

## Proč děti zlobí

Proč děti zlobí? Mají k tomu nějaký důvod? Co to vlastně je zlobení? A dokážete si vůbec představit dítě, které vůbec nikdy nezazlobí? Toto byly otázky na mé nedávné přednášce pro pěstouny. Měly myšlenkově naladit účastníky na téma: Jak zvládat problematické chování dětí. Problematickým chováním se zjednodušeně myslí to, co běžně označujeme jako zlobení, tedy takové chování, které je nežádoucí a je potřeba na něj ze strany dospělého nějak výchovně zapůsobit.

Zlobení je něco, na co si my dospělí tolik stěžujeme. Zlobení dětí nás zkrátka zlobí. Někdy nás rozcílí, někdy dokážeme zachovat klid a někdy nás přivádí k bezmocnosti a zoufalství. Každopádně nás stojí energií a často i úsilí, kdy se snažíme zlobení dětí nějak napravit, ovlivnit, minimalizovat.

Když někomu při společenské konverzaci řeknu, že pracuju jako dětská psycholožka, setkám se často s reakcí: „To musí být náročné dneska s těmi dětmi!“ Ano, děti je potřeba vychovávat. To, na co reagujeme výchovnými prostředky, je často právě ono zlobení. Tato věta je však konverzačním klišé již od nepaměti. Vždy si dospělí stěžovali na to, že děti zlobí. Je to takové vděčné téma jako počasí. Pojďme si ale také říct, že je to poněkud povrchní nazírání. Já často na takové klišé odpovídám, že děti jsou takové, jaká je společnost. A já je dnešní doba a společnost? Je hektická, uspěchaná, hledí na zisk a majetek. Je odlidštěná. Lidé tráví spoustu času na virtuálním prostoru, jejich komunikace se omezuje na heslovité a zkratkovité vzkazy. Ano, jistě jsou výjimky a mnozí dospělí mají nadhled a uvědomují si rizika neustálého zrychlování životního tempa a riziko zdokonalování digitálních medií na mezilidskou komunikaci a vztahy. Avšak, jaký obraz společnosti vidí děti? Narůstá stále počet dětí s poruchami pozornosti, poruchami učení, poruchami chování. Můžou za to ale právě děti, anebo se jim to zkrátka děje tím, do jaké doby se narodily?

Děti vždycky byly a stále jsou jako houby, které nasakují zkušenosti a tyto zkušenosti je buď posílí, nebo utlumí, buď jim přinesou věci pozitivní pro jejich další vývoj, nebo ne. Za to, co nasakují, jsme ale zodpovědní my dospělí. Dítě se nejprve rozkoukává a „nasává“ ve své rodině a posléze se začíná stále více rozkoukávat a „nasávat“ mimo svou rodinu, v širší společnosti.

Když si položíme velmi školometskou hypotetickou otázku, zda je vůbec možné, aby dítě nikdy nezazlobilo, nikdy se nepatříčně neprojevovalo, vždy by samo od sebe vědělo, jak se správně chovat, nebo i vždy ihned uposlechlo, dospějeme k odpovědi, že to jednak možné není a jednak by něco takového bylo nežádoucí. Takové dítě by jistě nebylo v pořádku. Chyběla by mu, kromě jiného, spontaneita. Chybělo by mu toho víc, ale chci poukázat na to, že by nás takové dítě ani netěšilo. Nepotřebovalo by nás, nepotřebovalo by naše zkušenosti, které bychom mu chtěli předat, nepotřebovalo by naše vedení, nepotřebovalo by vztah s námi. A výchova se děje právě ve vztahu mezi rodičem/pěstounem/vychovatelem a dítětem. Kvalita vztahu je důležitější než styl výchovy, který zvolíte. Pokud jste si jisti pevností pouta a vztahu mezi vámi a vašim dítětem, můžete si být jisti i tím, že vaše dítě nepoškodí vaše občasné vybočení, rozhněvání se, selhání, zapomenutí ... zkrátka to, co se nám jako lidem stává. Váš vztah tato malá selhání vydrží. Nemusíte být dokonalí rodiče, ani si to nemusíte dávat za úkol. Zkrátka buďte rodiče, kteří se svými dětmi zažívají vztah. A na každém vztahu je třeba pracovat.

