



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

Diplomová práce

## **Pocity viny matek dospívajících**

Guilt feelings of mothers of adolescents

Vypracovala: Bc. Michaela Koutníková

Vedoucí práce: Mgr. Zdeňka Bajgarová, Ph.D.

České Budějovice 2020

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že svoji diplomovou práci jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě pedagogickou fakultou elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích dne 17. 5. 2020

.....  
Michaela Koutníková

## **Poděkování**

Tímto bych velice ráda poděkovala všem, díky kterým tato práce vznikla. Největší dík patří vedoucí mé práce – paní Mgr. Zdeňce Bajgarové, Ph.D., za veškeré její posudky během psaní a ochotu se vším pomoci a poradit. Dále bych chtěla velice poděkovat všem respondentkám, které byly ochotny podílet se na mém výzkumu. Děkuji také své rodině, která mě během psaní závěrečné práce podporovala.

## **Abstrakt**

Diplomová práce se zaměřuje na pochyby o vlastní výchově a pocity viny matek dospívajících. Je rozdělena na dvě hlavní části – teoretickou a praktickou. Teoretická část práce se věnuje problematice dospívání a změnám, které toto období provázejí, a to ve vývoji tělesném, emočním či ve vývoji poznávacích procesů. Pozornost je také věnována psychickým problémům nebo poruchám chování mládeže, nadále pak oblasti rodiny a vztahům dospívajících s vrstevníky. Dále se práce zaměřuje na výchovu a výchovné styly a výchovu v období dospívání. Teoretickou část uzavírá kapitola, která se věnuje mateřství, představám ideálních matek a pocitům viny matek. Praktická část se zabývá kvalitativním výzkumem pocitů viny matek dospívajících. Bude se především zajímat o to, jaké pocity viny matky dospívajících dětí pociťují vzhledem ke své roli matky a svému stylu výchovy. Jako výzkumná metoda byly použity polostrukturované dotazníky. Výzkumný vzorek tvořilo sedm matek, které mají děti v období dospívání, a to ve věku 11 až 19 let. V praktické části jsou uvedeny výsledky popisující výchovu, dospívání a pocity viny z pohledu matek. Z těchto výsledků vyplývá, že každá z matek během dospívání dětí, zažila nepříjemnou situaci, ve které řekla či udělala něco, čeho později litovala. Ale většina respondentek považuje právě probíhající období svých dětí za bezproblémové a v současné době mají s dětmi harmonické vztahy.

**Klíčová slova:** dospívání, výchova, pocity viny

## **Abstract**

The diploma thesis focuses on doubts about one's own upbringing and guilt feelings of mothers of adolescents. It is divided into two main parts – theoretical and practical. The theoretical part deals with issues of adolescence and changes in both physical and emotional development or cognitive processes, that accompany this period. Attention is also paid to psychological problems or behavioral disorders of young people, as well as to the family and relationships of adolescents with their peers. Furthermore, the work focuses on education and parenting styles and methods in adolescence. The theoretical part ends with a chapter, that deals with motherhood, ideas of ideal mothers and mothers' guilt feelings. The practical part deals with qualitative research of guilt feelings of mothers of adolescents. It will mainly concern, what guilt feelings the mothers have based on their mother role and their parenting style. Semi-structured questionnaires were used as research method. The research sample consisted of seven mothers, who have adolescent children, aged 11 to 19 years. The practical part presents results describing education, adolescence and the guilt feelings from the mothers' perspective. These results show, that each of the mothers, during the adolescence period of their children, experienced an unpleasant situation, in which she said or did something that she regretted later. However, most respondents consider the present period of their children to be unproblematic and currently experience harmonious relationship with them.

Keywords: adolescence, upbringing, guilt feelings

## **Obsah**

<b>Úvod</b> .....	<b>8</b>
<b>I. Teoretická část</b> .....	<b>10</b>
<b>1. Období dospívání</b> .....	<b>10</b>
1.1 Tělesný vývoj.....	11
1.2 Vývoj poznávacích procesů.....	12
1.3 Emoční vývoj.....	13
1.4 Psychické problémy v dospívání.....	14
1.4.1 Deprese.....	14
1.4.2 Úzkostné poruchy.....	15
1.4.3 Poruchy příjmu potravy.....	15
1.4.4 Anorexie.....	16
1.4.5 Bulimie.....	16
1.4.6 Sebeпоškozování.....	17
1.5 Poruchy chování mládeže.....	17
1.5.1 Agrese.....	17
1.5.2 Krádeže.....	18
1.5.3 Útěky z domova.....	18
1.5.4 Záškoláctví.....	18
1.5.5 Šikana.....	19
1.5.6 Kyberšikana.....	20
1.5.7 Závislostní chování.....	20
<b>2. Rodina</b> .....	<b>21</b>
2.1 Vztahy s vrstevníky.....	23
<b>3. Výchova a výchovné styly</b> .....	<b>24</b>
3.1 Výchova v dospívání.....	26
<b>4. Mateřství</b> .....	<b>28</b>
4.1 Střední dospělost matek.....	28
4.2 Představy ideálních matek.....	28
4.3 Pocity viny matek.....	29
<b>II. Praktická část</b> .....	<b>34</b>
<b>5. Výzkum</b> .....	<b>34</b>
5.1 Cíle výzkumu.....	34

5.2 Výzkumné otázky.....	34
5.3 Metodologie výzkumu.....	35
5.4 Metoda sběru dat.....	35
5.5 Případová studie.....	36
5.6 Výzkumný vzorek.....	36
5.7 Etika výzkumu.....	37
5.8. Analýza výzkumu.....	38
<b>6. Výsledky výzkumu.....</b>	<b>39</b>
6.1 Výchovný styl.....	45
6.1.1 Stejná výchova u všech dětí.....	46
6.1.2 Rozdílná výchova u všech dětí.....	46
6.1.3 Dětství.....	47
6.1.4 Vliv rodičů.....	47
6.1.5 Představy o výchově.....	48
6.1.6 Příjemné momenty rodičovství.....	48
6.1.7 Nepříjemné momenty rodičovství.....	49
6.1.8 Cíle výchovy.....	50
6.2 Dospívání.....	51
6.2.1 Nástup puberty.....	51
6.2.2 Samotné období puberty.....	51
6.2.3 Role matky.....	54
6.3 Pocit viny.....	55
6.3.1 Krize v partnerském vztahu.....	55
6.3.2 Nedostatečná asertivita.....	55
6.3.3 Nedůslednost.....	56
6.3.4 Impulsivita a pomyslné selhání při řešení zdravotních problémů její dcery.....	56
6.3.5 Úzkostlivost.....	56
6.3.6 Rozdílnost ve výchově synů.....	57
6.3.7 Narušení soukromí a důvěry.....	57
<b>7. Shrnutí.....</b>	<b>58</b>
<b>8. Diskuze.....</b>	<b>60</b>
<b>Závěr.....</b>	<b>62</b>
<b>Seznam literatury.....</b>	<b>64</b>
<b>Seznam příloh.....</b>	<b>67</b>

## Úvod

Každý člověk ve svém životě zastává několik sociálních rolí. Ženy, které se podílely na mém výzkumu, jsou především manželky, kamarádky, kolegyně, ale hlavně matky. Očekává se od nich, že se každé své roli budou věnovat stoprocentně. Tlak společnosti, jejich okolí, ale především i jejich nároky na sebe samé mohou vést k pocitům viny, pokud získají dojem, že svou roli matky nevykonávají dostatečně.

Matky se snaží vychovávat své dítě, jak nejlépe mohou, ale jak zjistily i respondentky v mé práci, rodičovství ani výchova se nedá přesně a dokonale naplánovat a rodiče se tak dopustí mnoha chyb či udělají rozhodnutí, která by napodruhé už neudělali. Matka i otec pak dostávají zpětnou vazbu od svých potomků, a právě v období dospívání, které je považováno za druhé období vzdoru, může tato zpětná vazba vést ke konfliktům a vypjatým vztahům v rodině.

Období dospívání patří k jedné z nejkomplicovanějších vývojových fází v životě člověka. Jedná se o období, kdy se z dítěte stává mladý dospívající člověk. Je to doba velkých změn, které mají vliv nejen na samotné adolescenty, ale také na jejich rodiče. Dospívající jedinec si prochází různými změnami, jak tělesného, tak i emočního charakteru. Pro ně samotné, ale i pro jejich rodiče může být tato přeměna složitá. A hlavním důvodem může být odpoutávání se adolescentů od své rodiny a rodičů a upřednostňování trávení času s jejich vrstevníky. Proto dochází i ke změnám ve vztazích rodičů k dětem a dětí k rodičům.

Ve své práci se zaměřuji na pochyby o vlastní výchově a pocity viny matek dospívajících. Období dospívání je spojeno s mnoha úskalími a problematickým chováním mladých lidí, zajímá mě tedy, jakým způsobem matky zpětně reflektují svou výchovu a její vliv na aktuální chování dospívajícího.

Teoretická část přináší základní informace o období dospívání, o změnách, které toto období provázejí, a to ve vývoji tělesném, emočním či ve vývoji poznávacích procesů. Dále se zabývá psychickými problémy nebo poruchami chování mládeže, nadále pak oblastí rodiny a vztahy s vrstevníky. Dalšími tématy jsou výchova a výchovné styly, výchova v období dospívání, mateřství, představy ideálních matek a pocity viny matek.



Praktická část je založena na rozhovorech s matkami dospívajících dětí, přináší poznatky o tom, jakým způsobem jejich dospívání respondentky prožívají. Data v mé práci byla sesbírána pomocí polostrukturovaného rozhovoru, výzkumný vzorek tvořilo sedm matek, které mají děti v období dospívání, a to ve věku 11 až 19 let.

Poznatky, které můj výzkum přinesl, by měly přispět k hlubšímu porozumění jednoho z aspektů psychického prožívání matek v zátěžové situaci spojené s dospíváním dětí.

# I. Teoretická část

## 1. Období dospívání

Období dospívání neboli adolescence je přechodná doba mezi dětstvím a dospělostí. Jedná se o životní etapu každého člověka, která začíná přibližně v 11 letech a končí kolem 20. roku života. V tomto období dochází ke komplexní proměně osobnosti jak v somatické, psychické tak i sociální oblasti (Vágnerová, 2005).

Macek dodává, že adolescence je přechodné stádium, kdy dospívající opouští čas, kdy byl nutně závislý na druhých lidech a přichází do období relativní nezávislosti na ostatních, které je typické pro dospělost. Autor uvádí, že pojem relativní znamená, že když závislost přetrvává i v dospělosti, jedná se obvykle o závislost chtěnou, která představuje výsledek vlastního rozhodnutí dospívajícího, za které přebírá zodpovědnost (Macek, 1999).

Období dospívání je v literatuře členěno rozdílně. Podle Vágnerové jej lze rozdělit na dvě fáze. **Raná adolescence** neboli **pubescence** se nachází mezi 11. až 15. rokem života člověka. Jedním z hlavních rysů této fáze je tělesné dospívání, které je spojené s pohlavním dozráváním. Dochází ke změně zevnějšku, způsobu myšlení či emočnímu prožívání pubescenta. V tomto období je pro mladého člověka důležité přátelství, láska, odpoutávání se od rodičů a hledání vlastní identity (to ale platí i pro pozdní adolescence, možná ještě ve větší míře, možná byste měla najít něco, co je typické právě pro pubescenci, popř. čím se liší od pozdější adolescence) (Vágnerová, 2005). Významnou změnou je ukončení základní povinné školní docházky a následný výběr dalšího profesního směru (Vágnerová, 2005). Jedná se o období tzv. druhého vzdoru, kdy se chce pubescent vymanit z vlivu autorit, a to může vést i ke konfliktům (Kolář, 2012).

Další fází je podle Vágnerové **pozdní adolescence**, která představuje dalších pět let, a to přibližně od 15. do 20. roku života. Jedná se o dobu komplexnější psychosociální proměny, kdy se mění osobnost dospívajícího i jeho společenské postavení. Důležitou událostí je ukončení přípravy pro budoucí profesi a následný nástup do zaměstnání či volba dalšího studia (Vágnerová, 2005).

V tomto období se rozvíjí vztahy s vrstevníky, hlavně v oblasti partnerství a stabilizují se vztahy s rodiči. Významným mezníkem dospívajícího je dosažení plnoletosti v 18 letech, kdy se mladý člověk stává především plně zodpovědný za svá rozhodnutí a své jednání (Vágnerová, 2005).

## 1.1 Tělesný vývoj

Adolescence představuje období, v němž se vyvíjí sekundární pohlavní znaky, urychluje se celkový růst a je dosaženo schopnosti sexuální reprodukce (Jedlička, 2011).

Na začátku adolescence dochází k prudkému tělesnému růstu. U dospívajících dívek se tato změna uskutečňuje mezi 10. a 14. rokem, u chlapců mezi 12. a 16. rokem. Poté se tempo růstu zpomaluje a k ukončení tělesných proměn dochází mezi 16. a 17. rokem u dívek a mezi 17. a 19. rokem u chlapců (Schneider, Lindenberger, 2018).

Paralelně ke změnám tělesného růstu dochází také ke změně váhy. U dívek dochází k nabírání tukové tkáně a u chlapců se znatelně zvyšuje část svalové tkáně (Schneider, Lindenberger, 2018).

Změny se týkají i orgánů dospívajících. Srdce zdvojnásobuje svou velikost, tepová frekvence klesá, systolický krevní tlak se zvyšuje a složení krve se mění. K tomu se zvětšuje velikost a vitální kapacita plic a metabolismus se zpomaluje (Schneider, Lindenberger, 2018).

Jak už bylo uvedeno dříve, v období adolescence se vyvíjí i sekundární pohlavní znaky. U chlapců rostou varlata a penis, rozvíjí se pubické ochlupení a přibližně o dva roky později následuje růst vousů. Pozdější události u dospívajících chlapců je mutace.

U dívek se nejprve mění hrud' a tvoří se pubické ochlupení. Kolem 12. roku dochází průměrně k první menstruaci (Schneider, Lindenberger, 2018).

V období dospívání se projevuje větší tendence vnímat své tělo a svůj vzhled, jehož pomocí mladý člověk reprezentuje vlastní osobnost. Tělesné změny jsou doprovázeny i změnou chování lidí, se kterými se pubescent setkává. A právě reakce lidí na tyto změny ovlivňují, jak dospívající nahlíží sám na sebe. Proměna dětského těla může být i nepříjemnou záležitostí, a to zejména pro dívky, které v průměru dospívají dříve než chlapci (Vágnerová, 2005).

V pozdní adolescenci slouží zevnějšek jako prostředek k dosažení sociálního přijetí a prestiže. Úprava vzhledu a oblečení se stává způsobem, jak vyjádřit svou identitu či postoj ke svému okolí (Vágnerová, 2005).

## 1.2 Vývoj poznávacích procesů

Autoři Schneider a Lindenberger uvádí, že v období dospívání probíhá řada pokroků v oblasti kognitivní výkonnosti. K těmto změnám patří například zlepšení pozornosti, pracovní paměti nebo abstraktního myšlení (Schneider, Lindenberger, 2018).

U dospívajících se výrazně rozvíjí logická paměť, mají bohatou představivost a zdokonaluje se jejich schopnost abstraktního myšlení. Pubescent upřednostňuje rozumové důvody před citovým zdůvodněním lidského chování. Jeho myšlení se vyznačuje také radikalismem, kdy jsou jeho hodnotící soudy unáhlené a stejně tak i jeho názory, které často přebírá od jiných jedinců (Binarová, 2003). Podle Vágnerové je radikalismus obranou dospívajících proti nejasnosti a mnohoznačnosti. Projevem jejich radikalismu jsou i jejich zkratkovité generalizované názory, které mohou být i zcela nesmyslné (Vágnerová, 2005).

Období puberty se vyznačuje názorovou proměnlivostí, pubescenti si ještě zcela pevně nestojí za svým názorem a přesvědčením (Binarová, 2003).

Pro fázi pozdní adolescence je typická především flexibilita a schopnost používat nové způsoby řešení. Způsob myšlení se nijak zásadně nemění (Vágnerová, 2005).

Mezi charakteristické znaky způsobu myšlení adolescentů patří schopnost dospívajícího uznat „*variabilitu různých možností*“. Dospívající tak může hodnotit daný problém z více úhlů pohledů. Tento způsob myšlení může vést k pochopení rozmanitých názorů či teorií jiných lidí. Dále je adolescent schopen „*uvažovat systematictěji*“. Dospívající se již nespokojí jen s jedním řešením daného problému, ale vnímá více možností, a proto se snaží hledat různé způsoby řešení. Mladý člověk v období dospívání je schopen „*experimentovat s vlastními úvahami*“ (Vágnerová, 2005, 333).

### 1.3 Emoční vývoj

Jak uvádí psycholog Carr-Gregg, adolescence je období prudkých změn, protestů a náladovosti, které je zakončeno zrozením mladého dospělého člověka. Samotné slovo adolescence pochází z latinského názvu *adolescere* a znamená „dozrávat“. Tělesné změny, které provází dobu dospívání, jsou poměrně snadno viditelné pro všechny. Méně viditelné, ale o to bouřlivější jsou změny emocionální (Carr-Gregg, 2012).

