednalo o 10,2 % (Lindsay, et al., 2008). V účasti otcům mohou bránit určité bariéry. Ve výzkumu (Bayley, Wallace, Choudhry, 2009) bylo zjištěno, že mezi tyto bariéry může patřit nedostatečná informovanost, pracovní závazky, to že jsou programy zaměřené spíše na ženy, či obavy z obsahu daného kurzu, či programu.

#### 4.1 Vybrané kurzy

V následující kapitole budou představeny některé z kurzů, kterých se rodiče v České republice mohou účastnit. Výběr kurzů byl proveden s ohledem na kurzy, kterých se účastnili respondenti v praktické části. Kurzy jsou seřazené podle abecedy.

##### 4.1.1 Kurz efektivního rodičovství

Kurz efektivního rodičovství pochází z USA a Kanady a jeho autory jsou Don Dinkmeyer a Gary D. McKay. Tito autoři napsali knihu *STEP: Efektivní výchova krok za krokem*, kde tento přístup představují. STEP se do češtiny překládá jako systematický trénink efektivního rodičovství (Dinkmeyer, McKay, 1996). V této knize je vymezeno devět kapitol, které předkládají čtenářům praktické nahlížení na řešení vztahu mezi dítětem a rodičem a zároveň se zaměřují na vymezení demokratické výchovy dětí (Dinkmeyer, McKay, 1996). Kurz vychází z myšlenek zástupce individuální psychologie Alfréda Adlera.

V České republice se kurz začal rozvíjet v roce 2006 v Brně v Centru pro rodinu a sociální péči. Díky Valerii Wágnerové byl vytvořen projekt Kurzů efektivního rodičovství (KER). V tomto kurzu probíhají vzdělávací programy pro lektory a díky tomu se rozšířil po celé republice a i na Slovensko (Efektivní rodičovství, 2022). Kurzy mohou být

v různých podobách, buď v podobě intenzivního víkendového kurzu, nebo ve formě dopoledních, či večerních setkání. Jedná se o uzavřenou skupinu, kde se schází dvanáct až patnáct účastníků. Jednotlivá setkání jsou založena na teoretickém výkladu, ale zároveň na praktických cvičeních, či diskusích (Efektivní rodičovství, 2022).

Kurz efektivního rodičovství je složen z osmi témat. Jedná se zejména o rozvoj sebedůvěry rodiče. Dále je pozornost zaměřena na pochopení chování dítěte a řešení problémů. Další téma je založeno na povzbuzování a budování sebedůvěry u dítěte. Dvě témata se zaměřují na komunikaci, jak mají rodiče s dětmi adekvátně komunikovat, aby si navzájem rozuměli. V kurzu efektivní rodičovství se dále učí, jak vést dítě k samostatnosti a poslední téma je zaměřeno na disciplínu, či rodinná pravidla (Efektivní rodičovství, 2022).

#### 4.1.2 Nevýchova

Kurz Nevýchova je v České republice oblíbený, což potvrzují i výsledky z již zmíněného výzkumu od Masopustové a Hanáčkové (Masopustová, Daňsová, Lacinová, et al., 2018), kde 10,2 % dotazovaných následovalo tento výchovný přístup. Tento koncept byl rozvinut v roce 2013 Kateřinou Královou. Hlavní základnou tohoto přístupu jsou webové stránky, kde je možné číst blog, zdarma shlédnout rodičovský seriál, či se přihlásit na placené online kurzy.

Přístup Nevýchova se prezentuje slovy: „*Všechno, co vás teď trápí s dětmi, se dá změnit. Není tu špatný rodič, ani hrozné dítě. Stačí změnit komunikaci.*“ (Králová, n.d.) Autorka uvádí, že každý rodič a každé dítě je odlišné a funguje na něj jiný přístup, ale zmiňuje jednoduché principy funkční komunikace, které lze využít v každé rodině (Králová,) Dále: „*Nevýchova je jedinečný výchovný přístup pro rodiče, kteří nechtějí vychovávat tvrdě, autoritativně, ale ani liberálně, bez pravidel - chtějí si s dětmi rozumět a mít s nimi hezký vztah.*“ (Králová, n.d.) Přístup Nevýchovy stojí na čtyřech pilířích. Prvním je **respekt**. V tomto ohledu se jedná o respekt ve vztahu k dítěti, ale i rodiči. Je kladen důraz právě i na potřeby a pocity rodičů. Dále se jedná o **otevřenou komunikaci**, která je založena na srozumitelném vyjadřování potřeb, naslouchání potřebám dítěte a hledání společného řešení. Metody a techniky, kterými je možné se to v kurzu naučit je například princip dohody, princip nula moralizování, či technika popisuj a dělej. Třetím pilířem je **stanovování si vnitřních hranic**, které by měly vycházet z potřeb daného rodiče a dítěte, aby se rodič stal přirozenou autoritou a ne vynucenou. A poslední je **nápodoba**, která

odkazuje na to, že dítě se od rodičů neustále učí (Králová, n.d.). Jak ale uvádějí Masopustová a Hanáčková (Masopustová, Daňsová, Lacinová, et al., 2018) není zcela jasné z čeho přesně tento přístup vychází, ale dle již zmíněných pilířů lze usuzovat, že z demokratického přístupu, či z efektivního rodičovství (Day, Michelson, Thomson, et al., 2012 dle Masopustová, Daňsová, Lacinová, et al., 2018)

Kurz je koncipován do pěti týdnů, kdy každý týden má nějaké stěžejní téma. První týden je na téma komunikace. Druhý týden pojednává o důvěře. Třetí týden je o hranicích. Čtvrtý týden se zabývá sourozenci. A poslední týden je o rodičích (Králová, n.d.).

#### 4.1.3 Respektovat a být respektován

Mezi další přístup, který ve výzkumu od Masopustové a Hanáčkové (Masopustová, Daňsová, Lacinová, et al., 2018) vyšel, jako populární byl přístup respektující. Tento přístup k výchově je založen na vzájemné úctě mezi rodičem a dítětem. Hranice v tomto přístupu se vymezují na základě dohody. Tento znak odpovídá principům demokratické výchovy. Naproti tomu se zastánci respektované výchovy značně vymezují vůči autoritativnímu přístupu (Masopustová, Daňsová, Lacinová, et al., 2018).

Autoři knihy, která měla první vydání v roce 2005, Respektovat a být respektován jsou Pavel Kopřiva, Jana Nováčková, Dobromila Nevolová a Tatjana Kopřivová. V roce 2020 vyšlo přepracované vydání knihy od autorek Jany Nováčkové a Dobromily Nevolové.

V knize Respektovat a být respektován (Kopřiva, et al., 2007) jsou vymezeny hlavní charakteristiky daného přístupu. Je kladen důraz na respekt a úctu k dětem, což jsou nezbytná kritéria k úspěšné výchově. Respektování druhých spočívá hlavně ve dvou aspektech. První je založen na tom, aby se přistupovalo k dětem takovým způsobem, aby nebyla zraňována jejich lidská důstojnost. Druhý aspekt spočívá v přijetí odlišnosti. Každý jedinec je jiný a je důležité ostatní přijmout, aniž by byli hodnoceni, jako horší, či lepší. Respektující přístup dále naplňuje dva výchovné úkoly. Prvním z nich je rozvoj a nasycení potřeby sebeúcty. Druhý výchovný úkol, který je skrze respektující přístup plněn, je založen na tom, že rodiče dětem ukazují, jak se mají chovat, neboli co se od nich očekává. Je potřeba vědomě se distancovat od mocenského a manipulativního přístupu. Důraz je kladen na partnerský vztah mezi rodičem a dítětem, což patří mezi základní aspekty demokratického přístupu. Autoři říkají: „...*partnerský přístup dospělých k dětem je nejen možný, ale i nutný pro to, aby z dětí vyrostli kompetentní a zodpovědní lidé, schopní řešit problémy současného světa.*“ (Kopřiva, et. al., 2007, str. 9) Partnerský vztah



je založen na důvěře, umožňuje dítěti vyjádřit svůj názor, či návrhy řešení jednotlivých situací. Důležité je také vymezení hranic, které by mělo být založeno na spolupráci s dětmi. Principy a metody daného přístupu dokáží v dětech budovat morálku založenou na zevnitřněných hodnotách, podle nichž se jedinec chová, i když není nikým kontrolován. V tomto ohledu je kladen důraz na zodpovědnost dítěte, která je budována partnerským modelem. Partnerský model: „*Tato věc má tento a tento smysl, takové a takové důsledky. Očekávám, že uděláš to, co je správné.*“ (Kopřiva, et al., 2007, str. 21). Jedním z dalších hledisek respektujícího přístupu je zaměření se na hodnocení chování a ne na hodnocení osoby, jelikož dítě je v pořádku, ale chování momentálně ne. Jedinec má možnost situaci sám vyřešit a buduje si zdravé sebehodnocení (Nováčková, n.d.).

První téma, které se v kurzech otevírá je **komunikace**, kde je kladen důraz hlavně na formu sdělení. Druhé téma se zabývá **emocemi**, s tím, že uvádějí, že základní pravidlo je zareagovat empaticky a s následným vyptáváním, či vysvětlováním počkat až se emoce zklidní. Další lekce je zaměřena **na práci s nevhodným chováním**, kdy uvádí, že aplikování trestu způsobí pouze krátkodobé působení. V tomto ohledu se tedy snaží učít své kurzisty, jak vést děti k odpovědnosti a nápravě svých činů. Mezi další důležitou oblast patří **pochvaly a odměny**, kde záleží na formě, kterou jsou aplikované. V této oblasti jde o osvojení si forem pozitivního sdělování, které má vést k vytváření sebeúcty (Nováčková, n.d.)

#### 4.1.4 Rodičovská posilovna

Autory tohoto kurzu jsou Ivana Štefková a Honza Vávra. Jedná se o online kurz, který je zaměřený na posílení rodičovských sil. Kurz je v rozsahu dvanácti týdnů během nichž účastníci kurzu získají dvanáct aktivit na posílení rodičovské odolnosti, dvanáct hodinových živých vysíláních, audio inspirací, a v neposlední řadě úvodní a závěrečné posouzení odolnosti, na kterém je možné posoudit pokrok (Vávra, Štefková, 2022).

Autoři kurzu Rodičovská posilovna vytváří také stejnojmenný podcast, kde se zabývají tematikou rodičovství, pozitivní psychologií a dalšími poznatky z oblasti terapie. Podcasty a online kurzy jsou v této době také více rozšířené v souvislosti s pandemií Covid- 19.

#### 4.1.5 Samostatné děti

Jedná se o osmi týdenní program, jehož autorkou je Štěpánka Vontrobová. Program probíhá online prostřednictvím videí, živých setkání, dále mají kurzisté k dispozici

pracovní sešity, či přístup k uzavřené facebookové skupině. Během programu se rozebere dvacet témat. Z toho tři hlavní oblasti se nazývají rodič jako průvodce a vzor, dítě a jeho sebeuvědomění a praktické typy a nástroje. Hlavní charakteristickou větou pro tento program je výrok: *"Děti budou natolik samostatné, na kolik jim to dovolíme."* V modulu **rodič jako průvodce a vzor** je kladen důraz na osvojení si návyků chytrého rodiče, na to jak pečovat bez posluhování, dále jak si s dětmi hrát, a v neposlední řadě, jak rodiče mají nacházet čas pro sebe. Druhé téma, **dítě a jeho sebeuvědomování** je založeno na vymezení role dětí v rodině, zvládání vývojových fází, či na podporu vnitřní motivace u dětí. Třetí modul, **praktické typy a nástroje**, je zaměřen hlavně na sebeobsahu, na sdílení společného prostoru, či na činnosti dětí, které jsou rozděleny dle věku, od dvou do devíti let (Vontrová, 2022).

#### 4.1.6 Výchova bez poražených

Výchova bez poražených vychází z díla psychologa Thomase Gordona, který byl tvůrcem jedněch z prvních komunikačních programů pro rodiče tzv. P.E.T. - "Parent Effectiveness Training". V návaznosti na jeho odkaz byla vytvořena organizace Gordon Training International (GTI). Gordon Institut, neboli zástupce pro Českou republiku a Slovensko, byl založen v roce 2016 manžely Janem a Alenou Vávrovými. Tento institut se snaží zajistit podporu a vzdělávání instruktorů P.E.T. skupin. (Výchova bez poražených, n.d.a)

Thomas Gordon ve svém přístupu dává důraz na potřeby dítěte a zároveň na potřeby rodiče. Vztah mezi dospělým jedincem a dítětem by měl být vyrovnaný, aby ani jeden z nich nebyl zanedbávaný (EDUzín, 2018).

Kurz je zaměřený na učení a trénování řady dovedností. Jedná se o **porozumění a naslouchání**, pomoci dětem, aby dokázali řešit své emoce a problémy sami a ne aby to za ně dělali rodiče. Dále se jedná o **konfrontování a komunikování**. Konkrétně se jedná o schopnost vykomunikovat, co se rodiči nelíbí, bez používání nástrojů, jako jsou odměny, tresty, či obviňování. Třetí oblast se týká **spolupráce**, která je zaměřená na nalezení řešení, jak naplnit potřeby obou, jak rodiče tak i dítěte. Přístup odmítá tresty a nahrazuje je metodami, které jsou postaveny na respektujícím a empatickém vztahu k dětem. Hlavní dovednosti, které jsou v kurzu vyučovány jsou zaměřené na rozpoznání problému a jeho vlastnictví, dále na pasivní a aktivní naslouchání. Mezi další dovednosti patří schopnost

sebeotevření a sdělení svých pocitů a potřeb a Metoda III, neboli řešení problémů tzv. bez poražených (Výchova bez poražených, n.d.b).

Cedar a Ronald (1990) ve své metaanalýze zjistili, že P.E.T. má vliv na postoje, znalosti a chování rodičů a sebevědomí dětí. Bylo zjištěno, že tyto účinky přetrvávají až 26 týdnů po absolvování tohoto kurzu.

## II. EMPIRICKÁ ČÁST

Empirická část bakalářské práce se zaměřuje na získání pohledu rodičů na přínos kurzů o výchově.

### 5 Metodologie výzkumu

#### 5.1 Cíl výzkumu a výzkumné otázky

Tato práce se zaměřuje na vzdělávání v oblasti rodičovství. Vzhledem k vývoji informačních technologií mají jedinci větší přístup k informacím. V důsledku toho se rozšiřují i služby pro rodiče, které jsou nejen na internetu nabízeny. Jedná se o různé kurzy, workshopy, či přednášky. Dále vznikají i různá fóra a skupiny na internetových stránkách, či na sociálních médiích, kde mohou rodiče sdílet své zkušenosti a obohacovat se, ale zároveň mohou vést k tendenci se porovnávat a vzbuzovat negativní emoce z vlastního rodičovství. Dalším hlediskem je již zmíněná proměna rodin, kdy moderní společnost žije více izolovaně. Rodiče tudíž nemají takovou možnost se péči o potomka od koho naučit. Zároveň mezi problematickou oblast dnešních rodičů patří i mezigenerační přenos rodičovských informací. Zdá se, že mladí rodiče nechtějí s takovou mírou přijímat vědění od svých rodičů a spíše tíhnou k hledání nových možností, jak k dítěti přistupovat (Šed'ová, 2007). Rodiče z těchto důvodů mohou více vyhledávat možnosti vzdělávání se v této oblasti.

Cílem práce je porozumět rodičům, kteří se vzdělávají v oblasti rodičovství. Cíl byl původně směřován k oběma rodičům, ale nepodařilo se otce do výzkumu zapojit. Kvůli tomu musel být upraven cíl i výzkumné otázky, které se týkají pouze matek. Hlavním cílem výzkumného šetření je zjistit, jak matky vnímají přínos kurzů o výchově. Na základě vytyčeného cíle mé práce jsem stanovila výzkumné otázky. Na základě zvolených výzkumných otázek byly kladeny otázky výzkumnému souboru.

VO1: Co vede matky k účasti na kurzech o výchově?

VO2: Jak účast v kurzu proměnila prožívání a pocity z rodičovství?

VO3: Jak matky vnímají kurzy?

VO4: Jak matky nahlíží na výchovný přístup svých rodičů?

## 5.2 Výzkumný design

Vzhledem k povaze zkoumané problematiky byl zvolen kvalitativní přístup. Hlavním úkolem kvalitativního přístupu je: „*do hloubky a kontextuálně zakotveně prozkoumat určitý široce definovaný jev a přinést o něm maximální množství informací.*“ (Švaříček, Šed'ová, 2007, str. 24) Kvalitativní přístup využívá ve výzkumném procesu cirkulární model. Tento model má na svém začátku vymezené předpoklady, poté následuje cyklus, ve které současně dochází ke sběru dat, k jejich analýze a interpretaci. Tento proces by měl být následně zakončen vytvořením nové teorie (Švaříček, Šed'ová, 2007).