Výchovou dětí si lidé lámou hlavu od úsvitu civilizace. Vždy se společnost zabývala tím, jak nejlépe svoje potomky vychovat. V moderní době jsme svědky střídání několika stylů výchovy. Generace

našich babiček, rodičů, ale i my, kdo jsme zažili ještě dobu socialistickou, především socialistické školství víme, že názor dítěte neměl moc velkou váhu. Neočekávalo se od nich, že by mohli být zapojeni do nějakého rozhodování. Očekávalo se od nich, že ve všem budou poslouchat a budou se snažit dostat toho, co se od nich očekává. Na nějaké individuální potřeby se příliš nehledělo. Stejně tak jako museli mít ve škole všichni stejný cvičební úbor a stejně obalený a nalinkovaný sešity, tak se i očekávalo, že dítě i mimo školu zaujme roli toho, kdo zatím názor nemá, koho se moc nikdo na nic neptá, kdo má zkrátka dělat to, co se po něm chce. Vybočení z řady a projevení vlastní osobnosti bylo spíše nežádoucí. Zjednodušeně tu popisuji autokratický styl výchovy. Její důraznější podobu zažili asi naši prarodiče, rodiče. Tato výchova byla zaměřena na chybu, provinění a následný trest. Více než na pochvalu za žádoucí chování byl kladen důraz na potrestání prohřešku. Dospělý při tomto výchovném stylu uplatňuje svou moc, je přesvědčen, že on má pravdu a on ví, jak mají věci být. Mnoho zdravých a inteligentních dětí jistě tento výchovný styl zvládlo a jako dospělí byli v životě úspěšní. Nicméně mnozí prožívali dětství ve strachu z toho, co přijde a mnohdy ani nebylo v jejich silách mít situaci pod kontrolou tak, aby se trestu vyhnuly.

Změna společenských poměrů v devadesátých letech přinesla i změnu v nahlížení na výchovu dětí. Generace rodičů, které zažívaly ve školních lavicích strach, jestli si správně udělaly okraje v sešitech, nebo si podtrhli červeně ten správný nadpis, nechtěli, aby toto zažívaly i jejich děti. Dítě bylo postaveno na piedestal jako malá osobnost, které se má dát prostor k tomu, aby se mohlo svobodně vyjádřit. Jakékoliv výchovné vedení bylo považováno za invazivní v rámci vývoje dítěte a jeho případné fatální následky na rozvoj osobnosti dítěte byly příliš zveličovány a přeceňovány. Toto je takzvaný liberální styl výchovy. Vychovatel věří, že dítě samo ví, co potřebuje a samo si o to ve správný čas řekne. Dospělý dítěti umetá cestu před případnou nepohodou. Pokud dítě zažívá nepohodu, dospělý jako vychovatel cítí selhání. Jestliže je tato výchova důsledně uplatňována, je jejím výsledkem jedinec, který nedokáže v dospělosti obstát jako samostatná, soběstačná bytost s uspokojivými mezilidskými vztahy. Tím, že se mu nedostalo vedení, se nenaučil rozeznávat a respektovat hranice chování, nenaučil se respektovat druhé a jejich zájmy.

Za zlatou střední cestu lze považovat tzv. výchovu demokratickou. Tato výchova uznává dítě jako bytost, která se potřebuje projevit a být vyslyšena a zároveň uznává dospělého jako toho, kdo má dítěti ukazovat, jak to funguje, kde jsou hranice, které nelze překročit a jaké mohou být důsledky jeho jednání. Dospělý je tu jako někdo, kdo má dítě provázet. Je to výchova, která klade důraz na následky jednání ať už v negativním, ale i pozitivním slova smyslu, a které vede dítě k tomu, aby si samo volilo své jednání podle jeho důsledků a neslo za své rozhodnutí zodpovědnost, a to vždy samozřejmě vzhledem k věku dítěte. Dospělý vymezuje prostor, ve kterém se toto odehrává. Dítě zažívá, že je respektováno, což mimochodem neznamená, že je mu vždy vyhověno, ale že jeho názor je brán v potaz, a zažívá také, že i druhé je třeba respektovat. Tento styl výchovy je pro dospělého nejnáročnější, ale zároveň si myslím, že právě tato výchova stojí na dobrém vztahu. Reciproční vřelý emoční vztah mezi rodičem a dítětem napomáhá dobrému průběhu tohoto výchovného stylu.

