

# **Bariéry v komunikaci adolescentů s rodiči**

Gabriela Štimplová

---

Bakalářská práce  
2011



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně  
Fakulta humanitních studií

---

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta humanitních studií

Ústav pedagogických věd

akademický rok: 2010/2011

## ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Gabriela ŠTÍMPOVÁ**  
Osobní číslo: **H07542**  
Studijní program: **B 7507 Specializace v pedagogice**  
Studijní obor: **Sociální pedagogika**

Téma práce: **Bariéry v komunikaci adolescentů s rodiči**

Zásady pro vypracování:

**Zpracování rešerše a studium odborné literatury.**

**Vymezení pojmů a teoretických východisek z oblasti vývojové psychologie a komunikace adolescentů.**

**Příprava metodiky výzkumné části.**

**Realizace kvantitativního výzkumu s využitím dotazníku.**

**Zpracování a vyhodnocení získaných dat, včetně jejich interpretace.**

**Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.**

Rozsah bakalářské práce:

Rozsah příloh:

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam odborné literatury:

**DEVITO, J. A. Základy mezilidské komunikace. Praha: Grada, 2001. ISBN 80-7169-988-8.**

**MACEK, P. Adolescence. Praha: Portál, 2003. ISBN 80-7178-747-7.**

**PLÁŇAVA, I. Průvodce mezilidskou komunikací (přístupy-dovednosti-poruchy). Praha: Grada, 2005. ISBN 80-247-0858-2.**

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

**VYBÍRAL, Z. Psychologie komunikace. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-998-4.**

Vedoucí bakalářské práce:

**PhDr. Mgr. Ivana Marášková**

Ústav pedagogických věd

Datum zadání bakalářské práce:

**25. ledna 2011**

Termín odevzdání bakalářské práce:

**6. května 2011**

Ve Zlíně dne 25. ledna 2011



prof. PhDr. Vlastimil Švec, CSc.  
*děkan*



Mgr. Soňa Vávrová, Ph.D.  
*ředitelka ústavu*

# PROHLÁŠENÍ AUTORA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Beru na vědomí, že

- odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby <sup>1)</sup>;
- beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k nahlédnutí;
- na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, zejm. § 35 odst. 3 <sup>2)</sup>;
- podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- podle § 60 <sup>3)</sup> odst. 2 a 3 mohu užít své dílo – bakalářskou práci - nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tj. k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům.

Prohlašuji, že

- elektronická a tištěná verze bakalářské práce jsou totožné;
- na bakalářské práci jsem pracoval samostatně a použitou literaturu jsem citoval. V případě publikace výsledků budu uveden jako spoluautor.

Ve Zlíně .....30.3.2017.....

.....*Průplrová Gabriela*.....

*1) zákon č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších právních předpisů, § 47b Zveřejňování závěrečných prací:*

*(1) Vysoká škola nevýdělečně zveřejňuje disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce, u kterých proběhla obhajoba, včetně posudků oponentů a výsledku obhajoby prostřednictvím databáze kvalifikačních prací, kterou spravuje. Způsob zveřejnění stanoví vnitřní předpis vysoké školy.*

(2) *Disertační, diplomové, bakalářské a rigorózní práce odevzdané uchazečem k obhajobě musí být též nejméně pět pracovních dnů před konáním obhajoby zveřejněny k nahlížení veřejnosti v místě určeném vnitřním předpisem vysoké školy nebo není-li tak určeno, v místě pracoviště vysoké školy, kde se má konat obhajoba práce. Každý si může ze zveřejněné práce pořizovat na své náklady výpisy, opisy nebo rozmnoženiny.*

(3) *Platí, že odevzdáním práce autor souhlasí se zveřejněním své práce podle tohoto zákona, bez ohledu na výsledek obhajoby.*

2) *zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 35 odst. 3:*

(3) *Do práva autorského také nezasahuje škola nebo školské či vzdělávací zařízení, užije-li nikoli za účelem přímého nebo nepřímého hospodářského nebo obchodního prospěchu k výuce nebo k vlastní potřebě dílo vytvořené žákem nebo studentem ke splnění školních nebo studijních povinností vyplývajících z jeho právního vztahu ke škole nebo školskému či vzdělávacího zařízení (školní dílo).*

3) *zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších právních předpisů, § 60 Školní dílo:*

(1) *Škola nebo školské či vzdělávací zařízení mají za obvyklých podmínek právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla (§ 35 odst.*

3). *Odpírá-li autor takového díla udělit svolení bez vážného důvodu, mohou se tyto osoby domáhat nahrazení chybějícího projevu jeho vůle u soudu. Ustanovení § 35 odst. 3 zůstává nedotčeno.*

(2) *Není-li sjednáno jinak, může autor školního díla své dílo užít či poskytnout jinému licenci, není-li to v rozporu s oprávněnými zájmy školy nebo školského či vzdělávacího zařízení.*

(3) *Škola nebo školské či vzdělávací zařízení jsou oprávněny požadovat, aby jim autor školního díla z výdělku jím dosaženého v souvislosti s užitím díla či poskytnutím licence podle odstavce 2 přiměřeně přispěl na úhradu nákladů, které na vytvoření díla vynaložily, a to podle okolností až do jejich skutečné výše; přitom se přihlédne k výši výdělku dosaženého školou nebo školským či vzdělávacím zařízením z užití školního díla podle odstavce 1.*

## ABSTRAKT

Bakalářská práce se zabývá identifikací a analýzou problémů (bariér) adolescentů v komunikaci s rodiči. V rámci teoretické části jsou shrnuty poznatky získané z literatury a je zaměřena především na adolescenty, na procesy a změny v adolescenci, vztahy adolescentů s rodiči, jak se identita odráží v komunikaci a v neposlední řadě na komunikační bariéry. Praktická část představuje samotný průzkum v oblasti komunikace adolescentů s rodiči a s tím souvisejícími překážkami a prožitky. Průzkum byl proveden formou dotazníkového šetření u žáků vyšších ročníků základních škol.

Klíčová slova: bariéry, dospívající, rodiče, vztahy, konflikty

## ABSTRACT

The bachelor thesis identifies and analyses problems (barriers) in communication between adolescents and their parents. The theoretical part summarises findings from literature and focuses mainly on adolescents, processes and changes in adolescence, adolescent relationships with their parents and on shaping their own identity. It also deals with communication barriers. The practical part represents the research itself which examines communication between adolescents and their parents, barriers between them and their experiences and feelings. The research was conducted through a survey of secondary school pupils.

Keywords: barriers, adolescents, parents, relationships, conflicts

Na tomto místě bych ráda poděkovala PhDr. Mgr. Ivaně Maráškové za odborné vedení, cenné rady, připomínky a podněty při zpracovávání této bakalářské práce. Rovněž chci vyjádřit poděkování kompetentním pracovníkům škol nejen za umožnění tohoto výzkumu na jejich školách, ale také za spolupráci při administraci dotazníků.

Prohlašuji, že odevzdaná verze bakalářské/diplomové práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

#### Motto

*„Když nás něco vytrhne ze zajetých kolejí, myslíme si, že je všechno ztracené, přitom ale začíná něco nového, dobrého.“ (Tolstoj)*

*„Možná, že puberta je jeden z nástrojů, jak příroda pečuje o lidský rod, aby nevyhynul. Protože člověk by asi nikdy dobrovolně neopustil to bezpečí vlastní rodiny, kde je o něj postaráno milujícími rodiči a rodiče by asi těžko přenesli přes srdce, že to rozkošné a bezproblémové dítě najednou odchází. Ale pak přijde spásná puberta a z toho rozkošného dítěte se stane nesnesitelný jedinec, který opovrhne svými rodiči, jejich hudbou, jejich oblečením, jejich životním stylem, takže nakonec jednou, když praští dveřmi a odejde, rodiče to jakž takž přežijí.“*

*A co je zajímavé, že hned venku na toho nesnesitelného jedince čeká jiný nesnesitelný jedinec, ovšem opačného pohlaví, který také před chvílí někde praštil dveřmi a ti dva nesnesitelní pocítí k sobě tak neuvěřitelnou náklonnost, že spojí své životy a stanou se z nich ti báječní milující rodiče, od kterých by žádné dítě neodešlo, nebýt puberty.“*

*Je to podle mě velmi rozumné, a co příroda dělá, dobře dělá.“ (M. Eben)*

## OBSAH

<b>ÚVOD</b> .....	<b>6</b>
<b>I TEORETICKÁ ČÁST</b> .....	<b>7</b>
<b>1 ADOLESCENCE</b> .....	<b>8</b>
1.1 PROCESY ZRÁNÍ V ADOLESCENCI.....	9
1.2 ADOLESCENCE JAKO OBDOBÍ VÝVOJOVÝCH PŘECHODŮ .....	10
1.2.1 Pubertální změny.....	10
1.2.2 Kognitivní změny.....	11
1.2.3 Emocionalita .....	12
1.2.4 Oblast vztahů.....	13
1.3 PROCES SOCIALIZACE V ADOLESCENCI.....	14
<b>2 IDENTITA V OBDOBÍ ADOLESCENCE A JEJÍ ODRAZ V KOMUNIKACI S RODIČI</b> .....	<b>16</b>
<b>3 BARIÉRY EFEKTIVNÍ KOMUNIKACE ADOLESCENTŮ S RODIČI</b> .....	<b>20</b>
3.1 KOMUNIKACE.....	20
3.2 TYPY BARIÉR V KOMUNIKACI .....	20
3.2.1 Interpersonální konflikt.....	22
3.3 KOMUNIKAČNÍ CHYBY .....	24
3.4 MANIPULATIVNÍ TECHNIKY .....	25
<b>4 SHRUTÍ TEORETICKÉ ČÁSTI</b> .....	<b>27</b>
<b>II PRAKTICKÁ ČÁST</b> .....	<b>28</b>
<b>5 ZÁKLADNÍ INFORMACE O VÝZKUMU</b> .....	<b>29</b>
5.1 VÝZKUMNÝ PROBLÉM A CÍLE VÝZKUMU .....	29
5.2 VOLBA VÝZKUMNÉ STRATEGIE .....	29
5.2.1 Dotazník .....	30
5.3 VÝZKUMNÝ SOUBOR .....	31
5.4 PRŮBĚH VÝZKUMU .....	32
<b>6 ANALÝZA VÝSLEDKŮ VÝZKUMU</b> .....	<b>33</b>
6.1 VLIV VZTAHU NA KOMUNIKACI .....	33
6.2 PŘEKÁŽKY V KOMUNIKACI .....	41
6.3 REAKCE NA NÁZORY .....	44
6.4 KONFLIKT A KOMUNIKACE .....	49
6.5 VNÍMÁNÍ KRITIKY .....	52
<b>7 ZÁVĚRY VÝZKUMU</b> .....	<b>57</b>
7.1 DOPORUČENÍ PRO RODIČE .....	58
<b>ZÁVĚR</b> .....	<b>60</b>
<b>SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY</b> .....	<b>62</b>
<b>SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK</b> .....	<b>64</b>
<b>SEZNAM OBRÁZKŮ</b> .....	<b>65</b>
<b>SEZNAM TABULEK</b> .....	<b>66</b>
<b>SEZNAM PŘÍLOH</b> .....	<b>67</b>



## ÚVOD

Když děti „přijdou do let“, je konec rodinného klidu. To je bolestná zkušenost téměř všech rodičů. Děti začnou být vzdorovité, někdy drzé, často vtipné a děsně jdou „na nervy“. A rodiče jsou nemoderní, úplně nemožní.

Provést děti obdobím dospívání je věc složitá a většina dnešních rodičů s tím má značné problémy. Rodiče totiž obvykle nemají jasnou představu, jak se svými dospívajícími dětmi jednat. Přestože většina rodičů své děti miluje, neví, jak jim tuto lásku ukázat tak, aby se cítili milované, přijímané a respektované.

Tuto lásku jim můžeme dát tehdy, když jim věnujeme dostatečnou pozornost naplno, bez rozptylování. Když si dítě uvědomí, že si zaslouží naši pozornost, ocenění. Když se bude cítit, že je pro své rodiče jedinečné. To je důležité pro rozvoj sebevědomí a sebehodnocení.

Nejedná se samozřejmě o pozornost v podobě dárků, služeb, plnění neobvyklých požadavků. Touto pozorností se nedá nahradit čas věnovaný dětem. Význam má každá chvíle, v sázce je příliš mnoho. Doplnují se tak citové zásoby dospívajícího a to je pro budoucnost dobrá investice.

Vím, že je to velice těžké, protože sama mám dospívající dceru, u které se nálady často mění. Ale věřím, že to chce čas, protože je bezvýsledné, když dítě nutíme, aby se otevřelo a o svých věcech mluvilo. Je to chyba a situaci to jen zhoršuje. Naopak si myslím, že strávím-li s ní třeba jen pár minut pohody bez nátlaku, kdy se bude zrovna cítit dobře, její útočná pozice odezní a pak se mi otevře a popovídá si se mnou o všem, co prožívá a na co myslí. Nesmíme jejich problémy brát na lehkou váhu, ale naopak se snažit, pomáhat jejich problémy řešit.

Smyslem bakalářské práce bylo získat poznatky, které by ukázaly a zlepšily představy o tom, jak a s kým jsou děti schopny komunikovat. Podívat se na „problémy“ očima dětí (adolescentů). Zjistit jejich pocity, postoje, vztahy k rodičům právě v jednom z nejtěžších období- období adolescence. Dát rodičům zpětnou vazbu a snad i návod pro lepší vzájemné pochopení, pro lepší komunikaci. V tomto období je totiž vliv rodičů a celého sociálního prostředí velmi významný.

## **I. TEORETICKÁ ČÁST**

## 1 ADOLESCENCE

Termín adolescence je odvozen z latinského slovesa *adolescere* (dorůstat, dospívat, mohutnět). Jako termín označující určité období života člověka bylo toto slovo použito poprvé v 15. století. V evropské psychologii se adolescence tradičně oddělovala od pubescence.

Časově vyplňuje adolescence především druhé desetiletí života. Konkrétní časové vymezení a specifikace tohoto období se přitom u jednotlivých autorů velmi různí. Začátek období dospívání je časově lokalizován mezi 11 – 12 lety života a ve 20 – 22 lety dospívání končí. Začátek dospívání je nazýván jako pubescence, kdy probíhá většina biologických a emocionálních změn. V literatuře se můžeme setkat s různým vymezením adolescence. U některých autorů je pubescence samostatnou vývojovou etapou, kdy se vymezuje mezi léty 11 – 15 let a na ni navazuje adolescence v letech 15 – 22 let. Fáze pubescence i adolescence jsou vývojovými fázemi dospívání (Švancara, 1975; Říčan, 2004; Langmeier, Krejčířová, 2006). U jiných autorů je pubescence brána jako první fázi adolescence (raná adolescence) na niž plynule navazuje pozdní adolescence ve věku 15 let (Vágnerová, 2005). Příhoda (1967) rozlišuje pubescenci a postpubescenci, která probíhá ve věku 15 – 20 let. Postpubescence je tedy jiným výrazem pro adolescenci.

V následujícím textu se budeme držet členění podle Macka (2003)

- 1) Časná adolescence – 10 (11) – 13 let
- 2) Střední adolescence – 14-16 let
- 3) Pozdní adolescence – od 17 do 20 let (popřípadě i mnohem déle)

Říčan (2004, s. 325) se o adolescenci vyjadřuje následovně: „*Bývá chápána jako období volnosti, kdy má jedinec dostatek svobody, ale minimální zodpovědnost. Dospělost se z této pozice může jevit jako život v omezujícím stereotypu.*“

Adolescencí označujeme celé období mezi dětstvím a dospělostí (most mezi dětstvím a dospělostí). Adolescence je dospívání i mládí současně, odlišuje se od ostatních životních etap a současně je vnitřně diferencovaná.

Z ontogenetického hlediska je jejím základním atributem dokončení pohlavního dozrávání, fyzický a duševní rozvoj a sociální učení v nejširším slova smyslu. Výrazněji se rozvíjejí

základní schopnosti člověka jako symbolizace, anticipace, zástupné učení, sebereflexe a seberegulace (Bandura, in Nakonečný, 2009). Zejména sebereflexe a seberegulace nabývají na významu a samy o sobě se stávají pro adolescenty významnou hodnotu.

## 1.1 Procesy zrání v adolescenci

Během dospívání se odehrává tolik změn, jsou to léta plná emocí a výbušné nestálosti. Dospívající dítě prochází mnoha neuvěřitelnými změnami, které zasahují do mnoha oblastí jeho života: neurologické, hormonální, emocionální, sociální a duchovní. A všechny tyto změny se odehrávají současně, což znamená, že musí spoustu věcí zvládnout najednou.

Kromě těchto změn probíhá v těle dospívajících také „mozková bouře“. Úžasné výsledky z pozorování mozku adolescentů „naživo“ jako první publikoval americký neurolog Jay Giedd (in Bobůrková, 2010), který mimo jiné zjistil, že objem šedé hmoty mozku narůstá až do puberty a během dospívání se ztrácí. Naproti tomu přibývá bílé hmoty, nervových vláken, které zaručují správný a rychlý přenos mozkových signálů. Podle Giedda (in Bobůrková, 2010) dochází k lepšímu uspořádání mozku a vyřazují se nepoužívaná spojení. A Giedd (in Bobůrková, 2010) mladé lidi varuje: *“Právě v této době ovlivníte svůj mozek na celý život. Hrajete-li na hudební nástroj, sportujete, studujete pak právě takové neurony a spojení posilujete a zabudováváte pevně do struktury mozku. Pokud ho nepoužíváte, ležíte na gauči nebo jen koukáte na televizi, ztrácíte ho. Use it or lose it – použij to nebo ztrat’.*“

Nejdříve dospívají oblasti odpovědné za základní funkce, jako pohyb a smysly. Naopak nejdéle dozrávají oblasti odpovědné za plánování a rozhodování. Oblast odměn je naopak aktivnější než později v dospělosti, ale není v tuto dobu propojená s racionální částí mozku, tato spojení v pubertě teprve sílí. To může vysvětlovat, proč mladí lidé tak často jednají „bezhlavě“, proč jsou tolik náchylní k nebezpečnému riskantnímu chování a proč snáze podléhají závislostem.

Americká fyzioložka Sheryl Smithová (in Bobůrková, 2010) zjistila, že hormon, který u dospělých působí jako přirozené sedativum, u „pubertáků“ funguje přesně opačně. U dospívajících nervové buňky spojené s úzkostí používají vlivem THP (stresový hormon allopregnanolon) pozměněné GABA receptory (což je nervový přenašeč, který má v nervovém systému tlumící funkci a snižuje podráždění nervových buněk) a ztrácejí přechodně schopnost být tímto GABA receptorem tlumeny. A tak hormon „žene“ pubertální

mozek do stavu úzkosti a někdy v kombinaci s testosteronem i do výbuchu podráždění nebo agrese. To by tedy mohlo být vysvětlením, proč se u dospívajících tak snadno střídají nálady - chvíli pláč, chvíli smích, chvíli dobrá nálada a pak na zabití. Profesor Vyskočil (in Bobůrková, 2010) z Přírodovědecké fakulty UK a Akademie věd ČR dává šanci najít, díky tomuto objevu, specifickou látku, která by upravila nálady v dospívání na snesitelnou míru. Takovýto lék by pomohl teenagerům trpícím chorobnými úzkostmi či depresemi. Pro většinu dospívajících však změny nálad patří k věci.

Díky změně GABA receptorů se mění nejen nálady, ale zhoršuje se učení, špatné soustředění na školní povinnosti, někdy mají mladí k učení přímo odpor.

*„Na počátku puberty se v hippocampu, centru zodpovědném za vypovídací paměť, hůř zapisují nové „vnucené informace“, na kterých nejsme moc citově zainteresováni“* vysvětluje profesor Vyskočil (in Bobůrková, 2010). Toto zhoršení je dáno tím, že se v mozku dospívajících kromě velkého množství GABA receptorů tvoří i větší množství látky GABA (kyseliny gamma-aminomáselné), což dohromady brání přenosu a ukládání signálů. Pubertální děti pak mají mnohem horší výsledky v paměťových testech. Je tu však hormon, který by mohl paměť napravit – THP stresový hormon, který se naváže na ty tlumivé receptory a redukuje působení GABA. Tento nový poznatek může pomoci mladým lidem s vážnými poruchami učení.

## **1.2 Adolescence jako období vývojových přechodů**

Vývojové přechody mohou znamenat výzvu či novou příležitost, ale závisí to na správném načasování, tj. ve které konkrétní době se odehrávají, zda načasování má či nemá nevhodné pozadí (např. úmrtí v rodině, rozvod rodičů). Tyto konstelace mohou vyvolat u adolescentů silný stres, který může vést k výraznému zhoršení adaptace, výkonu, pohody a sebehodnocení. Adolescent bude prožívat krizi a dostane se do řady konfliktních situací.

### **1.2.1 Pubertální změny**

Primární změny jsou změny hormonální, jejichž načasování je již zakotveno v prenatálním vývoji. Hladina hormonů se obvykle začíná zvyšovat okolo osmého roku života, přičemž se sekundární pohlavní znaky objevují obvykle o čtyři až pět let později. Vedle vývoje primárních a sekundárních pohlavních znaků je pro pubertu charakteristický zrychlený růst (výška, váha). V této souvislosti se setkáváme s tzv. *sekulární akcelerací*, což znamená trend zrychlování růstu, váhy a pohlavního dospívání v posledních sto letech a souvisí se

změnou výživy, se snížením výskytu tradičních dětských nemocí, s míšením různých ras a národností a s celkovou změnou životního stylu (Seifert, Hoffnung, in Macek, 2003).