Designem výzkumu je myšleno jeho rámcové uspořádání (Švaříček, Šed'ová, 2007). V tomto výzkumu byla jako design zvolena případová studie. Případové studie jsou někdy též označovány jako kazuistiky. Cílem případové studie je hloubkově prozkoumat a porozumět jednomu, či několika zkoumaným případům. Tato metoda pojímá případ jako integrovaný systém s danými hranicemi (Yin, 2003, dle Švaříček, Šed'ová, 2007). Daný předmět výzkumu by měl být zkoumán ve své komplexnosti ve svém přirozeném prostředí. V případě zkoumání více případů se jedná o mnohonásobnou případovou studii (Švaříček, Šed'ová, et al., 2007). Zaměření se na více případů pro získání lepšího vhledu do problematiky je také možné označovat, jako kolektivní případovou studii (Stake, 1995, dle Hendl, 2016).

## 5.3 Strategie výběru výzkumného souboru

Respondenti byli do výzkumu osloveni prostřednictvím skupin zaměřených na výchovu dětí a rodičovství na internetové stránce Facebook. Následně byla k výběru výzkumného vzorku zvolena metoda nepravděpodobnostního záměrného výběru (Miovský, 2006). Respondenti byli vybíráni dle konkrétních kritérií. Hlavním kritériem bylo absolvování kurzu o výchově, či rodičovství, který byl v delším rozsahu, čímž se myslí minimálně okolo dvaceti hodin výuky. O účast ve výzkumu projevilo zájem dvanáct žen. Z tohoto vzorku byly vyřazeny ty, které se účastnily pouze krátkodobého vzdělávání, neabsolvovaly kurz zaměřený přímo na výchovu, či rodičovství a nebo při následném kontaktování účast odmítly.

## 5.4 Výzkumný soubor

Výzkumný soubor pro tuto práci byly matky, které absolvovaly nějaký dlouhodobější kurz o rodičovství, či výchově. Dlouhodobějším se rozumí minimálně v rozsahu okolo dvaceti hodin výuky. Byla snaha do výzkumu zapojit i otce, ale bohužel se

žádný nepřihlásil a ani se ho nepodařilo oslovit. Vzájemný kontakt byl i vzhledem k epidemiologické situaci a lepší časové flexibilitě prováděn online formou. Výzkumný soubor je složen z pěti žen, které jsou matkami a absolvovaly alespoň jeden kurz. Nejmladší z respondentek je 29 let a nejstarší je 37 let. Tři respondentky mají jedno dítě a dvě respondentky mají dvě děti. Všechny respondentky mají vysokoškolské vzdělání. Úroveň dosaženého vzdělání u respondentů se shoduje se zjištěními, které provedl Šerák ve svém výzkumu týkajícího účastníků zájmového vzdělávání. Bylo zjištěno, že nejvíc se zájmových aktivit účastní lidé s vyšším vzděláním, jelikož to vnímají jako formu seberealizace, jsou schopni pochopit společenské problémy a souvislosti a mají tendence hledět do budoucnosti (Šerák, 2009).

*Tabulka 1- Popis výzkumného vzorku*

<b>Respondent</b>	<b>Kurz</b>
R1- Eva	Výchova bez poražených
R2- Klára	Nevýchova Samostatné děti
R3- Natálie	Respektovat a být respektován
R4- Johana	Kontaktní rodičovství Rodičovská posilovna
R5- Hana	Nevýchova Výchova bez poražených

## 5.5 Metoda získávání dat

Vzhledem k povaze a cíli dané práce bylo, jako metoda získávání dat, zvoleno interview, neboli rozhovor. Bylo zvoleno polostrukturované interview, které je založeno na vytvoření si závazného schématu (Miovský, 2006). Dle Miovského (2006) byl rozhovor rozdělen do několika částí. První byla část úvodní, během níž došlo k navázání kontaktu a získání informovaného souhlasu. Druhá část se nazývá vzestup a upevnění kontaktu, během níž jsem se dotazovala na obecnější, základní informace. Třetí částí je jádro rozhovoru, které bylo zaměřeno na hlavní tematické okruhy, které vycházely z cíle práce a výzkumných otázek. V poslední, ukončovací, části došlo k poděkování a ocenění účastníků a případnému zodpovězení otázek od respondentů. Jak již bylo zmíněno, rozhovory byly prováděny v online podobě prostřednictvím stránky Facebook. Tři z nich byly realizovány

pomocí video hovoru a dva pouze jako hovor. Délka rozhovorů se pohybovala okolo 40 minut. Rozhovory byly uskutečňovány od ledna do března 2022.

## 5.6 Metoda zpracování dat

Nejprve byla provedena doslovná transkripce, která je důležitá pro další zpracovávání dat. Jedná se o převedení mluvené formy do podoby písemné. V přepisu byly zachovány všechny dialekty a jazykové prvky, jako je nespisovná čeština, či slang (Hendl, 2016). Dále byly zaznamenány emoční projevy, jednalo se zejména o smích.

Pro zpracování dat byla vybrána metoda případové studie. V této práci bude použita konkrétně mnohonásobná případová studie. Tento typ případové studie je charakteristický tím, že je šetření prováděno u minimálně dvou případů.

Při tvorbě případové studie, Basse (1999, dle Švaříček, Šed'ová, 2007), uvádí důležitost prolínání konkrétních fází. První fáze je založena na vymezení výzkumného tématu a definování otázek. Ve druhé fázi probíhá výběr zkoumaného případu a zároveň určení metody sběru dat. Současně je důležité vymezit etická kritéria daného výzkumu. Další fází je sběr dat a následná jejich analýza. Pro analýzu případové studie nejsou vyvinuty žádné konkrétní analytické postupy. Poslední fází je vytvoření výzkumné zprávy, která má přiblížit výzkumný problém. Výsledky jsou porovnávány a vzniká závěrečný souhrn všech zkoumaných případů (Švaříček, Šed'ová, 2007).

Jak již bylo zmíněno, pro případovou studii nejsou vytvořeny přesné analytické postupy, ale lze využít techniky, které se využívají i v rámci jiných analytických metod. Po přepisu a organizaci dat se jednalo o techniku otevřeného kódování. Technika otevřeného kódování byla vytvořena pro analytickou metodu zakotvené teorie, ale díky její praktičnosti je využívána k v rámci více kvalitativních designů (Strauss, Corbinová, 1999, dle Švaříček, Šed'ová, 2007). Kódování je založeno na tom, že přepsaný rozhovor je rozdělen na dané úseky, kterým je přidělen konkrétní kód. Jedná se o „*systematické prohledávání dat s cílem nalézt pravidelnosti a klasifikovat jejich jednotlivé části*.“ (Hendl, 2016, str. 230) Následně byly kódy systematicky seskupeny do kategorií, tematických oblastí, na základě kterých byl popsán daný případ. Na popsání případu byla využita technika „vyložení karet“. Tato technika je založena na výběru kategorií, které mají souvislost k výzkumným otázkám a na následném jejich převyprávění. Konkrétně se jedná o popis a interpretaci kódů, které se v daných kategoriích nacházejí (Švaříček, Šed'ová, 2007).

## 5.7 Výzkumná etika

Respondenti byli na začátku rozhovoru seznámeni s informovaných souhlasem. Souhlas byl proveden ústně a zaznamenán v audio nahrávce. V informovaném souhlasu byli respondenti seznámeni s tématem a účelem výzkumného šetření. Byli informováni o nahrávání rozhovoru a následném přepisování audio záznamu, ke kterému kromě výzkumníků nemá nikdo jiný přístup. Dále, že všechny informace, které poskytnou budou použity pouze pro účely bakalářské práce. U účastníků byla zachována anonymita prostřednictvím změny jména, či dalších identifikačních informací. Dále byli účastníci obeznámeni, že mají právo od rozhovoru kdykoli odstoupit.



## 6 Případové studie

### 6.1 Eva

Eva je žena, které je 35 let. Nejvyšší dosažené vzdělání má vysokoškolské. Žije sama s dítětem, kterému je osm let. Eva absolvovala kurz Výchova bez poražených, když jejímu dítěti byly tři roky.

#### Dětství Evy

Eva označuje výchovu svých rodičů za liberální, čímž myslí, že měla hodně volnosti a prostoru. Eva říká, že měla pocit, že je na plno věcí sama. „...*měla jsem pocit a do dneška mám, že jsem v mnoha situacích sama, neumím si říct o pomoc.*“ Zároveň, ale uvádí, že je velmi kompetentní, protože si dost věcí musela sama vydřít.

#### Partnerství

Jak již bylo zmíněno, Eva žije sama, momentálně žádného partnera nemá. S otcem dítěte se přestali stýkat, když dítěti byli tři měsíce. Na výchově dítěte se podílí jenom ona sama.

#### Důvody k přihlášení

Eva se do kurzu přihlásila, jelikož si nevěděla rady s výchovou svého dítěte. Dále ji zajímala komunikace a komunikační vzorce, protože si uvědomovala, že ty starý ji už neslouží a chtěla se v tom nějak posunout. „*A my jsme taková generace, která nechce jít tím tradičním způsobem, ale hledáme cesty, jak ty děti vychovávat a přistupovat k těm dětem a mladistvým a i dospělým, hledáme ty nové komunikační vzorce, protože ty staré nám už úplně neslouží a vidíme to i na těch vztazích.*“ Konkrétní kurz jsi vybrala na základě doporučení a po seznámení s jeho obsahem, vyhodnotila, že je to přesně to, co potřebuje.

Konkrétně se Eva chtěla naučit pracovat s emocemi, jak u dítěte, tak u ní samotné. „...*tam se snoubí ta únava a ty emoce toho dítěte a jak to ten rodič má zvládat, aby oba přežili (smích) v psychickém zdraví.*“

#### Obsahový přínos

Pro Evu bylo důležité zjistit, či si uvědomit, že potřeby rodičů i dětí jsou na stejné úrovni. „...*rodiče svoje potřeby upozadují potřebám toho dítěte, ale tady bylo vlastně wau pro ty rodiče a pro mě taky, že moje potřeby jsou na stejné úrovni, jako toho dítěte a já to tomu dítěti sděluju. Vnímám jeho potřeby, ale zároveň prosazuju i ty svoje.*“ Při konfliktech je

důležité, aby se hledalo společné řešení, které bude vyhovovat oběma, jejich potřebám. Další přínos Eva vidí v tom, že když dítě má s něčím problém, vzteká se, nemá rodič za něj přebírat zodpovědnost a řešit to za něj, ale podržet ho té situaci, aktivně mu naslouchat a podporovat dítěte, aby se učilo situaci řešit samo. Z kurzu si také odnesla základní principy komunikace, které využívá v komunikaci s dítětem, ale i s dospělými lidmi. Dále zmiňuje win-win přístup, který je pro Výchovu bez poražených typický.

Eva zmiňuje, že tento kurz jí stačil a zatím žádný další neplánuje. Poskytl jí odpovědi na její otázky a základní principy ohledně komunikace.

### Negativa

Kurz hodnotí kladně, žádná negativa nezmiňuje. Zmiňuje, ale že je někdy těžké uvést ty nabyté informace do praxe a ne vždy se to daří. „...*je to teda fuška, být trošku uvědomělý rodič, protože tam jsou nějaký procesy, který vy jako teoreticky víte, jak byste to měla dělat, ale ono to často nejde, protože emoce, rodinný situace a všechno možný.*“

### Reflexe změny

Před kurzem se Eva hodně upozaďovala. Neuměla dát dítěti zdravé hranice, hodně mu ustupovala. Popisuje, že z něho dělala „malého tyrana“, který je zvyklý, že se vše točí jenom kolem něho, že jeho potřeby jsou vždy uspokojeny a když to tak není, tak je z toho frustrovaný. Tento její přístup se jí nelíbil, ale nevěděla, jak to změnit.

Po kurzu si dokáže říct, co potřebuje, víc si za sebou dokáže stát. Začala si víc věřit i ve své roli matky a má pocit, že už se tolik v rodičovství neztrácí. Začala být trochu více autoritativní, ale podle ní v adekvátní míře. Naučila si stanovovat hranice respektujícím způsobem. Když dojde k hádce, tak jsou schopni se s dítětem domluvit a navrhnout nějaké řešení, aby se to případně neopakovalo. Eva dala příklad, jak se zachovala v případě hádky: „...*hele prostě teď jsme se pohádali, teď jsme to ze sebe dostali, ale mě trápí tohle, já potřebuju tohle a pojďme najít řešení, abychom fakt s tím byli oba dva v pohodě.*“

## 6.2 Klára

Kláře je 37 let. Vzdělání má vysokoškolské. Je vdaná a má dvě děti, prvnímu dítěti je 3,5 roku a druhému 9 měsíců. Absolvovala kurz Nevýchova, do kterého se přihlásila, když se první dítě narodilo a kurz Samostatné děti, který si zaplatila, když bylo staršímu dítěti tři roky. Kurzů se účastnila sama, ale manželovi zásadní informace, které se dozvěděla předávala.

### Dětství Kláry

Klára své rodiče popisuje, jako svým způsobem zodpovědné, ale dost mladé, kvůli čemuž trávila dost času u prarodičů. Jak byla hodně u prarodičů, tak říká, že se jako dítě nebyla schopná zařadit, kam vlastně patří. Zmiňuje, že rodiče byli na ni dost přísní. „... *byli poměrně dost přísní, dost ostří, byl to takový ten policajtský přístup, takový ten až bych řekla trénink, že je potřeba to dítě, jako vytrénovat, vycepovat, jinak bůh ví, co z něj vyroste.*“

### Partnerství

Klára je vdaná, s manželem vychovávají dvě děti. S partnerem mají podobný pohled na výchovu a umí se podpořit. Klára uvádí, že když se jeden z nich dostává do nějaké vyhocené situace a začne se chovat k dětem způsobem, který není podle nich žádoucí, tak ten druhý ho je schopný zastavit. Hodnotí to velice kladně, že jsou schopni spolu o těch situacích mluvit, reflektovat a takto si pomáhat.

### Důvody k přihlášení

Klára se již během těhotenství začala v oblasti rodičovství vzdělávat a to prostřednictvím různých webinářů a když se jí dítě narodilo, tak se rozhodla zaplatit si celý kurz, jako důvod uvádí: „... *protože mi přišlo, že se v tom mateřství začínám docela dost ztrácet a že se v tom dost šíleně plácám.*“ Dále se do kurzů přihlásila, protože chtěla k dětem přistupovat jinak, než její rodiče. Mezi další motivace patřilo obtížnější čerpání informací z knihy, kdy doufala, že na kurzu dané problematice lépe porozumí a bude schopna ji snadněji aplikovat do praxe. „... *byla jsem přesvědčena o tom, že když si zaplatím kurz, tak budu schopná vlastně tu změnu udělat, řekněme lépe, nebo snáz, než načítáním mnoha knih z nichž vlastně člověk dopředu stejně člověk neví, která mu bude pasovat.*“

Klára se chtěla konkrétně naučit, jak s dítětem komunikovat, aby ta komunikace vedla k pozitivnímu efektu a neblokovala ho, „*abychom mohli být spíš partneři, aby ten vztah byl vybalancovanej a nebylo to, já jsem tady šéf a ty seš tady dítě a budeš poslouchat.*“ Zároveň, ale nechtěla, aby její výchova byla bezhraniční, takže se chtěla naučit, jak si stanovit hranice ve vztahu rodič a dítě. Mezi další otázky, na které chtěla najít odpověď, bylo, co je adekvátní chtít po určité věkové kategorii. Toto si chtěla ujasnit hlavně kvůli konfliktu s manželovými rodiči, jelikož měli pocit, že toho po starším dítěti chtějí, jako rodiče, moc.

### Obsahový přínos

Z kurzu Nevýchova si Klára odnesla funkční formát komunikace, naučila se, jak si nastavit partnerství ve vztahu s dítětem. Dále se naučila pracovat s chybou a uvědomila si, že si může dovolit udělat chybu, ale je schopná sebereflexe a pro příště zvolit jiný přístup, aby tu chybu nemusela opakovat.

Z kurzu Samostatné děti si odnesla kostru jak pracovat s dítětem, kterou si poté může upravit podle individuálních potřeb.

Klára hodnotí kurzy kladně v tom, že jí posunuly v komunikaci s dítětem, sama říká, že jí to moc pomohlo. Vyhovovala jí také forma kurzů, že byla videa kratší a tím pro ni efektivnější.

