

Univerzita Hradec Králové

Pedagogická fakulta

Katedra sociální patologie a sociologie

Problematika komunikace mezi dospívajícími a jejich rodiči

Bakalářská práce

Autor: Aneta Vydrová
Studijní program: B7507 Specializace v pedagogice
Studijní obor: Sociální komunikace v neziskovém sektoru
Vedoucí práce: PhDr. Josef Kasal, MBA, Ph.D.

Hradec Králové

2016



Zadání bakalářské práce

Autor: Aneta Vydrová

Studium: P131171

Studijní program: B7507 Specializace v pedagogice

Studijní obor: Sociální komunikace v neziskovém sektoru

Název bakalářské práce: **Problematika komunikace mezi dospívajícími a jejich rodiči**

Název bakalářské práce AJ: The issue of communication between adolescents and their parents

Cíl, metody, literatura, předpoklady:

Tato bakalářská práce se zabývá komunikací mezi dospívajícími ve věku 15 - 18 let a jejich rodiči. Práce analyzuje základní pojmy týkající se efektivní komunikace. V práci je popsáno období adolescence a psychické změny v tomto období. Zvolenými metodami této práce jsou analýza odborné literatury a kvantitativní výzkumné šetření formou dotazníků vlastní konstrukce. Cílem práce je popsat, jak probíhá komunikace mezi dítětem a rodičem v dnešních rodinách z pohledu dospívajících. Najít důvod možných problémů v komunikaci, ale i možnosti ke zlepšení.

ŠPAŇHELOVÁ, Ilona. Komunikace mezi rodičem a dítětem: styly a techniky komunikace, komunikace rodiče ve vztahu k dítěti, vývojová období dítěte, komunikace v náročných situacích. Vyd. 1. Praha: Grada, 2009, 101 s. ISBN 978-802-4726-984. SMITH, Tony a Elizabeth FENWICK. Kniha o dospívání pro rodiče a děti: návod, jak toto období přežít. 1. české vyd. Bratislava: INA, 1994, 286 s. Pro rodiče. ISBN 80-856-8052-1. PETITCOLLIN, Christel. Jak správně komunikovat se svým dítětem. Praha: Pierot, 2009, 112 s. For life. ISBN 978-80-7353-142-3. PERNEROVÁ, Rotraud A. Tabu v rodinné komunikaci: O čem se v rodinách nemluví, ač by to bylo užitečné. 1. vyd. Praha: Portál, 2000, 161 s. ISBN 80-717-8363-3. SOBOTKOVÁ, Irena. Psychologie rodiny. Vyd. 1. Praha: Portál, 2001, 173 s. ISBN 80-717-8559-8

Garantující pracoviště: Katedra sociální patologie a sociologie,
Pedagogická fakulta

Vedoucí práce: PhDr. Josef Kasal, MBA, Ph.D.

Oponent: Mgr. Lucie Špráchalová

Datum zadání závěrečné práce: 12.2.2015

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou práci vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně a uvedla jsem všechny použité prameny a literaturu.

V Hradci Králové dne 26. dubna 2016

.....
Vydrová Aneta

Poděkování

Mé poděkování patří vedoucímu této bakalářské práce, panu PhDr. Josefu Kasalovi, MBA, Ph.D., za odborné vedení, velmi vstřícný přístup, cenné připomínky a rady týkající se zpracování vybraného tématu. Děkuji také všem respondentům za ochotu při vyplňování dotazníku.

Anotace

VYDROVÁ, Aneta. *Problematika komunikace mezi dospívajícími a jejich rodiči*.
Hradec Králové: Pedagogická fakulta Univerzity Hradec Králové, 2016. 56 s.
Bakalářská práce.

Tato bakalářská práce se zabývá komunikací mezi dospívajícími ve věku 15-18 let a jejich rodiči. Práce analyzuje základní pojmy týkající se efektivní komunikace. V teoretické části práce autorka popisuje komunikaci v rodině i příčiny možných konfliktů. Jsou zde uvedeny také charakteristiky období adolescence i mezilidských vztahů v této životní etapě. Zvolenými metodami této práce jsou analýza odborné literatury a kvantitativní výzkumné šetření formou dotazníků vlastní konstrukce. Cílem práce je zmapování toho, jak probíhá komunikace mezi dítětem a rodičem v dnešních rodinách z pohledu dospívajících. Najít důvod možných problémů v komunikaci, ale i možnosti ke zlepšení.

Klíčová slova: komunikace, dospívající, rodiče, komunikace v rodině, efektivní komunikace

Annotation

VYDROVÁ, Aneta. The issue of communication between adolescents and their parents. Hradec Králové: Faculty of Education, University of Hradec Králové, 2016. 56 pp. Bachelor Degree Thesis.

The thesis applies communication among teenagers, 15 -18 years old, and their parents. The work analyses the basic concepts concerning effective communication. In the theoretical part of the thesis the author describes communication in a family and causes of potential conflicts. There are also characteristics of the period of adolescence and interpersonal relationships in this life stage. Selected methods of this work are the analysis of scientific literature and quantitative research investigation in the form of questionnaires, created by the author. The aim of the work is charting of how the communication between the child and parent in today's families looks like, from the perspective of adolescents. The author not only finds the reason of possible problems in the communication, but also possibilities to improve it.

Keywords: communication, teenagers, parents, communication in the family, effective communication

OBSAH

ÚVOD	8
1 SOCIÁLNÍ KOMUNIKACE	9
1.1 KOMUNIKAČNÍ KONTEXT, ŠUM, ZNAK A SYMBOL	11
1.2 VERBÁLNÍ A NEVERBÁLNÍ KOMUNIKACE.....	13
2 KOMUNIKACE V RODINĚ	15
2.1 TRANSAKČNÍ ANALÝZA V RODINNÉ KOMUNIKACI	16
2.2 KONFLIKTY MEZI RODIČI A DOSPÍVAJÍCÍMI	18
2.3 JAK SPRÁVNĚ KOMUNIKOVAT?.....	19
3 OBDOBÍ DOSPÍVÁNÍ	23
3.1 TĚLESNÉ ZMĚNY	24
3.2 PSYCHICKÉ ZMĚNY A ZPŮSOB KOMUNIKACE V DOSPÍVÁNÍ.....	25
4 MEZILIDSKÉ VZTAHY V OBDOBÍ DOSPÍVÁNÍ	27
4.1 VZTAHY S RODIČI	27
4.2 VZTAHY S VRSTEVNÍKY	28
4.3 PARTNERSKÉ VZTAHY.....	30
5 VÝZKUMNÉ ŠETŘENÍ.....	31
5.1 CÍL VÝZKUMNÉ ČÁSTI.....	31
5.2 VÝZKUMNÉ OTÁZKY A STANOVENÍ HYPOTÉZ	31
5.3 VÝZKUMNÁ METODA	33
5.4 VÝSLEDKY VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ	34
5.5 SHRNUTÍ VÝZKUMU.....	48
ZÁVĚR	50
SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ	52
CITOVANÁ A PARAFRÁZOVANÁ LITERATURA	52
CITOVANÉ A PARAFRÁZOVANÉ WEBOVÉ ZDROJE	54
SEZNAM GRAFŮ	55
SEZNAM TABULEK	55
SEZNAM OBRÁZKŮ.....	55
PŘÍLOHY.....	56
PŘÍLOHA A: DOTAZNÍK	56

Úvod

Komunikace v rodině je jedním ze základních pilířů fungování rodiny, a tím i velmi důležitou složkou pro fungování celé společnosti. A právě komunikací v rodině, především tedy komunikací mezi dospívajícími a jejich rodiči se bude zabývat moje bakalářská práce. Motivací pro napsání této práce, na téma Problematika komunikace mezi dospívajícími a jejich rodiči, pro mě bylo to, že se nejen v mém zaměstnání dostávám do kontaktu s dospívajícími, kteří kromě jiného řeší, že si nerozumí se svými rodiči. Respektive, že rodiče nerozumí jim, nesnaží se je pochopit a neposlouchají je. Já sama se svými rodiči mám a vždy jsem měla moc hezký vztah. I když právě v období dospívání, což si zpětně uvědomuji, neprobíhala naše komunikace tak, jak by měla a často docházelo k různým konfliktům.

Komunikaci obecně považuji za velmi důležitou, a proto jsem se rozhodla k hlubšímu pozorování této problematiky. Na toto téma, či jemu podobnému, byla vypracována již spousta publikací. Přesto si však myslím, že je zajímavé se jím zabývat. V této práci jde především o náhled na komunikaci v současných rodinách z pohledu dospívajících. Výzkumné otázky tedy jsou: Komunikují rodiče s dětmi dostatečně? Snaží se rodiče své ratolesti pochopit a podpořit? Svěřují se dospívající svým rodičům se všemi radostmi i starostmi? Je nějaká odlišnost mezi komunikací dítěte, které žije jen s jedním rodičem a dítětem z úplné rodiny?

V teoretické části této práce popisuji za pomoci odborné literatury pojmy týkající se komunikace, rodinné komunikace, dospívání a mezilidských vztahů v tomto období. V části praktické se věnuji výzkumu, kde mám prostřednictvím dotazníků vlastní konstrukce za cíl zjistit stav subjektivního vnímání dospívajících na kvalitu komunikace s jejich rodiči. Výzkumná část dává odpovědi na to, zda jsou dospívající spokojeni s komunikací ve své rodině. Cílem této práce je popsat komunikaci v rodinách a vyspecifikovat charakter optimální komunikace mezi rodiči a dětmi. Výsledky výzkumu jsou uvedeny na závěr této práce.

1 Sociální komunikace

Od narození se všichni pohybujeme mezi lidmi - v rodině, ve škole, v práci atd. Jsme s nimi v neustálém styku. Jednáme s nimi, hovoříme s nimi, nasloucháme jim, domlouváme se. Toto všechno je nám umožněno díky jazyku. A právě ten je základním a specifickým lidským komunikačním prostředkem. Nezáleží však pouze na tom, co druhému sdělujeme, ale i, jak to sdělujeme a jak je to sdělováno nám. Komunikaci považujeme za základ lidské interakce. *„Slovo komunikace pochází z latinského slovesa communicare (oznámit, sdělit, sdílet, spojovat, ale také společenství, participace), znamená obecně lidskou schopnost používat výrazové prostředky k vytváření, udržování a pěstování mezilidských vztahů.“* (Klenková, 2006, s. 25).

Komunikace je tedy dozajista nezbytnou součástí všech sfér života. *„Komunikovat znamená poslouchat, proniknout do oné bubliny, která obklopuje druhého člověka, hledat porozumění, upřímně se zajímat o druhého, jeho život, záliby a emoce.“* (Petitcollin, 2009, s. 9). Komunikace je prostředkem výchovy, neustále nás formuje, ovlivňuje naše postoje. I naše emoce může ovlivňovat způsob, jakým s námi člověk jedná.

Sociální komunikace znamená sdělování a sdílení informací mezi dvěma a více lidmi, které probíhá slovně i mimoslovně. Sociální komunikace neprobíhá jen jedním směrem, od jednoho člověka k druhému, ale vždy oboustranně. Sociální komunikace také určuje, jaký bude vztah mezi komunikátorem a komunikantem.

Při komunikaci lidé jednají a reagují jak bezprostředně, tak i na základě své minulosti, postojů, pocitů, kulturních návyků a dalších zkušeností. *„Každé mezilidské komunikování se děje ve zcela určitém prostředí, za zcela určitých okolností – tj. v určitém kontextu – a ten bývá unikátní, neopakovatelný a tudíž každé naše komunikování je jedinečnou, neopakovatelnou událostí.“* (Plaňava, 2005, s. 15).

Komunikace má svůj účel a smysl. Komunikace má také jednu či více funkcí, které plní nebo chce plnit, a tím sdělení dostává pro příjemce smysl. Dle Vybírala (2009, s. 31 – 32) má komunikační proces sedm hlavních funkcí: Informovat,

Instruovat, Přesvědčit, aby adresát změnil názor, Vyjednat a domluvit se, Pobavit, Kontaktovat se, Předvést se.

Komunikace jako neustále měnící se proces, může nabývat různých podob. Můžeme ji však popsat podle určitého schématu, jehož struktura je tvořena čtyřmi základními činiteli. „*Komunikační proces tvoří 4 základní prvky, které na sebe vzájemně působí. Komunikátor – zdroj informací, ten, kdo vysílá zprávu, sděluje určitou informaci, komunikant – příjemce, posluchač, přijímá vyslanou zprávu komuniké – soubor zakódovaných informací, nová sdělení, informace a obsah, komunikační kanál – podmínka pro výměnu, může být zrakový, hlasový, čichový a hmatový.*“ (Klenková, 2006, s. 32).

Každý den používáme také různé formy komunikace. Jinak mluvíme s učitelkou ve škole, s kolegy v práci, se sourozenci, s rodiči a jinak například s nadřízenými. Formy mezilidské komunikace můžeme rozdělit několika způsoby, např. DeVito (2008, s. 29–30) uvádí následující rozdělení:

- Intrapersonální komunikace - vedeme ji sami se sebou a to za různým účelem (chceme si něco promyslet, ujasnit, o něčem se přesvědčit nebo něco naplánovat).
- Interpersonální komunikace - slouží k vyjadřování, urovnání a udržování osobních vztahů s jinými lidmi (se spolužáky, přáteli, členy rodiny, kolegy atd.). Může probíhat formou osobního kontaktu nebo prostřednictvím médií.
- Rozhovor (pohovor) - probíhá pomocí otázek a odpovědí. Jeho prostřednictvím se dozvídáme něco o druhých, nebo si můžeme navzájem radit.
- Komunikace v malé skupině - jde o komunikace mezi pěti až deseti lidmi. Slouží vztahovým potřebám nebo úkolovým potřebám, k řešení problémů, sdílení znalostí a zkušeností.
- Veřejná komunikace - odehrává se mezi mluvčím a posluchači, kterých může být různý počet. Slouží k informování nebo přesvědčování a dokáže ovlivnit velké množství lidí.
- Masová komunikace - komunikace vychází z jednoho zdroje (noviny, rozhlas, televize) a je určena mnoha příjemcům.

Pro tuto práci je však nejdůležitější interpersonální komunikace a její postavení ve vztahu dospívající – rodič.

Ve vývoji komunikace můžeme také spatřit několik etap. Neverbální komunikace je starší a byla využívána už před vznikem řeči. Nejdříve se lidé dorozumívali pomocí držení těla, mimikou, pohybem končetin, gesty - například pohlazením, obětím, polibkem atd. Poté se lidé naučili používat hlasové ústrojí. Tím už mohli lépe vyjadřovat své pocity, postoje, přání a předávat si navzájem zkušenosti. Řeč začala sloužit člověku k jeho potřebám. Velmi významnou etapou byl vznik písma. Díky tomu můžeme s lidmi komunikovat i na delší vzdálenost a uchovávat informace i pro další generace. Pro člověka je komunikace velmi podstatná, a to zejména přímá sociální komunikace a vzájemný kontakt je významnou lidskou potřebou.