V období dospívání dochází ke změně citového prožívání, kdy mladý člověk ztrácí dosavadní citovou jistotu a stabilitu. Dochází ke kolísání nálad, k přecitlivěným či nepřiměřeným reakcím nebo k podrážděnosti. I když je prožívání dospívajících dost intenzivní, je většinou krátkodobé a proměnlivé. Dospívající nejsou schopni vysvětlit příčinu těchto změn, tak reagují podrážděně na své vlastní pocity. Navenek se může jejich chování projevovat větší impulzivitou a nedostatkem sebeovládání. Pro pubertu je typická ztráta bezprostřednosti a otevřenosti a dochází k nechuti projevovat své city před ostatními lidmi (Vágnerová, 2005).

Baverstocková a Hinesová tvrdí, že dospívající chápou svět spíš na základě svých pocitů, upřednostňují více to, co cítí, než vědí. Mladí lidé pociťují různé emoce najednou a často se může jednat o protichůdné pocity. Podle autorek se jedná například o iracionální hněv, stres, myšlenky na sebevraždu, touhu potlačit své pocity, než je sdílet, cítí zvýšenou potřebu lásky a náklonnosti, mají větší potřebu uzavírat se do sebe nebo touhu obviňovat rodiče či sebe, protože se cítí nešťastní (Baverstocková, Hinesová, 2007).

Binarová (2003) tvrdí, že emoce dospívajících se projevují především v sociálních vztazích. Dochází k emočnímu odpoutání se od rodičů a následná potřeba sblížit se s někým jiným. Upevňují se kamarádské vazby a objevuje se vzájemné sblížování s opačným pohlavím.

Dospívající se sám k sobě staví kriticky, pochybuje o sobě, porovnává se s ostatními, cítí se nejistý a reaguje přecitlivěle na kritiku vůči své osobě.

Dále je podle autorky typický pro období dospívání rozvoj morálních citů a přijímání mravních hodnot rodiny a celé společnosti. Objevují se otázky po smyslu života, úvahy o morálních zásadách či o normách platných ve společnosti.

Pro dospívající je charakteristická touha nebýt na nikom závislý, samostatně se rozhodovat a prosadit vlastní názory. Mezi vrstevníky většinou pubescenti ztrácí svou osobnost a jejich hodnoty, názory či styl oblékání se stávají totožné s ostatními (Binarová, 2003).

Další zásadní fázi v životě dospívajícího je podle autora Rufa (2009) první milostný vztah. A stejně jako nejlepší přítel, tak i člověk, který je pro adolescenta první láskou, představuje někoho, kdo se dospívajícímu podobá a komu on připisuje vlastnosti, které by chtěl mít sám dospívající. Autor si myslí, že ještě důležitější, než první láska je první rozchod. Protože ten člověk prožívá jako ztrátu sebe sama či ideálu o sobě samém. Období po rozchodu je dobou smutku a ztráty sebevědomí. Člověku chybí ten druhý, aby zakryl slabost, a proto je potřeba naučit se žít sám (Rufo, 2009).

## **1.4 Psychické problémy v dospívání**

Období adolescence představuje pro dospívající dobu velkých změn. Mezi psychické problémy, kterými často trpí dospívající lidé, řadí autor Carr-Gregg (2012) deprese, úzkostné poruchy, obsedantně-kompulzivní poruchy, ADHD, poruchu vnímání vlastního těla, poruchy příjmu potravy, sebepoškozování, psychózy nebo sebevraždu.

### **1.4.1 Deprese**

Deprese představuje mnohem více než smutek. Jedná se o dlouhotrvající beznaděj, která má za důsledek, že dospívající ztratí zájem o to, co doposud měl nebo dělal rád a někdy se může objevit i přání odejít z tohoto světa. Pokud mladý člověk onemocní depresí a neví o tom, může své problémy začít řešit alkoholem nebo jinými návykovými látkami. Takové chování může vést k problémům ve škole, ke konfliktům se zákonem či k závislosti na návykových látkách (Carr-Gregg, 2012).

Podle autora je základem prevence dobrá komunikace a stálá rodičovská péče. O depresi by se proto mělo mluvit otevřeně, aby byla včas diagnostikována a léčena (Carr-Gregg, 2012).

#### **1.4.2 Úzkostné poruchy**

Úzkostná porucha narušuje každodenní život jedince, který jí trpí. Carr-Gregg uvádí, že úzkostnou poruchou trpí dvakrát častěji dospívající dívky než chlapci a úzkostné poruchy se nejčastěji vyskytují ve věku 18 až 25 let. Úzkost se vyskytuje i u psychicky zdravých jedinců, bývá normální reakcí na ohrožení, popř. novou či obtížnou situaci. U disponovaných mladých lidí je ale úzkost vyvolaná relativně běžnými situacemi tak silná, že významně narušuje jejich fungování ve více oblastech života (schopnost soustředění se na práci, vytváření a udržování blízkých vztahů, sebepojetí, trávení volného času) (Carr-Gregg, 2012).

Pokud dospívající člověk trpí nějakým typem úzkostné poruchy, měl by co nejdříve vyhledat lékařskou pomoc. Úzkostné poruchy jsou nejčastěji léčeny kognitivně-behaviorální terapií a prvním krokem při léčbě je odhalení skutečné příčiny úzkosti. Terapie probíhá pod vedením psychologa a dospívající se tak dozvídá informace o charakteru své poruchy, osvojuje si relaxační techniky nebo se učí sledovat změny své vlastní nálady (Carr-Gregg, 2012).

#### **1.4.3 Poruchy příjmu potravy**

Za poruchy příjmu potravy může řada různých faktorů, k nimž Carr-Gregg řadí například psychické problémy, rodinné prostředí nebo biologické vlivy (Carr-Gregg, 2012).

Bulimie a anorexie jsou nemoci, které se častěji vyskytují u žen a obvykle začínají právě v období dospívání. U obou onemocnění trpí pacientky pocity viny či studu související s jídlem a přibíráním (Carr-Gregg, 2012).

Poznat anorexii nebo bulimii je velmi složité, protože lidé trpící těmito onemocněními si většinou nechtějí svůj problém přiznat. Boj s poruchami příjmu potravy je dlouhodobá záležitost. Rodiče, kteří si všimnou změn v chování svého dítěte a mají podezření na některou z těchto poruch, by měli projevit pochopení a toleranci, ale také neústupnost. Jejich cílem by mělo být, aby si jejich dítě připustilo svůj problém dříve, než bude situace opravdu vážná a vyhledat lékařskou pomoc (Carr-Gregg, 2012).

#### 1.4.4 Anorexie

Pojem anorexie pochází z řečtiny a je možné ho přeložit jako „*nechutenství duševního původu*“ (Jedlička, 2015, 196).

Anorexie představuje nadměrné hubnutí nebo nedostatečné přibírání na váze. Jedná se o strach z přibírání na váze nebo z tloušťky. Člověk trpící anorexií má zkreslenou představu o svém těle.

Pacient má přehnaný zájem o stravování, záměrně vynechává jídlo, neustále se váží, trpí pocity viny kvůli jídlu, nemá koníčky, neudrží kontakty s rodinou či přáteli, nadměrně cvičí, je unavený, špatně spí, má špatnou náladu a deprese.

Pokud se anorexie nezačne včas léčit, může mít za následek zdravotní problémy ohrožující život nebo dokonce smrt (Carr-Gregg, 2012).

#### 1.4.5 Bulimie

Dospívající, který má toto onemocnění, trpí záchvatovým přejídáním. Po určitou dobu je schopen omezit příjem potravy, pak ale v rámci záchvatu zkonzumuje jeho velké množství. Po jídle často navštěvuje toaletu, kde si sám vyvolává zvracení, popř. užívá laxativa.

Pacient má silný zájem o jídlo a počítání kalorií, problémy s chrupem, nízké sebevědomí ve vztahu ke svému vzhledu, negativní vnímání svého těla nebo se izoluje od své rodiny a přátel.

Následkem pro bulimiky jsou vážné zdravotní komplikace způsobené především častým zvracením (Carr-Gregg, 2012).

Jedlička dodává, že dívky, které zaujímají nepřátelský postoj ke svému tělu, často propadají sebepoškozujícímu jednání. K takovým činům pak patří například řezání do kůže žiletkami, pálení se cigaretou nebo k propichování kůže a následnému „*zdobení*“ těla různými kovovými předměty (Jedlička, 2015, 197).



### 1.4.6 Sebepoškozování

Podle Carr-Gregga mezi hlavní formy sebepoškozování patří řezání, pálení, kousání, bití, používání škodlivých látek či tahání za vlasy. V tomto chování vidí mladý člověk řešení, jak se vypořádat s citovým vypětím. Důvodů takového jednání může být mnoho. Autor uvádí, že si mladí lidé takto ubližují, pokud se cítí pod tlakem nebo tak reagují na různé stresové situace. Mezi další rizikové vlivy autor řadí například úzkostnou poruchu, prožité trauma, užívání návykových látek či pocit izolace.

Důležité je toto chování neignorovat a vyhledat lékaře a posléze odborníka na duševní zdraví (Carr-Gregg, 2012).

## 1.5 Poruchy chování mládeže

*„Poruchou chování se označuje řada výchovně nežádoucích projevů u dětí, jež vznikají v důsledku narušení jejich sociální přizpůsobivosti.“* (Martínek, 2015, 101) Autor mezi poruchy chování, které je spojeno s agresivitou, řadí například lhaní, krádeže, záškoláctví, útěky z domova, šikanu či kyberšikanu (Martínek, 2015).

### 1.5.1 Agrese

Podle Martíneka je agrese *„jednání, jimž se projevuje násilí vůči některému objektu, nebo nepřátelství a útočnost s výrazným záměrem ublížit“* (Martínek, 2015, 23). Autor rozděluje agresi do několika směrů. První z nich je, když si dítě či dospívající vybíjí svou agresi na neživém předmětu, kterým může být například sešit, lavice či skříňka. Agresor se tímto způsobem uvolňuje, dokazuje svou fyzickou sílu před ostatními spolužáky nebo je svým chováním zastrašuje (Martínek, 2015).

Dalším typem je agrese vůči zvířeti. Dítě nebo dospívající považuje zvíře za méněcenného a slabého jedince, který se nedokáže bránit (Martínek, 2015).

Autor ve své knize uvádí, že *„dětí, které mají od dětství zkušenost s týráním zvířat, v dospívajícím věku inklinují k tzv. anetickému syndromu, což znamená neschopnost navázat normální citové vztahy, nedostatek empatie a soucitu, bezohlednost a plochost“* (Martínek, 2009, 28).

Dalším směrem agrese je autoagrese. V takovém případě si jedinec agresi vybíjí sám proti sobě. Za nejvážnější míru agrese se považuje sebevražda (Martínek, 2015).

### **1.5.2 Krádeže**

Podle Martínka se nedá považovat každé odcizení cizí věci za krádež. Děti, které se nachází v předškolním či v mladším školním věku často podlehnou touze vlastnit nějaký cizí předmět nebo hračku. Jejich chování je ale neplánované a předem nepromyšlené.

Za opravdovou krádež lze podle autora považovat situaci, kdy dítě nebo mladý dospívající zcizí nějakou věc úmyslně a zcela si uvědomuje závažnost svého jednání. Toto chování ve většině případů nesouvisí s duševním onemocněním, ale s vlivem prostředím, ve kterém se dítě či dospívající nachází (Martínek, 2015).

### **1.5.3 Útěky z domova**

I útěky z domova, popřípadě ze školy, mohou být zapříčiněny psychickým onemocněním, ale častější příčinou bývá nevyhovující prostředí a vliv vrstevníků.

Podle Martínka jsou nejčastější tzv. „*reaktivní útěky*“, kdy dítě nebo mladistvý vidí v útěku jediné možné řešení, jak se vyhnout pro něho nepříjemné situaci (Martínek, 2015, 123). V takovém případě se dítě schová někde blízko domova nebo vyhledá někoho, komu důvěřuje a cítí se s ním v bezpečí, například prarodiče (Martínek, 2015).

Jedním z důvodů reaktivního útěku může představovat škola. Dítě se bojí návratu ze školy domů, protože dostalo špatnou známku nebo poznámku a má strach z reakce svých rodičů (Martínek, 2015).

### **1.5.4 Záškoláctví**

Podle Martínka je záškoláctví jedním z nejpodstatnějších problémů základního i středního školství. Popisuje ho jako „*úmyslné zameškávání školního vyučování, kdy žák o své vlastní vůli, ve většině případů bez vědomí rodičů, nechodí do školy a neplní školní docházku*“ (Martínek, 2015, 116).

Důvodů, proč se děti vyhýbají výuce, může být několik. Žáci mají záporný vztah ke škole, problémové vztahy se spolužáky, strach z učitele, nevyhovující domácí prostředí nebo podléhají vlivům vrstevníků a party (Martínek, 2015).

### 1.5.5 Šikana

Šikana je situace, kdy „*jeden nebo více žáků úmyslně, většinou opakovaně týrá spolužáka nebo spolužáky a používá k tomu agresi a manipulaci*“ (Martínek, 2015, 129).

Šikana se může odehrávat krátkodobě a útok může probíhat jen v jeden daný okamžik, ale většinou se jedná o dlouhodobou záležitost, která má několik vývojových fází (Martínek, 2015).

Prvním stádiem bývá ostrakismus, kdy je oběť postupně agresorem vyčleňována z kolektivu svých vrstevníků, přátel nebo spolužáků.

Ve druhé fázi již dochází k fyzickému nebo slovnímu napadání a psychické manipulaci oběti agresorem.

Pokud do nastalé situace nezasáhnou dospělí, dochází k vytvoření jádra. Agresoři cítí vzrůstající moc a převahu nad svou obětí, zvyšuje se jim sebevědomí a věří, že jim jejich chování projde a oni nebudou potrestáni. Podle Martíňka vzniká tzv. *pyramida šikanování* (Martínek, 2015, 143). Nejvýše je postavený agresor, který kolem sebe má ostatní spolužáky a ti zase další. Úplně vespod této pomyslné pyramidy se nachází oběť, na kterou se tak upíná pozornost celé třídy. Oběť se tak ocitá úplně sama a vyčleněná z kolektivu. Ti spolužáci, kteří jí nijak neublíží, ale ani se jí nezastanou jsou rádi, že se terčem šikany nestali oni nebo mají strach, jakkoliv zasáhnout.

Další etapou je vytváření a přijímání norem. Ve třídě dochází k rozdělení rolí, agresor je na šikanování své oběti zcela závislý, ale už i sama oběť bere toto chování za zcela normální součást svého života. Dalším typickým znakem této fáze je přímé zapojení žáků, kteří do této doby šikaně přihlíželi, a i z nich se začínají stávat agresoři.

Posledním a již neřešitelným stupněm šikany je totalita. Celá třída je už zcela pod vlivem agresora či agresorů, všichni se jich zastávají včetně samotné oběti, u které se může objevit tzv. stockholmský syndrom. Martínek uvádí, že předešlá stádia šikany je možno řešit terapeuticky, ale pro tuto fázi je jediným řešením daný kolektiv rozpustit (Martínek, 2015).

### **1.5.6 Kyberšikana**

Jedna z dalších forem šikany je kyberšikana. Martínek kyberšikanu definuje jako „zneužití informačních komunikačních technologií, především mobilních telefonů a internetu, k takovým činnostem, které mají někoho záměrně vyvést z rovnováhy“ (Martínek, 2015, 171).

Záměrem a cílem šikany i kyberšikany je někomu ublížit, u klasické šikany se jedná především o fyzické útoky, u kyberšikany o útoky na psychiku oběti.

Kyberšikana se podle Martínka liší od klasické šikany následujícími body: agresori jsou anonymní, čas a místo útoků jsou proměnlivé a může k nim docházet kdykoliv a kdekoliv, lidé jednají ve virtuálním světě jinak než ve světě reálném a tento druh šikany je hůře rozpoznatelný, protože psychické týrání není na první pohled tak vidět jako týrání fyzické (Martínek, 2015).

### **1.5.7 Závislostní chování**

Mezi závislostní chování řadí Sobotková (2014) užívání legálních návykových látek, jako jsou alkohol a cigarety, užívání nelegálních návykových látek, gambling nebo netolismus.

U dospívajících je závislostní chování nejvíce zastoupeno užíváním alkoholu, kouřením cigaret a experimentování s různými druhy drog, především s marihuanou. Užívání návykových látek má také vliv na agresivní chování (Sobotková, 2014).

## 2. Rodina

Rodina je tradiční uskupení osob se vzájemnými citovými vazbami, které má největší vliv na duševní vývoj dítěte (Jedlička, 2015). Vágnerová uvádí, že rodina má své důležité místo i u dospívajícího jedince, ale vztahy v rodině prochází postupnou změnou. Dospívající a rodiče spolu už netráví tolik času, četnost jejich komunikace se snižuje a rozchází se v tom, jak chtějí trávit svůj volný čas (Vágnerová, 2005).