### Negativa

Kláře na kurzu nevyhovovalo, že v ní vzbuzoval pocit neustálého selhání. Sama se označuje za analytického člověka, který potřebuje spíše fakta a nemá ráda, když jsou ty informace spojovány s velkým množstvím emocí, jelikož jí to zatěžuje.

### Reflexe změny

Uvědomuje si, že v sobě má naučená a zažitá určitá schémata od svých rodičů, která nechce opakovat, ale občas vyvstanou na povrch. Klára přiznává, že ve svém přístupu má stále dost chyb, ale je schopná na nich pracovat, „...někdy jsem třeba příliš direktivní, ale vidím, že těch situací, kdy se zastavím a řeknu si, že už zase to dělám zle, je čím dál tím méně.“ Dále se Klára snaží víc vnímat potřeby dítěte, „to znamená, že ho jakoby nevláčím tím svým životem, ale snažím se, aby ten život, který žijeme byl ten náš společný.“ Snaží se k dítěti chovat tak, aby vědělo, že jeho názor je taky důležitý a že má právo říct, když se mu něco nelíbí, nevyhovuje, nebo to potřebuje jinak.

## 6.3 Natálie

Natálie je 29 let a má vzdělání vysokoškolské. Má jedno dítě, kterému jsou tři roky. Absolvovala kurz Respektovat a být respektován, který jí byl nabídnut zdarma v rámci dobrovolnictví. Tohoto kurzu se účastnila, když byly jejímu dítěti tři roky.

### Dětství Natálie

Natálii vychovávala babička s dědou, jelikož otec s nimi vůbec nežil a maminka byla hodně nemocná. Uvádí, že svou výchovu vnímala jako autoritativní a zmiňuje, že to pro ní

bylo neskutečné peklo a dodnes se to snaží zpracovat. Dále uvádí, že má do dnešní doby problémy v rozhodování: „...*mám hrozně velkej problém v rozhodování, protože mě jako všechno přikazovali, všechno to muselo být podle nich...*“ Natálie říká, že způsobem, který jí její prarodiče vychovávaly nechce vychovávat své děti.

### Partnerství

Natálie s otcem svého dítěte nežije v jedné domácnosti, ale dítě se s ním vídá jednou za týden. S otcem dítěte se zásadně rozchází v názorech na výchovu, jeho výchovu označuje za tradiční. Natálie má problém s jeho rozdílnou výchovou a odmítá, aby u otce dítě trávilo více času. „*Tam to vidím už po jednom dnu, ..., jak není zvyklý na ten direktivní styl výchovy, on už na to ani jako neslyší, ... on prostě je zvyklej na to, jak s ním komunikuju já a takže tam ta jejich výchova třeba ani nefunguje, to je rozčiluje víc, ale oni nemají právě tu sebereflexi, aby si řekli, jo tak mi něco děláme špatně, oni hledají chybu v tom dítěti.*“

### Důvody k přihlášení

Hlavním důvodem, proč Natálie absolvovala kurz bylo, to že jí byl zdarma nabídnut jako vzdělávání v rámci dobrovolnictví. O tento přístup se, ale zajímala již dříve, ale jak uvádí, sama by si ho za ty peníze nezaplatila. Pořádila si knihu Respektovat a být respektován a účastnila se nějakých online webinářů. Sama, ale uvádí, že nebyla schopna z těchto zdrojů čerpat a uvést ty informace do praxe. „...*takže když mi nabídli ten kurz, který měl být čtyřdenní od rána do večera, tak jsem si říkala no tak to už musí pomoci, ....*“

Natálie si v kurzu chtěla hlavně řešit otázku respektu sama k sobě, jak se začít respektovat. Ale zároveň, jak respektovat druhé, kteří k výchově přistupují jinak. „...*spíš jsem se tam přímo na tom kurzu ptala, jak vlastně jako pracovat s tímhle, že jako já mám nějaký styl výchovy a ti ostatní jako ho nerespektujou dobře, ...*“ Když se Natálie do kurzu přihlašovala, tak neměla pocit, že by měla nějaký problémy s výchovou, ale když ten kurz začal, tak už nějaké problematické aspekty objevovaly. Jednalo se hlavně o to, že se její dítě vztekalo a ona se cítila hodně bezradná.

### Obsahový přínos

Co se týká vztekání dítěte, tak Natálii kurz pomohl přijmout tu danou situaci a zároveň vývojové fáze dítěte, což jí usnadnilo víc vnímat a přijímat jeho chování. Celkově jí to pomohlo k vnitřnímu uvědomění, že dítě je v pořádku. „...*jako pochopit vlastně to dítě a pochopit ty situace a pochopit, že je to v pořádku a neskutečně mě to jako uklidnilo, že ty*

*vývojové fáze dětí jsou a že prostě takhle to je a že už samotný to uklidnění a přijetí té situace mi neuvěřitelně pomohlo...*“ Dále zmiňuje emoční konto, kdy zjistila, že nemá naplněné své potřeby, jelikož neustále druhým dává, ale moc nedostává nazpět: *„Pro mě to bylo jako neskutečný zjistit, že mám strašně moc těch výběrů na tom svém emočním kontu, že neustále jakoby dávám a ty vklady moc nemám, ...“*

Natálie hodnotí kurz velmi kladně, sama říká, že jí dal hodně. Zmiňuje, že se do kurzu přihlásila hlavně, aby pomohla sama sobě a neuvěřitelně jí to pomohlo ve všech oblastech jejího života, hlavně co se týká její rodiny se kterou má problém, protože jí nerespektují.

### Negativa

Natálie zmiňuje náročnost, která vyplivala z velkého množství informací za relativně krátký čas. *„To bylo neuvěřitelný množství informací, kdy to vlastně byly fakt čtyři dny od rána do večera a bylo to jako i fyzicky náročné, protože jak to tělo zažívá neustále dokola ty aha momenty, tak je to takový jako trošku těžší...“*

### Reflexe změny

Natálie uvádí, že před kurzy byla hodně nejistá, zda správně přistupuje k dítěti. Zmiňuje, že jí kamarádka přivedla k alternativnějšímu způsobu výchovy, ale i přesto nevěděla jestli to dělá správně, jelikož jí nikdo nemůže dát zpětnou vazbu. Před kurzy jednála více intuitivně a hlavně dávala důraz na to, aby nebyla moc autoritativní. Před kurzy měla den postavený tak, že si s dítětem přes den hrály a ona pak v noci a uklízela a vařila, z čeho byla hodně unavená.

Po kurzu uvádí, že zjistila, že někdy nějaký autoritativní prvek není špatný, ale je důležité, aby dítě zažívalo doma bezpečné prostředí. Po kurzu se také naučila víc dělat běžné aktivity s dítětem, vařit, uklízet, aby nebyla tak unavená a zároveň si dítě zvykalo, že sami se ty jednotlivé činnosti neudělají. *„Pořád si jako na to zvykám, ale jako je to asi i pro to dítě lepší, že prostě vidí, že ty věci se sami neuklidí, samo se neuvaří a tak, takže tady v tom vidím jako zásadní rozdíl.* Dále Natálie uvádí, že jí kurzy přinesly respekt k sobě samotné, ale i k ostatním. Upevnila se více v roli matky, že už tolik nekouká na to, co říkají ostatní. Dále uvádí, že si uvědomila, že má právo dělat chyby. Kurz jí přinesl nový pohled na emoce. Dřív, když dítě křičelo, tak se ho snažila nějak přesvědčovat, nebo mu něco nabízet, teď se snaží nejdřív počkat až se uklidní a až potom situaci řešit *„... dokud je v těch emocích, tak nemá cenu prostě na něj reagovat, mluvit a podobně.“*

## 6.4 Johana

Johaně je 30 let a má vysokoškolské vzdělání. Je vdaná a s manželem mají dvě děti, prvním je 2, 9 roku a druhému jsou 3 měsíce. Johana absolvovala kurz Kontaktní rodičovství a Rodičovskou posilovnu.

### Dětství Johany

Johana zmiňuje, že měla moc hezké dětství a že se k ní rodiče hezky chovali. Problém, ale vidí v tom, že její rodiče měli mezi sebou konflikty a často se hádali. Johana měla často pocit, že se hádají kvůli ní, protože jí ty situace nevysvětlili. Dalším aspektem bylo to, že byla jedináček, takže sloužila, jako prostředník mezi rodiči. „...*,cítla jsem se povinná ty konflikty nějak vyřešit, protože jsem vlastně byla, jako jedinej spojovatel, nebo připadala jsem si, jako článek, kterej ty rodiče spojuje a díky tomu jsem vlastně měla pořád pocit, že to musím nějak narovnávat, nějak srovnávat,...*“ Johana sděluje, že kvůli těmto situacím si nevytvořila zcela zdravý pohled na partnerství. Dále říká, že byla vychovávána manipulativním stylem. Jako příklad uvádí: „...*,když to teďka nesníš, tak já budu smutná,...*“ Uvádí také, že si myslí, že v ní tato výchova vytvořila syndrom tzv. hodné holky, že se všem snaží vyhovět. Zároveň, ale zmiňuje, že nikoho za tu výchovu neviní, protože rodiče v té době neměli informace, jaké jsou dnes.

### Partnerství

S manželem jsou oba zapojeni do výchovy dětí. Po narození prvního dítěte Johana nastudovala nějaké knížky o kontaktním rodičovství a manžela do tématu zasvětila. Johana partnera popisuje, jako ochotného, který si plno věcí uvědomuje a je na ně schopný přistoupit. I další vzdělávání Johana absolvovala sama, ale důležité informace mu předává. Nemají na všechny věci stejný názor, ale jsou schopni o nich mluvit a reflektovat je. „...*samozřejmě nemáme na věci vždycky stejný názor, ale dokážeme se o tom bavit většinou v klidu bez emocí. A dokážeme se o nějaký situaci, která se stala, tak třeba se spolu o tom potom pobavíme a řeknem si, co se dělo, dobře a špatně a tak,...*“

### Důvody k přihlášení

Johana se po narození svého prvního dítěte cítila dost zmatená. Před porodem si přečetla knihu Koncept kontinua a poté ještě knihu Kontaktní rodičovství. Měla ale pocit, že jí to nestačí a po porodu hledala něco spíš na podporu, že k dítěti přistupuje správně. „...*spíš právě na tu podporu, než na nějaký jako vzdělání, takový to ujištění toho, jestli to jako*“

*dělám správně...* “ Johanu k přihlášení do kurzů vedl i možnost seberozvoje a léčení traumat z dětství. Johana uvádí, že chtěla přistupovat ke svým dětem jinak než její rodiče, ale jakmile se jí narodil syn, začala se jí vynořovat různá zažitá schémata z jejího dětství. Proto se potřebovala naučit, jak s tím pracovat.

Johana potřebovala hlavně podpořit. Johana pracovala ve výkonovém prostředí a najednou byla doma s dítětem a cítila se frustrovaná, jelikož u toho dítěte nejsou hned vidět žádné pokroky. „...*najednou s tím mimčem jenom ležíte v posteli a jako čumíte, posloucháte hudbu, nebo něco a byla jsem z toho taky jako špatná, že, tam ty výsledky u toho děťátka nejsou vidět, oni nejsou vidět ani za měsíc, ani za rok, některý ani za deset let a to mě jako ze začátku taky dost frustrovalo, ...*“ Johana také chtěla, aby její děti byly samostatné jednotky, aby uměly říct ne, aby se měly rády.

### Obsahový přínos

Kurz Johaně pomohl se cítit v rodičovství více sebevědoměji a ujistil jí v oblastech péče o dítě, či v přístupu k dítěti. Johana si díky kurzům uvědomila, že dítě zrcadlí emoce matky, které musí nejprve zpracovat sama matka. „...*moje dítě zrcadlí prostě moje nějaký emoce, který mám potlačený, to znamená, že když se moje dítě hodně vzteká, tak já si musím nějak zpracovat svoje, svůj nějaký vnitřní vztek, ...*“

### Negativa

Žádná negativa kurzů Johana nezmiňuje. Zdůrazňuje, že kurzy jí daly určité podněty, které v ní zarezonovaly a někam ji posunuly, ale zároveň zmiňuje terapii, kam chodí již několik let a kde také určité věci z rodičovství řeší. To znamená, že to, co jí posunulo nebyly jenom kurzy, ale také jiné faktory.

### Reflexe změny

Johana si před kurzem připadala hodně zranitelná, stresovala jí různost názorů a velké množství informací.

Po kurzu se cítila více klidná a sebejistá, víc důvěřuje svým vnitřním pocitům. Když má někdo jiný názor, tak si to již nebere osobně a již se s tím nestresuje. Dceru se snaží mít ve své blízkosti, aby naplňovala její potřeby. Snaží se ptát dítěte na názor a respektovat ho a když ho nemůže respektovat, tak mu vysvětlí, proč to nejde. Johana popisuje svoje emoce dítěti, co právě cítí. „...*když on se třeba vzteká a mě to nějak dráždí, tak mu to vysvětlím, popíšu, jak se cítím já, že mě třeba něco vadí, nebo mi to není příjemný a normálně k němu*



*takhle upřímně mluvím, jak se cítím a popisuji ty emoce slovy, ...* “ Zároveň, ale uvádí, že se nesnaží popisovat emoce toho dítěte, protože má pocit, že by dítěti jenom něco projektovala a nepřijde jí to upřímné.

## 6.5 Hana

Haně je 36 let a má vysokoškolské vzdělání. Je vdaná a mají s manželem jedno dítě, kterému je 18 měsíců. První kurz Výchovu bez poražených absolvovala respondentka sama, když bylo dítěti půl roku a poté absolvovali Nevýchovu společně s manželem. Sama uvádí, že mají dítě, které má tzv. obtížný temperament.

### Dětství Hany

Hana se popisuje, jako klasická, tichá dcera. Když jí bylo šest let, tak je otec opustil, kvůli milence. Matka byla hodně přísná a používala fyzické tresty. *„Máma nás jako hodně bila, měla velmi tvrdou ruku a já jsem si říkala, že nikdy jako malou nebudu chtít fyzicky trestat.“* Hana říká, že už od nějakého věku jí tělesné tresty přišly hodně ponižující. Matka dále kladla vzdělání na první místo a Hana zmiňuje, že jí často něco vyčítala. *„...byly tam jako z její strany opravdu jako výčitky, věci, co se prostě dítěti absolutně nemohou říct, že jako lituje, že nás porodila, nebo mě porodila a podobný věci, který byly na denní pořádku.“* Hana zmiňuje, že si již v dětství uvědomovala, jak jí matka zraňovala a uvádí, že z ní měla strach. Dále říká, že v dětství jí matku hodně nahrazovala babička.

### Partnerství

S manželem se ve výchově převážně shodnou, snaží se být partnerští rodiče. Uvádí, že se občas objevují určité úsměvné nuance, jako například: *„...tím, že je to holčička, tak má prostě tatínka na háku a vždycky jako zvedne ručičky a manžel nosí a nosí a tak.“*

Vzhledem k tomu, že partner je na home officu, tak si mohou během dne s péčí o dítě pomoc, či se vystřídat, což hodnotí pozitivně. Dále uvádí, že si oba dva velice užívají život s dítětem. Sama Hana říká, že je to nešťastnější období jejího života. Toto může souviset i faktem, který sama říká, že jak má dítě v pozdějším věku, tak již má za sebou větší část své kariéry a již něco dokázala. Současně, ale v tomto kontextu uvádí, že toto bude asi, vzhledem k věku, její poslední potomek.

### Důvody k přihlášení

Hana před porodem absolvovala předporodní kurz a zároveň se připravovala na porod tím, že četla hodně knih, kde již byly nějaké informace o výchově dítěte.

Hana se nejprve přihlásila do kurzu Výchova bez poražených. Četla knihu Výchova bez poražených, moc se jí líbila a chtěla se o tomto přístupu dozvědět i víc z praktického hlediska.