Komunikace nám pomáhá poznat své okolí i sami sebe. Obohacuje nás o nové informace, díky ní se stáváme moudřejšími. Její zásluhou se můžeme vypovídat ze svých problémů, stejně tak jako můžeme vyslechnout problémy ostatních. Z generace na generaci můžeme předat zkušenosti, zvyky a názory. Komunikace však v sobě skrývá i moc ovlivňovat a manipulovat. Setkáváme se s tím dnes a denně v televizi, v novinách, ale i v mezilidských vztazích. Jde jen o to, jak umíme komunikace využít.

Komunikační dovednosti každého z nás výrazně ovlivňují naše profesní i osobní životy, je to umění jednat s lidmi, naslouchat, sdělovat i mlčet, vést rozhovor, vyjednávat i přesvědčit. Nikdo z nás však nemůže říci, že má perfektní komunikační dovednosti, každému se někdy stalo, že promluvil v nesprávný čas na nesprávném místě, nebo řekl něco, co už nešlo vzít zpátky. Proto je neustále potřeba tyto dovednosti rozvíjet, abychom je mohli efektivně využívat v každodenním životě.

1.1 Komunikační kontext, šum, znak a symbol

Ke správnému pochopení komunikačního procesu je také nutné znát základní pojmy týkající se komunikace. Jsou jimi, kromě jiných, symbol a znak. Pomocí symbolů a znaků si lidé v komunikaci sdělují své postoje a pocity.

Každá forma mezilidských kontaktů probíhá na základě znaků. K nejběžnějším, ale i nejsložitějším patří znaky jazykové. Ty jsou však doplňovány mimickými a gestikulačními znaky. Znak představuje symbolické označení nebo pojmenování konkrétní věci. Znak je tedy něco, co můžeme přečíst či rozluštit. Může to být kromě slova i oblečení, auto či architektura. Veškeré chování je znakem. Studium znaků se zabývá sémiotika.

Symbolem rozumíme ustálená gesta, která mají doslovný překlad, jsou velmi dobře čitelná a fungují jako slova či celé fráze. Například palec nahoru jako symbol dobře odvedené práce či vytvoření písmena „V“ jako symbol vítězství. Symbolem jsou používány záměrně ke sdělení stejných významů, jaká mají slova. Symbol je však pouze pro konkrétní, zainteresované osoby či skupinu osob. Je důležité si uvědomit, že každá kultura má svá gesta jiná a gesta, která používáme v naší kultuře, mohou v jiné kultuře znamenat něco zcela odlišného.

Vedle základních činitelů, jako jsou komunikátor, komuniké, komunikant a komunikační kanál, které jsou popsány již v kapitole výše, do procesu komunikace vstupují i další prvky. Jsou jimi kontext a komunikační šum.

Komunikační kontext je situace, ve které daná komunikace probíhá. Každá komunikace je ovlivněna nějakým kontextem. Stejná slova či stejné signály mohou mít v různých kontextech úplně jiné významy. Pokud vytrhneme slova z kontextu, není možné pochopit jejich pravý smysl. *„Kontext podílející se na procesu komunikace se skládá nejméně ze čtyř rovin: fyzická rovina, která představuje konkrétní prostředí komunikace, rovina kulturní, jež zahrnuje pravidla, která jsou dodržována v určité skupině lidí, sociálně-psychologická rovina, související především s postavením mluvčího a formálností situace, a rovina časová, v níž vnímáme posloupnost informací.“* (DeVito, 2008, s. 34).

Dalším nedílným prvkem v komunikaci je komunikační šum. Za komunikační šum lze považovat vše, co ovlivňuje příjem sdělení, nebo dokonce to, co může zabránit předání sdělení od zdroje k příjemci. *„Mezi základní čtyři typy šumu patří: šum fyzický, při kterém rušivé vlivy nepocházejí ani od komunikanta ani od komunikátora (hluk ze silnice, šum z PC), šum fyziologický, který obsahuje vlastní fyziologické bariéry (vada řeči či sluchu), šum psychologický, jež zahrnuje kognitivní mentální interference (uzavřenost, předpojatost, emoce) a v neposlední*

řadě sémantický šum, který vzniká z rozdílně pochopených významů slov (odlišný jazyk, žargon, nářečí).“ (DeVito, 2008, s. 41).

Z výše uvedených informací je zřejmé, že komunikace je velmi složitý proces, který zahrnuje mnoho faktorů, ovlivňujících průběh i výsledek komunikačního procesu. Sdělení i následující odpověď na sdělení je vždy určena nejen tím, co bylo obsahem tohoto sdělení, ale i tím, jaké zkušenosti mají komunikující a jak si sdělované informace vyloží. Slova i gesta jsou stejná, ale výklad může být zcela jiný.

1.2 Verbální a neverbální komunikace

Komunikace sama o sobě je velmi složitým procesem, během kterého potřebujeme ke sdělení informací různé prostředky. Základní dělení těchto prostředků je verbální a neverbální.

Verbální komunikace je zprostředkována pomocí mluveného a psaného slova. Jazyk je základním prostředkem naší komunikace. „*Slovní komunikaci rozumíme dorozumívání se jedné, dvou a více osob pomocí jazyka anebo jinými znaky jazykového systému.*“ (Vybíral, 2009, s. 106). Význam verbální komunikace je nepopíratelný. K tomu, aby však komunikace mohla probíhat bez problému, je důležité, aby lidé znali významy jednotlivých slov, dokázali je shodně chápat a rozuměli kontextu. Obsah i forma v řečové komunikaci by měly být v souladu a neprotiřečit si. Význam formy si nejlépe uvědomíme na intonaci či tónu hlasu. Jedno a totéž slovo či věta může být v důsledku podání pochopena různými způsoby.

Rozhovor je verbálním prostředkem komunikace, ve kterém dochází k předávání sdělení mezi mluvčím a posluchačem. Role se mohou měnit během trvání rozhovoru. Důležité je, aby posluchač chápal význam a obsah sdělení, popřípadě si vyžádal upřesnění a vysvětlení.

Komunikace pomocí slov je v lidském životě velmi důležitá, ale nemůžeme zapomínat na význam neverbální komunikace. Nelze totiž nekomunikovat, komunikujeme neustále, i když mlčíme. Nemusíme mluvit, abychom mohli sdělit, na co právě myslíme, nebo jak se cítíme. Někdy nám správné chápání mimoslovních projevů řekne více než mnoho slovních výrazů. Gestikulace, oční kontakt, mimika, poloha těla i to, co máme oblečeno, jsou všechno projevy neverbální komunikace.

Neverbální komunikace dotváří komunikaci verbální, ale může ji také změnit, odporovat jí, nebo být použita i samostatně.

Obvykle se propojování verbální a neverbální komunikace děje nevědomě. Jednu složku komunikace doplňuje ta druhá. Avšak v poslední době, kdy se lidé více zajímají o neverbální komunikaci, o její moc a o to, jak působit věrohodněji, se toto propojování verbální a neverbální komunikace může stát uvědoměným. Není lehké mít své neverbální projevy vždy pod kontrolou. Ale v některých profesích, zvláště pak v těch, kde je přesvědčování lidí důležitou složkou, je ovládání těchto výrazů velmi podstatné. *„Neverbální komunikace má nevědomé a vědomé složky. Mnohé výrazové prostředky si člověk neuvědomuje, vybavuje si je bez záměru, dovede je dobře kontrolovat nebo je zaznamenává až na základě zpětných vazeb o svém jednání. Neverbální projevy jsou součástí některých vegetativních reakcí a reflexů, jiné jsou záměrně vytvářeny a pěstovány. Tak je tomu u herců, učitelů, politiků a v profesích, ve kterých je důležité působení na druhé lidi.“* (Fraňková, Klein, 1997, s. 42). Neverbální komunikace dokáže totiž snadno prozradit, že slova, která vychází z úst komunikátora, nejsou pravdivá či on sám o nich není přesvědčen.

2 Komunikace v rodině

Rodina, jakožto primární skupina osob, která je spojena pokrevním svazkem, manželstvím, příbuzenstvím nebo adopcí, je považována za základní společenskou instituci s funkcemi reprodukce, výchovy, socializace a předávání kulturních vzorců. „Rodina je prvním a dosti závazným modelem společnosti, s jakým se dítě setkává. Předurčuje jeho osobní vývoj, jeho vztahy k jiným skupinám lidí.“ (Matoušek, 1997, s. 8). Každá rodina je trochu jiná, ale pro každé dítě by to mělo být ochranné prostředí, kde se může vyrovnávat s překážkami každodenního života a kde se může cítit bezpečně. V rodině, ze které pocházíme, prožije většina z nás celé své dětství a dospívání, proto by to mělo být místo, kde si navykneme na dovednosti a znalosti důležité pro život a kde se naučíme chápat svou roli, celou společnost i sami sebe.

Přestože je ekonomická funkce rodiny, tedy zajištění obživy jejím členům, velmi důležitá, tím nejdůležitějším a nezastupitelným je vztah mezi jejími členy. A právě vztahy se dají dobře formovat díky komunikaci, a to především takové, která uspokojuje všechny z rodiny.

V životě rodiny je několik oblastí, které se k rodině vztahují a které rodina musí řešit. Ať už jde o výchovu dětí, o ekonomickou situaci, řešení konfliktů, mezigeneračních vztahů atd., většina z nich souvisí s komunikací. Virginia Satirová (1994, s. 12–13) jako rodinná terapeutka popisuje ve své knize o rodině čtyři aspekty rodinného života. Jsou jimi: 1) sebehodnocení - pocity a názory, které má člověk o sobě, 2) komunikace - způsoby používané pro vzájemné dorozumění, 3) pravidla, jimiž se lidé řídí ve svém cítění a konání a jež se vyvinou v rodinný systém, 4) společenská vazba - způsob, jakým se lidé chovají k ostatním lidem a institucím mimo rodinu. Tyto čtyři faktory jsou ve všech rodinách nějakým způsobem a nějakou měrou narušené a snaha o jejich změnu může vést ke zmírnění rodinných obtíží. „V rodinách, ve kterých se objevují potíže, je sebehodnocení členů nízké, komunikace nepřímá, nejasná, pravidla jsou přísná, nelidská a provždy daná, vazba na společnost je bojácná, ponížena a obviňující. Pro zmírnění či odstranění problému je nutné, aby sebehodnocení členů rodiny bylo vysoké, komunikace přímá, jasná, specifická a upřímná, pravidla pružná, humánní, změnitelná a přiměřená, vazba na společnost otevřená, důvěřivá a umožňující volbu.“ (Satirová, 1994, s. 13).

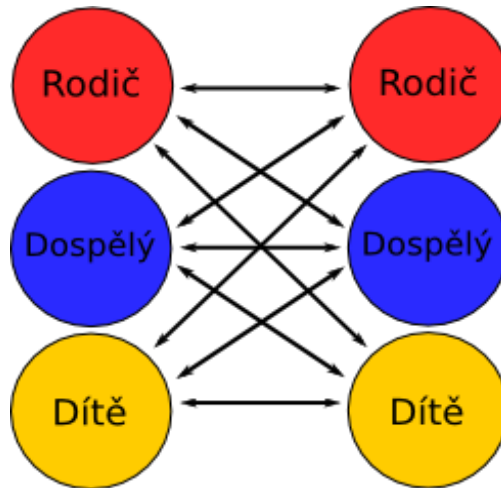
Bez ohledu na to, zda se jedná o rodinu úplnou, neúplnou, nukleární, rozšířenou nebo pěstounskou, vždy má její člen svou cenu. Vždy ta osoba nějak komunikuje, nějak vnímá své okolí i sama sebe, vždy se řídí nějakými pravidly. Otázkou zůstává, jakým způsobem se to děje, a jaké jsou výsledky. A toto právě může ovlivnit rodina. A ačkoliv se tato kapitola zabývá právě rodinnou komunikací, je důležité si uvědomit, že chceme-li řešit problém v nějaké oblasti, je nutné prozkoumat i oblasti další, obzvláště v rodině totiž všechno souvisí se vším.

2.1 Transakční analýza v rodinné komunikaci

To, jak probíhá, a jaké je rodinná komunikace, významně ovlivňuje osobnost dítěte, jeho postoje, názory a přístup k dalším vztahům. Aby se všichni členové rodiny a vztahy mezi nimi mohly rozvíjet optimálním směrem, je potřeba dostatečně a správně komunikovat. Nejen, že by komunikace v rodině měla plnit všechny její funkce, které jsou již popsány o kapitolu výše, ale zároveň by měla především vytvářet vzájemný pocit důvěry a lásky mezi členy rodiny.

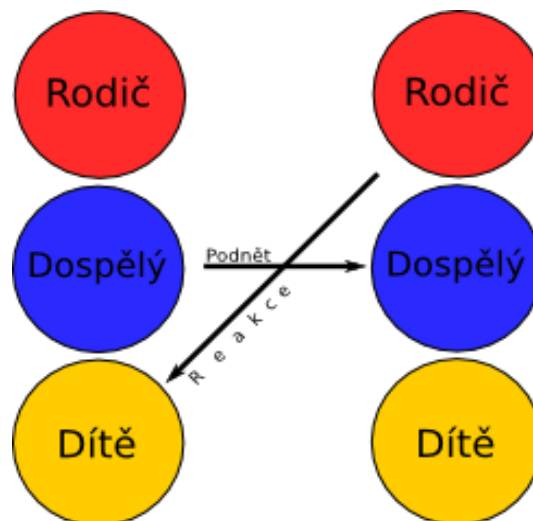
„Komunikace mezi rodičem a dítětem je jednou z nejbohatších a nejkompexnějších, neboť probíhá v několika rovinách.“ (Petitcollin, 2009, s. 9). O tom hovoří i transakční analýza od Erica Berneho. Berne (1992, s. 22–26) popisuje tři základní komunikační a osobnostní roviny: Rodič, Dospělý, Dítě. Rovina Rodiče odráží komunikaci a chování rodičů. Je hodnotící, kritický, normativní, určuje, co je dobré a špatné. Rovina Dospělý usiluje o objektivní vnímání skutečnosti. Je věcný, klidný, sděluje fakta. Rovina Dítě představuje pozůstatky chování z dětství. Je emotivní, spontánní a aktivní.