Stejně důležité jako vlastní biologické a fyzické změny je, jak jsou tyto změny vnímány a hodnoceny jejich nositeli a jejich okolím. Klíčovou roli má hodnocení osob, které dospívající považuje za důležité. Rovněž instituce, média, kultura, umění se zabývají pubertou jako fenoménem a zpětně se stávají obsahem reflexe a sebereflexe adolescentů. A to zejména ve srovnání s vrstevníky.

Americké výzkumy většinou ukazují, že pro časně dospívající dívky je charakteristické nižší hodnocení, více problémů ve škole, jsou náchylnější k rizikovému chování a méně si rozumí s rodiči. Naopak časně vyspělí chlapci takové problémy nemají a jejich sebehodnocení je často vyšší ve srovnání s vrstevníky (Brooks-Gunn, Petersen, Leffert, in Macek, 2003).

### 1.2.2 Kognitivní změny

Časnou adolescenci můžeme na základě kognitivní teorie adolescence J. Piageta (Inhelder, Piaget, Miller, in Macek, 2003) označit jako *období utváření formálních operací*.

Mezi 11 až 15 rokem se zakládá nutná výbava abstraktního (obecného) myšlení - schopnost představit si reálně neexistující, operování s abstraktními pojmy, kombinační schopnosti a hledání alternativních řešení - to vše vede ke zvýšenému egocentrismu (pozornost zaměřená na vlastní osobu, jak v jednání, tak v myšlení). Podle Piagetovy teorie můžeme předpokládat, že tam, kde se dospívající cítí větší měrou osobně zaangażován do problému, bude i ve větší míře *akomodovat*, tj. měnit své vlastní akční schéma. V opačném případě bude spíše *asimilovat*, tj. včlenění nový jev do stávajících schémat (Švancara, in Macek, 2003). Z obsahového hlediska se rozšiřuje horizont myšlení a poznávání zejména ve vztahu k vlastní budoucnosti, ale i přítomnost a minulost nabývají na novém významu.

Ve střední a pozdní adolescenci je myšlení méně absolutní (úplné, neomezené) a více relativní (závislý, hodnocený vzhledem k něčemu). I zde však platí, že myšlení je v každodenní praxi méně systematické než při řešení formálních úkolů, více závisí na konkrétních znalostech, zkušenostech, situacích a okolnostech. Postupně také přibývá vědomí možných rizik, zvažování důsledků. Adolescenti jsou stále více schopni uvažovat jako dospělí, kromě logických argumentů nabývají na významu jejich prožitky, vztahy, zkušenosti a potřeba být efektivní, stabilní a oceňovaný.

### 1.2.3 Emocionalita

Adolescence je z hlediska emocionálního vývoje poměrně dlouhé období a v jednotlivých etapách jsou projevy odlišné. V průběhu adolescence se také rozšiřují emocionální odezvy na jednotlivé podněty. Citové zážitky se diferencují, přibývá vyšších citů.

- **Časná adolescence** – tj. období emoční lability (nálad jsou spíše negativní, je to období krizí a pocitových zvrátů), souvisí to s hormonálními změnami, s vysokou potřebou sebehodnocení (střídání nadšení a negativismu). Navíc tu hraje roli celková zvýšená únavnost, ochablost a apatičnost, která se střídá s krátkými fázemi aktivity.

Ne vždy je však průběh puberty emocionálně bouřlivý a dramatický.

Nutné je brát v úvahu:

- a) Individuálně typologické rozdíly, které převládají nad věkovými
  - b) Kulturní a sociální faktory
  - c) Způsob a styl výchovy
  - d) Pohlaví adolescentů (problémovost je vyšší u chlapců)
- **Střední a pozdní adolescence** – odeznívání náladovosti a vysoké lability, přibývání a diferenciaci silných prožitků, jakož i proces jejich integrace do nových kvalit. Menší impulsivnost, emocionální dráždivost a vyšší stálost.

Typ temperamentu se v adolescenci nemění.

Zvláštní význam získávají emoce, city související s erotickou sférou života, estetické city a mravní cítění. Je to období „prvního vystřízlivění“, jež člověk zažívá při konfrontaci reality všedního dne se svými vysněnými představami a ideály (např. v přátelství, ve vztahu k rodičům, v erotických a sexuálních vztazích, v souvislosti s volbou povolání)

### 1.2.4 Oblast vztahů

Změny v kognitivních procesech, nový způsob myšlení a uvedené emocionální charakteristiky vedou ke změně postojů a vztahů – jak k sobě samému, tak k ostatním lidem. Adolescenti často dojdou k objevení „síly vlastního rozumu“.

#### a) Vztah k sobě, sebepojetí a sebehodnocení

V časně adolescenci jsou předmětem sebereflexe nejčastěji fyzické změny, emoční rozkolísanost a vztahy k rodičům.

Ve střední adolescenci je ohniskem sebereflexe především akceptace ze strany vrstevníků (v rámci přátelských či erotických vztahů).

#### b) Vztahy s druhými

– jsou v období dospívání klíčové pro převzetí pozdějších dospělých rolí – partnerských, rodinných, přátelských i profesních a jsou zdrojem sebedůvěry, pocit autonomie, kritérium samostatnosti při rozhodování.

Důležitým aspektem je rozvoj komunikačních dovedností,

- Vyjádření vlastního názoru (přání)
- Naslouchat druhým (požádat o názor druhého člověka)
- Přijmout a poskytnout pochvalu atd.,

kteří vedou k větší sebejistotě, emoční podpoře, k vědomí sociální prestiže, dochází ke snížení vnitřního napětí a agresivity, protože ji častěji ventiluje v aktivitách s vrstevníky a nedostává se tak do sporu s autoritou.

- **Vztahy s vrstevníky**

– umožňují vzájemné poskytování názorů, pocitů a vzorců chování, plní funkci komunikační. Adolescenti rádi napodobují a jsou rádi napodobováni. Ve vrstevnických vztazích se rychle mění a střídají pozice soupeře a spoluhráče, opozičníka a soupeřníka. Tyto vztahy nemají sami o sobě hodnotu, ale jsou prostředkem hledání a ujasňování vztahu k sobě samému. Největšího významu nabývají v časně adolescenci, i když její význam přetrvává v dalších fázích dospívání.



- **Vztahy se sourozenci**

Pokud nejsou sourozenci příliš věkově vzdálení, potom jsou pro dospívající důležití minimálně proto, že jsou příslušníky jedné generace (mají podobné postoje, potřeby, zájmy) a aktivně se podílejí na rodinné socializaci. Sourozenci jsou často mediátory konfliktů s rodiči. Lepší vztahy (méně soupeřivosti) jsou většinou mezi sourozenci, mezi nimiž je buďto minimální věkový rozdíl (rok a méně) nebo velký (čtyři a více). Ve větší míře pak ovlivňují dospívající starší sourozenci. Zprostředkovávají tak přechod ke světu dospělých a také od dospělých směrem k dospívajícím.

- **Vztahy s rodiči**

Dospívání bylo dříve chápáno jako konfliktní období ve vztazích děti – rodiče (Freud, 1946, in Macek, 2003). Mezigenerační konflikt se jevil jako nezbytný pro překonání závislosti na rodičích. Ukazuje se, že tento průběh nelze generalizovat, jelikož vztah může zůstat trvale pozitivní a přitom se závislost může snižovat. Rodiče si mohou být také vědomi dočasné opozice svých potomků, trpělivě čekají, až to „přejde“ a tím hloubku konfliktu oslabují.

Dospívající se postupně odpoutávají od svých rodičů fyzicky, emocionálně a duchovně. Časem přejdou od orientace na rodinu na orientaci na přátele. Děti začínají zpochybňovat názory, hodnoty a přesvědčení svých rodičů a začnou si vytvářet své vlastní názory. Aby se z dětí mohli stát zdraví a dobře fungující dospělí, musejí se od rodičů odpoutat. Závislost dítěte na rodičích v určitém okamžiku skončí a změní se v přátelství. Aby se mohly učit, soustředit se, přizpůsobovat a komunikovat, potřebují orientaci na ven. Oddělení dítěte se dá udělat správně nebo špatně.

### **1.3 Proces socializace v adolescenci**

Socializace je proces vývoje osobnosti v konkrétním materiálním a sociálním prostředí, které je charakteristické pro konkrétní společnost. Vzájemný vztah mezi jednotlivcem a společností je primárně určován společností, současně však jednatel aktivně ovlivňuje svoje konkrétní prostředí, čímž iniciuje jeho změnu.

*Zdeněk Helus (2004) rozlišuje 4 složky či aspekty socializace:*

- 1) **Hodnotově normativní složka** – deklarace společnosti o vlastních hodnotách, normách ideálech, přesvědčení, reprezentované především rodinou, výchovně-vzdělávacími institucemi, ale i masovými sdělovacími prostředky, politickým a právním systémem.
- 2) **Složka mezilidsky vztahová** – interakce mezi lidmi je ovlivněna hodnotově normativními činiteli, ale je dána rovněž osobnostními zvláštnostmi a jedinečností konkrétní situace. To determinuje (předurčuje) jak sociální komunikaci, tak proces sociálního učení, ve kterém si adolescent osvojuje sociální role, které vyplývají z jeho pozic. Např. role dcery či syna – pokračuje z dřívější, ale může se dramaticky měnit její obsah, interpretace a prožívání nebo adolescent jako partner – tato role je spojována s pocitem hledání, experimentování a nejistoty.
- 3) **Rezultativní složka systému** – tady jde nejen o materiální produkty, ale i o kulturu, ale i o jednotlivce jako produkt socializačního procesu.
- 4) **Osobnostní složka** – zahrnuje jedinečnost osobnostních charakteristik jednotlivce, ale i reflexi (zrcadlení, odraz, přijímání, přemýšlení či sebepoznání) předchozích tří složek samotným subjektem. Sebereflexe vede k seberegulaci, což znamená, že jedinec socializuje sám sebe. A právě v adolescenci nabývá socializace zvláštního významu. Vzniká celá řada osobních potřeb, které tuto skutečnost dále rozvíjejí (např. potřeba začlenění do vztahů, potřeba orientovat se, interpretovat z vlastního hlediska běžné situace, hledání smyslu života).

## 2 IDENTITA V OBDOBÍ ADOLESCENCE A JEJÍ ODRAZ V KOMUNIKACI S RODIČI

Vztahy v primární rodině jsou pro adolescenta stále významné. Je pro něj důležité, aby byl vzorec rodič-dítě doplňován a nahrazován také vzorcem dospělý-dospělý. Tento proces je často spojen s konflikty, vznikají třecí plochy mezi tím, jaké atributy spojují s dospělostí rodiče (zodpovědnost) a jaké dospívající (svoboda, nezávislost). V tomto kontextu pak skutečně nejde o to, kdo má pravdu (tu mohou mít ze svého úhlu pohledu obě strany), ale o schopnost udržet a rozvíjet komunikaci, resp. nalézt takovou její formu, která umožní vzájemný respekt obou stran. V takové komunikaci se musí rovnovážně uplatňovat dva základní aspekty – *sebeprosazování* (schopnost sdělit svůj vlastní pohled tak, aby ho pochopili druzí) i *schopnost citlivosti k druhým* (naslouchání). Výzkumy dokazují, že vyváženost těchto dvou složek komunikace posiluje osobní identitu adolescentů.

Podle myšlenek E. Eriksona (2002) lze ujasňování vztahu k sobě a hledání vlastní identity považovat za základní vývojový úkol období adolescence. Dospívání popisoval jako konflikt mezi potřebou integrace sebe samého a potřebou vyrovnat se s nejasnými požadavky společnosti tak, aby byl adolescent schopen najít a akceptovat svoje vlastní místo a hodnotu jako člen tohoto společenství.

Rozlišujeme *osobní a sociální aspekt identity*:

- **Osobní aspekt** – intimní sebereflexe a sebehodnocení („já jsem já“ a odpovídá na otázku „kdo jsem“), vědomí vlastní jedinečnosti, neopakovatelnosti a ohraničenosti vůči druhým
- **Sociální aspekt** – pocit začlenění, spolupatříčnosti a kontinuity ve vztazích i čase („kam patřím“, „čeho jsem součástí“, „odkud pocházím“ a „kam směřuji“)

Podle Newmana a Lloyda (in Macek, 2003) mohou být v procesu utváření identity v adolescenci vyděleny dvě fáze:

- 1) necítí-li se dospívající akceptovaný rodiči, vrstevníky, dalšími autoritami a skupinami, zažívá odcizení.
- 2) nedospěje-li k nezávislosti ve druhé fázi, prožívá pocit nezakotvenosti

Z vývojového hlediska jde o proces individuace osobnosti adolescentů a R. Josselsonová (in Macek, 2003) ji popisuje ve čtyřech etapách:

1. V časně adolescenci začíná **psychologická diferenciac**e – pubescent si začíná uvědomovat odlišnost své osobnosti jak od ostatních vrstevníků, tak od rodičů – (postoje, hodnoty, názory, zvyšuje se kritičnost). Intelektuální potenciál a schopnosti jako by předbíhaly emocionální vyrovnání se s novými zkušenostmi a poznatky – to, co je poznáváno ve vztahu k důležitým osobám, není snadné pochopit a akceptovat. Ve vyhraněné podobě vede tento rozpor až ke generalizaci negativního postoje vůči rodičům a dalším autoritám.
2. **Fáze zkoušení a experimentování (14-15 let)** – snaha o zbavení se všech závislostí na autoritách. S rodiči často soupeří, chtějí nad nimi zvítězit, zvyšuje se jejich odpovědnost a závazky vůči kamarádům. Pro většinu nemá velký význam dlouhodobá osobní perspektiva
3. **Období navazování přátelství (16-17 let)** – období hledání nových pravidel a norem ve vztahu k druhým lidem, zvyšuje se odpovědnost za vlastní chování a jeho důsledky, obnovují se vazby s rodiči (vědomí přetrvávající závislosti na rodičích).
4. **Konsolidace vztahu k sobě (pozdní adolescence)** – pocit vlastní autonomie a jedinečnosti, které jsou rovněž spojovány s hledáním, omyly a pochybnostmi.

Velmi významnou teorií postavenou na myšlence adolescence jako období pro **splnění vývojového úkolu** je koncepce **E. H. Eriksona**. Vychází z Freudovy psychoanalýzy, ale současně bere v úvahu psychosociální a kulturní vlivy. Podle Eriksona probíhá vývoj jedince v osmi fázích. V každé etapě jedinec plní vývojový úkol. Období adolescence se vyznačuje hledáním vlastní identity (ego – identity), pochybnostmi o svém postavení ve společnosti, o sobě samém apod. Nalézání vlastní identity probíhá dále i v dalších vývojových etapách člověka, ale pro adolescenci je to úkol hlavní (Erikson, 2002).

Podle teorie identity J. Marcii (1967, 1980, in Macek, 2003) se lze u **časně adolescence** setkat s:

- **Difuzní-rozptýlená identita (diffusion)** – u jedince není přítomná krize ani závazek. Osobnost je lehce ovlivnitelná, přijímá názory a chování skupiny, ve které se zrovna nachází. Sebehodnocení je závislé na hodnocení a reakcích lidí v okolí. Tito jedinci jsou však méně rigidní a méně konvenční ve svém chování, jsou rela-

tivně flexibilní a nezávislí a nemají potřebu ujasňovat si a potvrzovat svoji vlastní jedinečnost a role (Meeus, in Macek, 2003)

- **Stav předčasného uzavření (*foreclosure*)** – adolescent neprožívá krizi identity (spokojen sám se sebou), ale závazek. Postoje, normy a přesvědčení přijímá nekriticky (pasivně) od autorit, aniž by si je ověřoval na základě vlastních zkušeností. Nezažívají mnoho osobnostních krizí a preferují „osvědčený“ konvenční styl života.

Ve **střední adolescenci** je frekventovanější *adolescentní moratorium (status moratoria)* – období aktivního, nezávazného hledání jedinec se nachází v krizi, je nejistý, méně flexibilní a může se u něj projevovat úzkost. Má však o sobě a o svém vztahu s druhými lidmi pozitivní představu. Je to stádium vývojového provizoria, kdy si adolescent zkouší různé role, experimentuje se svým vzhledem, stylem muziky, členstvím v partě, názory i hodnotami. Adolescent si role zkouší, aniž by se zavazoval. Jedná se o jakýsi odklad od vstupu do dospělého světa, období hledání a zkoušení (srov. Říčan, 2004).

Pro **pozdní adolescenci** je typický stav *dosažení či vykonání identity (identity achievement)* – adolescent prožívá krizi při řešení svých závazků. Dochází k propojení minulosti, přítomnosti a budoucnosti ve smysluplný celek. Jedinec zvyšuje své sebehodnocení a jeho reálné já se přibližuje k ideálnímu já. Dosažení identity je tedy cílem adolescence.

Ve formování identity jsou také rodové rozdíly:

**Chlapci** – neprožívají tak silně konflikt mezi budoucí profesionální kariérou a rodinným životem, jejich „dosahování identity“ a budoucí perspektivy jsou vázány na profesní orientaci a větší význam má pro ně i politická orientace. U chlapců se intimita vyvíjí paralelně s identitou.

**Dívky** – orientace světonázorová, náboženská a důležitost mají i interpersonální vztahy - kamarádství, partnerství, rodičovství (Lloyd, Meeus, Dekovic, in Macek, 2003). U dívek se mnohem dříve rozvíjí intimita než identita.

Marcia (in Macek, 2003, s. 21) říká, že: „*Difuzní stádium, předčasné uzavření (náhradní identita) a moratorium jsou normální fáze adolescence a je také běžné, že se adolescent v jednotlivých oblastech života nachází ve stejnou dobu v různých stádiích (např.*

*v profesní orientaci je ve stadiu moratoria, v erotických vztazích zatím v difuzním stadiu).*“  
Dále Marcia dodává, že v celkovém vývoji identity je důležité, aby moratorium předcházelo stavu dosažení identity.

Dosažení identity není dáno jen osobnostně a ontogeneticky, ale i zkušenostmi a příležitostmi nabízenými konkrétním sociálním prostředím a kulturou.

### 3 BARIÉRY EFEKTIVNÍ KOMUNIKACE ADOLESCENTŮ S RODIČI

#### 3.1 Komunikace

Komunikace (= společně něco sdílet) zahrnuje přenos čili transmisi sdělení a též výměny sdělení mezi účastníky. Předáváme si je slovy, tedy verbálně a též neverbálně, tj. úsměvem, pláčem, podáním či mávnutím ruky, pohledem, pohlazením, polibkem....(Plaňava, 2005).

Podle H. D. Lasswella (in Plaňava, 2005) lidská komunikace zahrnuje pět dominujících zájmen: **kdo** vysílá **co**, **kudy** (jakým kanálem), **komu** a s **jakým** efektem. Z. Vybíral (2000) k tomu dodává **proč** a s **jakými** potížemi.

Komunikování je jedinečnou, neopakovatelnou událostí, děje se ve zcela určitém prostředí, za určitých okolností a také atmosféra se liší, převládají jiné citové prožitky i projevy, různé vztahy mezi účastníky.

Interpersonální komunikace je komunikace mezi dvěma osobami, které mezi sebou mají nějaký vztah a jsou do určité míry na sobě vzájemně závislé. (DeVito, 2001)

#### 3.2 Typy bariér v komunikaci

V komunikaci u adolescentů dochází k různým bariérám, které negativně působí na komunikaci.

Těmito bariérami jsou:

- **uzavřenost** (vyhýbání se konfliktům, problémům) - adolescenti bývají uzavření, aby se vyhnuli bolesti. U jiných se může jednat o projev potlačovaného hněvu. Důležité je si uvědomit, že adolescent nemusí odmítat rodiče osobně, ale situaci, která v něm probouzí strach
- **rozdílné vnímání (nepochopení)** - co chce sdělit, jak to cítí
- **nedůvěra** - pokud je nesoulad v komunikaci dlouhodobější, dochází k nastolení trvalejší nedůvěry, která zabrání jakékoliv další smysluplné komunikaci

- **antipatie** - odpor nebo nechuť k určitým osobám, nepřátelství – vyhozený stav nedůvěry
- **emoce** - (*hněv, smutek, strach, lítost*) - jsou psychické procesy, které vyjadřují subjektivní vztah člověka k jeho vlastním projevům i okolním jevům a situacím. Vyšší emoce-intelektuální jsou zaměřené na překonávání překážek a problémů (patří sem cit pro pravdu a hodnotu pravdy, zvědavost, frustrace z nepochopení)
- **odlišný názor** - (jiný pohled na danou věc, situaci)
- **touha po nezávislosti** - (osamostatnění)
- **neznalost situace** - (jedna nebo i druhá strana nemá dostatečné informace, dělají předčasné závěry, předem odsoudí atd.)
- **generační bariéra** - pozice staršího nám nedává právo zahanbovat druhého a poškodit tak osobnost dítěte, což by mohlo vést ke snížení pozitivního obrazu vlastního já – sebedůvěry, důvěryhodnosti, kompetentnosti
- **nejistota** - obě strany mohou pociťovat při komunikaci nejistotu. Spočívá ve vzájemném oťukávání, kritickém pohledu a nevyjasněných očekávání. Nejistotu je možné maskovat sebejistým až arogantním chováním. Pokud se jedna strana chová arogantně, druhá strana na toto chování reaguje určitým způsobem (např. se vyhýbá komunikaci nebo může reagovat také arogantně).
- **rozhovor většinou končí v přednáškách a kázání**
- **konflikt (podrobně rozebrán níže)**
- **nesplněné očekávání** - zklamání
- **stres** - jako reakce organismu na stresový podnět a rozlišujeme *distres*=zátěž spojená s negativně laděnými a prožívanými emočními procesy (zklamání, strach, leknutí) nebo *eustres*=zátěž příjemnou a radostnou (očekávání příjemné události, nadšení)
- **nashromážděné problémy** - spouštěčem může být i relativně prostý důvod, který se v konečné fázi vůbec neřeší, ale vytáhnou se věci z doby dávno minulé. Končí to tak, že lidé na sebe navzájem házejí nashromážděné stíznosti, stupňuje se vztek a nevraživost.



