

VÝCHOVNÉ ÚLOHY RODIČOV V OBDOBÍ DOSPIEVANIA

Mária Potočárová

Filozofická fakulta Univerzity Komenského v Bratislave

Anotácia príspevku: Článok prináša sčasti známe fakty o dospievaní mladých, ktoré sú relevantné a využívané aj pre ich výchovu. Príspevok sa podrobnejšie zaoberá významom rodinných väzieb, rodinného zázemia a úskaliaми separácie od rodičov, hľadaním vlastnej životnej cesty adolescentov – budúcich dospelých. Priame možnosti výchovného ovplyvňovania sú limitované. Najdôležitejšou výchovnou úlohou rodičov je preto hľadať hlbšie poznanie o svojich deťoch a nachádzať aj nové formy prístupov vo výchove.

Kľúčové slová: charakteristické znaky dospievania, potreba hľadania vlastnej identity a osamostatňovanie sa, výchovné úlohy rodičov, autorita vo výchove, zásady rodičovskej výchovy

1. ZÁKLADNÉ CHARAKTERISTIKY DOSPIEVANIA A VPLYV RODINY NA DIEŤA V TOMTO OBDOBÍ

V psychosociálnom vývine adolescenta sú prvoradými úlohami dovŕšenie procesu individualizácie, vykryštalizovanie psychosexuálnej identity a najmä vývin zavŕšený úspešnou separáciou od prokreatívnej rodiny, vykročenie do samostatného života. Toto obdobie sa dá časovo ohraničiť *nástupom obdobia puberty* (približne od 12. roku veku, pričom sú známe rodové rozdiely, u chlapcov je nástup neskorší) pokračovaním do *adolescencie, dospievania* až jeho vyvrcholením v *dospelosti* (približne okolo 21 rokov). V období dospievania sa deti dramaticky menia.

Puberta má zlú povest' a už dopredu vzbudzuje veľké obavy rodičov a vychovávateľov. Aj táto skutočnosť spôsobuje, že rodičia niekedy reagujú nekontrolovane, s prílišnou pozornosťou a citlivosťou, inokedy s prehnaným hnevom a podľa „dospeláka“ aj s neznesiteľným moralizovaním. Obe strany nutne na seba narážajú.

Bezprostredné okolie pubertálneho dieťaťa, a neskôr adolescenta, je stále citlivejšie na jeho samostatné prejavy. V rodine sa zvyšuje napätie a podráždenosť. Rodičia spravidla nie sú ochotní tolerovať a ospravedlňovať formy správania svojho dospievajúceho dieťaťa. Vznikajú medzi nimi konflikty, ktoré vyúsťujú do hádky, alebo, naopak, začne sa nebezpečné „nekomunikovanie“, odcudzenie sa. Vo vzájomných vzťahoch si preukazujú obojstrannú nespokojnosť, striedajú sa podoby vzdoru a prejavov moci, zvýšenej kontroly, pokusov o ovládanie.

Obdobie dospievania dieťaťa nastupuje najčastejšie aj so začiatočnou fázou vývojového cyklu rodiny a manželstva, ktorú nazývame aj fázou „vyprázdňovania hniezda“. Táto fáza prináša mnoho iných (adolescentovi nie vždy známych) zmien rodinnej štruktúry. Predovšetkým ženy-matky vnímajú veľmi citlivo a negatívne túto situáciu odchodu detí z domu a neprijemne znejúce tzv. „opúšťanie hniezda ich doterajšími obyvateľmi“. Majú niekedy dokonca pocity straty zmyslu života. Odchod detí z domu tiež často nastáva v období klimakterických zmien matky. Ani muži a otcovia rodín sa nevyhnú celkom osobitným psychickým a zdravotným problémom. Čiže sú tu neraz čisto zdravotné a biologické faktory, ktoré ovplyvňujú celé dianie v rodine. Ďalej treba pripomenúť, že je to obdobie, v ktorom sa rodičia aj ako manželskí partneri môžu odcudziť nerovnomerným starnutím a nevyrovnanou sexuálnou apetíciou, spôsobenou pracovným vyťažčením, zdravotnými ťažkosťami či existenciálnou krízou stredného veku. Rodičia sú často po desiatich a viac rokoch altruistickej starostlivosti o výchovu a zabezpečenie detí jednoducho unavení. A tiež platí, že ak si za toto predošlé obdobie nenavykli ako manželia udržiavať a pestovať popri rodičovskom vzťahu aj vzťah partnerský, tak sa môže tento nedostatok súčasne prejaviť (v tejto psychicky i fyzicky vypätej perióde) aj ako vážna manželská kríza, neschopnosť podporovať sa s následkami nestability a rozpadu rodiny.¹

