JIHOČESKÁ UNIVERZITA V ČESKÝCH BUDĚJOVICÍCH

Pedagogická fakulta

Katedra pedagogiky a psychologie

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Rodičovské vnímání problémových situací s dětmi ve vztahu k sebeobrazu a zvládání zátěže jejich dětí

Vedoucí práce: Mgr. Zuzana Štefánková

Knihovna JU - PF



Autor práce: Pavla Novotná

Studijní obor: ČJ-OV/ZŠ

Ročník: 5. ročník

2006

DP 10815
JIHOČESKÁ UNIVERZITA
V ČESKÝCH BUDĚJOVICÍCH
PEDAGOGICKÁ FAKULTA
ÚSTŘEDNÍ KNIHOVNA -8-
Husova 458, 370 05 České Budějovice

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně s využitím uvedených pramenů a literatury.

Pavla Rozcelná

.....

Děkuji vedoucí diplomové práce Mgr. Zuzaně Štefánkové za cenné rady, připomínky a metodické vedení práce. Za spolupráci děkuji i žákům ZŠ Habry a jejich rodičům.

ANOTACE

V diplomové práci vycházíme z poznatků některých psychologických výzkumu, které se týkají zvládání zátěže u dospívajících dětí. Zjišťujeme jaké strategie zvládání děti v období dospívání nejvíce preferují. Zaměřujeme se také na zkoumání souvislostí mezi zvládáním zátěže žáků a tím, jak rodiče žáka vnímají problémy se svým dítětem. Budeme zjišťovat, které oblasti považují rodiče u svého dítěte za problematické, a zda se dokáží do svého dítěte vžít. Významným bodem je také porovnání rodičovského a dětského vnímání daných problémových situací zaměřující se na konflikty dospívajících dětí s jejich rodiči. V teoretické části diplomové práce je přiblížena problematika zvládání zátěže, vývoje sebeobrazu a rodinných vztahů dětí dané věkové kategorie – staršího školního věku.

ANNOTATION

According the results of particular psychological research we find out the strategies which the pupils in the secondary school prefer in dealing with emotional burdens. This is the characteristic age of children which we are interested in. We are concentrated on examining connection between pupil´s dealing with the burdens and own solving of the problems. Also the main task is find out if the parent´s strategies are similar to children´s one. Moreover if the parents are able to step in children´s feet. After that we try finding out the opinions of parents about the stresfull circumstances of children. The main point of the diploma work is comparison between parental and children perception of arised problematic situations concerning discords between each other. In the theoretical part of this diploma work it is main task to approach dealing with the burdens, course of evolution in self- picture and finally the family background with relationships between the children in age of the secondary school and their parents.

OBSAH

ÚVOD 7

1. STARŠÍ ŠKOLNÍ VĚK 8
   1. 1 Obecná charakteristika věkové skupiny 8
   1. 2 Identita 9
   1. 3 Socializace 10
   1. 4 Kognitivní změny 11
   1. 5 Emocionalita 12

2. SEBEPOJETÍ 14
   2. 1 Co je to sebepojetí neboli sebeobraz 14
   2. 2 Základní rysy a vývoj sebepojetí 15

3. ZÁTĚŽ A JEJÍ ZVLÁDÁNÍ 17
   3. 1 Zátěž a dospívající děti 17
   3. 2 Jak dítě reaguje na zátěž 18
   3. 3 Teorie copingu 19
   3. 4 Způsoby zvládání zátěže 21

4. VZTAHY MEZI RODIČI A DĚTMI 26
   4. 1 Rodina 26
   4. 2 Spory mezi rodiči a dětmi 28
   4. 3 Jak rodiče vnímají dospívání svých dětí 30

5. PRAKTICKÁ ČÁST 34
   5. 1 Uvedení do problematiky 34
   5. 2 Cíl práce 35
   5. 3 Stanovení výzkumných otázek 36

6. METODIKA A POPIS VÝZKUMNÉHO VZORKU 37
   6. 1 Použité metody a techniky 37
   6. 2 Charakteristika výzkumného vzorku 39

7. VÝSLEDKY ŠETŘENÍ 40
   7. 1 Popisná část 40
      7. 1. 1 Zpracované údaje z dotazníku CCSC 40
      7. 1. 2 Zpracované údaje z dotazníku nedokončených vět 41
   7. 2 Hledání souvislostí mezi údaji z dotazníku CCSC a dotazníku nedokončených vět 63

8. FORMULACE VÝSLEDKŮ A DISKUSE 84

9. ZÁVĚR PRAKTICKÉ ČÁSTI 87

ZÁVĚR 88

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY 89

PŘÍLOHY 91

Seznam příloh 91

ÚVOD

Impulzem pro výběr tématu mé diplomové práce byla kniha týkající se nejčastějších konfliktů mezi dospívajícími dětmi a jejich rodiči. Toto vývojové období mě zajímá také z důvodu, že studuji učitelství pro druhý stupeň základní školy. V období dospívání dochází ke konfliktům mezi dětmi a jejich rodiči daleko častěji než v mladším školním věku. Takové konfliktní situace děti určitým způsobem zatěžují a oni se je snaží zvládat. O tom, jaké strategie zvládání používají, a zda zvolené strategie souvisí s řešením problému pojednává praktická část této práce. Důležitým bodem praktické části je i posouzení rodičovského vnímání problémů svých dětí. Také se zaměřím na porovnání pohledů dvou rozdílných generací, což nám umožní odpovědět si na otázku, zda se rodiče dokáží vcítit do svých dětí a odhadnout, co je trápí, co je jim nepříjemné.

Dříve než přistoupím k popisu mého výzkumného šetření prováděného mezi žáky sedmých a osmých tříd základní školy, v teoretické části se seznámíme s nejpodstatnějšími oblastmi, které se týkají tématu. Nejdříve bude charakterizována věková kategorie staršího školního věku. Krátce se budu věnovat vývoji sebeobrazu, který měl být rovněž součástí šetření, ale z hlediska nevyužitelnosti dotazníku zjišťující úroveň sebepojetí, bylo od této části výzkumného šetření upuštěno. Rozsáhlejší je kapitola věnující se problematice zvládání zátěže, ta byla pro moji práci klíčová. Poslední teoretickou kapitolu věnuji vztahům mezi rodiči a dětmi v období puberty.

Výzkumům zvládání zátěže u dětí staršího školního věku je v oblasti psychologie věnována stále větší pozornost. Výzkumným šetřením v praktické části nezjišťuji pouze nejčastěji používané strategie zvládání u dospívajících dětí, ale pokouším se také hledat souvislost mezi používanými strategiemi a řešením problémů vyplívajících ze soužití dětí a rodičů. K těmto účelům jsem použila dva dotazníky (dotazník CCSC, dotazník nedokončených vět), jejichž propojením se pokusím zjistit, zda nějaká souvislost existuje a navíc mohu porovnat dětské a rodičovské vnímání problémové situace.

Myslím si, že téma této práce je zajímavé a výsledky šetření v rámci výzkumného vzorku stojí za uvažování o pokračování v dalších výzkumných šetření.

1. STARŠÍ ŠKOLNÍ VĚK

1. 1 Obecná charakteristika věkové kategorie

Při zjišťovaní rodičovského vnímaní problémových situací mezi nimi a jejich dětmi jsem se v praktické části diplomové práci zaměřila na ukázání rozdílného pohledu obou stran. Cílem je zjistit, jaké situace považují rodiče pro své děti zatěžující. Jelikož se šetření zúčastnili rodiče, jejichž děti jsou žáky druhého stupně základní školy, bude v následujících řádcích blíže charakterizováno období staršího školního věku.

Starší školní věk je dobou dospívání. Zahrnuje prepubertu i pubertu a průměrně trvá od 11 do 15 let. Dospívání je období velice zvláštní, dochází k mnoha změnám v oblasti fyzické i duševní. Dost nápadné jsou především změny tělesné. Mění se celková podoba dítěte, které přestává působit dětsky. U každého jedince je tento vývoj jedinečný, jedná se o individuální záležitost. Tělesné změny probíhají velmi rychle, což se projevuje ve snížené odolnosti nebo menší tělesné výkonnosti. Není divu, že dospívající dítě se snáze unaví. Menší odolnost k zátěžím se netýká jen tělesných funkcí, ale také psychiky jedince, jelikož tyto dvě složky organismu na sebe působí navzájem. Díky velkým vývojovým změnám je psychika dospívajícího charakterizována emoční labilitou. Dospívající dítě často střídá nálady, od flegmatického nevnímání až po výbušné hádky. Nikdy nemůžeme odhadnout, jakým způsobem dospívající právě zareaguje.

Další důležitý bod ve vývoji dítěte jsou vztahy ke svým blízkým. V tomto životním období se začíná zvětšovat především vazba na své vrstevníky na úkor dříve stabilního vztahu k rodičům. „Podle Eriksona je dospívání označeno jako období hledání a vytváření vlastní identity.“[1] Puberta je důležitý mezník v životě každého člověka a tělesné proměny s ní spojené jsou výrazným zdrojem sebehodnocení. Hlavním cílem je především příprava na dospělost. Proměny nenastávají jen v oblasti tělesné, ale také v oblasti prožívání, kognitivní a sociální.

Proměna prožívání je velmi výrazná. U pubescentů je velmi častá určitá emoční rozkolísanost i na některé méně intenzivní podněty. Výjimkou není ani to, že ztrácí sebeovládání. Své osobní pocity pubescent chápe jako velmi intimní, což vede k jeho uzavřenosti a tajnůstkářství. Jedinec si v tomto období nevěří, a to způsobuje jeho osobní nejistotu. Nejlepším obranným mechanismem pubescentů je únik do světa fantazie, kde nejsou součástí reálného světa a mohou tak zkoušet různé životní role. V celkovém se-

[1] VÁGNEROVÁ, M.: Základy psychologie. Univerzita Karlova v Praze: Karolinum, 2004, s. 262

behodnocení má značný význam vzhled dopívajícího. Jelikož svou podobu prezentujeme okolí, je tedy součástí naší identity a tu pubescent v tomto období hledá.

Starší školní věk s sebou přináší řadu změn, které kladou vyšší nároky na pubescenta samotného, ale i na jeho okolí, především na rodiče. Vůči rodičům bývá pubescent čím dál více uzavřenější, je daleko více impulzivní, vztahovačný a rodiče často neodhadnou, jak na určité podněty zareaguje.

Co se týče sebehodnocení, pubescenti se začínají spoléhat především na sebe samotné. Začínají se ptát sami sebe, kým vlastně jsou a posuzují sami sebe velmi kriticky. Jiným typickým znakem je pubescentova nepřekonatelnost a výjimečnost. Pravda je vždy pouze na jeho straně, přistoupit na nějakou dohodu nebo kompromis to není nic pro něj. Názor dospívajícího je vždy správný a nezpochybnitelný, což často vede ke sporům s dospělými. Díky tomuto aspektu není komunikace mezi pubescenty a dospělými jednoduchá. To se projevuje hlavně ve vtahu dětí a rodičů. Rodiče jsou si vědomi, že v tomto vývojovém období budou se svými dětmi jen těžko komunikovat, natož se s nimi ve všech názorech shodovat. Rodiče v tomto směru projevují málo pochopení a jejich velké prosazovaní rodičovské autority je většinou zbytečné a ze strany dětí obtěžující. Pro děti v tomto věku není už nejdůležitější autoritou rodič či učitel, ale především skupina vrstevníků, která poskytuje řadě pubescentů podporu jejich neúplné identity.

„Dospívání je pokládáno za období vývojové krize a za období pohlavního a duševního dozrávání.“[2] V životě dospívajících dochází k mnoha změnám v osobnostním vývoji. Nyní ty nejdůležitější popíši – jde o změny v oblasti identity, socializace, kognitivních změn a emocionality.

1. 2 Identita

Identita člověka je spojována s jeho totožností a vlastním sebeuvědoměním. V období dospívání se identita teprve utváří. Je zde patrná snaha o hlubší a větší sebepoznání. Sebepojetí bývá v tomto období proměnlivé a nejasné. Osobní identita se vyvíjí postupně, probíhá jako proces individuace, dítě se stává sebou samým.

Ani biologické a dušení změny pro pubertu velmi aktuální a typické nestojí stranou. Jsou příčinou toho, že pubescent se začne více zabývat svou osobou, sám sebou. Ale díky emoční rozkolísanosti je sebepoznání značně komplikováno. Jedinec začne pozo-

[2] NAKONEČNÝ, M.: Úvod do psychologie. Praha: Academia, 2003. s. 387

rovat víc sám sebe a zkoumat vlastní duševní stavy a pochody. Tomuto jevu se odborně říká introspekce. Pubescent si přeje dosáhnout určitého ideálu, který obsahuje i výkonové charakteristiky a představu své budoucí sociálně-profesní role. Ta většinou vyplyne z míry identifikace s rodinou a jejími hodnotami.

1. 3 Socializace

Socializace probíhá v období staršího školního věku nápadně. Tato nápadnost je ovlivněná individualitou jednice a jeho závislostí na somatických změnách, na proměně osobnosti i na všech sociálních účincích jednotlivých prostředích, ve kterých dospívající žije. Na jedné straně se dospívající jedinec začíná osamostatňovat ve vztahu k rodině a na straně druhé začíná vytvářet nové sociální vztahy a role, které už nejsou spjaty pouze s rodinnými příslušníky. I když se dítě začne osamostatňovat, nesmí ztratit jistotu a bezpečí rodinného zázemí. Dítě se totiž může začít osamostatňovat teprve tehdy, pokud jsou vztahy v rodině stabilní a dítě cítí spolehlivé citové zázemí.

Socializace pubescenta je tedy ovlivněna především novým rozsahem jeho působnosti. Tato nová kompetence se projevuje i ve způsobu zpracování jednotlivých sociálních vlivů. V tomto období se mění názory - názory na jiné lidi i na dosavadní sociální role. Pubescent už nechce být ten, který se musí každému podřizovat. Podřízenou roli striktně odmítá. Díky této potřebě adolescentů je ovlivněna jejich komunikace s dospělými, která se stává problematickou.

„Dospívání je obdobím emancipace ze závislosti na rodině, to znamená i z podřízenosti normám a hodnotám světa dospělých.“[3] Začíná se měnit vztah k rodičům. Pubescenti chtějí být co nejvíce samostatní, chtějí se odpoutat od rodiny. Toto odpoutání je považováno za důležitý vývojový mezník. Nedochází zde k narušení vztahu k rodičům, ale k určité modifikaci, tedy k obměně dosavadního vztahu. Dospívající postupně dochází k závěru, že rodiče, které dříve považoval za bezchybné, se mohou také dopustit řady omylů. Nechce být jako oni a snaží se od nich nějakým způsobem odlišit. Pubescent odmítá nekritické přijetí rodičovské autority. Obecně bývají dospívající daleko kritičtější vůči normám starší generace. Z rozporuplného postavení dospívajícího jedince v tomto období plynou různá nedorozumění a problémy. Dospívající se často chápou nepochopeni.

---

[3] VÁGNEROVÁ, M.: Základy psychologie. Univerzita Karlova v Praze: Karolinum, 2004, s. 281

Největší oporou jsou v tomto období pro dospívajícího jedince vrstevníci. Tato opora se projevuje v tom, že poskytuje podporu jeho nedospělé a nehotové identitě. Pubescent přebírá tzv. **skupinovou identitu**. Tato identita však poskytuje pouze přechodnou fázi v rozvoji osobní identity. „Tato přechodná forma umožňuje postupný rozvoj individuální identity, která by nebyla v takové míře určena příslušností k nějaké skupině, ale měla svou vlastní, jedinečnou podobu."[4] Pubescent díky vrstevníkům získává novou jistotu, kterou osamostatněním od rodiny částečně opouští.