Matky bývají většinou více emotivní, empatické, dokáží svým dětem více porozumět, ale na druhou stranu často jednájí afektivně. Matky mohou pociťovat nevděk a nespravedlnost, když jejich dospívající děti reagují na jejich péči s nezájmem či nechutí (Vágnerová, 2005).

Matějček uvádí, že někteří rodiče už dopředu mají obavy z dospívání svých dětí. Dopředu očekávají nepříjemnosti, které jsou podle nich spojené s obdobím puberty. Obávají se, že jejich dítě přestane být dítětem, přestanou si s ním rozumět, nebude je poslouchat a jednou si najde někoho, koho bude mít rádo víc než své rodiče. Autor si dále myslí, že není vždy pravdou, že by se dítě muselo nutně odcizit. Mladí lidé jen potřebují více prostoru a svobody, aby sami mohli lépe pochopit změny, které je v tomto období doprovázejí. Rodiče musí mít trpělivost se svým dospívajícím synem nebo dospívající dcerou, kteří dělají hlouposti a zkouší, co vše si mohou dovolit (Matějček, 1989).

Psychiatr Rufo tvrdí, že dospívající žije především v přítomnosti. Je odtržený jak od své minulosti, tak od své budoucnosti. Pro období adolescence je charakteristické, že dospívající odmítá být už malý. Protože to by znamenalo, že důvěřuje svým rodičům, které si i idealizuje, ale to už v tomto období neodpovídá skutečnosti. Dospívající má potřebu se odloučit od svých rodičů, protože ti mu připomínají minulost, o kterou už adolescent nestojí a nechce už být tím malým dítětem. Případné provokace či vzpoury mohou být vyjádřením toho, že dospívající chápe, že už nepředstavuje dítě, o kterém jeho rodiče snili, ale ani oni už nejsou těmi ideálními a vysněnými rodiči (Rufo, 2009).

Autor si nadále pokládá otázku, jakou úlohu mají rodiče dětí, které se právě nachází v období adolescence. Rodiče by měli jakoukoli provokaci nebo vzpouru chápat jako nutnost a základní potřebu vzít život do vlastních rukou. Důležitou věcí, kterou se musí rodiče naučit, je být diskrétní a respektovat všechny proměny svého dítěte.

Rodiče by měli chápat, že adolescent nemá potřebu mluvit, neměli by po něm neustále chtít, aby něco vyprávěl, protože se musí naučit vytvářet si život i myšlenky bez rodičů. Měli by tolerovat, že jejich dítě zapomnělo na svou minulost a prozatím nemá ani budoucnost (Rufo, 2009).

Macek a Štefánková uvádí, že pro období dospívání je typické hledání a nalezení vlastní identity adolescenta. Mladý člověk chce na jedné straně ukončit proces puberty a oddělit se od předchozího období dětství, na straně druhé chce jasně vystoupit proti současnému světu, dospělým, a to včetně rodičů. Dospívající začíná být více zodpovědný za průběh svého života. Má potřebu být jedinečný, ale zároveň má potřebu někam patřit, ztotožnit se se svou vrstevnickou skupinou. Vztahy s rodiči přestávají být tak intenzivní jako dříve, ale důležitým rysem jejich vztahu by mělo zůstat uznání, tolerance a oboustranná důvěra. Pro dospívajícího je důležité, aby mu rodiče vyjádřili důvěru, zanechali mu dostatečnou svobodu a respektovali jeho osobnost, potřeby a zájmy (Macek, Štefánková, 2012).

Macek došel na základě svých mnoha výzkumů k závěru, že *„dospívajícím nejde o úplnou nezávislost na rodičích, ale především o jejich zájem, partnerství v komunikaci, o emoční podporu a o určitý respekt. Ten spočívá například v tom, že sami dospívající si určí, kdy a v čem se chtějí se svými rodiči poradit a kdy a co s nimi budou společně sdílet.“* (Macek, Štefánková, 2012, 27)

Autorky Baverstocková a Hinesová vytvořily seznam charakteristik, které podle názorů dospívajících má mít dobrý rodič.

- Umí naslouchat, aniž by odsuzoval.
- Umí stanovit jasné a pevné hranice a prosazovat je.
- Zajišťuje, aby bylo dostatek jídla.
- Zajišťuje, aby byl domov láskyplný a bezpečný.
- Miluje své dítě.
- Pomáhá vyřešit jakékoli problémy.
- Poskytuje rady a podporu.
- Dovolí potomkovi být sám sebou.
- Je laskavý.

- Umí řídit každodenní program většího počtu lidí.
- Hlídá, aby se na nic nezapomnělo.
- Dohlíží, ale nevnučuje se.
- Obstarává rodinné finance.
- Dopravuje děti, kam potřebují.
- Je ochotný přimhouřit oko.
- Projevuje náklonnost.
- Bývá rozhodčím v rodinných rozepřích.
- Poskytuje rady v situacích, kde je potřeba udělat rozhodnutí na základě morálních zásad.

(Baverstocková, Hinesová, 2007, 29 – 30)

## 2.1 Vztahy s vrstevníky

Jak už bylo uvedeno výše, pro dospívající je charakteristická jejich touha osamostatnit se a odpoutat se od rodiny a rodičů. Mladí lidé se začínají více přiklánět ke svým vrstevníkům a kamarádům. Jak uvádí Jedlička, vrstevníci nabízejí adolescentům spolupráci, empatii, společné zážitky a uznání. Autor dále říká, že vrstevníky v adolescentním věku často spojuje tzv. druhé období vzdoru. Mladí lidé zkouší, kolik jsou toho jejich rodiče schopni unést a dovolit. Rádi by se odtrhli od své rodiny, ale na druhou stranu potřebují její podporu. Pokud potřebují dospívající s něčím pomoci, většinou vyhledají své kamarády a přátele. Jejich vrstevníci jim dávají oporu, ochranu a hlavně pocit, že patří do jejich světa (Jedlička, 2015).

Jak dodává Vágnerová, vrstevnická skupina „*slouží jako opora v procesu individuální identity*“ (Vágnerová, 2005, 371). Adolescent může utvářet sám sebe, tím, že náleží k určité skupině, která mu pomáhá překonat období nejistoty, kdy se dospívající sám osamostatňuje a individualizuje. Vztahy k určité skupině zvyšují u daného jedince pocity sebevědomí a sebejistoty (Vágnerová, 2005).

Hlavním znakem, ve kterém se liší vztahy dospívajících ke kamarádům od vztahů s rodiči či učiteli, je rovnocennost vrstevnických vztahů. Názor rodiče nebo učitele nemá takovou důležitost pro mladého člověka jako názor jeho přítele, vrstevníka (Jedlička, 2015).

Podle Čápa slouží skupina vrstevníků dospívajícímu k tomu, aby nasbíral zkušenosti ve vztahu a komunikaci s lidmi, se kterými jsou si rovnocenní a nemají dominantnější postavení jako rodiče či učitelé. Adolescent se učí jednat s osobami, které mají odlišné

vlastnosti a jiné názory, než má on sám. Dospívající se učí uplatnit svoje názory, debatovat, argumentovat, naslouchat druhému, hledat různá společná řešení a vyrovnávat se i s neúspěchem. Tyto rozmanité socializační situace mu pomáhají utvářet jeho osobnost (Čáp, 2001).

I když mladí lidé dávají v období adolescence přednost společnosti vrstevníků, neznamená to, že se zcela oddálili vlastní rodině. Je zcela jisté, že spousta adolescentů má s rodiči malé každodenní spory, například o tom, kdo umyje nádobí nebo vynese odpadky. Ale mnoho dospívajících má silný citový vztah ke své rodině, respektuje ji a váží si toho, co pro ně rodiče dělají (Jedlička, 2015).

Podle Vágnerové se člověk postupně osamostatní a odpoutá se od své vrstevnické skupiny. Tato zkušenost slouží dospívajícímu k rozvoji jeho osobnosti a utvoření jeho osobní identity (Vágnerová, 2005).

### 3. Výchova a výchovné styly

Podle Čápa je výchovou myšleno „*záměrné působení rodičů, učitelů, vychovatelů a výchovných institucí na vychovávané, především na děti a mládež. Rozumí se tím působení záměrné, cílevědomé, směřující k určitému výchovnému cíli – rozvinout v dítěti určité vlastnosti, názory, postoje, hodnotové orientace.*“ (Čáp, 2001, 247) Dále autor uvádí, že dříve byla výchova chápána jako jednosměrné ovlivňování dětí dospělými, ale pravdou je, že i děti jsou ve výchově aktivními jedinci. Děti a mládež rovněž působí na dospělé a ovlivňují jejich chování, myšlení i výchovné procesy. Proto je podle Čápa lepší definovat výchovu jako „*vzájemné působení vychovávajících a vychovávaných*“ (Čáp, 2001, 248).

Čáp ve svém díle uvádí tři výchovné styly podle K. Lewina z roku 1939. Jedná se o styl autokratický, integrační a liberální. **Autokratický** styl nebo také **autoritativní** či dominantní představuje pro vychovávané dítě výchovu založenou na příkazech, výhrůžkách a trestech. Dospělý prokazuje dítěti jen nepatrný respekt a pochopení. Děti jsou pouze v malé míře podněcovány k samostatnosti a prokazování vlastní iniciativy.

Při **integračním** způsobu výchovy, nazývaném též **demokratický**, je vychovatel ochotný s dítětem diskutovat, naslouchat jeho názorům, vést ho k samostatnosti a odpovědnosti. Tento styl výchovy znamená pro dítě méně nařízení a zákazů a velké pochopení individuality každého dítěte.



**Liberální** styl výchovy je založený na naprosté volnosti a svobodě pro vychovávané dítě. Vychovatel po něm nic nevyžaduje a pokud ano, tak nedochází z jeho strany k žádné kontrole (Čáp, 2001).

Po listopadu 1989 se do České republiky začínají dostávat výchovné přístupy založené na větší míře respektu vůči osobnosti a autonomii dítěte. Jedním z nejrozšířenějších je tzv. **respektující** přístup, který si klade za cíl vést dítě nikoli k poslušnosti, ale k zodpovědnosti. Její podstatou jsou vnitřně přijaté hodnoty a normy chování, které dítě vykazuje i když ho zrovna nikdo nevidí. Dítě se nepodřizuje tomu, co říká autorita, ale samo udělá to, co považuje za správné, právě na základě partnerského přístupu jeho rodičů k výchově (Kopřiva, 2008).

Partnerský přístup ve výchově v sobě skýtá myšlenku rovnocennosti a spolupráce. Mezi základní myšlenky dnešní společnosti patří zejména svoboda a možnost volby. A tyto hodnoty je důležité aplikovat i ve vztazích mezi dospělými a měly by se učit a vytvářet i ve vztahu dospělých k dětem (Kopřiva, 2008).

Podle autora bychom se neměli k dětem chovat jinak než k dospělým, co se týče způsobu komunikace a slušného chování. Neexistuje ani žádná věková hranice, od jakého věku bychom se k dětem měli začít chovat partnersky. Rodič by se měl snažit porozumět potřebám dítěte, brát jej vážně a vycházet mu vstříc už od narození dítěte (Kopřiva, 2008).

Největší význam mají první tři roky života dítěte. V tomto období se mohou objevit nesnáze, které mohou mít vliv na dětský vývoj, a proto by si na ně měli dát rodiče pozor. Podle autorky Prekopové patří mezi tato úskalí vysoké nároky rodičů na dítě, nadměrná péče, přehnaná přísnost, nejednoznačné chování či přílišná povolnost, kdy se na dítě nekladou žádné požadavky, nejsou mu dány žádné hranice (Prekopová, 2010). I podle Kopřivy je jedna z nejdůležitějších věcí ve výchově vymezování hranic. Pevné a jasné hranice dávají dětem pocit bezpečí (Kopřiva, 2008).

Podle Nováka při výchově dětí hraje hlavní roli osobnost rodičů, jejich hodnoty a postoje, zájmy, cíle atd. Dále je to jejich osobní zkušenost, kterou si nesou ze svého dětství, a kterou jim poskytli jejich rodiče. Další okolností, která působí na výchovu dětí, je podle autora vliv společnosti, jejíž nároky i představy o výchově se neustále mění. V neposlední řadě se jedná i o samotné chování dětí. I když budou rodiče praktikovat stejné výchovné prostředky na všechny své děti bez rozdílu, může tato výchova působit na každé dítě jiným způsobem vzhledem k jejich odlišným povahovým rysům (Novák, 2013).

### 3.1 Výchova v dospívání

*„Čím kvalitnější jsou rodiče a jejich výchova, tím klidnější puberta. Ve stáří se sčítají hříchy mládí, v pubertě se sčítají hříchy naší výchovy.“* (Pekařová, 2006, 146)

O pubertě se obecně mluví jako o období, které je plné krizí, vzpurnosti a konfliktů. Binarová však tvrdí, že je důležité, jak na chování pubescenta reagují dospělí. Mladý člověk v pubertě trpí výkyvy nálad a je emočně nestabilní, pokud ale je přístup rodičů k němu vstřícný, přijímají jeho individualitu, neponižují ho a nedávají mu zažít pocity méněcennosti, pak chování pubescentů může probíhat i bez větších problémů (Binarová, 2003).

Autorky Baverstocková a Hinesová tvrdí, že je běžné, když rodiče vychovávají své děti tak, jak byli oni sami vychovávaní svými rodiči. Hodnoty, které si rodič přináší ze svého dětství, s největší pravděpodobností předává, ať vědomě či nevědomě, na své děti. A i když se rodiče budou vědomě snažit být jiní a od svých vlastních rodičů se lišit, tak to, jak vychovávají své děti, bude silně ovlivněno výchovou právě jejich rodičů (Baverstocková, Hinesová, 2007).

Matějček vidí úspěch výchovy mladých lidí v tom, že rodiče umožní svým dětem, aby si sami získali své životní zkušenosti. Jsou určité věci, ve kterých je rodič pro své dítě vzorem, aniž by to tak rodič či dospívající chtěl. A to je vidět zejména v každodenním chování rodičů víc než v tom, co dětem slovně vštěpují. Podstatné je například, jak mluví o druhých lidech, jakou mají radost z úspěchu, jak prožívají neúspěch, z čeho mají radost či smutek, jak se chovají ke svým starým rodičům a mnoho dalších příkladů (Matějček, 1986).

Prekopová uvádí, že právě v období puberty přestává rodičovský vzor na děti platit, a to může pro rodiče představovat problém. Dospívající má ale právo vzepřít se rodičovskému vzoru a utvořit si vlastní názor na sebe a na okolní svět. Podle autorky s tím chytrí rodiče počítají, a proto pouští do života svých dětí další osoby mimo rodinu, které mohou pro dospívající představovat nové vzory. Děje se tak například pomocí různých zájmových kroužků či sportovních klubů (Prekopová, 2001).

Dánský autor Juul říká, že když u dítěte začne období puberty, mají rodiče možnost vidět, co společně stvořili. Do této doby seděli rodiče na sedadle řidiče a děti spolupracovaly. V některých případech rodiče nejsou s danou situací spokojeni a začínou to na posledních chvíli napravovat. Ale to už podle autora nefunguje (Juul, 2010).

Matějček tvrdí, že vše, co bylo dítěti předáno výchovou v rodině a ve škole v předchozích vývojových obdobích, to nyní dozrává a vytváří tak nové vztahy a spojení.

Dochází k různým změnám, přesto mladý člověk v podstatě zůstává tím samým člověkem (Matějček, 1986).

Bauman uvádí, že velmi důležitá jsou pravidla, která je potřeba dodržovat. Bez pravidel nemůže fungovat rodina ani společnost. A sami dospívající pravidla vyžadují. Zásady a řád totiž dodávají pocit bezpečí, který mladí lidé v adolescenci potřebují nejvíce. Rodič by měl porozumět potřebám svého dospívajícího dítěte a přizpůsobit rodinná pravidla tak, aby byl spokojený každý člen rodiny (Bauman, 2001).

Autorky Baverstocková a Hinesová tvrdí, že výchova dospívajícího je něco úplně jiného, než když se vychovává malé dítě. Rodiče najednou zjistí, že jejich děti už jsou mladí dospívající lidé s vlastními názory, na které už neplatí zvyky a triky rodičů, jako když byli malí. V tomto období je důležité znovu stanovit hranice a povzbudit potomky k samostatnosti. V tomto případě musí každý rodič přehodnotit svoji úlohu. Rodič by měl umět vést se svým dítětem dialog, který je povzbudí k morální volbě a tím jim pomůže pochopit jejich osobnost (Baverstocková, Hinesová, 2007).

Podle autora Carr-Gregga je cesta k dospělosti zakončena tehdy, když dospívající splní následující čtyři úkoly: vybudují si vlastní identitu, stanou se emočně nezávislími na rodičích či jiných dospělých, vytvoří si pevné přátelské vztahy a najdou si své místo v životě (Carr-Gregg, 2012).