Okrem toho napríklad v rodine, kde je viac detí, sa vzťahy môžu vyhrotiť aj medzi súrodencami. Najmarkantnejšie sú konflikty zamerané práve voči dospievajúcemu dieťaťu. Súrodenci medzi sebou veľmi často súperia o pozornosť svojich rodičov a nezhody medzi nimi sa môžu objaviť aj z nenaplnených potrieb a očakávaní.

Ako vidno, na obdobie dospievania detí vplýva množstvo vedľajších faktorov, čo poznačí nielen vzťahovú interakciu, ale aj výchovné pôsobenie.

¹ Výrost, J. – Slaměnik, I.: Aplikovaná sociální psychologie. Praha : Portál, 2001, s. 314-320

2. KONČIA VÝCHOVNÉ ÚLOHY RODIČOV V OBDOBÍ ADOLESCENCIE ALEBO AKÉ SÚ EŠTE VÝCHOVNÉ ÚLOHY RODIČOV V OBDOBÍ DOSPIEVANIA?

V období dospievania prostriedkami výchovného ovplyvňovania treba splniť ešte niekoľko dôležitých úloh, najmä však túto úlohu – *umožniť osamostatnenie sa dospievajúcich detí, pustiť ich na vlastnú životnú cestu s tým, že ich pôvodná rodina im naďalej zostane stabilným zázemím*. Rodičia sa musia vyrovnávať s odchodom a separáciou svojich dospievajúcich detí. Prijat' zmeny ich organizmu, vyvíjajúcej sa psychiky a zmeny v správaní. Musia sa správne naučiť prehodnotiť aj doterajší spôsob života, znova nastaviť primerané tempo a priority na zmysluplné hodnoty a zamerať sa na budúcnosť, v snahe nájsť pre seba, ale aj pre svoje deti nové kvality života. Dospievajúce deti sa ani v ďalšom živote nezaobídu bez *bezpečia a vrelosti domova*.

Rodičia sú v tomto období tiež dlžní svojim deťom *odovzdať osobný príklad optimálnych spôsobov zvládania životných situácií*. Vo fáze odchodu detí z domu je to ich veľmi dôležitý (niekedy azda už posledný) príspevok k ich výchove pre reálny život.

Ani deti v adolescentnom veku sa nezaobídu bez *istej štruktúry poriadku a optimálne nastavených pravidiel, na ktoré sa môžu spoľahnúť*. Na určitej úrovni sú adolescenti od rodičov ešte stále závislí, čo sa môže užitočne a primerane využiť aj vo výchovnom pôsobení. Dbať na to, aby to boli pravidlá menej vyžadované zvonka, umožniť ich interiorizovanie, zvnútornené prijatie. Dať im veľký priestor a príležitosť na možnosť slobodného rozhodovania, s preberaním čoraz väčšej miery zodpovednosti. Napríklad tak, že sa deti budú priamo podieľať na tvorbe zásad spoločného fungovania a života, ktoré sa zaviažu aj dodržiavať.

Optimálne stanovenie hraníc a sociálnych limitov vo výchove má pre zdravé fungovanie interakcie, budovanie vzájomných vzťahov a výchovu adolescentov nesmierny a kľúčový význam. Usilovať sa o slobodu a zodpovednosť, nielen o nadvládu, moc a kontrolu. Potreba *výchovy so zdravou prirodzenou autoritou rodičov* je jednoducho nenahraditeľná.