Vztahy s vrstevníky mají skupinový či párový charakter. Tyto skupiny vyžadují od svých členů respektování určitých pravidel. Každý člen se cítí ve skupině důležitý a hodnocení skupiny se stává důležitou součástí sebehodnocení dospívajícího. Skupina však může působit i negativně. Ale většinou pouze tam, kde dítěti chybí bezpečné a citově vyrovnané rodinné zázemí. Přesto všechno jsou důvěrné vztahy pro pubertu velice důležité. Začínají vznikat silná přátelství jedinců stejného pohlaví, která někdy trvají až do dospělosti. Dospívající cítí potřebu někomu se svěřit a touží po porozumění. Myslí si, že rodiče budou v tomto ohledu nechápaví a raději se svěří svému nejlepšímu kamarádovi.

1. 4 Kognitivní změny

Dospívající jedinec prochází v tomto období posledním stádiem vývoje myšlení. Vývoj rozumových schopností dosazuje nejvyššího stupně. „J. Piaget nazval toto období stádium formální logických operací."[5] Do tohoto stádia se dítě dostává kolem jedenáctého až dvanáctého roku. Toto stádium trvá přibližně do patnácti let. Žáci v tomto věku jsou už schopni uvažovat čistě hypoteticky, dokáží uvažovat nezávisle na tom, co právě vidí v přítomnosti. Mluvíme zde o tzv. **hypoteticko-deduktivním myšlení**. Adolescent si tak dokáže vytvořit svou hypotézu a nějakým způsobem ji otestovat. Proto už žáci na druhém stupni základní školy dokážou pracovat i s obecnými a abstraktními pojmy. Dospívající už nepotřebují pouhou konkrétní událost či skutečnost, aby byli schopni třídit své myšlenky do systému. Dokáží o problému uvažovat a hledat několik alternativních řešení. O problému přemýšlí obecně a předpokládají možné důsledky řešení.

---

[4] VÁGNEROVÁ, M.: Základy psychologie. Univerzita Karlova v Praze, Karolinum, 2004. s. 263
[5] VÁGNEROVÁ, M.: Kognitivní a sociální psychologie žáka základní školy.Univerzita Karlova v Praze, Karolinum, 2001, s.61

Pubescent umí myslet, jeho práce je tvořivá a pružná, ale jeho myšlení je díky malým zkušenostem stále ještě ukvapené a zbrklé. Zde je nejdůležitější další rozšiřování zkušeností, které budou díky formálním operacím dostatečně zúročeny. Dospívající dítě začíná také hodnotit a kritizovat svět kolem sebe. Začíná srovnávat sebe a svou rodinu s dalšími dětmi a jejich rodiči. To se poté projeví ve větší kritičnosti svým blízkých. Začne s nimi být nespokojen a často kritizuje jejich chování.

Dalším důležitým znakem dospívání je pocit jedince, že je středem pozornosti a že všichni pozorují jen jeho. Vlivem tohoto pocitu adolescenti začnou trávit více času před zrcadlem, začínají přehnaně dbát o svůj vzhled, často se sledují. Veškerou kritiku jejich osoby nesou těžce, jsou na ní velmi citliví, a to především na veřejnosti. Trapasy jsou pro ně noční můrou. Myslí si, že si všichni všímají jen jich samotných a tím si připadají jedineční. Egocentrismus je u nich typický. Nehledají chyby na sobě nebo u svých vrstevníků, ale u autorit. Svoji nespojenost s nějakou autoritou potom dávají jasně a jednoznačně najevo. Velmi často se hádají a argumentují. Orientují se pouze na sebe.

V tomto směru mají dospívající před sebou velké množství možností a cílů. Často se stává, že ani oni sami nevědí, co si vybrat. Nerozhodnost je pro pubescenty typická. Co se týče myšlení, je méně absolutní a více vztahové. Nejdůležitější pro dospívajícího jedince se stávají jeho vlastní prožitky, vztahy a zkušenosti.

1. 5 Emocionalita

Dospívající děti prožívají v období staršího školního věku mnoho důležitých citových zážitků. Zvyšuje se jejich schopnost odlišně reagovat na určité podněty. V prvním stádiu puberty je pro pubescenty typická častá emoční labilita. Často reagují rozladěně až negativně. Postupem času se tyto příznaky mění. Jedinci jsou ve svém uvažování a prožívání stále více stabilnější. Postupně získávají jistotu, že určité věci již zvládnou sami bez pomoci dospělých. Tato jistota ale není typická, častěji se stává, že pubescent začne překračovat běžný rámec reality a přeceňovat své schopnosti. Má pocit, že pro něj není žádná věc překážkou a že vše zvládne. Jeho myšlenky směřují k vizi, že on sám dokáže změnit svět k lepšímu. Typické je zvýšené sebepoznání.

Citové prožívání se v období puberty mění. V období mladšího školního věku je dítě relativně citově vyrovnané. V následujícím období dochází k některým emocionálním výkyvům. Citové prožitky se stávají pro dospívající velmi intenzivní záležitostí. Nejtypičtější je emoční labilita, nálady kolísají od extrému do extrému. Nepředvídatelné

emoční prožitky bývají často bezpředmětné. U dospívajících není výjimkou ani neustálé střídání smutku a veselí. Někdy ani sám dospívající neví, proč se tak chová. Je to dáno dobou dospívání, kdy se citové stavy těžko ovládají.

Extrémní emoce se projevují v několika stále se opakujících projevech. Mezi takové projevy patří naprostá euforie neboli přehnaná radost, vztek nebo mrzuté nálady, kdy pubescent nechce s nikým mluvit. V oblasti sociálních citů mají velký význam přátelské city. Láska a nenávist jsou dospívajícími přeháněny, což odpovídá tomu, co již bylo řečeno, že všechny citové prožitky vedou až do extrémů. Avšak na druhou stranu se projevování citů ze strany druhých lidí strání. V tomto ohledu se cítí nejistí, citové projevy druhých lidí jim nejsou příjemné. Nedokáží si s nimi ještě poradit.

Puberta je také obdobím dalšího rozvoje sebeuvědomění a tedy i intenzivnějšího projevu sebecitu. Nezralé sebehodnocení obyčejně kolísá mezi pocity nejistoty a sebejistotou, někdy až sebeobdivem. Znamená to, že se dospívající často nevyzná sám v sobě. Neví, jak má sám sebe hodnotit. To se potom nutně musí projevit navenek. Většinou se dospívající jedinec stáhne do sebe a nechce komunikovat s okolím. Druhou variantou je případ, kdy je nejistota v sebehodnocení kompenzována nějakým druhem vyzývavého chování, někdy až přehnanou suverenitou.

Vývoj sebepojetí je v období puberty velmi důležitou složkou, a proto bude další kapitola teoretické části diplomové práce věnována této problematice.

2. SEBEPOJETÍ

2.1 Co je to sebepojetí neboli sebeobraz

Vědomí sebe sama se v posledních desetiletích stává čím dál tím častějším předmětem zájmu psychologie. To, jak člověk vidí a vnímá sám sebe, se stalo velice důležitým propojovacím článkem mezi psychologií sociální a psychologií osobnosti.

„Pozitivní sebeobraz je důležitou složkou harmonického vývinu člověka. Sebeobraz dětí a mládeže je ještě křehký a lehko ovlivnitelný v pozitivním i negativním směru".[6] Lidé s pozitivním sebeobrazem jsou na tom lépe. Nejen, že mají kladný vztah k sebe sama, ale mají též pozitivní vztah k ostatním lidem. Ve vztazích jsou spokojenější, méně často podlehnou svodům dnešní společnosti a mnohem lépe zvládají zátěžové situace, o kterých bude řeč v další kapitole.

Sebeobraz neboli sebepojetí můžeme definovat jako **mentální reprezentaci sebe sama, svých vlastností a schopností**. Tato reprezentace sebe sama zahrnuje i to, jestli člověk chápe svoje vlastnosti kladně nebo záporně. Velmi důležitý poznatek pro sebeobraz je také to, nakolik jedinec cítí, že se může na danou vlastnost či schopnost spolehnout.

Sebeobraz nemůžeme za žádných okolností chápat staticky. V každé situaci se projevuje jinak. Hovoříme o něm, že je vícesložkový a dynamický. Jedinec sám sebe hodnotí v různých oblastech různě a toto hodnocení se dále mění v závislosti na čase a situaci. Sebeobraz člověka se vyvíjí od raného dětství. „Na jeho vzniku se podílejí kognitivní procesy, zážitky jedince z fyzického prostředí, jeho výkony v jistém prostředí, a především špatné vazby ze sociálního prostředí, hlavně od významných osob v jeho životě. Pro pozitivní sebeobraz je důležitý soulad mezi tím, které oblasti jedinec považuje za důležité, a tím, ve kterých je úspěšný a sebejistý". [7]

Jednoduše řečeno, sebepojetí jsou hlavně poznatky o vlastním já, které se formují u každého člověka již od raného dětství. Velký vliv na utváření sebeobrazu dospívajícího dítěte mají zátěžové situace. Existuje tedy souvislost mezi schopností zvládat zátěž a sebeobrazem. Již předem se dá předpokládat, že přizpůsobivé zvládání jakékoli zátěže má pozitivní vztah k sebeobrazu dítěte, k rodině i k vrstevníkům. Tím, že o sobě dospí-

[6] DOBEŠ, M.: Prvé skúsenosti s tréningovým s programom na zvyšovanie pozitívneho sebeobrazu. Psychológia a patopsychológia dieťaťa, 34, 1999, č. 4, s. 351
[7] DOBEŠ, M.: Prvé skúsenosti s tréningovým s programom na zvyšovanie pozitívneho sebeobrazu. Psychológia a patopsychológia dieťaťa, 34, 1999, č. 4, s. 352

vající děti smýšlejí v kladném slova smyslu, pak stimuluje sociální kompetenci a důvěru dětí ve své schopnosti ve všech oblastech života.

2.2 Základní rysy a vývoj sebepojetí

Sebepojetí představuje celkový obraz vlastního „já". Z toho, jak člověk vidí sám sebe, logicky vyplývá různá úroveň jeho oceňování. Tomuto oceňování vlastního „já" říkáme **sebehodnocení**.

Základem sebehodnocení je znalost vlastních rolí, kompetencí, zkušenost s úspěchem či neúspěchem, což potom jedinec konfrontuje s hodnocením ostatních lidí. Člověk by si měl sebe sama vážit. Aby tomu tak bylo, snaží se v životě jednat tak, aby to bylo vždy v souladu s jeho svědomím. Díky sebeobrazu, přiřazuje člověk svému „já" určitou hodnotu. Jestliže jedinec hodnotí sám sebe spíše pozitivně, pak je spokojen se sebou samým, jeho sebedůvěra je dost vysoká a stále se zvyšuje. Naopak jestliže je hodnocení v tomto směru spíše negativní, není sebedůvěra takového člověka dostatečná. Sebedůvěra je v životě lidí velice důležitá. Míra sebedůvěry totiž určuje budoucí běh života. Určuje motivaci a cíle, které si jedinec nebojí stanovit a následně prosadit. Důvěra v sebe sama je důležitá a prospěšná nejen pro dospělé, ale i pro dospívající děti.

Sebehodnocení, které do značné míry souvisí se sebeobrazem, je založeno na srovnávání s jinou osobu, jež je pro jedince vzorem, nebo dokonce s vysněným ideálem vlastního „já". Vzniká tak vykonstruovaná a zároveň dokonalá představa sebe sama. Tato tendence se nejvíce projevuje v období puberty, kdy si dospívající začínají budovat vlastní identitu. K vytvoření nové identity potřebují právě výše popsaný vzor.

„Specifickým rysem sebepojetí je skutečnost, že „já" poznávané, je zároveň „já" poznávající, tzn. že může být i aktivním činitelem. Může se nějak rozhodovat a nějak jednat. Může realizovat vlastní přání a saturovat vlastní potřeby".[8] Každý člověk by si tedy měl zachovávat základní rysy osobní identity. Jedinec se může cítit bezpečně jedině v tom případě, jestliže si je vědom vlastní identity a zároveň se dostatečně orientuje v okolním světě. Takový vyrovnaný člověk pak dokáže adekvátně reagovat na pozitivní i negativní změny. Proměnu či zátěž po určité době zvládne a přizpůsobí svůj sebeobraz realitě, která právě nastala. Určitá přizpůsobivost je dána každému člověku v jiné míře, a proto je tato věc vnímána silně individuálně.

[8] VÁGNEROVÁ, M.: Úvod do psychologie. Univerzita Karlova v Praze: Karolinum, 2003. s. 175

V průběhu vývoje dítěte se mění řada věcí, mění i sebepojetí. „Člověk se nerodí s pocitem vlastního „já", ale vytváří si jej v průběhu svého vývoje".[9] Značná část sebepojetí dítěte souvisí s působením jeho rodičů. Podle toho, jak se chovají rodiče, si dítě začíná uvědomovat jedinečné rysy vlastní identity.

K zásadní proměně v sebehodnocení dítěte dochází v období dospívaní. Prohlubuje se vztah k vlastnímu já, který se stává důležitou hodnotou i problémem. Toto období je pro moji diplomovou práci klíčové, a proto bych vývoj sebehodnocení chtěla popsat podrobněji.

E. H. Erikson hodnotí tuto část vývoje člověka jako období hledání a vytváření vlastní identity. Ta současná je dospívajícím jedincem striktně odmítána. Pubescent hledá zcela nové hodnoty a bezmezně se s nimi ztotožňuje.

Dospívající se chce co nejvíce přiblížit svému ideálu krásy. V tomto ohledu jsou mladí lidé značně kritičtí. Velkou roli začíná hrát především vzhled, oblečení nebo příslušnost k vrstevnické skupině. Na kritické výroky přicházející z jejich okolí jsou velmi citliví. Okamžitě si všechno vztáhnou na svoji osobu a často potom balancují mezi pocity velkolepé sebeúcty a pocity vedoucí k negativistickému sebehodnocení. Pro dospívající je rovněž charakteristické osamostatnění a nezávislost na rodičích. Ztotožnění s rodinou začíná ubírat na významu, zůstává jen na symbolické úrovni. Dospívající považují za mnohem důležitější ztotožnění s vrstevnickou skupinou. Nejedná se o nic ojedinělého. Je to přechodná fáze v životě každého člověka. Není to na škodu, jelikož si dospívající snadněji vyjasní představu o své budoucí identitě.

Krize identity, kterou dospívající prochází, vede k tomu, že je málokdy ochoten nechat si poradit od starších zkušenějších osob, např. od rodičů. Dospívající jedinec už nechce být jen „poslušným dítětem" svých rodičů, ale začíná toužit po nezávislosti a svobodě. Svou vůli si chce prosadit za každou cenu.

Vzhledem k těmto výrazným proměnám sebeobrazu čelí dospívající děti mnohým problémovým situacím. Častým místem vzniku problémových situací je rodina. Konflikty s rodiči nejsou výjimkou.

Každý dospívající zvládá problémové situace plynoucí z toho období jiným způsobem. Téma zvládání zátěže je rozsáhlé, proto se mu budu věnovat v celé další kapitole. Chtěla bych přiblížit i její vliv na rodinné vztahy v období dospívajícího dítěte.

---

[9] VÁGNEROVÁ, M.: Úvod do psychologie. Univerzita Karlova v Praze: Karolinum, 2003. s. 177

3. ZÁTĚŽ A JEJÍ ZVLÁDÁNÍ

3. 1 Zátěž a dospívající děti

Zátěž patří neodmyslitelně k našemu životu. Zátěž se nevyhýbá nikomu z nás, tedy ani dospívajícím. Člověk je na zátěž vyzbrojen., do života přichází již částečně připraven ji v nějaké míře zvládat. Během života se pak setkává s novými a novými podobami zátěže a stále se je učí nově zvládat. Navzdory očekávání přicházejí neustále komplikace a překážky, které člověku brání v uspokojování jeho obvyklých potřeb a přání. Každý má ovšem také schopnost přizpůsobovat se těmto změnám a zároveň se s nimi vyrovnat. Tato schopnost je značně individuální, jelikož každý člověk reaguje na životní nástrahy jiným způsobem.