Transakcí se rozumí základní jednotka komunikace. Jde o podnět a následnou reakci na něj druhou osobou. *„Nejjednodušší transakce jsou ty, při nichž jak podnět, tak i reakce vychází z Dospělého obou účastněných stran. Reakce je správná a očekávaná a probíhá v mezích zdravých lidských vztahů. Tato komunikace bude probíhat hladce tak dlouho, dokud transakce bude doplňkovou.“* (Berne, 1992, s. 28). Příkladem pro doplňkovou transakci v rodinné komunikaci může být situace, kdy se syn ptá matky: „Mami, nevíš, kde mám tu černou mikinu?“ Matka mu odpoví: „Ve skříni, v druhém šuplíku.“ V této komunikaci oba účastníci přijali svou roli a „jsou naladěni na stejnou frekvenci.“



Obrázek č. 1 Doplňkové transakce [Lhotka, Wikipedia]

Druhou variantou transakce je transakce křížová. Jedná se o transakci, kdy je oslovena jedna osobnostní rovina a odpověď přijde z druhé. To se může stát, když otázka směřuje od Dospělého k Dospělému, tzn. otázka má věcný charakter a druhý na ni reaguje afektovaně jako Dítě. To, co bylo smyslem podnětu, zůstává nevyřešeno a místo toho se rozvíjí konflikt. Příkladem může být otázka syna: „Mami, nevíš, kde mám tu černou mikinu?“ Odpověď matky: „Tam, kde sis ji nechal. Kdybys nebyl bordelář, tak to víš.“



Obrázek č. 2 Křížová transakce [Lhotka, Wikipedia]

Také kvůli zkřížení transakcí dochází v mezilidských vztazích, tedy i ve vztazích v rodině, k problémům. Optimálním řešením křížové transakce je navrácení se do roviny Dospělý - Dospělý, tedy snažit se o transakci doplňkovou. V tomto případě by mohla situace vypadat takto: Syn: „Mami, nevíš, kde mám tu černou mikinu?“ Matka: „Tam, kde sis ji nechal. Kdybys nebyl bordelář, tak to víš.“ Optimální odpověď syna by v tomto případě měla být: „To, že jsem bordelář, víme oba, ale teď s tím nic neudělám. Nevíš teda, kde by mohla být?“ Nicméně většinou spíše dojde k tomu, že se syn urazí: „Dyť já si můžu vzít úplně jinou mikinu“ nebo kriticky prohlásí: „No, ty zrovna taky nemáš vždycky naklizeno.“ A tak dochází k dalším konfliktům.

2.2 Konflikty mezi rodiči a dospívajícími

V kterékoli komunikaci je konflikt nevyhnutelným prvkem. O to více to platí v rodinné komunikaci, kde se rodiče setkávají se svými dětmi v každodenní vzájemné interakci. Pro dospívajícího je konflikt a polemika s rodiči důležitým nástrojem, jak si upevnit svou cenu a hodnotu svých slov. Dospívající se chce svým rodičům vyrovnat alespoň v komunikaci, což je pro rodiče těžko akceptovatelné, protože chtějí mít nad svými dětmi navrch a usměrňovat je. Adolescent je však málokdy ochoten se dohodnout.

Křivohlavý (2008, s. 82–83) ve své knize Konflikty mezi lidmi uvádí, že ochota spolupracovat ubývá u dětí tím více, čím více se dostávají do puberty. Mladí lidé jsou nejméně ochotni ke spolupráci a dohodě. Období dospívání je kritickým obdobím pro řešení mezilidských konfliktů. Určitá míra konfliktů v rodině je však pro dospívajícího pozitivní, a je dokonce žádoucí pro jeho zdravý rozvoj.

„Montemayor rozlišil oblasti, v nichž probíhá konflikt mezi rodiči a adolescenty:

- 1) oblečení, účes, make-up*
- 2) přítel, přítelkyně*
- 3) přátelé, kamarádi*
- 4) doba, po kterou můžou být venku*

5) *pomoc s domácími pracemi, popř. kolem domu*

6) *sexuální chování*

7) *požívání alkoholu, kouření a jiných návykových látek*

8) *peněžní prostředky*

9) *školní prospěch*

10) *vztahy s ostatními členy rodiny* “ (Montemayor in Ondráčková, 2010. s. 14).

Ke konfliktům v rodinné komunikaci, nejen z výše zmíněných důvodů, dochází především proto, že rodiče mají od svých dětí očekávání, která nekorespondují s tím, jak se dospívající ve skutečnosti chovají a co dělají. Adolescent si chce o svém životě rozhodovat sám, kdežto rodiče mají potřebu své dítě kontrolovat a usměrňovat. To, jaký účinek budou mít konflikty na rodinu, je různé. Jisté ale je, že pokud má dospívající se svými rodiči dobrý vztah a má pocit, že jeho názory jsou z jejich strany vyslyšeny, konflikty nemají takový dopad a vždy se pro ně může najít nějaké konstruktivní řešení.

2.3 Jak správně komunikovat?

Komunikace má v rodině nezastupitelnou funkci a problémy v ní mohou způsobit několik problémů v soužití rodiny. Na druhou stranu zdravá a uspokojivá komunikace dokáže spoustu problémů vyřešit a zlepšit vztahy nejen mezi členy rodiny. Proto je velmi důležité uvědomit si, jakou moc komunikace má a snažit se osvojit si základní pravidla pro správné komunikování.

Nejvýznamnějšími příčinami rodinných problémů jsou komunikační zlovyky. Mezi ně patří: skákání do řeči, nereagování na sdělení, neupřímnost, přehánění, čtení myšlenek, únik od tématu atd. Dalším aspektem problematických vztahů jsou nevyřešené problémy, které spolu však členové rodiny nemohou vyřešit, protože spolu dostatečně nekomunikují. Vlivem životních událostí se mění možnosti komunikovat ve volném čase rodiny, přesto by se komunikace z rodinného života neměla vytratit úplně. Vztahy v rodině jsou však určeny pravidly, která úzce souvisí

s komunikací a říkají, jak se kdo má ke komu chovat. Úspěšná komunikace zkrátka musí být prováděna za určitých podmínek.

Jak uvádí Vybíral (2009, s. 227–230), ke zdravé komunikaci patří následující charakteristiky: bezprostřední reakce (neodkládání odpovědi), kognitivní přizpůsobení (přizpůsobení stanoviskům a slovníku toho, s kým komunikujeme), zájem o druhého (naslouchání, trpělivost, povzbuzování, přátelský pohled), reciprocita (vzájemnost a synchronie), humor (uvolnění atmosféry), nepoužívat příliš mnoho požadavků a kritiky, tolerance, empatie, vyjadřovat to, co si opravdu myslím atd.

Faber a Mazlish (2012, s. 14-86) ve své knize *Jak mluvit, aby nás teenageři poslouchali*, popisují návod k nápravě komunikace s dospívajícími. Mezi základní pravidla patří:

- 1) Vžití se do pocitů – místo zlehčování pocitů vcítění se do druhého, místo ignorování pocitů potvrdit pocity slovem nebo povzdechem, místo zahrnování vlastního mínění se snažit pochopit, jak vidí věc druhý
- 2) Stále se ujišťujeme – místo rozkazů popsat problém, říci, jak to já cítím, místo obviňování dát informace, nabídnout jinou možnost, místo zdlouhavé přednášky to říci jedním slovem
- 3) Potrestat, nebo netrestat – říci, jaké jsou pocity, uvést očekávání, ukázat, jak se to dá napravit
- 4) Společná práce – vyzvat teenagera, aby řekl, jak to vidí on, ukázat, jak to vidím já, popřemýšlet o věci společně, napsat návrhy, prohlédnout si návrhy a uvést je do praxe

Autorky v knize popisují několik návrhů na řešení sporných situací v rodině. Stěžejními pravidly zde jsou především: nedávat nepřiměřené tresty, ale vysvětlovat své pocity, snažit se vžít do pocitů teenagera a používat pochvalu. Vše má za cíl jediný, a to tolerovat a být k dospívajícímu empatický a zdvořilý.

Špaňhelová (2009, s. 9-18) také uvádí některé činitele pro úspěšnou komunikaci: klid (nepovídat si jen ve stresu), vzájemnost (rovná výměna rolí v komunikaci), konkrétnost (nemluvit v „oklikách“), sdělování pocitů, důraz na verbální i neverbální význam (aby prosté konstatování nevyznělo jako pokárání atd.), omluva, naslouchání aj. Špaňhelová také popisuje, že mnoho rodičů často používá

v komunikaci se svým dítětem jen neverbální projevy beze slov (zdvžený prst, zvednuté obočí...). Tím často dochází k tomu, že dítě rodiče špatně pochopí. V období dospívání také není v komunikaci vhodné používat hrozby a striktní zákazy. Pokud už dojde k něčemu takovému, měli by rodiče uvést důvody, které je k tomu vedly. Rodinná komunikace by ale v každém případě měla být otevřená a pravdivá. Hlavně v období puberty musí adolescent cítit, že mezi ním a rodiči panuje vzájemný respekt.

Také Rogers (1998, s. 117–141) nastiňuje tři podmínky vzájemných vztahů, které platí jak ve vztahu terapeuta s klientem, tak ve vztahu rodiče s dítětem. Jsou jimi:

1) Kongruence – ekvivalentem slova kongruence je opravdovost, reálnost, autenticita. Míjí se tím tedy schopnost být sám sebou, být přirozený. Rogers tím chtěl vyjádřit, že by terapeut či rodič měl být v komunikaci srozumitelný. Jeho vyjadřování by mělo být jasné a odpovídat jeho aktuálnímu naladění. Také by jeho neverbální vyjadřování mělo být ve shodě s verbálním projevem. Je důležité si uvědomit své vlastní pocity a myšlenky a umět je správně sdělit. Tím, že rodič dítěti sdělí svoje pocity a postoje a to i ty negativní, dojde ke sdílení pocitu oběma, i dítě začne být autentické a to pomůže k překonání bariér.

2) Akceptace – akceptaci Rogers chápe jako bezpodmínečné přijetí. Jde o připuštění si toho, že člověk je takový, jaký je, i s jeho aktuálními pocity. Akceptace znamená postoj, kdy se budu k druhému člověku chovat zcela otevřeně, vstřícně a přijímat ho bez výhrad, s úctou a respektem. Budu přijímat jeho rozpaky, odpor, strach i zlost. Nejde o to, aby rodič s dítětem ve všem souhlasil, ale jde o rodičův zájem bez podmínek a hodnocení. Tím, že bude rodič dospívajícího akceptovat, dává mu možnost být sám sebou a nemuset se přetvařovat.

3) Empatické porozumění – empatií je myšleno důsledné vcítění se do druhého. *„Prožívat stav empatie či být empatický, znamená vnímat vnitřní referenční rámec druhého člověka s přesností, emocionálními složkami a významy, které k němu patří, jako bych byl oním člověkem, avšak aniž bych kdy ztratil dimenzi „jako by“. Znamená to teď cítit bolest nebo radost druhého, jak ji cítí on, a vnímat jejich příčiny stejně, jako je vnímá on, avšak bez toho, že bych pozbýval vědomí toho, že je to jako bych já cítil bolest či radost a podobně.“* (Pavel blog [online], 2011) Jde tedy

o ochotu a snahu co nejpřesněji vnímat a pochopit to, co druhý člověk prožívá. Důležité je aktivně naslouchat, uvědomit si pocity, co druhý člověk prožívá a své porozumění mu sdělit.

Podmínkou je, že kongruence, akceptace i empatie musí být ve vzájemném vztahu. Pokud se tyto tři podmínky vzájemných vztahů pěstují v rodinách, pak to má zásadní dopad na soužití členů rodiny a na jejich komunikaci. Roste vzájemná důvěra, členové se berou takoví, jací jsou, nemusí se přetvařovat, jsou k sobě otevření a navzájem se podporují.

3 Období dospívání

Obdobím dospívání či adolescencí je nazýváno významné vývojové období v životě člověka. „*Název pochází z latinského slovesa „adolescere“, což znamená dorůstat, dospívat, mohutnět. V běžném životě se obvykle nepoužívá pojem adolescenti a adolescence, ale spíše pojem dospívání a dospívající nebo mládež.*“ (Macek, 2003, s. 9).

Období dospívání je jedním z nejsložitějších a zároveň nejdůležitějších stadií v životě člověka. Důvodem je fakt, že právě v tomto období dochází k mnoha změnám, kterými musí mladý člověk projít. Dochází k hledání vlastní identity, ujasňování si místa v životě, k vyznávání názorů a postojů jedince.

V odborné literatuře není období dospívání přesně a jednoznačně vymezeno. Například Langmeier, Krejčířová (2006, s. 142) vymezují tuto životní etapu, etapu adolescence, hranicemi 15-22 let. Ale u Hartla, Hartlové (2009) již můžeme najít odlišné vymezení období dospívání, a to u dívek od 12 do 18 let, u chlapců od 14 do 20 let. Vágnerová (2005, s. 367) rozděluje období dospívání na dvě fáze. Raná adolescence probíhá mezi 11. - 15. rokem. V tomto období se nejvíce projevují tělesné změny, změny ve způsobu myšlení, emočního prožívání i stoupajícího vlivu vrstevníků. Druhá fáze adolescentního období je mezi 15. - 20. rokem. Pro toto období je typické osamostatňování se od rodičů, partnerství a příprava na budoucí profesi. Tato bakalářská práce, především její praktická část, se bude, navzdory výše uvedeným poznatkům, zabývat respondenty ve věku 15-18 let.

Nejednoznačnost časového vymezení spočívá především v různosti nástupu znaků typických pro dospívání u každého jedince. Také míra uvědomění a sžití s těmito změnami probíhá u každého na jiné úrovni. Jde především o obrat v dosažení pohlavní zralosti, dozrávání rozumových schopností, vymezování společenské role, oddělování od primární rodiny nebo ujasňování si hodnot. Mění se vztahy nejen k vrstevníkům, ale i k rodičům a jiným autoritám.

„Léta dospívání jsou přechodnou fází života, která spojuje dětství a dospělost. Jsou plná emocionální nestálosti, protože se v tomto období odehrává tolik změn.“ (Townsend, 2009, s. 67). Jak je již i výše naznačeno, těmito změnami se rozumí

přeměny tělesné, sociální i psychické. Některé obraty jsou jedinci přijímány s radostí, jiné už nikoliv. Není tedy divu, že v tomto období prožívá člověk neustálý zmatek a stres, a to bývá spojováno s osobními krizemi, výbuchy a konflikty. Je důležité si uvědomit, že dospívání je pro mladého člověka velmi náročné. Jsou na něho najednou kladeny mnohem vyšší nároky než dříve, a to nejen ve škole, ale i ze strany rodičů a obecně celou společností. Zkrátka je od něho očekáváno chování jako od dospělého člověka, zejména se předpokládá, že dospívající budou odpovídat a přebírat závazky za své činy, čehož někteří dospívající nejsou schopni, nebo nechtějí být schopni. I proto toto chování často vede ke konfliktním situacím nejen v rodině.