Rodičia teenagerov musia múdro rozlíšiť, vedieť, alebo sa to ešte pokúsiť rýchlo naučiť, kedy povedať dieťaťu áno a kedy nie, ale na druhej strane aj to, kedy je „mlčať zlato“. Vedieť ustúpiť, nemanipulovať slovami, príkazmi, zákazmi, neopravovať neustále prejavy a hoci aj chyby svojich dospievajúcich detí – to sú veľké gestá dôvery a prejavov trpezlivosti. Dopriať im autentickú skúsenosť stretnutia sa s dôsledkami vlastného rozhodovania a konania. Ovládanie hnevu a trpezlivosť, schopnosť riešiť spory a konflikty s prehľadom a objektívne, dávať najavo lásku a prijatie, ale hovoriť pritom pravdu, nemať strach či zbytočnú nadradenosť z komunikácie, „udržať sa“ v efektívnej a konštruktívnej komunikácii, prejavovať empatiu a mnohé ďalšie zložky sociálnych zručností v medziľudských vzťahoch sa stávajú najdôležitejšími výchovnými prostriedkami v rukách rodičov vo výchove adolescentov.

Úcta a rešpektovanie osobnosti dieťaťa, jeho bezpodmienečné a láskyplné prijatie zostávajú podstatnou požiadavkou, ktorá otvára každú možnosť výchovného ovplyvňovania.

Uviedli sme aspoň niekoľko dôležitých *zásad rodičovskej výchovy* v období dospievania detí.

3. RODINNÉ VÄZBY A ICH VÝZNAM PRE DOSPIEVAJÚCEHO

V každej rodine v priebehu spoločného života vzniká originálna interakcia každého s každým. Vytvára sa druh väzby, ktorý ovplyvní aj modely výchovy. Kvalita väzby medzi dieťaťom a matkou, neskôr aj medzi dieťaťom a otcom a ďalšími členmi rodiny je kľúčovým činiteľom osobnostného rozvoja dieťaťa od jeho útleho veku až po dospievanie.

Najznámejšie štúdie o väzbovom správaní, zvlášť so zameraním na rodinné väzby a na ich dôsledky v psychosociálnom vývine detí nachádzame v prácach psychológa Johna Bowlbyho.² Bowlby rozlišuje niekoľko druhov väzieb:

- **Väzba základnej dôvery k dospelému.** Predstavuje uspokojenú potrebu po istote, túžbu po ochrane a bezpečí. Táto väzba vzniká len voči osobám, ktoré sú dieťaťu známe, ktoré ono dešifruje ako „jeho“. Väzba základnej dôvery má takmer absolútny význam pre budúcnosť dieťaťa, vyvíjajúceho sa človeka. Pokiaľ rodič nedokáže opakovane a primerane reagovať na detskú potrebu bezpečia, dieťa si vytvára predstavu, ktorú môže zovšeobecniť aj na iných ľuďoch. Stane sa základom pre tvorbu akýchkoľvek iných medziľudských vzťahov v jeho živote. Samozrejme, poznačí to aj jeho separačný proces, jeho osamostatňovanie sa, jeho socializáciu a tzv. „sociálny pôrod“³, ale aj proces individualizácie, hľadania a tvorby vlastnej identity. Na väzbe základnej dôvery majú rovnaký, hoci celkom špecifický, podiel matka aj otec dieťaťa.

- **Ambivalentná väzba**, ktorá sa vyznačuje dvojznačným postojom k rodičovskej postave. Dieťa rodiča zároveň potrebuje, miluje, ale aj odmieta. Na povrchu ambivalentnej väzby prevláda závislosť jedinca, ktorá je potlačovaná a štylizovaná do úlohy nezávislého. Špecifickým prípadom a typom vyústenej ambivalentnej väzby do konkrétnej podoby je:

- **Vyhýbavá väzba**, ktorú sprevádzajú prejavy stiahnutého správania sa, introvertnosti a uzatváranie sa (často však násilu, prekonávaním seba). Tento typ

² Bowlby J.: Child care and the growth of love. Great Britain, Harmondsworth, Middlesex : Penguin Books, 1965. 251 s.