Reakci na působení značné zátěže, která ohrožuje fyzickou i psychickou vyrovnanost a pohodu, popsal „jako obecný adaptační syndrom Hans Selye. Začíná poplachovou reakcí, během níž dochází k aktivaci a je vyplavena řada hormonů, které mají tělo připravit na zvládnutí zátěže. Pokud to nestačí ke zvládnutí stresu, nastává další fáze - rezistence, kdy je organismus připravován na dlouhodobé vzdorování stresu.“[10] Tělo je tedy připraveno na dlouhodobější boj se stresem. Ale není to tak jednoduché. Na druhé straně se dostavují i méně příznivé vedlejší účinky, např. ztráta chuti k jídlu nebo oslabení imunitního systému. Nejde o nic ojedinělého. Z vlastní zkušenosti znám mnoho případů, kdy díky stresu člověk přestává mít chuť k jídlu a necítí se nejlépe. U dětí a dospívajících tomu není jinak. Z toho plyne, že pokud žije dítě ve stresu delší dobu, zvyšuje se riziko pro jeho zdraví.

Jedinec, který je obtěžkán úzkostí plynoucí z nějaké zátěžové situace, začne snadno pochybovat o svých schopnostech tyto životní těžkosti a problémy překonat. Takto negativně laděné osoby mívají pak větší tendence k pesimistickému sebehodnocení. Jestliže je takové dospívající dítě a dostane se do situace, v níž mu záleží na tom, aby bylo dobře hodnoceno, a ač vynaloží všechny své síly, a přesto se nedaří, můžeme často pozorovat rozladění. Rozladění ve smyslu, že se k ničemu nehodí, že v životě nic nedokáže.

Hodnocení zátěžové situace zahrnuje rozumovou i emotivní složku. Se zatěžující situací jsou spojovány především negativní emoce, které nám signalizují, že se jedná o nepříjemný či ohrožující problém. Kognitivní složka je také důležitá. Díky logickému

[10] STUCHLÍKOVÁ, I.: Zvládání emočních problémů školáka. Praha: Portál, 2005. s. 29

JIHOČESKÁ UNIVERZITA
V ČESKÝCH BUDĚJOVICÍCH
PEDAGOGICKÁ FAKULTA
ÚSTŘEDNÍ KNIHOVNA -8-
Husova 458, 370 05 České Budějovic

uvažování se dítě lépe orientuje v posouzení a řešení zátěžové situace. Jelikož u dětí staršího školního věku dochází k rozvoji logického myšlení, často volí tyto děti účinnější strategie při zvládání jakékoli zátěže.

Zátěž u dospívajících jedinců není nic neobvyklého. Nejdůležitějším se stává to, jak se dospívající dokáží se zátěží „poprat" a vyrovnat se s ní. U každého jedince existuje jiná reakce.

3. 2 Jak dítě reaguje na zátěž

Pro dítě, podobně jako pro dospělého, není zátěž sama o sobě špatná ani dobrá. Záleží na tom, jak se s ní vyrovná. Žádné dítě však nemůže být vystaveno zátěži bez jakéhokoli poučení či varování. Musí být vystavováno zátěži postupně, teprve potom je schopno ji zvládat.

Někteří rodiče nevědí, co všechno může jejich dítě zatěžovat. Mají většinou určitá očekávání, co by jejich dítě mělo v jeho věku zvládat. Jenže vývoj dítěte neprobíhá vždy rovnoměrně. To, co jeho vrstevníci již bezproblémově zvládají, může pro některé dítě znamenat problém. Rodiče to často mrzí a věnují dítěti větší pozornost. Ale přílišná pozornost konfrontuje dítě se selháváním a jejich zklamáním, a tak vedle původního problému vzniká další zátěž - cítí zklamání rodičů. „To, že se někdy nová dovednost objeví o půl roku později, není vývojovým rizikem samo o sobě, ale tím, jak na toto opoždění reagují rodiče."[11]

Pokud dítě vyrůstá za optimálních podmínek, dostává se do běžných zátěžových situací spojených s požadavky vnějšího i vnitřního prostředí postupně. Krok za krokem si osvojuje stále složitější reakce na zvládnutí problému či zátěže. Vedle vědomého zvládání si dítě vytváří i tzv. obranné mechanismy. Ty jsou nevědomou obranou proti ohrožení. Objevují se ve vývoji také postupně. Nejdříve se objeví nejprimitivnější mechanismus, jako je **popření** (dominuje ve věku 4-7 let). Postupně se dostavuje zralejší projekce, kdy jsou nepřijatelné vnitřní stavy **přiřazovány druhým lidem** (dominuje ve věku 8-11 let). Nejzralejší je tzv. **identifikace,** kdy dochází ke zvnitřnění a produkci projevů chování významných blízkých. Tento mechanismus je užívaný nejvíce u dospívajících. Nejúčinnější obranné mechanismy jsou ty, které jsou vývojově odpovídající. Ty nejlépe pomohou dítěti zvládnout úzkost a vyrovnat se s nečekanou negativní situací.

---

[11] STUCHLÍKOVÁ, I.: Zvládání emočních problémů školáka. Praha: Portál, 2005. s. 33

Rovněž je důležité uvědomit si, že zdrojem stresu mohou být i zdánlivě banální každodenní situace, které se den za dnem opakují. Stres se může hromadit, je kumulativní. To znamená, že jednotlivé zátěže se často sčítají. A tak se může stát, že se po určité době najednou přidá další faktor a rázem je situace nezvladatelná a reakce na ní nepřiměřená. Každý z nás jistě podobnou situaci zažil. Avšak díky předchozím zkušenostem získáváme stále větší jistotu, jak se máme o vlastní emoční vyrovnanost starat. U dětí a dospívajících je tomu jinak. Musíme počítat s tím, že se kapacita zvládat zátěž a způsoby, jak na to, teprve vyvíjejí. Proto nelze řešení některých situací odkládat na později, jak je tomu u dospělých lidí.

Neměli bychom podceňovat důležitost emocí. Negativní emoce mohou dětem leccos sdělit. Často pochopí, že se ocitly v nějaké zátěžové situaci, která je nepříjemná a někdy i ohrožující. Výhodou dospívajících je i rozvoj logického přemýšlení. Díky logickému uvažování se dokáží snadněji orientovat v nové situace a lépe ji posoudit.

Pokud se dítěti podaří na danou nepříjemnou situaci adekvátně a úspěšně zareagovat, zvýší se jeho sebevědomí. Chápe to jako malé osobní vítězství. Někdy si dospívající děti se vzniklou zátěžovou situací neví rady, považují ji za nezvladatelnou. Potom často volí různé formy úniku. To vede k opačné reakci, sebedůvěra dospívajícího klesá. Jedinec se cítí špatně, což vede ke změně jeho celkové výkonnosti, jeho postojů k sobě samému i k zátěžové situaci.

Je jisté, že postoj k zátěžovým situacím a způsob jejich zvládání je u každého dítěte jiný. Každý se s problémem vyrovnává po svém. Způsob zvládání zátěže je dnes označován jako coping. Coping můžeme chápat jako vyrovnání se zátěží nebo jako obrannou reakci v situaci, která zatěžuje jedince na tolik, že ji není schopen běžně řešit.

Coping je dnes v psychologických výzkumných kruzích často diskutovanou záležitostí. Existuje již několik výzkumů zjišťující adaptabilitu dětí na zátěžové situace. Teorie copingu se stále vyvíjí. O tom co všechno zahrnuje, bude popsáno v následujících odstavcích.

3. 3 Teorie copingu

„Reakcí na stres je pokus o zvládnutí stresu (angl. "coping"), spočívající v nasazení kognitivního, emocionálního a behaviorálního potenciálu stresovaného subjektu."[12] Posledních deset let bylo ve znamení velkého nárůstu různých výzkumů a projektů o zvlá-

[12] NAKONEČNÝ, M.:Úvod do psychologie. Praha: Academia, 2003, s. 343

dání zátěže a stresu koncepčně spadajících právě do teorie copingu. Tato teorie, jejíž nejvýznamnějšími představitelé jsou američtí psychologové **R. S. Lazarus, S. Folkmanová**, je neustále ověřována a rozpracovávána ve výzkumech s dospělými, ale i s dospívajícími dětmi.

Coping je výše uvedenými autory definován jako „soubor kognitivního a behaviorálního úsilí zaměřeného zvládnout, redukovat nebo vydržet vnitřní a vnější požadavky, které ohrožují nebo zvyšují možnosti individua."[13] Tento proces spouští množinu behaviorálních, kognitivních a emočních reakcí, které pak člověku usnadňují ovládnutí ohrožující situace.

Pokud se chceme zabývat nějakým výzkumem týkající se copingu musíme podle Lazara a Folkmanové dodržet **tři hlavní principy**:

1. *Při měření copingu je nutné brát v úvahu to, co si člověk myslí nebo dělá **přímo ve stresové situaci.***
2. *Copingové chování se musí zkoumat **ve specifickém kontextu**, protože volba individuální strategie částečně závisí na požadavku konkrétní zátěžové situace.*
3. *Přístupy orientované na proces jsou zaměřené na změnu copingového myšlení a konání tak, aby stresovou nebo zatěžující situaci **odstranily**.*

Pravda je však taková, že většina výzkumů se primárně zaměřila na coping pouze jako na proces a na jeho behaviorální, kognitivní a situační charakteristiky. Výzkumy, které se zabývaly zkoumáním zvládání zátěže u dětí a dospívajících se zaměřovaly především na procesy zvládání a charakteristiky stresové situace. Nebrala se v úvahu souvislost mezi copingem a osobností člověka. Postupem času však stále více výzkumníků začalo pozorovat poměrně časté korelace mezi vlastnostmi osobnosti a specifickým chováním ve stresové situaci. „Přibyly výzkumy, které naznačovaly, že situační faktory nevysvětlují celou variabilitu copingu, ale v interakci s vlastnostmi osobnosti vysvětlují významnou část variace copingového chování."[14]

Objevují se nová chápání copingu, která již berou v úvahu osobnost jako takovou. Chápou coping jako „organizovaný systém, prostřednictvím kterého lidé regulují své

[13] MEDVEĎOVÁ, L.: Faktory osobnosti a zvládanie stresu pebescentmi. Psychológia a patopsychológia dieťaťa, 34, 1999, č. 1
[14] MEDVEĎOVÁ, L.: Faktory osobnosti a zvládanie stresu pubescentmi. Psychológia a patopsychológia dieťaťa, 34, 1999, č. 1

vlastní chování, emoce a usměrňují motivaci v podmínkách psychologického distresu."[15] V tomto modelu vzniká stres jako důsledek ohrožení základních psychologických potřeb. Mezi tyto potřeby patří především vazba na někoho blízkého, autonomie a kompetence. Coping podle amerických psychologů uznávajících tento model (např. Skinnerová, Wellborna[16]) bezprostředně usměrňuje afektivní vzrušení nebo konání jedince ve stresové situaci a dlouhodobě ovlivňuje sociální, kognitivní a osobnostní vývin člověka.

Sám Lazarus svou transakční teorii copingu přehodnotil. Při měření copingu uznal důležitost souvislosti s osobnostními rysy individua. Neměli bychom se tedy zaměřovat pouze na stresory prostředí, ale také na to, jak tyto stresory osoba interpretuje. Lazarus je přesvědčený, že osobní význam je nejdůležitějším aspektem psychologického stresu, se kterým se musí jedinec vyrovnat. Volbu copingové strategie potom řídí sám. Více pozornosti by se také mělo věnovat emocím ve stresové situaci. Ty jsou bohatým zdrojem informací o tom, jak se lidem daří vyrovnat se stresem.

Přibývá počet prací, které berou v úvahu proces, situační charakteristiky copingu a také vlastnosti osobnosti. Výzkumy tohoto charakteru provádí u nás a na Slovenku např. **Prokopčáková, Medveďová, Páleník**.

Ukazuje se, že pro optimální zkoumání procesu zvládání zátěžových situací se musí brát v úvahu nejen proces a charakteristiky situace, ale hlavně sám člověk a jeho osobnostní vlastnosti.

Jednotlivé strategie copingu nejsou jen okrajovou záležitostí. Strategií zvládat zátěž existuje celá řada a pro dítě jsou důležité. Volba obranné strategie totiž ovlivňuje postoj dospívajících žáků k problému.

3. 4 Způsoby zvládaní zátěže

Pokud nastane pro nás nepříznivá situace, snažíme se ji nějakým způsobem zvládnout. Každý z nás volí jiný postup či řešení, ale cíl je stále stejný - zvládnout problémovou situaci, aby byl člověk s výsledkem spokojen.

Jednotlivé výzkumy copingu jsou odborníky prováděny již několik desítek let. Týkají se všech věkových skupin a stále pokračují. „Termín coping je odvozen od řeckého „kolaphus" - rána uštědřená protivníkovi v boxu. Tím, kdo tuto ránu dává, je člověk, který

[15] MEDVEĎOVÁ, L.: Faktory osobnosti a zvládanie stresu pubescentmi. Psychológia a patopsychológia dieťaťa, 34, 1999, č. 1

[16] SKINNEROVÁ E. A.,WELLBORN, J. G.: Coping During Childhood and Adolescence: A Motivational Perspective, 1994.

se do těžké situace - do stresu - dostal. Tím, na co je tato rána zaměřena, je nejčastěji těžkost, která daného člověka do stresu dovedla - tzv. stresor."[17] V širším pojetí můžeme hovořit o způsobu dění, kterým se člověk snaží nepříjemný stav změnit .

Těžké životní situace zná lidstvo již od nepaměti. A proto otázka po způsobu jejich zvládání je velmi stará a lidé se nad ní často zamýšleli a stále zamýšlejí. Důležité pro různé badatele a výzkumníky byla především strategie, kterou jedinec v těžké situaci zvolí, jaký způsob volby bude pro danou osobu nepřijatelnější.

Pokud se člověk dostane do zátěžové situace, hovoříme o stresu. Ve stresu nemusejí být pouze dospělí, ale i děti a dospívající. Ve stresu je ten, kdo pociťuje doléhání tlaku z okolí. Připadá si, že na něj stále něco padá, nic mu nevychází a stále se potýká s nějakým problémem. Pokud se jedinec dostane do takové situace, měl by začít jednat, měl by začít se stresem bojovat. Musíme mít však na paměti určité skutečnosti, o kterých hovoří významný teoretik copingu **R. Lazarus**. Zvládání není jednorázovou záležitostí. Je to dynamický proces. Není ani automatickou reakcí každého z nás. Vyžaduje určitou snahu a námahu, snahu řídit to, co se děje. V boji proti zátěži může člověku pomoci i dobrý zdravotní stav či pozitivní přístup k životu. Velký důraz může mít i dobré sociální a materiální zázemí. Proto děti mající dostatečnou sociální podporu u svých rodičů, zvládají jakoukoli zátěž lépe než děti, kteří onu podporu postrádají.

Při zvládání zátěže bychom měli brát v potaz nejen osobnostní charakteristiky jednotlivých osob, ale také jaké styly, strategie a techniky zvládání využívají. Některým technikám se lze i naučit. Avšak osobnostní charakteristiky hrají při zvládání zátěže velkou roli. Některé z nich dokáží jedinci mimořádně posloužit a pomoci při řešení zátěžové situace.