Autoři Schneider a Lindenberger tvrdí, že úspěšnými jsou ti mladí lidé, kteří si dokáží vytvořit následujících „pět C“ (five C's): *Competence*, *Character*, *Confidence*, *Connection* a *Care*. Tyto ukazatelé vedou k pozitivnímu rozvoji u dospívajících.

- **Competence (kompetence):** Dospívající je schopen řešit jakékoliv výzvy v oblasti interpersonální i intrapersonální.
- **Character (charakter):** Adolescent uznává pravidla společného soužití, má upevněné morální zásady a hodnoty.
- **Confidence (sebedůvěra):** Mladý člověk věří ve své vlastní schopnosti a považuje se za hodnotnou lidskou bytost.
- **Connection (vztahy):** Dospívající má pozitivní vztahy k lidem a institucím.
- **Care (péče o ostatní):** Člověk se stará a pečuje o ostatní.

Na konec autoři přidali ještě šesté C a sice **Contribution (přínos)**. Dospívající je schopen se aktivně podílet na životě ve společnosti (Schneider, Lindenberger, 2018, 261).

## 4. Mateřství

### 4.1 Střední dospělost matek

Výzkumný vzorek tvořilo sedm matek, které mají děti v období dospívání. Průměrný věk matek byl přibližně 41 let. Tato životní fáze je podle Vágnerové obdobím střední dospělosti. Tato doba nemá jasně dané mezníky, které by ji oddělovaly od předchozí či následující životní fáze. Podle autorky „*hlavním úkolem střední dospělosti je dosažení a udržení uspokojivé profesní pozice a stabilizace rodiny*“ (Vágnerová, 2007, 178).

V období střední dospělosti dochází k proměnám rodičovské role. Není to dáno jen věkem rodičů, ale zejména dospíváním dětí a jejich postupné osamostatňování se. „*Důležitým znakem středního věku je časová shoda rodičovského bilancování a hledání nové identity s obdobím, kdy si svou identitu vytvářejí i jejich dospívající děti.*“ (Vágnerová, 2007, 215)

Především pro matky je velmi náročné vyrovnat se změnou své mateřské role, protože ji mohou vnímat jako ztrátu důležité složky své identity. Matky citově lpí na svých dětech více a péčí o ně strávily podstatnou část svého života. Ve vztahu s adolescenty bývají matky více emotivní a empatické, ale na druhou stranu mají také větší sklon k afektivitě (Vágnerová, 2007).

### 4.2 Představy ideálních matek

Douglas a Michaels označovali ideologii dobré matky jako „*new momism*“ (Douglas a Michaels, 2004, in Sutherland, 2010). Warner ji označil zase jako „*mommy mystique*“ (Warner, 2005, in Sutherland, 2010). V těchto studiích popisují autoři model mateřství, ve kterém je po ženách žádáno, aby vždy ze sebe vydaly to nejlepší jak fyzicky, emocionálně, psychologicky tak i intelektuálně. A dokud budou matky vystaveny takovéto ideologii, mohou riskovat, že budou zavřeny v jakémsi vězení plném mýtů o mateřství. A následkem takového života jsou negativní reakce, včetně viny a studu (Villani, 1997, in Sutherland, 2010).

Warner popsal požadavky na současné pojetí dobrého mateřství. Dobrá matka by měla dokázat najít ve svém životě rovnováhu, pracovat na částečný úvazek a věnovat se svým dětem, a přitom udržovat dobře fungující domov. Bohužel se objevují situace, kdy se ženy při

snaze splnit tato očekávání a být dobrou matkou, často cítí frustrované, vyčerpané a rozzlobené (Warner, 2005, in Sutherland, 2010).

Swigart kritizovala mýtus o dokonalé matce. Zabývala se kulturou, v níž se od matek očekává láska a péče, a to v prostředí, které je často v rozporu s těmito požadavky. Konzumerismus, pracovní trh a finanční požadavky komplikují zážitky matek s jejich dětmi (Swigart, 1991, in Sutherland, 2010).

Heffner poznamenal, že mimo jiné faktory touha po dokonalosti, konzumerismus a šíření „odborných“ rad přispívají k frustracím v mateřství. Vina byla zaznamenána jako nejvýznamnější důsledek (Heffner, 1978, in Sutherland, 2010).

### 4.3 Pocity viny matek

Pocit viny je emoce, která je vyvolána, když člověk nedodrží morální normy, které uznává a které jsou mu vštěpovány od raného dětství. Pocit viny vzniká z vědomí viny a nese v sobě výčitky svědomí, lítost a stud ze sebe sama (Nakonečný, 2000).

Cakirpaloglu definuje vinu jako pocit, který je vyvolán „*přesvědčením, že svým projevem jsme poškodili jinou osobu nebo jí způsobili nepříjemnost.*“ (Cakirpaloglu, 2012, 214).

Podle Sutherland nastupují pocity viny v případě, že si jedinec uvědomí svůj odklon od chování, jednání nebo přesvědčení, které je od něho očekávané. Každý člověk denně vykonává několik sociálních rolí a při tom má tendenci dívat se na tu roli a vykonávat ji podle toho, jak ji vnímá společnost. Nelehkou situaci zažívají právě matky, které musí fungovat pod drobnohledem společnosti, která má svou jasnou představu o tom, jak by měla vypadat dobrá matka (Sutherland, 2010).

Simon ve své studii uvedla, že 85 % respondentek se cítilo provinile, protože díky svému zaměstnání nastávaly situace, kdy přehlížely své děti a zanedbávaly své manžele. Dále autorka ve své studii zjistila, že ženy v roli manželek a matek cítily daleko větší pocit viny než jejich manželé a cítily se mnohem odpovědnější za celkový chod své rodiny (Simon, 1995, in Sutherland, 2010).

Další výzkum, který Sutherland uvádí ve svém článku, ukázal, že ženy jako matky zažívají pocity viny a studu, protože nesplnily normy, které si samy pro sebe předepsaly, a to na základě očekávání společnosti. Ženy považují tyto své domnělé nedostatky jako své osobní selhání (Cassidy a Davies 2003; Rosenfeld 1989; Avison 1995; Ross 2000, in Sutherland, 2010).

Samantha Seagram a Judith Daniluk (2008) se ve své studii zabývaly zkušeností a významem mateřské viny osmi žen, které měly jedno nebo více dětí ve věku 2 až 12 let. Dalším kritériem zařazení do výzkumu byla přítomnost partnera a zkušenost pocity viny ve své roli matky.

Autorky použily jako hlavní výzkumnou otázku: *Jaký je význam a zkušenost mateřské viny pro matky malých dětí?* Analýza autorky přinesla následujících šest témat, kde účastnice popisovaly své zkušenosti s vinou, kterou zažily ve své roli matek.

1. *Smysl úplné zodpovědnosti.* Každá matka cítila velkou odpovědnost za zdraví, pohodu a rozvoj svých dětí. Většina z nich začala tento tlak cítit už během těhotenství a intenzita se zvyšovala tím, jak jejich děti rostly a začaly se pohybovat také mimo jejich domov.

Přestože se respondentky považovaly za zodpovědné ženy ještě před tím, než měly děti, tak přiznaly, že nebyly připraveny na intenzivní a neustálé požadavky od dětí.

Ženy uvedly, že tento velký pocit odpovědnosti za své potomky získaly zejména z poznámek a jistého očekávání z vnějšího okolí, od svých partnerů, rodičů, zdravotních sester nebo učitelů. Velkým zdrojem pocitů odpovědnosti byly jiné matky, srovnávání se s nimi či srovnávání svých dětí s jinými dětmi. K těmto pocitům vedlo i to, že ženy převzaly odpovědnost za uspokojování potřeb svých dětí za své partnery, kteří nebyli schopni převzít stejnou odpovědnost jako ony.

Respondentky také vyjádřily pobouření nad tím, že mají pocit, že společnost má pro otce odlišná měřítká než pro matky, přičemž otcové jsou odměňováni za plnění některých dílčích rodičovských úkolů, zatímco příspěvek matek je nedoceněný.

2. *Silná touha mít pozitivní dopad na život a vývoj dětí.* Každá žena pociťovala silnou touhu a odhodlání povzbuzovat, vychovávat a pečovat o své děti, aby se mohly stát zodpovědnými, zdravými, šťastnými, schopnými a respektujícími jednotlivci. A častým důsledkem těchto tužeb bylo, že si samy stanovily vysoká a někdy nerealistická očekávání. A pokud nedokázaly tato očekávání naplnit, cítily, že své děti zklamaly.

Touha poskytnout svým dětem péči a vedení, které potřebují k zvládnutí úkolů v dospělosti, byla pro tyto matky obzvláště silná v prvních letech jejich života. Respondentky věřily, že jsou odpovědné za psychologický, fyzický, sociální a morální vývoj svých dětí.

3. *Smysl hlubokého spojení s dětmi.* Ženy popsaly své spojení s dětmi jako hluboké a trvalé spojení. Toto spojení popsaly téměř jako symbiotické a uváděly, jak radost a bolest dětí je zároveň i jejich radost a bolest. Respondentky se svěřily, že jejich pouto s dětmi je tím nejsilnějším poutem ve vztahu, jaký kdy zažily. Pokud došlo k narušení tohoto pouta, matky zažívaly obrovský pocit viny.

Z rozhovorů s matkami bylo také velmi zřejmé, že pocit zodpovědnosti žen za pohodu a štěstí jejich dětí byl velmi silně zakořeněn v jejich silných pocitech lásky k nim a jejich spojení s nimi.

4. *Strach, že by si děti mohly ublížit.* Dotazované matky se svěřily, že často jejich mateřská vina souvisí se strachem, že by se jejich dětem mohlo něco stát nebo v ještě horším případě, že by jim ony samy mohly nějakým způsobem ublížit. Tyto obavy ještě zvýšily touhu a snahu matek chránit své děti a zvýšil se i jejich pocit viny v případě, že nemohly své potomky ochránit. Tyto pocity byly vyvolány zejména tehdy, když byly svědky zklamání svých dětí nebo když byly jejich děti nemocné.

Ženy věřily, že s dětmi mohou dělat dobré věci, ale stejně tak věřily, že s nimi mohou zažít i ty špatné. Obávaly se, že by neúmyslně způsobily svým dětem emocionální nebo psychologické poškození buď svými slovy, činy nebo nečinností. Rady všemožných odborníků je často ještě více utvrzovaly v jejich pocitech viny, což mělo někdy za následek to, že matky přestaly věřit svým mateřským instinktům.

5. *Smysl vyčerpání.* I když respondentky uvedly, že ve svých vztazích s dětmi zažily nebývalé potěšení a radost, hovořily také o negativnějších pocitech spojených s mateřstvím, včetně pocitů vyčerpání, hněvu, frustrace a zlosti.

Ženy se potýkaly s mnoha požadavky týkající se jejich rodiny a domácnosti, a to v kombinaci s jejich pocitem zodpovědnosti a přáním pozitivně ovlivňovat zdraví a pohodu svých dětí vedlo k emocionální a fyzické vyčerpání. Tak vznikaly pocity, které ženy ve své mateřské roli neočekávaly.

6. *Smysl nedostatečnosti.* Pociť nedostatečnosti žen se vztahoval k jejich pocetům zodpovědnosti, starosti a péče vůči svým dětem. Respondentky neustále hodnotily samy sebe s ohledem na požadavky společnosti na dobrou matku, nakonec tyto nároky přispěly jen k tomu, že matky zažívaly, že tyto ideály nenaplňují. Ženy již během těhotenství a po porodu

se zaobíraly otázkou, jak by měla vypadat dobrá a ideální matka a snažily se dělat to nejlepší, ale přesto vnímaly, že nějakým způsobem selhaly.

Respondentky popsaly zdroje těchto očekávání, které vycházely především z jejich zkušeností s vlastními rodiči, zejména s jejich matkami. Dále je ovlivnilo pozorování ostatních rodičů, informace z médií, z knih a časopisů pro rodiče a také jejich mateřské instinkty. Ženy často také pocítovaly, že jejich rodičovská rozhodnutí byla posuzována ostatními, jejich rodinou, jinými rodiči či zdravotníky.

Autorky zjistily, že zkušenost matek s jejich pocity viny není vždy negativní. Ženy se svěřily, že pocity viny někdy napomáhaly k jejich větší motivaci zabývat se svým jednáním. A to často vedlo ke změnám jejich chování způsobem, který více napomohl k uspokojení potřeb jejich dětí. Podle autorky by proto nemělo být žádoucím cílem zcela odstranit pocity viny matek. Místo toho by se ženy měly naučit své pocity viny rozpoznat a používat je vhodným způsobem ve své roli matek (Seagram, Daniluk, 2008).

V práci Hany Ševčíkové (2009) si můžeme přečíst, jakými pocity viny trpí matky dětí v období vzdoru, tedy dětí ve věku 2 až 3 let.

V tomto období věku si dítě začíná uvědomovat svou vlastní osobnost, a to právě může vést k neshodám s jeho okolím.

Autorka si jako výzkumný soubor zvolila 5 matek, které mají děti v daném věku. Sběr dat provedla pomocí polostrukturovaného rozhovoru.

Z rozhovorů jí pomocí interpretativní fenomenologické analýzy vzešly tři základní okruhy témat, a sice pocity viny, zvládání pocitů viny a jak předcházet pocitům viny.

Prvním tématem jsou *pocity viny matek*. Pocity viny v matekách vyvolávaly především jejich nerealistická očekávání, představy a nároky, které na sebe jako matky měly a nedokázaly je naplnit. Dále se respondentky cítily provinile, když nedokázaly zvládnout situace, jako byly záchvaty vzteku dítěte, jeho trucování, odmítání jídla či nudu při hře.

Matky se svěřily, že se cítí provinile, protože často o sobě jako o matekách pochybují. Ženy pochybovaly o svém chování vůči dítěti, o své výchově či jestli správně nakládají se svými emocemi.

Druhým tématem je podle autorky *zvládání pocitů viny*. Respondentky považovaly za nejúspěšnější strategii ve zvládání pocitů viny naději ve zlepšení nastalé situace. V tomto případě matky doufaly, že selepší vnější okolnosti, například, že toto období vzdoru jednou pomine a nemusely se tak zaměřovat na změny ve svém chování.



Posledním tématem práce bylo *předcházení pocitům viny*. Matkám se neosvědčilo a vedlo k jejich pocitům viny používání agresivních způsobů zvládnání záchvatu vzteku dítěte, kam řadily křik na dítě nebo jeho bití. Dále se respondentkám neosvědčily odměny, protože pak jejich děti začaly tuto odměnu vyžadovat při každé vhodné příležitosti.

Naopak některým matkám se podle autorky osvědčilo, když ve vypjatých situacích záchvatu vzteku jejich dítěte, počkaly až se dítě uklidní a odvedly jeho pozornost. Dále respondentkám pomáhala empatie, trpělivost a shovívavost ve vztahu ke svému dítěti (Ševčíková, 2009).

## **II. Praktická část**

### **5. Výzkum**

#### **5.1 Cíle výzkumu**

Cílem této práce je mapovat mateřské prožívání období dospívání jejich dětí a jejich pocity viny spjaté s výchovou. Toto období může být spojeno s mnoha úskalími a problematickým chováním ze strany dítěte, jak bylo představeno v teoretické části této práce. Proto se dá předpokládat, že matky dospívajících již lépe vidí důsledky chyb své výchovy než například matky dětí malých.

V praktické části bude mým úkolem zjistit, jakým způsobem prožívají respondentky dospívání svých dětí, jakým způsobem se ohlížejí na své výchovné působení, čeho případně litují, zda nějaké obtíže dětí vnímají jako důsledek svých výchovných chyb.

#### **5.2 Výzkumné otázky**

##### **Hlavní výzkumná otázka**

Jakým způsobem matky dospívajících reflektují vývoj a výchovu svých dětí?

##### **Dílčí výzkumné otázky**

1. Jak matky prožívají období dospívání svých dětí?
2. Jakým způsobem matky vnímají svou výchovu?
3. Jaký vliv matky připisují své výchově ve vývoji svých dětí?

### 5.3 Metodologie výzkumu

V praktické části své práce budu popisovat kvalitativní šetření reflexe vlastní výchovy a jejího vlivu u matek dospívajících, budu se zaměřovat přednostně na případné pochyby či pocity viny. Kvalitativní formu výzkumu jsem zvolila pro lepší, detailnější a hlubší pochopení zkoumaného jevu. Tato metoda mi umožnila zjistit podrobnější informace o pocitech a stylu výchovy matek a o jejich vztahu k právě dospívajícím dětem. Pod pojmem kvalitativní výzkum chápeme *„jakýkoliv výzkum, jehož výsledků se nedosahuje pomocí statických procedur nebo jiných způsobů kvantifikace. Může to být výzkum týkající se života lidí, příběhů, chování, ale také chodu organizací, společenských hnutí nebo vzájemných vztahů.“* (Strauss, Corbinová, 1999, s. 10)

Podle Strausse a Corbinové se metody kvalitativního výzkumu používají k objevení a pochopení skutečné podstaty fenoménů, o kterých toho ještě moc netušíme. Na druhou stranu mohou být také využity k objevení nových a neobvyklých myšlenek, týkajících se jevů, o kterých už nějaké poznatky máme. Metody kvalitativního výzkumu slouží k získání podrobnějších informací o zkoumaném jevu (Strauss, Corbinová, 1999).