³ S pojmom „sociálny pôrod“ sa stretávame v prácach , ktoré sa zaoberajú psychosomatickými poruchami a ochoreniami, psychosomaticky orientovanou psychoterapiou a rodinnou terapiou. Metafora vychádza z prirovnania k fyziologickému pôrodu. Sociálny pôrod je podľa toho istým spôsobom, cestou, akou sa dospievajúci dostáva z vnútorného, sociálne uzavretého a tesného priestoru (zo „sociálnej matrice“ – rodiny) von k samostatnému a na rodičoch nezávislému životu, aby sa sám stal pripraveným založiť si vlastnú rodinu.

Trapková, L. Chvála, V.: Rodinná terapie psychosomatických poruch. Praha : Portál, 2004, s. 109.

väzby, resp. jeho prejavy a typické dôsledky možno pozorovať veľmi často u dospievajúcich detí.

- **Dezorganizovaná väzba** s chaotickými reakciami na rodiča.

Vyvinie sa u detí, u ktorých pozorujeme striedanie prejavov potreby blízkosti rodiča aj jeho odmietanie. Tento vzorec je príznačný pre zneužívané a týrané deti. Zneužívané a týrané dieťa trpí, chýba mu nielen zdravá väzba s rodičom, ale často pociťuje aj fyzickú bolesť, prežíva pocit chaosu, neistoty, lebo si nevie vysvetliť dôvody na takéto konanie rodiča. Na strane druhej rovnako chaoticky a zmätene bojuje o pozornosť a lásku rodiča. Podvedome si vytvára o ňom zidealizovaný obraz, chce sa oň oprieť, pomôcť si. V dezorganizovanej väzbe, ktorá podmieňuje aj ostatné podmienky a činitele výchovy, sa v dieťati iba fixuje nekvalitný model správania a fungovania aj v jeho ďalších medziľudských vzťahoch.⁴

4. SEPARAČNÝ PROCES A ÚSKALIA DOSPIEVANIA A ADOLESCENCIE

Pri „sociálnom pôrode“ adolescenta veľa záleží od toho, *akým spôsobom sa dostáva dospievajúci z vnútorného, sociálne už uzavretého priestoru rodiny von k samostatnému a od rodičov nezávislému životu*, aby bol neskôr pripravený založiť si vlastnú rodinu, novú sociálnu bunku⁵.

V procese separácie a osamostatnenia adolescenta od rodiny je dôležitých niekoľko okruhov problémov :

1. Je nevyhnutné *akceptovať odlišnú a komplementárnu mužskú a ženskú modalitu prístupu k adolescentovi*.
2. Treba *počítať s prítomnosťou väčších či menších ťažkostí* pri budovaní vzťahu, ktoré často vyúsťujú do somatizácie emočných konfliktov. Prejavy psychosomatických porúch (anorexia, alergie, astma, dermatitídy, bolesti hlavy, migrény a iné) sú neraz toho priamym dôkazom.
3. Priebeh separačného procesu je *odlišný v závislosti od pohlavia*. Iná je cesta zblíženia dcéry s matkou a „od matky smerom k otcovi“ ako u syna. Zblíženie syna s matkou, cesta syna „od matky smerom k otcovi“ a prijatie samostatnosti je celkom špecifické.
4. V separačnom procese treba osobitne *doceniť význam otca* v rodine a jeho prístup vo výchove.

S procesom osamostatňovania sa sú úzko spojené úlohy vývinu identity ako jedinečnej osoby a rodovej/ rolovej identifikácie. Vo vzťahu s matkou sociálny pôrod, prechod od detstva k dospelosti a socializácia vôbec, začína.

⁴ Matoušek, O. Kroftová, A.: Mládež a delikvence. Praha : Portál, 1998, s. 42.

⁵ Trapková, L. Chvála, V.: Rodinná terapia psychosomatických poruch. Praha : Portál, 2004, s. 110.