Do výčtu osobnostních charakteristik, jenž souvisí s kvalitou zvládání zátěžových situaci, patří **rozdíly v přístupu** k nenadálému problému, **schopnost rychle reagovat a jednat**, **smysl pro soudržnost**, dostatečné **vnímání vlastní zdatnosti** řešit těžkosti, nebo celkový **přístup k životu** ve smyslu optimismu či pesimismu. Všeobecně můžeme říci, že lidé, kteří mají smysl života, smysl pro humor nebo kladné sebehodnocení, dokáží na stresové situace reagovat daleko lépe a s větším úspěchem.

Podle výsledků psychologických studií se ukázalo, že míra sebehodnocení velice úzce souvisí s úrovní života ve smyslu psychickém i psychosomatickém. Chování lidí s nízkým sebehodnocením je často spojováno s úzkostí, pocitem studu a méněcennosti.

---

[17] KŘIVOHLAVÝ, J.: Psychologie zdraví. Praha: Portál, 2001. s. 69

Sami sebe vidí jako slabé, což se projevu i při komunikaci s druhými lidmi. Neustále se podceňují, zůstávají stranou a neradi se zviditelňují. Tento pocit sebepodceňování dosahuje největších rozměrů v dospívajícím věku dítěte. Dospívající se stále srovnává se svými vrstevníky i se svým vysněným ideálem, který je pro ně v tomto období nejvíce nedosažitelný.

Osoby s vyšší mírou sebehodnocení jsou daleko zvídavější, odvážnější a asertivnější. Jejich život je spokojenější a naplněný dosahováním jimi stanovených cílů. Díky jejich přístupu k životu jsou odolnější při zvládání těžkých situací. Rozdíl v sebehodnocení poznáme už u dětí. Míra jejich sebevědomí se vyvíjí již v dětství a v dalších letech se dále rozvíjí a mění. Velký vliv na vývoj sebehodnocení dítěte mají rodiče, kteří by měli dopřát svému potomkovi vše, co potřebuje ke zdravému vývoji z hlediska fyzického, psychického, materiálního a sociálního. Veškeré zásadní zanedbání péče se na dítěti v budoucnu projeví. Důležitý je také vztah ke spolužákům, kamarádům či učitelům ve škole.

Bojovat se stresem se dá několika způsoby, které se děti postupem doby učí. Jelikož jejich vývoj ještě není ukončen, s některými situacemi si neví rady a potřebují podporu, podporu od rodičů či svých blízkých. Problémy dospívajících většinou nedosahují takových rozměrů jako problémy některých dospělých. Dospělí se často musí vyrovnat s velkou bolestí, kterou jim život přinesl. V literatuře se tedy můžeme dočíst o nejrůznějších formách boje s nepříjemnými situacemi. Mezi způsoby zvládání zátěže patří např. **modifikace chování**. Modifikace je založena na kladném a záporném posilování. Funguje na principu odměny a trestu – „tím je poskytnutí něčeho příjemného za žádoucí chování a např. projev netečnosti v případě nežádoucího chování.“[18] V tomto případě záleží na rodičích, jak citlivě dokážou přistupovat k dítěti, když vidí, že ho něco nebo někdo trápí. Rodiče by měli své dítě **psychicky posilovat**, což může být další způsob pro snadnější zvládání tíživé situace. Rodiče by měli dodávat dítěti sebevědomí a posilovat jeho přesvědčení ve vlastní schopnosti problém zvládnout. S tím jistě souvisí i vzájemná komunikace a důvěra mezi rodiči a dětmi. Pokud dítě ví, že může kdykoli přijít a říci o svém problému svým rodičům, je dopad problému na dítě mnohem menší. Podpora rodiny tady funguje tak, jak má.

Každý jedinec přistupuje k zátěži specifickým způsobem. Dostáváme se k základním strategiím zvládání problémových situací. K nejrozšířenějším strategiím copingu mezi

[18] KŘIVOHLAVÝ, J.: Psychologie zdraví. Praha: Portál, 2001. s. 82

žáky základní školy patří **strategie zaměřená na řešení problému, strategie zaměřená na hledání sociální podpory** a **strategie zaměřená na únik** ze zátěžové situace.

První ze strategií vychází z úrovně žákovi připravenosti zvládat náročnější situace. Překonávání překážek je však typické až pro starší děti s přiměřenou sebedůvěrou a schopností posoudit své vlastní možnosti a dovednosti. Dokáží si určit cíl a jít z ním. Pokud jim v tom něco nebo někdo brání, dokáží vyvinout úsilí a potíže překonat.

To však nedokáže každý. Pro mladší a méně sebejisté děti je typická **druhá strategie** využívající sociální podporu u některé z autorit. Autorita pro takové děti představuje jistotu a pocit bezpečí. Nemusí spoléhat jen na sebe, což však vede k menšímu osamostatnění. Potřeba sociální podpory při zvládání zátěžových situací se začne oslabovat ve středním školním věku a stále postupně klesá. Žáci na druhém stupni základní školy závislost na rodičích už většinou neuvádějí. Snaží se co nejvíce osamostatnit a podporu hledat především u svých vrstevníků, ne u rodičů.

Poslední strategie představuje obrannou reakci na ohrožující a obtížnou situaci, se kterou si dítě neví rady a volí raději nějaký únik. Takové řešení problému dlouhodobě nic nevyřeší, jedinec problém pouze odsune. Brání si tak aktuální osobní pohodu. Útěk od problému se může projevovat několika způsoby, které záleží na vlastnostech, vývojové úrovni či životních zkušenostech dítěte. Mezi časté únikové jednání patří např. záškoláctví, celková rezignace, útlum veškeré aktivity, bájivá lhavost, popírání problému, nemoc atd.

V dospívajícím věku se dítě stále ještě vyvíjí, proto základní kompetence zvládání náročných situací a problémů nejsou úplné jako u dospělého člověka. Úroveň copingu závisí jak na podpoře dospělých, především rodičů, tak i na vlastnostech dospívajícího jedince. Velmi důležitá je celková vývojová úroveň dítěte. Odolnost proti zátěži stále roste, avšak ne rovnoměrně. Schopnost vyrovnat se s problémovými situacemi ovlivňuje velmi často právě dospívání, kdy dochází ke změnám k sebehodnocení. K ovlivnění mohou vést i různé životní změny nebo specifická traumata, která mohou jedince poznamenat na hodně dlouhou dobu.

„Chování školáků v zátěžové situaci závisí ve značné míře také na jejich inteligenci. Ukázalo se, že děti s vyšší inteligencí zvládají zátěž lépe než jejich hůře disponovaní vrstevníci. Toto zjištění není nijak překvapující, protože rozumové schopnosti ovlivňují porozumění jakéhokoliv problému i nalezení přijatelného řešení.“[19] Ve starším školním

[19] VÁGNEROVÁ, M.: Kognitivní a sociální psychologie žáka základní školy. Univerzita Karlova v Praze: Karolinum, 2002. s. 211

věku začínají narůstat na významu i složky, které přímo nesouvisí s intelektem daného žáka, ale souvisí se schopnostmi odolávat zátěžovým situacím. Důležitou roli zde hrají právě osobnostní vlastnosti jedince. Nemělo by se zapomínat ani na postoj, který dítě staršího školního věku zaujímá k zátěži. Z určité postoje se dá ledasco vyčíst a interpretovat. Z výzkumů, jež byly provedeny, vyplývá, že děti v tomto vývojovém období nejvíce používají aktivní strategie při řešení překážek. Pasivní coping upřednostňují především ti, kteří se cítí nejistí a méně úspěšní.

Pokud bychom měli shrnout vlastnosti, které posilují zvládání zátěže, měli bychom jmenovat zejména otevřenost k novým zkušenostem i ke světu, emoční stabilitu, optimismus, svědomitost, sebediscilínu, dostatečnou flexibilitu, citlivou asertivitu či určitou systematičnost. Pokud dítě cítí, že zvládá problémy s dostatečným uspokojením, roste jeho sebepojetí a sebedůvěra. A to není v dnešním světě na škodu. Děti jsou potom úspěšnější i ve škole a jejich smýšlení je více pozitivní.

Sledování zvládání zátěže žáků základní školy je pro prováděné výzkumy aktuální. Výzkumy se provádí u žáků základních škol různých věkových kategorií. Zjištěné poznatky jsou pro dnešní psychologii velice cenné a poučné. Zátěžovým faktorem nemusí být pro děti staršího školního věku jenom škola, ale také vztahy s jejich rodiči. Téma vztahů dospívajících dětí s rodiči je obsáhlé a často diskutované, proto bychom přešli k nastínění základních poznatků o rodině a problémových rodinných vztazích všeobecně. Rodiče mohou problémy svých dětí vidět jinak, což může vést k častým nedorozuměním, které děti zatěžují.

4. VTAHY MEZI RODIČI A DĚTMI

4. 1 Rodina

S řešením problémových situací souvisí celá řada vedlejších faktorů. Velmi důležitá je rodinná podpora. Blahodárné důsledky přináší to, když rodiče s dítětem srozumitelně mluví o všem, co ho zajímá, čemu nerozumí a co ho znepokojuje. Je správné, když rodiče společně s dětmi v klidu řeší problémové situace, a tak rozvíjí osobní iniciativu jejich dítěte. Správné psychosociální zrání probíhá jinak u adolescentů, jejíž rodina je schopna plnit své poslání, a jinak u dospívajících dětí, jejichž rodinné zázemí je citově chudé nebo jinak dysfunkční. Na to, jak hluboce prožívá dítě zátěžové situace, má vliv především emoční klima, které panuje mezi všemi členy rodiny. Tak velký vliv nemá ani hospodářská situace nebo sociální zařazení rodiny, i když ani tento potenciál nesmíme opomíjet.

Rodina je to, co nás ovlivňuje již od našeho narození. Poskytuje nám zázemí a oporu v našem správném vývoji. Aby byla rodina funkční, musí splňovat řadu vnitřních i vnějších požadavků, což vede ke neustálému vyrovnávání rodinných vztahů v souladu s životním cyklem každého člena. Velmi důležité jsou především kladné emocionální vazby, jež se projevují v podobě manželské, rodičovské či sourozenecké lásky. Děti by měly v rodině cítit pocit bezpečí, klidu, lásky a pomoci. To vše patří k základním lidským potřebám, které jsou důležité pro každého člověka a pro dítě dvojnásob. Děti potřebují kvalitní citové zázemí a péči, což se některým dětem v dnešní době nedostává. Stále však existuje velké množství rodin funkčních, které vytvářejí dobré podmínky pro zrání a růst jejich dětí.

V tradičním pojetí je rodina chápana jako společenství osob, které najdeme ve všech známých světových kulturách. Je tedy právem označována za primární společenskou skupinu. Ovlivňuje celkový vývoj člověka, tvoří citové vazby mezi členy rodiny, jež potom mají dopad na jeho duševní vývoj. Díky rodině získává dítě základní hodnoty důležité pro společenský život. Rodina však nemá pouze funkci společenskou, ale především funkci socializační, jež připravuje dítě na přijetí různých životních rolí. Z tohoto základu vychází rodičovská výchova. Ta zahrnuje vytváření jednotlivých návyků, sebekontrolu, učení či očekávání odměn a trestů. Jednotliví rodiče upřednostňují jiný styl výchovy, který jim jako dospělým lidem vzhledem k jejich zkušenostem a přesvědčením připadá nejvíce správný a pro děti prospěšný.

„Studie o rodinné socializaci všeobecně rozlišují tři základní styly rodičovské výchovy, které ovlivňují vývoj dítěte:

- **Autoritářská výchova:** tímto stylem výchovy vyžadují rodiče od svého dítěte především poslušnost . Dítě nesmí za žádných okolností odmlouvat, musí ctít to, co řeknou rodiče.
- **Liberální výchova:** v rodině, která dává přednost tomuto stylu výchovy, mohou děti svobodně vyjadřovat svůj názor. Přání dětí jsou u rodičů na prvním místě, čímž se často vyhýbají konfliktům či disciplíně.
- **Autoritativní výchova:** tento styl výchovy je jakýmsi kompromisem mezi výše uvedenými extrémy. Rodiče chtějí, aby se dítě řídilo daným domácím řádem, ale též žádají, aby vyjádřily svůj názor na věc. Striktní požadavky žádající poslušnost zde nejsou na prvním místě a trestů užívají rodiče jen tehdy, pokud se dítě chová skutečně nerozumně. V rodinách uplatňující autoritativní styl výchovy mají rodiče i děti téměř vyvážená práva a odpovědnost."[20]

Styl výchovy však nemusí být vždy jednoznačný, často dochází ke splývání a kombinaci mezi různými výchovnými styly. Některé výchovné tendence rodičů jsou dokonce nežádoucí. Tady mluvíme o extrémech, které mohou být výchovně nebezpečné.

Rodiče mohou zatěžovat své děti různými formami nebezpečných výchovných tendencí. Pro děti může být překážkou například **výchova příliš úzkostná**, kdy se rodiče o dítě až přehnaně bojí a většinu věcí mu zakazují, aby se mu nemohlo za žádných okolností nic stát. Dítě se pak bouří nebo upadá do apatie, což často vede ke vzniku problémových situací mezi ním a rodiči. Velmi blízko k této výchově má **výchova rozmazlující**. Rodiče chtějí mít dítě jenom sami pro sebe a brání mu ve společenském osamostatnění. Udělají pro něj co mu na očích vidí, a to vede jedině ke ztrátě rodičovské autority. Takoví rodiče se poté diví, jakým způsobem jim dítě jejich lásku oplácí.

Správná není ani **výchova s přehnanou snahou po dokonalosti dítěte**. Rodiče vyžadují po svém dítěti jen ty nejlepší výsledky, musí být ve všem první a nejúspěšnější, aniž by tomu odpovídaly jeho reálné možnosti. Dítě je neustále přetěžováno a to vede k neurotickým projevům, které mají vliv na jeho další duševní vývoj. Rodiče si to však neuvědomují a ze svých požadavků nesleví. Ke krajním případům špatné výchovy můžeme také zahrnout například **výchovu zavrhující**, kdy dítě nesplňuje předem určené požadavky svých rodičů. Za každý neúspěch rodiče své dítě trestají a zavrhují. V tomto

[20] KOŤA J. a kol.: Děti a mládež v obtížných životních situacích. Praha: Themis, 2004, s. 39

případě nemůže být pochyb, že se dítě bude nějakým způsobem bránit - protestuje nebo rezignuje. Ani jeden případ není pro vývoj jedince dobrý.

Je jisté, že popsaným stylům výchovy by se měli rodiče vyvarovat. Měli by se naučit brát dítě takové jaké je a snažit se aktivně rozvíjet jeho schopnosti a dovednosti. Tím dodají dítěti dostatek sebedůvěry a jistoty do dalšího života.

Otázka osobnosti rodiče je v dnešní době značně probíranou. Všeobecně se uznává, že dobrý rodič sám pochází z milujícího, nekonfliktního, tolerujícího a povzbuzujícího rodinného prostředí. Správný rodič žije ve spokojeném partnerském vztahu a cítí, že se své rodičovské úlohy ujímá s láskou a vřelostí. Ve výchově dětí umí být trpělivý a tolerantní. Své dítě uznává jako samostatnou bytost a individualitu, která se může vyvíjet jinak, než si představoval. Otevřenost a pravda jsou na prvním místě, nebrání se ani společné diskusi. Žádní rodiče však nejsou bezchybní. Oni sami i děti mají občas své starosti a problémy. Díky tomu pak může v rodinách docházet k drobným i větším konfliktům mezi rodiči a dětmi, především pokud děti přicházejí do období puberty a snaží se osamostatňovat.