- **blok** - může vzniknout v případě, kdy člověk např. nesprávně rozumí jazykovým výrazům či špatně interpretuje neverbální signály. Blokem mohou být *stereotyp a předsudek*.
- **agrese** - nástroj, který uvolňuje potlačované pocity. Může to být reakce na strach, hněv, sklíčenost, známka nízkého sebevědomí.
- **v nejhorším případě fyzické násilí** - dospělá osoba se snaží vnutit dítěti svou převahu. Děti si pak řešení konfliktů pomocí síly přenáší do dospělosti.

### 3.2.1 Interpersonální konflikt

Mezi dvěma a více lidmi nikdy nepanuje absolutní shoda, protože každý z nás je jedinečná bytost podléhající různým vlivům a přirozeně mezi námi musí být větší či menší rozdílnost (Vališová, 2008).

*Konflikt* je situace, kdy

- je nutno si vybrat z určitých variant či alternativ pouze jedinou (další termíny blízké tomuto pojmu jsou rozpor, rozdíl, neshoda, různý názor, problém či hádka).
- jsou lidé na sobě závislí – to, co dělá jedna osoba, má dopad i na osobu druhou
- ve které si lidé uvědomují neslučitelnost svých cílů – jeden cíle dosáhne, druhý nikoliv
- ve které jeden druhého vidí jako někoho, kdo překáží dosažení jeho vlastního cíle

**Rozdíl** v názorech, v jednání může vyvolat mírné a ne příliš intenzivní napětí.

**Rozpor** je definován jako „dynamické“ napětí přítomné mezi účastníky komunikace. Vyvolává aktivitu, podněcuje různé způsoby myšlení a hodnocení, vynucuje výměnu názorů a jejich zdůvodnění. Vyhrotí-li se rozpor natolik, že jednotlivci zaměřují své působení proti sobě, dochází ke střetu a konflikt je na světě. Mnohdy však nejde o konflikt, ale spíše o nedostatečné či neúplné vysvětlení – jak říká (Vališová, 2008) – jde o „ne-do-porozumění“. Pokud totiž věnujeme problému dostatek času a pozornosti, zjistíme, že zúčastněné strany nemusí být v rozporu (konfliktu), neboť cíl obou může být společný. Obě strany jen vidí situaci z nestejného úhlu.

### Co všechno ovlivňuje průběh konfliktu mezi adolescenty a rodiči?

Typ problému, předcházející vztahy protějšků na problému zainteresovaných a jejich hodnotové preference, jejich strategie jednání a komunikace, důsledky předpokládaného průběhu i řešení konfliktu, sociální prostředí, ve kterém konflikt probíhá.

### Řešení konfliktů

1. snažit se rozpoznat spouštěče problému (počátky, první podněty, podstatu problému) – analyzovat
2. hned a na místě (vyjádřit své pocity, snaha o kooperaci)
3. konflikt soustředit vždy na osobu, se kterou jsme ve střetu (nikoliv na přátele, rodinu, atd.)
4. vyjádřit pozitivní pocity ke druhé osobě (při konfliktu dojde většinou k výměně slov, které obě strany později litují, můžeme je kompenzovat pozitivními výroky)
5. najít řešení, které je uspokojivé pro obě strany (vítěz-vítěz)

### Strategie řešení konfliktu (Vališová, 2008)

- **konfrontace**
- **únik či popření konfliktu**
- **řešení konfliktu**

Konflikt („koření života“) sám o sobě není dobrý ani špatný:

**Negativní působení konfliktu:** nárůst negativních pocitů (nejistota, strach, agrese, úzkost, obava či pocit viny), zbytečně vynaložená energie, uzavření se před druhým, zmenšení otevřeného já.

*„Cílem sporu nebo diskuse by nemělo být vítězství, ale pokrok.“ (Joseph Joubert)*

**Pozitiva konfliktu:** zkoumat problém, kterému se vyhýbáme a pracovat na možném řešení. Konflikt je zdrojem změn, zabraňuje stagnaci, stimuluje zájem, uvolňuje napětí. Střet může ověřovat vztahy, ale i přispět ke vzniku silnějšího, uspokojivějšího vztahu. Pokud se

konflikt snažíme vyřešit, znamená to, že nám vztah stojí za takové úsilí. Přináší nám to lepší vzájemné poznání a porozumění.

V konfliktech, v rizikových situacích a v chybách má člověk možnost získat cenné zkušenosti pro své příští jednání.

Konflikty nevadí, když mají adolescenti pocit, že mohou svobodně vyjadřovat názory a že se na ně bere ohled. V tzv. zdravých rodinách jsou v rovnováze dva procesy – jednak sebezdurazňování a sebezprosazování (schopnost vyjádřit svůj pohled tak, aby jej pochopili druhí a současně také přijetí zodpovědnosti za svůj názor) na straně jedné a citlivost a vstřícnost na straně druhé.

### 3.3 Komunikační chyby

Vzájemnému pochopení se může postavit do cesty nějaká bariéra, kterou si stavějí sami komunikující. Někdy jim významně pomáhá prostředí, ve kterém žijí a komunikují, jindy ji budují sami – cíleně a záměrně.

Mezi bariéry, které mohou vznikat mezi rodiči a adolescenty zcela bez úmyslu a v jejichž pozadí se skrývá jedna vlivná příčina – neochota nebo neschopnost vidět situaci očima toho druhého a které patří mezi nejčastější, uvádím:

- a) **Tendenci hodnotit a soudit naše okolí** (zájem prosadit své názory) – tato tendence bývá užitečná, ale pouze do té doby, pokud neřekneme někomu, že něco udělal špatně. Pak se v něm automaticky zapnou obranné nebo útočné mechanismy. Potřebuje si ošetřit vědomí vlastní hodnoty. Tady platí pravidlo: kritizujeme-li tak k věci, chválíme-li, tak člověka.
- b) **Naléhání a napravování (ovlivnit druhého)** – své postoje a názory považujeme za normálních okolností za správné. Potíže však mohou nastat, pokud odmítáme chápat a akceptovat názory a postoje ostatních lidí. Jako příklad uvádím komunikaci s rodičem, učitelem, kteří by neměli svého vlivu zneužívat k nátlaku. Taková osoba by měla jasně vymezit prostor, za který odpovídá a určit, kde leží volný prostor, který nebude ovlivňovat. To je jeden z předpokladů, jak dosáhnout lepších vztahů. Zcela zakázané jsou fyzické útoky a napadání, vyhrožování a vydírání.

Spíše než bojovat za vybrané řešení je lepší hledat dobrá řešení spolu s nositeli jiných názorů a uspokojit tak zájmy na všech stranách.

- c) **Separace a ideová partenogeneze (cítit se bezpečně)** – vědomě vyhledáváme lidi, kteří jsou nám podobní, myslí podobně, mají stejné ideály, názory, postoje. Posilují v nás naše původní přesvědčení a utvrzují naše postoje. Vznikají tak relativně uzavřené názorové skupiny, jejichž nevýhodou je tendence vyhraňovat se vůči okolí a u nichž klesá tolerance vůči odlišným názorům.
- d) **Lhostejnost (nezájem)** – tendence nenaslouchat druhému (nenaslouchání, bojkotující naslouchání, předstírané naslouchání, selektivní naslouchání, významové naslouchání, empatické naslouchání)

### 3.4 Manipulativní techniky

Využívané s cílem něčeho dosáhnout, především donutit partnera k určitému chování. Tyto techniky jsou v komunikaci záměrné za účelem „přežití“, kdy je vytvořen systém lhaní a vymýšlení, v němž není přebírána zodpovědnost.

1. **vyhrocování postojů** - existuje pouze možnost A nebo B, třetí varianta neexistuje
2. **podsování argumentů** - pokud rodič podsovává názory a argumenty, které si sám vymyslel nebo byly proneseny v jiném kontextu nebo jinou osobou než je adolescent, ale se kterými pracuje jako s výroky adolescenta
3. **vyhrožování** - jedná se o tvrdou metodu, která se používá, když jemnější manipulativní metody selžou
4. **nálepkování** - rodiče se mohou snažit o manipulaci tím, že propojí např. názor, osobu s nálepkou, která v adolescentovi vyvolá negativní asociaci. Ta se může usadit v podvědomí a ovlivní postoj k danému subjektu. Nejúčinnější je, když adolescent o daném subjektu nic neví a informace si neověřuje. U nálepkování jde spíše o přiřazování k méně žádoucím skupinám na základě smyšlené podobnosti nebo zobecňování.
5. **zesměšňování** - snižování hodnoty komunikačních partnerů, hlavním ziskem je např. získání sympatií nebo obdiv třetích osob
6. **falešné apely** - manipulátor (v našem případě rodič) se snaží dítě zařadit do skupiny slušných, rozumných lidí. Podmínkou je souhlas s nimi, změna názoru či chování podle jejich požadavku: „My slušní lidé děláme to a ono“,

„ Každý inteligentní člověk ví, že něco takového nemá smysl.“ U falešných apelů jde o příslušnost k žádoucí skupině.

- 7. *slibování*** - většinou se jedná o přísliby často nesplnitelných výhod, kterými se rodiče snaží své dítě obměkčit

## 4 SHRUTÍ TEORETICKÉ ČÁSTI

V teoretické části je popsán termín adolescence jako klíčový prvek bakalářské práce, jeho členění, procesy změn v oblasti hormonální, kognitivní, emocionální, sociální-vztahové, které zasahují do života adolescenta.

Pubertální změny zahrnují změny biologické a fyzické, oblast kognitivní je spojována s rozvojem abstraktního myšlení, s kombinačními schopnostmi a hledáním řešení. Klíčovou roli má i hodnocení osob, které dospívající považuje za důležité. V oblasti emocionality se citové zážitky diferencují, přibývá vyšších citů.

Všechny tyto uvedené změny vedou ke změně v oblasti postojů a vztahů. Proto nesmí být v teoretické části opomenuta právě oblast vztahů – vztahu k sobě a vztahu k jiným lidem (vrstevníkům, sourozencům a především k rodičům, kteří hrají další klíčovou roli v následujícím výzkumu). Důležitý vliv na vývoj osobnosti má i konkrétní sociální prostředí a s tím spojený proces socializace v adolescenci.

Podrobněji je zde pojednáno o hledání vlastní identity jako základním vývojovém úkolu období adolescence. Je to období, které přináší uvědomování si odlišností jak od vrstevníků, tak od rodičů (postoje, názory, hodnoty) a snahu zbavení se všech závislostí na autoritách.

Část třetí je zaměřena na oblast komunikace a bariér, které negativně působí na komunikaci. Tyto bariéry jsou identifikovány a jednotlivě popsány. A proto, že mezi dvěma i více lidmi nikdy nepanuje absolutní shoda, může docházet k interpersonálním konfliktům.

Konflikt pak jde ruku v ruce s komunikačními chybami a mohou být při něm použity i prvky manipulativní techniky. A to jaký vztah mají adolescenti s rodiči a jaké překážky hrají důležitou roli v jejich komunikaci, se pokusím zjistit v praktické části.

## **II. PRAKTICKÁ ČÁST**

## 5 ZÁKLADNÍ INFORMACE O VÝZKUMU

### 5.1 Výzkumný problém a cíle výzkumu

Jak jsem se již zmínila v teoretické části, z adolescentů se během dospívání stávají osobnosti, které se chtějí rozhodovat podle vlastního uvážení, stát si za svým a postavit se vůči autoritám. Proto dochází s rodiči ke konfliktům, které mohou mít v různých oblastech různou frekvenci. Do jisté míry totiž závisí na vztazích, soudržnosti a emočním vyladění mezi rodiči a adolescenty, jak budou konfliktní situace řešit. Proto jsem si k výzkumu zvolila následující popisný výzkumný problém:

***Které problémové oblasti považují adolescenti v komunikaci s rodiči za hlavní?***

Zajímá mě, zda moje zjištění bude ve shodě s teorií, takže dám řešení konfliktů do souvislosti s citovými vazbami k rodičům. Zda se potvrdí tvrzení, že v rodinách s dobrými vzájemnými vztahy, volí strategii řešení konfliktů pozitivní cestou a naopak v rodinách nepřátelsky naladěných jsou rodiče i dospívající silně konfliktní nebo volí strategii útěku od problému.

**Cílem výzkumu** je tedy zjistit, jak vnímají adolescenti komunikaci s rodiči a dále odvodit doporučení pro rodiče.

K realizaci *cíle výzkumu* jsem využila následující *výzkumné otázky* (dále jen VO):

**VO 1 - Jak se vztah adolescentů k rodičům promítá do jejich vzájemné komunikace?**

**VO 2 - Které překážky v komunikaci s rodiči považují adolescenti za stěžejní?**

**VO 3 - Jak reagují adolescenti s rodiči na vzájemně si sdělované názory?**

**VO 4 - Jak se konflikt projeví v komunikaci adolescenta s rodiči?**

**VO 5 - Jak vnímají adolescenti kritiku od rodičů?**

### 5.2 Volba výzkumné strategie

Pro zpracování této problematiky jsem v bakalářské práci použila metodu kvantitativního výzkumu a to z důvodu zajištění co největšího množství dat pro zmapování názorů adolescentů v komunikaci s dospělými.

K tomu jsem využila jako metodu sběru dat dotazník.



### 5.2.1 Dotazník

Při sestavování dotazníku jsem si nejdříve stanovila postup, tj. cíl, pro který je otázka určena, na co se chci zaměřit, co mě nejvíce zajímá a co by mohlo být pro můj výzkum důležité. Hovoříme o tzv. obsahových (výsledkových) položkách. V dotazníku se dále objevují i funkcionální položky – položky kontrolní. Na začátku jsem si také určila, jaké formy otázek bude nejlepší použít. Dotazník nesmí být příliš dlouhý (max. na dvě A4), jednotlivé položky by měly být jasné a srozumitelné. Dalším důležitým kritériem bylo, aby dotazník byl pestrý a spíše než logickému sledu otázek jsem dala přednost psychologickému hledisku. Podobu mého dotazníku lze najít v příloze (příloha 1).

V dotazníku bylo uvedeno 18 otázek rozdělených do 5 oblastí:

- 1) Vliv vztahu na komunikaci
- 2) Překážky v komunikaci
- 3) Reakce na názory
- 4) Konflikt a komunikace
- 5) Vnímání kritiky

Převážná část otázek je uzavřených (strukturovaných) tzn., že žáci vybírají jednu (nejpravděpodobnější) odpověď z nabízených možností, jindy měli možnost výběru i více variant. U některých otázek jsem jim nabídla prostor pro vlastní slovní vyjádření, pro vlastní charakteristiku – čili použila jsem otázky otevřené (nestrukturované). Samozřejmě mi bylo známo, že tento typ otázek mi způsobí obtíže při jejich vyhodnocování, ale přesto jsem je volila z důvodu lepšího (hlubšího) nahlédnutí do skutečného, osobitého mínění respondenta. Toho by se mi prostřednictvím uzavřených otázek nedostalo, jelikož není možné postihnout přesně všechny možné varianty odpovědí.

U otázek otevřených jsem se snažila provést dodatečnou kategorizaci, která umožní nepřehledně velký počet individuálních odpovědí převést na menší počet zvolených kategorií. Výpovědní hodnota otevřených položek závisí na dovednosti nebo ochotě respondentů se vyjadřovat. U každé otázky jsem rovněž nabídla možnost „jiné odpovědi“ a to z důvodu, kdyby respondentovi nevyhovovala žádná z nabízených možností. Tyto položky jsou označovány jako položky polouzavřené. Záměrně jsem nevolila škálové otázky, jelikož mi přišly pro tento věk nevhodné a domnívám se, že by adolescenti volili tzv. „zlatou střední

cestu“ (záleží na situaci), což se mi potvrdilo např. v otázce číslo 7 nebo 16, kde respondenti volili právě tuto odpověď.

V dotazníku jsem použila kontrolní položky, které mají za úkol prověřit věrohodnost zjišťovaných údajů. Jedna z možností spočívá v tom, že jsem se ptala na jednu skutečnost více položkami. Např. jsem položila otázku „Tvůj vztah k rodičům je charakterizován?“ a v jiné části jsem umístila otázku „Co převažuje ve tvém vztahu s rodiči?“

Dotazník byl sestaven tak, aby neobsahoval nesrozumitelné či zavádějící termíny. Z dotazníku byly vyloučeny nepříjemné, sugestivní otázky, víceznačná slova. Používala jsem hovorové výrazy, abych se více přiblížila mluvě adolescentů a abych navodila kamarádkou atmosféru, při které se respondenti více otevřou. Při sestavování dotazníku jsem vycházela z doporučení uvedených Chráskou (2007).

### 5.3 Výzkumný soubor

Průzkum jsem prováděla v období ledna 2011 a to u dětí osmých a devátých tříd ZŠ.

Oslovila jsem žáky ze tří základních škol:

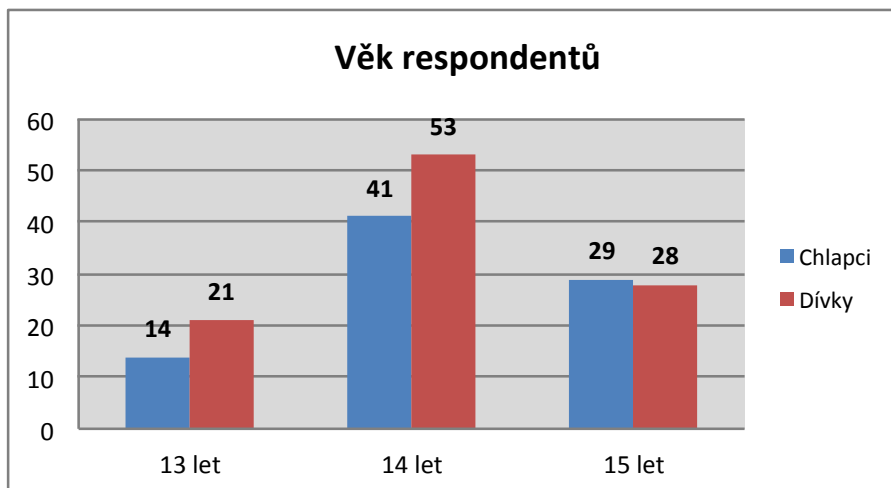
1. ZŠ Kvítková Zlín (prostřednictvím paní učitelky Mgr. Hany Lukovicové)
2. ZŠ Brumov-Bylnice (prostřednictvím Mgr. Jiřího Trčky)
3. ZŠ Újezd u Valašských Klobouk (prostřednictvím paní učitelky Mgr. Lenky Pochylé)

Celkem bylo osloveno 200 žáků. Bohužel v den vyplňování 14 žáků chybělo, ať už z důvodu nemoci či jiných a vyplněných dotazníků se mi tak vrátilo 186.

Na dotazník odpovídali respondenti ve věku mezi 13-15 lety (období časně a střední adolescence): z toho ve věku 13 let odpovědělo (21 dívek a 14 chlapců), ve věku 14-ti let pak (53 dívek a 41 chlapců) a ve věku 15 let (28 dívek a 29 chlapců).

Věk respondentů	Chlapci	Dívky	Celkem	%
13 let	14	21	<b>35</b>	19
14 let	41	53	<b>94</b>	51
15 let	29	28	<b>57</b>	30
<b>Celkem</b>	<b>84</b>	<b>102</b>	<b>186</b>	100

**Tabulka č. 1:** Rozdělení respondentů podle pohlaví



Graf č. 1: *Věk respondentů*

#### 5.4 Průběh výzkumu

Dotazníkovým šetřením jsem zkoumala u věkové skupiny adolescentů 13-15 let, jak vnímají svůj vztah s rodiči. Nejvhodnějšími respondenty mi přišli žáci II. stupně základních škol - konkrétně pak žáci osmých a devátých tříd. Výzkum proběhl na základní škole s rozšířenou výukou jazyků Kvítková Zlín, na základní škole Brumov-Bylnice a základní škole Újezd u Valašských Klobouk. Tyto školy nejsou vybrány náhodně, ale z důvodu toho, že jednu z uvedených škol navštěvují moje dcery a za tu dobu se již vytvořily určité vazby a u dvou zbylých škol se znám s učiteli, kteří mi následně pomohli s distribucí, s dohledem nad vyplňováním a v konečné fázi s navrácením dotazníků.

Jakmile jsem průzkumem zjistila a shromáždila všechny potřebné údaje, bylo dalším krokem zpracování, prezentace a analýza. Nejběžnějším a nejpoužívanějším způsobem zpracování odpovědí je třídění. Třídění v první fázi záleží na tzv. identifikačních znacích, tj. na věku a pohlaví.

Výsledky jsou zpracovány a prezentovány v grafech, které napomáhají k lepší orientaci v jednotlivých otázkách. Grafy jsou zpracovány v absolutních hodnotách pro větší a pohodlnější přehled. V textu jsem uváděla i hodnoty relativní.

Jednotlivé výsledky jsou zhodnoceny dle předem stanovených kritérií. Mezi důležité kritérium patřilo rozdělení dle pohlaví a dále správné a jednoznačné vyplnění dotazníku (nepočítala jsem nejasné odpovědi, špatně vyznačené odpovědi, atd.) Tyto údaje sloužily k přehlednosti a úplnosti mého šetření.