3.1 Tělesné změny

V období adolescence se z dítěte stává dospělý člověk. I jeho organismus tedy musí projít několika změnami. „*Fyzický růst je v tomto období velmi rychlý a hormonální změny jsou větší než v kterémkoliv jiném věku.*“ (Fenwick, Smith, 1994, s. 8). Tyto tělesné změny jsou nedílnou součástí budování vlastní identity. Bývají obvykle velmi citlivě prožívány a dospívající je hodnotí značně subjektivně. Adolescent může být na své tělo pyšný, nebo se za něj může naopak stydět. Záleží na mnoha okolnostech, především na tom, jestli změny nejsou příliš předčasné, na míře výskytu těchto změn, ale také na vnímání okolí. V tomto období člověk velmi nelibě nese jakékoliv nevhodné poznámky na svůj vzhled. Zejména by si však v tomto období měli rodiče dávat větší pozor na formulaci vět ohledně vzhledu svého dítěte.

V období dospívání můžeme kromě růstu postavy pozorovat i přeměnu proporcí těla - u dívek především v bocích, u chlapců v ramenou. Dochází k dozrávání pohlavních orgánů, to oznamuje první menstruace u dívek a poluce u chlapců. U chlapců dochází také ke změně hlasu. Dospívající mají také problémy s pletí a ukládáním tuku na těle. Posledně jmenovaný problém se projevuje ve větší míře u dívek, což je také důvod, proč chlapci nesou nástup změn většinou pozitivněji než dívky. Na rozdíl od dívek totiž dříve vyvinutější chlapci bývají mezi vrstevníky populárnější, kdežto dívky se často stávají terčem posměchu.

3.2 Psychické změny a způsob komunikace v dospívání

K výrazným změnám dochází také v psychické oblasti. O adolescenci se mluví jako o období bouří a konfliktů. Vše souvisí s hormonálními změnami, se zvýšenou potřebou sebereflexe, egocentričností a sebehodnocením. Toto období je také charakteristické velmi častým střídáním nálad a emoční nevyrovnaností. K výkyvům nálad dochází velmi často bez vysvětlitelného důvodu. Pro mnoho dospělých je chování dospívajících nepochopitelné a nepřiměřené. *„Dospělí mají pocit, že jejich děti jsou rozmazlené, že se nedovedou chovat a obtěžují okolí svými nesmyslnými rozmary. V tomto názoru je podporuje fakt, že k mrzuté a podrážděné náladě nemají žádný objektivně akceptovatelný důvod.“* (Vágnerová, 2005, s. 341). Pro rodiče je také velmi těžké, že si s nimi dospívající nechce povídat o svých pocitech. Pro adolescenta je naopak velmi obtížné vyrovnat se se změnami, kterému se mu dějí, tyto změny poté charakterizovat a také se obává možného posměchu za projevení svých citů.

Dospívající se snaží hledat si své místo ve světě, který je ale jiný, než si představovali, což často vede k depresivním náladám. Jeho tělo i mysl mu najednou přijdou cizí a není jednoduché si na tyto pocity zvyknout a přijmout je. Proto adolescenti často upadají do denního snění, protože přemýšlejí, co se s nimi děje a jak je vnímá okolí. Říčan (2006, s. 210) dále zmiňuje, že se dospívající začíná zamýšlet nad nejrůznějšími hodnotami v lidském životě, ale především se kriticky zamýšlí nad smyslem těchto hodnot.

„Dospívající dokáže připouštět variabilitu různých možností a posuzuje problémy z více hledisek. Má schopnost oddělit lež od pravdy, porovnat vlastní předpoklad se skutečností a tím roste kapacita jeho schopností zabývat se sám sebou i okolním světem.“ (Šimíčková - Čížková, 2008, s. 115). V období adolescence se také mladý člověk obvykle poprvé snaží prosazovat své názory a postoje i vůči dospělým autoritám. Míra prosazení a přijetí těchto názorů autoritami pak často utváří sebehodnocení a pojetí mladého člověka.

V období dospívání se také mění komunikační styl jedinců. Ten už se začíná podobat tomu, na co jsou zvyklí dospělí. Adolescent dokáže vyjádřit svůj názor, položit otázku i požádat druhého člověka o pomoc. Postupně se rozšiřuje slovní zásoba, stavba vět i celková výrazová schopnost. *„Převážně u starších adolescentů*

pak komunikaci velmi výrazně ovlivňuje vykání, které slouží jako symbolické potvrzení změny sociálního postavení dospívajících, kteří již nejsou považováni za děti. Sami adolescenti touží po tom, aby mohli dospělým tykat a dokázat tímto způsobem svou rovnocennost.“ (Vágnerová, 2005, s. 445).

4 Mezilidské vztahy v období dospívání

Každý z nás žije v určitém sociálním prostředí, ve kterém jsme v neustálé interakci s jinými lidmi, kteří nás ovlivňují. Právě v průběhu dospívání je navazování a upevňování vztahů velmi důležité a intenzivní. Adolescent hledá sám sebe, své místo ve společnosti i mezi vrstevníky. Tím, že se dospívajícím začíná měnit žebříček hodnot, mění se jejich postoje a i mezilidské vztahy dostávají jiné podoby a dosahují jiných rozměrů. V tomto citlivém období jsou však častým znakem mezilidských vztahů i nedorozumění a střety vedoucí ke krizím.

4.1 Vztahy s rodiči

Právě v období adolescence potřebují mladí lidé cítit pocit podpory více než kdy jindy. Přicházejí okamžiky, kdy potřebují pocítovat sounáležitost a zájem druhých. A zvláště rodina se v těchto situacích stává nezastupitelným prvkem. *„Dospívající potřebuje, aby mu rodiče důvěřovali a ponechávali mu svobodu, a pokud ho přece jen ještě nepovažují za rovnocenného partnera, aby mu alespoň dávali najevo respekt k jeho jedinečnosti, potřebám a zájmům.“* (Macek, Lacinová, 2006, s. 28).

Potřeba citové akceptace je v tomto období velmi důležitá. I přes tuto citovou potřebu rodičů však k dospívání neodmyslitelně patří i potřeba osamostatnění se. Dospívající potřebuje cítit volnost, možnost jít vlastní cestou. *„Potomek se snaží v dospívání vybudovat nezávislost na rodičích, chce se osamostatnit a touží být brán jako dospělý.“* (Farková, 2009, s. 41). S tím souvisí i fakt, že dospívající nemají rádi časté narušování své vlastní intimity a soukromí. Pro mnoho rodičů je však velmi těžké tyto potřeby svých dětí akceptovat či se dle nich řídit. *„Rodiče jsou často nepřipravení na náhlou změnu poslušného dítěte na někoho neposlušného, umíněného a neznámého, jehož způsob života se zdá být přímým opakem toho, co byl ještě v ne tak dávné minulosti, a jenž si přivlastňuje telefon, koupelnu a konverzaci.“* (Fenwick, Smith, 1994, s. 8).

Někteří rodiče mohou žít v potřebě své děti neustále ochraňovat, kontrolovat, omezovat, ukládat jim tresty a lpět na jejich poslušnosti. Adolescentova role je však s tímto v rozporu, chce to být on, kdo se bude rozhodovat, a kdo přijme či odmítne rodičovou starost. A tak se často dospívající začínají stranit autoritám a realizují se ve skupinkách vrstevníků.

Dospívající bývají v tomto období velmi kritičtí i k jednání dospělých a za jediný správný názor považují ten svůj. Jejich nadměrná přecitlivělost a vztahovačnost však často vede ke konfliktům s rodiči. *„Nekonečná polemika s názory dospělých, např. s rodiči, dospívajícího uspokojuje, protože potvrzuje hodnotu jeho vlastních schopností. Dohadování s autoritou a demonstrace jejího odmítání je typickým znakem dospívání. Tím, že dospělým dokáže oponovat, dosahuje potřebného pocitu jistoty.“* (Vágnerová, 2005, s. 346). Toto dohadování však rodiče berou jen jako snahu dospívajícího je naštvat. Aniž by se rodiče zamysleli nad výchovou či rodinným prostředím, připisují vinu automaticky dítěti. *„Přehnaná kritika adolescenta však většinou vede až k nepřiměřené reakci z jeho strany. Je to však jen obrana, která mu pomáhá udržet si sebejistotu a sebeúctu.“* (Vágnerová, 2005, s. 352).

I přes časté konflikty, které se v rodinách objevují, si dospívající svých rodičů zcela jistě váží. Dokážou ocenit zejména vlastnosti, které pro ně stále slouží jako zdroj jistoty a bezpečí. Mezi tyto vlastnosti patří především upřímnost, spolehlivost a jednoznačnost. *„Dospívající si cení, když dospělý dokáže přiznat svou chybu a jsou velice citliví na situace, kdy se někdo snaží zamaskovat svou nevědomost, nebo se nad ně povyšuje.“* (Vágnerová, 2005, s. 432). V tomto kritickém období je pro dospívajícího také velmi potřebná pochvala od rodičů, zvláště pak, když je jí dítěti projeven respekt a důvěra v jeho osobu. Je zřejmé, že pokud rodina funguje správně, není období dospívání jen negativní, ale nacházejí se v něm i okamžiky porozumění.

4.2 Vztahy s vrstevníky

Dospívající se více než doposud stává autorem svého života, tkví na své jedinečnosti. Současně mu však záleží na identifikaci s nějakou skupinou či komunitou svých vrstevníků, díky které se může odlišit od dospělých i dětí. To probíhá nejčastěji vytvářením zvláštních znaků, přijetím specifické subkultury,

odlišným vyjadřováním, oblékáním či jakoukoliv jinou úpravou svého vzhledu. Tyto znaky jsou většinou společnými znaky vrstevnické skupiny, do které jedinec patří. Vliv vrstevníků v tomto období je obrovský. Vágnerová (2005, s. 423) vidí význam vrstevníků nejen ve zvyšování sebevědomí jedince, ale také v tom, že slouží jako prostředek k odpoutání se od vlivu rodiny, a jako opora při vytváření vlastní identity. Adolescent často potřebuje získat podporu pro své chování a jednání, potřebuje být akceptován, což se velmi často neslučuje s jeho podřízeným postavením v rodině a s představami rodičů, a tudíž je přesvědčen, že uspěje jen v okruhu stejně starých lidí.

Délka času strávená s rodiči se zkracuje, naopak s vrstevníky se značně prodlužuje. Adolescent si dokáže hodiny povídat s kamarády o svých pocitech, zážitcích a názorech. Tato komunikace umožňuje dospívajícímu řešit různé problémy, které se často týkají vztahů, a zároveň mu pomáhá v rozvoji komunikačních schopností.

Vágnerová (2005, s. 430) poznamenává, že v období dospívání jsou také typické nekonečné telefonické rozhovory, respektive posílání SMS zpráv. Jejich smyslem ale obvykle není řešení nějakého konkrétního problému či sdělení, ale spíše jde o potvrzení existujícího vztahu, kde není až tak důležitý obsah sdělení, ale frekvence kontaktu. Dospívající mají velkou oblibu i v komunikaci pomocí sociálních sítí, kde se mohou projevat volně podle svého přání. Dospělí však tuto aktivitu považují za nesmyslnou a snaží se ji alespoň redukovat. O to více se pak dospívající snaží komunikovat s vrstevníky, u kterých má v této oblasti oporu.

V partě se jedinci často nechávají snadno ovlivnit druhými, osvojují si názory navzájem a snaží se co nejvíce tyto názory prosadit. Při tom však může docházet k různým experimentům či antisociálnímu chování, protože dospívající neznají své hranice. Je však důležité si uvědomit, že se jedná pouze o přechodné období. *„Ke konci adolescence se jedinec odpoutává ze závislosti na vrstevnické skupině. Zmizí nekritický obdiv k ostatním členům, spoléhá se více na svůj názor a dokáže projevit svůj nesouhlas i s ostatními vrstevníky.“* (Vágnerová, 2005, s. 423).

4.3 Partnerské vztahy

Přestože se dospívající identifikují převážně s vrstevníky, velký vliv pro ně mají i vztahy partnerské, které mnohdy mají dominantnější postavení, a tak převyšují nejen vztah s vrstevníky, ale i rodiči. Na rozdíl od vztahů přátelských však bývají tyto vztahy krátkodobé a pomíjivé, za to však intenzivnější. Větší vážnosti dosahují zpravidla až ke konci období dospívání, kdy se do rovnováhy dostává nejen sexuální a citová přitažlivost, ale i psychická vyspělost.

Často však v tomto období dochází k rozpadům vztahů a opakovaným pokusům o jeho znovunavázání. Tyto většinou neúspěšné pokusy mohou u některých jedinců vést k pocitům zklamání, až depresím. Pro dospívajícího se pocity, které prožívají ohledně citového zklamání, stávají „středobodem vesmíru“ a vyrovnání se s nimi je pro něho velmi obtížné a mučivé, což může vést až k myšlenkám na ublížení si. V takových případech je velmi důležité, aby měl adolescent okolo sebe někoho, kdo bude naslouchat jeho pocitům a kdo mu alespoň částečně dokáže vynahradiť city, které mu ztrátou vztahu chybějí.

5 Výzkumné šetření

5.1 Cíl výzkumné části

Cílem výzkumné části této práce je zjistit stav subjektivního vnímání dospívajících na kvalitu komunikace s jejich rodiči a odhalit případné poruchy v komunikaci v rodinách. Na základě hypotéz je cílem zjistit, zda dospívajícím vyhovuje četnost komunikace s jejich rodiči, zda se děvčata raději svěřují se svými problémy matce než otci, nebo jestli je rozdíl mezi vztahem rodiče a dítěte z úplné rodiny a dítěte, které žije jen s jedním rodičem.

Výzkum je zaměřen na dospívající, v tomto případě osoby ve věku 15-18 let. Cílovou skupinou proto byli zvoleni středoškoláci z okresu Jičín. Pro tento kvantitativní výzkum jsem zvolila záměrný výběr na základě dostupnosti v populaci 15–18 let. Z původních 120 oslovených osob odevzdalo platně vyplněné dotazníky 103 respondentů. Návratnost tedy byla 86 %.