Každá rodina něčím připomíná ty ostatní, ale zároveň se od nich něčím liší. Neexistují dvě zcela totožné rodiny. Každá rodina má své odlišné problémy a starosti a záleží na členech rodiny, jestli se budou snažit je společně vyřešit nebo se začnou vzájemně odcizovat. Starší děti by měly se svými rodiči komunikovat a snažit se přistoupit na společně hledaný kompromis, který jim může při řešení problémových situací mezi nimi pomoci. V období dospívání se objeví mezi dětmi a rodiči daleko více problémových situací než v předcházejících obdobích. Rodiče se na to připravují, ale mají vždy pochopení?

4. 2 Spory mezi rodiči a dětmi

V období dospívání prožívá řada dětí rozpory a konflikty různého charakteru. Výjimkou nejsou ani rozdílné názory a postoje rodičů na chování svých dospívajících dětí, kteří se chtějí od rodičů odpoutat a vytvořit si svůj vlastní životní styl i osobnost. Postoje k rodičům ze strany dětí začínají být komplikované. I když mají rodiče stále stejně rádi, začínají být ke své rodině daleko více kritičtější, čímž dávají podněty ke vzniku různých sporů.

V mnoha rodinách záleží vývoj situace hodně na rodičích. Rozporuplné pocity mohou působit dospívajícím dětem například příliš **přísní rodiče**. Nutí své dítě dodržovat

přísnější pravidla než v rodinách jeho kamarádů, musí být doma ve stanovenou hodinu, nemohou navštěvovat své kamarády, nebo je jim ukládán větší počet domácích povinností a oni se nemohou účastnit mimoškolních aktivit. Takoví rodiče mají pro své dítě vysoká měřítka, což může dítě vnímat jako zatěžující. Rozporuplné pocity mohou v dětech vyvolat i rodiče, kteří o své dítě až **příliš pečují**. Jejich pravidla jsou často přehnaná až nesmyslná. Různé pocity mohou v dětech vyvolat i jejich **rozvedení rodiče**. Někdy děti dokonce pociťují vinu za to, že spolu rodiče už nechtějí žít. Neradi vidí, když jeden z rodičů odchází z domova a oni s ním ztrácejí každodenní kontakt. Rodiče by se proto měli snažit vysvětlit dítěti, že se za takovou situaci nemusí stydět a že má stále právo na to, aby bylo milováno oběma rodiči a neúčastnilo se konfliktů mezi nimi.

Někteří rodiče se chovají ke svým dětem **majetnicky** a často je odrazují od toho, aby si své kamarády vodily domů. V některých případech kamarády svých dětí neustále kritizují a podceňují. Tady může být řešením to, aby rodiče kamarády svých dětí poznali trochu blíž. I když někdy ani to nepomůže a dospívající se s kamarády schází raději mimo domov. Takto vznikají mezi rodiči a dětmi nepříjemné situace. Rodiče si často neuvědomují, že je jejich chování nesprávné.

Dospívající děti chtějí dosáhnout ve vztahu ke svým rodičům určité nezávislosti. Začínají zkoušet různé způsoby chování, myšlení a oblékání. Na druhou stranu však musí brát ohled i na roli rodiče. Je pochopitelné, že pokud děti ještě chodí do školy a rodiče je živí, jsou na nich závislí. Minimálně finančně. V takové atmosféře může často docházet k problémových situacím. Do popředí vystupují otázky, jak se má dítě oblékat, kdy se má vracet domů, s kým má kamarádit. Dospívající touží především po svobodě. Tato touha často vede do extrémů, kdy děti vůči rodičům pociťují zlost a vznikají hádky. Takové hádky mezi rodiči a jejich dospívajícími dětmi však k životu patří, pomáhají dětem utřídit si vlastní hodnoty.

Vztahy mezi rodiči a dětmi jsou často frustrující pro obě strany, jelikož každý se snaží prosadit svůj názor. Z tohoto pohledu se mohou stát konfliktní i témata každodenního života. Jde o **domácí práce, peníze, zvyklosti rodiny, domácí úkoly, společně strávený čas** atd. Právě zde se mohou projevit rozdílné postoje dvou generací. O tom, jaké povinnosti bude dítě plnit, kolik bude dostávat peněz jako kapesné, kdy bude psát domácí úkoly, kdy pojede s rodiči k příbuzným, rozhodují rodiče a dítě se proti tomu může vzpouzet. O svém volném čase má zcela jinou představu a za každou cenu si chce prosadit svou. To vede k dalším hádkám a nedorozuměním mezi ním a rodiči. A proto rodiče musejí stanovit pravidla.

Někteří rodiče dovedou stanovit pravidla dobře a jasně a všichni členové domácnosti se jimi řídí. Jiní rodiče stanoví pravidla nejasně a jsou zklamáni, že se jimi členové rodiny neřídí. Pravidla se týkají např. spravedlivého a nespravedlivého trestu, domácích prací či finančních záležitostí. Rodiče by měli mít jasno, co od svých dětí chtějí a co oni chtějí od nich. Ale většinou tomu není. Existence pravidel jako takových problém nepředstavuje. Problém vzniká tehdy, když si rodiče myslí, že jimi stanovené pravidlo je správné, zatímco jejich dospívající dítě to tak nepociťuje. Pravidla, která vycházejí z obav rodičů, zda jsou dobrými rodiči, jsou také často ohniskem sporů. Příkladem může být včasný příchod domů. Rodiče mají pocit, že jsou zodpovědní za to, aby bylo jejich dítě každý večer doma a trávilo čas s rodinou. To může připadat dítěti omezující, a tak se to snaží změnit. Pokud však bude fungovat vzájemná komunikace a dospívající budou svým rodičům sdělovat co nejvíce informací o tom, jak tráví volný čas, může to oběma stranám prospět. Rodiče poté mění svá přísná pravidla a dovolují svému dítěti větší svobodu založenou na vzájemné důvěře.

Spory mezi rodiči a dětmi nepatří v období dospívání k ničemu neobvyklému, většinou nejsou vážné a pro rozvoj dítěte jsou přínosné. I když toto období není jednoduché ani pro děti ani jejich rodiče, přesto si ho obě strany musí prožít. Někteří rodiče říkají, že o problémech nemůže být řeč, jiní tvrdí opak. Přesto se jich většina snaží především o to, aby byli pro své děti dobrými a chápajícími rodiči. Někdy se jim to však nedaří.

4. 3 Jak rodiče prožívají období dospívání svých dětí

Jak už bylo řečeno, různým konfliktům se rodiče dospívajících dětí v tomto období nejspíš nevyhnou. Rodiče čelí problémům svého potomka i svým vlastním. Dospívání je dobou konfliktů, a to jak vnějších, tak i vnitřních. „Touha dospívajícího být jako dospělý vede, zvláště u chlapců, k četným konfliktům s rodiči, kteří ne vždy chápou proměny, jimiž dospívající prochází, např. potřebu větší autonomie a skutečnost, že u dospívajícího většinou ztrácejí svou autoritu.“[21]

Životní spokojenost či nespokojenost se sebou samým je dána rozdílem mezi sebehodnocením daného člověka a jeho ideální představou o tom, jaký by chtěl být. Čím je tento rozdíl menší, tím je člověk vyrovnanější a naopak. Je tedy zřejmé, že se tento fakt promítá i do vztahu rodičů ke svému dítěti. Rodiče své děti považují za své pokračování, a proto je pochopitelné, že jim chtějí dopřát to, co sami postrádali či stále postrádají.

[21] NAKONEČNÝ, M.: Úvod do psychologie. Praha: Academie, 2003. s.386

V souvislosti s tím někdy kladou na děti příliš vysoké požadavky, které děti nejsou schopny zvládat. To může vést ke vzniku problémů v jejich vzájemném vztahu. Jelikož je dítě neustále přetěžováno, začíná být úzkostnější a cítí duševní napětí. Tento stav není pro dítě dobrý, ale často se stává, že si to rodiče neuvědomují a vzniklý problém si nehodlají připustit. K tomuto jevu dochází především u nadměrně ctižádostivých rodičů, kteří svá nesplněná přání a ambice přenášejí na dítě.

Velmi důležitým faktorem při řešení sporů mezi rodiči a dospívajícími dětmi je vzájemná komunikace. Rodiče si přejí, aby jejich slovní dorozumívání s jejich potomkem bylo účinné. Chtějí, aby jej dítě vyslechlo, pochopilo a přijalo jejich sdělení. Pokud však existuje mezi nimi konflikt, může to jejich komunikaci narušovat. Potom dochází ze strany dospívajících k přehnaným reakcím jako je agresivita nebo úzkost. Tyto reakce pak vyvolají u dospělých, kteří s nimi hovoří, zpětnou reakci. Cítí se podráždění, stísnění a často se nechají vyvést z míry. Někdy se až pozastavují nad tím, že se dospívající vůbec neohlížejí na společenská pravidla či výchovná ponaučení. Proto je vzájemná komunikace a vzájemné pochopení mezi rodiči a dětmi v období puberty problematické.

Obdobím dospívání si ale prošli i rodiče. Adolescenti svými skutky a slovy jejich dospívání oživují. „Ti se v každodenních situacích s dospívajícím mohou octnout v podobných situacích, které zažívali s vlastními rodiči, když tímto obdobím života sami procházeli.“[22] Adolescence dětí může být pro rodiče příležitost, aby na sobě začali pracovat. Mohou se pokusit vypořádat s vlastními neuzavřenými vzpomínkami, se svými vnitřními problémy a problémy identity nebo s obtížnými vtahy se svými vlastními rodiči. Rodiče by se neměli bát ukázat dospívajícím dětem své pochybnosti a dokázat jim, že se na nich dá stále pracovat, což může jejich dítě jenom povzbudit.

Chybou v jednání rodičů s dospívajícím potomkem může být v tom, že s ním stále hovoří jako s malý dítětem. Dospívajících se dotýkají slovní projevy, ve kterých z nich rodiče dělají malé děti a oni cítí, že jsou stále ovládáni. Rodiče by se měli naučit brát dospívající takové, jací jsou, přiznat jim odlišnost, která je navzájem odděluje. To však neznamená, že by měli rodiče se vším souhlasit a zavírat oči před takovými věcmi, jež jsou v rozporu s jejich vybudovanými hodnotami. Rodiče často nesouhlasí s jejich postoji, chováním či názory. Svůj nesouhlas pak vyjadřují nevhodným způsobem. Někdy se to bez hádky neobejde, i když vlídné vysvětlení by mělo lepší konečný efekt.

---

[22] GODDETOVÁ, E. T.: Umění jednat s dospívajícími. Přel. Š. Belisová. Praha: Portál, 2001. s.22

Někdy se stává, že se dítě začne rodičům vzdalovat, a to rodiče hodně trápí. V těchto případech chápou rodiče chování svých dětí necitlivé nebo asociální. Jejich chování je však dáno především jejich duševními a fyzickými proměnami a neznamená to, že dospívající nemají své rodiče rádi, nebo že jsou nevychovaní. I toto k tomuto životnímu období patří. Blízkost rodičů dospívající děti tísní, a tak je od sebe odstrkují, někdy až hrubě. Děti si přiznávají, že rodiče pro ně nejsou vším. Rodiče si toho jsou vědomi, avšak na to nejsou připraveni, a to potom vede k častým roztržkám a nedorozuměním.

K vytvoření dobré atmosféry v rodině, si musí rodiče uvědomit, že pro ně není jejich dospívající syn nebo dcera vším, jelikož i oni mají vlastní život a dospívající postupně přestane být středem jejich světa. Začne si budovat svůj vlastní život. Na druhé straně by rodiče měli své dítě chránit. Především před traumatizujícími a nebezpečnými způsoby chování, které dospívající děti ohrožují (toxikomanie, alkohol, bulimie, anorexie atd.).

Rodiče dnešních dospívajících to nemají lehké. Dospívající děti bývají nepřístupné, přestávají se rodičům svěřovat - někdy to opravdu nedokážou. Mají pocit, že je doma nikdo nechápe, že jim rodiče nerozumí. Toto vše přičítají rodičům, vidí u nich různé chyby, s nimiž se nehodlají smířit. Přisuzují vinu spíše jim než sobě. Rodiče se pak často myslí, že jejich dětem na nich nezáleží a raději hledají podporu u svých kamarádů. Přitom rodiče svým dětem při řešení běžných problémů mohou pomoci. „Musí však porozumět úrovni jejich sebepojetí i charakteristickým rysům jejich sebevědomí.“[23] Přes všechny spory v rodině se rodiče snaží předat svým dětem veškeré důležité společenské hodnoty. Chtějí jim dát to nejlepší ze sebe a děti to časem nakonec pochopí. Je to dáno tím, že většina rodičů ví, co je pro výchovu svých dětí správné.

Porozumí-li rodiče vývoji svého dospívajícího dítěte i svému vlastnímu vývoji, budou lépe připraveni pomoci svému dítěti řešit nepříjemné situace a nástrahy, které přináší sám život. I když je pro některé rodiče toto období náročné, měli by se snažit přijímat určitá kritéria, díky nimž dosáhnou ve vztahu k dětem alespoň částečného vzájemného porozumění. Důležitá je tolerance, shovívavost, vzájemná pozornost, schopnost formulovat a přijímat požadavky, a také stanovení mezí umožňující bezkonfliktní vzájemné soužití. Rodiče na to však nesmějí být sami, snažit by se měly i děti.

---

[23] TAXOVÁ, J.:Pedagogicko psychologické zvláštnosti dospívání. Praha: SPN, 1987, s. 126

V žádné rodině ale nejsou vztahy mezi rodiči a jejich dospívajícími dětmi ideální, i když se opravdu snaží. Děti ví, co je zatěžuje a trápí. Cítí to stejně i jejich rodiče? Dokáží odhadnout, co je pro jejich dítě v rodinném soužití nepříjemné? Odpovědi na tyto otázky jsem se snažila získat z výsledků šetření popsaných v praktické části této diplomové práce. Výzkumné šetření se týká zvládání zátěže dětí staršího školního věku a zjišťování toho, jaké situace v rodině jsou pro ně nepřímené. Výsledky přinášejí i vyjádření názorů rodičů na předpoklady o tom, co jejich děti nejvíce trápí.

5. PRAKTICKÁ ČÁST

5. 1 Uvedení do problematiky

Každý problém je pro děti do určité míry zatěžující. Některý více, některý méně. Čím jsou děti starší, tím více náročnějších životních situací řeší. Děti staršího školního věku začínají dospívat. Proces dospívání přináší mnohé konfliktní situace, s nimiž se musí dospívající děti potýkat. Toto období je náročné i pro jejich rodiče, kteří musí pochopit, že se jejich dítě začíná postupně osamostatňovat a oni pro něj přestávají být na prvním místě. Dítě nachází podporu i jinde. Někteří rodiče to nedokáží akceptovat. Proto jsou pro toto období typické menší či větší hádky a problémové situace, které jsou pro děti zatěžující.

Zátěž je běžnou součástí života nejen dospělých ale i dětí, a proto se i děti postupně učí některé zátěžové situace zvládat. Každý z nich se vyrovnává s problémy po svém, žádné dvě děti nejsou úplně stejné. Někdo se snaží zátěž překonat vlastními silami, někdo hledá podporu u druhých lidí a někdo volí raději únik. Všechny tyto strategie souhrnně nazýváme copingové strategie neboli coping. Úroveň copingu je u dětí rozdílná. Hrají zde roli i jejich osobnostní vlastnosti a postoje k životu.

Téma problémových situací mezi dětmi staršího školního věku a jejich rodiči je široké. Problémy s rodiči dospívající děti zatěžují a oni se je snaží nějakým způsobem zvládnout.