Dále se do kurzů přihlásila, protože chtěla děti vychovávat jiným stylem, než její rodiče. Jak již bylo zmíněno matka jí v dětství bila a ona uvádí, že měla nezpracovaný vztek a chtěla s tím něco dělat. „...*když mě třeba kousala při kojení a takhle, tak jsem viděla tu zlost, jak to jako nemám zpracovaný, ten vztek.*“ „...*jako v tomhle ohledu jsme to chtěli dělat jinak a hodně to prostě vzešlo z toho, jak jsme byli oba vychováváni a co to vlastně jaký šrámy na duši nám to udělalo.*“

Jak již bylo zmíněno Hana nechtěla opakovat stejné chyby, jako její rodiče a chtěla vychovávat jiným přístupem, ale kladla si otázky, jak přesně to má udělat. Mezi další konkrétní potřeby patřila potřeba připravit se na určité situace, rozmyslet si je dopředu. „...*vlastně jak přichází ty různé situace, tak najednou je jako vidíte poprvé a musíte se s nima vypořádat a rozmyslet si je a takhle když nějaký ten kurz absolvujete, nebo už máte nějaké takové povědomí, tak si umíte tu situaci představit dopředu a je to jako hrozně fajn,*“

### Obsahový přínos

Hana vyzdvihuje zážitkový přístup, možnost nahlédnout na situace očima dítěte. Dále možnost představit si, jaké všechny situace rodiče s dítětem čekají. Přínos vidí i v přípravě na konkrétní situace a v poskytnutí nápadu, jak to tomu dítěti přiblížit. Například uvádí, že k vysvětlení toho, co dítě například u lékaře čeká, používají plyšáky. Dále si Hana odnesla to, že některé věci a situace se týkají jenom dítěte a některé zase jenom matky a ona nemá do těch toho dítěte tolik zasahovat. Hana zmiňuje komunikaci a aktivní naslouchání. Dále pro ni bylo důležité přijetí dítěte se všemi jeho pocity a pochopení jeho potřeb.

### Negativa

Jelikož byl kurz Výchova bez poražených v kratším rozsahu Hana vidí, jako negativum příliš mnoho informací během krátkého času. Dále zmiňuje jako negativum, že není možnost se k daným věcem vrátit. Zde je myslím dobře vidět rozdíl mezi kurzy, či přednáškami kratšího rozsahu a delšího. Během dlouhodobějších kurzů je možné nad věcmi více přemýšlet a případně se doptat lektorů. Dalším negativem u Výchovy bez

poražených byla malá zaměřenost na menší děti a i to, že některé informace Haně přišly příliš imaginární.

U Nevýchovy Hana hodnotí, jako negativum určitou naivitu tohoto přístupu. „... *oni vlastně tvrdí, že neexistuje žádné období vzdoru a že vlastně, když to děláte takhle, jako od začátku, tak to bude fungovat a že jenom v krajních situacích, kdy dítě vypadává z okna ho můžete čapnout a prostě odnést, jo, to je opravdu až jako naivní.*“ Dále zmiňuje projev paní lektorky, který hodnotí, jako nepříjemný, přehnaný až dramatický. Hana říká, že má raději fakticky představené informace, ale zase přiznává, že tím stylem, jak to lektorka dělá je to možné asi lépe pochopit. Mezi další negativum patří vzbuzování výčitek. „...*ačkoliv ona tam furt jako zmiňuje, že se člověk jako nemá peskovat, že má mít čas na sebe, tak to spíš ve vás budí nějaký jako výčitky, jo, jestli jako to teda neděláte blbě,* ...

### Reflexe změny

Hana zmiňuje, že kdyby kurz absolvovali dříve, tak mohli přistupovat k dítěti již od začátku lépe, měli by jednotlivé věci více zažité.

Změnu vidí Hana hlavně v komunikaci. Po kurzech dokáže s dítětem více komunikovat. Dítěti říká, co se bude dít a zároveň jí víc sděluje svoje emoce. Další změna proběhla v zapojení dítěte do běžných domácích aktivit. „*Takže vyndáváme věci z myčky, prostě necháváme si podávat nákup do ledničky, jo takový ty věci, po kterých toužila, tak jako se tomu snažíme přistupovat, tak že jí všechno zajímá a že prostě to je ten její zájem,* ... Dále se Hana více zaměřuje na vyjádření pochopení pro to, co dítě prožívá. „...*vyjádřím to pochopení, že něco prožívá a dál se v tom nenimrám a nechám ji v to prožít.*“ Dále jako důležitou věc zmiňuje vymezování si hranic, kde uvádí, že je zajímavé, jak ona i manžel mají hranice někde jinde a tak k nim i dítě přistupuje. Z kurzů si také odnesla to, že má myslet více na sebe a nacházet na sebe s partnerem společný čas. „...*snažíme se, když jí dáme spát, tak si jako sednout, pokecat si, jako je to těžký, ale jako určitě shledávám jako fajn věc je, že to tam jako zmiňují,* ... Dále se s partnerem snaží provozovat meditaci, mindfulness.

## 7 Výsledky výzkumu

### *VO1: Co vede matky k účasti na kurzech o výchově?*

Každá z respondentek měla několik důvodů, které se společně podílely na motivaci k přihlášení se do kurzů. Pokaždé se jedná o soubor několika hledisek. Z rozhovorů vyplynulo několik hlavních důvodů, které vedly respondentky k přihlášení a následně několik kompetencí, které chtěly na kurzech získat, nebo se v nich zlepšit. Samy u sebe pociťovaly, že mají nedostatek informací a chtěly se v této oblasti vzdělávat.

Objevilo se několik témat, důvodů k přihlášení, které mělo více respondentek společných. Prvním byly **negativně laděné, či rozporuplné pocity** z mateřství, či rodičovství. Jednalo se o pocity zmatenosti, bezradnosti, či ztracenosti. Tento důvod byl uveden ve čtyřech případech. Matky si nevěděly rady, jak k dítěti přistupovat, jak na něho reagovat. Jedna z matek dále zmiňovala, že potřebovala uklidnění, že k němu přistupuje správně, hledala v kurzu podporu.

Druhým důvodem byla **neschopnost, či obtížnost v čerpání informací z knih** a aplikování je do praxe. Tento problém zmiňovaly tři respondentky. Doufaly, že na kurzu problematice lépe porozumí, než během čtení knih.

Třetím důvodem, co vedlo matky k přihlášení se do kurzů, byla **potřeba vyhnout se chybám svých rodičů**. Chtěly své děti vychovávat jiným stylem, než je vychovávali jejich rodiče. Tato motivace byla zmíněna ve třech případech, ale určité distancování se vůči výchově rodičů bylo znatelné u všech respondentek. Matky si uvědomovaly, jak moc je jejich vlastní dětství ovlivnilo a poznamenalo. Johana například uvádí, že chtěla přistupovat ke svým dětem jinak, ale jakmile se jí narodil syn začaly se jí vynořovat různá zažitá schémata z jejího dětství. Proto se potřebovala naučit, jak jinak k dítěti přistupovat.

Poté se objevovaly jednotlivé kompetence, které se chtěly v kurzu naučit. První z nich je komunikace. Dvě respondentky se chtěly naučit, **jak lépe a efektivněji komunikovat** s dítětem, ale i s lidmi okolo sebe. Druhá zmíněná kompetence se týkala nastavování si hranic. **Jak si adekvátně nastavit hranice** ve vztahu dítě a rodič. Mezi další kompetence patřila práce s emocemi. Respondentka se chtěla naučit, **jak pracovat s emocemi**, jak u dítěte, tak u ní samotné. Dále se jednalo o problematiku respektu. Respondentka se chtěla dozvědět, **jak se začít respektovat** a zároveň jak respektovat druhé, i když mají například jiný přístup k výchově.

## ***VO2: Jak účast v kurzu proměnila prožívání a pocity z rodičovství?***

Respondentky změnu v prožívání reflektují v několika oblastech.

První oblast změny jsem vymezila pojmem **sebevědomí**. Tři respondentky uvedly, že si před kurzy moc nevěřily, byly dost nejisté, jestli dělají vše správně, stresovala je různost názorů. Po kurzu uvádí větší míru sebedůvěry, sebejistoty, jsou více klidné a méně se stresují. Dvě z těchto respondentek také uvedly, že se víc upevnily ve své roli matky.

Druhou oblast jsem vymezila jako **naplňování potřeb**. Naplnění potřeb se týká, jak dítěte, tak matky, či rodičů. Toto téma se objevilo u čtyřech respondentek. Eva uvádí, že se před kurzem hodně upozadovala na úkor svého dítěte. Změnu vidí ve schopnosti vymezit se a říct si, co potřebuje, aby se cítila dobře. Důležitost vnímání potřeb matky uvádí i Hana, která se snaží myslet více na sebe a také se snaží nacházet více prostoru pro partnerský čas. Dále respondentky uvádí, že po kurzech se více zaměřují na vnímání potřeb jejich dětí, aby je měly naplněné.

Třetí oblastí je **respektování**. Tato oblast se zase může týkat jak dítěte, tak rodičů a vyvstala u čtyřech matek. Dvě respondentky se snaží respektujícím způsobem k sobě i k dítěti vymezovat hranice, aby se v tom cítili oba dobře. Natálie uvádí, že se naučila více respektovat samu sebe a i ostatní a jejich názory, či přístupy. Jedna respondentka říká, že se snaží ptát dítě na jeho názor a respektovat ho, když ho nemůže akceptovat, snaží se s ním o tom mluvit a vysvětlit mu to.

Další oblastí je **zapojení dětí do běžných aktivit**. Tuto změnu v přístupu uvedly dvě respondentky. Johana uvádí, že dříve byla zvyklá si s dítětem přes den jenom hrát a následně v noci uklízet, vařit a starat se o domácnost, z čehož byla hodně unavená. Po kurzech se naučily více děti zapojovat do fungování domácnosti.

Pátou oblastí je **právo dělat chyby**. Tuto reflexi změny uvedly dvě respondentky, ale určité právo na chybovost a nedokonalost uvedlo více matek. Klára uvádí, že si může dovolit udělat chybu, ale dokáže ji reflektovat a následně na ni pracovat, aby se příště případně neopakovaly.

Šestou oblastí je **vnímání emocí**. Tato oblast byla zmíněna u třech respondentek. Natálie uvádí, že získala v rámci kurzu nový pohled na emoce, když je dítě v emocích nic mu nenabízí, ale počká až se uklidní. U dvou respondentek se opakovala technika popisování svých emocí dítěti. Hana zmiňuje, že se snaží celkově s dítětem více komunikovat a říkat,

jak se cítí. To stejné praktikuje i Johana, která se ale vymezuje vůči popisování emocí samotného dítěte, to jí přijde neupřímný a má pocit, že by mu něco projektovala.

Poslední oblastí je **komunikace**. Respondentky uvádí, že po kurzech jsou schopni s dítětem lépe a více komunikovat. Odnesly si základní principy komunikace, které jsou schopny využívat v komunikaci s dětmi, ale i s dospělými. Dále některé respondentky zmiňují způsob aktivního naslouchání, který se po kurzech snaží aplikovat.

Je důležité zmínit, že tyto změny nemusely být způsobeny pouze absolvováním kurzu, ale mohlo se jednat i o jiné faktory, které s kurzy přímo nesouvisí.

### ***VO3: Jak matky vnímají kurzy?***

Dojem z kurzů byl převážně kladný a splnil očekávání respondentek. Natálie například uvádí, že nedokáže ani dostatečně popsat, jak moc pro ni ten kurz znamenal. Dále uvádí, že by tím kurzem měl projít každý, protože byl fakt skvělý. Jiná respondentka zase uvádí, že jí kurz úplně stačil, dal jí odpovědi na její otázky.

U některých respondentek se objevily, ale i problematické, či negativní aspekty kurzů. První negativní oblastí je **pocit selhávání**. Dvě respondentky uvedly, že kurzy v nich vzbuzovaly pocit neustálého selhávání, či výčitek, jestli to dělají správně. Další negativně vnímanou oblastí bylo **přehlcení**. Dvě respondentky negativně hodnotí velké množství informací za relativně krátký čas, což pro jednu z nich bylo až fyzicky náročné. Dvě respondentky také negativně hodnotily **emoční zátěž**. Tyto respondentky uvádí, že mají raději fakticky představené informace, bez velkého množství emocí. Dále jedna z respondentek zmínila **naivitu** jednoho z přístupů a současně jako negativní hodnotila **přehnaný projev lektorky**, přehnaný až dramatický.

### ***VO4: Jak matky nahlíží na výchovný přístup svých rodičů?***

Všechny respondentky hodnotí své dětství v jistých ohledech negativně, některé uvádí, že u nich způsobilo traumata.

Respondentky nejčastěji popisují výchovný styl svých rodičů jako autoritativní. Tyto respondentky uvádějí, že vnímaly své rodiče jako hodně přísné, jedna z respondentek dále zmiňuje aplikování tělesných trestů. Natálie uvádí, že tento styl výchovy u ní způsobil problémy v rozhodování, které přetrvávají dodnes. Dále jedna respondentka uvedla, že byla vychovávána velmi volně, což sama označuje za liberální přístup k výchově. Poslední

z respondentek uvádí, že se k ní rodiče chovali manipulativně, měli tendenci v ní vzbuzovat výčitky, pokud se nebude chovat, tak jak oni chtějí.

## 8 Diskuse

Cílem výzkumného šetření bylo zjistit, jak matky vnímají přínos kurzů o rodičovství. Z výše zmíněných výsledků vyplývá, že matky přínos kurzů vnímají kladně, kurzy jim dávají odpovědi na jejich otázky a nabízí jim řešení a nové pohledy na jejich přístup k dětem, či k sobě samotné. Zároveň, ale vyvstaly některé negativní aspekty, které jsou spojovány s absolvováním kurzů.

Výzkumná otázka (VO1), která se zaměřovala na zjišťování důvodů k přihlášení se do kurzů, přinesla tři hlavní oblasti. Za prvé se jedná o určité negativní pocity, konkrétně pocity zmatenosti, bezradnosti, ztracenosti. Všechny z respondentek se kurzů účastnily jako prvorodičky, které ještě s rolí rodiče neměly vlastní zkušenost. Tento fakt může souviset s tím, že mohly mít vytvořené nerealistická očekávání od své role. Jak uvádí Staneva a Wittkowski (2013), nenaplněná očekávání mohou následně vést k obtížnější adaptaci na tuto novou roli, k nižšímu sebevědomí, či k pocitu nedostatečnosti. Jak již bylo zmíněno v teoretické části, bylo by vhodné seznámit matky s reálnými aspekty mateřství, a to prostřednictvím literatury, či právě různých programů, či kurzů (Mihelic, Filus, & Morawaska, 2016). Dalším možným vysvětlením těchto pocitů může být již zmíněná menší možnost vytvořit si nějakou zkušenost v péči o dítě, před zplozením vlastního potomka. Tyto matky pak právě mohou hledat, jak se v mateřské a rodičovské roli upevnit, jak se k dítěti chovat, jak k němu přistupovat.

Druhým důvodem k účasti byla neschopnost čerpat informace z knih. Na trhu se vyskytuje nepřeberné množství knih o rodičovství, výchově. Sama jedna z respondentek uvádí, že absolvování kurzu je lepší než čtení knih, u kterých stejně neví, jestli jí budou vyhovovat. Jiná respondentka, která uvádí, že má dítě s obtížným temperamentem, říká, že na čtení knih nemá tolik času. Dále bylo uváděno, že matky potřebují jednotlivé situace vidět a zažít, což jim kurzy mohou poskytnout.

Třetím důvodem k účasti je vyvarování se chybám svých rodičů, snažit se ke svým dětem přistupovat jinak. Tato oblast souvisí s dětstvím respondentů a s tím, jak byli oni vychováni, i proto byla do výzkumných otázek druhotně zařazena otázka na tuto jejich životní etapu. Z rozhovorů vyplynulo, že většina matek byla vychovávána autoritativním stylem, nebo jiným, podle respondentek, negativně zaměřeným přístupem. Dvě respondentky v reflektování změny uvedly, že před kurzy se právě snažily být, co nejméně autoritativní, neboli vyhnout se přístupu jejich rodičů. Po kurzech si ale uvědomily, že není



špatné být v některých ohledech trochu více autoritativnější a direktivnější, ale dělat to určitým respektujícím způsobem. Toto zjištění mi přijde zajímavé, jelikož se domnívám, že matky právě ve snaze přistupovat k dětem lépe, než jejich rodiče volí vyloženě opačný přístup, který může být až moc liberální, až moc volný. Neposkytují svým dětem adekvátní hranice, neumí si vytyčit své potřeby, což, jak uváděly matky v mém výzkumu, bylo hodně zatěžující a uvědomovaly si, že jim to nevyhovuje, ale nevěděly, jak s tím pracovat. Toto potvrzuje i psycholog Jan Vávra, který zmiňuje, že se jedná o reaktivní reakci, kdy rodiče se distancují vůči přístupu z pozice moci, ale nevědí, jak jinak a funkčněji k rodičovství přistupovat (Polanská, 2018). V tomto ohledu matkám kurzy pomohly a refletovaly, že se po nich cítily více sebejisté a zároveň nabyly řadu kompetencí, které jim umožnily se více ukotvit ve své roli matky.