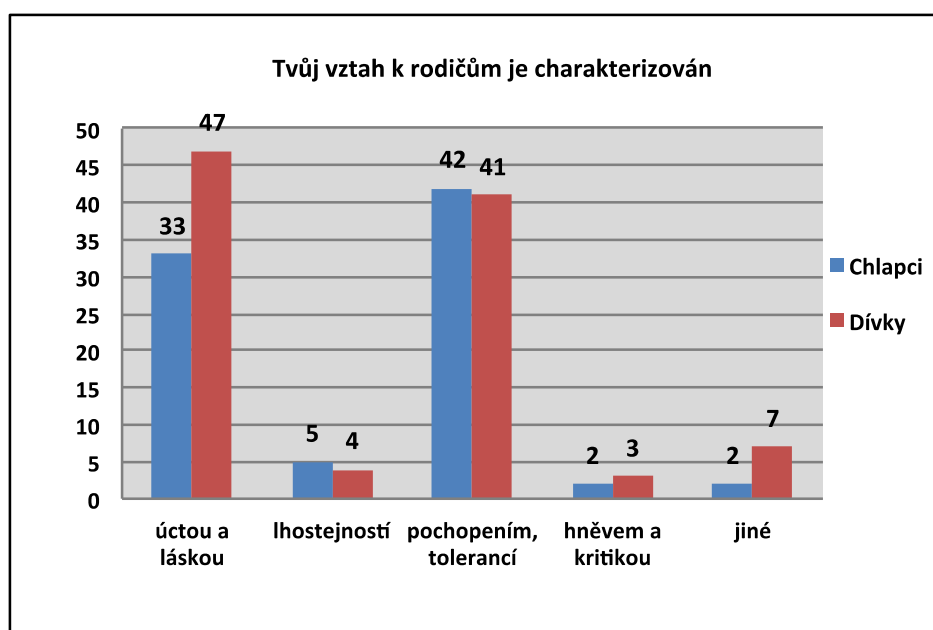
## 6 ANALÝZA VÝSLEDKŮ VÝZKUMU

V této části se zabývám podrobnější analýzou a hodnocením zjištění, které vyplývají z dotazníkového šetření. Jednotlivé otázky rozebírám a z vlastního postoje uvádím své zhodnocení.

### 6.1 Vliv vztahu na komunikaci

Vyhodnocením otázek č. 1, 3, 4, 5, 6, 7, 8 jsem získala odpověď na první ze zkoumaných oblastí – oblast vlivu vztahu na komunikaci.

Otázka č.1:



Graf č. 2: Vyhodnocení otázky č. 1

#### Zhodnocení

Svůj vztah k rodičům charakterizuje 42 chlapců (50 %) z celkového počtu 84 pochopením a tolerancí, naopak u 47 dívek (46 %) z celkového počtu 102 převažuje úcta a láska.

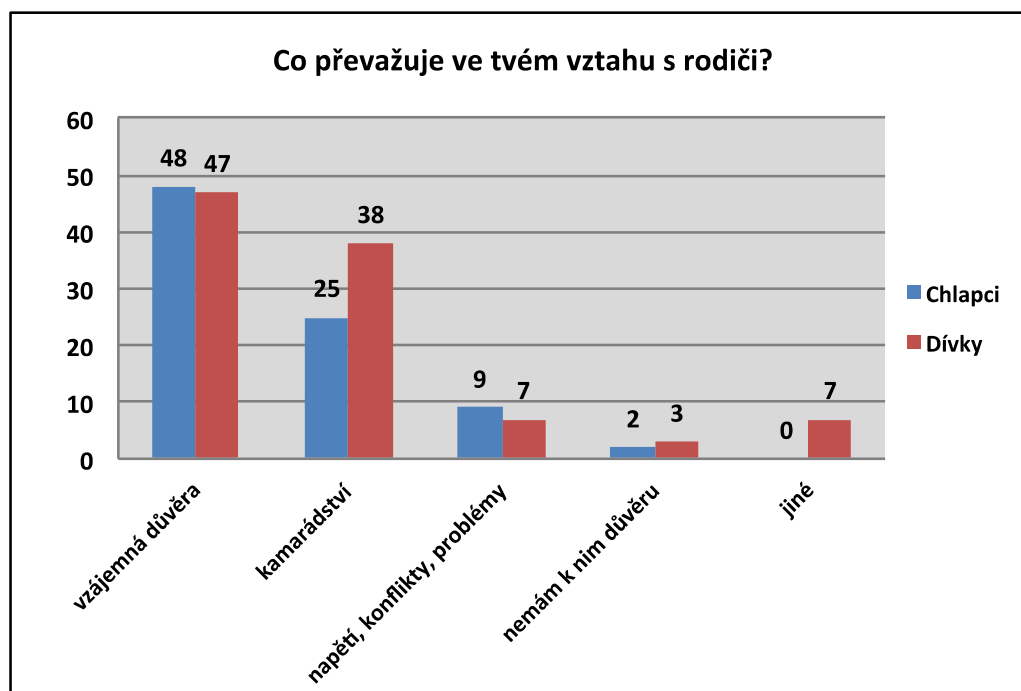
U 41 dívek (40,2 %) je to především pochopení a tolerance, 33 chlapců (39,3 %) chová ke svým rodičům úctou a lásku.

Lhostejnost ke svým rodičům pociťují 4 dívky (3,9 %) a 5 chlapců (6 %). Hněvem a kritikou by svůj vztah označili 3 dívky (2,9 %) a 2 chlapci (2,4 %).

7 dívek (6,9 %) a 2 chlapci (2,4 %) charakterizují vzájemný vztah jako neustále se měnící – kde pohodu, upřímnost, lásku, toleranci střídá nepochopení, hádka a kritika. Za pozornost stojí jedna z odpovědí (a v podstatě celý jeden dotazník), kde jedna dívka charakteri-

zuje svůj vztah takto – „ignorujeme se, mám vlastní názory a to jim vadí a chtějí mě změnit, mám ségry, ty milují, ale mě nenávidí“. Dívka si dala práci a u každé otevřené otázky napsala odpověď. Získala jsem tak dojem, že touží po vyslechnutí, že se chce někomu svěřit se svými pocity. Dle mého názoru může jít o jistou formu volání o pomoc.

### Otázka č. 3:



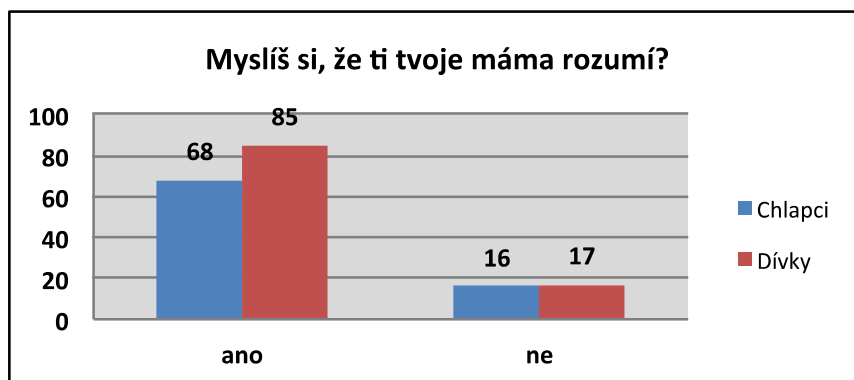
**Graf č. 3:** Vyhodnocení otázky č. 3

### **Zhodnocení**

Většina chlapců i dívek v této otázce odpovídala stejně – na první místo staví vzájemnou důvěru (48 chlapců = 57,1 % a 47 dívek = 46 %).

Pro 38 dívek (37,3 %) a 25 chlapců (29,8 %) je nejdůležitější charakteristikou jejich vztahu s rodiči varianta b) kamarádství. Napětí, konflikty a problémy převažují u 9 chlapců (10,7 %) a 7 dívek (6,9 %) z celkového počtu 186. K rodičům nemá důvěru 5 respondentů, z toho 2 (2,4 %) chlapci a 3 (2,9 %) dívky.

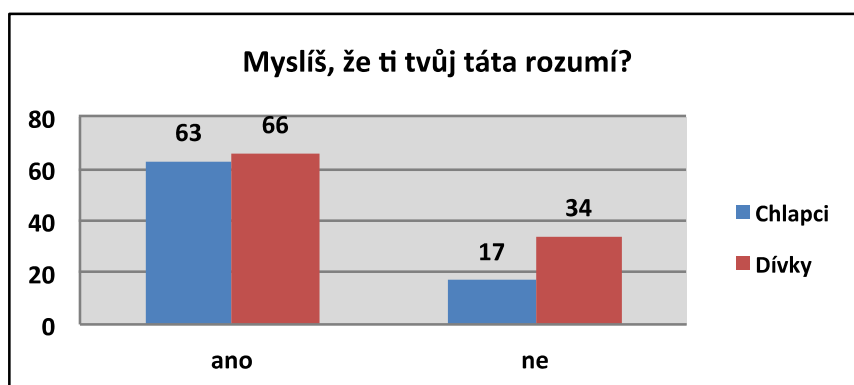
Variantu e) jiné využilo 7 (6,9 %) dívek, z toho jedna uvádí, že v jejich vztahu převažuje láska a vzájemná tolerance, druhá svůj vztah nazvala pocitem bezpečí, třetí „jen někdy pár konfliktů“, čtvrtá „něco mezi tím vším“, pátá a šestá dívka „jak kdy“.

Otázka č. 4:

Graf č. 4: Vyhodnocení otázky č. 4

**Zhodnocení**

Otázkou č. 4 jsem zjišťovala, zda si respondenti myslí, že jim jejich máma rozumí. Z celkového počtu dotázaných si **85** dívek a **68** chlapců (**82,3 % z celkového počtu 186**) myslí, že jim jejich máma rozumí. Naopak u **17** dívek (**16,7 %**) a **16** chlapců (**19 %**) vztah s matkou nebude nejlepší.

Otázka č. 5:

Graf č. 5: Vyhodnocení otázky č. 5

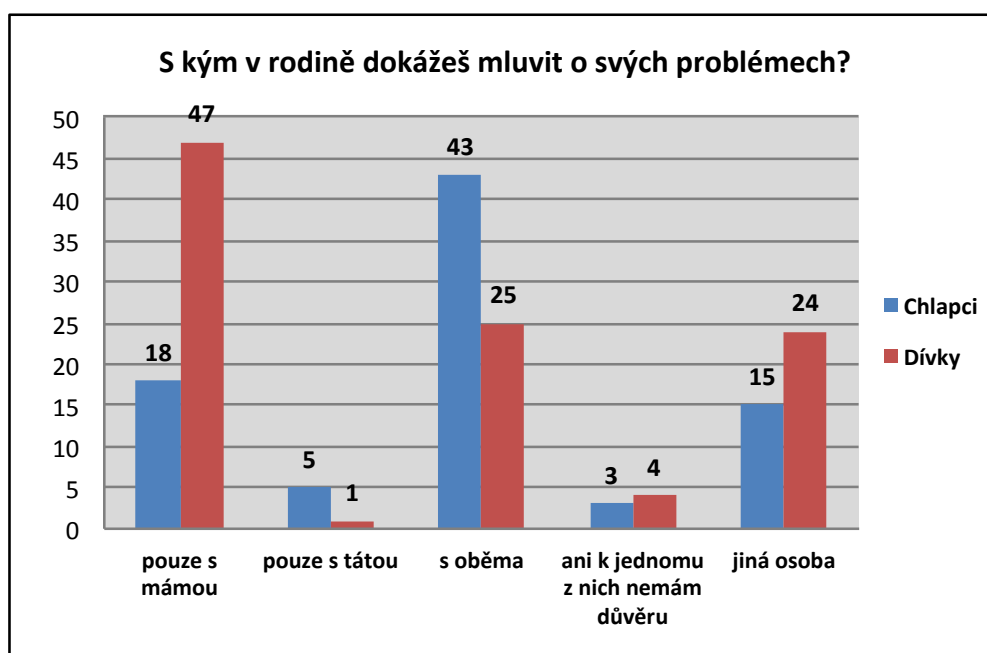
**Zhodnocení**

U **66** dívek (**66 %**) se objevila odpověď, že si myslí, že jim táta rozumí. S otcem si naopak nerozumí **34** dívek (**34 %**) a **17** chlapců (**21,3 %**). Jeden chlapec uvedl, že otce nemá a 3 doplnili variantu c) jak, kdy. U dívek pak jedna dívka neodpověděla a jedna uvedla variantu c) jak, kdy.

Svůj vztah s otcem označilo **63 chlapců (78,8 %)** jako kladný. Jde o to, aby otcové pro své syny nepředstavovali ani arogantní vládce, ani kruté soudce, ani pasivní budižkničemu, ale

ani neznámou osobu, která stále není doma a ve své podstatě zůstává pro syna vzdálená a nepochopitelná," připomíná australský psycholog Steve Biddulph (2007), autor knihy Mužství – jak zvládat všechny mužské role.

Otázka č. 8:



**Graf č. 6:** Vyhodnocení otázky č. 8

**Zhodnocení**

Tato otázka byla zaměřena na zjištění, s kým v rodině dokážou respondenti hovořit o problémech. Z grafu je vidět, že **47** dívek (**46,5 %**) dokáže mluvit o problémech pouze s mámou, dalších **25** dívek (**24,8 %**) s oběma rodiči a **24** (**23,8 %**) dívek hledá pomoc u jiné osoby. Čtyři dívky (**4 %**) z celkového počtu 101 (jedna dívka neodpověděla), nemají k rodičům důvěru a pouze jedna dívka (**1 %**) dokáže mluvit o problémech s tátou.

Chlapci naopak dokážou mluvit o problémech s oběma rodiči v **51,2 %** (**43** chlapců), maminku vyhledá **18** chlapců (**21,4 %**) a tátou pak pouze **5** (**6 %**). Jiná osoba je útočištěm pro **15** chlapců (**17,9 %**). Ani k jednomu z rodičů nemají důvěru **3** chlapci (**3,6 %**).

Otázku číslo 8 jsem porovnála s otázkou č. 4 a 5. Chtěla jsem si ověřit, zda platí či nikoliv že, když si rozumím s mámou (otázka č. 4) nebo s tátou (otázka č. 5), tak s nimi zákonitě dokážu mluvit o svých problémech.

Pro lepší přehlednost jsem zpracovala *tabulku* č. 2, kde jsem sloučila odpovědi na dotazníkové otázky č. 4, 5, 8.

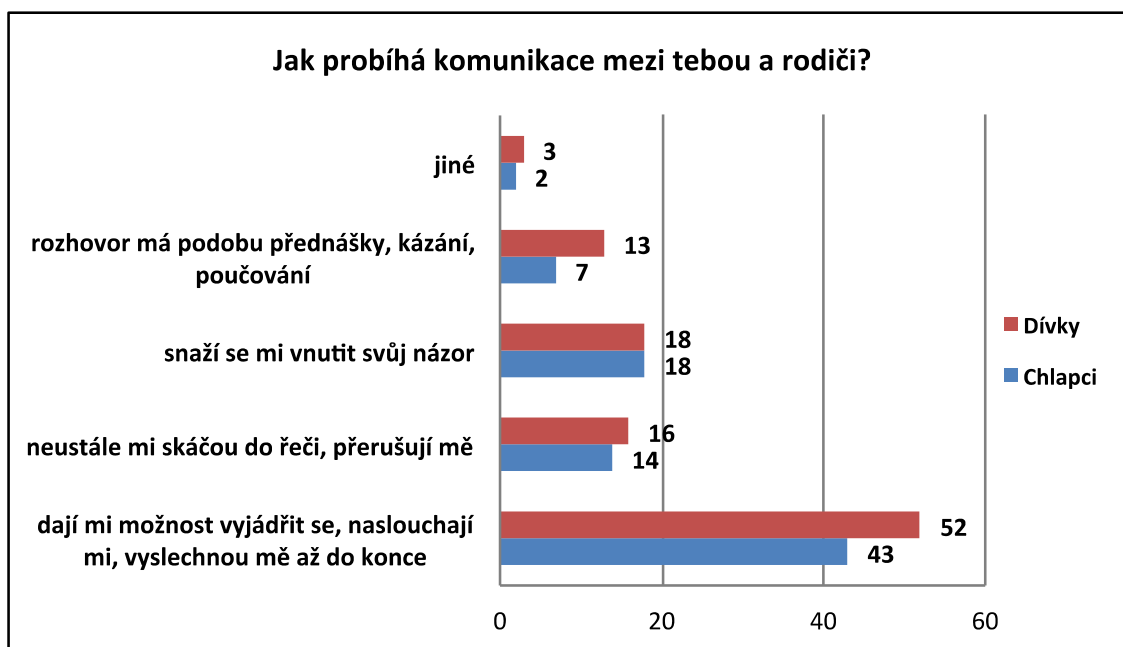
<b>Rozumí mi</b>	<b>Problémy řeším</b>	<b>Chlapci</b>	<b>Dívky</b>	<b>Chlapci %</b>	<b>Dívky %</b>
máma i táta	s oběma	35	25	41,66	24,5
	s mámou	5	28	5,95	27,45
	s tátou	3	0	3,6	0
	jiná osoba	8	9	9,52	8,82
	nemám k nim důvěru	1	1	1,19	0,98
pouze máma	s oběma	2	0	2,4	0
	s mámou	12	20	14,3	19,6
	s tátou	0	0	0	0
	jiná osoba	1	1	1,19	0,98
	nemám k nim důvěru	1	1	1,19	0,98
pouze táta	s oběma	4	1	4,76	0,98
	s mámou	1	1	1,2	0,98
	s tátou	2	1	2,38	0,98
	jiná osoba	3	3	3,57	2,94
	nemám k nim důvěru	1	1	1,19	0,98
		79	92	94,10%	90,17%
<b>Nerozumí</b>	<b>Problémy řeším</b>	<b>Chlapci</b>	<b>Dívky</b>	<b>Chlapci %</b>	<b>Dívky %</b>
máma i táta	s oběma	3	0	3,57	0
	s mámou	1	2	1,2	1,96
	s tátou	0	0	0	0
	jiná osoba	0	6	0	5,88
	nemám k nim důvěru	1	2	1,2	1,96
pouze máma	s oběma	0	0	0	0
	s mámou	0	0	0	0
	s tátou	0	0	0	0
	jiná osoba	0	0	0	0
	nemám k nim důvěru	0	0	0	0
pouze táta	s oběma	0	0	0	0
	s mámou	0	0	0	0
	s tátou	0	0	0	0
	jiná osoba	0	0	0	0
	nemám k nim důvěru	0	0	0	0
		5	10	6%	3,92%
<b>Celkem</b>		<b>84</b>	<b>102</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>

**Tabulka č. 2:** Srovnání vzájemného vztahu se schopností komunikovat



Z tabulky je zřejmé, že **41,7 %** chlapců si rozumí s mámou i tátou a problémy dokážou řešit s oběma rodiči a naopak jen **27,5 %** dívek si rozumí s oběma, ale problémy řeší pouze s mámou. Pokud si rozumí pouze s mámou, potom problémy řeší s mámou **14,3 %** chlapců a **19,6 %** dívek. Jen velmi malé procento chlapců a dívek si rozumí pouze s tátou. Současně s mámou i tátou (oběma) si nerozumí **3,8 %** chlapců, ale když mají problémy, tak jsou to máma s tátou, za kým si jdou pro radu. V případě dívek (**5,9 %**), pokud si nerozumí jak s mámou tak tátou, tak problémy řeší úplně s jinou osobou. Jinou osobou, kterou uváděly dívky, jsou většinou sourozenci (starší bratr, sestra), babička, švagr, přítel a dokonce jedna uvedla psa. Chlapci uváděli bratra, sestru, kamarádku, přítele od matky.

#### Otázka č. 6:



**Graf č. 7:** Vyhodnocení otázky č. 6

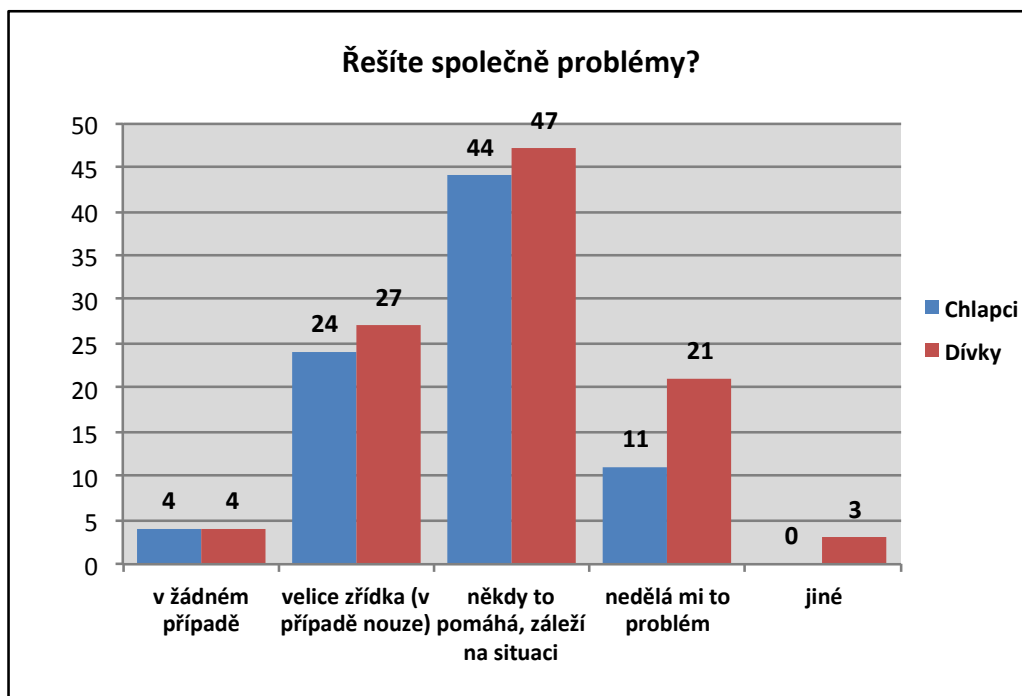
#### **Zhodnocení**

V otázce č. 6 jsem chtěla identifikovat faktory, které ovlivní průběh komunikace mezi rodiči a adolescenty. Nabídla jsem jim možnost výběru z pěti variant + dostali možnost písemně se vyjádřit, v případě, že by jim žádná z nabízených variant nevyhovovala. Shodně u **43** chlapců (**51,2 %**) a **52** dívek (**51 %**) zvítězila varianta a) *dají mi možnost vyjádřit se, naslouchají mi, vyslechnou mě až do konce*. **18** chlapců (**21,4 %**) a **18** dívek (**17,6 %**) uvedlo, že se jim rodiče snaží vnutit svůj názor, **16** dívek (**15,7 %**) a **14** chlapců (**16,7 %**) označilo variantu b – neustále mi skáčou do řeči, přerušují mě. Jako variantu e) *uved' jiné*

- uvádí 3 dívky (2,9 %) a 2 chlapci (2,4 %), že záleží jakou má kdo náladu, většinou vedou normální konverzaci, občas prohodí nějaký vtip, další respondent napsal, že mu rodiče poví svůj názor, ale respektují i názor jeho, jiný – „*táta se mi snaží vnutit svůj názor (c) a máma: rozhovor má podobu přednášky, kázání, poučování (d)*“ a poslední kombinaci (b) – „*neustále mi skáčou do řeči + (c) + (d), přitom je to zbytečné*“.