V této části diplomové práce se zaměřuji na zjišťování copingových strategií u dětí staršího školního věku a na porovnání rodičovského a dětského vnímání problémových situací, jenž jsou pro děti nepříjemné. Ke zjištění strategií copingu jsem použila dotazník CCSC, jehož autorem je americký psycholog Ayers. Zjištěná data mohou o dětech ledasco vypovídat. Některé zjištěné výsledky se dají následně porovnat s odpověďmi z dotazníku nedokončených vět zjišťující reakce dětí na typické problémové situace v rodině a předpoklady jejich rodičů. Získané údaje mohou vypovídat o pohledu na stejnou situaci dětmi i rodiči. Podle zjištěných a zpracovaných výsledků jsem se pokusila zjistit, jestli se rodiče dokáží vžít do svých dětí, poznat, co je trápí a následně jim pomoci.

5. 2 Cíl práce

Cílem tohoto šetření je snaha zmapovat problémové situace, které děti ve vztahu s rodiči nejvíce trápí, a zda to tak vidí i jejich rodiče. Zjištěná data nám poodhalí, které oblasti jejich soužití považují rodiče za problematické a zda dokáží odhadnout, jestli určitý problém jejich dítě zatěžuje. Také zjišťuji, jaké strategie copingu děti nejčastěji využívají. Zaměřuji se též na hledání souvislostí mezi údaji o copingových strategiích a chápáním problémových situací mezi dětmi a rodiči z pohledu obou stran. K hledání této souvislosti nás vede fakt, že rodinné socializační prostředí, jeho emocionální klima a důvěra v rodiče se spolupodílí na vývoji schopnosti zvládat zátěž u dětí žijících v konkrétní rodině.

Součástí výzkumu mělo být také zjišťování souvislostí mezi schopností zvládat zátěž a sebeobrazem. Pro tyto účely byl použit dotazník T.S.E. Postupem času se však ukázalo, že v našich poměrech nelze strukturu dotazníku aplikovat a vyhodnotit. Vzhledem k tomu se od této dílčí složky šetření upustilo a nebyla ji věnována pozornost.

5. 3 Stanovení výzkumných otázek

Výzkumy týkající se copingu u dětí se prováděly v posledních několika desetiletích nejen v zahraničí, ale také v Čechách. „Současný výzkum zvládání náročných situací se opírá o nejnovější paradigmata vázající se k transakčnímu a osobnostně dispozičnímu přístupu. Základní myšlenka transakčního modelu je ta, že zátěžové situace vnímané jako přístupné ke změně jsou spíše řešeny strategií zaměřenou na překonávání překážek. V situacích, které jsou považovány za nezměnitelné, je využita především strategie vyhledávající emocionální podporu.“[24]

Dnešní generace se ve výzkumu copingu opírá spíše o osobnostně dispoziční přístup. Zastánci tohoto modelu se opírají o celou řadu empirických důkazů, které jsou příkladem toho, že určité styly zvládání zátěže souvisí s osobnostními charakteristikami. O tom je řeč v teoretické části této práce.

V rámci zjišťování dětmi používaných copingových strategii bylo vytvořeno několik typů dotazníků. Jeden z nich jsem se rozhodla použít pro účely této práce. Podrobněji bude popsán v části týkající se metodiky a výzkumného vzorku. Hodnoty z vyhodnoceného dotazníku vypovídají o tom, jaké copingové strategie děti staršího

[24] BLATNÝ, M., KOHOUTEK, T.: Situačně kognitivní a osobnostní determinanty chování v zátěžové situaci. Československá psychologie, 2002, vol. 46, no. 2, s. 97-204

věku preferují. Volba copingové strategie může korespondovat s odpověďmi v dotazníku nedokončených vět, který zjišťuje, jaké problémové situace s rodiči vnímají děti jako zatěžující. Velice přínosné jistě bude i porovnání dvou rozdílných generací a zjištění, zda jsou rodiče pro své děti při zvládání náročnějších situací skutečnou oporou. Dotazník nedokončených vět, který byl pro tuto práci použit, je z hlediska vypovídací hodnoty značně obsáhlý. I metoda tohoto dotazníku bude podrobněji rozvedena.

Ještě před začátkem výzkumu jsem si stanovila některé hypotézy. Po prostudování odborných materiálů a literatury jsem si položila následující **výzkumné otázky**:

1. *V jaké míře děti používají jednotlivé copingové strategie?*
2. *Dokáží se rodiče vcítit do svého dítěte a odhadnout, kterou oblast považuje dítě za problematickou?*
3. *Souvisí použití určité copingové strategie s řešením problému?*
4. *Předpokládají rodiče stejné řešení zátěžové situace jako jejich děti?*

6. METODIKA A POPIS VÝZKUMNÉHO VZORKU

6. 1 Použité metody a techniky

Strategie zvládání u dětí byla zjišťována dotazníkem **CCSC – Childrens Coping Strategies Checklist.** Autorem škály je americký psycholog Ayers a kolektiv[25]. Škála CCSC rozlišuje **aktivní strategie copingu**, k nimž patří kognitivní rozhodování, přímé řešení problému, hledání pochopení a pozitivní přehodnocení. Dále rozlišuje **strategie hledání podpory**, a to podpory zaměřené na problém a podpory emocionální. Identifikuje i **rozptylující strategie**, mezi které patří fyzické uvolňování pocitů či rozptylující aktivity. Nakonec rozlišuje **strategie vyhýbání.** To je kognitivní vyhýbání a únikové aktivity.

Při tvorbě této škály vycházeli autoři z teoretických modelů, jež využívaly položky již existujících škál. „Konfirmační analýza ukázala, že tento čtyř faktorový model copingu charakterizuje údaje lépe než dřívější modely zaměřené na problém versus emoce (Lazarus, Folkmanová) nebo na rozlišení aktivního a pasivního copingu (Billingsa, Mossa)“[26]. Dotazník CCSC má 42 otázek. Respondent v něm hodnotí svoje chování při zvládání problému na čtyř bodové stupnice od „skoro nikdy“ po „skoro vždy“ (viz příloha č. 1).

Tento typ dotazníku je určen pro děti od 10 let. Vhodnost věkové hranice potvrzují i slovenští kolegové, kteří v tomto směru prováděli četná zkoumání. Na základě toho nám byla poskytnuta řada referencí. Možnost aplikace dotazníku v české populaci jsme ověřili na vzorku 203 dětí ve věku 10-14 let. Pro potřeby této diplomové práce však pracuji jen s částí mnou zadaných dat.

Po zadání dotazníků byla provedena faktorová a položková analýza, při které se zjistilo, že v našich podmínkách není možné replikovat celou strukturu, kterou navrhl Ayers a jeho kolegové. Pro potřeby této práce byly použity jen ty škály, které mají určitou reliabilitu.

Při zpracování bude počítáno s položkami zjišťující u dětí míru tří copingových strategií. První strategie je **kognitivní rozhodování**, druhá **rozptylující aktivity/emoční coping** a třetí **vyhýbání/pasivní coping**. Jelikož byla rozlišovací škála dotazníku CCSC zjednodušena a nebylo možné využít celou jeho strukturu, bylo vyhodnoceno pouze 20

[25] AYERS, T.S., SANDLER, I.N., WEST, S.G., ROOSA, M.W. (1996): A dispositional and situational assessmentof children's coping: Trstiny alternative model sof coping. Journal of Personality, 64, 923-928
[26] MEDVEĎOVÁ, L.: Faktory osobnosti a zvládanie stresu pebescentmi. Psychológia a patopsychológia dieťaťa, 34, 1999, s. 6

otázek. Šlo o položky, které mohly být zařazeny do výše jmenovaných škál mající reliabilitu.

V prvním případě jsou děti celkově připraveni na zvládnutí zátěže a hledají řešení, při čemž posuzují své možnosti. V druhém případě děti rezignují na řešení problémů a hledají nějaký druh emoční podpory. Poslední strategie se jeví jako nejlepší v případě situace, která se dětem jeví jako ohrožující a obtížná. V tomto případě je pro děti nejlepší nějaký druh úniku. Těmto i jiných copingovým strategiím je věnováno více pozornosti v teoretické části práce.

Zjištěná data jsou zpracovávána v programu Microsoft Excel, v němž byly vytvořeny potřebné početní vzorce. Pro přehlednost jsou výsledky zpracování prezentovány ve zjednodušených tabulkách. Reliabilita je vhledem k malému množství položek běžná. Pro standardizaci či experimentální výzkumy je třeba dotazník CCSC dotvořit.

Druhou částí praktického výzkumu je zpracování **dotazníku nedokončených vět**, který byl zadán dětem i jejich rodičům. Dotazník má přinést pohled na rodičovské a dětské vnímaní problémových situacích mezi nimi, jež děti trápí. První podoba dotazníku byla velmi vzdálená té, kterou jsem nakonec použily. Během přípravy na šetření vzniklo několik variant. Ty se neustále měnily a doplňovaly. Nakonec jsme s kolegyní, která dotazník nedokončených vět pro potřeby své diplomové práce též využila, usoudily, že nejlepší řešení bude využití **poloprojektivní metody.**

Tato metoda ke zjištění potřebných údajů většinou využívá nedokončených vět, které se doplňují. Princip spočívá v tom, že respondent doplní začátek věty podle toho, na co má dle zadání odpovídat. Tato metoda je složitější na vyhodnocení, jelikož každý respondent odpovídá jinak.

Dotazník obsahuje **15 uvozovacích vět**. Ty musí děti i rodiče doplnit tak, aby výsledná věta vyjadřovala situaci, která dítěti není příjemná, trápí ho. Děti i rodiče vyplňovali stejný dotazník pouze s rozdílnými pokyny. Rodiče se měli snažit vžít do svého dítěte a zamyslet se, co vnímá jako nepříjemné a jak na to reaguje. Díky tomu můžeme vzájemné porovnat dva pohledy na stejnou problémovou situaci - pohled dětí i jejich rodičů. Na konci tohoto dotazníku byla ještě ponechána možnost pro uvedení dalších problémových situacích v rodině (viz příloha č. 2, 3).

Všechny odpovědi byly zpracovány v tabulkách, kde můžeme přehledně zjistit, jak odpovídalo dítě a jeho rodič na jednotlivé otázky. Z nejčastějších odpovědí byly vytvořeny kategorie, které byly graficky zpracovány. Z grafů získáme povědomí o tom, co je pro dospívající děti nejvíce zatěžující, a jestli si to myslí i jejich rodiče.

Oba použité dotazníky jsou anonymní. Byly opatřeny pouze čísly, pod kterým vystupoval stejný žák a jeho rodič (H1, H2, H3...). Žáci uváděli pouze pohlaví, datum narození a třídu. Rodiče pak pohlaví, datum narození jejich dítěte a třídu, kterou dítě navštěvuje.

6. 2. Charakteristika výzkumného vzorku

Výzkumný vzorek tvořilo 32 dětí, z toho 14 chlapců a 18 dívek. Děti jsou žáky devítileté základní školy Habry. Jsou ve věku od 12 do 14 let. Dotazník CCSC a dotazník nedokončených vět byl zadán ve třídách 7.A a 8.B. Obě třídy patří k bezproblémovým, jejich školní výkony jsou průměrné. Podle slov třídních učitelek žáci těchto tříd nežijí ve vyhroceném domácím prostředí.

Výzkumný vzorek dále tvořilo 32 rodičů dětí, kteří se účastnily šetření. Rodičům byl zadán pouze dotazník nedokončených vět.

Při vyplňování dotazníku byl ve třídě klid, žáci se soustředili na otázky a snažili se odpovídat podle skutečnosti. Dotazníky vyplnili všichni přítomní v obou třídách. Žádosti o vyplnění dotazníku vyhověli i všichni rodiče žáků. Se zadáváním nebyly žádné problémy, děti i rodiče byli velmi vstřícní a ochotní.

7. VÝSLEDKY ŠETŘENÍ

7. 1 Popisná část

V této části diplomové práce se zaměřím na popis zjištěných údajů z **dotazníku CCSC** a **dotazníku nedokončených vět**.

7. 1. 1 Zpracované údaje z dotazníku CCSC

Zjištěné údaje z dotazníku CCSC jsou pro přehlednost vypsány v následujících tabulkách. Každá tabulka obsahuje všechny zjistitelné hodnoty pro jednotlivé strategie copingu (zvládání zátěže). Zaměříme se na strategie kognitivního, emočního a pasivního copingu.

I. Kognitivní strategie copingu

Hodnoty škály kog. copingu			Celkem
nízké (8-16)	střední (17-24)	vysoké (25-32)	
6	20	6	32
19%	62%	19%	100%

tab.3.1.1 Kognitivní rozhodování

Většina dětí (62%) užívala kognitivní copingové strategie ve střední míře. Kognitivní copingové strategie v nízké míře užívala pouze malá část dětí (19%). Stejná část dětí (19%) užívala tytéž strategie ve vysoké míře. Nejnižší hodnota škály **8-32** byla hodnota **14**, nejvyšší hodnota **32**. Průměrná hodnota byla **20,6**. Možno tedy říci, že v období dospívání děti nejvíce užívají rozumové řešení problémů ve střední míře.

II. Emoční strategie copingu

Hodnoty škály emoč. copingu			Celkem
nízké (6-12)	střední (13-18)	vysoké (19-24)	
19	10	3	32
59,4%	31,2%	9,4%	100%

tab.3.1.2 Rozptylující aktivity/Emoční coping

Většina dětí (59 %) užívala emoční copingové strategie v nízké míře. Nejméně dětí (9%) užívalo emoční copingové strategie ve vysoké míře. Zbytek dětí (31%) užíval tyto

strategie ve střední míře. Nejnižší hodnota škály **6-24** byla hodnota **7**, nejvyšší hodnota **19**. Průměrná hodnota byla **12,2**. Hledání podpory není u dětí příliš časté.

III. Pasivní strategie copingu

Hodnoty škly pasiv. copingu			Celkem
nízké (6-12)	střední (13-18)	vysoké (19-24)	
10	19	3	32
31,2%	59,4%	9,4%	100%

tab.3.1.3 Vyhýbání/Pasivní coping

Více než polovina dětí (59%) užívala pasivní copingové strategie ve střední míře. Nejméně dětí (9%) užívalo pasivní strategie copingu ve vysoké míře. Zbytek dětí (31%) užíval pasivní coping v nízké míře. Nejnižší hodnota škály **6-24** byla hodnota **8**, nejvyšší hodnota **21**. Průměrná hodnota byla **14,6**. Můžeme říci, že nějaký druh úniku z problémových situací užívají děti nejvíce ve střední míře.

7. 1. 2 Zpracované údaje z dotazníku nedokončených vět

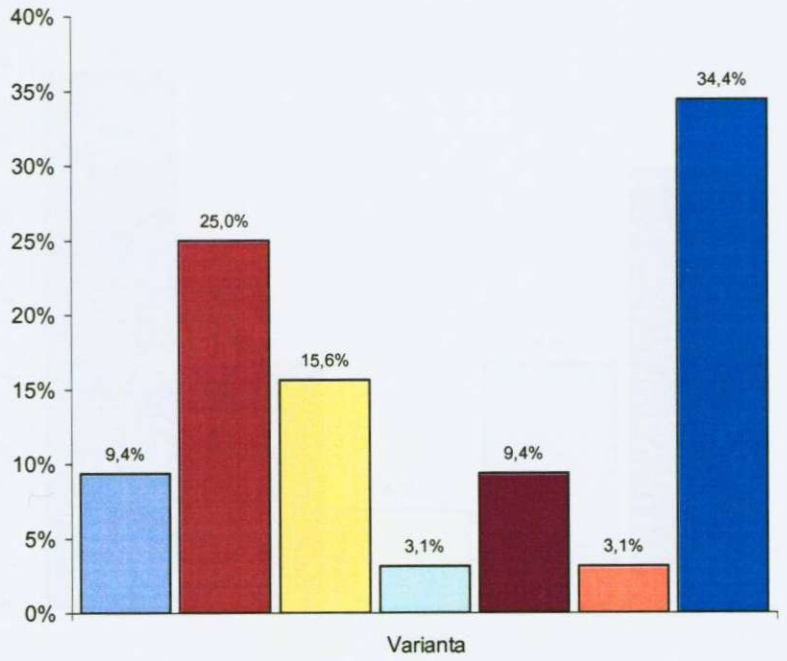
Zjištěné údaje z dotazníku nedokončených vět jsou uspořádány opět do tabulek. V nich jsou zachyceny kategorie odpovědí, kterými děti i rodiče navazovali na nedokončené věty zjišťující, které situace vnímají děti jako nepříjemné, a zda jejich reakce na takové situace dokáží odhadnout i jejich rodiče.