5.2 Výzkumné otázky a stanovení hypotéz

Pro zpracování výzkumu byly vytvořeny výzkumné otázky, které posléze vyústily do otázek dotazníku. Výzkumnými otázkami tedy jsou:

Výzkumná otázka 1: Jaký pohled mají dospívající na komunikaci s rodiči?

Výzkumná otázka 2: Komunikují rodiče s dětmi dostatečně?

Výzkumná otázka 3: Snaží se rodiče své ratolesti pochopit a podpořit?

Výzkumná otázka 4: Svěřují se dospívající svým rodičům se všemi radostmi i starostmi?

Výzkumná otázka 5: Je nějaká odlišnost mezi komunikací rodiče a dítěte, které žije jen s jedním rodičem a dítětem z úplné rodiny?

Výzkumná otázka 6: Má dcera bližší vztah s matkou a syn s otcem?

K dosažení stanovených cílů byly vytyčeny tři hypotézy. Hypotézy jsem stanovila na základě prostudované odborné literatury i na základě výzkumů,

zabývajících se touto problematikou, které jsou dostupné na webových stránkách nebo v kvalifikačních pracích.

Hypotéza 1: Předpokládám, že více než polovina oslovených respondentů vnímá četnost komunikace s rodiči jako dostačující.

Při konstrukci této hypotézy jsem vycházela z poznatků z odborné literatury, že v období dospívání značně roste četnost komunikace především s vrstevníky, naopak s rodiči se doba strávená komunikací zkracuje. Proto předpokládám, že dospívajícím četnost komunikace s rodiči vyhovuje.

Hypotéza 2: Předpokládám, že se dospívající se svými problémy svěřují rodičům stejného pohlaví.

Tento předpoklad jsem stanovila na základě odborné literatury, která zcela jasně potvrzuje, že dívky se raději svěřují matkám než otcům. Předpokládám ale, že chlapci se raději budou s problémy svěřovat otcům. Je to pro dospívajícího přirozenější a otcové spíše než matky porozumí problémům dospívajících chlapců.

Hypotéza 3: Předpokládám, že více než polovina dospívajících respondentů žijících v úplné rodině, subjektivně označuje své vztahy s rodiči jako kamarádké a normální.

Tento předpoklad jsem stanovila na základě odborné literatury, která zcela jasně potvrzuje, že dospívající potřebuje oba rodičovské vzory a dobré vztahy s nimi jsou v tomto období pro mladého člověka velmi důležité. Dále si uvědomuji značnou problémovost pojmu „normální vztah“. V tomto případě respondent definuje normalitu sám svým subjektivním vnímáním.

Hypotéza 4: Předpokládám, že si více než polovina dospívajících uvědomuje, že se jim jejich rodiče snaží pomoci a porozumět.

Při konstrukci této hypotézy jsem vycházela z poznatků z odborné literatury, ze kterých je zřejmé, že rodiče mají problém akceptovat některé názory a pocity svých dospívajících dětí, ale přesto si uvědomují, že k dobré komunikaci a vztahům v rodině je třeba aktivního naslouchání a porozumění.

5.3 Výzkumná metoda

Výzkum byl realizován formou kvantitativního dotazníkového šetření, které patří k nejpoužívanějším metodám. Technika dotazníku byla použita z důvodu potřeby většího počtu respondentů. Dotazník vlastní konstrukce byl sestaven z uzavřených, polozavřených i otevřených otázek v celkovém počtu 12. Gavora (2009, s. 99–107) uvádí, že uzavřené otázky jsou takové, kde se dává respondentům na výběr z již vytvořených odpovědí. Na otevřené otázky může respondent odpovídat volně. Polozavřené otázky kombinují dva předchozí typy, polozavřená otázka vznikne přidáním varianty „jiné“ do otázky uzavřené. V dotazníku jsou uzavřenými otázkami položky 1, 2 a 10. Polozavřenými otázkami jsou položky 3-9 a 11. Otevřenou otázkou je pouze položka 12.

Na rozdíl od rozhovoru v dotazníkovém šetření nedochází k přímému kontaktu respondenta a výzkumníka. Z tohoto důvodu není možné použít doptávající se otázky na upřesnění odpovědi respondenta. Je zřejmé, že respondent nerad odpovídá na otázky intimního charakteru. Proto je důležité, aby byl dotazník anonymní a bylo určeno, k jakému účelu budou výsledky dotazníku použity.

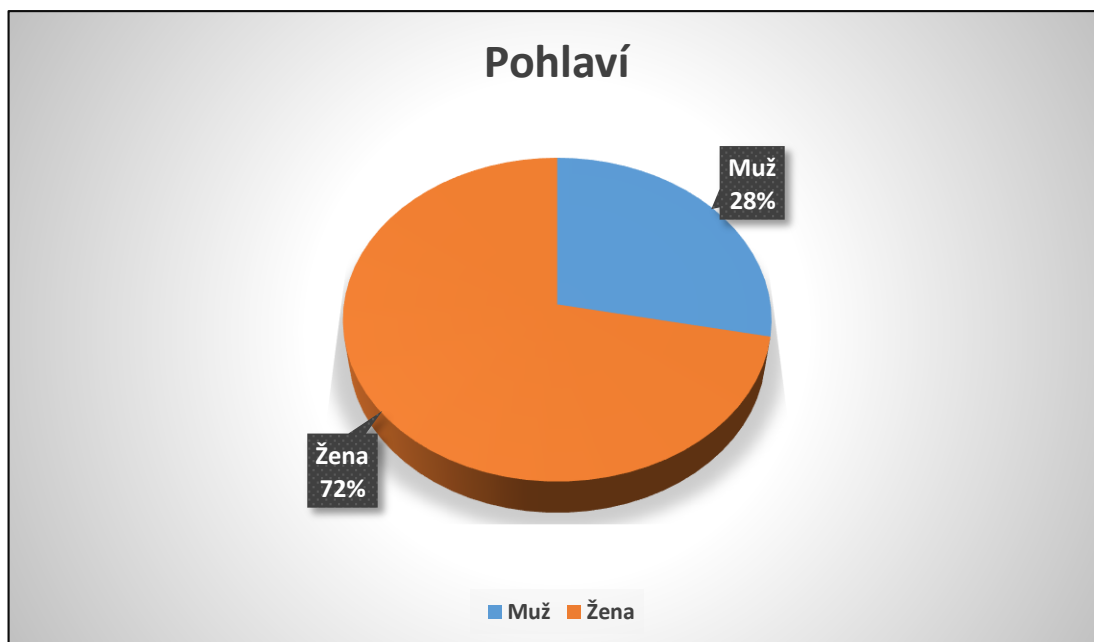
Dotazníkové šetření bylo prováděno od ledna do března roku 2016. Respondenty byli dospívající ve věku 15-18 let. Dotazníkové šetření bylo prováděno na třech středních školách. Výzkumu se účastnili studenti Gymnázia, SOŠ, SOU a VOŠ, Hořice, soukromého Hořického gymnázia a VOŠ a SOŠ Nový Bydžov. Za asistence třídních učitelů jednotlivých tříd, případně ředitelů škol, jsem měla možnost studenty seznámit s obsahem dotazníků a vysvětlit jim postup vyplňování. Dotazníky vyplňovali dospívající v malých skupinách, maximálně po deseti lidech. Tento postup jsem zvolila, aby byla zaručena intimita a respondenti se nemohli navzájem ovlivňovat.

Výsledky vycházející z dotazníku byly vyhodnocovány procentuálně, graficky a slovně. V příloze je na ukázkou vloženo celé znění dotazníku.

5.4 Výsledky výzkumného šetření

Otázka č. 1: Pohlaví respondentů

Graf č. 1



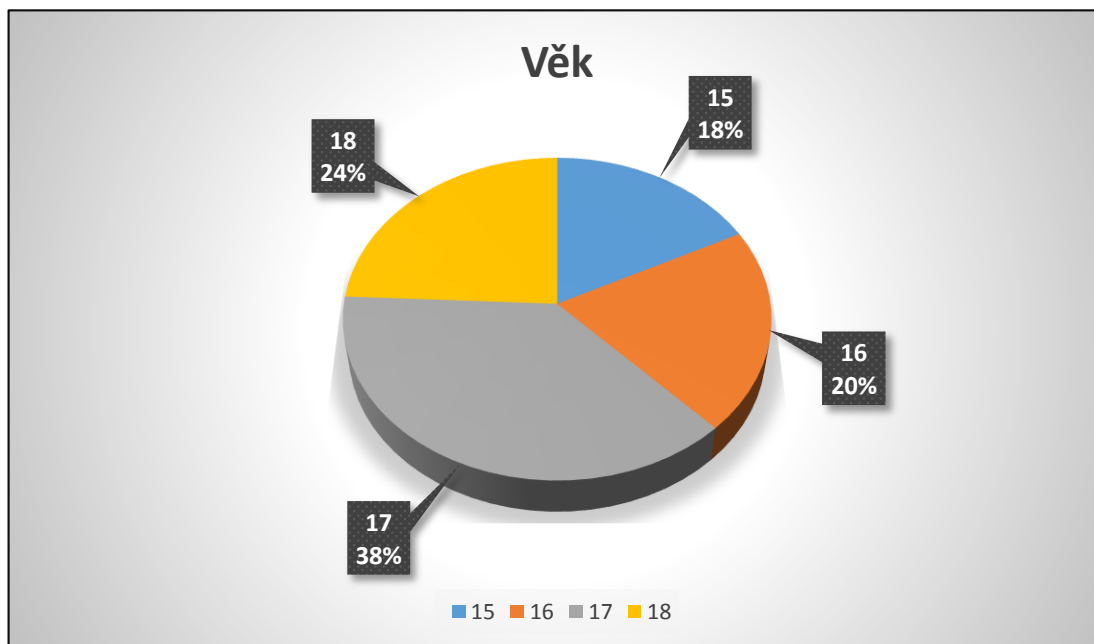
Z celkového počtu 103 respondentů se výzkumu zúčastnilo 74 žen (72 %) a 29 mužů (28 %).

Otázka č. 2: Věk respondentů

Tabulka č. 1

	<u>15 let</u>	<u>16 let</u>	<u>17 let</u>	<u>18 let</u>
<u>Žena</u>	13	14	30	17
<u>Muž</u>	5	7	9	8

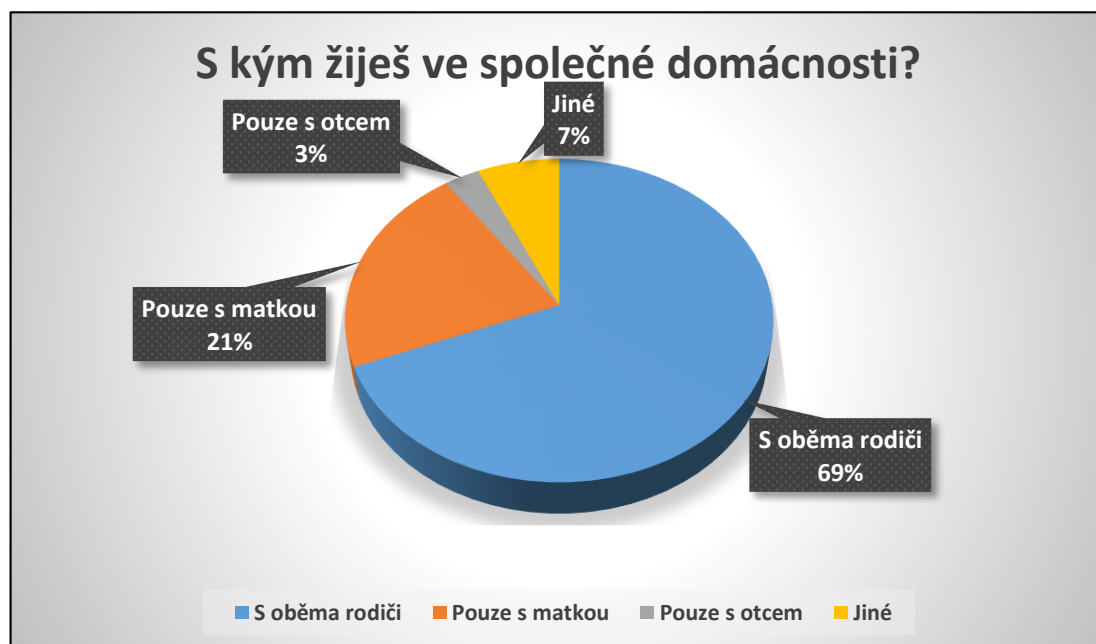
Graf č. 2



Věk respondentů pokrýl celé rozmezí, tedy 15-18 let. Z celkového počtu 103 dospívajících se výzkumu zúčastnilo 13 dívek a 5 chlapců ve věku 15 let (18 %). Ve věku 16 let odpovědělo 14 dívek a 7 chlapců (20 %). 30 dívek a 9 chlapců bylo ve věku 17 let (38 %). A ve věku 18 let se výzkumu zúčastnilo 17 dívek a 8 chlapců (24 %).

Otázka č. 3: S kým žiješ ve společné domácnosti?

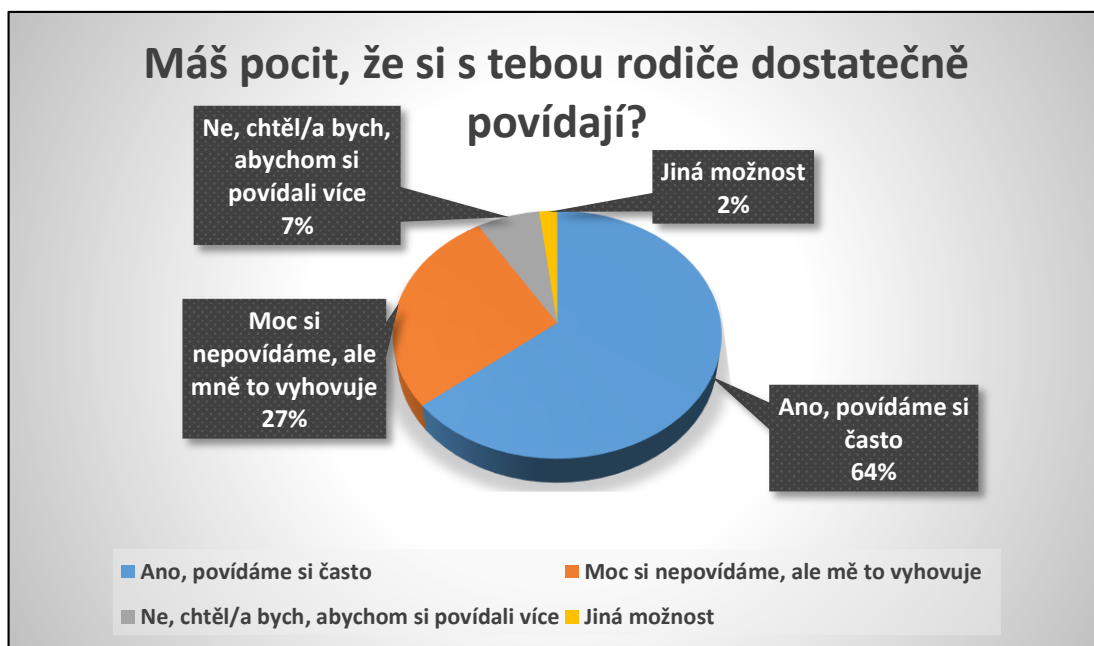
Graf č. 3



Z uvedených odpovědí vyplývá, že většina dotazovaných, tj. 71 (69 %) respondentů, žije ve společné domácnosti s oběma rodiči. Pouze s matkou žije 22 (21 %) dotazovaných. Nejmenší část dotazovaných, tj. 3 (3 %) respondenti, uvedli, že žijí ve společné domácnosti pouze s otcem. Sedm respondentů také uvedlo svou vlastní slovní odpověď. Čtyři z nich odpověděli, že žijí ve střídavé péči, jedna dívka uvedla, že žije s přítelem. Jeden dotazovaný uvedl, že žije s prarodiči a jedna dívka odpověděla, že žije ve společné domácnosti se svou sestrou a jejím manželem.