Švaříček a Šedřová definují kvalitativní přístup následovně: *„Kvalitativní přístup je proces zkoumání jevů a problémů v autentickém prostředí s cílem získat komplexní obraz těchto jevů založených na hlubokých datech a specifickém vztahu mezi badatelem a účastníkem výzkumu. Záměrem výzkumníka provádějícího kvalitativní výzkum je za pomoci celé řady postupů a metod rozkrýt a reprezentovat to, jak lidé chápou, prožívají a vytvářejí sociální realitu“* (Švaříček, Šedřová, 2007, 17).

### 5.4 Metoda sběru dat

Data v mé práci byla sesbírána pomocí polostrukturovaného rozhovoru, který se skládal z předem připravených otázek (viz Příloha 2). Hlavní otázky jsem se snažila vytvořit jednoduché, srozumitelné, konkrétní, a aby nebyly sugestivně zabarvené. Rozhovory jsem nahrávala na diktafon v mém mobilním telefonu a následně jsem tyto nahrávky přepsala do tištěné podoby (přepis rozhovoru viz Příloha 3). Citacemi výpovědí respondentek jsem pak ilustrovala prezentované výsledky.

## 5.5 Případová studie

Pro svůj výzkum jsem použila design **vícečetné případové studie**. Podle Švaříčka a Šed'ové je podstatné, „že v *případové studii badatel usiluje o komplexní porozumění případu v jeho přirozeném prostředí. Cílem je interpretovat interakce mezi případem a okolím*“ (Švaříček, Šed'ová, 2007, 98).

Pro analýzu dat jsem využila jednu z metod zakotvené teorie, tj. **otevřené kódování**. Pod pojmem kódování Miovský rozumí „*operace, pomocí nichž jsou zjištěné údaje analyzovány, konceptualizovány a opět skládány novými způsoby, což je ústředním procesem tvorby nové teorie*“ (Miovský, 2006, 228).

Strauss a Corbinová rozlišují tři typy kódování a sice kódování otevřené, axiální a selektivní. **Otevřené kódování** představuje vytvoření pojmů, jejich zkoumání, porovnávání a následné přiřazení těchto pojmů k jednotlivým jevům. Pojmy jsou nadále seskupeny do různých kategorií. (Strauss, Corbinová, 1999).

## 5.6 Výzkumný vzorek

Výzkumný vzorek tvořilo sedm matek, které mají děti v období dospívání, a to ve věku 11 až 19 let. Údaje o těchto matkách uvádím v tabulce č. 1. V uvedené tabulce jsou respondentky uvedené pod nepravým jménem, aby byla dodržena jejich anonymita. Dále je uveden jejich věk, dosažené vzdělání, počet dětí, jejich věk a pohlaví. V posledním údaji je uvedeno, zda daná respondentka žije sama, s partnerem či manželem.

Při výběru vzorku respondentek jsem použila metodu příležitostného a snow-ball výběru (Miovský in Švaříček, Šed'ová a kol., 2007). Na začátku jsem měla vybrané pro svůj výzkum dvě respondentky a ty jsem požádala o kontakt na další ženy, které znají a které by odpovídaly mým požadavkům. Tyto ženy mi pak předaly kontakt na další respondentky. Kritériem výběru bylo, aby respondentka měla dítě v období dospívání (od 11 do 20 let).

**Tabulka 1: Charakteristika respondentek**

<b>Jméno</b>	<b>Kateřina</b>	<b>Lucie</b>	<b>Petra</b>	<b>Tereza</b>	<b>Jolana</b>	<b>Natálie</b>	<b>Ema</b>
<b>Věk</b>	45	40	30	41	52	50	43
<b>Vzdělání</b>	VŠ	VŠ	SŠ	VŠ	SŠ	VŠ	VŠ
<b>Počet dětí</b>	2	2	2	3	2	3	2
<b>Pohlaví/věk dospívajícího</b>	dvě dcery, 19 a 13 let	dcera a syn, 14 let	dcera a syn, 12 a 9 let	dvě dcery a syn, 19, 17 a 9 let	dvě dcery, 16 a 19 let	tři synové, 25, 22 a 16 let	dcera a syn, 18 a 16 let
<b>Manželský/ partnerský status</b>	Vdaná podruhé	Vdaná	Vdaná	Vdaná	Vdaná	Vdaná	Vdaná

## 5.7 Etika výzkumu

Ke svému výzkumu jsem si vybrala polostrukturovaný rozhovor, na který jsem si dopředu připravila dané otázky. Na začátku rozhovoru jsem se nejprve představila a vybraným respondentům jsem poskytla informace o mém projektu. Rozhovor a s ním spojené otázky můžou pro respondenty představovat velmi osobní a citlivou situaci, proto jsem je několikrát ujistila o anonymitě rozhovoru, o tom, že nebudu používat pravá jména jich samotných ani jejich dětí. Jména respondentek i jejich dětí jsem později ve svém výzkumu zaměnila za jiná. Respondentky jsem požádala o písemný souhlas podílet se na mém výzkumu a o jejich dovolení si jejich odpovědi nahrávat. Nahrávky rozhovorů jsem ihned po přepsání smazala.

Všechny rozhovory se odehrávaly v klidném a příjemném prostředí, buď u nich doma nebo v místě, kde pracují. Nejdříve jsem chtěla respondentky poznat blíže, pokládala jsem jednoduché otázky, které se týkaly jejich vzdělání, zaměstnání a koníčků.

Respondentky byly taktéž informovány o tom, že nemusejí zodpovědět všechny otázky. V případě jejich zájmu jim byly sděleny i závěry mého výzkumu.

Na závěr každého rozhovoru jsem si nechala čas na poděkování respondentkám a znovu jsem je ujistila o důvěrnosti rozhovorů.

## 5.8 Analýza výzkumu

Po přepisu rozhovorů jsem data zpracovala pomocí otevřeného kódování, které je součástí zakotvené teorie. Miovský uvádí, že při použití této teorie se začíná zkoumanou oblastí a výzkumník nechává během svého výzkumu, aby to, co je pro tuto zkoumanou oblast důležité, se samo objevilo v průběhu výzkumu, aniž by to dopředu sám předpokládal (Miovský, 2006).

Každý rozhovor jsem následně zakódovala, tyto kódy jsem pak mezi sebou porovnávala a vytvořila výsledné kategorie a subkategorie. Podle Miovského jsou kategorie „*třída pojmů, která vzniká tím, že vzájemně porovnáváme a třídíme významové jednotky a v nich obsažené pojmy a snažíme se zjistit, zda náleží jinému podobnému jevu, nebo jinému jevu nenáleží, a tvoří tedy samostatný odlišitelný celek*“ (Miovský, 2006, 229).

Závěry prezentuji formou jednotlivých kazuistik a dále skrze mezikazuistické srovnání. Výsledky byly prezentovány technikou vyložení karet, tedy formulováním důležitých informací na základě jednotlivých kódů.

## 6. Výsledky výzkumu

### Kateřina

Kateřině je 45 let a vystudovala vysokou školu. Je podruhé vdaná a s prvním manželem má dvě dcery ve věku 19 a 13 let. S dcerami právě zažívá dobré a pohodové období. Považuje se za kamarádku svých dcer, která je ale v mnoha ohledech ve své výchově nedůsledná. Kateřina by svým dcerám chtěla předat hlavně „*slušnost k sobě i ostatním a smysl pro humor*.“ Nejlepší moment v rodičovství pro ni byl, když předešlé vlastnosti začala pozorovat u své starší dcery.

Naopak jí jako matce vadí, když jsou její dcery nešťastné a trápí se. Je pro ni důležité, aby její dcery věděly, že ona je tu pro ně. Tento pocit její dcery postrádaly právě v době krize jejího manželství. Pocity viny u Kateřiny nastaly v době, kdy si uvědomila, že se svým dcerám dostatečně nevěnovala a viděla, že dcery jejím nezájmem o ně trpí. Ve své výchově by určitě nějaké věci udělala jinak, ale v té době to dělala, jak nejlépe uměla.

Kateřině poprvé začalo docházet, že její dcery začínají dospívat, když se začaly předvádět nebo se právě naopak schovávaly před okolním světem. Dospívání jejich dcer je pro ni období bez větších problémů. Pokud nastaly nějaké menší potíže, tak je nakonec vyřešila společně s dcerami.

Kateřina měla pocit, že to jako matka nezvládá pouze v období rozvodu s jejím prvním manželem, naopak jako dobrá matka se cítila zejména ve chvílích, když jí dcery řekly, že jsou moc rády, že ji mají. To, že má s dcerami opravdu blízký vztah, se jí potvrdilo především v důvěrných rozhovorech s nimi. Situaci napomohlo i Kateřinino druhé manželství, které je bezproblémové a dcery si s jejím novým partnerem dobře rozumějí.

### Lucie

Lucii je 40 let, je vdaná a s manželem jsou rodiči 14letých dvojčat, dívky a chlapce. Děti teď mají období, kdy se začínají vyhraňovat a kladou důraz na prosazení svých rozhodnutí. Právě teď se to týká především výběru střední školy. Jako matka je kamarádká a upřednostňuje vysvětlování před příkazy. Například když se její děti hádají, tak jim vysvětluje, že mají být spolu za dobře a mít se rádi, protože mají jen jeden druhého. Lucie na začátku mateřství preferovala volnější výchovu, ale brzy pochopila, že děti potřebují mantinely a svůj řád.

Všechny negativní zážitky rychle vytěšňuje, ale hezké momenty si uchovává. Za takový pozitivní moment ve svém rodičovství považuje událost, když její děti pochopily, že se učí pro sebe, a ne pro své rodiče.

Mrzí ji, že děti nechodily na základní škole do stejné třídy. Nástup adolescence zaznamenala odmlouváním dětí. Nynější dobu, kdy její děti dospívají, přijímá s velkým respektem a moc ji baví, jak se děti částečně mění. U obou dětí dospívání prožívá stejným způsobem, jen u syna si všimá, že je méně sdílný než jeho sestra. Lucie každý den zažívá často pocit, že to jako matka zvládá dobře. Na konci rozhovoru mi řekla: *„Jsem za své děti moc vděčná. A jsem moc ráda, že jsem je mohla naučit vše, co mám za správné. Jako věřící rodina se například každý večer modlíme a potom vždy děkujeme za to, co hezkého jsme prožili, prosíme, co chceme, aby se nám dařilo. Mám své děti moc ráda.“*

## **Petra**

Petře je 30 let, má vystudovanou střední školu a je vdaná. S manželem mají dceru ve věku 12 let a syna, kterému je 9 let. Považuje se za kamarádkou, málo autoritativní a nedůslednou matku. S dcerou, která je na začátku pubescence, právě prožívá hezké období. Je pro ni důležité, aby její děti byly kamarádké a ochotné komukoliv pomoci.

Jako nepříjemné momenty v rámci rodičovství vidí zejména úrazy svých dětí. Kdyby ve své výchově mohla udělat něco jinak, tak by rozhodně byla více důslednější. Lituje toho, že je nedůsledná v dodržování zdravé životosprávy u svých dětí, které mají dědičný sklon k nadváze.

Dospívání své dcery bere optimisticky, snaží se být její kamarádkou a nedělat věci, které jí vadily ve výchově jejich rodičů. Jak ale přiznává, to se jí moc nedaří. Ve výchově se snaží ke svým dětem přistupovat stejně, ale má tendenci se zastávat mladšího ze sourozenců. To je také jediná věc, kterou jí vyčítá její dcera. Syn zatím nedospívá, ale Petra už teď pozoruje, že chlapi jsou někdy méně komplikovaní ve svém chování než dívky.

Jako matka je na sebe pyšná, když vidí, že se její děti chovají dobře, poslouchají a neodmlouvají. Od svých dětí často slyší, že ji mají rádi.



## Tereza

Tereze je 41 let, absolvovala vysokou školu a s manželem mají tři děti, dvě dcery ve věku 17 a 19 let, synovi je 9 let. Tereza věří, že je jako matka důsledná při dodržování nastavených hranic. Zároveň se ale nepovažuje za přísného a direktivního rodiče, který by uplatňoval nadřazenost z pozice dospělého. K dětem má spíše kamarádský vztah. Ráda jako matka vzpomíná, když se jí dcery svěřily se svými problémy s láskou a se vztahy s chlapci. V ten moment si vážila především jejich důvěry.

Kdyby mohla udělat ve své výchově něco jinak, začala by především u sebe a snažila se být pro své děti lepším vzorem. Dále by byla více trpělivá a u svých dětí by se už nesnažila vynucovat si jejich omluvu. Tereza byla velice upřímná, když se svěřila se svým nejhorším okamžikem ve svém rodičovství. Jedná se o moment, kdy neovládla svůj vztek a svou tehdy 15letou dceru uhodila na tvář a nazvala ji vulgární nadávkou. Pocity viny pociťuje právě kvůli své impulsivitě.

Dospívání začala u svých dcer pozorovat, když se dívky začaly více izolovat a uzavírat do svého vnitřního světa, který nechtěly se svou matkou už sdílet. Na začátku dospívání svých dcer Tereza cítila lítost, protože měla pocit, že vše hezké už skončilo s jejich dětstvím. Ale teď, když pominula taková ta hormonální bouře, se podle Terezy zase vyjasnilo a vše je jako dřív.

Ke svým dcerám přistupuje rozdílným způsobem na základě jejich osobnosti. Ale nastavená pravidla zůstala pro obě dvě stejná, v tom se snaží být důsledná. Tereza měla nejsilnější pocit, že to jako matka zvládla, v případě, kdy se jí dcera svěřila se svým problémem, a to s poruchou příjmu potravy. Nastalou situaci Tereza ustála, snažila se svou dceru pochopit a najít vhodné řešení. Zároveň v tomto případě ale měla pocit, že je i nejhorší matkou na světě. Cítila pocit selhání, když nezaregistrovala žádné známky vedoucí k této nemoci. Tereza ale přiznává, že tato situace a boj s tímto onemocněním je paradoxně s dcerou velmi sblížila.

Na konci našeho rozhovoru mě Tereza potěšila následujícím prohlášením: „*Chci ještě pouze říct, že tento rozhovor pro mě představoval zajímavé ohlédnutí a zamyšlení se nad výchovou mých dvou dospívajících dcer. Za to Vám děkuji.*“

## **Jolana**

Jolaně je 52 let, má středoškolské vzdělání, je vdaná a má dvě dcery ve věku 16 a 19 let. Jolana se svěřila, že pro ni nastalé období není právě moc radostné. Její dcery dospívají, starší dcera dodělává školu a odchází z rodného domu. Ráda vzpomíná na jejich dětství a má pocit, že to všechno rychle uteklo.

Jolana se považuje za kamarádkou a empatickou matku, říká, že s dcerami prožívá dobré i zlé. Za nejkrásnější moment svého mateřství považuje samotné narození dcer, které pro ni představuje zázrak. Naopak ve své roli rodiče nemá ráda strach o děti, který tu s ní bude už nastálo. Jedná se především o obavy, když dcery někam cestují autem, zábavy, první zamilování, škola apod. Kdyby měla druhou možnost, tak by si se svými dcerami více hrála a méně se věnovala domácnosti.

Adolescenci u svých dcer začala pozorovat, když se dívky začaly více zajímat o svůj vzhled a dávaly více na rady svých kamarádek. Dospívání dcer pro Jolanu znamená především jejich osamostatňování se a vzdalování se od rodičů. Jolana si zpětně uvědomuje, že byla mnohdy velmi úzkostlivá a dcerám zakazovala akce přiměřené jejich věku.

Největší radost má, když se dcerám vše daří, tak jak si představovaly. Vzhledem k velkému věkovému rozdílu mezi ní a jejími dcerami jí často dochází, že mají na nějaké věci jiný pohled a Jolana by jisté věci udělala jinak než ony. Někdy Jolana pociťuje úbytek energie a radši by měla svůj klid na rozdíl od svých dcer, které rády cestují a poznávají nové lidi a věci.

## **Natálie**

Natálii je 50 let, má vystudovanou vysokou školu a se svým manželem mají tři syny. Chlapci jsou ve věku 16, 22 a 25 let. Všichni synové Natálie studují a jezdí na víkendy domů. Od mala byli vedeni ke sportu, a proto je pro všechny největší koníček fotbal. Vzhledem k většímu věkovému rozdílu všech chlapců Natálie změnila během svého rodičovství i svůj způsob výchovy vzhledem k tomu, jak se ona jako matka vyvíjela a nabírala nové zkušenosti.

U nejstaršího a prostředního syna převládala výchova přísnějšího rázu, zatímco u nejmladšího syna už byla výchova mírnější a kamarádká. Natálie se svým přibývajícím věkem pozorovala i větší toleranci a nadhled ze své strany. Nástup dospívání zaznamenala Natálie nejvýrazněji u svého nejstaršího syna, když přišel domů a byl lehce pod vlivem alkoholu. Bylo mu mezi 14 a 15 roky a Natálie tento přerod nesla těžce.