V prípade dospievania dcéry okrem akceptovania sexuálnej zrelosti dcéry je tu zo strany matky aj úloha prijať dcéru ako družku, ktorá sa s ňou a s ostatnými ženami podieľa na osude ženstva. E. Erikson⁶ v tejto súvislosti prináša pozoruhodný termín „deľba inštinktov“, podobne ako analogicky poznáme „deľbu práce“. Neskúsená skoro už žena (dcéra) potrebuje, aby ju tá skúsenejšia ženská osoba (matka) rešpektovala ako rovnocennú.

Pokiaľ ide o *úlohu otca* v tomto štádiu vývoja vzťahu medzi matkou a dcérou a jej výchovou, treba povedať, že on veľakrát stojí pred dilemou, na koho stranu sa postaviť. Otec (a zároveň ako muž) obidve ženy má rád, ale každá prežíva iný druh problému, a preto sa od neho vyžaduje odlišný prístup ku dcére a odlišný k matke/ manželke. Z pohľadu otca je dôležitý taký prístup, ktorý vedie k efektívnemu hospodáreniu so silami rodiny. Matke môže odporučiť, aby sa v priebehu procesu separácie dcéry začala viac starať o seba, o svoju vlastnú psychickú pohodu. Chváliť ju má za dobre splnenú materskú úlohu. Od otca sa očakáva, že vnesie do problémov vo vzťahu medzi matkou a dospievajúcou dcérou porozumenie, ale aj aktivitu, jasné a konštruktívne riešenia. Niekedy takúto schopnosť v otcovi prebudí až jeho dospievajúca dcéra.

Vývinové úlohy oboch rodičovských vzťahov (matky a otca) sú k dcére v tomto úseku života úplne odlišné. Najskôr v poradí vplyvu nastupuje matka a neskôr otec. Matka svoju dcéru učí porozumieť ženskému mysleniu a pohľadu na svet a otec ju uvádza do sveta dospelých mužov.

V dare spoločne tráveného času dcéry s otcom by mala dcéra dostať poznanie, že mužský svet nie je len miestom agresivity, presadzovania moci, požiadaviek, podmienenej lásky a selektívnej pozornosti. Hoci je svet muža odlišný, inak sa prejavuje ako myslenie a cítenie ženy. Je to aj svet, ktorý sa má komplementárne so svetom ženy v myslí adolescenta dopĺňať. Obidvaja rodičia takto dajú príležitosť okúsiť dospievajúcemu dieťaťu svoje typické ženské alebo mužské partnerstvo.

Separčný proces syna adolescenta má tiež svoje typické charakteristiky. Kontext zblíženia matky so synom sa radikálne líši od vzťahu matky s dcérou. Ide najmä o vyrovnávanie sa s faktom heterosexuálneho vzťahu voči matke, ktorý je rodovo podmienený. Dcéra sa s typickým heterosexuálnym vzťahom (cez zblíženie sa s otcom) vyrovnáva vekovo oveľa zrelšia, čo je pre ňu veľkou výhodou. Syna táto úloha a skúsenosť heterosexuálneho vzťahu (cez zblíženie sa s matkou) čaká hneď na začiatku, čo je náročnejšie na zvládanie a celkovo to predlžuje jeho proces osamostatňovania sa aj hľadania vlastnej identity. V porovnaní so svojimi vrstovníčkami teda chlapec dlhšie zostáva nezrelým, preto aj vývinové úlohy sú u neho posunuté.

Ďalší rozdiel vo vývine dcéry a syna spočíva v tom, že dcéra si prichádza k matke po *zasvätenie do ženského sveta* ako do jej „známeho sveta“. Dcéra sa teda znova vracia akoby do vlastného živlu, ale *syn sa do symbiózy so ženským svetom matky už nikdy nevráti*, pretože to nie je svet jeho identity. Do ženského

⁶ Podľa Trapková, L. Chvála, V.: Rodinná terapie psychosomatických poruch. Praha : Portál, 2004.

sveta svojej matky bude chlapec (ako dospelý muž) prichádzať už len „zvonka“ a stretávať sa s ním vo svojich budúcich partnerkách a priateľkách.