Výzkumná otázka (VO2), která pojednávala o přínosu kurzů, neboli o oblastech ve kterých proběhla změna, přinesla několik hlavních zjištění. Objevilo se několik oblastí, ve kterých matky zaznamenaly změnu v důsledku účasti na kurzech. Proběhla změna v oblasti sebevědomí, nebo také v sebeúčinnosti. Pozitivní hledisko zvýšené sebeúčinnosti u matky, či rodičů potvrzuje i Bandura (1994), který zmiňuje, že dokáží lépe reagovat na vývojové fáze dítěte. Matky jsou více sebejisté, mají větší sebedůvěru, více si věří. Tyto výsledky se shodují se zjištěními, že kurzy mohou podporovat psychosociální fungování matek (Barlow, Coren, 2001). V tomto případě matky získaly přesně to, co od kurzů potřebovaly, co před kurzy postrádaly a proč se do nich přihlásily.

Mezi další přínos, který z výzkumu vzešel, patří oblasti většího zaměření se na naplňování potřeb, respektování sebe sama a i ostatních, větší vnímání emocí, přijetí práva dělat chyby a zlepšení se v komunikaci. Tyto oblasti značně odpovídají kompetencím, které se chtěly matky v kurzech naučit. Matky v dalších důvodech proč se do kurzu přihlásily (VO1) uváděly, že se chtěly naučit, jak lépe komunikovat, jak si nastavit hranice, jak pracovat s emocemi a jak se začít respektovat.

Zajímavou oblastí je zapojení dětí do běžných aktivit. Respondentky byly nastavené, že si s dítětem přes den mohou pouze hrát, věnovat všechnu pozornost jenom jemu. V tomto ohledu zde mohou být viděny rysy intenzivního mateřství, v „obětování“ se zájmům dítěte. Zde díky kurzům proběhla změna ve vnímání společného času. Matky přestaly být tak úzkostné a umožnily dítěti se spolupodílet na činnostech domácnosti.

Jsem si vědoma, že výsledné přínosy kurzů jsou také ovlivněny výběrem respondentů. Do výzkumu byly zařazeny ty respondentky, které se samy přihlásily, což může značit určité sympatizování s tímto tématem. Je možné, že jsou rodiče, kterým kurzy nepomohly, nebo na nich viděli více negativ.

Jak již bylo zmíněno, objevily se i některé negativní dojmy z absolvování kurzů (VO3). Jednalo se o pocity selhávání, přehlčení, emoční zátěž, či naivitu přístupu. Tyto výsledné negativní aspekty by mohly být více zohledněné při tvoření kurzů, či jejich úpravě.

Z rozhovorů vzešlo, že většina matek byla vychovává svými prarodiči, či na ně měli velký vliv. V jednom případě se jednalo o plné nahrazení biologických rodičů, jelikož ti nebyli schopni se o děti postarat. V ostatních případech mohlo mít větší zastoupení prarodičů ve výchově souvislost s měnící se demografickou situací, zejména se zvýšenou délkou života, zmenšením velikosti rodiny či větší zaměstnaností matek (Arber, Timo, 2012; Tanskanen & Rotkirch, 2014, dle Bornstein, 2016).

Jak již bylo zmíněno všechny respondentky mého výzkumu mají vysokoškolské vzdělání. Souvislost mezi účastí na zájmovém vzdělávání a vyšší úrovni dosaženého vzdělání potvrdil i Šerák (2009). Toto zjištění může souviset s předpokladem, že ženy s vyšším vzděláním mají větší tendenci účastnit se rodičovského vzdělávání. Mohou se více o vzdělávání v rodičovství zajímat, či více přemýšlet nad výchovou svých dětí. Toto zjištění, je ale do jisté míry zkreslené nedostatečně nasyceným výzkumným vzorkem.

Limity své práce spatřuji v malém počtu respondentů. Bylo by vhodnější mít ve výzkumu větší počet respondentů, aby byly zjištěné výsledky průkaznější. Dalším limitem této práce je zastoupení pouze žen. Jak již bylo zmíněno, muži jsou do výchovy o dítěte zapojeni o něco méně, než matky, ale tento stav se pomalu mění. Rodičovského vzdělávání se, ale stále účastní v převážné většině matky. Jak již bylo zmíněno v teoretické části práce, dle výzkumu (Bayley, Wallace, Choudhry, 2009) existuje několik bariér, které otce od rodičovského vzdělávání odrazují. Menší účast otců na kurzech potvrzuje i fakt, že se mi do mého výzkumu žádný muž nepřihlásil. Tento fakt, ale také může být způsoben výběrem výzkumného vzorku, který probíhal ve skupinách na Facebooku, ve kterých se vyskytují v převážné většině matky. Jedna z matek se kurzu účastnila s manželem. Bylo by zajímavé porovnat přínos kurzu pro matku a pro otce, bohužel se mi s ním rozhovor nepovedlo uskutečnit. Dalším limitem je nemožnost postihnout pouze změnu v důsledku účasti na

kurzu, jelikož jedinec je ovlivňován různými vlivy a okolnostmi. Některé z respondentek dochází například pravidelně na terapie.

Jedním z přínosů této bakalářské práce může být zjištěná motivace matek k účasti se na kurzech, zjištění toho, proč se do kurzů přihlašují, co na kurzech hledají, co jim chybí. V tomto ohledu by to mohlo být využitelné pro lektory kurzů, aby věděli na co se více zaměřit. Zároveň lektori mají zprávu o tom, že kurzy jsou pro matky prospěšné a mají pro ně přínos. Tato práce poskytuje konkrétní oblasti přínosu.

Budoucí výzkum zjišťování pohledu na rodičovské kurzy by se mohlo více zaměřit na otce a jejich vnímání rodičovských kurzů. Bylo by zajímavé zjistit v jakých oblastech by se chtěli zlepšit, co by se chtěli naučit, aby tento typ vzdělání byl pro ně více zajímavý a naplňoval jejich potřeby. Případně se zaměřit na to, proč se nechtějí účastnit. Některé výzkumy tuto problematiku již zkoumaly, ale myslím, že je to důležité téma i pro tvorbu nových kurzů, či úpravu stávajících.

## 9 Závěr

Tato bakalářská práce se zabývala tématem vzdělávání rodičů, respektive matek, v oblasti rodičovství. Teoretická část se zaměřila na vymezení tématu rodičovství. Téma rodičovství je značně obsáhlé, tudíž byla snaha postihnout základní a následně aktuální témata. Jedná se o motivaci k rodičovství, pozdní rodičovství, vývoj přístupu k rodičovství, představy o rodičovství a média a jejich vliv na rodičovství. V další kapitole byly představeny některé ze stylů výchovy a trendů v rodičovství. Třetí kapitola pojednává o transgeneračním přenosu výchovy. Poslední kapitola teoretické části byla zaměřena na vzdělávání rodičů a na představení jednotlivých kurzů, které respondentky absolvovaly.

Praktická část si vytyčila cíl zjistit přínosy rodičovských kurzů. Původním cílem bylo zaměřit se na oba rodiče, ale vzhledem k obtížnému nalezení mužských absolventů kurzů, se výzkum zaměřil pouze na ženy. Byl zvolen kvalitativní výzkumný design. Data byla sbírána prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů a následně zpracovávána metodou případové studie. Z výzkumu vzešlo, že matky vnímají kurzy kladně a přinášejí jim změnu v sedmi oblastech. Změna se projevila ve zvýšeném sebevědomí matek, v respektu vůči sobě i ostatním, ve větší zaměřenosti na naplňování potřeb, v uvědomění si, že má rodič právo na chyby, ve větším zapojování dětí do běžných denních aktivit, ve větším vnímání a vyjadřování emocí a ve zlepšení komunikačních dovedností. Výsledné oblasti přínosu odpovídaly kompetencím, které se matky na kurzech chtěly naučit. Výzkum splnil vytyčené cíle bakalářské práce.

Realizování a zpracovávání výzkumného šetření mi přineslo nové poznatky o tématu rodičovství a o možnostech vzdělávání se v této oblasti.

## 10 Zdroje

1. Bandura, A. (1994). Self-efficacy. In V. S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior* (Vol. 4, pp. 71-81). New York: Academic Press. (Přetištěno v H. Friedman [Ed.], *Encyclopedia of mental health*. San Diego: Academic Press, 1998).
2. Barlow, J., & Coren, E. (2001). Parent-training programmes for improving maternal psychosocial health. *The Cochrane database of systematic reviews*, (2), CD002020. doi:10.1002/14651858.CD002020
3. Barlow, J., Smailagic, N., Huband, N., Roloff, V., & Bennett, C. (2014). Group-based parent training programmes for improving parental psychosocial health. *The Cochrane database of systematic reviews*, (5), CD002020. doi:10.1002/14651858.CD002020.pub4
4. Barlow, J., Stewart-Brown, S. (2000). Behavior Problems and Group-Based Parent Education Programs. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 21(5), 356–370. doi:10.1097/00004703-200010000-00007
5. Bayley, J., Wallace, L. M., Choudhry, K. (2009). Fathers and parenting programmes: barriers and best practice. *Community practitioner : the journal of the Community Practitioners' & Health Visitors' Association*, 82(4), 28–31. Retrieved from <https://oro.open.ac.uk/46589/>
6. Bímová, I. (2007). Psychologická studie motivů pozdního rodičovství. *E-psychologie*, 1(1). 36-47. Dostupné z <https://www.e-psycholog.eu/pdf/bimova.pdf>
7. Bjelke, M., Martinsson, A. K., Lendahls, L., & Oscarsson, M. (2016). Using the Internet as a source of information during pregnancy - A descriptive cross-sectional study in Sweden. *Midwifery*, 40, 187–191. doi: 10.1016/j.midw.2016.06.020
8. Bornstein, M. H. (2016). Determinants of parenting. In D. Cicchetti (Ed.), *Developmental psychopathology: Risk, resilience, and intervention* (pp. 180–270). John Wiley & Sons, Inc.. doi.: 10.1002/9781119125556.devpsy405
9. Bouchard, G. (2009). Parents-to-be with overly optimistic expectations of parenthood: Who are they and what should counsellors do? *Canadian Journal of Counselling*, 43, 165–177. Retrieved from <https://eric.ed.gov/?id=EJ849873>
10. Cedar, B., Levant, R. F. (1990). A meta-analysis of the effects of parent effectiveness training. *The American Journal of Family Therapy*, 18(4), 373–384. doi:10.1080/01926189008250986

11. Connell-Carrick, K. (2006). Trends in popular parenting books and the need for parental critical thinking. *Child Welfare*, 85(5), 819-36. Retrieved from <https://www.proquest.com/scholarly-journals/trends-popular-parenting-books-need-parental/docview/213808398/se-2?accountid=9646>
12. Český statistický úřad (2021). *Česko v číslech- 2021 (kapitola Obyvatelstvo)*. Praha: Český statistický úřad. Získané z: <https://www.czso.cz/csu/czso/cesko-v-cislech-2021>
13. Dinkmeyer, D., McKay, G., D. (1996). *STEP: Efektivní výchova krok za krokem*. Praha: Portál.
14. Dvořáková, M., Šerák, M. (2016). *Andragogika a vzdělávání dospělých : vybrané kapitoly*. Vydání první. Praha: Filozofická fakulta Univerzity Karlovy.
15. EDUzín. (2018, Listopad 1). *Ve škole i v rodině – buď dospělý ovládá dítě, nebo dítě dospělého. Ale jde to i jinak*. <https://eduzin.cz/wp/2018/11/01/ve-skole-i-v-rodine-bud-dospely-ovlada-dite-nebo-dite-dospelého-ale-jde-to-i-jinak/>
16. Efektivní rodičovství.(2022). *Kurz efektivního rodičovství*. Dostupné 20. března 2022 z <https://www.efektivnirodicovstvi.cz/kurz-efektivniho-rodicovstvi/>
17. Gaml-Sørensen, A., Brix, N., Ernst, A., et. al. (2021). Father Absence in Pregnancy or During Childhood and Pubertal Development in Girls and Boys: A Population-Based Cohort Study. *Child Development*, 92(4), 1494–1508. doi.: 10.1111/cdev.13488
18. Ghiță, C., Pânișoară, G., & Chirca, R. (2019). Current trends in modern parenting. *Romanian Journal of School Psychology*, 12(23), 17-22. Retrieved from <https://www.proquest.com/scholarly-journals/current-trends-modern-parenting/docview/2331394876/se-2?accountid=9646>
19. Gillernová, I. (2004). Způsob výchovy v současné české rodině z pohledu dospívajících chlapců a dívek. *Psychologické dny*, 1-14. Dostupné z <https://cmpsy.cz/files/pd/2004/texty/pdf/gillernova.pdf>
20. Gillernová, I., Kebza, V., Rymeš, M., et. al. (2011). *Psychologické aspekty změn v české společnosti: člověk na přelomu tisíciletí*. Praha: Grada.
21. Guo, S., Lu, H. J., Zhu, N.; Chang, L. (2020). Meta-Analysis of Direct and Indirect Effects of Father Absence on Menarcheal Timing. *Frontiers in Psychology*, 11(), 1641–. doi:10.3389/fpsyg.2020.01641
22. Hanáčková, V., & Masopustová, Z. (2020). Pojetí kontaktního rodičovství v České republice: Tematický analýza. *Ceskoslovenska Psychologie*, 64(1), 102-117.

- Získáno z: <https://www.proquest.com/scholarly-journals/pojetí-kontaktního-rodíčovství-v-české-republice/docview/2406320212/se-2?accountid=9646>
23. Hendl, J. (2016). *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. Praha: Portál.
  24. Huang, Y. (2021). The association between parental attachment and the parenting: A review and preliminary meta-analysis. *Psychological Thought*, 14(2), 339-362. doi: 10.37708/psyc.v14i2.596
  25. Kozáková, R., Vévodová Š., Vévoda J., Merz L. (2015). Důvody oddálení narození prvního dítěte u matek po 35. roce. *Profese online*. Dostupné z: <https://profeseonline.upol.cz/pdfs/pol/2015/01/03.pdf>
  26. Konečná, H., Bubleová, V., Janků, V. (2010). Motivy k rodičovství. *Československá Psychologie*, (2), 126-137. Dostupné z <https://web.p.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=0&sid=750632cd-b4b0-4f97-a20a-a18ef305641c%40redis>
  27. Kopřiva, P., Nováčková, J., Nevolová, D., Kopřivová, T. (2007). *Respektovat a být respektován*. Kroměříž: Spirála.
  28. Králová, K. (n.d.) *Nevýchova*. Dostupné 20. března 2022 z <https://www.nevychova.cz>
  29. Kuchařová, V., Psychlová, K. (2016). *Výzkum zájmu rodičů o motivační otcovskou dovolenou*. Praha: VÚPSV. Dostupné z: [https://katalog.vupsv.cz/Fulltext/vz\\_411.pdf](https://katalog.vupsv.cz/Fulltext/vz_411.pdf)
  30. Lagan, B. M., Sinclair, M., Kernohan, W. G. (2011). What is the impact of the Internet on decision-making in pregnancy? A global study. *Birth (Berkeley, Calif.)*, 38(4), 336–345. doi: 10.1111/j.1523-536X.2011.00488.x
  31. Langmeier, J., Krejčířová, D. (2006) *Vývojová psychologie, 2., aktualizované vydání*. Praha: Grada.
  32. Lindsay, G., Davies, H., Band, S., Cullen, M.-A., Cullen, S., Strand, S., ... Stewart-Brown, S. (2008). *Parenting early intervention pathfinder evaluation*. Warwick: University of Warwick. Retrieved from [https://www.researchgate.net/publication/242576818\\_Evaluation\\_of\\_the\\_Parenting\\_Early\\_Intervention\\_Programme\\_1st\\_Interim\\_Report\\_Research\\_Report\\_DCSF-RR193](https://www.researchgate.net/publication/242576818_Evaluation_of_the_Parenting_Early_Intervention_Programme_1st_Interim_Report_Research_Report_DCSF-RR193)
  33. Masopustová, Z., Daňsová, P., Lacinová, et. al. (2018). *Jak to mají mámy. Psychologický výzkum mateřství*. Brno: Masarykova univerzita.
  34. Matějček, Z. (1989). *Rodiče a děti*. Praha: Vyšehrad.