Vraťme se ale zpátky k tomu, na co má výchova vlastně působit, k tomu, co běžně nazýváme zlobením. Zlobit mohou děti z různých důvodů: z nějaké své potřeby, nebo se jim něčeho nedostává, nebo potřebují se svým chováním experimentovat. Každopádně je jejich chování, tedy i způsoby zlobení, závislé na jejich věku. Miminko pláče, protože je to jeho jediná možnost, jak dát najevo svou nepohodu. Dítě ve věku kolem tří let se často vzteká a vzdoruje. Objevilo právě, že může něco chtít a nejen chtít, může to i vyžadovat. Potřebuje se naučit prosadit, ale potřebuje i zkušenost, že ne vždy je mu vyhověno. Jedná se o důležité období vzdoru, které je pro dospělé náročné a vyžaduje hodně trpělivosti. Dítě ale právě objevilo svou vůli a učí se s ní nakládat. Podobně náročné je období puberty, kdy se dospívající hledá a potřebuje se prosadit a vymezit vůči dospělým.

Motivy problematického chování je obtížné pojmenovat, nebo pochopit. Rodiče často při konzultacích říkají: „Já se ho ptám, proč jsi to udělal, ale on mi nic neřekne.“ I my dospělí často nechápeme

motivů svého vlastního jednání a chceme po dětech, aby to chápaly ony a ještě to uměly říct? To je velmi složité. Teorie Rudolfa Dreikurse, která našla své uplatnění při vzdělávání i při výchově se snaží vysvětlit problematické chování pomocí náhradního cíle chování. Pokud dítě nemůže dosáhnout svého cíle běžným způsobem, volí si náhradní cíl a k němu směřující chování. Tím cílem se považuje stav psychické pohody, která stojí podle této teorie na čtyřech hlavních bodech: dítě se musí cítit být součástí vztahů, musí zažívat, že je schopné vykonávat některé činnosti, musí zažívat, že je pro ostatní důležité a musí také zažívat, že může chybovat. Jinými slovy dítě je spokojené, pokud zažívá, že někam patří, má tam své místo, že je pro ostatní důležité, že dospělým záleží na tom, jak se má, jak se cítí, že jim záleží na jeho blahu. Cítí se spokojené, pokud jej druzí uznávají jako schopného něco vykonat, něco dosáhnout a cítí se bezpečně, pokud ví, že si může dovolit i chybovat.

Pokud toto dítě zažívá, nemá potřebu volit si náhradní cíl svého chování. Když tomu tak ale není a dítě vnímá a zažívá, že nikoho příliš nezajímá, jestli je zklamané, smutné, nebo naopak i veselé, pokud se mu říká, že nic neumí a nic z něho nebude, pokud zažívá, že je pokaždé někdo, nebo něco důležitější než ono, než jeho potřeby, pak se snaží dosáhnout své spokojenosti jinak a volí náhradní cíle chování. Těmito náhradními cíli jsou podle Dreikurse upoutání pozornosti, získání moci, pomsta a vyhnutí se neúspěchu. Je to pochopitelné, pokud jsme v něčem frustrováni, snažíme se frustraci překonat a využíváme k tomu prostředků, které jsou k dispozici. Dítě v takové situaci nemá k dispozici adekvátní prostředky a snaha o dosažení adekvátních cílů selhala, volí proto cíle neadekvátní a neadekvátní způsoby chování k nim směřující. Jestliže se dítěti nedostává dostatek pozornosti, začne si pozornost vynucovat, a to mnohdy rušivým chováním, šaškováním, skákáním do řeči, předváděním se. Bohužel i negativní pozornost se tu stává cílem. Dítě dosáhne svého cíle, i když bude okřikováno, kritizováno, trestáno, neboť tím právě pozornosti dostalo. Dítě, které je často ponižováno, zesměšňováno, zraňováno se bude snažit dosáhnout moci, kontroly nad situací, nebo pomsty. Takové dítě se může projevat vztekem, verbální agresí, nerespektováním autorit a hranic chování, rizikovým chováním (např. zneužívání návykových látek apod.) Dítě, které zažívalo opakovaně pocit selhání, neúspěch a následnou kritiku se bude snažit vyhnout se neúspěchu. Toto dítě bude netečné, neochotné zapojovat se do činností, může být pasivní, plačtivé.