Dospívání svých dětí hodnotí jako celkem bezproblémové a pohodové. Za důvod tohoto klidu považuje to, že společně s manželem trávili s dětmi hodně času a naplno se jim věnovali a kluci tak neměli čas dělat hlouposti. Natálie si myslí, že jako matka si vede velmi dobře. Přesvědčuje se o tom každý den, když vidí, jak se synové chovají k ostatním, bezproblémově studují, sportují, jsou samostatní a rádi se vracejí domů. Ke konci rozhovoru ještě dodala: *„Většina rodičů dělá ve výchově to nejlepší, co v danou chvíli považují za nejlepší. Tak jsme to dělali i my. Podle svého nejlepšího svědomí a s velkou láskou. Děti u nás vždy byly a jsou na prvním místě. I když už hledají svoje cesty, vždy se vracejí domů, a to je pro nás velmi důležité. To je ten okamžik, kdy víme, že je vše v pořádku.“*

## **Ema**

Emě je 43 let, je vysokoškolsky vzdělaná a s manželem mají 18letou dceru a 16letého syna. Ema je podle sebe jako matka milující, kamarádká a nedůsledná. Ráda vzpomíná na bezstarostné období dětství svých dětí.

Ema přiznává, že s dcerou nemá větší problémy, ale se synem je situace komplikovanější a dospívání u něho probíhá bouřlivěji. Nástup dospívání u svého syna zaznamenala, když přišel domů opilý a byl z něho cítit kouř cigaret. Celkově začal syn upřednostňovat společnost svých kamarádů.

Pocit viny cítí, když se nelichotivě vyjádří na adresu synových kamarádů či mu narušuje soukromí v jeho pokoji. Její občas tvrdší postoj k synovi ale pramení z velkého strachu o něj. Ema ví, že s dcerou má kamarádký vztah a dcera k ní má důvěru a nebojí se jí svěřovat. Se synem má Ema pocit, že se jí trochu vzdálil a důvěra je mezi nimi narušená, ale jak dodala na konci: *„Věřím tomu, že složitější období, které mám teď se synem, pomine, a že znovu objeví ten pevný a zdravý základ, který jsme mu odmala předávali.“*

Ze získaných údajů bylo vytvořeny základní kategorie a subkategorie, které jsou zobrazeny v následující tabulce a podrobněji rozepsány v příštích kapitolách.

**Tabulka 2: Výsledné kategorie a subkategorie**

<b>Kategorie</b>	<b>Subkategorie</b>
<b>O výchově</b>	Výchovný styl
	Stejná výchova u všech dětí
	Rozdílná výchova u všech dětí
	Dětství
	Vliv rodičů
	Představy o výchově
	Příjemné momenty rodičovství
	Nepříjemné momenty rodičovství
	Cíle výchovy
<b>O dospívání</b>	Nástup puberty
	Samotné období puberty
	Respondentky jako matky
<b>O pocitech viny</b>	Krize v partnerském vztahu
	Nedostatečná asertivita
	Nedůslednost
	Impulsivita a pomyslné selhání při řešení zdravotních problémů její dcery
	Úzkostlivost
	Rozdílnost ve výchově synů
	Narušení soukromí a důvěry

## 6.1 Výchovný styl

Respondentky se zamyslely nad tím, jaké jsou jako matky a jaký styl výchovy preferují. Všechny respondentky se považují nejen za matku svých dětí, ale i za jejich kamarádku.

Jolana o sobě jako o matce tvrdí: *„Myslím si o sobě, že jsem spíše přátelská. Razím ve všem zlatou střední cestu. Myslím, že jsem dost empatická a dokážu, až ke své škodě, prožívat se svými dcerami dobré i zlé.“*

I Tereza se označila za kamarádku svých dětí, ale na druhou stranu je pro ni velmi důležité, aby její děti měly pevné hranice a věděly, co si mohou a nemohou dovolit.

Tereza: *„Jsem důsledná při dodržování nastavených hranic. Zároveň jsem ale nikdy nebyla přísný a direktivní rodič, který by uplatňoval nadřazenost z pozice dospělého. Převládá spíše kamarádský vztah.“*

Podobný názor má i Petra: *„Kamarádská, spíše vysvětluju, než přikazuju. Při hádkách vysvětluju, že se nemají hádat, mají se mít rádi, protože mají jen jeden druhého.“*

Mezi nejstarším a nejmladším synem další respondentky Natálie je devítiletý věkový rozdíl. Proto je samozřejmé, že sama respondentka byla jako matka jiná při výchově svého prvního syna než při výchově svého nejmladšího syna. U dvou starších dětí zvolila přísnější styl výchovy než u třetího syna, kdy už se projevovала více kamarádsky. Sama Natálie si uvědomuje, že toto chování souvisí na jedné straně s věkem a nezkušeností matky jako začátečnice a na druhé straně už mohla lépe zhodnotit, co se u dvou předchozích synů ve výchově osvědčilo či neosvědčilo a změnit to při výchově svého nejmladšího syna.

Natálie: *„U nejstaršího a prostředního syna převládala přísnější výchova, u nejmladšího už byla výchova mírnější, kamarádská.“*

### 6.1.1. Stejná výchova u všech dětí

Pouze dvě respondentky Lucie a Kateřina přistupují ke všem svým dětem ve výchově stejně.

Lucie: „*Ve výchově se snažím přistupovat k oběma dětem bez rozdílu.*“

Kateřina: „*Stejně. Jsou si dost podobné, takže o to je to pro mě lehčí.*“

### 6.1.2 Rozdílná výchova u všech dětí

Všechny matky uvádějí, že usilovaly o stejný přístup ke všem dětem, zároveň se to ale leckdy nedařilo, musely přizpůsobovat svůj přístup povaze dětí, důležitou roli hraje pohlaví dítěte, věk dítěte nebo věk a zkušenosti matky.

Respondentka Natálie vidí největší důvod rozdílné výchovy svých synů v době, která uplynula mezi porodem prvního a třetího dítěte. Když se stala matkou potřetí, už měla jisté zkušenosti a výchova nejmladšího syna se lišila od výchovy dvou předchozích synů.

Natálie: „*Rozdíly ve výchově byly způsobeny věkovým posunem a zkušenostmi. Jinak člověk vychovává první dítě ve 22 letech a třetí dítě v 31 letech. S věkem přichází i větší tolerance a hrany se obrušují.*“

Tereza: „*Myslím, že rozdílný, protože svůj přístup k dětem vždy musíte přizpůsobit jejich osobnosti. Nastavená pravidla, však zůstala platná pro obě stejně, v tom jsme se snažili být důslední. Například první disko nebo zábava až v 16 letech.*“

Rozdílný přístup má i Ema, která přiznává: „*Rozdílně. Se synem je to komplikovanější než s dcerou.*“

### 6.1.3. Dětství

Všechny respondentky uvedly, že dětství jejich dětí bylo krásným, bezproblémovým a šťastným obdobím, na které velmi rády všechny vzpomínají.

Jolana říká o dětství svých dcer: *„Klidné, pohodové a vcelku bezproblémové. Byla jsem s nimi doma do šesti let první dcery. Super čas!“*

Natálie: *„Myslím, že bylo šťastné a rozmanité. Vedli jsme děti ke sportu a hodně s nimi sportovali.“*

Respondentka Ema především vzpomíná na bezstarostné období svých dětí, kdy ona sama s nimi byla na mateřské a nemusela řešit žádné větší problémy. Důležitým zdrojem opory pro ni byli i její rodiče, které v té době byli plní síly a bez větších zdravotních problémů.

Ema: *„Na dětství svých dětí vzpomínám velmi ráda, byla jsem s nimi na mateřské, a čas jsme trávili na chalupě. Byli jsme jenom my, já, děti a moji rodiče.“*

### 6.1.4 Vliv rodičů

Každá z respondentek se cítí být ovlivněná svými rodiči či prarodiči, i když si to prý často ani neuvědomují. Žádná z nich nevedla, že by na ně měly vliv média či společenské mínění.

Jolana: *„Určitě jsem využila rad babiček a prababiček.“*

Tereza si myslí, že *„jsem určitě ovlivněná výchovou svých rodičů, např. kladný vztah ke křesťanskému náboženství, který jsem se snažila i předat ve výchově dál svým dětem.“*

Petra přiznává, že *„ráda bych udělala hodně věcí jinak, ale mnohdy sama slyším, že mluvím stejně jako moje maminka.“*

Lucie: *„Výchovou svých rodičů jsem ovlivněna určitě, a také výchovou svých starších sester a snažím se nedělat chyby, které jsem viděla u nich.“*

### 6.1.5 Představy o výchově

Před tím, než se respondentky staly matkami, měly možnost přemýšlet o tom, co je v této roli čeká a co mohou od rodičovství vlastně očekávat. Všechny se shodly na tom, že se na něco takového dopředu připravit nedá a realita je mnohem pestřejší než samotné představy.

Respondentka Petra o tom řekla: *„Myslela jsem si, že to bude jednodušší. Výchova dětí je náročnější, než jsem si myslela, ale podstatně krásnější, než jsem si představovala.“*

Respondentka Tereza měla jasnou představu, co by ráda svým dětem předala. Když teď už děti má, vidí, jak každé z jejich dětí je jiné a mají jiné zájmy než jejich matka.

Tereza: *„Měla jsem představu, že povedu své děti ke sportu a zdravému životnímu stylu. Dále, že budu rozvíjet jejich kreativitu a podněcovat zájem ve výtvarné oblasti. Každé dítě je jiné, takže i mé představy se s realitou mijely. Zdravý životní styl a stravování se nezdařil, o kreslení neprojevovalo zájem ani jedno ze tří dětí. Děvčata jsou sportovně založená, chlapec nikoliv.“*

### 6.1.6 Příjemné momenty rodičovství

Pro každou z dotazovaných žen představovala vzpomínka na nějaký příjemný okamžik během dospívání jejich dětí něco jiného a jejich reakce a odpovědi tak byly velmi rozmanité.

Tereza si velmi váží důvěry, které k ní její dcery mají, hodně to pro ni znamená: *„Když se mi svěřily se svými problémy s láskou.“*

Dvě z respondentek uvedly, že rády vzpomínají na konkrétní dárek od svých dětí.

Jolana: *„Jsme tři kamarádky ze školy a jezdíme jednou za rok na čtyřdenní výlet. Dostala jsem na cestu od dcer triko s nápisem BEST MO FOR EVER. Hrdě ho nosím.“*



Ema: *„Za ušetřené peníze z brigády mi syn koupil dárek. Dcera mi to dávala najevo maličkostmi častěji.“*

Následující tři respondentky popsaly, že si velmi váží náklonnosti svých dětí při takových příležitostech, jako jsou blízké rozhovory.

Natalie: *„Nemluví o tom, ale cítím od nich, že se mě, nás, váží a mají nás rádi.“*

Kateřina: *„Ano, při důvěrných rozhovorech.“*

Petra: *„Často, pořád mi nechávají vzkazy na lednici a často mi říkají, že mě mají rádi.“*

### **6.1.7 Nepříjemné momenty rodičovství**

Všechny respondentky si také moc dobře uvědomují, že období rodičovství neprovází jen momenty, na které se rádo vzpomíná. Patří sem i chvíle, na které by se nejradyji zapomenulo. Ale nejedna z nich také přiznává, že i tyto nepříjemné situace je v jejich životě posunuly dál.

Lucie: *„Vše negativní rychle vytěsním a nepamatuju se. Jen úseky a samotné narození dětí, které byly předčasně narozené.“*

Kateřina: *„Když byly dcery nešťastné a pro něco se trápily. Důležité v těch chvílích bylo, aby věděly, že jsem s nimi a pro ně.“*

Petra: *„Vždy nějaký větší úraz. Jak úrazů přibývalo, naučila jsem se to zvládat s klidem.“*

Natalie přiznává, že *„nejhorší moment byl, když mi jeden ze synů vyčetl moji výchovu.“*

Ema se svěřuje, že pro ni bylo těžké, když *„mi přišel syn opilý domů. Věděla jsem, že to jednou přijde a doufala jsem, že se to už nebude opakovat.“*

Tereza: „*Nejhorší moment, za který se stydím, považuji to, když jsem neovládla svůj vztek a dceru jsem v jejích 15 letech udeřila fackou na tvář a nazvala ji vulgárně krávou.*“

### 6.1.8 Cíle výchovy

Každá z matek chtěla předat svým dětem jen to nejlepší. Respondentky preferují jiné hodnoty a postoje. Ale za hlavní považují slušnost, hezké vztahy k ostatním, ochotu, empatii nebo humor.

Jolana: „*Slušnost, radost ze života, zájem o učení, práci, dobrý vztah k prarodičům a lidem všeobecně.*“

Tereza: „*Určitě předání a zastávání morálních hodnot. Dodržování etických zásad, které považujeme v naší rodině za správné a důležité. Patří sem poctivost, upřímnost, skromnost, sebeovládání, umění odpouštět, schopnost empatie. Ano povedlo.*“

Petra měla za cíl, aby její děti byly „*kamarádké a ochotné vždy komukoliv pomoci. Myslím, že povedlo.*“

Kateřina by svým dcerám chtěla předat hlavně „*slušnost k sobě i ostatním a smysl pro humor.*“

Natalie chtěla, aby její synové byli „*tolerantní, upřímní a empatičtí. A to se nám, myslím, povedlo.*“

Ema chce, aby její děti byly především „*samostatné, poctivé, měly smysl pro fair play, sociální citění, hezké vztahy s prarodiči, nebály se svěřit, a aby věděly, že jsem tu pro ně. Myslím, že se to splnilo.*“

## 6.2 Dospívání

### 6. 2.1 Nástup puberty

Respondentky zavzpomínaly na první náznaky přicházející adolescence jejich dětí. Mezi hlavní změny, které respondentky uvedly, patřilo osamostatňování se, odpoutávání se od rodiny, experimentování, uzavírání se do sebe nebo naopak jejich touha po pozornosti.

Jolana: *„Od šesté třídy se více zajímaly o svůj vzhled a daly na rady kamarádek. Vzdalovaly se.“*

Tereza: *„Ano, vzpomínám si na to. Najednou se mnou nechtěly jít na nákup. Přece nepůjdou s maminkou. Více se začaly izolovat, uzavírat do svého vnitřního světa, který se mnou nechtěly sdílet.“*

Kateřina: *„Menzes, akné, předvádění se nebo naopak schovávání před světem.“*

Ema: *„U dcery ne, u syna, když přišel domů a byl z něho cítit kouř, ale tvrdil, že nekouří. Dával přednost společnosti kamarádů.“*

Natálie: *„Bylo to u mého nejstaršího syna, když jednou přišel domů a byl lehce pod vlivem alkoholu. Bylo mu asi 14/15 let. Těžce jsem ten přerod nesla.“*

### 6.2.2 Samotné období puberty

Jedna z respondentek udala typický znak pro dospívání a to, že se její děti chtějí už samostatně rozhodovat a požadují po rodičích, aby toto jejich rozhodnutí bylo plně akceptováno.

Lucie: *„Děti se začínají vyhraňovat a kladou důraz na prosazení svých rozhodnutí. Zásadních, jako je výběr SŠ a to, jak se budou připravovat. Ale беру to s velkým respektem, moc mě baví, jak se částečně mění.“*

Následující respondentka zjistila, že jakmile její syn opustil základní školu ve stejném městě, kde bydlí, zhoršil se jeho prospěch ve škole. Její syn získal pocit svobody s odchodem z rodného města a cítí, že už není tolik pod tlakem a dohledem rodičů. Z průměrného žáka na základní škole se stal žákem podprůměrným a dává raději přednost společnosti svých kamarádů.

Ema: *„S dcerou nemám větší problémy, je samostatná a studuje na gymnáziu. Mladší syn navštěvuje střední školu v jiném městě, jeho prospěch je podprůměrný a škola ho nebaví. Svůj volný čas teď tráví s partou kamarádů a nemá čas se učit.“*

Jolana se s lítostí smíruje s tím, že se jedna z jejích dcer chystá odstěhovat do vlastního bytu.

Jolana: *„Právě teď prožívám dospívání a odcházení dcer z rodného domu. Je mi to líto. Uteklo to.“*

Ostatní respondentky takovou situaci ještě řešit nemusely, protože jejich děti se nachází v období rané adolescence či ještě studují a ze škol dojíždějí domů. Toto období si respondentky užívají a těší se z dobrých vztahů se svými dětmi.

Natálie: *„Synové studují a jezdí každý víkend domů. Víkendy s nimi si užívám. Hrají fotbal, kterému bylo vždy vše podřízeno.“*

Kateřina: *„S dcerami právě prožívám dobré a pohodové období.“*

Tato respondentka zjistila, že se puberty obávala zbytečně, a když pominuly trochu těžší začátky, vše je jako dříve.

Tereza: *„Bylo mi to líto, někdy jsem měla pocit, že všechno hezké skončilo s jejich dětstvím. Ted', když hormonální „bouře“ ustoupila, se zase „vyjasnilo“ a vše je jako dřív.“*

Každá z respondentek má více dětí a mě zajímalo, jestli dospívání prožívají či prožívali u všech dětí stejně nebo ne. V jakých případech to bylo složitější a z jakého důvodu.