Otázka č. 4: Máš pocit, že si s tebou rodiče dostatečně povídají?

Graf č. 4



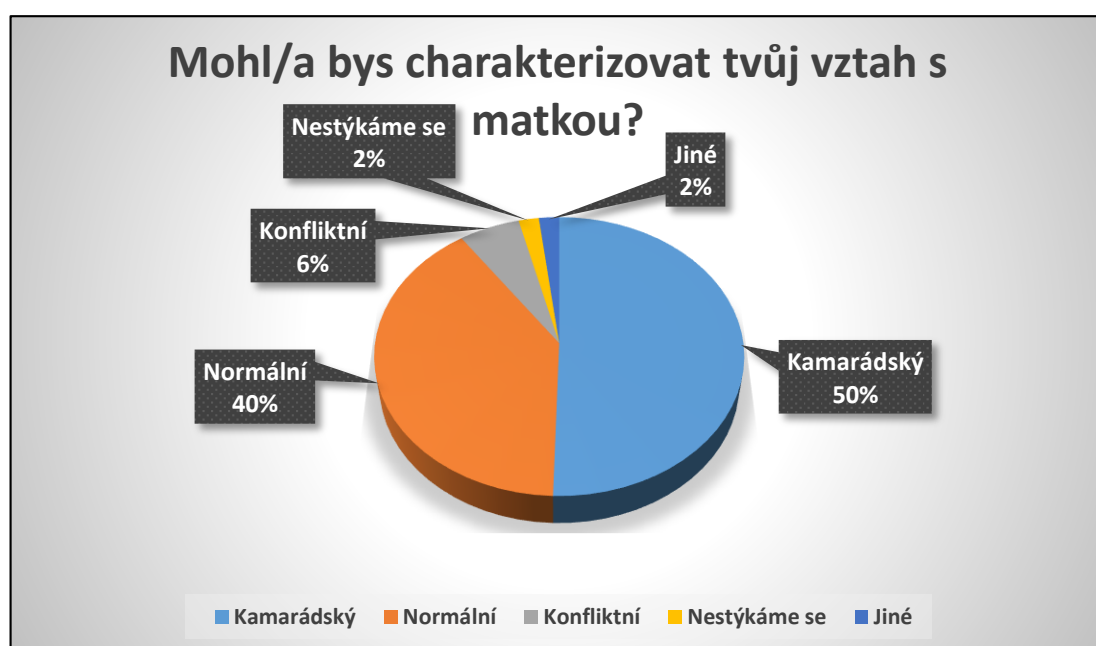
Z uvedených odpovědí vyplývá, že většina dospívajících je spokojena s četností komunikace se svými rodiči. 66 (64 %) dotazovaných odpovědělo, že si se svými rodiči povídají často. 28 (27 %) dotazovaných uvedlo, že si s rodiči příliš nepovídají, ale tato četnost komunikace jim spíše vyhovuje. Můžeme tedy říci, že dohromady 91 % všech dotazovaných je spokojených s četností komunikace v rodině. Pouze 7 dotazovaných (7 %) uvedlo, že jim četnost komunikace s rodiči nevyhovuje a byli by rádi, kdyby si mohli s rodiči povídat více. Dva respondenti také využili možnosti uvést svou vlastní odpověď. Jedna dívka odpověděla, že se s rodiči příliš nestýká a tak jejich komunikace probíhá pouze prostřednictvím mobilního telefonu. Druhá dívka uvedla, že si s rodiči příliš nepovídá, ale když má nějaký problém, čas si na ni udělají.

Otázka č. 5: Mohl/a bys charakterizovat tvůj vztah s matkou?

Tabulka č. 2

	<u>Kamarádský</u>	<u>Normální</u>	<u>Konfliktní</u>	<u>Nestýkáme se</u>	<u>Jiné</u>
<u>Žena</u>	43	24	4	1	2
<u>Muž</u>	9	17	2	1	0

Graf č. 5



Z odpovědí respondentů vyplývá, že dívky více než chlapci charakterizují vztah s matkou jako kamarádský, takto odpovědělo 43 (58 %) dívek a pouze 9 (31 %) chlapců, dohromady takto tedy odpovědělo 52 (50 %) respondentů. Jako „normální“ charakterizuje vztah s matkou 24 (32 %) dívek a 17 (59 %) chlapců, dohromady tedy 41 (40 %) všech dotazovaných. Konfliktní vztah s matkou mají dívky ve 4 případech (5 %), chlapci tuto odpověď uvedli ve 2 (7 %) případech. Dohromady tedy 6 (6 %) dotazovaných hodnotí svůj vztah s matkou jako konfliktní. Pouze jedna dívka a jeden chlapec z celého vzorku respondentů uvedli, že se nestýkají s matkou. Dvě dívky také uvedly svou vlastní odpověď. Jedna z nich

uvedla, že její matka zemřela. Druhá dívka uvedla, že vztah s matkou mají „úplně úžasný“.

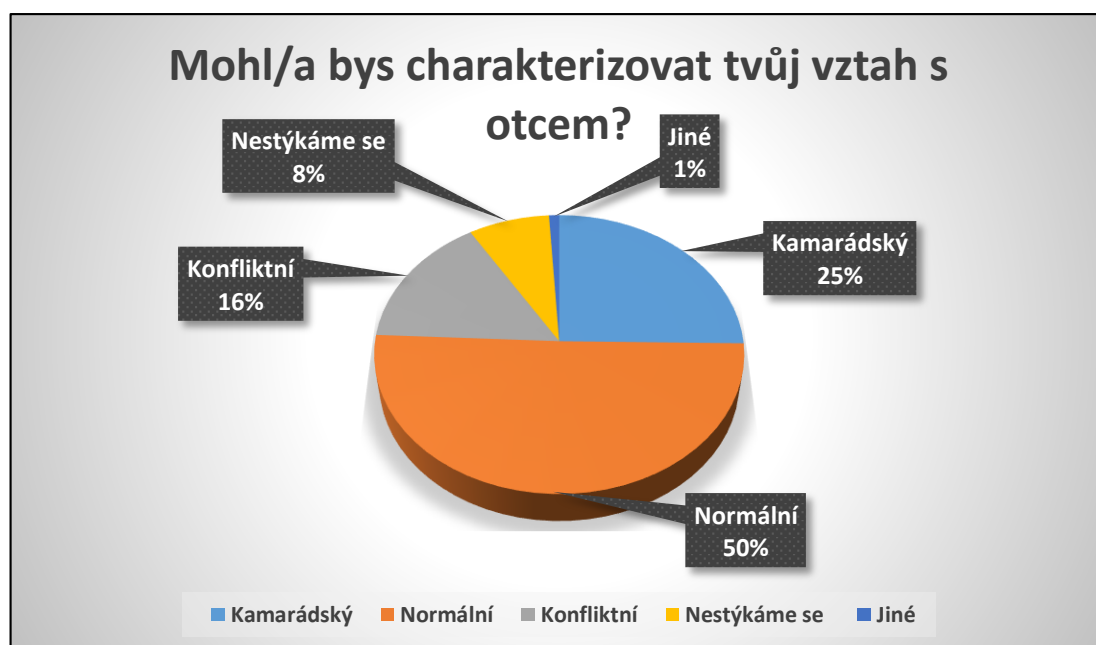
Z 52 (50 %) respondentů, kteří uvedli, že mají s matkou kamarádský vztah, bylo 35 (49 %) respondentů z úplné rodiny. Jako normální svůj vztah s matkou charakterizovalo 41 (40 %) respondentů, z toho 31 (44 %) z nich bylo z úplné rodiny.

Otázka č. 6: Mohl/a bys charakterizovat tvůj vztah s otcem?

Tabulka č. 3

	<u>Kamarádský</u>	<u>Normální</u>	<u>Konfliktní</u>	<u>Nestýkáme se</u>	<u>Jiné</u>
<u>Žena</u>	<u>19</u>	<u>39</u>	<u>11</u>	<u>4</u>	<u>1</u>
<u>Muž</u>	<u>7</u>	<u>13</u>	<u>5</u>	<u>4</u>	<u>0</u>

Graf č. 6



Z odpovědí respondentů vyplývá, že dívky, na rozdíl od vztahu s matkou, mnohem méně charakterizují svůj vztah s otcem jako kamarádský. Takto odpovědělo 19 (26 %) dívek a 7 (24 %) chlapců. Dohromady tedy tuto odpověď uvedlo 26 (25

%) dotazovaných, z toho 14 (20 %) bylo z úplné rodiny. Jako „normální“ charakterizuje svůj vztah s otcem 39 (53 %) dívek a 13 (45 %) chlapců. Z celkového počtu 52 (50 %) respondentů, kteří tuto odpověď uvedli, jich bylo 37 (52 %) z úplné rodiny. Konfliktní vztah s otcem mají dívky, a to v 11 (15 %) případech, chlapci takto odpověděli v 5 (17 %) případech. Dohromady tedy 16 (16 %) dotazovaných hodnotí svůj vztah s otcem jako konfliktní. Čtyři dívky (5 %) a čtyři chlapci (14 %), dohromady tedy 8 (8 %) respondentů z celého výzkumného vzorku uvedlo, že se nestýká s otcem. Jedna dívka také uvedla svou vlastní odpověď, a to, že její otec zemřel.

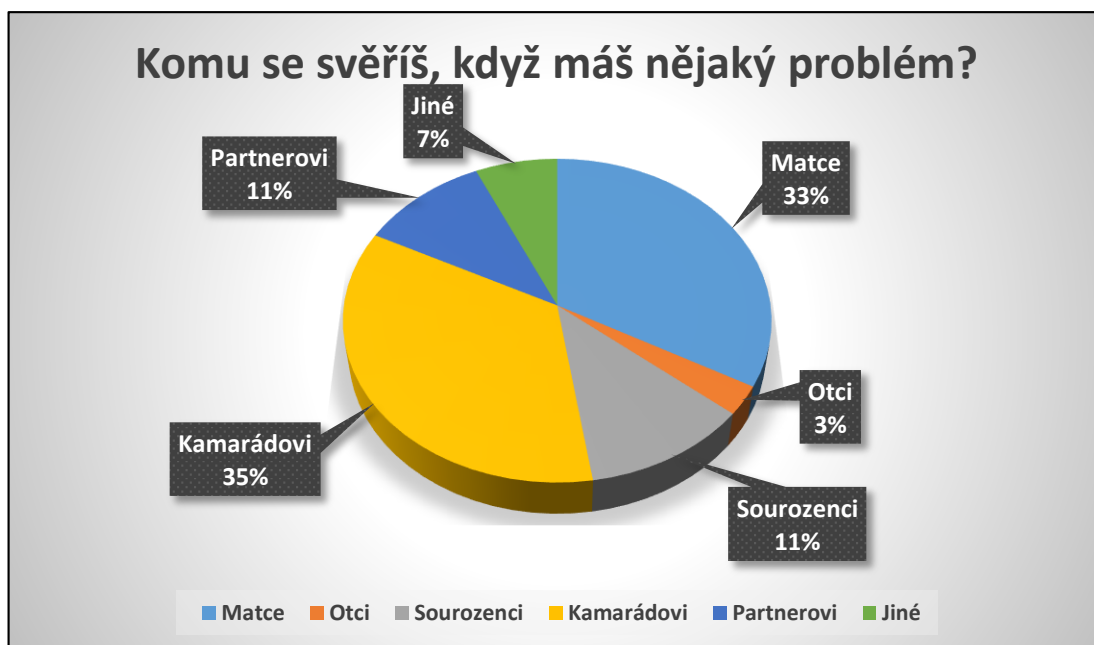
Porovnáním odpovědí na předcházející otázku, kdy dospívající hodnotili vztah s matkou, vyplývá, že u charakteristiky vztahu s otcem přibylo odpovědí, že se adolescenti nestýkají s otcem. Také je vyhodnocením jasné, že naopak počet dospívajících, kteří hodnotí svůj vztah s otcem jako kamarádský, výrazně poklesl. Kamarádský vztah s matkou má 52 (50 %) respondentů, kdežto kamarádský vztah s otcem má jen 26 (25 %) dospívajících. Naopak stoupl počet respondentů, kteří uvedli svůj vztah s otcem jako konfliktní. Konfliktní vztah s matkou má pouze 6 (6 %) respondentů. Kdežto ve vztahu s otcem tuto odpověď uvedlo 16 (16 %) respondentů.

Z uvedených odpovědí také vyplývá, že možnost kamarádského nebo normálního vztahu se svou matkou si vybralo 66 (93 %) respondentů z úplných rodin. Svůj vztah s otcem takto označilo 51 (72 %) respondentů z úplných rodin. V průměru tedy takto odpovědělo 83 % dotazovaných z úplných rodin.

Otázka č. 7: Komu se raději svěříš, když máš nějaký problém a proč?

