

2. 2. 2004

Vezměte, prosíme, na vědomí, že text článku odpovídá platné právní úpravě ke dni publikace.

Jaký jste rodič?

Mít rodičovskou moc znamená znát svá práva. Otázka práv je ve vztahu rodičů a dětí obzvlášť důležitá, protože právě v této oblasti vzniká mnoho konfliktů.

V následujícím testu předložíme určitá základní práva rodičů. Při čtení uvažujte o své situaci. Chcete mít tato práva? Je vám některé z nich upíráno? Pokud ano, kdo vám ho upírá?

Právo být sám sebou

To je jedno ze základních práv. Je důležité, protože rodiče i dospívající děti mohou ztrácet mnoho času snahou změnit jeden druhého podle svých představ. Rodiče chtějí mít chytré, zdvořilé, zodpovědné a spolupracující dítě – a dítě chce velkorysé, tolerantní rodiče, kteří se mu moc nepletou do života a jsou vždycky připraveni mu pomoci. Žádný z těchto „dokonalých“ modelů u lidí nenajdeme.

Právo na úctu druhých

To je právo na to, aby s námi druzí jednali jako s inteligentními, schopnými a hodnotnými lidskými bytostmi. To je jedno z práv, které někdy snadněji prosazujeme pro sebe než pro druhé. Když všechno klapne, je snadné brát ohled na potřeby druhých lidí, ve stresu však je obtížné jednat s úctou se sebou samotným, natož pak s ostatními. Možná pro vás jako pro rodiče bude obtížné vážit si něčeho na dospívajícím dítěti, které je podle vás na cestě k záhubě; stejně tak pro děti je obtížné vážit si rodičů, jimž podle názoru dětí chybí jen krůček ke stařecké senilitě.

Právo vyjádřit své pocity

Možná si natolik zvyknete, že s vámi vaše dospívající děti jednají, jako byste neměli žádné pocity, až tomu začnete věřit. Abychom dokázali přistupovat k výchovným problémům s rodičovskou mocí, musí nás děti vidět jako „skutečné lidi“, ne jako symbol autority. Vaše pocity jsou důležitou součástí vašich reakcí vůči světu – činí z vás „skutečného člověka“. Jakmile své pocity rozpoznáte a přijmete, neskryvejte a nepotlačujte své emoce, ale dejte je jasně najevo.

Právo vyjádřit své myšlenky

Sem patří i právo stát si za svými názory, i když nejsou populární. Teenageři obvykle umějí být v řeči velmi pohotoví a mají chytře vymyšlené argumenty a rodiče se někdy dají lehce zastrašit a začnou si

myslet, že názory jejich dětí jsou lepší a „správnější“ než jejich vlastní. Pravděpodobně budete mít jiné názory než vaše děti, to však neznamená, že jsou horší nebo lepší.

Právo svobodně se rozhodovat

Toto právo zahrnuje i právo rozhodnout se, kdy řeknete „ano“ a kdy „ne“. Uplatníte je, když jste zvážili možná řešení při respektování jak potřeb dítěte, tak potřeb svých. Ve snaze být dobrými rodiči, kteří svému dítěti neupírají nic z jeho potřeb, jste možná uvěřili falešné domněnce, že by vaše děti měly mít všechno, co chtějí.

Právo mýlit se

Většina z nás je velmi tolerantní, pokud jde o chyby jiných lidí. „Vždyť je ještě velmi mladá“, říkáme nebo „Však se snažil, jak nejlépe uměl. Příště se mu to určitě povede“, nebo „Prostě jim nějak nedošlo, co dělají“. Na druhé straně – na sebe umíme být velmi tvrdí. Zvláště rodiče jsou často přesvědčeni, že svým dětem musí být dokonalým příkladem. Je třeba, abyste pochopili, že když uděláte něco špatného nebo hloupého, neznamená to, že jste špatní nebo hloupí nebo nemožní.

Právo vyslovit svá přání

Máte absolutní právo požádat kohokoli o cokoli, ovšem nemáte právo to dostat! Ten, koho požádáte, má právo rozhodnout, zda vám dá všechno, něco nebo nic.