Respondentka Tereza uvedla, že dospívání o obou jejích dcer bylo složitější a více problémové ve vztahu k ní než ke vztahu k jejímu manželovi jako otci dívek.

*Tereza: „Dospívání dcer je myslím více konfrontační ve vztahu dcera/matka, než dcera/otec a průběh byl náročný u obou stejně.“*

Respondentka Petra má syna, který ještě není v období adolescence, ale už teď považuje chlapce za méně problémové ve srovnání s její dospívající dcerou v oblasti každodenních záležitostech.

*Petra: „Syn zatím nedospívá, ale mnohdy pozoruji, že kluci jsou někdy „méně komplikovaní“ oproti děvčatům, např. vztahy s kamarády, oblékání a tak podobně.“*

Oproti předchozí dotazované má tato respondentka Lucie ke své dceři bezproblémový vztah a dívka nemá problém se jí svěřovat. Její bratr si nechává své pocity pro sebe a nemá takovou potřebu je s někým z rodičů sdílet.

*Lucie: „Ano, u obou dětí to mám stejné. Jen chlapec je méně sdílný než děvče.“*

Respondentka Ema také nemá žádný problémový vztah se svou dcerou. Se svým synem teď neprožívá moc lehké období.

*Ema: „Ne. S dcerou mám kamarádský vztah a mám pocit, že se mi se vším svěřuje. Syn se mi v současné době trochu vzdálil a důvěra mezi námi je trochu narušená.“*

### 6.2.3 Role matky

Respondentky se během rozhovoru svěřily i s pocity, kdy jsou na sebe jako matky pyšné, co jim dělá největší radost či jaké období právě teď s dětmi prožívají.

Lucie přiznává, že jako matka je na sebe hrdá „každý den.“

Tyto respondentky jsou na sebe pyšné, protože cítí, že svým dětem předaly přesně to, co ony považují za důležité a co bylo jejich cílem. Jedná se o slušné vychování, samostatnost, když dělají to, co je baví, mají hezké vztahy k ostatním, umí pomoci, a především dávají najevo, jak mají své rodiče rády.

Petra: „*Např. Když trávíme čas se stejně starými dětmi našich přátel, a ty moje se chovají dobře, poslechnou a neodmlouvají.*“

Natálie: „*Přesvědčuji se o tom každý den, když vidím, jak se chovají k ostatním, bez problémů studují, sportují, jsou samostatní a přemýšliví. Rádi se vracejí domů.*“

Ema: „*Když vidím, jak nezištně pomáhají svým prarodičům a tráví s nimi čas.*“

Kateřina: „*Vždycky, když mi dcery řekly, že jsou moc rády, že mě mají, a že se máme všichni rádi.*“

Respondentka Jolana cítí, že vše skvěle zvládla především, když se dcerám odehrává jejich život, tak jak ony přesně chtějí.

Jolana: „*Mám radost, když se dcerám vše podaří, jak si představovaly a představují.*“

Nelehkou životní situaci zažila respondentka Tereza a její dcera, která si prošla poruchou příjmu potravy. Od matky se jí dostalo pochopení a následné pomoci, a hlavně díky tomu, že se jí nebála svěřit, dopadla tato událost dobře.

Tereza: „*Asi v případě, kdy mi dcera svěřila své tajemství s poruchou příjmem potravy. Myslím, že jsem to ustála a zvládla, snažila se ji pochopit a najít řešení problému a právě tento boj s tímto onemocněním nás paradoxně sblížil.*“

### **6.3 Pocit viny**

Každá z respondentek má jinou osobnost a jiné životní zkušenosti, proto jejich odpovědi na otázku o pocitech viny jsou tak různorodé. Díky tomu se během rozhovoru objevilo sedm různých témat o pocitech viny matek, které mají děti v období dospívání.

#### **6.3.1 Krize v partnerském vztahu**

Kateřina je podruhé vdaná. V době dospívání jejích dcer procházelo její první manželství krizí a bylo následně rozvedeno. V té době v rodině panovala nepříjemná a dusná atmosféra, která měla negativní vliv především na děti. Kateřina se trápila výčitkami, že v době řešení svých osobních problémů neměla na dcery dostatek času a energie.

Ale Kateřina dodává, že „*v té době jsem to dělala nejlíp, jak jsem zrovna uměla.*“

#### **6.3.2 Nedostatečná asertivita**

Lucii trápí pocity viny z doby, kdy se přestěhovali do nového města a její děti (dvojčata) byly rozděleny z organizačních důvodů do dvou tříd. Její dcera se dostala do třídy, kde panovaly u některých žáků velké kázeňské problémy, což se negativně projevilo na psychickém stavu dívky. Lucie trpěla pocity viny z toho, že více neapelovala na vedení školy, aby děti chodily do jedné třídy a dcera tak měla ve svém bratrovi v nové třídě oporu.

Lucie: „*Asi bych pár věcí udělala jinak, ale život mě naučil, nelitovat ani špatného rozhodnutí.*“

### 6.3.3 Nedůslednost

Petra přiznává, že její děti mají dědičný sklon k nadváze. Vzhledem k tomu, že i ona v mládí bojovala s nadbytky kil, měla jasno v tom, že jednou své děti povede ke zdravé životosprávě a pravidelnému pohybu. S odstupem času uznává, že ne vždy tato předsevzetí při výchově dětí dodržela. Občas dopřávala dětem i sladkosti a hry na počítači občas zvítězily nad zdravým pohybem venku.

Petra o sobě říká, že *„kdybych byla důslednější, dětem by to více prospělo.“*

### 6.3.4 Impulsivita a pomyslné selhání při řešení zdravotních problémů její dcery

Tereza cítila pocit selhání, když včas nezaregistrovala žádné známky vedoucí k onemocnění dcery mentální bulimií. Vyčítala si, že si ničeho nevšimla dříve. Dále Tereza cítí pocit viny ve chvílích, kdy jedná vůči svým dětem impulsivně a neadekvátně k dané situaci.

Tereza: *„Někdy jsem byla příliš impulsivní a poté jsem toho litovala.“*

### 6.3.5 Úzkostlivost

Jolana se svěřila, že lituje toho, že mnohdy byla velmi úzkostlivá a dcerám zakazovala akce přiměřené jejich věku. Tím docházelo zbytečně ke konfliktům mezi ní a dcerami. Má pocit, že mohla mít k dcerám větší důvěru.

Jolana: *„Vždycky jsem se o holky moc bála a až časem jsem se naučila žít s pocitem, že o ně jako matka budu mít starost celý život.“*



### 6.3.6 Rozdílnost ve výchově synů

Natálie lituje, že na svého nejstaršího syna uplatňovala přísnější režim ve výchově a měla na něho náročnější požadavky než na svého nejmladšího syna. Ale bere to jako životní zkušenost, která naštěstí dobře dopadla. I přes odlišný způsob výchovy ke svým synům, má pocit, že se jsou její synové dobře vychovaní a slušní.

*Natálie: „Každý věk ve výchově je jiný. Prvního syna jsem měla velmi mladá a nezkušená. Byla jsem na něj velmi přísná a autoritativní. Nejmladší syn byl vychováván jinak. Už jsem byla starší, „moudřejší“ a na spoustu věcí jsem se dokázala dívat s nadhledem.“*

### 6.3.7 Narušení soukromí a důvěry

Ema si uvědomuje, že kvůli svému chování došlo k narušení důvěry s jejím synem. Týká se to především opakovanému narušení synova soukromí v jeho pokoji či nelichotivé vyjádření o jeho kamarádech. Emu mrzí, že její syn tráví s kamarády více času než s rodinou a jejich názor byl vždy upřednostněn před názorem rodičů.

*Ema: „Snažím se smířit s tím, že jako rodiče jsme teď pro syna až na druhém místě.“*

## **7. Shrnutí**

Ve své práci jsem se zabývala kvalitativním výzkumem, pomocí polostrukturovaných rozhovorů, které jsem vedla s respondentkami mající děti v období adolescence.

V této kapitole budou zodpovězeny nejprve dílčí výzkumné otázky a posléze hlavní výzkumná otázka.

### **Jak matky prožívají období dospívání svých dětí?**

Pro respondentky představuje dospívání období, kdy se z jejich malých dětí stávají nezávislí mladí lidé s vlastními názory. Některé z matek pocítují respekt a baví je sledovat právě probíhající změny jejich dětí. Další matky uvedly, že cítí lítost, protože pro ně skončilo bezstarostné období dětství jejich dětí. Většina matek uvedla, že si nejvíce v období dospívání svých dětí váží jejich důvěry, kterou jim dávají najevo například při důvěrných rozhovorech.

### **Jakým způsobem matky vnímají svou výchovu?**

Všechny respondentky vnímají sami sebe nejen jako matky, ale také jako kamarádky svých dětí. Žádná z nich se nepovažuje za direktivního rodiče a upřednostňuje mírnější styl výchovy. Na druhou stranu je pro matky důležité, aby děti měly pevně dané hranice a respektovaly jejich dodržování.

Dvě matky se snaží ve výchově ke svým dětem přistupovat stejně. Ostatní respondentky mají rozdílný přístup, ale z odlišných důvodů. Roli tu hraje osobnost dítěte, věk matky a pořadí dítěte, ve kterém se narodilo nebo komplikovaný vztah k jednomu z dětí.

### **Jaký vliv matky připisují své výchově ve vývoji svých dětí?**

Matky připisují své výchově ve vývoji svých dětí zásadní vliv. Jsou to právě ony, kdo s nimi tráví nejvíce času již od jejich samotného narození. Respondentky si musely zvyknout na skutečnost, že už nejsou u svých dětí na prvním místě a respektovat jejich touhu osamostatnit se a mít vlastní názory. Všechny se shodly v tom, že se jim povedlo předat to, co chtěly, aby jejich děti do života obdržely. Nejdůležitější význam pro dotazované mají morální a etické zásady, slušnost, dobré vztahy s ostatními lidmi, empatie, poctivost, samostatnost a radost ze života.

### **Jakým způsobem matky dospívajících reflektují vývoj a výchovu svých dětí?**

Respondentky většinou měly aspoň částečnou představu o tom, jaké chtěly být jako matky v době, kdy děti ještě neměly. Když se jimi už staly, všechny se shodly, že se na tuto roli nedá dopředu perfektně připravit, a to především z důvodů rozdílných a předem nejistých povahových vlastností jejich dětí.

Všechny respondentky hodnotí svou výchovu kladně. Dotazované ženy našly mnoho rozmanitých příkladů a důkazů, kdy si jako matky vedly skvěle. Mají radost ze svých dětí, které jsou slušné, úspěšné, samostatné, dělají věci, které je naplňují, chovají se hezky k ostatním, umí vyjadřovat svoje city a žijí podle svých představ.

Respondentky se rozcházejí ve svých zkušenostech s pocity viny za něco, co řekly nebo udělaly ve výchově svých dětí. Matky si zpětně uvědomují, že ne vždy bylo jejich chování adekvátní pro ten daný okamžik ve vztahu k jejich dětem. Ale i tak se shodly na tom, že právě tyto složitější a nepříjemné momenty je a jejich děti posunuly v jejich životech zase o kousek dál. Za všechny respondentky to nejlépe vystihují slova dvou matek Kateřiny a Lucie. Kateřina o své výchově říká, že v každé té době to dělala nejlíp, jak zrovna uměla. Lucie je toho názoru, že by asi pár věcí udělala jinak, ale život ji naučil nelitovat ani špatného rozhodnutí.

Přestože se respondentkám a jejich dětem nevyhnuly ani takové nepříjemné a problémové situace jako je například alkohol, cigarety nebo bulimie, většina respondentek považuje právě probíhající období svých dětí za bezproblémové a v současné době mají s dětmi harmonické vztahy.

## 8. Diskuze

Cílem této práce bylo zmapovat mateřské prožívání období dospívání jejich dětí a jejich pocity viny spjaté s výchovou.

Adolescenci nelze považovat za samostatné období a musí se brát v souvislosti s dětstvím dospívajícího. Macek a Štefánková tvrdí, že mnoho výzkumů z poslední doby uvádí, že vztahy rodičů a dětí se vyvíjí souvisle a období dospívání pro ně neznamena nějakou radikální změnu. Co se podle autorů děje v období adolescence, „nelze vytrhovat z procesu celoživotního utváření“ (Macek, Štefánková, 2012, 35). Všech sedm respondentek uvedlo, že považují dětství svých dětí za šťastné, spokojené a bezproblémové.

Respondentky si plně vybavily vzpomínky na první příznaky, kdy se jejich děti dostávaly do období puberty. Na první pohled byly viditelné tělesné změny a pak změny jejich chování. Adolescenti toužili po větší volnosti, soukromí, poutali k sobě pozornost nebo naopak uzavírali se do svého světa. Pak také přišly první zkušenosti s kouřením cigaret a alkoholem. Respondentky tak potvrdily mínění autorů Langmeiera a Krejčířové, že adolescenti se začínají odlišovat jak od dětí, tak od dospělých. Objevují se u nich specifické znaky a vytváří si speciální subkulturu s rozdílným vyjadřováním či odlišným zevněškem (Langmeier, Krejčířová, 2006). Zkušenosti respondentek odpovídaly tvrzení Vágnerové, že pro dospívající je důležité hledání a vytvoření si vlastní identity. Toto sebepoznání se lépe uskutečňuje v rámci své vrstevnické skupiny, která je pro adolescenta stále více důležitější (Vágnerová, 2005).

Respondentky se zamyslely nad otázkou, jestli prožívají pubertu stejně u všech svých dětí. Dvě z nich uvedly, že s dcerami mají během jejich dospívání složitější vztah. Jedna matka popsala svůj vztah se synem za problémovější na rozdíl od vztahu se svou dcerou. Vágnerová uvádí, že vztah mezi matkou a dcerou může být v tomto období ohrožen vzájemnou rivalitou, matka se může cítit jako konkurentka a zaujmout ke své dceři kritický postoj. Naopak ve vztahu ke svému synovi bývá více tolerantní a méně kritická (Vágnerová, 2005).

Mateřskou vinou se zabývá mnoho zahraničních výzkumů. Jedním z nich je i výzkum o mateřské vině autorky Anny Rotkirch. Rotkirch na základě svého výzkumu zjistila, že vina patří mezi nejčastější negativní pocity nebo emocionální stavy matek. Mezi další patří vztek, hněv, agrese nebo deprese (Rotkirch, 2009).

Autorky Seagram a Daniluk na druhou stranu uvádí, že zkušenost matek s jejich pocity viny není vždy negativní. Ženy v jejich výzkumu se svěřily, že pocity viny někdy napomáhaly k jejich větší motivaci zabývat se svým jednáním (Seagram, Daniluk, 2008). Výsledky tohoto výzkumu toto tvrzení potvrzují. Respondentky přiznaly, že i ony začaly díky svým pocitům viny více přemýšlet o svém chybném jednání a pro příště se ho snažily vyvarovat.

## Závěr

V této práci jsem se zabývala obdobím adolescence, změnami, kterými dospívající prochází, výchovou, ale především jsem se zaměřila na prožívání tohoto období z pohledu matek a na jejich pocity viny.

Dospívání je období, kdy se z dítěte postupně stává mladý dospělý člověk. Adolescent se musí vypořádat s mnohými změnami. Změnou prochází jeho tělo, mění se způsob jeho uvažování, myšlení, emoce, hodnoty či jeho sociální postavení.

Pro adolescenty je typická jejich náladovost, kritika vůči sobě i svému okolí, ztráta dosavadní stability a jistoty a touha po samostatnosti a právu mít vlastní názory a zodpovědnost za své chování a rozhodování. Dospívající dává přednost především svým vrstevníkům, mezi kterými se mu dostává pochopení, uznání a respektu. Mladý člověk má potřebu někam patřit, najít své místo v životě a pochopit, kdo je on sám.

Na základě rozhovorů jsem vytvořila tři hlavní kategorie a každá z nich měla několik subkategorií. V první kategorii **o výchově** jsem našla devět základních témat. A jednalo se o následující témata: *výchovný styl, stejná výchova u všech dětí, rozdílná výchova u všech dětí, dětství, vliv rodičů, představy o výchově, příjemné momenty rodičovství, nepříjemné momenty rodičovství a cíle výchovy.*

Druhou kategorií byla **o dospívání**, kde jsem našla tři témata: *nástup puberty, samotné období puberty a respondentky jako matky.*

Třetí kategorií byla kategorie **o pocitech viny**. Každá z respondentek cítila vinu za něco jiného, takže v této kategorii se objevilo sedm odlišných témat.

*Krise v partnerském vztahu.* Respondentka Kateřina litovala toho, že upřednostnila řešení svých osobních problémů před časem stráveným se svými dcerami.

*Nedostatečná asertivita.* Lucii mrzelo, že se více nesnažila, aby její děti, dvojčata, chodily do stejné třídy na základní škole. Bylo to především z toho důvodu, že její dcera se ocitla sama bez bratra ve třídě, ve které bylo více dětí s problémovým chováním.