U 13 dívek (12,7 %) a 7 chlapců (8,3 %) má rozhovor podobu přednášky, kázání, poučování.

#### Otázka č. 7:



**Graf č. 8:** Vyhodnocení otázky č. 7

#### **Zhodnocení**

Na otázku řešíte společně problémy, odpovědělo 47 dívek (46,1 %) a 44 chlapců (53 %), že někdy to pomáhá, záleží na situaci, 27 dívek (26,5 %) a 24 chlapců (28,9 %) velice zřídka (v případě nouze). V žádném případě s rodiči neřeší problémy 4 chlapci (4,8 %) a 4 dívky (3,9 %) a naopak u 11 chlapců (13,3 %) a 21 dívek (20,6 %) nemají problémy s komunikací. Variantu e) jiné zvolily tři dívky (2,9 %) – „*ani nechci, málo, skončí to hádkou*“. Jeden chlapec na tuto otázku neodpověděl.

### **Odpověď na výzkumnou otázku č. 1**

Rozborem otázek 1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, které se týkají oblasti vztahů a komunikace, jsem získala odpověď na výzkumnou otázku č. 1

**VO 1:** *Jak se vztah adolescentů k rodičům promítá do jejich vzájemné komunikace?*

Výsledky grafů nám potvrdily, jak důležité je vyjadřovat lásku odlišně – podle pohlaví dítěte. Jak důležité je pochopit, že synové a dcery mají odlišné potřeby. Dívky potřebují více láskyplné péče (důkazem tomu je **46 %** dívek), zatímco příliš mnoho této péče vyvolá u chlapců pocit, že v ně nemáte důvěru. Matky tedy bývají dcerám blíže citově a slouží jako zdroj identifikace.

Matky většinou ztrácejí úctu svých synů proto, že jim dávají příliš mnoho příkazů, rad a doporučení. Chlapci většinou potřebují více nezávislosti a prostoru k experimentování. Potřebují si dokazovat, co všechno dokážou sami. Příliš mnoho rodičovské pomoci si vykládají jako nedostatek důvěry.

Z výzkumu je patrné, že právě důvěra, pochopení a tolerance hrají u chlapců (**57 %**) prvořadou roli. Vztah mezi adolescenty – chlapci a rodiči by měl být založen na obdivu, pochopení a vzájemném spojení. Nejde tady o potřebu přílišného povídání, ale vytvořit si přes společné činnosti pouto. Stejně tak je tomu u dívek (**46 %**) – důvěra na prvním místě a spolu s ní i kamarádství.

Příznivě vyšlo najevo, že **75 %** chlapců a **64,7 %** dívek si rozumí s otcem a s matkou pak **83,3 %** dívek a **81 %** chlapců. Díky dobrému vztahu s rodiči je **51,2 %** chlapců schopno s nimi komunikovat a řešit problémy. Dívky mají většinou blízký a citový vztah s matkou, ale neplatí zde, že to musí být vždy matka, se kterou dívky řeší problémy. Toto se děje pouze ve **46,5 %**.

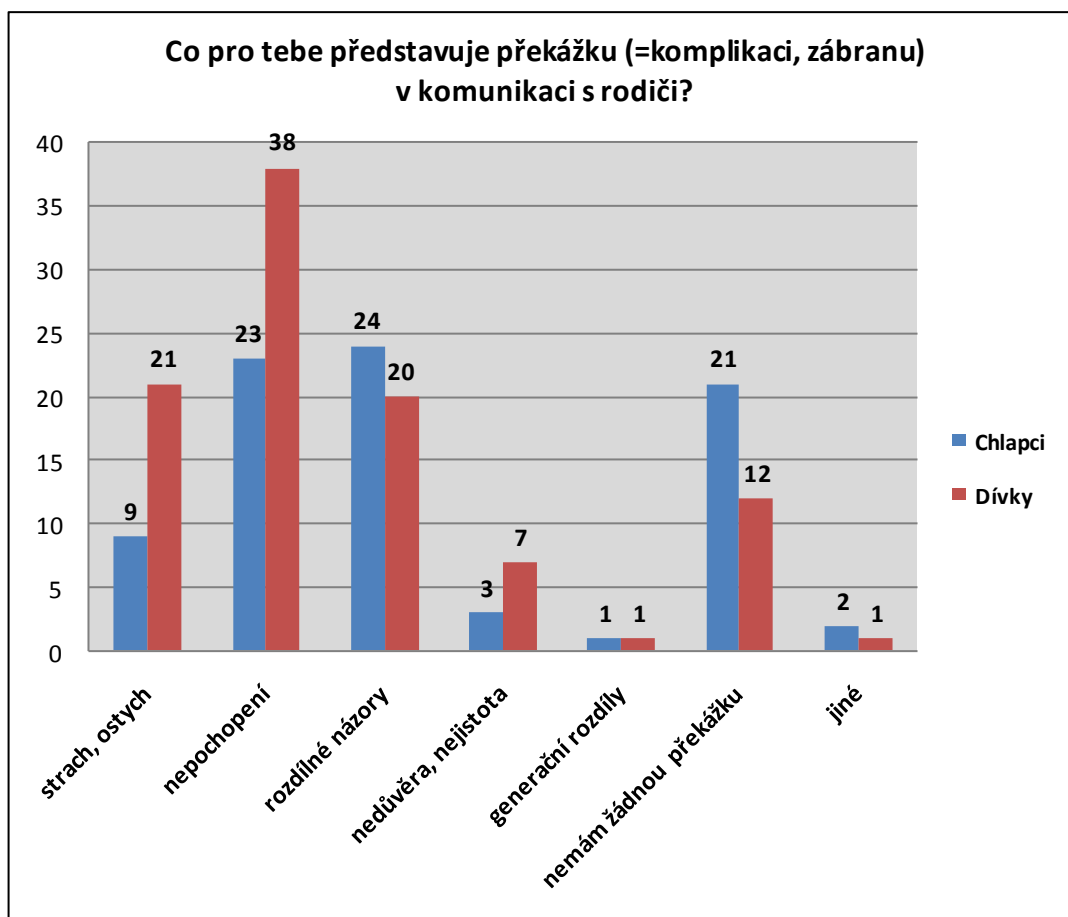
Tabulka č. 2 nám jasně ukázala, že přestože si respondenti rozumí s rodiči, neznamená to, že jsou schopni sdělovat jim své problémy a tyto problémy s nimi řešit. Na tuto schopnost sdělovat své pocity a řešit problémy s rodiči mají vliv další faktory a těmi jsou například schopnost naslouchat, přijímat a sdělovat názor, mít možnost vyjádřit se, důvěřovat, ovládat negativní emoce (hněv, zlost, agrese). V tomto okamžiku se nám začali respondenti dělit na dvě „základní“ skupiny: jedna skupina (**50 %** oslovených respondentů) potvrdila, že jim rodiče umí naslouchat, dají jim možnost vyjádřit se a tím pádem nemají problémy s komunikací, ale druhá skupina zdůraznila, že jim rodiče neustále skáčou do řeči, přerušují, snaží se vnutit svůj názor, rozhovor má podobu přednášky, kázání. A tady vzniká barié-

ra, jejichž výsledkem je, že problémy řeší respondenti s rodiči velice zřídka (27 dívek a 24 chlapců) nebo vůbec (4 chlapci a 4 dívky).

## 6.2 Překážky v komunikaci

Na druhou oblast výzkumu – překážky v komunikaci jsem získala odpověď vyhodnocením otázky č. 2.

### Otázka č. 2



Graf č. 9: Vyhodnocení otázky č. 2

Co pro tebe představuje překážku v komunikaci s rodiči?	Varianta	Chlapci	Dívky
strach a ostych	a	5	7
strach, ostych, nepochopení	a+b	2	4
strach, ostych, nepochopení a rozdílné názory	a+b+c	0	2
strach, ostych, nepochopení, rozdílné názory a gen. rozdíly	a+b+c+e	0	1
strach, nepochopení, rozdílné názory, nedůvěra a gen. rozdíly	a+b+c+d+e	0	1
strach, ostych, nepochopení a generační rozdíly	a+b+e	1	1
strach, ostych a rozdílné názory	a+c	0	1
strach, ostych, rozdílné názory a generační rozdíly	a+c+e	0	1
strach, ostych, nedůvěra a nejistota	a+d	1	3
nepochopení	b	11	15
nepochopení a rozdílné názory	b+c	6	9
nepochopení, rozdílné názory, nedůvěra a nejistota	b+c+d	1	5
nepochopení, rozdílné názory a generační rozdíly	b+c+e	2	4
nepochopení, nedůvěra a nejistota	b+d	3	5
rozdílné názory	c	21	16
rozdílné názory, nedůvěra a nejistota	c+d	1	2
rozdílné názory, nedůvěra, nejistota a generační rozdíly	c+d+e	1	1
rozdílné názory a generační rozdíly	c+e	1	1
nedůvěra, nejistota	d	3	7
generační rozdíly	e	1	1
nemám žádnou překážku	f	21	12
jiná překážka	g	2	1
Neodpověděl		1	2
<b>CELKEM</b>		84	102

Tabulka č. 3: Srovnání komunikačních překážek mezi chlapci a dívkami

### Zhodnocení

Tabulka č. 3 nám přesně ukazuje, ve které oblasti vidí svoji komunikační bariéru chlapci, a ve které dívky. Je rozdělena do 6 základních variant – překážek, které jsou na základě možnosti výběru i více variant ze stran respondentů dále rozšířeny.

Chlapci uváděli ve **21 případech (25,3 %)** za největší překážku možnost c) *rozdílné názory* a další 3 tuto variantu rozšířili o nedůvěru, nejistotu a generační rozdíly. Dohromady pak v rozdílných názorech vidí největší překážku **24** chlapců. Co se týká nepochopení, tady odpovědělo celkem **23** chlapců = **27,7 %**, z toho 11 vidí překážku pouze v nepochopení, ale např. 6 chlapců spojuje nepochopení i s rozdílnými názory. Dále chlapci uváděli ve **21 případech (25,3 %)**, že v komunikaci nemají žádnou překážku.

Z tabulky je rovněž zřejmé, že chlapci ve většině případů nemají problém v komunikaci v souvislosti se strachem a ostychem.

U dívek je největší překážkou nepochopení. Tuto variantu volilo 38 dívek (viz graf č. 9), z toho čistě nepochopení pak 15 dívek = 15 % a např. 5 dívek k nepochopení přidávají rozdílné názory, nedůvěru a nejistotu.

12 dívek (12 %) uvedlo, že v komunikaci nemá žádnou překážku. Strach a ostych má vliv na komunikaci u 7 dívek (7 %) a u dalších 14 dívek se ke strachu a ostychu přidávají i rozdílné názory, nepochopení, nedůvěra a nejistota a také generační rozdíly.

### **Odpověď na výzkumnou otázku č. 2**

#### **VO 2: Které překážky v komunikaci s rodiči považují adolescenti za stěžejní?**

Rodiče a děti dělí jedna generace. Rodiče jsou nad čarou generačního předělu a děti pod ní. Ten, kdo je nad čarou nese zodpovědnost a má kontrolu a naopak ten, kdo je pod čarou je závislý a pod kontrolou. Právě tato kontrola podle mého názoru způsobí, že má-li si dospívající rozvinout vědomí sebe sama, začne cítit mocnou potřebu bojovat, vzdorovat či rebelovat. A tuto potřebu si začnou zaměňovat za *nepochopení* (61 respondentů) a *rozdílné názory* (44 respondentů). Matky podvědomě probouzí u svých dětí vzdor tím, že je zahlcují neustálým vysvětlováním a důvody (samozřejmě v dobré víře), proč by děti měly jednat či se chovat jinak, než se chovají. Otcové si naopak dcery zneprátní tím, že jim nekladou otázky, ale že jim vnucují řešení. Přitom dívky nehledají radu či pomoc, spíše mají chuť, potřebu jen tak si popovídat, popř. se svěřit. Když se otec nezajímá o detaily z dceřina života, tak si to může dcera mylně vyložit tím způsobem, že otcovi na ní nezáleží. Otcové by se měli naučit spíše naslouchat než klást rady.

A proč *nedůvěra*, *nejistota*? Každý z nás si v životě vyzkoušel, jak se cítí, když musí jednat s lidmi, kteří mají docela odlišné názory (postoje, které jsou založené spíše na nějaké vlastní představě). Ne jinak je tomu u adolescentů a jejich rodičů. 27 respondentů vidí jako jednu z možných překážek v komunikaci právě nedůvěru a nejistotu. Rodičům (= lidem s odlišnými názory) se začnou vyhýbat a omezí komunikaci. Reagovat totiž na odlišné názory druhých lidí vyžaduje jistotu, schopnost argumentovat apod. Je to namáhavé a pro mnohé i zneklidňující. Proto dávají nejenom adolescenti přednost lidem s podobnými názory. To jim dává pocit jistoty, že se nemýlí, že mají pravdu. Navzájem se vyhledávají a někdy se také uzavírají před ostatními do jakéhosi názorového společenství. Důsledkem je však také to, že se utvrzují v omylech, nerozvíjí se, vytváří si schémata, která blokují komunikaci. Vzniká tak komunikační bariéra.

### 6.3 Reakce na názory

Dotazníkové otázky č. 9, 10, 16, 17 mi umožnily nahlédnout do oblasti reakcí respondentů a jejich rodičů na vzájemně si sdělované názory.

#### Otázka č. 9

Otázka č. 9 byla otázkou otevřenou, ve které se respondenti mohli vyjádřit k tomu, jak rodiče reagují na jejich názory. Podrobný soupis odpovědí jsem vložila do přílohy č. 3.

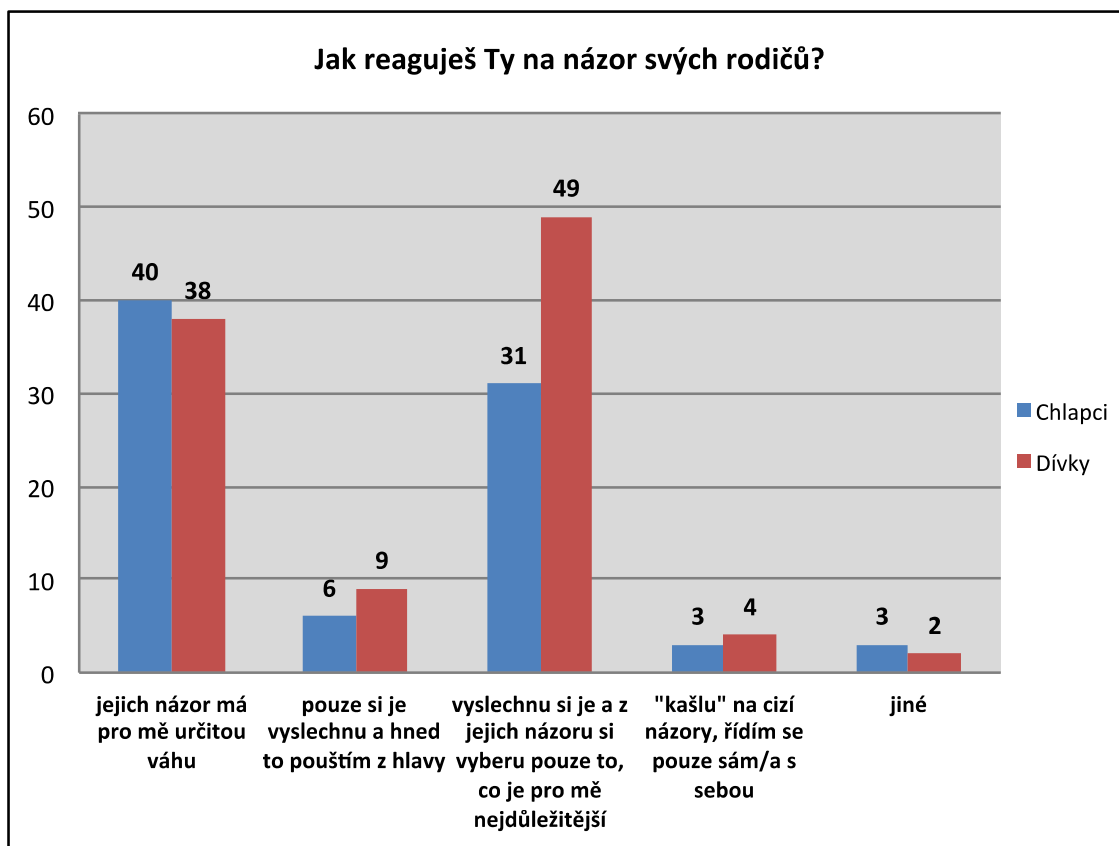
U dívek převažovala pozitivní reakce (**63 = 64,9 %**) – většinou je rodiče vyslechnou, názor rozebírají (hledají pro a proti). V případě, že s názorem respondentů – dívek nesouhlasí, řeknou názor svůj, společně pak hledají řešení, popř. se snaží názor rozmluvit.

U **10** odpovědí bylo „něco mezi“ – ani negativní ani úplně pozitivní a ve **23 (23,7 %)** případech dívky uváděly negativní reakci ze stran rodičů na jejich názory – nereagují, neposlouchají, mlčí, nadávají, rozčilují se a jedna dívka uvedla, že ji i rodiče „malinko“ bijí.

Na tuto otázku **5** dívek neodpovědělo.

Chlapci: s pozitivní reakcí se setkává **51 (77,3 %)** – rodiče poslouchají, snaží se je pochopit, pomůžou, reagují podle toho, zda jim názor připadá správný či nikoli.

A naopak negativní reakce ze stran rodičů se objevily u **12 (18,2 %)** – *nepochopení, tvrdohlavost, vše je špatně, ticho, stojí si za svým.*

Otázka č. 10

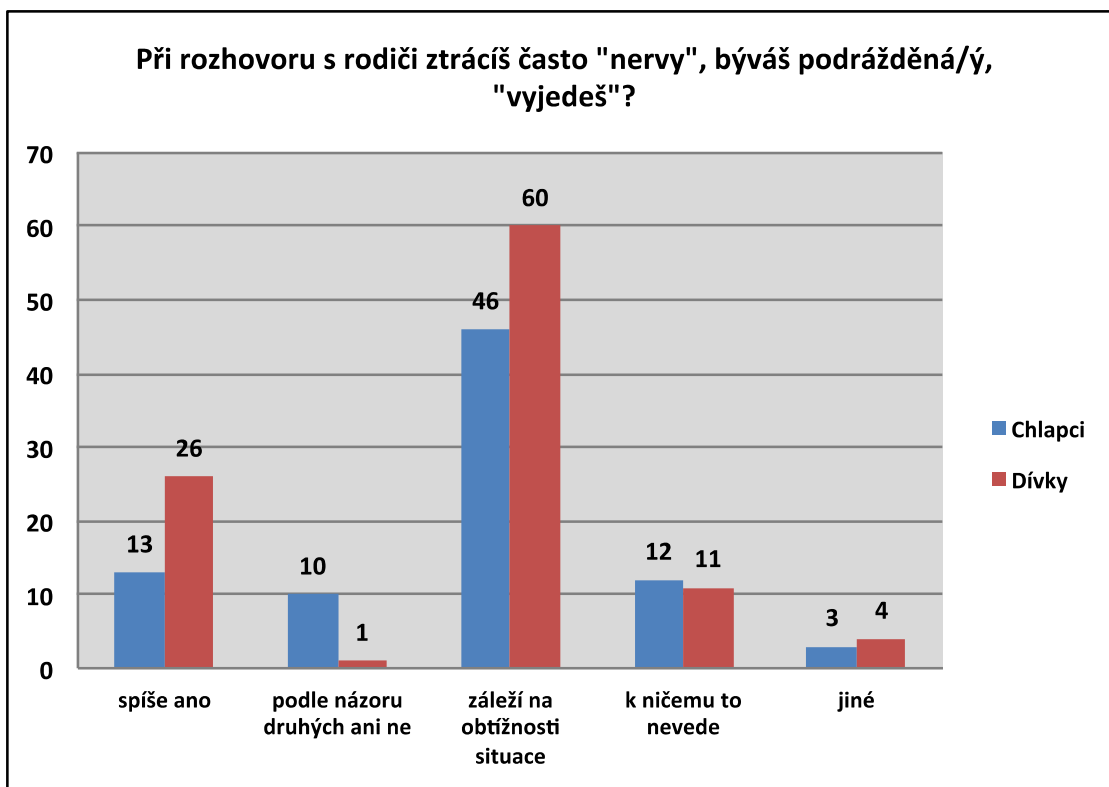
Graf č.10: Vyhodnocení otázky č. 10

**Zhodnocení**

V otázce č. 10 jsem se zaměřila na reakci adolescentů na názor rodičů. Dívky ve **49** případech (**48 %**) a chlapci ve **31** případech (**37,3 %**) označily možnost c) *vyslechnu si je a z jejich názoru si vyberu pouze to, co je pro mě nejdůležitější*. Dalšíh **38** dívek (**37,3 %**) a **40** chlapců (**48,2 %**) potvrdilo, že názor rodičů má pro ně určitou váhu. Devět dívek (**8,8 %**) a šest chlapců (**7,2 %**) si názor rodičů vyslechnou, ale hned jej pouští z hlavy. Na cizí názor „kašle“ a řídí se pouze sami s sebou – **4** dívky (**3,9 %**) a **3** chlapci (**3,6 %**). Jinou možnost odpovědi volili **2** dívky (**2 %**) a **3** chlapci (**3,6 %**) – „*chápu jejich názor, ale zřídka jej splním*“, „*vůbec mě to nezajímá*“, „*normálně*“.