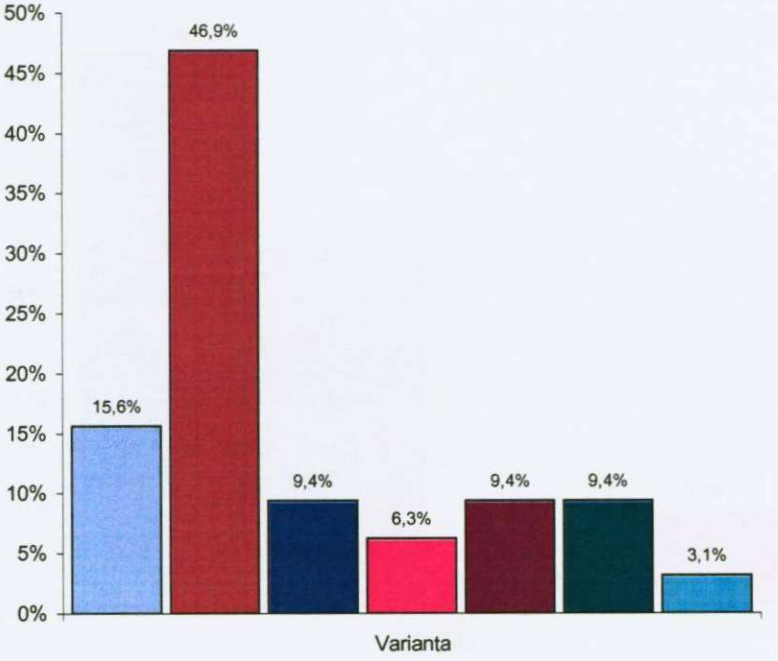
K dispozici máme nejen pohled dětí, ale i jejich rodičů. Ke každé otázce z dotazníku nedokončených vět je pro názornost uveden kromě tabulky sloupcový graf, v němž jsou rozdíly v odpovědích žáka a jeho rodičů patrné na první pohled. Kategorie odpovědí jsou vytvořeny na základě dokončených vět (viz příloha č. 4, 5, 6 – tabulky dokončených vět dětmi i rodiči). Do každé kategorie jsem zařadila odpovědi, které byly obsahově stejné nebo podobné.

OTÁZKA Č.1: Když mám malého sourozence, tak ...

Odpovědi žáků			
Varianta	Kategorie	Počet odpovědí	
1	Rodiče na mě mají méně času.	3	9,4%
2	Sourozence musím hlídat.	8	25,0%
3	Celkově mi vadí.	5	15,6%
4	Mám málo času na sebe a kamarády.	1	3,1%
5	Žárlím na mladšího sourozence.	3	9,4%
6	Za všechno mohu já.	1	3,1%
7	Sourozence nemám nebo mi nevadí.	11	34,4%
Celkem:		**32**	**100,0%**

Odpovědi rodičů			
Varianta	Kategorie	Počet odpovědí	
1	Rodiče na mě mají méně času.	5	15,6%
2	Sourozence musím hlídat.	15	46,9%
3	Musím víc pomáhat doma.	3	9,4%
4	Musím po sourozenci uklízet.	2	6,3%
5	Žárlím na mladšího sourozence.	3	9,4%
6	Sourozenec mi bere věci.	3	9,4%
7	Nechci dalšího sourozence.	1	3,1%
Celkem:		**32**	**100,0%**

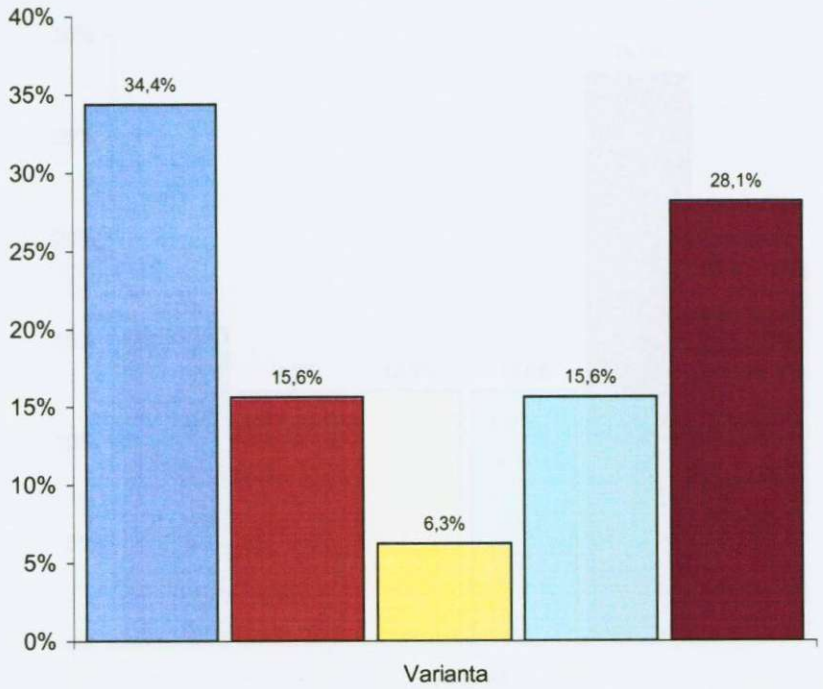


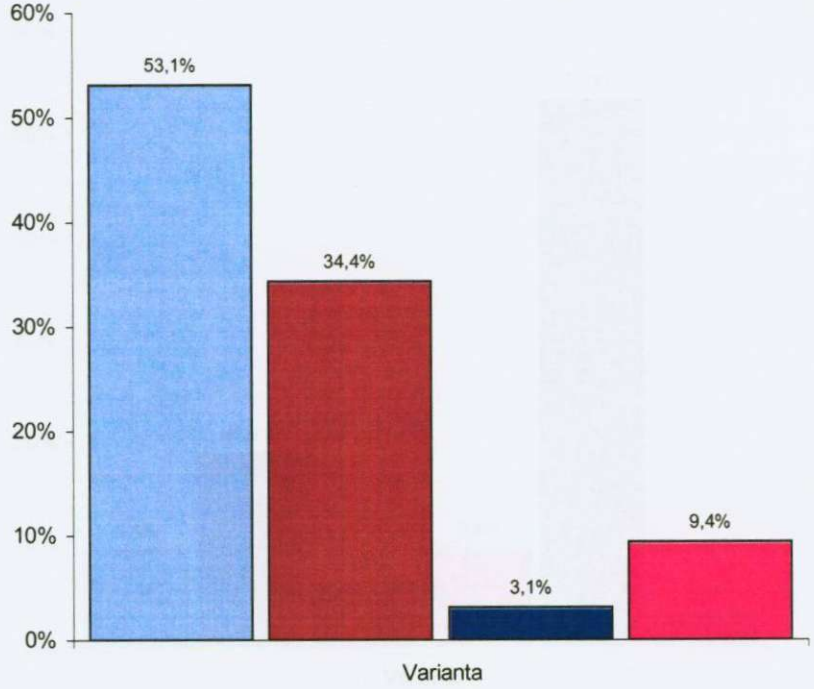


OTÁZKA Č.2: Když se máma s tátou nepohodnou, tak …

Odpovědi žáků			
Varianta	Kategorie	Počet odpovědí	
1	Je mi to líto, jsem smutný/á.	11	34,4%
2	Vzdálím se (ven, do pokoje, k počítači).	5	15,6%
3	Mám pocit viny.	2	6,3%
4	Vadí mi to, rozzobí mě to.	5	15,6%
5	Nevadí mi to, je mi to jedno.	9	28,1%
Celkem:		**32**	**100,0%**

Odpovědi rodičů			
Varianta	Kategorie	Počet odpovědí	
1	Je mi to líto, jsem smutný/á.	17	53,1%
2	Vzdálím se (ven, do pokoje, k počítači).	11	34,4%
3	Rodičům do toho mluvím.	1	3,1%
4	Rodiče se nehádají.	3	9,4%
Celkem:		**32**	**100,0%**

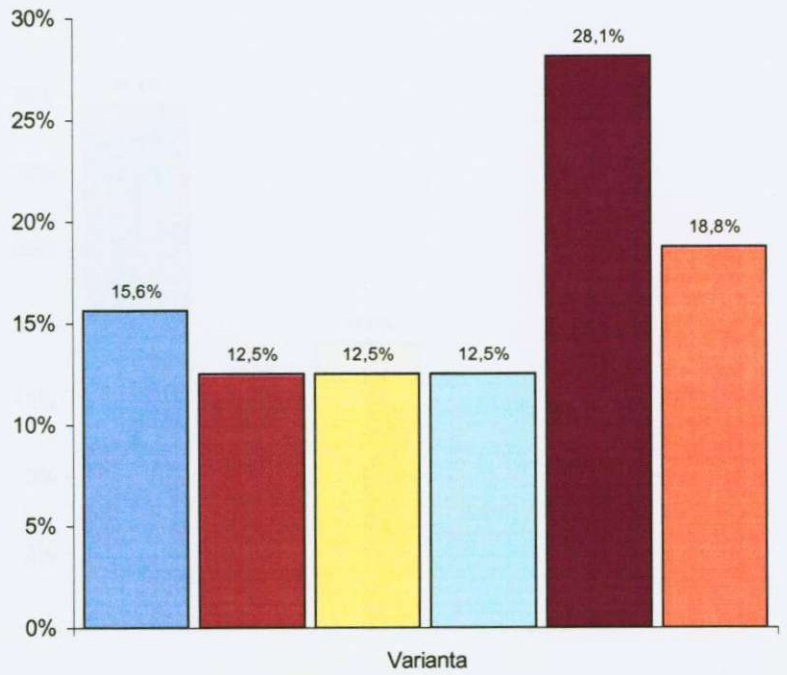


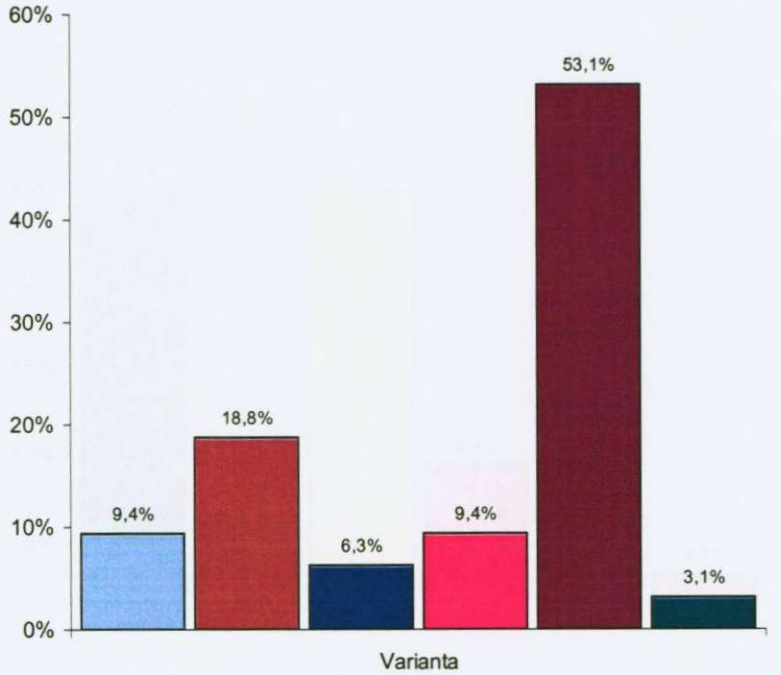


OTÁZKA Č.3: Když se rodiče rozvedli, tak …

Odpovědi žáků			
Varianta	Kategorie	Počet odpovědí	
1	Stýská se mi po druhém rodiči.	5	15,6%
2	Cítím velkou lítost.	4	12,5%
3	Cítím se osamělý/á (uzavřu se do sebe).	4	12,5%
4	Snažím se pomoci.	4	12,5%
5	Nedovedu si to představit.	9	28,1%
6	Jiné.	6	18,8%
Celkem:		**32**	**100,0%**

Odpovědi rodičů			
Varianta	Kategorie	Počet odpovědí	
1	Stýská se mi po druhém rodiči.	3	9,4%
2	Cítím velkou lítost.	6	18,8%
3	Vadí mi to.	2	6,3%
4	Rodičům to neodpustím.	3	9,4%
5	Nedovedu si to představit.	17	53,1%
6	Snažím se z toho těžit.	1	3,1%
Celkem:		**32**	**100,0%**

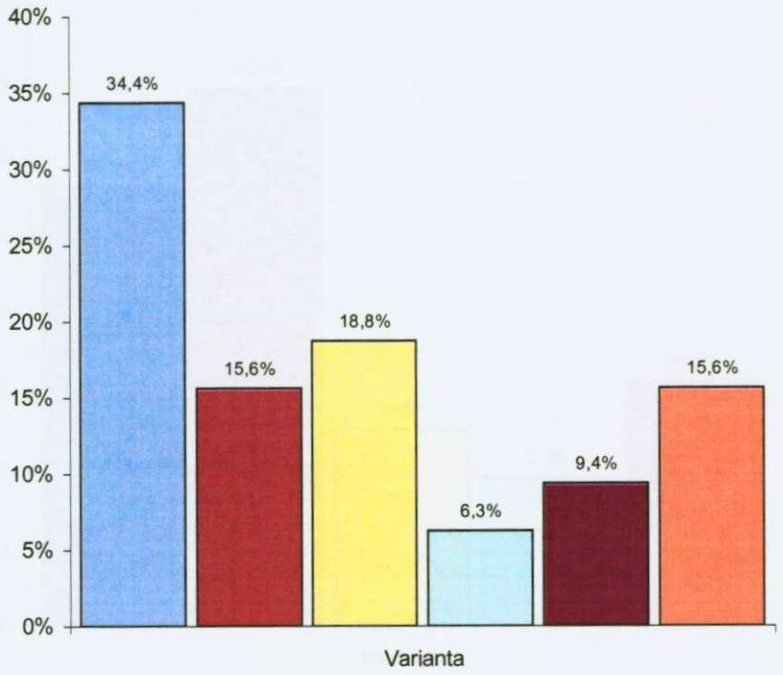


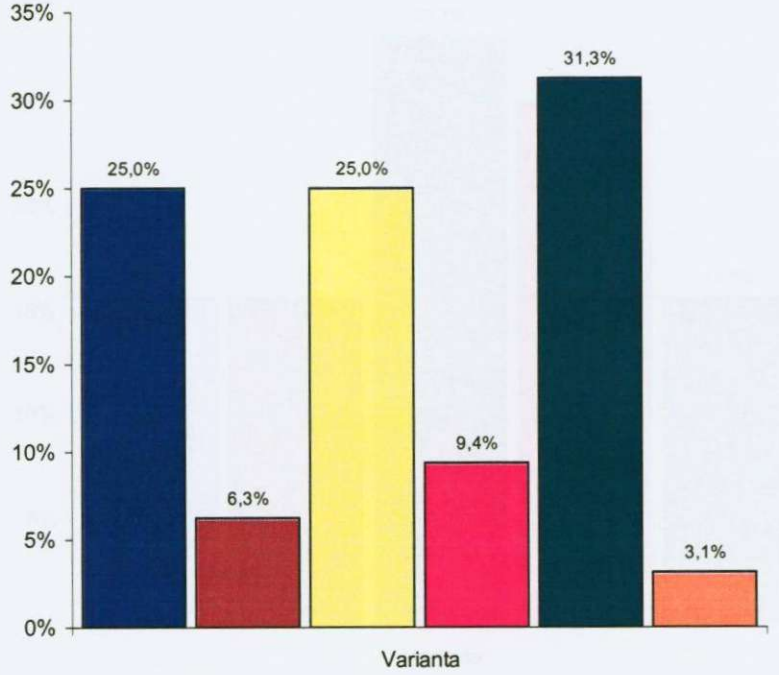


OTÁZKA Č.4: Když (mi / mě / mně) můj sourozenec ...