Svet matky pre syna predstavuje miesto, kde sa uspokojujú predovšetkým jeho biologické a psychické potreby. Spôsobom takpovediac automatickým, prístupom známym ako materská láska „bez podmienok“. Hrozí tu však pre mladého dospievajúceho muža jedno možné riziko. Tento svet materskej bezpodmienečnej lásky v období dospievania pre chlapca môže predstavovať tiež svet s lákavým návratom do vývinového obdobia útleho bezstarostného detstva. Takýto adolescent bude vyvíjať iba úsilie o dosiahnutie pôvodného stavu bez vlastnej vôle, pohodlného života bez požiadaviek a spĺňania priani a nárokov aj druhých ľudí. Matka má spravidla často tiež tendenciu syna príliš ochraňovať, kŕmiť, starať sa o jeho pohodlie, ale tým ho aj zdržovať, zvlášť ak jej uniká. Následkom týchto, často nevedomých, chýb sa separácia akosi nepodarí, alebo sa podarí iba čiastočne, čo bude mať vplyv na ďalšie fungovanie dospelého v rodinných vzťahoch.

Celkom osobitný význam pre syna má *prístup otca a jeho typická výchova*. Láska a výchova otca má iný obsah, iný charakter, a to hlavne preto, lebo je podmienená. Pozornosť otca sa musí zaslúžiť, otec z prirodzenosti svojej povahy stanovuje hranice a nastoľuje požiadavky. Otec má dôležitú komplementárnu úlohu (voči úlohám mamy) najmä vo výchove a pri dospievaní syna. Cez rôzne spoločné činnosti ho má učiť vzdorovať nepriaznivým okolnostiam, súperiť, zápasiť o dobrý výsledok napríklad v športe, dobývať svoju pozíciu v hierarchii sociálnej skupiny, alebo pomôcť nachádzať rôzne spôsoby, ako sa s problémami vyrovnávať a ich vyriešiť. Kým v zblížení matky so synom dominovalo rozprávanie, rozhovor, jazyk, u otca to je čin, spoločná aktivita.

Syn má možnosť s otcom objaviť svet, ktorý je vlastný len mužom. Ten je niekedy v porovnaní so svetom matky menej pohodlný, dobrodružný a náročný na sebaaprekonávanie, často motivovaný k pohybu a experimentovaniu. Avšak aj citlivé zváženie a nepreťažovanie syna prehnanými nárokmi, naháňaním výsledkov a viditeľných úspechov by malo byť tiež niečím celkom prirodzeným v prístupe otca.

Mužská rozhodnosť a pevnosť je životodarná, pokiaľ sa nestane svojvôľou otca. Pri separačnom procese syna je v prístupe otca dôležitým príspevkom, ak dokáže znížiť v synovi pudové napätie medzi ním a matkou. Aktivity otca majú aj ten cieľ, aby sa syn dokázal od matky zdravo odpútať. Aby si vedel svoj nazhromaždený potenciál energie a fantázie rozložiť, dobre využiť a aby mu aj neskôr slúžil na budovanie jeho osobnej integrity. Vzťah otca so synom sa má pretaviť vnútorne, postojmi, ale takými prostriedkami a formami výchovy, ktoré sú prirodzené a typické mužom. Takto si syn plasticky rozšíri svoj pohľad na svet a život v ňom z rôznych strán.

Kde sa však otec svojej roly neujme, bude záležať len od vnútorných síl samotného dieťaťa, či danú vývinovú úlohu zvládne aj bez opory otca. Postavu, pozíciu otca môže prípadne nahradiť ešte iná mužská osoba, ktorá pomôže mladíkovi osobnostne harmonicky vyzrieť.

Matka i otec teda ponúkajú dospievajúcim deťom rozdielne rolové vzory. Adolescent pre svoj zdravý psychický vývin, pre svoj budúci život, na úspešné zavŕšenie svojho osamostatnenia, začatie autentického a samostatného života a na prebratie zodpovednosti zaň potrebuje zažiť, poznať a oprieť sa o príklad oboch rol rodičov.⁷

⁷ Spracované podľa Potočárová, M.: Pedagogika rodiny. Bratislava : Univerzita Komenského, 2008, s. 186-194.