Tabulka č. 4

	<u>Matce</u>	<u>Otci</u>	<u>Sourozenci</u>	<u>Kamarádovi</u>	<u>Partnerovi</u>	<u>Jiné</u>
<u>Žena</u>	27	2	9	25	8	3
<u>Muž</u>	7	1	3	11	3	4



Vyhodnocením odpovědí této otázky bylo zjištěno, že dospívající nejčastěji probírají své problémy s matkou a se svým kamarádem. 27 (37 %) dívek a 7 (24 %) chlapců se nejraději svěruje matce. Dohromady tedy tuto odpověď zvolilo 34 (33 %) respondentů. Jako důvod k této odpovědi dospívající nejčastěji uváděli, že matka má více zkušeností, je chápavá a hodná. Častou odpovědí také bylo, že si matka ví vždy rady, ochotně pokaždé vyslechne a pomůže. Otci se svěruje podstatně méně respondentů, tuto odpověď si vybrali pouze 2 (3 %) dívky a 1 (3 %) chlapec, dohromady takto odpověděli 3 (3 %) respondenti. Tuto svou odpověď dospívající odůvodnili tím, že je otec dobře zná a navzájem si můžou věřit. Sourozenci se nejraději svěruje 9 (12 %) dívek a 3 (10 %) chlapci. Tuto odpověď zvolilo tedy 12 (11 %) respondentů, podle nich mají totiž jejich sourozenci podobné problémy a názory, dobře se navzájem znají, snaží se vždy pomoci a jsou citlivější než rodiče. Nejčastější odpovědí však bylo, že se dospívající nejraději svěrují svým kamarádům / kamarádkám. Tuto odpověď zvolilo 25 (34 %) dívek a 11 (38 %) chlapců. Tedy 36 (35 %) dospívajících si vybralo tuto odpověď, a to proto, že s kamarády mohou mluvit o všem, kamarádi jim na rozdíl od rodičů nevynadají a pochopí je. Kamarádům dospívající více věří a navzájem si výborně rozumí, i proto, že k sobě mají věkově blíže. Partnerovi se svěruje 8 (11 %) dívek a 3 (10 %) chlapci, dohromady tedy 11 (11 %) respondentů. Dotazovaní tuto odpověď vybrali proto, že

jim partner/ka rozumí, snaží se je pochopit, nevynadá jim a navzájem si mohou důvěřovat. 7 respondentů také uvedlo svou vlastní slovní odpověď. Respondenti se na otázku: Komu se svěříš, když máš nějaký problém, vyjádřili takto:

- Babičce, je více jako máma.
- Podle problému, pokaždé někomu jinému (tato varianta byla zvolena vícekrát).
- Svěřím se někomu, s kým nemám žádný vztah.
- Oběma rodičům, aby to věděli oba najednou.
- Psovi, protože toho tím nezatěžuji.

Otázka č. 8: Máš pocit, že se Ti rodiče snaží porozumět?

Graf č. 8



Z odpovědí respondentů vyplývá, že se rodiče snaží svým ratolestem porozumět a pochopit je. Takto odpovědělo 63 (61 %) dotazovaných. 33 (32 %) respondentů odpovědělo, že je rodiče vyslechnou, ale většinou jejich pocity a postoje stejně nepochopí. Pouze 4 (4 %) dospívající uvedli, že je rodiče nikdy nepochopí. 3 respondenti uvedli svou vlastní slovní odpověď, kdy odpověděli: „Máme rozdílné

názory, tak je normální, že mě nechápou.“ „Rodiče se ani nesnaží, aby mi porozuměli.“ „Bojí se o mě, a proto mé názory neschvalují.“

Otázka č. 9: Jak rodiče reagují, když za nimi přijdeš, že máš problém?

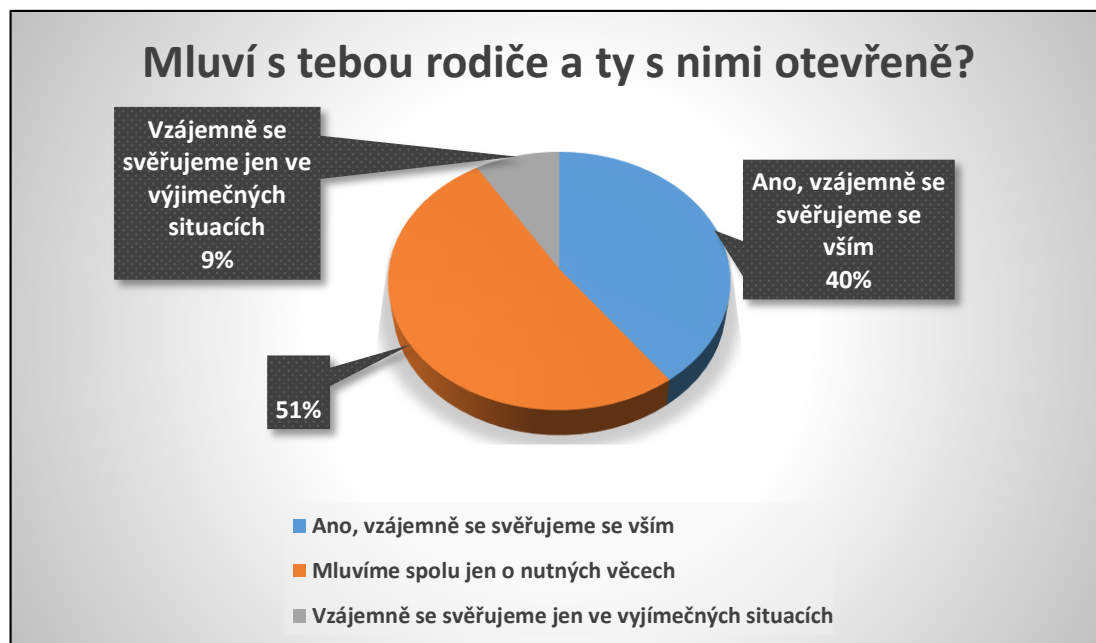
Graf č. 9



Z odpovědí respondentů vyplývá, že se většina rodičů snaží své dospívající děti vyslechnout a pomoci jim. Takto odpovědělo 68 (66 %) dospívajících. 31 (30 %) respondentů uvedlo, že je rodiče sice vyslechnou, ale poté jim začnou rozkazovat a poučovat je. Pouze 2 (2 %) dospívající uvedli, že na ně rodiče nemají čas nebo náladu. Dva dotazovaní také uvedli svou vlastní odpověď. Jeden chlapec odpověděl, že se mu rodiče vysmějí, když za nimi přijde s problémem. Druhý uvedl, že se rodičům se svými problémy nikdy nesvěřuje.

Otázka č. 10: Mluví s tebou rodiče a ty s nimi otevřeně?

Graf č. 10



Z odpovědí dospívajících vyplývá, že většina dospívajících mluví se svými rodiči jenom o běžných a nutných věcech. Takto odpovědělo 53 (51 %) respondentů. 41 (40 %) dotazovaných uvedlo, že se s rodiči navzájem svěřují téměř se vším. Pouze 9 (9 %) dospívajících uvedlo, že se rodičům svěřují jen ve výjimečných situacích.

Otázka č. 11: Je něco, o čem s rodiči nemluvíš?

Graf č. 11



Z uvedených odpovědí vyplývá, že nejvíce, tj. 43 (42 %) dospívajících občas něco svým rodičům zatají (špatnou známku, zkušenost s alkoholem, kouřením...). 33 (32 %) dospívajících uvedlo, že se snaží rodičům říkat vše, ale o něčem se jim mluví špatně (intimní věci). 22 (21 %) dotazovaných odpovědělo, že před rodiči nemá žádné tajemství. 5 (5 %) respondentů uvedlo, že jsou věci, které by nikdy rodičům neřekli. Jedna dívka odpověděla, že by rodičům neřekla, že už není panna. Podobnou odpověď zvolily další dvě dívky, ty odpověděly, že se s rodiči nikdy nebaví o sexu. Jeden chlapec odpověděl, že se s rodiči nebaví téměř o ničem. Podobně odpověděla i jedna dívka, která napsala, že se o žádných osobních věcech s rodiči nebaví.

Otázka č. 12: Je něco, co bys chtěl/a na komunikaci s rodiči zlepšit? A jak bys toho chtěl/a dosáhnout?

Na tuto otázku se měli dospívající volně vyjádřit, volný prostor však u některých respondentů zůstal bez vyjádření. Níže uvádím několik odpovědí a postřehů:

- Vše je v pořádku, nic bych neměnil/a (tuto odpověď uvedla většina respondentů – 52 (50 %))
- Chtěl/a bych toho hodně změnit, ale nevím jak (tuto odpověď uvedli 4 respondenti)
- Chtěl/a bych s nimi trávit více času, jezdit na výlety nebo společně večeret (tuto odpověď uvedli 3 respondenti)
- Chtěla bych, aby se mě více snažili pochopit a respektovali mě (tuto odpověď uvedli 3 respondenti)
- Chtěla bych, aby mě brali jako sobě rovnou
- Ocenila bych z jejich strany více empatie, věřím, že se to časem zlepší samo
- Chtěla bych, aby se ke mně nechovali jako k dítěti. Snažím se o tom s nimi mluvit
- Chtěla bych, aby mi dávali více volnosti, ale nevím, jak toho dosáhnout
- Chtěla bych, aby o mě měli větší zájem. Snažím se s nimi trávit více času
- Chtěla bych s nimi mít více společných zájmů, tím by se vše zlepšilo
- Chtěl bych, aby mi neskákali do řeči a nepřekřikovali mě
- Aby mě nepoučovali
- Aby se se mnou nebavili o sexu
- Chtěla bych, abych je zajímala, ale toho dosáhnout nejde
- Chtěl bych, aby se mi více věnovali
- Chtěla bych lepší vztah s otcem, ale je mu jedno, co říkám
- Chtěl bych, abychom byli více jako kamarádi
- Kuriózní odpovědí bylo: Jedinou možností, jak to zlepšit, je vyměnit rodiče

Z výše uvedeného vyplývá, že ač je většina dospívajících s komunikací se svými rodiči spokojena, přece jen vnímají, že by se dalo něco vylepšit. Nejčastějšími odpověďmi bylo, že by dospívající ocenili, aby k nim rodiče projevili více empatie, snažili se jim porozumět a pochopit je. Také je pro dospívající důležité, aby jim rodiče věřili, respektovali je a dávali jim více volnosti. Z výzkumu také vyplývá, že by dospívající ocenili, kdyby na ně rodiče měli více času a celkově s nimi více komunikovali.

Verifikace hypotéz

Hypotéza 1: Předpokládám, že více než polovina oslovených respondentů vnímá četnost komunikace s rodiči jako dostačující.

K tomuto předpokladu se vztahuje otázka č. 4: Máš pocit, že si s tebou rodiče dostatečně povídají? Dle odpovědí získaných u této otázky lze konstatovat, že dospívající jsou opravdu spokojeni s četností komunikace s rodiči. 64 % dospívajících uvedlo, že si povídají často, 27 % dospívajících odpovědělo, že si nepovídají tolik, ale jim to vyhovuje. Dohromady tedy 91 % respondentům vyhovuje četnost komunikace s rodiči a vnímají ji tedy jako dostačující. Hypotéza č. 1 byla potvrzena.

Hypotéza 2: Předpokládám, že se dospívající se svými problémy svěřují rodičům stejného pohlaví.

K tomuto předpokladu se vztahuje otázka č. 7 : Komu se raději svěříš, když máš nějaký problém a proč? Dle odpovědí získaných u této otázky lze konstatovat, že dívky opravdu hovoří o důležitých věcech raději s matkou než s otcem. Matce se svěřuje 37 % dívek, kdežto otci jen 3 % všech dívek. Ani chlapci se však otci nesvěřují více. Tuto odpověď zvolil pouze 1 (3 %) chlapec. Z výzkumů vyplývá, že chlapci se také více svěřují matkám. 7 (24 %) chlapců se raději svěří matce. Hypotéza č. 2 nebyla potvrzena.

Hypotéza 3: Předpokládám, že více než polovina dospívajících respondentů žijících v úplné rodině subjektivně označuje své vztahy s rodiči jako kamarádké a normální.

K tomuto předpokladu se vztahují otázky č. 3, 5, 6. Ke zjištění, kolik respondentů pochází z úplné rodiny, mi posloužila otázka č. 3 : S kým žiješ ve společné domácnosti? Pro určení vztahu mezi rodiči a respondenty, jsem použila otázky č. 5, 6 :Mohl/a by si charakterizovat tvůj vztah s matkou / otcem?

K vyhodnocení tohoto předpokladu jsem vyřadila ze vzorku všechny respondenty, kteří nežijí s oběma rodiči. Z celkového počtu 103 respondentů jich 71 (69 %) žije s oběma rodiči. Jak je patrné z odpovědí získaných u těchto otázek, dospívající žijící v úplné rodině charakterizují svůj vztah k matce jako kamarádský v 49 % a jako normální v 44 %, dohromady obě možnosti tedy zvolilo 93 % respondentů z úplných rodin. Vztah k otci charakterizují jako kamarádský v 20 % a jako normální v 52 %, dohromady tedy 72 % respondentů z úplných rodin zvolilo jednu z těchto možností. V průměru takto odpovědělo 83 % dospívajících z úplných rodin. Hypotéza č. 3 byla potvrzena.

Hypotéza 4: Předpokládám, že si více než polovina dospívajících uvědomuje, že se jim jejich rodiče snaží pomoci a porozumět jim.

K tomuto předpokladu se vztahují otázky č. 8 a 9. Otázkou č. 8: Máš pocit, že se Ti rodiče snaží porozumět?, zjišťuji, jak dospívající vnímají snahu rodičů o pochopení svých ratolestí. Dle odpovědí získaných u této otázky lze konstatovat, že se rodiče opravdu snaží svým ratolestem porozumět a pochopit je. Takto odpovědělo 63 (61 %) dotazovaných. K předpokladu, že se rodiče snaží pomoci svým dětem, se vztahuje otázka č. 9: Jak rodiče reagují, když za nimi přijdeš, že máš problém? Jak je patrné z odpovědí u této otázky, většina rodičů se snaží své dospívající děti vyslechnout a pomoci jim. Takto odpovědělo 68 (66 %) dospívajících. V průměru tedy 64 % dospívajících odpovědělo, že se jim rodiče snaží pomoci a porozumět jim. Hypotéza č. 4 byla potvrzena.

5.5 Shrnutí výzkumu

Odpovědi uvedené v dotaznících byly velice zajímavé a ukazují na to, že adolescenti mají potřebu si se svými rodiči povídat. Výzkumný vzorek nelze brát jako reprezentativní, ale přesto mohu prohlásit, že dospívající jsou spokojeni s četností komunikace se svými rodiči. Rodičům se snaží říkat vše, snad kromě sexu či zkušeností s drogou, se jim většina ráda svěřuje téměř se vším. Pro šetření se

ukázaly přínosné polozavřené i otevřené otázky. Dospívající byli velmi ochotni na tyto otázky odpovídat, což ukázalo na jejich potřebu sdělovat své pocity a názory.