*Nedůslednost.* Petru trápily pocity viny z toho, že je nedůsledná v dodržování zdravé životosprávy u svých dětí, které mají dědičný sklon k nadváze.

*Impulsivita a pomyslné selhání při řešení zdravotních problémů její dcery.* Dcera Terezy se potýkala s mentální bulimií a Tereza si vyčítala, že si tohoto problému u své dcery nevěšila dříve. Další pocity viny měla respondentka vzhledem ke své impulsivitě.

*Úzkostlivost.* Jolanu trápily pocit viny z toho, že jako matka je příliš úzkostlivá a připouští, že v mnoha situacích mohla k dcerám mít více důvěry.

*Rozdílnost ve výchově synů.* Natálii mrzelo, že svého nejstaršího syna vychovávala daleko přísněji než svého nejmladšího syna.

*Narušení soukromí a důvěry.* Ema litovala svého opakovaného chování, které vedlo k narušení důvěry mezi ní a jejím synem.

Svěřit se někomu se svým pocitem viny v oblasti jako je výchova a rodičovství, není zajisté snadným úkolem. Respondentky byly otevřené a svěřily se mi se svými pocity. Bylo vidět, že si uvědomují, co se v té situaci odehrálo špatně a jak je, ale i jejich děti tyto momenty posunuly zase v životě o kousek dopředu.

## Seznam literatury

- BAUMAN, Lawrence. Jak přežít pubertu: průvodce pro rodiče a děti. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 2001. ISBN 80-7106-440-8.
- CAKIRPALOGLU, Panajotis. Úvod do psychologie osobnosti. Praha: Grada, 2012. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-4033-1.
- CARR-GREGG, Michael. Psychické problémy v dospívání. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0062-8.
- ČÁP, Jan a Jiří MAREŠ. Psychologie pro učitele. Praha: Portál, 2001. ISBN 80-7178-463-X.
- HINES, Gill a Alison BAVERSTOCK. Nebojte se vychovávat: každodenní průvodce světem dospívajících. V Praze: Ikar, 2007. ISBN 978-80-249-0933-2.
- JEDLIČKA, Richard. Výchovné problémy s žáky z pohledu hlubinné psychologie. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-788-6.
- JEDLIČKA, Richard. Poruchy socializace u dětí a dospívajících: prevence životních selhání a krizová intervence. Praha: Grada, 2015. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-5447-5.
- JUUL, Jesper. Pubertät – Wenn Erziehen nicht mehr geht. München: Griesbeck Design, 2010. ISBN 978-3-466-30871-2
- KOPŘIVA, Pavel. Respektovat a být respektován. 3. vyd. Kroměříž: Spirála, 2008. ISBN 978-80-904030-0-0.
- KOLÁŘ, Zdeněk. Výkladový slovník z pedagogiky: 583 vybraných hesel. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3710-2.
- LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. Vývojová psychologie. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2006. Psyché (Grada). ISBN 80-247-1284-9.
- MACEK, Petr. Adolescence: psychologické a sociální charakteristiky dospívajících. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-348-X.
- MACEK, Petr a Lenka LACINOVÁ, ed. Vztahy v dospívání. 2. vyd. Brno: Barrister & Principal, 2012. ISBN 978-80-87474-46-4.



- MARTÍNEK, Zdeněk. Agresivita a kriminalita školní mládeže. 2., aktualizované a rozšířené vydání. Praha: Grada, 2015. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-5309-6.
- MATĚJČEK, Zdeněk. Rodiče a děti. 2. vyd. Praha: Avicenum, 1989. ISBN 08-056-89.
- MIOVSKÝ, Michal. Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu. Praha: Grada, 2006. Psyché (Grada). ISBN 80-247-1362-4.
- NAKONEČNÝ, Milan. Lidské emoce. Praha: Academia, 2000. ISBN 80-200-0763-6.
- NOVÁK, Tomáš. Jak vychovat sebevědomé dítě. Praha: Grada, 2013. ISBN 978-80-247-4522-0.
- PEKAŘOVÁ, Lidmila. Jak žít a nezbláznit se: [psychologie dítěte od předškolního věku do dospělosti]. Olomouc: Poznání, 2006. ISBN 80-86606-49-X.
- PREKOP, Jirina. Jak být dobrým rodičem: krůpěje výchovných moudrostí. Praha: Grada, 2001. Pro rodiče. ISBN 80-247-9063-7.
- PREKOP, Jirina. I rodiče by měli dělat chyby. Praha: Portál, 2010. Rádci pro rodiče a vychovatele. ISBN 978-80-7367-766-4.
- ROTKIRCH, Anna (2009). Maternal Guilt. *www.epjournal.net* – 2009. 8(1): 90-106
- RUFO, Marcel. Pusť mě, ale neopouštěj!: utváření zdravé vazby mezi rodiči a dětmi. Praha: Portál, 2009. Rádci pro rodiče a vychovatele. ISBN 978-80-7367-616-2.
- SEAGRAM, Samantha, & DANILUK, J. C. (2002). “It goes with the territory”: The meaning and experience of maternal guilt for mothers of preadolescent children. *Women & Therapy*, 25, 61–88.
- SCHNEIDER, Wolfgang a LINDENBERGER Ulman. *Entwicklungspsychologie*. Weinheim: Beltz 2018. BELTZ. ISBN 978-3-621-28453-0
- SOBOTKOVÁ, Veronika. Rizikové a antisociální chování v adolescenci. Praha: Grada, 2014. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-4042-3.
- STRAUSS, Anselm L. a Juliet CORBIN. *Základy kvalitativního výzkumu: postupy a techniky metody zakotvené teorie*. Brno: Sdružení Podané ruce, 1999. SCAN. ISBN 80-85834-60-X.

SUTHERLAND, Jean-Anne (2010). Mothering, guilt and shame. *Sociology Compass*, 45, 310–321.

ŠIMÍČKOVÁ-ČÍŽKOVÁ, Jitka. *Přehled vývojové psychologie*. 2. nezm. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2003. ISBN 80-244-0629-2.

ŠVAŘÍČEK, Roman a Klára ŠEĎOVÁ, ed. *Učební materiály pro kvalitativní výzkum v pedagogice*. Brno: Masarykova univerzita, 2007. ISBN 978-80-210-4359-6.

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

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. Praha: Karolinum, 2007. ISBN 978-80-246-1318-5.

#### Diplomová práce

ŠEVČÍKOVÁ, Hana (2009). *Pocity viny matek dětí v období vzdoru*. Brno: Masarykova Univerzita

#### Webová stránka

Etická komise - Pedagogická fakulta JU. Pedagogická fakulta Jihočeské univerzity - Pedagogická fakulta JU [online]. Copyright © 2016 [cit. 11.05.2020]. Dostupné z: [https://www.pf.jcu.cz/education/eticka\\_komise/](https://www.pf.jcu.cz/education/eticka_komise/)

## **Seznam příloh**

**Příloha 1:** Informovaný souhlas

**Příloha 2:** Seznam otázek

**Příloha 3:** Přepis rozhovoru

## **Příloha 1: Informovaný souhlas**

Vážená paní,

v souladu se zásadami etické realizace výzkumu Vás žádám o souhlas s Vaší účastí ve výzkumném projektu v rámci diplomové práce.

**Název projektu:** Pocity viny matek dospívajících

**Řešitel projektu:** Bc. Michaela Koutníková

**Název pracoviště:** Katedra pedagogiky a psychologie Pedagogické fakulty Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích.

**Vedoucí práce:** Mgr. Zdeňka Bajgarová, Ph.D.

**Cíl výzkumu:** Cílem této práce je mapovat mateřské prožívání období dospívání jejich dětí a jejich pocity viny spjaté s výchovou.

**Popis výzkumu:** V teoretické části jsem se zaměřím na období dospívání a změny, které toto období provázejí, a to ve vývoji tělesném, emočním či ve vývoji poznávacích procesů. Dále se budu zabývat psychickými problémy nebo poruchami chování mládeže, nadále pak oblastí rodiny a vztahy s vrstevníky. Dále se zaměřím na témata, jako jsou výchova a výchovné styly, výchova v období dospívání a mateřství.

.....  
datum a podpis řešitele projektu

### **Prohlášení a souhlas účastníků s jejich zapojením do výzkumu:**

Prohlašuji a svým níže uvedeným vlastnoručním podpisem potvrzuji, že dobrovolně souhlasím s účastí ve výše uvedeném projektu a že jsem měla možnost si řádně a v dostatečném čase zvážit všechny relevantní informace o výzkumu, zeptat se na vše podstatné týkající se účasti ve výzkumu a že jsem dostal/a jasné a srozumitelné odpovědi na své dotazy. Byla jsem poučena o právu odmítnout účast ve výzkumném projektu nebo svůj souhlas kdykoli odvolat bez represí, resp. mého dítěte.

Jméno a příjmení účastníka: .....

Podpis účastníka: .....

## **Příloha 2: Seznam otázek**

*Kolik je vám let?*

*Jaké je Vaše dosažené vzdělání?*

*Kolik máte dětí?*

*Jaké je pohlaví Vašich dětí a kolik je jim let?*

*Jaký je Váš stav? Žijete s otcem svých dětí?*

1. Jaké období s vašimi dětmi prožíváte právě teď?
2. Jaké bylo podle vás dětství Vašich dětí?
3. Jak byste popsala sama sebe jako matku?
4. Jakou představu o výchově svých dětí jste měla ještě dříve, než jste se matkou stala?
5. Co nejdůležitějšího ve výchově jste chtěla předat svým dětem?
6. Myslíte si, že jste ovlivněná výchovou Vašich rodičů? Čerpáte ze zkušeností, které máte spojené s výchovou svých rodičů nebo se naopak snažíte dělat vše jinak?
7. Na který nejlepší moment ve Vašem rodičovství si vzpomínáte?
8. Jaký byl Váš nejhorší moment v rodičovství?
9. Je něco, co byste ve své výchově udělala jinak?
10. Cítila jste někdy pocit viny za to, co jste řekla nebo udělala?
11. Vzpomínáte na první příznaky přicházejícího období dospívání Vašich dětí?
12. Jak prožíváte dospívání svých dětí?
13. Při jaké příležitosti jste měla pocit, že jste to jako matka skvěle zvládla?
14. Kdy jste měla pocit, že jste ta nejhorší matka na světě?

## **Příloha 3: Přepis rozhovoru**

**Zvolené jméno:** Ema

**Věk:** 43

**Vzdělání:** VŠ

**Děti:** dcera a syn, 18 a 16 let

Velice Vám děkuji, že jste souhlasila zúčastnit se výzkumu k mé diplomové práci na téma *Pocity viny matek dospívajících*. Chtěla bych Vás ujistit, že Vaše odpovědi budou využity pouze za účelem výzkumu a Vaše jméno, popř. jména Vašich dětí, budou změněna.

### **Jaké období s vašimi dětmi prožíváte právě teď?**

S dcerou nemám větší problémy, je samostatná a studuje na gymnáziu. Mladší syn navštěvuje střední školu v jiném městě, jeho prospěch je podprůměrný a škola ho moc nebaví. Svůj volný čas teď tráví raději s partou kamarádů a moc se nevěnuje škole a svým povinnostem.

### **Jaké bylo podle vás dětství Vašich dětí?**

Na dětství svých dětí vzpomínám velmi ráda, byla jsem s nimi na mateřské, a čas jsme trávili na chalupě. Byli jsme jenom my, já, děti a moji rodiče. Byly to takové bezstarostné chvíle, které ale hrozně rychle utekly.

### **Jaká si myslíte, že jste jako matka?**

Já si myslím, že se snažím být spíše kamarádká, ale někdy se mi zdá, že jsem až moc mírná a nedůsledná. Většinou je to v situaci, když chci, aby syn něco udělal nebo uklidil a on to nesplní, tak to nevydržím a udělám to za něj. Bohužel si na tento systém brzy zvykl, a tak se nenaučil mít nějakou tu povinnost.

### **Jakou představu o výchově svých dětí jste měla ještě dříve, než jste se matkou stala?**

Vždycky jsem si říkala, že budu jiná než mámy v mém okolí, které měly s dětmi problémy.

### **A co realita?**

Ta je už trochu jiná. Teď se těm mámám nedivím a lépe je dovedu pochopit. Není to jednoduché. Často mám o svého syna strach, aby se mi vždycky v pořádku vrátil domů.

**Co nejdůležitějšího ve výchově jste chtěla předat svým dětem?**

Samostatnost, poctivost, smysl pro fair play, sociální citění, hezký vztahy s prarodiči, nebát se svěřit, a aby věděli, že jsem tu pro ně.

**A povedlo se Vám to?**

Myslím, že se to povedlo. I přesto, že se synem je to teď trochu komplikovanější, tak s prarodiči má hezký vztah. A to je pro mě známkou toho, že je dobře vychovaný.

**Myslíte si, že jste ovlivněná výchovou Vašich rodičů? Čerpáte ze zkušeností, které máte spojené s výchovou svých rodičů nebo se naopak snažíte dělat vše jinak?**

Myslím, že jsem ovlivněná, ale nepřemýšlím nad tím, dělám vše přirozeně. Snažím se, aby děti měly hezké dospívání, jako jsem měla já.

**Na který nejlepší moment ve Vašem rodičovství si vzpomínáte?**

Jak už jsem říkala, moc ráda vzpomínám na dětství svých dětí.

**A naopak. Jaký byl Váš nejhorší moment v rodičovství?**

To vím přesně...Když mi přišel syn opilý domů.

**Jakým způsobem jste celou situaci zvládla?**

Docela dobře. Věděla jsem, že to jednou přijde a doufala jsem, že se to už nebude opakovat. Nakonec jsem byla hlavně ráda, že se mu nic cestou nestalo a neskončil někde v příkopě a nezmrzl, protože to bylo v zimě.

**Je něco, co byste ve své výchově udělala jinak?**

Vždycky se snažím dělat věci, tak jak to nejlépe umím a cítím. Pokud dělám něco špatně, dojde mi to až postupem času a myslím, že to tak má být. Chybami se člověk učí. Ale rozhodně bych byla důslednější.

### **Cítíte někdy pocit viny za to, co jste řekla nebo udělala?**

Vím, že pokud se se synem kvůli něčemu hádáme, tak kvůli tomu, že mu chodím do pokoje a uklízím tam. Vím, že bych mu měla dopřát soukromí, ale vždycky když není doma, tak to nevydržím a jdu mu tam uklidit. Občas taky řeknu něco nehezkého na adresu jeho kamarádů, protože mi asi vadí, že s nimi tráví více času než doma. A taky se nevěnuje škole tak, jak by měl. Někdy mám pocit, že se jimi dá snadno ovlivnit, nemá svůj názor, a proto mám o něj starost. Ale taky si uvědomuju, že je důležité v tomto věku mít nějakou partu. Tak to mám se synem a ohledně dcery asi žádný pocit viny necítím.

### **Vzpomněla byste si na okamžik, kdy Vám prvně došlo, že Vaše dítě přichází do puberty?**

U dcery ne, u syna, když přišel domů a byl z něho cítit kouř, ale tvrdil, že nekouří. A taky začal dávat přednost kamarádům.

### **Jak vlastně prožíváte dospívání svých dětí?**

To jsem asi už tak nějak popsala. U dcery to probíhá v klidu, u syna se snažím smířit s tím, že jako rodiče jsme teď pro něj až na druhém místě a už nás tolik nepotřebuje. To je asi ta největší změna, kterou jako matka cítím. Myslím, že jsem pubertou u syna byla zaskočená hlavně z toho důvodu, že dcera, která je starší, žádné takové bouřlivé období neměla.

### **Prožíváte ho stejně u obou dětí?**

Ne. S dcerou mám kamarádský vztah a mám pocit, že se mi se vším svěřuje. Syn se mi v současné době trochu vzdálil a důvěra mezi námi je trochu narušená.

### **Při jaké příležitosti jste měla pocit, že jste to jako matka skvěle zvládla?**

Když vidím, jak oba pomáhají svým prarodičům a tráví s nimi čas.

### **Kdy jste měla pocit, že jste ta nejhorší matka na světě?**

Když jsem synovi uklidila v pokoji a on byl opravdu našťvaný a chtěl se odstěhovat.

### **A dalo Vám někdy Vaše dítě najevo, že jste nedokonalá matka?**

Syn, když jsem mu právě narušila soukromí úklidem v jeho pokoji a nedovolila jsem mu ho zařídit si podle jeho představ.



**Dalo Vám někdy Vaše dítě najevo, že jste nejlepší mámou na světě?**

Za ušetřené peníze z brigády mi syn koupil dárek. Dcera mi to dává najevo maličkostmi častěji.

Ještě jednou bych Vám chtěla velice poděkovat. Chtěla byste ještě něco dodat na závěr?

Chtěla bych říct, že věřím tomu, že složitější období, které mám teď se synem, pomine, a že znovu objeví ten základ, který jsme mu odmala předávali, zase bude rád trávit s námi čas a nebude nás považovat za trapné a nemožné rodiče.