Jeden chlapec na otázku neodpověděl.



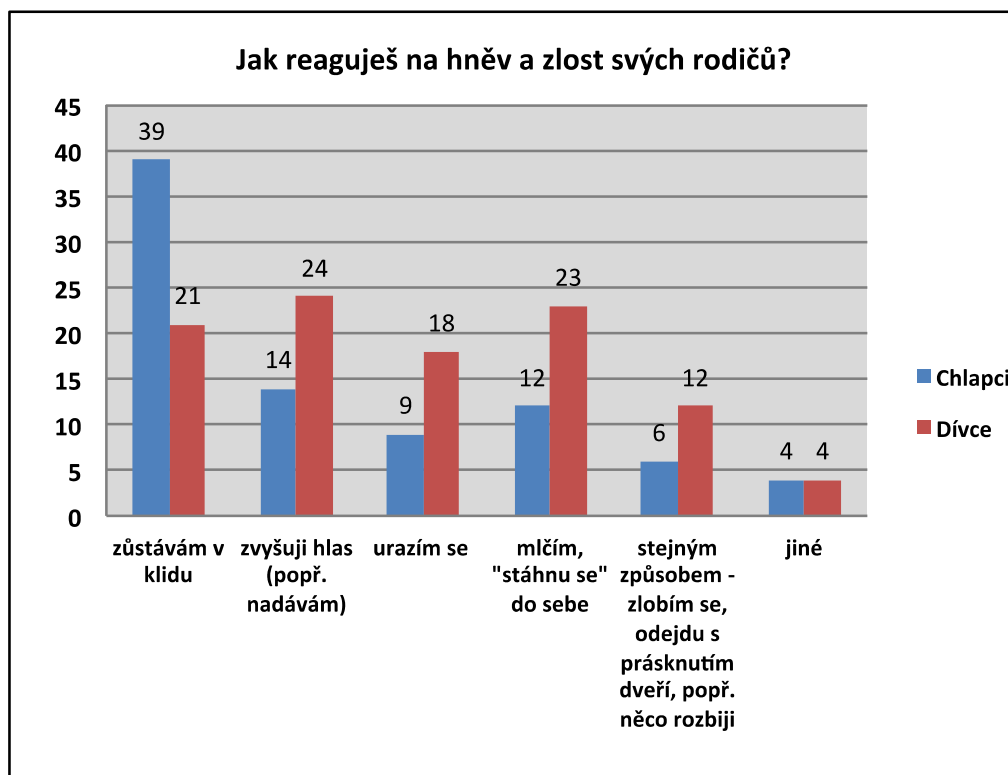
Otázka č. 16

Graf č.11: Vyhodnocení otázky č. 16

**Zhodnocení**

Graf č. 11 nám znázorňuje, zda při rozhovorech s rodiči převažují u adolescentů negativní emoce (hněv, vztek, podrážděnost). U 60 dívek (58,8 %) a 46 chlapců (54,8 %) záleží na obtížnosti situace, jestli začnou být podrážděni, vzteklí. Pokud se rozhovor bude vyvíjet příznivým směrem, negativní emoce zůstanou potlačeny, v opačném případě není vyloučena negativní reakce. Spíše ano byla odpověď 26 dívek (25,5 %) a 13 chlapců (15,5 %). Podle názoru druhých neztrácí nervy 10 chlapců (11,9 %) a 1 dívka (1 %). „Být podrážděný/á“, „vyjždět k ničemu nevede“, to je naopak názor 11 dívek (10,8 %) a 12 chlapců (14,3 %).

Další odpovědi: „Nikdy neztrácím nervy“, „někdy ano někdy ne, podle nálady“, „je to v pohodě“, „normálně“.

Otázka č. 17

Graf č.12: Vyhodnocení otázky č. 17

**Zhodnocení**

Graf nám ukázal, že **39** chlapců (**46,4 %**) a **21** dívek (**20,6 %**) zůstává v klidu, zachová si klidnou hlavu, myslí si o situaci své. Jsou tzv. nad věcí, „nevzrušují se“.

Dívky (**24 = 23,5 %**) a chlapci (**14 = 16,7 %**) reagují na hněv svých rodičů tím, že začnou zvyšovat hlas, popř. nadávají nebo **23** dívek (**22,5 %**) a **12** chlapců (**14,3 %**) mlčí, „stáhne se do sebe“. Urazí se **18** dívek (**17,6 %**) a **9** chlapců (**10,7 %**). A na hněv a zlost reaguje stejným způsobem **12** dívek (**11,8 %**) a **6** chlapců (**7,1 %**).

Varianta e) *jiné* - **4** dívky (**3,9 %**) a **4** chlapci (**4,8 %**) uvedli: „*Tečou mi slzy, mlčím, jsem zamlknutá*“, „*nemají na mě skoro nikdy zlost*“ nebo „*diskutuji s rodiči*“, „*nereaguji, popř. něco řeknu, zakřičím a odejdu, jakoby se nic nedělo*“. „*jak, kdy, někdy se nastartuji i já, jindy se myšlenkami nadnesu a jsem v klidu*“.

**Komentář**

Negativní emoce vedou k tomu, že okolí reaguje rovněž emocionálně. Pokud jsou rodiče něšťastní, protože všude vidí samou práci a mají málo času, začnou se chovat k dětem

podrážděně, netrpělivě. Ze samého zoufalství začnou po svém dítěti vyjíždět. Tak se láskyplné gesto pomoci může skončit jako hádka. Někteří rodiče si vymáhají poslušnost právě křikem a děti tak krátkodobě poslouchají ze strachu. Děti vychovávané v tomto ovzduší buď začnou později rebelovat a brání se spolupráci, nebo se pouze podřizují okolí a chybí jim vědomí vlastní vůle, vlastního nasměrování. Pokud tedy rodiče chtějí pomoci dětem zvládat jejich pocity, musí se naučit nejdříve zvládat své vlastní pocity. Děti musí nabýt pocitu, že se rodiče dokážou do svých potomků vcítit, že jejich projevy negativních emocí a potřeba porozumění a citu jim není na obtíž.

### **Odpověď na výzkumnou otázku č. 3**

Z rozboru otázek 9, 10, 16, 17 jsem získala odpověď na výzkumnou otázku č. 3

#### **VO 3: *Jak reagují adolescenti a rodiče na vzájemně si sdělované názory?***

Adolescenti reagují v **80** případech tak, že si názor rodičů vyslechnou, ale vyberou si z něj pouze to, co je pro ně nejdůležitější. Dalších **78** respondentů potvrdilo, že názor rodičů má pro ně určitou váhu. Výzkum dále ukázal, že to, v jaké náladě (pohodě) se budou nacházet respondenti při rozhovoru s rodiči, záleží ve **106** případech na obtížnosti situace (tzn., o jakou záležitost půjde a v jakém duchu se rozhovor povede). Přestože mají rodiče zlost nebo se hněvají, graf ukázal, že **60** respondentů zůstává v klidu, ale v **38** případech se začínou respondenti chovat podobně jako rodiče – zvyšují hlas, nadávají.

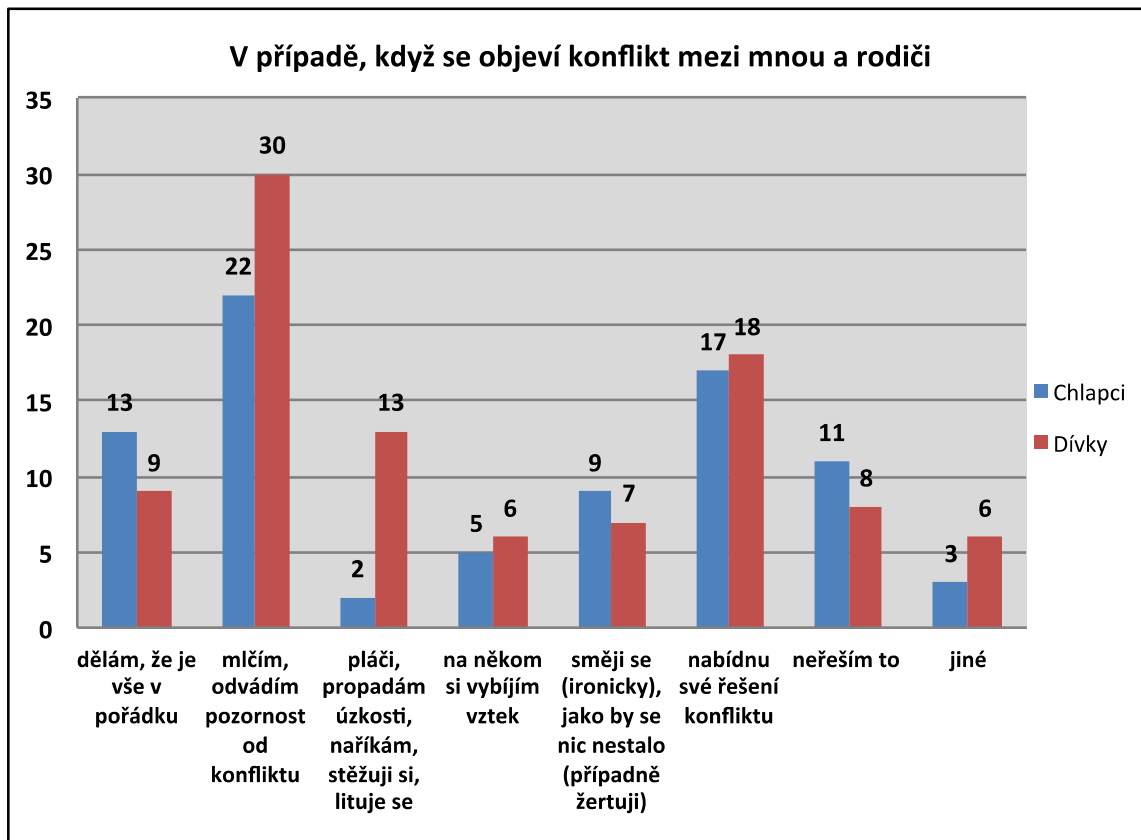
Za pozornost stojí, že **35** chlapců a dívek v takovéto situaci mlčí, stáhnou se do sebe.

Adolescenti popisují ve **114** případech reakci rodičů na jejich názory jako pozitivní.

## 6.4 Konflikt a komunikace

Na oblast konfliktu a komunikace jsem se zaměřila v otázkách č. 15, 18.

### Otázka č. 15



**Graf č. 13:** Vyhodnocení otázky č. 15

### Zhodnocení

V případě, když se objeví konflikt, **30** dívek (**30,9 %**) raději mlčí, snaží se odvádět pozornost od konfliktů, popř. nabízí své řešení konfliktu (**18 = 18,6 %**) a v této souvislosti **13** dívek (**13,4 %**) propadá úzkosti, pláče, lituje se.

Pět dívek volilo, přestože v dotazníku bylo, „uved’ nejpravděpodobnější variantu“ kombinaci odpovědí: a)+b) dělám, že je vše v pořádku+ mlčím, odvádím pozornost od konfliktu

a)+e) dělám, že je vše v pořádku+ směji se (ironicky), případně žertuji

c)+g) pláči, propadám úzkosti+ neřeším to

b)+g) mlčím, odvádím pozornost+neřeším to

e)+f) směji se, jako by se nic nestalo+nabídnu své řešení

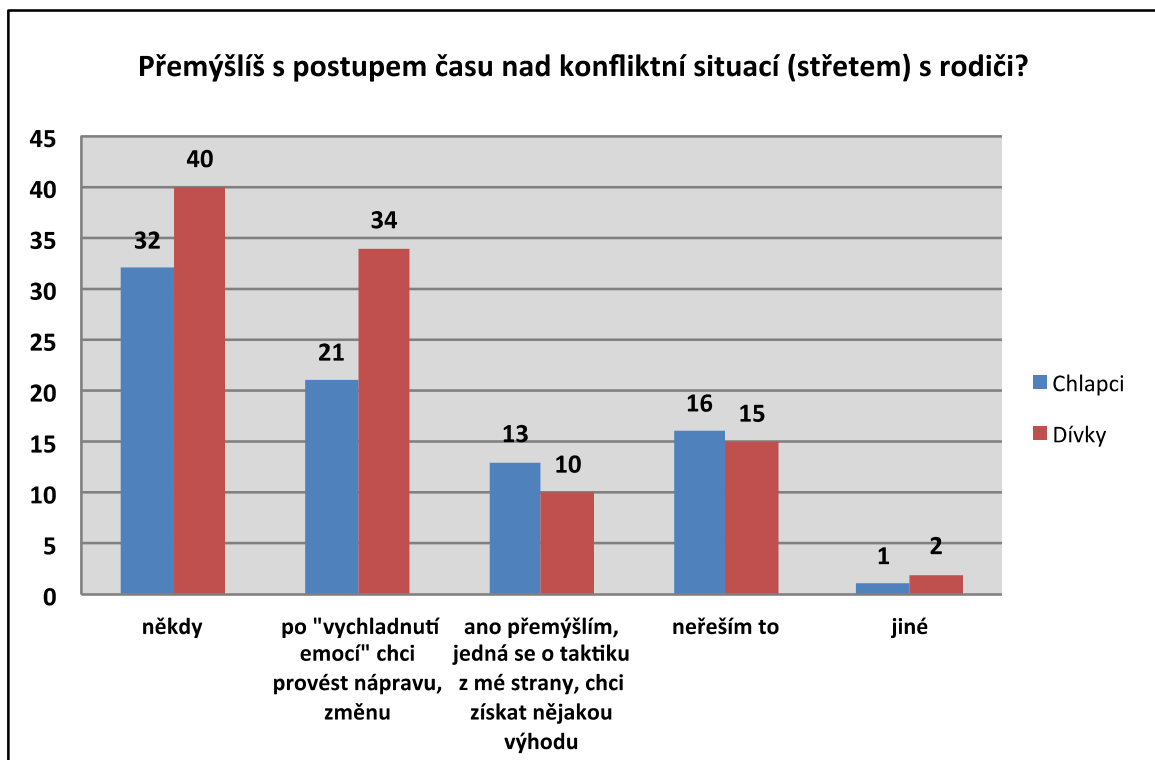
U chlapců je přístup ke konfliktům podobný – 22 (26,8 %) jich nemá rádo konflikty, snaží se nabídnout své řešení (17 = 20,7 %) a 13 (15,9 %) jich dělá, že je vše v pořádku.

Devět respondentů napsalo jinou odpověď:

- „mlčím, jsem naštvaný a dusím to v sobě“
- „přemýšlím nad tím a chci si vylít zlost-floorball“
- „prásknu dveřmi od pokoje, nevycházím, urazím se, dupu po schodech“
- „řeším to narážkami na jejich chování“
- „zalezu si do pokoje a přemýšlím“
- „náladu mi to nepokazí, jen mám na rodiče nějakou dobu vztek, protože i když to chci řešit, tak se odvrací“
- „1) výbuch vzteku, 2) pláč, lítost, úzkost, 3) přemýšlím“
- „je mi to líto, ale za chvíli se zase udobříme“

Dva chlapci neodpověděli.

#### Otázka č. 18



Graf č. 14: Vyhodnocení otázky č. 18

### Zhodnocení

Z otázky č. 18 vyplývá, že **40** dívek (**39,6 %**) a **32** chlapců (**38,1 %**) z celkového počtu 185 (1 respondentka neodpověděla) se nad konflikty zamýšlí pouze někdy. Nad konfliktem přemýšlí a změnu chce provést **34** dívek (**33,7 %**) a **21** chlapců (**25 %**).

Z taktického důvodu, když potřebují něčeho dosáhnout, získat nějakou výhodu nad konfliktem přemýšlí **10** dívek (**9,9 %**) a **13** chlapců (**15,5 %**). Konflikty, které již proběhly, dále neřeší **16** chlapců (**19,2 %**) a **15** dívek (**14,9 %**). Jako další odpověď uváděli 2 dívky a 1 chlapec: „*spíše ne*“ (2x), „*ano přemýšlím, protože se snažím najít příčinu konfliktu, jestli to vážně bylo nutné*“.

Jeden chlapec neodpověděl.

### Odpověď na výzkumnou otázku č. 4:

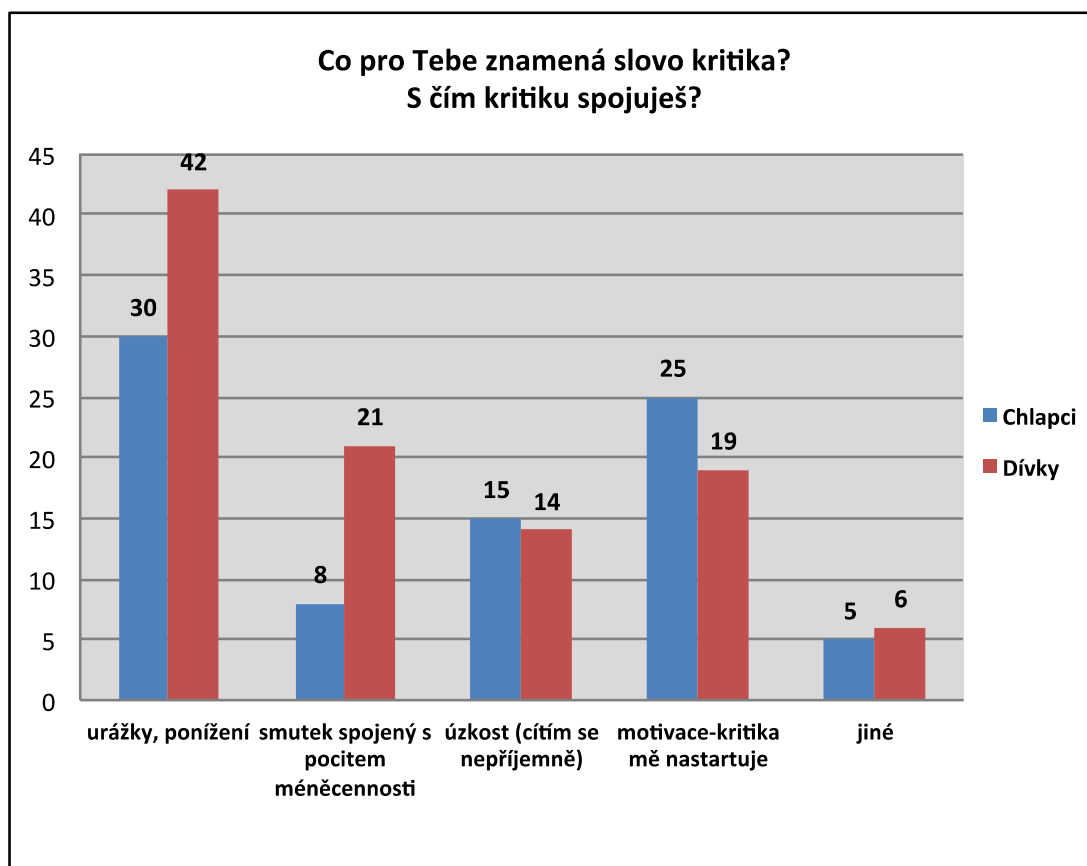
**VO 4:** *Jak se konflikt projeví v komunikaci?*

Mezi rodiči a adolescenty dochází v tomto období k neustálým konfliktům. Konflikty se značně projeví v komunikaci. Z výsledků otázek č. 15 a 18 je vidět, že chlapci stejně jako dívky nemají rádi konflikty, raději mlčí, snaží se odvádět pozornost. Jakmile však ke konfliktu dojde, snaží se hledat řešení a konfliktní situaci zastavit. Z výsledku výzkumu je patrné, že daleko více „*prožívají*“ konflikty dívky (více propadají úzkosti, litují se, stěžují si, popř. pláčou) a po „*vychladnutí emocí*“, chtějí najít řešení.

## 6.5 Vnímání kritiky

Otázky č. 11, 12, 13, 14 jsou otázky týkající se oblasti vnímání kritiky.