Dreikursova teorie nám ukazuje, že projevy chování, na které my jako dospělí výchovně reagujeme typu: *Nech toho, Přestaň, No, to se ti zase povedlo, Nebud' drzý ...* mohou mít poměrně složitý psychologický motiv. Jejich příčinou často není jednorázová záležitost, nebo situace, ale mnohdy jsou již součástí celého nastaveného mechanismu. Naše výchovné okřikování má možná efekt krátkodobý v daném okamžiku, ale dlouhodobě působit nemůže.

Pokud nás opravdu zajímá, proč děti zlobí, neptejme se jich na to a nechtějme po nich, aby nám to vysvětlily. Nehodnoťme ihned a nesudme. Ptejme se sami sebe, co se dítěti nedostává, proč má potřebu reagovat tak, jak reaguje. Podle demokratického výchovného přístupu vyžadujeme určitě dodržování nastavených hranic chování. Dejme ale také dítěti najevo, že vnímáme jeho potřeby. Sledujme ale i vlastní pocity, které v nás dítě vyvolává. Pokud se cítíme být vyprovokováni, podrážděni, patrně si dítě na nás vynucuje pozornost. Jestliže se cítíme být manipulováni, pocítujeme hněv, pravděpodobně se dítě snaží mít situaci pod kontrolou. V případě, že my cítíme bezmoc, beznaděj nad dítětem, je dost možná, že se dítě snaží o strategii vyhnutí se neúspěchu. Na závěr lze tedy říct, že nejdůležitější při výchově dětí je kvalita našeho vztahu s nimi. Vždy se jedná o vztah reciproční, kdy my působíme na dítě, ale i dítě působí na nás.

**Mgr. Magdalena Steinerová**

[WOMEN FOR WOMEN, o.p.s.](#)

Vlastislavova 152/4  
140 00 Praha 4, Nusle

Tel.: +420 222 269 841

e-mail: [jana.skopova@w4w.cz](mailto:jana.skopova@w4w.cz)

© EPRAVO.CZ - Sbírka zákonů, judikatura, právo | [www.epravo.cz](http://www.epravo.cz)

## Další články:

- [Legal Innovation Day 2026: Praktické využití umělé inteligence v právní praxi](#)
- [Prémiový rezidenční komplex Bakers Court přináší na realitní trh komfortní bydlení s 5\\* službami](#)
- [Festival jako prestižní teambuilding](#)
- [Spojení Generali České a Právní ochrany D.A.S. přináší první výhodu: navýšení pojistného limitu na 5 milionů](#)
- [Kultura jako prestižní benefit: Proč by právní firmy měly sázet na „inteligentní zážitky“? Rozhovor s JUDr. Martinou Jankovskou](#)
- [Wolters Kluwer uvádí na český trh AI právní pracovní prostor Libra s integrovaným obsahem ASPI](#)
- [Jak ušetřit na energiích, aniž byste porušili zákon](#)
- [SLUTO DAŇOVÁ & ÚČETNÍ firma roku 2025: Kdo se letos zařadil mezi špičky oboru?](#)
- [Novela stavebního zákona, transparentní odměňování a AI v právní praxi: zveme na odborné konference Wolters Kluwer](#)
- [Zásady a principy soukromého práva jako základ moderní právní praxe. Proč má studium LLM smysl nejen pro právníky](#)
- [Kmenové listy v s.r.o. - právní rámec, převod a praktické dopady](#)