35. McGaw, S., & Lewis, Ch. (2002). Should parenting be taught. *The psychologist*, 15(10), 510-512. Retrieved from <https://thepsychologist.bps.org.uk/volume-15/edition-10/head-head-should-parenting-be-taught>
36. Mihelic, M., Filus, A., & Morawaska, A. (2016). Correlates of prenatal parenting expectations in new mothers: Is better self-efficacy a potential target for preventing postnatal adjustment difficulties? *Prevention Science*, 17(8), 949–959. doi: 10.1007/s11121-016-0682-z
37. Mitchell, S. A., Blacková, M., J. (2022). *Freud a po Freudovi. Dějiny moderního psychoanalytického myšlení*. 2. vydání. Praha: Triton.
38. Miller, P., & Commons, M. (2010). The benefits of attachment parenting for infants and children: A behavioral developmental view. *Behavioral Development Bulletin*, 10, 1–14. doi: 10.1037/h0100514
39. Millová, K. Mladá dospělost. In Blatný, M. (2016) *Psychologie celoživotního vývoje*. Praha: Karolinum.
40. Ministerstvo práce a sociálních věcí (2008). *Národní koncepce podpory rodin s dětmi*. Dostupné z [https://dataplan.info/img\\_upload/7bdb1584e3b8a53d337518d988763f8d/narodni\\_koncepce\\_podpory\\_rodin\\_s\\_detmi.pdf](https://dataplan.info/img_upload/7bdb1584e3b8a53d337518d988763f8d/narodni_koncepce_podpory_rodin_s_detmi.pdf)
41. Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada.
42. Možný, I. (2008). *Rodina a společnost*. Praha: Slon.
43. Nešporová, O. (2012). Mateřství a otcovství v současnosti s přihlédnutím k historickému kontextu. *Lidé města*, 14(3), 457-486. Praha: Fakulta humanitních studií Univerzity Karlovy.
44. Nešporová, O. (2019). Obavy a těžkosti rané fáze rodičovství: Zjištění longitudinálního výzkumu prvorodičů. *Sociologický časopis / Czech Sociological Review*, 55(1), 3-30. doi: 10.13060/00380288.2019.55.1.446
45. Nováčková J. (n.d.). *Respektovat a být respektován- kniha i kurzy*. Dostupné 25. března 2022 z <https://www.respektovani.com/index.php?obsah=1&sub=23#100>
46. Power, T. G. (2013). Parenting dimensions and styles: A brief history and recommendations for future research. *Journal of Childhood Obesity*, 9(3), 14–21. doi: 10.1089/chi.2013.0034.



47. Polanská, J. (2018, Listopad 2). *Rozhovor: Po dobrých radách je velká poptávka, říká Jan Vávra - lektor, který učí rodiče, jak ve výchově neprohrávat*. EDUzín. <https://eduzin.cz/wp/2018/11/02/po-dobrych-radach-je-velka-poptavka-rika-lektor-ktery-uci-rodice-jak-ve-vychove-neprohravat/>
48. Prinds, C., Nikolajsen, H., & Folmann, B. (2020). Yummy Mummy - The ideal of not looking like a mother. *Women and birth : journal of the Australian College of Midwives*, 33(3), e266–e273. doi: 10.1616/j.wombi.2019.05.009
49. Rodrigo, M. J. (2010). Promoting positive parenting in Europe: New challenges for the European Society for Developmental Psychology. *European Journal of Developmental Psychology*, 7(3), 281-294. doi: 10.1080/17405621003780200
50. Sears, W., & Sears, M. (2012). *Kontaktní rodičovství*. Praha: Argo.
51. Schoppe-Sullivan, S. J., Altenburger, L. E., Lee, M. A., Bower, D. J., & Kamp Dush, C. M. (2015). Who are the gatekeepers? Predictors of maternal gatekeeping. *Parenting*, 15(3), 166–186. doi: 10.1080/15295192.2015.1053321
52. Schiffrin, H. H., Liss, M., Geary, K., Miles-McLean, H., Tashner, T., Hagerman, C., & Rizzo, K. (2014). Mother, father, or parent? College students' intensive parenting attitudes differ by referent. *Journal of Child and Family Studies*, 23(6), 1073-1080. doi: 10.1007/s10826-013-9764-8
53. Staneva, A. A., & Wittkowski, A. (2013). Exploring beliefs and expectations about motherhood in Bulgarian mothers: A qualitative study. *Midwifery*, 29(3), 260–267. doi: 10.1016/j.midw.2012.01.008
54. Šedřová, K. (2007). Chtějí se rodiče učit? Rodinné a rodičovské vzdělávání očima potenciálních účastníků. *Sborník prací Filozofické fakulty brněnské univerzity, Studia Paedagogica*. Brno: Masarykova univerzita.
55. Šerák, M. (2009). *Zájemové vzdělávání dospělých*. Praha: Portál.
56. Šulová, L. (2005). *Raný psychický vývoj dítěte*. Praha: Karolinum.
57. Švaříček, R., Šedřová, K., et al. (2007). *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách: pravidla hry*. Praha: Portál.
58. Tanskanen, A. O. & Rotkirch, A. (2014). The impact of grandparental investment on mothers' fertility intentions in four European countries. *Demographic Research*, 30, 1–26. doi: 10.4054/DemRes.2014.31.1
59. Tizard, B. (1977). *Adoption: A Second Chance*. London: Open Books.
60. Tóthová, Jana. (2011). *Úvod do transgenerační psychologie rodiny: transgenerační přenos vzorců rodinného traumatu a zdroje jeho uzdravení*. Praha: Portál.

61. Vágnerová, M. (2000). *Vývojová psychologie: dětství, dospělost, stáří*. Praha: Portál.
62. Vágnerová, M. (2008). *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří*. Praha: Karolinum.
63. Vávra, J., Štefková, I. (2022). *Rodičovská posilovna*. Dostupné 28. března 2022 z <https://rodicovskaposilovna.cz/kurz/>
64. Vavrda, V. (2019). *Otázky soudobé psychoanalýzy: Tradice a současnost*. Praha: Portál.
65. Vontrobová, Š. (2022). *Samostatné děti*. Dostupné 25. března 2022 z <https://www.kikedu.cz/samostatne-deti/>
66. Výchova bez poražených. (n.d.a). *Gordon institut Čechy a Slovensko*. Dostupné 28. března 2022 z <https://www.vychovabezporazenych.cz/o-naacutes.html>
67. Výchova bez poražených. (n.d.b). *P.E.T.-Výchova bez poražených- kurzy pro rodiče*. Dostupné 28. března 2022 z <https://www.vychovabezporazenych.cz/kurzy-pro-rodice.html>
68. Westphalová, L., Šínová, R., Holá, L., Leix, A., Kovářová, D. (2021). *Nástroje řešení rodičovských konfliktů*. Praha: Leges.

## Seznam tabulek

Tabulka 1- Popis výzkumného vzorku .....	30
--	----

## Seznam příloh

Příloha č. 1.: Přepis rozhovoru, kódování

## Příloha č. 1.: Přepis rozhovoru, kódování Rozhovor s matkou- Hana

Trvání rozhovoru: 44 minut

Datum rozhovoru: 5. 3. 2022

Na začátku proběhlo navázání kontaktu a následně byl přečten informovaný souhlas, který mi respondentka slovně potvrdila.

V- výzkumník

R5- respondent č. 5- Hana

*V: Tak já se teda vrhnu na ty základní informace, který bych od vás ráda znala. Tak jestli mi teda můžete říct váš věk a vaše vzdělání.*

*R5: Jo, je mi 36 a jsem inženýrka ekonomie, mám vystudovanou VŠE./ **věk, vzdělání***

*V: Dobře, děkuju. A potom, co se týká trošku už toho rodičovství, tak jestli můžete říct počet dětí a jejich věk, jestli by to šlo.*

*R5: Mám jednu holčičku a bude jí osmnáct měsíců./ **dítě- dívka***

*V: Hm, dobře.*

*R5: Za pár dnů.*

*V: A poté na oblast partnerství, jestli tedy žijete s partnerem v jedné domácnosti a jestli se tedy podílí na starosti o dítě.*

*R5: Jojo, s manželem žijeme spolu./ **manželství, společná domácnost***

*V: Hm hm.*

*R5: Vychováváme oba./ **společná výchova***

*V: Dobře a ještě taková otázka vlastně trošku, jestli tam jsou nějaký velký jako kolize nebo nějaký třetí plochy třeba v té výchově, jestli tam je třeba věc, která by byla vyloženě, že si v ní nerozumíte, nebo jestli vychováváte ve stejném stylu, nebo jestli tam jsou nějaký...*

*R5: Ne, my jako ten názor máme podobný a jako snažíme se být partnerští rodiče, není tam něco, co jako vyloženě třeba jemu nevyhovovalo, nebo mě nevyhovovalo, # pardon já už jsem dneska upovídáná./ **podobný názor na výchovu, partnerští rodiče***

*V: Ne, v pohodě.*

*R5: Ale prostě, jsou tam takový jako spíš úsměvný jako nuance toho, že tím, že je to holčička, tak má prostě tatínka na háku a vždycky jako zvedne ručičky a manžel nosí a nosí a tak. Takže to jsou spíš takový úsměvný věci, ale nejsou tam nějaké vyloženě třetí plochy, že bysme měli nějaké jako velké rozdíly ve kterých se hádáme, to ne, snažíme se to dělat podobně a máme i podobný názor./ **úsměvné situace***

V: Hm, dobře dobře, děkuju moc, to by mi takhle asi z těch základních informací stačilo. A já bych se teda rovnou vrhla na takovou tu první oblast a jestli byste mi tedy mohla říct vlastně jaký kurz jste, nebo kurzy jste absolvovala.

R5: Tak já mám za sebou kurz Nevýchovy, to je vlastně online kurz celý jako cyklus plus v angličtině, já jsem se snažila, protože jsem věděla, že spolu budeme mluvit, najít teda konkrétní nějaký bližší informace, ale moc se mi to nepodařilo, ale je to z cyklu Výchovy bez poražených od Thomase Gordona a přinášela to nějaká paní, ale nedohledala jsem kdy, ale bylo to taky online./ **Kurz Nevýchova, Výchova bez poražených**

V: A bylo to tedy v angličtině jste říkala a bylo to tedy online.

R5: V angličtině, hm./ **kurz v anglickém jazyce**

V: A ještě jenom dotaz, jak to dlouho třeba trvalo, nebo jak to bylo v rozsahu nějakém?

R5: Jasně, jakoby ta Nevýchova, to je myslím pět týdnů, nebo šest, plus jsou k tomu nějaký bonusy a je to jakoby velmi rozsáhlé, jo, že jsou tam jak audia, tak nějaká videa, tak nějaká cvičení zážitková. Já nevím, do jaké míry vy to znáte, nebo neznáte./ **Nevýchova- rozsah kurzu**

V: Jo, o tý Nevýchově už informace nějaký mám.

R5: Jasně, takže tam je to jako poměrně rozsáhlý a ten kurz v angličtině byl vlastně celodenní, dalo by se říct, s několika přestávkami, s tím, že to vlastně byl jako workshop a v rámci toho jste mohla ještě jakoby během dvou měsíců pokládat dotazy na, když jste jakoby na něco narazila a bylo to takový jako workshop a bylo k tomu docela dost materiálů./ **Výchova bez poražených- rozsah kurzu** Nicméně já tu knížku, respektive to z čeho ten kurz vycházel, tak já ji znám, vlastně i to byl ten důvod proč jsem vlastně se vrhla na ten kurz, protože mě to zajímalo trošku v praxi, i když oni tam mají hodně v té knížce taky jakoby rozhovory, nebo příklady./ **knihy Výchova bez poražených, důvod přihlášení**

V: Hm hm, a to byla jaká knížka? Nebo jestli se můžu zeptat?

R5: Výchova bez poražených.

V: Jo, to byla vyloženě takhle knížka.

R5: Ano, ona to je knížka, která se takto jmenuje.

V: Jojo, takže to byla vlastně, jo dobře, takže to byl nějaký celodenní workshop na téma Výchovy bez poražených, rozumím.

R5: Jo, tady já na to koukám, já totiž tady mám a opravdu se to jmenuje Výchova bez poražených a je to Thomas Gordon.

V: Jo, tu knížku trochu znám.

R5: Jo, ale on dělá ty přednášky všude jako po světě, co jsem pochopila, že má jakoby lidi, který vlastně, nebo kouče, nebo prostě nějaký mentory, které kteří vlastně tuhle tu jeho myšlenku, kterou nese tak jeho knížka, tak jakoby prezentují dál lidem, asi v různých jazycích, co jsem pochopila.

V: Hm, dobře, dobře, děkuju moc. Já se tedy koukám. Jo vlastně mám dotaz, co vás teda k tomu vedlo? Vy jste teda měla první tu Nevýchovu, nebo co teda bylo pro vás...?

R5: Nene, nejdřív jsem právě měla Výchovu bez poražených a tu Nevýchovu./ **první kurz- Výchova bez poražených** Tak co mě k tomu vedlo, já to asi řeknu obecně, tak my jsme byli nějakým stylem jakoby vychovávání a teď to povědomí o tom, že třeba některý ty věci nebyly úplně, jako dobré pro ten vývoj, tak jako je si myslím obecně, nebo doufám, nebo minimálně jako ta moje sociální bublina, ty maminky jakoby víme, že jako nějaký ty chyby byly. Nebo já nevím, jestli se dá říct chyby, ale vždycky jakoby vycházíte z toho, co ta věda současná, nebo co je zrovna v kurzu, tak jakoby v té době, kde žijete, jako je./ **styl jakým byla matka vychovávána** Ale teďka už je to samozřejmě posunutý jinam a ve chvíli, kdy jste vychovávána nějakým stylem a chcete to dělat jinak, tak si samozřejmě kladete otázky jak./ **změna ve stylu výchovy** Takže já jsem si přečetla hodně literatury a pak jsem jako narazila na tenhle kurz a jako přišel mi nějaký jako super hrozně./ **čtení literatury, nalezení kurzu** Asi to hezky marketingově napsali. (smích). Já jsem sama dělala v marketingu, tak jsem možná jako skočila na lep, ale tak říkám to spíš jako s humorem, ta knížka se mi líbila, takže jsem jako chtěla si to i poslechnout./ **knihy se líbila, důvod k přihlášení** A ta Nevýchova, tam vlastně, když si zakoupíte ten kurz, tak tam máte jakoby možnost přidat další lidi a moje švagrová ten kurz měla, vlastně manžela sestru, a nás tam přidala, takže my jsme, my bychom si ho asi koupili i tak, ale chtěli jsme jakoby mít i nějakou další možnost, kdy já jsem vlastně tu Výchovu bez poražených jsem viděla sama a manžel semnou teda sledovat tu Nevýchovu./ **přidání do kurzu od švagrové, Výchova bez poražených-sama matka, Nevýchova- s manželem** Musím říct, že jakoby k té motivaci, tak asi bylo i to, že já, asi se k tomu pak dostaneme, k nějakému tomu hodnocení těch kurzů, ale bylo i to, aby sem v podstatě si některé ty věci rozmyslela dopředu, protože je to naše první dítě, asi i poslední vzhledem k našemu věku./ **důvod k přihlášení- rozmyslet si věci dopředu** A vy vlastně jak přichází ty různé situace, tak najednou je jako vidíte poprvé a musíte se s nima vypořádat a rozmyslet si je a takhle když nějaký ten kurz absolvujete, nebo už máte nějaké takové povědomí, tak si umíte tu situaci představit dopředu a je to jako hrozně fajn, že už víte, jak asi byste reagovala a můžete si to rozdělit v ty hlavně do nějakých jako kategorií a mít to vlastně dopředu rozmyšlené, než jakoby reagovat třeba nějak divně blbě, jako tohleco byla ta moje motivace./ **kurz- povědomí, jak reagovat**

V: Hm, hm. A vy jste teda ty kurzy absolvovala ještě před narozením dítěte, nebo vlastně třeba až...

R5: Ne ne ne, to už byla malá na světě, ale já nevím, bylo jí třeba plácnu půl roku./ **absolvování kurzu- dítěti půl roku**

V: Dobře, takže tam teda nebyl nějaký ten ještě prostor, kdy byste měla před a po v ty výchově, vlastně už jakoby jí vychovávala, nebo snažte se nějak k tomu přistupovat, nebo ne?

R5: Tak ono, ono jakoby partnersky můžete s tím dítětem jednat už úplně jako od miminka. Já si myslím, že ehm, my jsme třeba měli předporodní kurz./ **předporodní kurz** Jakoby nějakým způsobem jsem se připravovala na ten porod tím, že jsem četla hodně knížek./ **příprava na porod- četba knih** Tím že dcerka je hypotonická má nějaký ty problémy, tak jsem četla hodně knížek i o manipulaci, tam jakoby třeba jsou řečený i jako věci i ohledně té výchovy, že třeba je jako dobrý ne to dítě mlčky jako malinký miminko přebalovat, rvát do dupáček, ale říkat, teď jako ti tam dám ručičku, nožičku./ **dítě-hypotonie, knihy o manipulaci i výchově** Takže samozřejmě tyhle věci jsme třeba věděli, ale kdybychom tu Nevýchovu, nebo ten kurz měla jako od začátku, tak už můžu k té malý přistupovat dřív takhle./ **kdyby byl kurz dříve- lepší přístup** A asi by to i jako bylo lepší, protože bych to měla víc zažitý, teďka ještě pořád máme jako momenty, kdy tápeme a v tu chvíli to prostě nějakým způsobem chceme nějak udělat a pak to nedopadne, protože jezdíme v podstatě téměř každý den na hypoterapie a prostě tam musíme být na čas a když tady jako litá, blbne, tak nakonec jí prostě nacpete do těch kalhot prostě a musíte ji odvíst./ **kdyby byl kurz dříve- více zažité, momenty tápání** Takže tomu se asi jako nevyhnem a učíme se to./ **učí se**

V: Dobře, děkuju moc. Potom se k tomu ještě trochu vrátím na konci v nějaký reflexi.