Za důležité považuji zjištění, že v případě vztahu s matkou a otcem bylo nejčastější odpovědí kamarádský či normální. V otázce zaměřené na zjištění osoby, které se adolescenti nejraději svěřují, se potvrdily poznatky z teoretické části, kdy pro dospívajícího v této oblasti je důležitý člověk z jeho vrstevnické skupiny, kamarád/ka. Zajímavé je zjištění, že jak chlapci, tak dívky se raději svěřují matce než otcí.

Při zpracování výzkumu bylo jasné, že dospívající touží po tom, aby je rodiče respektovali a naslouchali jim. Ochotou a zájmem, který rodiče k dospívajícím projeví, mohou rodiče eliminovat a zvládat konflikty. Empatické naslouchání napomáhá pochopit pocity a prožitky dospívajících, a tak může dojít ke zlepšení vztahu mezi rodiči a jejich ratolestmi.

Pokud bych měla toto šetření realizovat znovu, zaměřila bych se více na to, co si dospívající představují pod pojmem normální vztah s rodiči. Dále bych určitě zvolila ještě kvalitativní přístup pomocí rozhovoru. Velice přínosné by také bylo zkoumat celé rodiny. Kromě vnímání komunikace v rodině z pohledu dospívajících bych se zaměřila také na to, jak komunikaci v rodině vnímají rodiče. Nakonec bych provedla porovnání odpovědí, tím bych získala ucelenější pohled na problematiku.

Závěr

Ve své bakalářské práci jsem se zabývala komunikací mezi dospívajícími a jejich rodiči. Cílem práce bylo zjistit stav subjektivního vnímání dospívajících na kvalitu komunikace s jejich rodiči. Popsat komunikaci v rodinách a vyspecifikovat charakter optimální komunikace mezi rodiči a dětmi. Na základě analýzy výsledků výzkumného šetření lze konstatovat, že cíl práce byl splněn.

Ve výzkumném šetření jsem vytvořila podmínky pro vyplnění dotazníků, které umožňovaly, aby se respondenti vyjadřovali otevřeně. K získání informací mohly být zvoleny i jiné varianty sběru dat, přesto mohu konstatovat, že zvolená metoda dotazníkového šetření byla správná a vyhověla požadavkům na vyhodnocení shromážděných údajů.

Teoretická část práce je rozdělena do čtyř kapitol. V první popisují základní pojmy týkající se sociální komunikace. V druhé kapitole jsem se zaměřila na komunikaci v rodině, na příčiny konfliktů, které mohou mezi dospívajícími a jejich rodiči vznikat, ale charakterizovala jsem i některé teorie, jak komunikaci zlepšit. Ve třetí kapitole jsou popsány tělesné a psychické změny charakteristické pro období dospívání. V poslední kapitole teoretické části jsou charakterizovány mezilidské vztahy v adolescenci, kdy pro tuto práci je nejdůležitější vztah s rodiči. Při vytváření teoretické části bakalářské práce jsem čerpala z četné odborné literatury. V literatuře, kterou jsem studovala, jsem nacházela více prostoru věnovanému rodičům. Nejčastěji se jednalo o návody, jak jednat s dospívajícími, jak jim naslouchat a jak jim porozumět. Studií, ve kterých je hodnoceno subjektivní hledisko adolescentů na komunikaci s rodiči, je značně méně.

Moje práce zdůrazňuje význam komunikace dospívajících s rodiči a toto téma je natolik závažné a široké, že by bylo třeba ho zpracovat mnohem detailněji. Závěry z provedeného šetření mohou přispět především rodičům dospívajících, aby se lépe dorozumívali se svými dětmi. Pro souhrnné zpracování této problematiky by však bylo třeba prozkoumat toto téma také z pohledu rodičů. Dospělí a dospívající mohou mít ze stejného vztahu rozdílný, nebo dokonce opačný dojem. Moje bakalářská práce může sloužit jako podklad pro další studie v oblasti komunikace mezi dětmi a rodiči. Je zjevné, že některé roviny tohoto tématu zůstávají ještě nezpracovány a objevují se

další a další možná témata, jež mohou být podnětem k vzniku dalších výzkumných šetření. Celá práce měla význam i pro mne osobně, protože mne obohatila o nové poznatky, které mohu použít v praxi.

Seznam použitých zdrojů

Citovaná a parafrázovaná literatura

- BERNE, Eric. 1992. *Jak si lidé hrají*. 2.vyd. (1.vyd.v Dialogu). Litvínov: Dialog, 198 s. ISBN 80-851-9452-X.
- DEVITO, Joseph A.. 2008. *Základy mezilidské komunikace: 6. vydání*. 1. vyd. [i.e. 2. vyd.]. Praha: Grada, 502 s. Expert (Grada). ISBN 978-80-247-2018-0.
- FABER, Adele a Elaine MAZLISH. 2012. *Jak mluvit, aby nás teenageři poslouchali, jak naslouchat, aby nám teenageři důvěřovali*. 2. vyd. Překlad Eva Vrůblová. Ilustrace Kimberly Ann Coe. V Brně: CPress, 166 s. ISBN 978-80-264-0092-9.
- FARKOVÁ, Marie. 2009. *Dospělost a její variabilita*. Vyd. 1. Praha: Grada, 136 s. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-2480-5.
- FENWICK, Elizabeth a Tony SMITH. 1994. *Knihy o dospívání pro rodiče a děti: (Návod, jak toto období přežít)*. 1. čes. vyd. Bratislava: INA, 286 s. ISBN 80-856-8052-1.
- FRAŇKOVÁ, Slávka a Zdeněk KLEIN. 1997. *Úvod do etologie člověka*. Vyd. 1. Praha: HZ, 193 s. ISBN 80-860-0915-7.
- GAVORA, Peter. 2000. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno: Paido, 207 s. Edice pedagogické literatury. ISBN 80-859-3179-6.
- HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. 2009. *Psychologický slovník*. Vyd. 2. Praha: Portál, 774 s. ISBN 978-80-7367-569-1.
- KLENKOVÁ, Jiřina. 2006. *Logopedie: narušení komunikační schopnosti, logopedická prevence, logopedická intervence v ČR, příklady z praxe*. Vyd. 1. Praha: Grada, 224 s. Pedagogika (Grada). ISBN 80-247-1110-9.
- KŘIVOHLAVÝ, Jaro. 2008. *Konflikty mezi lidmi*. Vyd. 2. Praha: Portál, 192 s. ISBN 978-80-7367-407-6.

- LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. 2006. *Vývojová psychologie*. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada, 368 s. Psyché (Grada). ISBN 8024712849.
- MACEK, Petr a Lenka LACINOVÁ (eds.). 2006. *Vztahy v dospívání*. Vyd. 1. Brno: Barister, 196 s. ISBN 80-736-4034-1.
- MACEK, Petr. 2003. *Adolescence*. Vyd. 2., upr. Praha: Portál, 141 s. ISBN 80-717-8747-7.
- MATOUŠEK, Oldřich. 1997. *Rodina jako instituce a vztahová síť*. 2., rozš. a přeprac. vyd. Praha: Sociologické nakladatelství, 144 s. Studijní texty (Sociologické nakladatelství). ISBN 80-858-5024-9.
- ONDŘÁČKOVÁ, Hana. 2010. *Konflikty adolescentů s rodiči a styly jejich řešení: Souvislosti s citovou vazbou a psychologickým odporem*. Brno, 68 s. Bakalářská práce.
- PETITCOLLIN, Christel. 2009. *Jak správně komunikovat se svým dítětem*. Praha: Pierot, 112 s. For life. ISBN 978-80-7353-142-3.
- PLAŇAVA, Ivo. 2005. *Průvodce mezilidskou komunikací: přístupy - dovednosti - poruchy*. Vyd. 1. Praha: Grada, 148 s. Psyché (Grada). ISBN 80-247-0858-2.
- ROGERS, Carl Ransom. 1998. *Způsob bytí: klíčová témata humanistické psychologie z pohledu jejího zakladatele*. Vyd. 1. Praha: Portál, 292 s. Spektrum (Portál). ISBN 80-717-8233-5.
- ŘÍČAN, Pavel. 2006. *Cesta životem: [vývojová psychologie] : přepracované vydání*. Vyd. 2. Praha: Portál, 390 s. ISBN 978-807-3671-242.
- SATIR, Virginia. 1994. *Kniha o rodině*. 1. vyd. Praha: Institut Virginie Satirové, 348 s. ISBN 80-901-3250-2.
- ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, Jitka. 2008. *Přehled vývojové psychologie*. 2. vyd. Olomouc: Unverzita Palackého v Olomouci, 175 s. ISBN 978-80-244-2141-4.
- ŠPAŇHELOVÁ, Ilona. 2009. *Komunikace mezi rodičem a dítětem: styly a techniky komunikace, komunikace rodiče ve vztahu k dítěti, vývojová období dítěte, komunikace v náročných situacích*. Vyd. 1. Praha: Grada, 104 s. Pro rodiče. ISBN 978-80-247-2698-4.

TOWNSEND, John Sims. 2009. *Hranice a dospívající*. 1. vyd. Praha: Návrat domů, 247 s. ISBN 978-80-7255-191-0.

VÁGNEROVÁ, Marie. 2005. *Vývojová psychologie I.: dětství a dospívání*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 467 s. ISBN 80-246-0956-8.

VYBÍRAL, Zbyněk. 2009. *Psychologie komunikace*. Vyd. 2. Praha: Portál, 319 s. ISBN 978-80-7367-387-1.

Citované a parafrázované webové zdroje

Tři základní podmínky vztahu v PCA. In: *Pavel blog* [online]. 2011 [cit. 2016-03-14]. Dostupné z: <http://congruence.blog.cz/1101/tri-zakladni-podminky-vztahu-v-pca>

LHOTKA, Jan. Transakční analýza. In: *Wikipedia: the free encyclopedia* [online]. San Francisco (CA): Wikimedia Foundation, 2001- [cit. 2016-03-02]. Dostupné z: https://cs.wikipedia.org/wiki/Transak%C4%8Dn%C3%AD_anal%C3%BDza

Seznam grafů

Graf č. 1: Pohlaví.....	34
Graf č. 2: Věk	35
Graf č. 3: S kým žiješ ve společné domácnosti?	36
Graf č. 4: Máš pocit, že si s tebou rodiče dostatečně povídají?.....	37
Graf č. 5: Mohl/a bys charakterizovat tvůj vztah s matkou?.....	38
Graf č. 6: Mohl/a bys charakterizovat tvůj vztah s otcem?.....	39
Graf č. 7: Komu se svěříš, když máš nějaký problém?	41
Graf č. 8: Máš pocit, že se Ti rodiče snaží porozumět?	42
Graf č. 9: Jak rodiče reagují, když za nimi přijdeš, že máš problém?	43
Graf č. 10: Mluví s tebou rodiče a ty s nimi otevřeně?	44
Graf č. 11: Je něco, o čem s rodiči nemluvíš?	45

Seznam tabulek

Tabulka č. 1: Věk respondentů (rozdělení pohlaví)	34
Tabulka č. 2: Mohl/a bys charakterizovat tvůj vztah s matkou?	38
Tabulka č. 3: Mohl/a bys charakterizovat tvůj vztah s otcem?	39
Tabulka č. 4: Komu se raději svěříš, když máš nějaký problém?	40

Seznam obrázků

Obrázek č. 1: Doplnkové transakce.....	17
Obrázek č. 2: Křížová transakce	17

Přílohy

Příloha A: Dotazník

Dotazník

Ahoj!

Jsem studentkou třetího ročníku Univerzity Hradec Králové, oboru Sociální komunikace v neziskovém sektoru. Pro bakalářskou práci jsem si zvolila téma, které se zabývá komunikací mezi dospívajícími a jejich rodiči.

K tomu, abych mohla práci napsat, však potřebuji Tvoji pomoc. Tímto Tě tedy prosím o vyplnění krátkého dotazníku. Byla bych moc ráda, kdybys na otázky odpovídal/a pravdivě a upřímně. Pokud jsou u otázky možnosti, prosím zakroužkuj nebo zakřížkuj jednu z nich, u ostatních doplň vlastní odpověď.

Dotazník je anonymní a využiji ho pouze pro účely mé bakalářské práce. Děkuji Ti za Tvůj čas a pomoc. Aneta Vydrová

1. Pohlaví: žena muž

2. Věk: 15 16 17 18

3. S kým žiješ ve společné domácnosti?

– s oběma rodiči

– pouze s matkou

– pouze s otcem

– jiná možnost (střídavě, s přítelem – prosím

vypiš):

4. Máš pocit, že si s tebou rodiče dostatečně povídají?

- ano, povídáme si často – moc si nepovídáme, ale mně to spíše
vyhovuje
- ne, chtěl/a bych, abychom si povídali více – jiná možnost (vypiš):
.....

5. Mohl/a by si charakterizovat tvůj vztah s matkou?

- kamarádský - normální - konfliktní - nestýkáme se
- jiná možnost (vypiš):

6. Mohl/a by si charakterizovat tvůj vztah s otcem?

- kamarádský - normální - konfliktní - nestýkáme se
- jiná možnost (vypiš):

7. Komu se raději svěříš, když máš nějaký problém a proč?

- matce, protože: – otci, protože:
- sourozenci, protože: – kamarádovi, protože:
- partnerovi, protože: – jiné:

8. Máš pocit, že se Ti rodiče snaží porozumět?

- ano, rodiče mi rozumí, téměř vždy mě pochopí
- rodiče mě vyslechnou, ale většinou mé pocity a postoje nechápou
- ne, nikdy mě nepochopí
- jiné:

9. Jak rodiče reagují, když za nimi přijdeš, že máš problém?

- vyslechnou mě, a snaží se mi pomoci
- sice mě vyslechnou, ale pak mě začnou poučovat a rozkazovat
- řeknou mi, že nemají čas nebo náladu na mé výmysly
- jiné:

10. Mluví s Tebou rodiče a ty s nimi otevřeně?

- ano, bez problémů se vzájemně svěřujeme se vším
- mluvíme spolu jen o běžných a nutných věcech
- vzájemně se svěřujeme jen ve výjimečných situacích

11. Je něco, o čem s rodiči nemluvíš?

- ne, nemám před nimi žádné tajemství
- snažím se jim říkat vše, ale o něčem se mi mluví špatně (sex, drogy)
- ano, občas jim něco zatajím (špatná známka, zkušenost s drogou...)
- ano, jsou věci, o kterých bych jim nikdy neřekl/a, (vypiš):

.....

12. Je něco, co bys chtěl/a na komunikaci s rodiči zlepšit? A jak bys toho chtěl/a dosáhnout? (prosím vypiš):

.....

.....