### Otázka č. 11



**Graf č. 15:** Vyhodnocení otázky č. 11

### Zhodnocení

Uvedený graf poskytuje odpověď na otázku, co pro respondenty znamená slovo kritika, s čím si kritiku spojují. Kritiku si spojuje s urážkami a ponížením **42** dívek (**41,2 %**) a **30** chlapců (**36,1 %**), **25** chlapců (**30,1 %**) a **19** dívek (**18,6 %**) považuje kritiku za zdroj motivace, která je vyburcuje k aktivitě. Pro **21** dívek (**20,6 %**) a **8** chlapců (**9,6 %**) má kritika za následek smutek spojený s pocitem méněcennosti. **15** chlapců (**18,1 %**) a **14** dívek (**13,7 %**) se při kritice cítí nepříjemně (zažívá úzkost). Jeden chlapec neodpověděl vůbec.

Jako variantu e) *jiné* uvádělo 11 respondentů (**6** dívek = **5,9 %** a **5** chlapců = **6 %**) toto:

- nevyrovnání se s kritikou+občas motivaci
- dále, že kritika může být dobrá i špatná,

- někdo si kritiku spojuje s „*drbáním=pomlouváním*“
- „*záleží na tom, kdo kritiku vysloví*“
- „*můj názor mi nějak vymluví nebo úplně překroutí*“
- upozornění na možná rizika, rady v plánech
- „*řeknou mi, co mám dělat líp nebo co dělám špatně*“
- vytýkání problému (2x)
- „*smíření, ale mám na to svoje argumenty*“
- „*nevím*“

### Otázka č. 12

Co cítíš, když ti rodiče něco vytýkají?	Varianta	Chlapci	Dívky
hněv a zlost	a	23	27
hněv, zlost, úzkost, smutek a rozčarování	a+b	4	14
hněv, zlost, úzkost, smutek, rozčarování a nejistotu	a+b+c	0	1
hněv, zlost, úzkost, smutek, rozčarování, nejistotu a stydím se	a+b+c+d	0	1
hněv, zlost, úzkost, smutek, rozčarování a stydím se	a+b+d	0	1
hněv, zlost a nejistota	a+c	4	4
hněv, zlost a stydím se	a+d	0	1
hněv, zlost anebo necítím nic	a+e	1	1
úzkost, smutek, rozčarování	b	13	21
úzkost, smutek, rozčarování a nejistota	b+c	3	4
úzkost, smutek, rozčarování a stydím se	b+d	0	3
nejistotu	c	24	10
nejistotu a stydím se	c+d	0	1
nejistotu anebo necítím nic	c+e	1	2
stydím se	d	2	4
necítím nic	e	0	2
jiné	f	8	4
neodpověděl		1	1
<b>CELKEM</b>		<b>84</b>	<b>102</b>

**Tabulka č. 4:** Srovnání prožitků mezi chlapci a dívkami v souvislosti s výtkou

### Zhodnocení

Smyslem otázky č. 12 bylo zjistit, co cítí adolescenti, když jim rodiče něco vytýkají.

U *dívek* je na prvním místě hněv a zlost (**50 = 49,5 %**), na místě druhém úzkost, smutek a rozčarování (**28 = 27,7 %**) a na místě třetím nejistota (**13 = 12,9 %**). Všechny výše zmínované pocity tvoří základní dělení – kategorie, kde každá kategorie je dále rozšířena o další doprovodné pocity (viz tabulka č. 4).

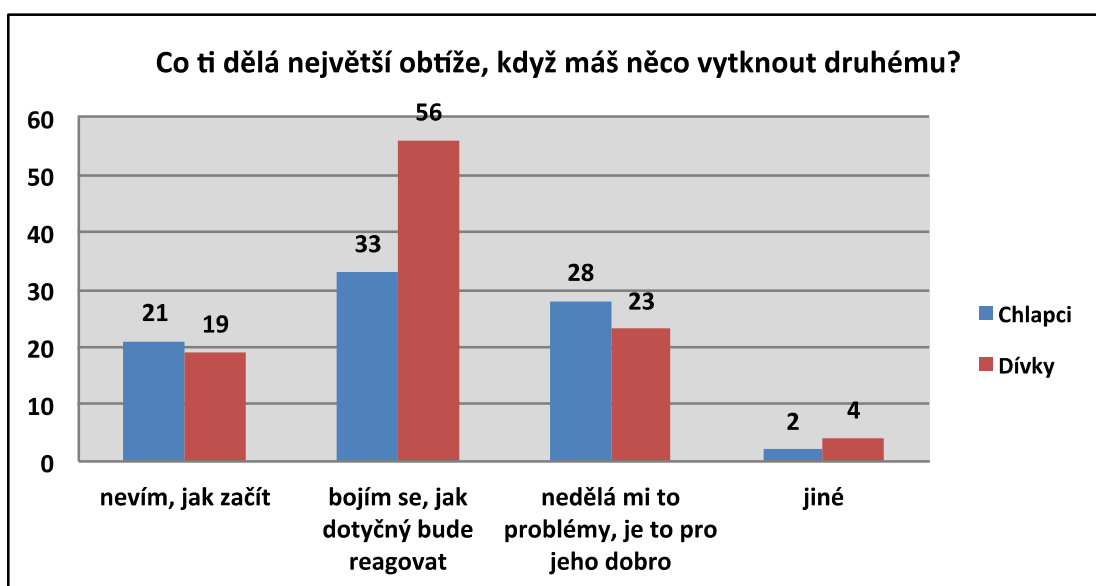


U *chlapců* stejně jako u *dívek* je na prvním místě hněv a zlost (**32 = 38,6 %**), na místě druhém naopak nejistota (**25 = 30,1 %**) a na místě třetím úzkost, smutek, rozčarování (**16 = 19,3 %**).

8 chlapců a 4 dívky uvedli jako *jiné*:

- „obvykle se usmívám, ale uvnitř brečím, ale nesmím to dát najevo“
- „snažím se hájit“
- „podle toho, jestli si myslí, že mají pravdu nebo ne“
- „podle toho, o co jde“
- „někdy necítím nic, někdy se hněvám, někdy jsem smutná, záleží na aktuální náladě“
- „nevím“ (3krát)
- „nevím, nezajímá mě to“
- „dívám se do „BLBA““
- „vezmu si ponaučení“
- „když mi něco vytýkají, snažím se obhájit“
- „myslím si svoje, nakonec něco udělám podle sebe a tak, jak chci“
- „vyjedu po nich, začnu se hned bránit“

### Otázka č. 13



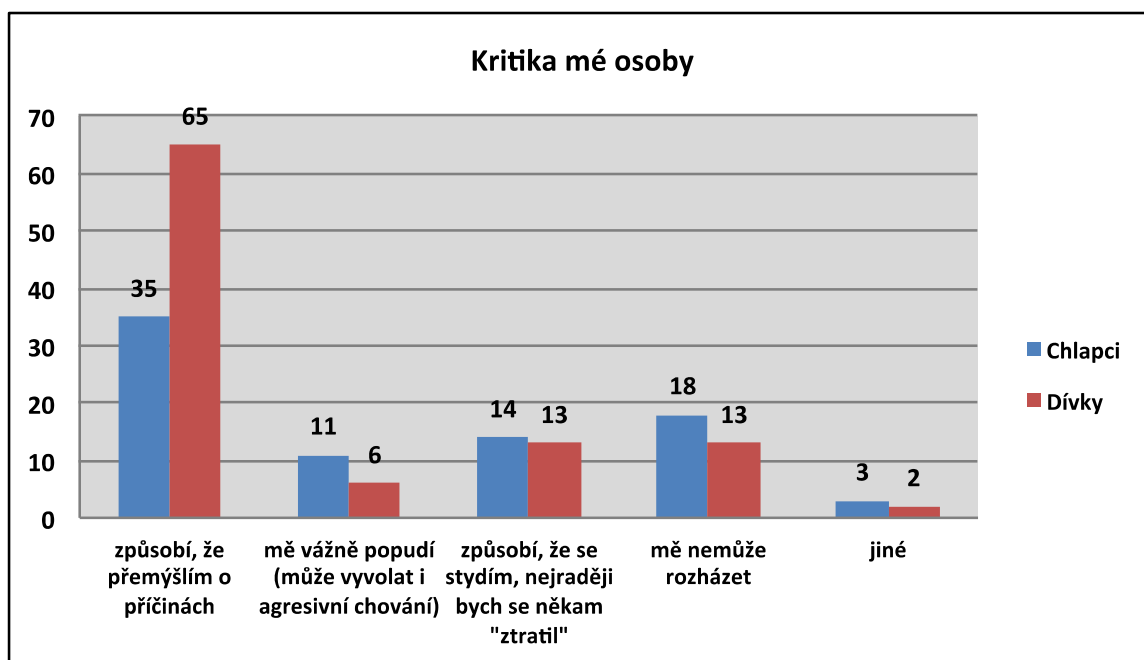
**Graf č. 16:** Vyhodnocení otázky č. 13

### Zhodnocení

Z grafu č. 17 je vidět, že **56** dívkám (**54,9 %**) dělá problém něco vytknout druhému, bojí se, jak bude dotyčný reagovat. Stejně reaguje **33** chlapců (**39,3 %**). Na druhou stranu **23** dívkám (**22,5 %**) a **28** chlapcům (**33,3 %**) nedělá problém, když mají něco vytknout druhému. Myslí si, že je to pro jejich dobro. Dalším problémem pro adolescenty je, že neví, jak správně začít s výtkou. Důkazem je **19** dívek (**18,6 %**) a **21** chlapců (**25 %**). Svoji vlastní charakteristiku obtíží uvedli **2** chlapci (**2,4 %**) a **4** dívky (**3,9 %**):

- „bojím se, že ho příliš ponížím, že se bude cítit nepříjemně“
- „mám obavy, ale nikdy mi to nezabrání, abych to neřekla, záleží komu a co chci říct“
- „ostatní ignoruji, nic jim nevytýkám“
- „nechci si je znepřátelit“
- „řeknu jim svůj názor, jsem takový typ, ale pak toho lituji“

### Otázka č. 14



**Graf č. 17:** Vyhodnocení otázky č. 14

### Zhodnocení

V otázce č. 14 se žáci vyjadřovali k tomu, co způsobí kritika vedena na jejich osobu.

Z grafu je vidět, že **65 (65,7 %)** dívek a **35 (43,2 %)** chlapců následkem kritiky přemýšlí o příčinách. U dívek pak ve **13 (13,1 %)** případech kritika způsobí, že se stydí, nejraději by se někam „ztratily“. Podobně je tomu u **14 chlapců (17,3 %)**.

V opačném případě u **13 (13,1 %)** dívek je kritika nemůže rozházet a v **6 (6,1 %)** odpovědích pak kritika respondentky vážně popudí a může dokonce vyvolat i agresivní chování.

Vlastní vyjádření k této otázce uvedly **2 dívky (2 %)** takto:

- „Už ji spíše neřeším.“
- „Už mě nezajímá.“

Chlapci uvedli **3 (3,7 %)** odpovědi:

- „Mrzí mě, že na ně tak působím.“
- „Někdy mě kritika motivuje, jindy se cítím ponížený.“
- „Nevím.“

Kritika nemůže rozházet **18 (22,2 %)** chlapců, ale naopak **11 (13,6 %)** chlapců kritika vážně popudí.

Tři dívky a tři chlapci neodpověděli.

### Odpověď na výzkumnou otázku č. 5:

Otázky č. 11, 12, 13, 14 se týkají oblasti vnímání kritiky a jejich zpracování nám umožnilo získat odpověď na:

#### **VO 5: Jaké pocity zažívají adolescenti v souvislosti s kritikou?**

Kritika znamená pro 42 dívek a 30 chlapců spojení s urážkami a ponížením. Respondenti cítí při kritice na prvním místě hněv a zlost, dále pak úzkost, smutek a rozčarování a na třetím místě nejistotu. V případě, když mají druhému něco vytknout, tak dívkám (**54,9 %**) dělá největší problém, jak bude dotyčný reagovat. Výzkum ukázal, že **65,7 %** dívek a **43,2 %** chlapců přemýšlí o příčinách, které kritiku vyvolaly.

## 7 ZÁVĚRY VÝZKUMU

Výzkum potvrdil, že rodiče hrají významnou roli v životě adolescentů:

Matka je osoba číslo jedna, která rozumí dcerám (dívkám) nejvíce. Dívky mají tedy blíže k matkám než k otcům. Větší počet dívek než chlapců uvedl, že jim táta nerozumí. U chlapců je porozumění ze stran rodičů (matky i otce) vyrovnané. Přestože má většina dívek blízký a citový vztah s matkou, tak neplatí, že to musí být právě ona, se kterou dívky vždy řeší problémy. Dívky potřebují více láskyplné péče, zatímco příliš této péče u chlapců vyvolává pocit, že v ně nemáte důvěru. Právě důvěra, pochopení a tolerance se díky výzkumu ve vztahu rodič - adolescent ukázaly jako prvořadé. Pouze několik respondentů uvedlo, že k rodičům nemá žádnou důvěru. Dívky ve větší míře dokážou mluvit o svých problémech pouze s mámou, naopak chlapcům nedělá potíže řešit problémy s oběma rodiči, ale u většiny respondentů se řešení problémů odvíjí od situace. Pokud se objeví nepochopení ze strany rodičů, hledají adolescenti pomoc u sourozenců, babiček či kamarádů.

Polovina respondentů uvedla, že komunikace mezi nimi a rodiči probíhá v pozitivním duchu - rodiče jim dají možnost se vyjádřit, naslouchají až do konce. Oni sami si názor svých rodičů poslechnou, má pro ně určitou váhu, ale vyberou si z něj pouze to nejdůležitější. Potvrdilo se, že v rodinách, kde panují dobré vzájemné vztahy, volí strategii řešení konfliktů pozitivní cestou. Naopak v rodinách, kde si adolescenti nerozumí s rodiči, nemají k nim důvěru, kde je v jejich vztahu cítit napětí, konflikty, problémy, tam respondenti volí spíše strategii útěku od problému, uzavírají se do sebe nebo pomoc hledají jinde.

Za největší překážku v komunikaci s rodiči považují adolescenti nepochopení, chlapci k tomu přidávají rozdílné názory a u dívek je to i strach a ostych. Co se týká reakcí adolescentů a rodičů na vzájemně si sdělované názory, potom se potvrdilo, že nálada respondentů (i rodičů) se během rozhovoru odvíjí od projednávané záležitosti a v jakém duchu je rozhovor veden (záleží na celkovém rozpoložení zúčastněných osob). Dívky ve většině případů nemají konfliktní situaci s rodiči rády, nejraději mlčí, popř. se snaží odvádět pozornost. Je to dáno tím, že jsou více emočně založené, úzkostné až přecitlivělé než chlapci. Mají tendence se litovat, stěžovat si, často pláčou, ale samozřejmě se dokážou hněvat a mít vztek. Když emoce opadnou, jsou to dívky, které se častěji zamýšlí nad konflikty a chtějí provést nápravu. Naopak se najdou tací, kteří po konfliktu taktizují, přemýšlí, jak získat určitou výhodu, jak něčeho dosáhnout ve svůj prospěch. Nebo konflikty, ať už v průběhu

nebo po něm, neřeší vůbec. (Co člověk - adolescent to individuální přístup). Tak by se dala shrnout odpověď na otázku, která se týkala oblasti konfliktů a komunikace.

Poslední výzkumná otázka se zabývala vnímáním kritiky, přesněji jaké pocity zažívají adolescenti v souvislosti s kritikou. Kritika znamená pro převážnou většinu dívek, ale i určitou skupinu chlapců urážky a ponížení. Jakmile jsou kritizovány dívky, dostaví se u nich smutek spojený s pocitem méněcennosti nebo také úzkost, při které se cítí nepříjemně. Kritika jako motivace vede u chlapců. Výzkum ukázal, že v důsledku kritiky přemýšlí respondenti o příčinách. Jakmile je adolescentům ze strany rodičů něco vytýkáno, cítí shodně chlapci i dívky jako první hněv a zlost. Další skupina dívek cítí opět úzkost, smutek, rozčarování, což se potvrdilo již v otázce spojené s kritikou a chlapci především nejistotu.

V opačném případě, když mají adolescenti vytknout něco druhému, se bojí, jak bude dotyčný reagovat, nechtějí si jej zneprátnit, mají strach, že jej příliš poníží. Některým nedělá problém něco někomu vytknout, myslí si, že je to pro jeho dobro. Následně však toho litují.

## 7.1 Doporučení pro rodiče

Nejenom VAŠE DĚTI se mění, ale mění se i VAŠE ROLE. Vyžaduje to však dostatečnou dávku sebedůvěry, která vám umožní nepodléhat pocitům ukřivděnosti a malého vděku, který byste si vynucovali vyčítáním či doprošováním. To jsou většinou neefektivní způsoby komunikace, které adolescentovi neimponují a mohou prohlubovat vzájemnou nepřímnost v komunikaci.

Možná doporučení:

- nezlehčovat (či ignorovat) pocity svých potomků
- vcítit se do jejich myšlení a pocitů
- místo útoků, říkat přímo, co cítíte
- místo obviňování dávat přímé informace
- místo výhružek nebo příkazů nabídnout možnost řešení
- nedávat dlouhé přednášky a kázání

- dát možnost svému dítěti vyjádřit se, přijít se svým návrhem - společně pak najít kompromisy, tak aby neutrpěla výchova, ale zároveň nedocházelo ke zbytečným střetům při řešení i malicherných problémů
- nezapomínat chválit
- najít si čas k (častějším, běžným) rozhovorům místo jednoho, při kterém řeším pouze problémy

## ZÁVĚR

Cílem této práce bylo především zjistit, jak vnímají adolescenti komunikaci s rodiči. Výzkum, který jsem prováděla, je možné definovat jako pohled do problematiky vnímání, prožívání, schopnosti naslouchat, vzájemného akceptování a respektování.

Po zjištění všech předchozích výsledků mohu konstatovat, že všechna má očekávání se svým způsobem potvrdila. Teorie se potvrdila v praxi (a naopak). V myšlení dospívajícího se objevuje kritičnost, sklon polemizovat, rozvíjí se schopnost introspekce, schopnost zaměřit se na své pocity, prožitky a myšlenky. Zároveň se potvrdil sklon k větším emočním výkyvům - adolescent je impulzivnější, hůře se ovládá, je náchylnější ke vzniku konfliktů. S tím souvisí pubertální vztahovačnost, která se projevuje přecitlivělostí často i na banální reakce jiných lidí. V důsledku těchto změn jsou více uzavření (nedávají najevo, co cítí). Dospívající se zmítají mezi přáním vzdálit se rodičům a potřebou je mít, přáním odlišit se a potřebou podobat se jim, mezi přáním a obavou mluvit. Dospívající touží po tom, aby ho jeho blízcí vyslechli a pochopili. Často mají touhu promluvit, ale mají strach to udělat. Také si mohou stěžovat, že mají rodiče, kteří jim nerozumějí, nebo jim vytýkat, že je nedokážou vyslechnout, ale stále budou stát o to, promluvit si s nimi.

K posílení žádoucích vlivů je pro děti důležitý kladný vzor a to především v rodině, kde dochází k identifikaci. Matka i otec vytváří rodinné zázemí a dítě by mělo cítit z jejich strany podporu. Nevěřme adolescentům, že jim na nás nezáleží. Jakoby dilema pro adolescenty znělo: uznat závislost na rodičovském názoru je nepřijatelné, ale přijmout nezávislost bez jistoty rodičovského názoru je také neúnosné. Mladí nechtějí, aby jim rodiče radili, chtějí získat souhlas se svými rozhodnutími. Odmítají podřízenou roli, preferují partnerský přístup - změna přístupu k autoritám. Chtějí s rodiči vyjednávat. Dávají najevo, že jsou jim rodiče lhostejní, ale velice se bojí, aby je nezklamali. Nevěřme, že adolescenti chtějí jen nezávislost. Nevěřme, že hlavní náplní vztahu rodičů s adolescenty je konflikt. Podle mé zkušenosti si mnozí mladí lidé s rodiči docela dobře rozumějí od dětství až do dospělosti. Chtějí s nimi o svých životech hovořit, spoléhají na ně a rozumí se, že se někdy také hádají.

Dospívající v dnešní době mají mnohem méně času než kdykoliv předtím a jsou pod mnohem větším tlakem než kdykoliv předtím. Pokud se někdy ocitneme v situaci, kdy bychom nejraději ze sebe dostali ty nejhorší slova, kdy máme pocit, že už to dál nezvládneme, je potřeba se pořádně nadechnout, uklidnit se, „bojovat“, nevzdávat to, věřit, že to jednou

skončí, že se k nám vrátí samostatná, zodpovědná, rozumná bytost, která byla pouze na daleké cestě za poznáním, hledáním, pochopením (především SEBE).

Na tento okamžik se velice těším, kdy si padneme kolem krku a řekneme: *„Díky, promiň, odpusť, jsme rádi, že se máme a že jsme to vše ve zdraví přežili.“*



**SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY**

1. ANTLOVÁ, M. *Puberta je, když začínají s rodiči potíže*. Praha: Portál, 1994. ISBN 80-7178-020-0.
2. BIDDULPH, S. *Mužství-jak zvládat všechny mužské role*. Praha: Portál, 2007. 199 s. ISBN 80-7367-209-6.
3. BOBŮRKOVÁ, E. Bouře v mozku, i ta provází pubertu. *Magazín Vikend Dnes*. 2010. s. 44-45.
4. CAMPBELL, R. *Hledám svou cestu (Jak se přiblížit dospívajícím)*. Praha: Návrat domů, 2001. ISBN 80-7255-032-2.
5. DEVITO, J. A.. *Základy mezilidské komunikace*. Praha: Grada, 2001. 420 s. ISBN 80-7169-988-8.
6. ERIKSON, E. H. *Dětství a společnost*. Praha: Argo, 2002. 387 s. ISBN 80-72033808.
7. FABER, A., MAZLISH E. *Jak mluvit, aby nás teenageři poslouchali, jak naslouchat, aby nám teenageři důvěřovali*. Brno: ComputerPress, 2007. 166 s. ISBN 978-80-251-1514-5.
8. HELUS, Z. *Dítě v osobnostním pojetí*. Praha: Portál, 2004. 232 s. ISBN 80-7178-838-0.
9. CHAPMAN, G. *Dospívající a pět jazyků lásky*. Praha: Návrat domů, 2003. ISBN 80-7255-085-3.
10. CHRÁSKA, M. *Metody pedagogického výzkumu*. Praha: Grada, 2007. 272 s. ISBN 978-80-247-1369-4.
11. LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada, 2006. 368 s. ISBN 8024712849.
12. MACEK, P. *Adolescence*. Praha: Portál, 1999
13. MACEK, P. *Adolescence*. Praha: Portál, 2003. 142 s. ISBN 80-7178-747-7.
14. MATĚJČEK, Z. *Škola rodičů*. Praha: Maxdorf, 2000. 285 s. ISBN 80-85912-29-5.
15. NAKONEČNÝ, M. *Sociální psychologie*. Praha: Academia, 2009. ISBN 978-80-200-1679-9.