Právo nepochopit

Dospívajícím dětem je někdy těžké porozumět. Na první pohled je jasné, že jejich žebříček hodnot se od toho našeho liší, upozorňují na sebe svým chováním, dokonce i jejich řeč je někdy těžko pochopitelná. Jste-li schopen říct: „Nerozumím, proč jsi...“, nedělá to z vás hlupáka.

Právo změnit rozhodnutí

Teenageři nás velmi důmyslně dokážou přimět k rychlému rozhodnutí. Pro nedostatek času, informací a kvůli špatnému rozmyšlení pak možná uděláte rozhodnutí, kterého později litujete. Máte právo své rozhodnutí změnit – nemusíte se držet těch rozhodnutí, jichž litujete. Můžete říct: „Souhlasil jsem s tím..., ale teď jsem se rozhodl jinak, protože...“.

Právo být nezávislý na souhlasu okolí

Toto právo je dalším základním článkem rodičovských práv. Potřeba souhlasu okolí je jedním z nejhlavnějších faktorů v neasertivním jednání. V dětství jsme si zvykli přijímat od rodičů odměny za „dobré chování“. „Jsi moc hodná holčička“; „Tatínek bude mít radost, když mu pomůžeš“; „Babička tě má ráda, když jsi zdvořilá“; atd. Rychle jsme pochopili, že když se budeme chovat tak, jak se to líbí dospělým, dostane se nám od nich láskyplného přijetí. Tak se může stát, že se cítíme dobře jen tehdy, když druzí lidé, mezi nimi i naše děti, schvalují naše jednání.

Kromě těchto základních práv vás možná napadnou další, kterou pro vás důležitá.

Cvičení

Přestaňte na chvíli číst a přemýšlejte, jaká práva vám vaše dospívající dítě upírá. Napište si seznam práv, jejichž respektování by umožnilo, aby váš vztah byl rovnoprávnější. Následuje několik příkladů, které v tomto cvičení napsali jiní rodiče:

1. právo na vztah s partnerem a přáteli
2. právo na prostor a čas pro sebe
3. právo na slušné jednání
4. právo vědět, kdo chodí do mého bytu, a rozhodnout, zda ho tam chci nebo ne
5. právo na slušné zacházení s mým majetkem
6. právo na odpověď
7. právo na dodržování dohod
8. právo na trochu klidu a ticha

Až seznam sepíšete, zkuste si ho nahlas přečíst a všimněte si, jaký z toho máte pocit. Položte si otázku: „Kdo mi tato právo může poskytnout?“ A zkuste odpovědět: „Poskytnu si je sám, protože mi náleží.“

Asertivní rodiče akceptují skutečnost, že každý má své potřeby, přání a pocity, a i když jsou třeba odlišné, každý člověk má právo je vyjádřit. Ovšem právě proto, že se potřeby a přání jednotlivých lidí liší, nemají lidé samozřejmě právo na uspokojení všech svých požadavků. Společný život vyžaduje určité vyjednávání, pokud mají být alespoň některé potřeby uspokojeny. Být asertivní ve vztazích znamená být rozumný v tom, co od druhého očekávám.

Myšlenky rodičovské moci úzce souvisí s asertivitou. Osobní moc má kořeny v úctě k sobě samému. Jste-li asertivní rodič, nebudete ve svém mínění o sobě závislí na tom, co si o vás myslí vaše dítě. Když přijmete své kladné i záporné vlastnosti, lépe pochopíte i vlastnosti svého dítěte. Nebudete mít potřebu ponižovat jako agresivní lidé. Uvěříte, že umíte rozpoznat, co potřebujete, a že umíte o to otevřeně požádat. Budete-li odmítnuti, což se vám čas od času stane, nebudete mít pocit totálního zavržení. Budete se snažit dosáhnout v každém konfliktu rozumného řešení, ale nebudete se cítit jako budižkničemu, pokud to nedopadne tak, jak jste chtěli. Budete respektovat práva svá i práva svých dětí.

Ukázka je z knihy Jak přežít dospívání svých dětí, kterou vydal Portál a koupíte ji [zde](#).

Zdroj: www.rodina.cz