R5: Jasně.

V: Já bych se ještě možná zeptala. Vy jste to asi už řekla, ale ještě nějak třeba jestli vás k tomu něco napadne, podle čeho jste si ten kurz vlastně vybrala? Vy jste říkala teda, že jste četla ty knížky a ten první ten teď mi to vypadlo, jak se ten kurz jmenuje.

R5: Výchova bez poražených.

V: Jo, tak vlastně jste teda díky tý knížce k tomu teda dospěla.

R5: Hm, hm.

V: Nebo tam bylo ještě něco, nějaký jiný kritérium podle čeho jste si to vybírala, nebo třeba i tu Nevýchovu, tak jste vlastně...

R5: Já, já jsem obecně jsem se třeba ptala kamarádek, jako který jsou takový, že se rádi prostě o nějakým tématu, co neví něco přečtou, takže mi to třeba někdo doporučil./ **výběr kurzu- rady od kamarádek** A já jsem toho přečetla víc, někde jsem skončila v půlce u třeba Respektovat a být respektován, to jsem prostě nedočetla a tím, že naše dcera je jako hodně náročný miminko má takový jako, teď už holčička, má jako náročný temperament, tak prostě na to třeba nebyl čas./ **čtení více knih, dítě- náročný temperament** Ale tahle ta knížka mě jako zaujala a vlastně tím, že jsem ten kurz viděla, tak proto jsem se tak rozhodla./ **výběr kurzu podle knihy** Jo, ale asi asi spíš jsem nedala na to, co kde psali, ale opravdu třeba se mi líbila literatura, nebo nějaký workshop, že ta Nevýchova má hodně věci i jakoby zdarma, nějaký jako webináře, tak jsem se rozhodovala asi podle toho spíš jako pocitově, co se mi líbilo./ **výběr kurzu- podle pocitů, workshopů, literatury** A vlastně i z těch kurzů jsem si vlastně vzala jako něco. Jo, že vlastně to není tak, že bych to brala, že je to nějaká jako Bible, nebo nějaký skvělý návod, který vždycky bude fungovat. Myslím si, že to hrozně záleží na tom, jaké to dítě je asi i jak to pocitově cítíte vy./ **čerpání z kurzů- jen něco**

V: Hm, hm, dobře, děkuju moc a možná navážu trošku teda na to, co vám ten kurz, nebo ty kurzy daly, třeba jaký jste z nich měla i pocity?

R5: Hm, tak já nevím čím začít. Začnu tou Nevýchovou a tam jakoby je hrozně fajn, to už jsem zmiňovala v té předchozí otázce, že vlastně jsou tam jako ty příklady, ta zážitková audia jsou vlastně o tom, že vás ta Katka Králová jako provede tím já nevím, tou situací očima dítěte./ **kurz- příklady, zážitková audia, situace očima dítěte** Že si vlastně dokážete představit, co všechno nastane, když jako čekáte to dítě, nebo když se vám narodí, tak vidíte, nebo slyšíte od přátel jaké možné situace jsou, ale pak vlastně se dějou vám a něco vás prostě vůbec nenapadne, jo?/ **možnost přestavit si, co vás s dítětem čeká** Tam bylo třeba hrozně fajn jako pro mě příprava s dcerkou na třeba návštěvu lékaře, protože byla na odběru krve, chodí na očkování vlastně k těm lékařům chodí poměrně často kvůli tý hypotonii a mi jí doma vysvětlíme, co se bude dít, ukážeme jí to na plyšácích a na, že opravdu hodně hodně uřvaná a vzteklá, jako v dobrý slova smyslu, ale prostě takovou má povahu, tak jako to zvládá v pohodě a je to jako hrozně fajn, že máte ten nápad, jo, protože některý věci vás prostě nenapadnou, jo, že vlastně to můžete ukázat, nebo že vezmete odsávačku na nudle a odsajete prostě nejdřív toho krtka a ona si to vyzkouší a pak vlastně drží, jo?/ **příprava na návštěvu lékaře** Takže pro mě bylo hodně dobrý to, že tam byly nějaké příklady, které se pak dají aplikovat, jako úměrně snadno v praxi v různých situacích prostě je to pořád tričko jen je jednou žlutý, jednou modrý, jednou zelený a pak je jakoby fajn to rozdělení těch kategorií jo, ona vlastně takový ty klasický čtyři P tam má tak tam jenom říká, popiš, pozvi, jako jakým způsobem s tím dítětem komunikovat./ **příklady- aplikace v praxi** Ta Nevýchova mi hodnotím ji, jako trošku naivní v tom že



ve chvíli kdy jako máte třeba dceru s temperamentem jako máme my, tak to úplně ne vždycky funguje, ale jako spoustu věcí jsme tam fakt našli a je to jako, hodnotím to jako kladně, jo, že jsem si z toho vzala dost./ **naivita u náročného temperamentu** Tu Výchovu bez poražených tam se mi hrozně líbí rozdělení na to, co se týká mě a co se týká toho dítěte. Ona je dcerka zatím malá, jo, ale vlastně dovedu si představit, že to aplikovat v tom pozdějším věku, kdy nezasahuju do jejího byznysu, když to řeknu takhle, kdy si některý věci má vyřešit sama a nemám se do toho montovat a nemám ji něco nabízet a pak oni hrozně hezky popisují, já nevím, jak to přeložit do češtiny, ale vlastně ani nevím, jaký termíny mají v angličtině, ale v podstatě je to aktivní naslouchání?/ **věci matky a věci dítěte, aktivní naslouchání**

V: Jo, aktivní naslouchání.

R5: By se to dalo říct, jak vlastně s tím dítětem komunikovat, tak aby vám řeklo to, co chce, abyste nenabízela nějaká řešení, abyste nehodnotila, abyste vlastně jenom poslouchala a v podstatě parafrázovala, to co to dítě chce říct, nebo se snažila/ **komunikace s dítětem**... jako ty příklady jsou tam hrozně fajn a vlastně to je asi to, co v terapii, obecně terapeut dělá, že jako naslouchá těm klientům. Ale co se týká toho dítěte, tak vás to nenapadne tolik a stejně tak to zmiňuje i tak výchova pochopení pro potřeby, kde jsou./ **pochopení potřeb** Jako v každé knížce jsem si jako napsala, že jako to dítě má jenom jako být a že to je vlastně ten jeho úkol a že ho mám přijímat se všema pocitama./ **přijetí dítěte** Ale pak samozřejmě vám naskakují ty věci, jak to řešili naše mámy, že když jsme někde brečeli, tak řekli hele pejsek a odváděli pozornost, nebo nám vrazili něco k jídlu, takže místo toho, abychom problémy pak jak, jakoby řešili, tak jsme je odvedly někam jinam a koukali jsme se z okna a podobně./ **schémata z dětství- odvádění pozornosti** Tak vás to vlastně nenapadne a tam je to hrozně hezky popsáno a někdy opravdu na ty malý vidím, že tady vřeští já nevím kvůli čemu, třeba, že hračka nespolupracuje, jak jako ona si představovala, tak prostě jí dám jenom to pochopení, že teda je naštvaná a vlastně to jako přejde, takže ty věci jako fungují./ **samotnou matku to nenapadne, poskytnutí pochopení**

V: Hm hm hm, dobře, děkuju. A jak to vnímáte tu změnu? Šlo vám to měnit už nějak v průběhu toho kurzu, nebo jste si to třeba uvědomovala až potom, nebo vlastně jak to u vás probíhalo, ta třeba i nějaká postupná trošku změna toho přístupu.

R5: Jo, já vlastně to jsem asi nezmínila a to je vlastně jedna z věcí, který mě vlastně taky dokopaly k tomu, že to musím dělat jinak. Tak a kvůli tomu jsem se taky víc snažila, to se omlouvám, to se trochu vrátím.

V: V pohodě.

R5: Ale já jsem, já jsem jako dcera z rodiny, já jsem klasická jako dcera, tichá, tatínek odešel za milenkou v šesti letech./ **dětství- tichá dcera, otec odešel z rodiny** Máma nás jako hodně bila, měla velmi tvrdou ruku a já jsem si říkala, že nikdy jako malou nebudu chtít fyzicky trestat./ **dětství- fyzické tresty** A v podstatě, když mě třeba kousala při kojení a takhle, tak jsem viděla tu zlost, jak to jako nemám zpracovaný, ten vztek, jak vlastně./ **nezpracovaný vztek** Já jsem poměrně jako flegmatickej člověk ještě s mojí prací, kde jsem jako jednala s opravdu jako tumpachovejma klientama furt do zblbnutí jsem jim něco vysvětlovala, měla jsem tu trpělivost, tak najednou jsem zjistila, že jí nemám, jo./ **nedostatek trpělivosti** Takže to byl moment, kdy jsem si říkala aha jako měla by ses asi nad tím zamyslet a nějak to dělat a vlastně ta aplikace jakoby je vždycky postupná, já nevím jestli jako někomu to jde divám se na kurz a jako je to super./ **důvod k přihlášení, postupná aplikace**

V: Asi ne.

R5: Ale prostě my se to samozřejmě učíme, jo a máme to třeba tak s tím, že manžel je na home officu, tak jako je hrozně fajn, že když už opravdu jako máme večeri na stropě a prostě dítě omatlaný a já to mám ve vlasech a už prostě nemůžu, tak se jako vystřídáme, tak jde jako krmit, že prostě opravdu jako to zázemí, nebo to pochopení jeden pro druhého máme v tom, že si to vykřejem./ **spolupráce s manželem, pochopení jeden pro druhého** Takže my se to učíme a taky prostě někdy máte takový ty jako, jako chcete to tomu dítěti vysvětlit, chcete aby to bylo v klidu, ale prostě ono si ty kalhoty neveme./ **proces učení se, někdy to nevyjde**

V: Jasný.

R5: A plinku si vyměnit nenechá, tak jako pak jí tam našťoucháte a samozřejmě to jako není správně jo, ale prostě to jako nejde úplně vychytat právě ve vztahu k tomu, že jako máme nějaký povinnosti s ní, který musíme splnit, ale jako učíme se to a snad to jako jde dobře. Snažíme se když teda něco takovýho je, nikdy jsme ji neuhodili, nekřičíme na ni, ona je na to i jako citlivá, hodně jako na nějaký zvýšení hlasu, nebo takhle, nebo zvuky, takže to neděláme, ale samozřejmě jako nějaký, nějakou mikroagresi, nebo povzdechnutí, kdy jsme se jí tady snažila obliet rukavice a lamentovala jsem nad ní- proč, proč, proč a ona to pak říkala půlku cesty, jako v autě, jo, to tam samozřejmě je a to se jako učíme./ **proces učení se** A asi i s tím vývojem to půjde líp, snažíme se prostě, když se něco takovýho stane jako vynahradiť tím, že jako prostě jí to vysvětlíme, že už jako jsme unavení a tak prostě nějakým způsobem to se snažíme kompenzovat, ale učíme se, takže ten vývoj tam je a snažíme se i nějak jako korigovat, samozřejmě ne před ní, jako říkat: „Ha, prosím tě“, ale ale prostě si jako říct, nebo hele já tě vystřídám, nebo takhle./ **vysvětlování situací dítěti, proces učení se**

V: Hm, dobře, děkuju moc. Možná mě ještě napadá k těm samotným kurzům, jestli tam třeba, jestli jste měla nějaký očekávání, který třeba se nenaplnily, nebo jaký jste z těch kurzů měla jako měla pocit, jestli tam třeba bylo i něco negativního vyloženě, co jste si říkala, takhle třeba ne, nebo to mi nevyhovuje, nebo takhle bych to nechtěla dělat, nebo něco takovýho?

R5: No tak ta Výchova bez poražených tím, že to bylo jako hrozně nahňáclý, kdybych to takhle řekla, prostě v jednom, tak to samozřejmě pak vám třeba dojdou nějaký věci, můžete sice napsat, ale není to prostě takový jako když si ty videa použít, takže tam jako negativně hodnotím to, že to jako proběhne a vy samozřejmě máte sice nějaký podklady, dotazy, něco si napíšete, ale není to něco k čemu byste se mohla vrátit./ **negativa- moc informací v krátkém čase** A já prostě třeba hodnotím negativně to, že to není tolik zaměřený na ty přáta, jo, ačkoliv to jako říkají, že to jde použít i na ty malý, ale je to takový hodně imaginární a člověk to zapomene no takže to asi./ **negativa- málo zaměřené na menší děti, hodně imaginární** Jinak jsem z toho měla jako dobrý pocit, samozřejmě asi kdybych uměla ještě líp anglicky, kdy já samozřejmě jsem spíš zaměřená samozřejmě na byznys english a ve chvíli, kdy tam jako je hodně příslovci, hodně jako věci co se týká tý výchovy, tak je to jako složitější, takže i nějaká ta jazyková bariéra./ **negativa- jazyková bariéra** Co se týká tý Nevýchovy, tak tam jako opravdu pozitivně bych vyzvedla to, že si to můžete jako pustit, je tam nějaký diskusní fórum, i když do toho jsem ještě nekoukala, kde jako se můžete zeptat, odpoví vám vlastně i ti lidé z té Nevýchovy, nejen ty rodiče./ **pozitivum- videa, diskusní fórum, komunikace s lektory** A to co je jako negativní je to, že ta ta ta ta paní Králová, která to říká je strašně otravná, jakoby strašně, jako vyslechnout si to, tak to je někdy jako opravdu/ smích/ ale myslím si, že snad všichni jsme z toho měli ten pocit, že je to brnkání na nervy, jo, protože to bylo takový hodně, hodně přehrávaný a hodně jako dramatický a tak./ **negativa- lektorka nepřijemný, přehrávaný, dramatický projev** A jako já mám doma ajťáka, žejo, já jsem ekonom a švagrová, ta je datovej analytik, takže mi jakoby radši máme ty věci trošku jako víc faktický a né tý omáčky, ale zase to líp pochopíte./ **upřednostňování faktů** A to co bych hodnotila negativně je

taková jako ta naivita, jo, v tom, že oni vlastně tvrdí, že neexistuje žádné období vzdoru a že vlastně, když to děláte takhle, jako od začátku, tak to bude fungovat a že jenom v krajních situacích, kdy dítě vypadává z okna ho můžete čapnout a prostě odnýt, jo, to je opravdu až jako naivní./ **negativa- naivita** A já si dovedu představit třeba s tou naší Eliškou (změna jména), že na ty koníky, vona na ně jezdi ráda, jako má to ráda, ale prostě něco se dělá, že se s ní půjde dát domluvit, ale prostě se sedmnácti měsíčním dítětem se prostě moc domluvit nedá, jo, řeknete pojedeme, ale ona vlastně časovému horizontu, už potřebujeme za patnáct minut jet, prostě nerozumí, jo, můžete tady jako dělat první poslední, ale někdy se to prostě nesetká s úspěchem a opravdu i s tím jejím temperamentem je to, je to takový jako náročný./ **domluva s dítětem** A spíš člověk jako zvažuje to jestli jako to teda nemohl udělat líp spíš jakoby to pak působí, kdy si ten kurz jako projedete, ačkoliv ona tam furt jako zmiňuje, že se člověk jako nemá peskovat, že má mít čas na sebe, tak to spíš ve vás budi nějaký jako výčitky, jo, jestli jako to teda neděláte blbě, když to dítě nasoukáte do tý bundy a ono řve, jo, takže je to takový jako v tomhle ohledu takový dvojsečný bych řekla./ **negativa- vzbuzování výčitek**

V: Jo, dobře, moc děkuju, že takhle mi to říkáte. Já koukám tady bych možná už pomalu přešla k nějaký ty reflexi a já vlastně bych možná začala ještě, vy jste o tom už trošku mluvila a možná to už stačí, jenom třeba kdybyste to trošku možná rozvedla, já se třeba ptám vlastně rodičů, jak vlastně oni byli vychováváni a nějakou třeba i tu souvislost potom právě jak se dívají na tu výchovu svých dětí, tak vy jste to už trošku říkala, nebo jestli ještě můžete malinko nějak zmínit, jakým tím přístupem jste vlastně vy to dětství prožila, nebo jak jste, jak k vám bylo přistupováno?