16. PLAMÍNEK, J. *Komunikace a prezentace (Umění mluvit, slyšet a rozumět)*. Praha: Grada, 2008. 176 s. ISBN 978-80-247-2706-6.
17. PLAŇAVA, I. *Průvodce mezilidskou komunikací (přístupy-dovednosti-poruchy)*. Praha: Grada, 2005. 148 s. ISBN 80-247-0858-2.
18. PŘÍHODA, V. *Ontogeneze lidské psychiky II. Vývoj člověka od patnácti do třiceti let*. Praha: SPN, 1967
19. RHEINWALDOVÁ, E. *Jak vychovat šťastné dítě*. Praha: Motto, 1997. ISBN 80-85872-61-7.
20. ŘÍČAN, P. *Cesta životem*. Praha: Portál, 2004. 390s. ISBN 80-7178-829-5.
21. ŠVANCARA, J. *Kompendium vývojové psychologie*. Praha: SPN, 1975. 208 s.
22. VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie I.: Dětství a dospívání*. Praha: Karolinum, 2005. 467 s. ISBN 9788024609560.
23. VALÍŠOVÁ, A. *Komunikace a vzájemné porozumění (Hry pro dospívající)*. Praha: Grada, 2005. 140 s. ISBN 80-247-0842-6.
24. VALÍŠOVÁ, A. *Jak získat, udržet a neztrácet autoritu*. Praha: Grada, 2008. 144 s. ISBN 80-247-2282-5.
25. VYBÍRAL, Z. *Psychologie lidské komunikace*. Praha: Portal, 2000. 263 s. ISBN 80-7178-291-2.
26. VYBÍRAL, Z. *Psychologie komunikace*. Praha: Portal, 2005. 320 s. ISBN 80-7178-998-4.

**SEZNAM POUŽITÝCH SYMBOLŮ A ZKRATEK**

- VO Výzkumná otázka
- VO1 Výzkumná otázka č. 1  
Jak se vztah adolescentů k rodičům promítá do jejich vzájemné komunikace?
- VO2 Výzkumná otázka č. 2  
Které překážky v komunikaci s rodiči považují adolescenti za stěžejní?
- VO3 Výzkumná otázka č. 3  
Jak reagují adolescenti s rodiči na vzájemně si sdělované názory?
- VO4 Výzkumná otázka č. 4  
Jak se konflikt projeví v komunikaci adolescenta s rodiči?
- VO5 Výzkumná otázka č. 5  
Jak vnímají adolescenti kritiku od rodičů?

**SEZNAM OBRÁZKŮ**

**Graf č. 1:** *Věk respondentů*

**Graf č. 2:** *Vyhodnocení otázky č. 1*

**Graf č. 3:** *Vyhodnocení otázky č. 3*

**Graf č. 4:** *Vyhodnocení otázky č. 4*

**Graf č. 5:** *Vyhodnocení otázky č. 5*

**Graf č. 6:** *Vyhodnocení otázky č. 8*

**Graf č. 7:** *Vyhodnocení otázky č. 6*

**Graf č. 8:** *Vyhodnocení otázky č. 7*

**Graf č. 9:** *Vyhodnocení otázky č. 2*

**Graf č. 10:** *Vyhodnocení otázky č. 10*

**Graf č. 11:** *Vyhodnocení otázky č. 16*

**Graf č. 12:** *Vyhodnocení otázky č. 17*

**Graf č. 13:** *Vyhodnocení otázky č. 15*

**Graf č. 14:** *Vyhodnocení otázky č. 18*

**Graf č. 15:** *Vyhodnocení otázky č. 11*

**Graf č. 16:** *Vyhodnocení otázky č. 13*

**Graf č. 17:** *Vyhodnocení otázky č. 14*

**SEZNAM TABULEK**

**Tabulka č. 1:** *Rozdělení respondentů podle pohlaví*

**Tabulka č. 2:** *Srovnání vzájemného vztahu se schopností komunikovat*

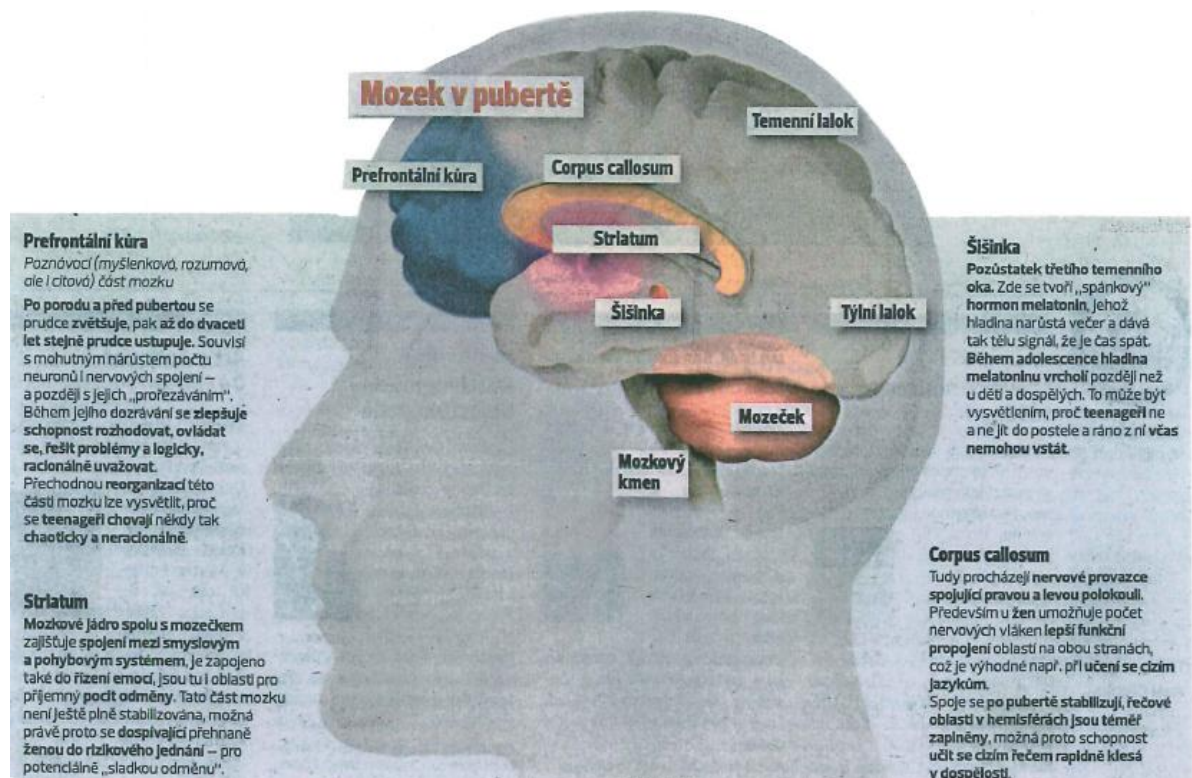
**Tabulka č. 3:** *Srovnání komunikačních překážek mezi chlapci a dívkami*

**Tabulka č. 4:** *Srovnání prožitků mezi chlapci a dívkami v souvislosti s výtkou*

## SEZNAM PŘÍLOH

Příloha 1	Mozek v pubertě
Příloha 2	Dotazník pro žáky ZŠ
Příloha 3	Odpověď na otázku č. 9

## PŘÍLOHA P I: MOZEK V PUBERTĚ



Zdroj: New Scientist.American Neurological Society in Bobůrková, 2010

## PŘÍLOHA P II: DOTAZNÍK PRO ŽÁKY

Ahoj holky a kluci,

do rukou se vám dostává dotazník, jehož cílem je zjistit, jaký vztah máte s rodiči, jak spolu komunikujete a jak řešíte konflikty.

Děkuji za vyplnění.

---

Jsem: a) holka

b) kluk

Doplň věk .....

1) Tvůj vztah k rodičům je charakterizován **(vyber 1 odpověď)**

- a) úctou a láskou
- b) lhostejností
- c) pochopením, tolerancí
- d) hněvem a kritikou
- e) popř. uveď vlastní charakteristiku, popis, názor.....

2) Co pro tebe představuje překážku (=komplikaci, zábranu) v komunikaci s rodiči?  
**(možnost výběru i více variant)**

- a) strach, ostych
- b) nepochopení
- c) rozdílné názory
- d) nedůvěra, nejistota
- e) generační rozdíly
- f) nemám žádnou překážku
- g) pokud není uvedeno, doplň svoji největší překážku.....

3) Co převažuje ve tvém vztahu s rodiči? **(vyber 1 odpověď)**

- a) vzájemná důvěra
- b) kamarádství
- c) panuje mezi námi napětí, máme neustále konflikty, problémy
- d) nemám k nim důvěru
- e) jiné .....

4) Myslíš si, že ti tvoje máma rozumí?

- a) ano
- b) ne

5) Myslíš si, že ti tvůj táta rozumí?

- a) ano
- b) ne



- 6) Jak probíhá komunikace mezi tebou a rodiči? **(vyber nejpravděpodobnější možnost)**
- dají mi možnost vyjádřit se, naslouchají mi, vyslechnou mě až do konce
  - neustále mi skáčou do řeči, přerušují mě
  - snaží se mi vnutit svůj názor
  - rozhovor má podobu přednášky, kázání, poučování
  - jiné.....
- 7) Řešíte společně problémy? **(vyber 1 možnost)**
- v žádném případě
  - velice zřídka (v případě nouze)
  - někdy to pomáhá, záleží na situaci
  - nedělá mi to problém
  - jiné.....
- 8) S kým v rodině dokážeš mluvit o svých problémech? **(vyber 1 možnost)**
- pouze s mámou
  - pouze s tátou
  - s oběma
  - ani k jednomu z nich nemám důvěru
  - jiná osoba.....
- 9) Jak rodiče reagují na tvůj názor? **Doplň.....**
- 10) Jak reaguješ TY na názor svých rodičů? **(vyber 1 možnost)**
- jejich názor má pro mě určitou váhu
  - pouze si je vyslechnu a hned to pouštím z hlavy
  - vyslechnu si je a z jejich názoru si vyberu pouze to, co je pro mě nejdůležitější
  - „kašlu“ na cizí názory, řídím se pouze sám/a s sebou
  - jiné.....
- 11) Co pro tebe znamená slovo kritika? S čím kritiku spojuješ? **(vyber 1 možnost)**
- urážky, ponížení
  - smutek spojený s pocitem méněcennosti
  - úzkost (cítím se nepříjemně)
  - motivace – kritika mě „nastartuje“
  - jiné.....
- 12) Co cítíš, když ti rodiče něco vytýkají? Jak se chováš? **(možnost výběru i více variant)**
- hněv, zlost
  - úzkost, smutek, rozčarování
  - nejistotu
  - stydím se
  - necítím nic (jsem flegmatik)
  - jiné .....
- 13) Co ti dělá největší obtíže, když máš něco vytknout druhému? **(vyber 1 možnost)**
- nevím, jak začít

- b) bojím se, jak dotyčný bude reagovat
- c) nedělá mi to problémy, je to pro jeho dobro
- d) jiné .....

14) Kritika mé osoby **(vyber 1 možnost)**

- a) způsobí, že přemýšlím o příčinách
- b) mě vážně popudí (může vyvolat i agresivní chování)
- c) způsobí, že se stydím, nejraději bych se někam „ztratil“
- d) mě nemůže rozházet
- e) jiné.....

15) V případě, když se objeví konflikt mezi mnou a rodiči **(uved' nejpravděpod. variantu)**

- a) dělám, že je vše v pořádku a že se vlastně nic nestalo
- b) směji se (ironicky), jako by se nic nedělo (případně žertuji)
- c) mlčím, odvádím pozornost od konfliktu
- d) pláči, propadám úzkosti, naříkám, stěžuji si, lituji se
- e) na někom si vybízím vztek
- f) nabídnu své řešení konfliktu
- g) neřeším to
- h) jiné .....

16) Při rozhovoru s rodiči ztrácíš často „nervy“, býváš podrážděná/ý, „vyjedeš“?

**(vyber 1 možnost)**

- a) spíše ano
- b) podle názoru druhých ani ne
- c) záleží na obtížnosti situace
- d) k ničemu to nevede
- e) jiné.....

17) Jak reaguješ na hněv a zlost svých rodičů? **(vyber 1 možnost)**

- a) zůstávám v klidu
- b) zvyšuji hlas (popř. nadávám)
- c) urazím se
- d) mlčím, „stáhnou se“ do sebe
- e) stejným způsobem – zlobím se, odejdu s prásknutím dveří, popř. něco rozbiji
- f) jiné.....

18) Přemýšlíš s postupem času nad konfliktní situací (střetem) s rodiči? **(vyber 1 možnost)**

- a) někdy
- b) po „vychladnutí emocí“ (chci provést nápravu, změnu)
- c) ano přemýšlím, jedná se o taktiku z mé strany- chci něčeho dosáhnout (získat nějakou výhodu)
- d) neřeším to
- e) jiné.....

## PŘÍLOHA P III: ODPOVĚD NA OTÁZKU ČÍSLO 9

### Jak rodiče reagují na tvůj názor? Odpovědi dívek

#### Pozitivní reakce:

„Vyslechnou mě.“	4
„Vyslechnou si ho a podle toho jaký je, tak na něho reagují.“	1
„Vyslechnou mě, poté poví svůj názor (popř. poradí), řeknou, zda je možné jej využít.“	6
„Vyslechnou si ho a pak mi řeknou jejich názor (popř. mi ho někdy vytknou).“	2
„Vyslechnou si ho, když nesouhlasí, mluvíme o tom.“	1
„Většinou mě vyslechnou a proti mému názoru nic nenamítají, nebo se mi snaží vysvětlit, že se mýlím.“	1
„Řekneme si pro a proti a zkusíme najít společné řešení.“	1
„Podle toho čeho se týká, ale většinou kladně.“	1
„Vstřícně, můj názor je zaujme, popřemýšlí a popř. rozhodnou, co bude lepší.“	1
„Respektují ho, přemýšlí nad ním, když nesouhlasí, najdeme řešení.“	2
„Zváží můj názor, poradíme se a snaží se mi vyhovět a já jim.“	1
„Podle toho jaký ... většinou jej respektují (popř. jej více promyslí).“	2
„Někdy se smíchem a někdy mi řeknou, že je to „kravina“ a když mám svůj názor a je špatný, tak mi vysvětlí, proč je špatný.“	2
„Záleží na tom, jaký je. Někdy pochopí a tolerují ho, někdy nechápou, ale nechávají mě stát si za svým.“	1
„Normálně.“	1
„Poslouchají mě.“	1
„Promluví si o tom se mnou.“	2
„Začnou ho rozebírat.“	1
„Většinou kladně.“	1
„Okomentují ho a hledají výhody+nevýhody.“	1
„Nechají mě vyjádřit a reagují dobře, řeknou mi, co si o tom myslí atd.“	2
„Řeknou mi na to svůj názor.“	1
„Řeknou mi, že mi rozumí, nebo že nemám pravdu.“	1
„Podle situace.“	8
„Když je dobrý, tak souhlasí, popř. se snaží jej vylepšit.“	2
„Popřemýšlí, řeknou, uvidíme a pak buď ano, nebo ne.“	1
„Jak, kdy (někdy souhlasí, někdy ne) - podle toho o čem je řeč. Většinou si o tom promluvíme.“	11
„Vyslechnou si mě, když se jim nelíbí, tak zvýší hlas, ale jinak to naopak řešíme a je to sranda.“	1
„Někdy jej přijmou někdy ne.“	1
„Někdy udiveně, někdy se shodneme.“	1
„Sdělí mi svůj pohled na danou situaci.“	1
„Pokud souhlasí, můj názor podpoří, pokud nesouhlasí, rozmlouvají mi jej.“	1

### Něco mezi

„Většinou ho zavrhuji nebo o něm diskutujeme.“	1
„Většinou se snaží mě vyslechnout, ale byli by šťastnější, kdybych svůj názor změnila na jejich.“	2
„Sice se mi snaží pomoci, ale vnucují mi svou vlastní teorii a pravdu.“	1
„Jsou překvapení, co si myslím a snaží se mi vnutit ten jejich názor.“	1
„Někdy na mě dají, ale málo kdy (ptají se proč, kde jsem to slyšela).“	1
„Podle druhu problému, někdy jsou zaskočení, o co vlastně, že mi jde, jindy jsou zklamání.“	1
„Záleží, jakou věc jim říkám, ale slyším věty: „Až budeš starší, tak to pochopíš, tak změniš názor.“	1
„Pokud jim přijde špatný (nesmyslný), snaží se mě přesvědčit o správném (svém).“	3
„Pokud mají odlišný názor, snaží se mi vnutit ten jejich.“	1

### Negativní odpovědi:

„Chvíli se se mnou nebaví, ale pak se vše uklidní.“	1
„Většinou záporně, smějí se.“	1
„Většinou s ním nesouhlasí, mají svoje názory.“	1
„Většinou se snaží prosadit své.“	1
„Řeknou si svůj a berou ho.“	1
„Myslí si, že mají jen svůj názor a můj neberou. Myslí si, že je to „držkování.“	1
„Jak, kdy (skoro vždy mi začnou nadávat).“	1
„Někdy špatně, někdy s nadávkami.“	1
„Nereagují.“	1
„Skoro mě neposlouchají.“	1
„Záleží na situaci, většinou mě neposlouchají.“	2
„Vymlouvají mi ho a vnucují mi svůj, jindy můj názor na banální věc rozpoutá nadávky a křik v domě.“	1
„Podle toho čeho se týká, ale většinou můj názor nemá žádnou cenu.“	1
„Většinou je mi jasné, že nebudou souhlasit a nenechají mě nic vysvětlit, rozčilují se, smějí se mi.“	1
„Většinou mi nakonec vnutí jejich názor a vzniká hádka.“	1
„Nechápou, vnucují mi svůj názor.“	1
„Mlčí.“	1
„Nevím, nezajímá mě to.“	1
„Nadávají mi, neustále mě přerušují a pak malinko bijí.“	1
„Bud' dostanu, nebo mě vyhodí do pokoje.“	1
„Nijak.“	1
„Většinou zastávají názor úplně opačný, pořád ho odůvodňují, i když někdy jejich důvody nejsou pravdivé.“	1

CELKEM

97

**5 dívek neodpovědělo.**

## Jak rodiče reagují na tvůj názor? Odpovědi chlapců

### Pozitivní reakce

„Dobře.“	7
„Mají pro něj pochopení.“	1
„V pohodě.“	1
„Podle toho o čem je řeč.“	1
„Respektují ho.“	1
„Snaží se mě pochopit.“	1
„Snad vždy mi pomůžou.“	1
„Odpoví mi.“	1
„Kladně, vždycky se to nějak vyřeší.“	1
„Normálně.“	3
„Vyslechnou mě.“	3
„Vyslechnou ho a vyřeší to (poradí mně).“	2
„Vyslechnou ho a řeknou mi, co si myslí oni.“	1
„Vyslechnou můj názor a reagují podle toho, jestli je to hloupost nebo dobrá rada.“	3
„Buď mi ho schválí, nebo ne.“	1
„Někdy ho přijmou, jindy ne. Když ne, tak s nimi diskutuji.“	1
„Pokaždé jinak (podle situace).“	16
„Jde o to, jaký ten názor je, ale většinou to berou s ohledem na věk.“	1
„Promluví si se mnou a snažíme se dohodnout.“	1
„Poradí mi v dané situaci.“	1
„Odpoví mi, podle toho jaký názor řeknu.“	1
„Vyslechnou a poradí mi.“	1
„Když je to hloupost, rozmluví mi to.“	1

### Něco mezi

„Kritika, ale občas i souhlas.“	1
„Podle toho jaký je, ale vezmou jej na vědomí.“	1
„Vyslechnou si jej, ale stejně si stojí za svým a nutí mi svoje postoje.“	1

### Negativní reakce

„Nijak.“	2
„Řeknu jim svůj názor a oni ho převrátí do nesprávné odpovědi.“	1
„Nevím, porucha osobnosti.“	1
„Nepochopením, jsou tvrdohlaví.“	1
„Všechno dělám, říkám špatně. Obvykle dostanu „zaracha“ – tím to končí, dál se se mnou nebaví.“	1
„Podle toho čeho se to týká, ale většinou můj názor nemá žádnou cenu.“	1
„Pokud můj názor nesouhlasí s jejich představami, tak špatně.“	1
„Většinou řeknou ne.“	1
„Špatně.“	1
„Ticho, dobře, stačí.“	1
„Začnou mi mé názory vyvracet, protože si myslí, že jejich jsou lepší.“	1

CELKEM

66

16 dotazovaných chlapců na tuto otázku neodpovědělo.