R5: Jasně, tak my máme jako, nejsem to jenom já, ale manžel ten má zase jako jinej extrém, takže oba jsme jako všešli z něčeho, co úplně jakoby dobrý nebylo pro tu budoucnost, museli jsme to prostě nějak řešit nějakým osobním seberozvojem a já jak jsem říkala, tak maminka je velmi inteligentní člověk, dává jako na první jako na prvním stupni je to, že má člověk jako vzdělání, má postavení a něco dokázal a tak jsem vlastně byli vychovávaný, že jsme se učili angličtinu a ona nás u toho prostě řezala vařečkou a podobně, takže opravdu to byla jako taková pevná ruka./ **dětství- matka inteligentní, vzdělání na prvním místě** Tím že na nás byla sama, tak nějakým způsobem chápou, ale byly tam jako z její strany opravdu jako výčitky, věci, co se prostě dítěti absolutně nemohou říct, že jako lituje, že nás porodila, nebo mě porodila a podobný věci, který byly na denní pořádku./ **dětství- výčitky vůči dětem** A já jsem si vlastně na popud tady tý svojí výchovy, tak svých pocitů, jako uvědomila, že my jsme hodně rozdílný, jako já jsem jako víc pocitová a jako víc se dojmu a vlastně, nevím, jestli říct empatická, ale prostě jsme víc na pocity ona je prostě víc jako chladný manager./ **dětství- rozdílnost mezi matkou a dcerou** A já jsem si opravdu jako velmi uvědomovala už i v tom dětství, jak mě to jako zraňuje, jak vlastně se bojím, když přijde domů, protože my jsme žili v rodinném domě i s babičkou, která v podstatě byla moje máma, protože moje máma byla vlastně furt v práci a já jsem se vlastně bála, kdy přijde domů./ **dětství- strach z matky, babička nahrazovala matku** Takže jsem se vlastně jako pokládala otázky, to co vlastně tomu dítěti dělá, já jsem si říkala, že to asi pro malý dítěte není to, že ho to bolí, když ho někdo plácne přes plinku, ale že asi se bojí, jestli ho ta maminka má ráda./ **strach- jestli má maminka dítě ráda** Já si pamatuju, že vlastně už od nějakého věku to bylo ponižující, jo, ty tělesný tresty, strašně, že to bylo jako úplně, že člověk nechápal, přišlo mu to jako trapný, žejo, ale hodně jsem se zamýšlela nad tím, co to vlastně v tom dětském věku dělá./ **dětství- tělesné tresty- ponižující** A vlastně jsem se snažila i nějak vzdělávat, tím že mám jako vystudovanou ekonomii, o psychologii vím v podstatě velmi málo třeba z té školy, takže to jsou věci, o který jsme se zajímala a vlastně proto jsme doteďka malou kojím, hodně jsme jí nosili./ **snaha vzdělávat se** Ona tím, že měla i jako problém, ona si zlomila opravdu klíček, měla blokady na páteři, tak jako byla hodně uřvaná a v podstatě byla na rukách deset měsíců, než se jí ty zády vyřešila, takže jako jsme a vlastně jsme to měli jako přirozeně oba

s manželem, že jako nosil i on./ **dítě- zdravotní problémy** Takže si myslím, že jako v tomhle ohledu jsme to chtěli dělat jinak a hodně to prostě vzešlo z toho, jak jsme byli oba vychovávaní a co to vlastně jaký šrámy na duši nám to udělalo, takže vlastně chceme... ona to je asi motivace obecně toho rodičovství, že to chceme dělat nějak líp, než naši rodiče./ **potřeba přistupovat k výchově jinak, než rodiče**

V: Je, to pravda.

R5: Hm.

V: Já už jsem to taky slyšela párkrát, že ta motivace je hlavně i v tomhle, chtějí dělat trošku jinej přístup k těm dětem, než byli oni vychovávaní.

R5: Já to řeknu, jako na plnou pus, jako já si myslím, že taky spoustu věci poserem/ smích/ to prostě asi se stane asi vždycky, jo, ale snažíme se to prostě dělat, jako jinak, líp a to, co víme, že prostě pro to dítě není vhodný, nebo ho to může zraňovat, tak to se snažíme nedělat./ **snaha nezraňovat dítě** Nebo snažíme se to dělat líp, i když se to ne vždycky daří, protože jako je to tam zažitý, žejo, ty věty, který slycháváte, nebo od dětství máte zažitý, tak neříkám, že úplně najednou se slyšíte, jak to říkáte, to třeba já tolik nemám, ale pak jako přemýšlím, co říct jinýho, takže já se občas zarazím a koukám jak puk a říkám si aha, tak tedka, tedka jako co?/ **zažité věty z dětství**

V: Ale podle mě super, že vůbec ten člověk si to uvědomuje, že i když se to nepovede někdy, tak vůbec ta sebereflexe, že aha, tohle třeba dělám špatně, tak je podle mě fajn, že člověk vůbec má chuť třeba vůbec zlepšovat.

R5: Jo, tak jako, občas mi přijde takový jako smutný a to nejen ze strany tý starší generace, ale obecně třeba i mých vrstevníků, takový ten jako pocit, že jako to dítě má prostě regulovat ty svý emoce, jak dospělý a přitom my sami to nezvládáme kolikrát./ **přehnané nároky na děti** Takže jako to tohle to nějak se snažíme vycházet z té premise, jako se to učí a že teda asi mu musíme jít nějak příkladem my a jako nemít ty nároky na to dítě, aby to prostě už zvládlo, protože co si budem, tak taky se občas naštvem a občas toho máme plný zuby a občas frfláme celý den, takže./ **rodiče- jít příkladem, nemít přehnané nároky na dítě**

V: Jasně, jasně, já teda děkuju a já se teda přesunu k tý reflexi nějaký tý, to už je jako poslední okruh, co tu mám. A já bych se teda trochu vrátila k těm kurzům a jestli byste byla nějak schopná teda zhodnotit, vy jste to možná už trošku říkala, ale teda nějaký váš pohled třeba i na tu výchovu, nebo ten přístup před těma kurzama a po nich vlastně, jestli tam proběhla nějaká změna a v čem třeba konkrétně, nebo jak na to koukáte? Předtím a teď.

R5: Jo, určitě. Já si myslím, že jako to bylo několik bodů a asi úplně tím základním je to, že s tím dítětem víc komunikuju./ **reflexe- větší komunikace** Jo, že to není úplně už takový to, já jsem ji nikdy, úplně to nebylo tak, že bych jí něco neříkala, ale nejen že jí víc vedu k tomu a říkám jí, co teda bude, i když teď už vím, že to nesmím říkat moc brzo, protože když řeknete, že budou koně a pak je sníh a náledí a koně nejsou, tak je prostě naštvaná./ **reflexe- komunikace o tom, co je čeká, neříkat to moc brzo** Ale jakoby že jí reflektuju, co se ten den bude dít, to jak se cítím jí víc říkám./ **reflexe- reflektování emocí, co se bude dít** Takže to je asi posun a myslím si, že další posun je v některých těch nápadech z té Nevýchovy, který třeba spočívaj v tom, že ona tam vlastně ta Katka říká, že pokud to jde, tak to dítě uzpůsobili tak, ta Eliška furt někde leze, tak aby vlastně, teď se tak jako slyším s ozvěnou, ale zkusím pokračovat./ **nápady z Nevýchovy**

V: Kdyžtak si můžeme zavolat znova, kdyby to blblo.

R5: *Teď asi dobré, tak já to zkusím ještě, tak teda nějak uzpůsobit, aby mohla vlastně všude, ale vlastně my jsme měli spoustu problémů, že někam lezla, něco chtěla a my jí teďka zapojujeme a to je fajn./ reflexe- zapojování dítěte* Takže vyndáváme věci z myčky, prostě necháváme si podávat nákup do ledničky, jo takový ty věci, po kterých toužila, tak jako se tomu snažíme přistupovat, tak že jí všechno zajímá a že prostě to je ten její zájem, ne že by nám tam chtěla škodit, takže se snažíme ji víc zapojovat, to je určitě to, co jsem si vzala./ **reflexe- zapojování dítěte do běžných aktivit, naplnění zájmu dítěte** A jak jako z toho kurzu té Výchovy bez poražených, tak z té Nevýchovy jsem si hodně odnesla vlastně to pochopené pro ty pocity, že vlastně nemá moc smysl se v tom jako nimrat, protože někdy jenom jakoby vlastně vyjádřím ten, to pochopení, že něco prožívá a dál se v tom nenimrá a nechám jí v to prožít./ **reflexe- pochopení pro pocity dítěte, nechat to dítě prožít** Že to jsem měla vlastně tendence nějak něco víc, jako vysvětlovat, nebo potom vlastně bádát a vlastně jsem si uvědomila, že je maličká a že i když teďka už hodně rozumí, že je to blbost, že stačí, že někdy jakoby i mě pomůže říct, nebo vidět, že někdo jako chápe, jak mi je, takže tohle jsem si vzala./ **reflexe- nevysvětlovat, pochopení dítěte** A nějaký jako rady typu myslete víc na sebe a takhle a snažte se, to jako se snažíme, my třeba s manželem si občas uděláme mindfulness, abychom se trochu jako uzemnili, jako nějakou třeba jenom pěti, deseti minutovou meditaci./ **reflexe- myslet víc na sebe, mindfulness** Určitě si nepředstavujte zenové mistry jako, nějaký jako zaměřeni na dech snažíme se, když jí dáme spát, tak si jako sednout, pokecat si, jako je to těžký, ale jako je, určitě shledávám jako fajn věc je, že to tam jako zmiňují, že se člověk k tomu jako vrátí, že vlastně jako víte, ale někdo vám to tam jako řekne, ale jako vy jste tady jako pár a ještě byste měli trochu žít i vy./ **reflexe- partnerský čas** Vy to jako víte, ale když vám někdo dá ten zdvižený prst, tak je to fajn a co ještě si myslím, že je jako hrozně fajn, je v té Nevýchově sekce o hranicích. Jako rozděluje je na vnitřní a vnější hranice, vnějšíma myslí takový ty moralistický věci, jako neskákej do kaluže a tohle se nedělá, tak vždycky jako mluvit o sobě plus si jako vlastně vystavět ty své hranice, kdy jsme jakoby to viděli, že já je mám víc a manžel je má jako míň, tím že on vlastně nemá ty své, tak pak to dítě k němu přistupuje trochu jinak./ **reflexe- vymezení hranic** Takže tohleco třeba bylo pro nás, i jsme se o tom jako hodně bavili, to bylo pro nás jako hodně zajímavý, no že vlastně vás hodně v tom kurzu vrací k sobě, že to není tolik kurz o tom, jak vychovávat dítě, ale je to prostě kurz i o tom, jak, jak vlastně přistupovat k sobě, jako co změnit u sebe, takže tohleco si myslím, že je fajn a nevím, co jsem ještě asi bych to takhle uzavřela./ **kurz- návrat k sobě, jak k sobě přistupovat**

V: Jo.

R5: No, už mě nic nenapadá.

V: Dobře, tak já možná trochu navážu jenom, jak jste říkala, že i jako tam vás vraceli i k vám osobně, abyste se třeba cítili vy dobře i v té roli a podobně, tak možná mám otázku jakým se třeba cítíte být rodičem, nebo jak se vůbec cítíte v tom rodičovství? Jaký z toho máte vlastně pocity, že jste rodičem, nebo matkou?

R5: Jako já musím říct, že tím, že mám vlastně dcerku poměrně pozdě, už jsem si odbyla jako docela velkou část kariéry, kdy jako po té škole, tak jako furt člověk tak po tom baží a chce něco dokázat a po těch deseti letech už ho ti klienti jako otráví a zjistí, že to jakoby je a takový jako stereotypní a podobně, tak jako si to hrozně užívám tu roli, opravdu jako./ **těhotenství v pozdějším věku, užívání si role matky** Jestli vás něco zpřítomní nejvíc jako za celý váš život, tak je to to dítě a já jsem to šestinedělí opravdu, oba jsme koukali jako na toho tvora, kterej se tam jako ksichtí, i když já jsem měla ty obavy už ve vztahu ke své matce, jestli ji jako budu mít dost ráda a že to je jako dcera, protože k bráchovi se vztahuje trochu jinak, než ke mně a vlastně tohle vůbec ty úvahy se vůbec nenaplnily a jsme z ní prostě poprděný a máme nejkrásnější a nejlepší holčičku na světě./

*obavy, jestli bude mít matka dítě dost ráda, nejlepší holčička na světě* Takže jako my si to oba moc užíváme a asi je to možná i tím věkem, řešíme jako hodně finance a podobný věci, kvůli tomu, že má nějaký zdravotní problémy./ **užívání si, finanční otázky** Ale jako na rozdíl od třeba mladších kamarádek, co ty děti maj jako víc řešej, že byl Covid a že nikam nemůžou a tahle, tak nám to jako stačí prostě někam jít, projít a na ty koně a užít si to s tou malou./ **užívání si s dítětem** Takže ty pocity máme jako oba vesměs kladný a já si myslím, že to je to nejšťastnější období jako života, který zatím mám, takový jako ve vztahu k tý válce a k tomu, co se děje a Covidu, je to takový jako zvláštní říct, ale i přes ty starosti je to hrozně fajn./ **nejšťastnější období života**

V: Hm, dobře, tak já mám vlastně ještě takovou poslední otázku a už vás nebudu zdržovat, už to docela trvá dlouho.

R5: Já si říkám, že budete přepisovat hrozně dlouho.

V: No, tak to zvládnou, snad nějak, já tak jenom uzavřu možná tím vzděláváním a tím celkově, téma kurzama. Jak teďka to cítíte, máte ještě pořád potřebu se dál třeba vzdělávat, já nevím, číst knížky, nebo máte třeba ještě na nějaké jiné kurz zálusk, nebo jak vnímáte to vaše vzdělávání?

R5: Já si třeba, mám pocit, že si třeba jakoby něco pustím znova z té Nevýchovy./ **návrat k Nevýchově** Ale jako obecně vždycky když něco vidím zajímavého, tak spíš sahám po těch knížkách, nebo po nějaké studii, než třeba nějaký jako Facebook, Instagram, protože to úplně neberu jako relevantní zdroj./ **četba knih, studií, sociální sítě nejsou relevantní zdroj** I když i tam jako najdete, třeba ta Dětská psycholožka mi přijde, že má docel a fajn na Instagramu posty a že jakoby je to hezky shrnutý a má tam zdroje a asi jako ví o čem mluví, takže jako, když někde něco vidím, tak jako si čtu./ **Instagram- Dětská psycholožka** Takže určitě třeba na nějakou knížku podívám, ale spíš to bude asi vyplývat z toho, co co bude přicházet, jo, protože samozřejmě to dítě se nějakým způsobem vyvíjí a jako tím, že jako v manželovi rodině jsou generace, generace vztekounů a máme taky malýho vztekouna a je, tak si myslím, že nějaký to období přijde./ **volba podle vývoje dítěte, vzteklé dítě** A asi třeba vrátím k té Nevýchově, nebo si něco přečtu, kdybych si nevěděla rady, takže jako to vzdělávání беру tak, že asi ještě přijde, ale teď nemám pocit, že bych potřebovala jakoby něco dalšího ještě a nikde kromě těch knížek, kterých jsem přečetla třeba deset a dál./ **návrat k Nevýchově, momentálně není potřeba dalšího vzdělávání** Spíš mám ten pocit, že bych to měla jakoby víc aplikovat, nebo spíš se k tomu vracet a nějak ty situace řešit./ **víc aplikovat informace** Protože ...já řeknu příklad já jsem třeba hodně řešila, co jakoby bych dělala, kdyby dcerka nevím hodila dítěti písek do očí na pískovišti, protože prostě vím, že je jako vzteklá a teďka si třeba uvědomuju, že naopak jsem to vůbec neřešila, jo, jako asi bych jako kdyby jí někdo něco udělal, tak bych samozřejmě jako šla prvně za ní a snažila se jí opečovat./ **řešení náročných situací** Ale jsou takový momenty, který vy si úplně nepromyslíte, že vlastně to berete z nějakýho pohledu, naopak ona jako strašně hodná k těm, děti furt mazlí, hladí, něco jim nosí, ale vlastně tohleco jsou jako věci, který si ještě nepromyslíte a přijde mi fajn si to nějak promyslet, nebo nějak, nebo se někoho zeptat, nebo si s někým promluvit, kdo už to prožil, takže spíš takhle, než vlastně nějaký další kurz./ **promyslet si věci dopředu, promluvit s někým, kdo prožil stejnou situaci**

V: Hm, dobře, dobře. Děkuju moc za rozhovor.

Zakončení rozhovoru