Odpovědi žáků			
Varianta	**Kategorie**	**Počet odpovědí**	
1	Naštve mě - oplatím mu to.	11	34,4%
2	Mlátí mě - vrátím mu to.	5	15,6%
3	Provokuje mě, otravuje mě, žaluje rodičům.	6	18,8%
4	Svede všechno na mě.	2	6,3%
5	Nechce mě pustit k počítači.	3	9,4%
6	Sourozenec mi nevadí nikdy.	5	15,6%
Celkem:		**32**	**100,0%**

Odpovědi rodičů			
Varianta	**Kategorie**	**Počet odpovědí**	
1	Leze mi do mých věcí.	8	25,0%
2	Mlátí mě - vrátím mu to.	2	6,3%
3	Provokuje mě, otravuje mě, žaluje rodičům.	8	25,0%
4	Ponižuje mě.	3	9,4%
5	Udělá něco o čem ví, že mi vadí.	10	31,3%
6	Sourozenec mi nevadí nikdy.	1	3,1%
Celkem:		**32**	**100,0%**

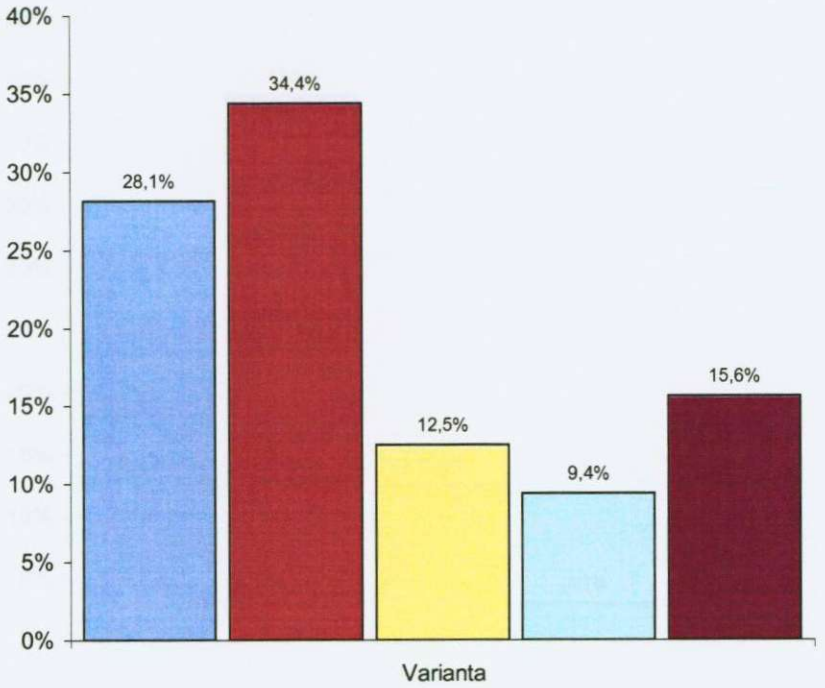


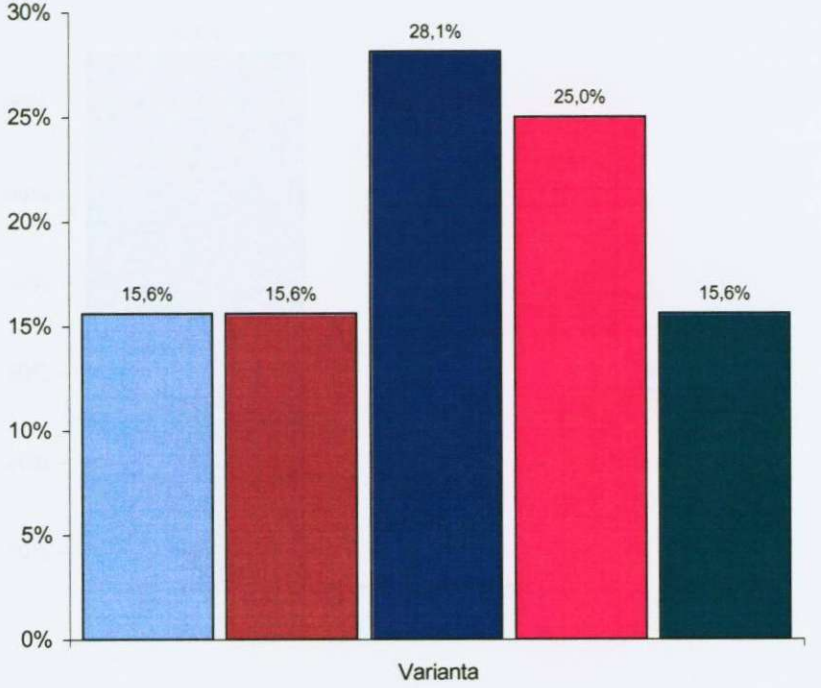


OTÁZKA Č.5: Když dostanu špatnou známku, máma a / nebo táta …

Odpovědi žáků			
Varianta	Kategorie	Počet odpovědí	
1	Rodiče žádají zlepšení známky.	9	28,1%
2	Rodiče mi vynadají nebo uloží trest.	11	34,4%
3	Musím se jít učit.	4	12,5%
4	Rodiče řeknou, že si za to mohu sám.	3	9,4%
5	Nevadí jim to.	5	15,6%
Celkem:		**32**	**100,0%**

Odpovědi rodičů			
Varianta	Kategorie	Počet odpovědí	
1	Rodiče žádají zlepšení známky.	5	15,6%
2	Rodiče mě potrestají (výprask, trest).	5	15,6%
3	Rodiče se zlobí.	9	28,1%
4	Rodiče mi domlouvají.	8	25,0%
5	V klidu si promluvíme.	5	15,6%
Celkem:		**32**	**100,0%**

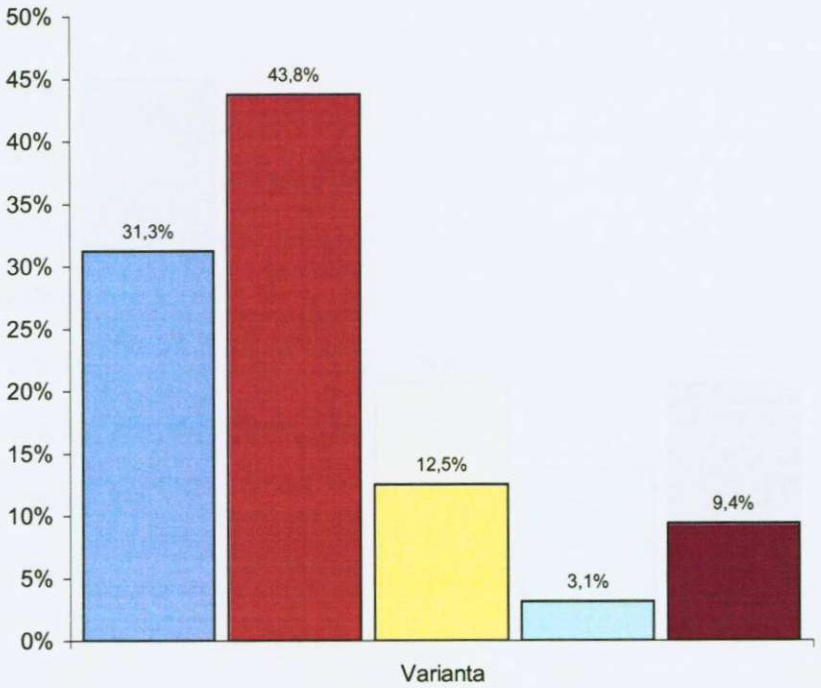


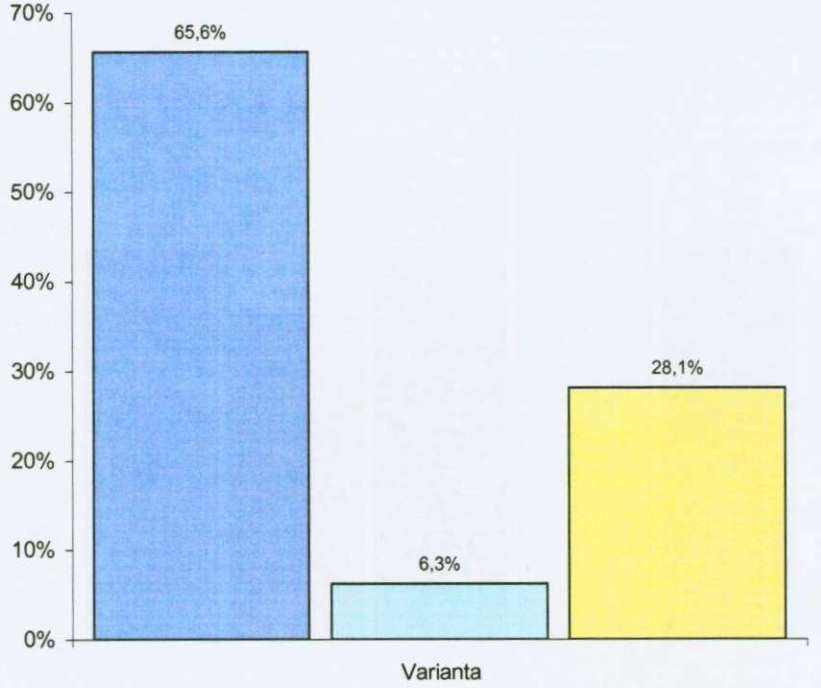


OTÁZKA Č.6: Když mě máma a / nebo táta nutí (do) ...

Odpovědi žáků			
Varianta	**Kategorie**	**Počet odpovědí**	
1	Vykonávat domácí práce - udělám to.	10	31,3%
2	Vykonávat dom. práce - neudělám to.	14	43,8%
3	Dělat něco, co mě nebaví (hud. nástroj).	4	12,5%
4	Učit se - neučím se.	1	3,1%
5	Dělat něco, co neumím.	3	9,4%
Celkem:		**32**	**100,0%**

Odpovědi rodičů			
Varianta	**Kategorie**	**Počet odpovědí**	
1	Vykonávat dom. práce - nebaví mě to.	21	65,6%
2	Učit se.	2	6,3%
3	Dělat něco, co mě nebaví (hud. nástroj).	9	28,1%
Celkem:		**32**	**100,0%**

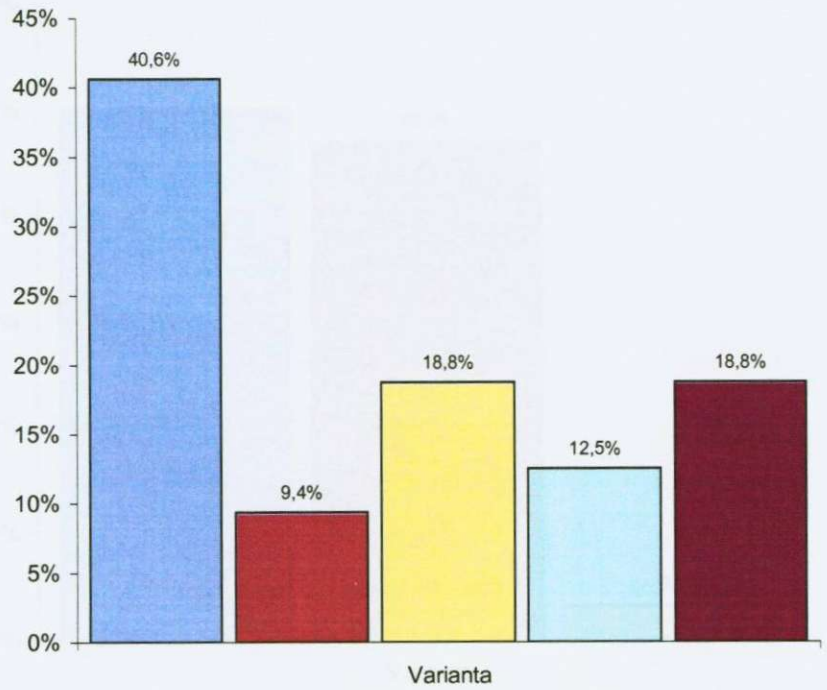


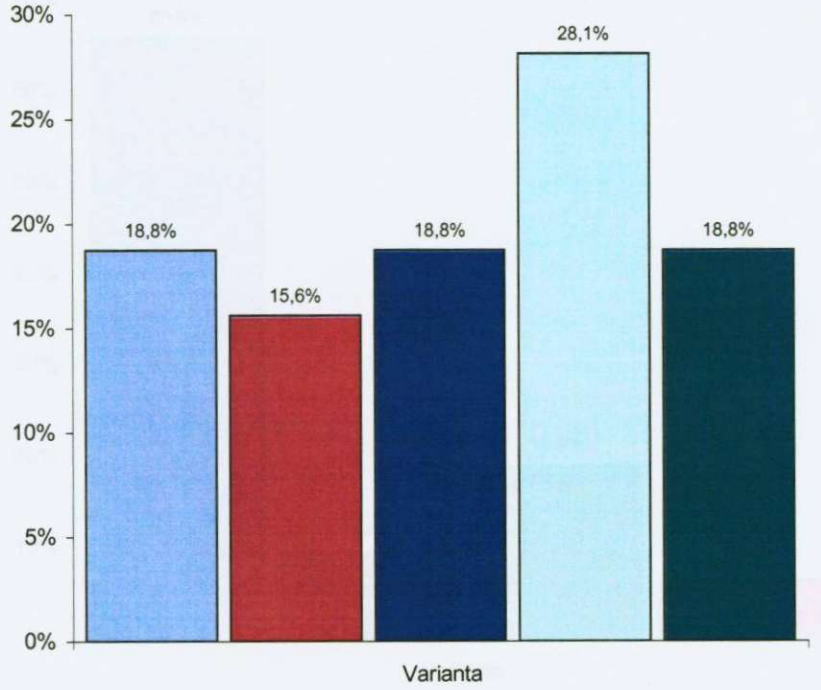


OTÁZKA Č.7: Když mě máma a / nebo táta zakazují …

Odpovědi žáků			
Varianta	Kategorie	Počet odpovědí	
1	Jít ven, za kamarády - štve mě to.	13	40,6%
2	Dělat věci, které mě baví (záliby).	3	9,4%
3	Dělat něco, co stejně udělám.	6	18,8%
4	Trávit čas u počítače, televize.	4	12,5%
5	Dodržuji příkazy rodičů.	6	18,8%
Celkem:		**32**	**100,0%**

Odpovědi rodičů			
Varianta	Kategorie	Počet odpovědí	
1	Jít ven, za kamarády - štve mě to.	6	18,8%
2	Dělat cokoli - štve mě to.	5	15,6%
3	Dívat se dlouho do noci na televizi.	6	18,8%
4	Trávit čas u počítače.	9	28,1%
5	Jiné.	6	18,8%
Celkem:		**32**	**100,0%**

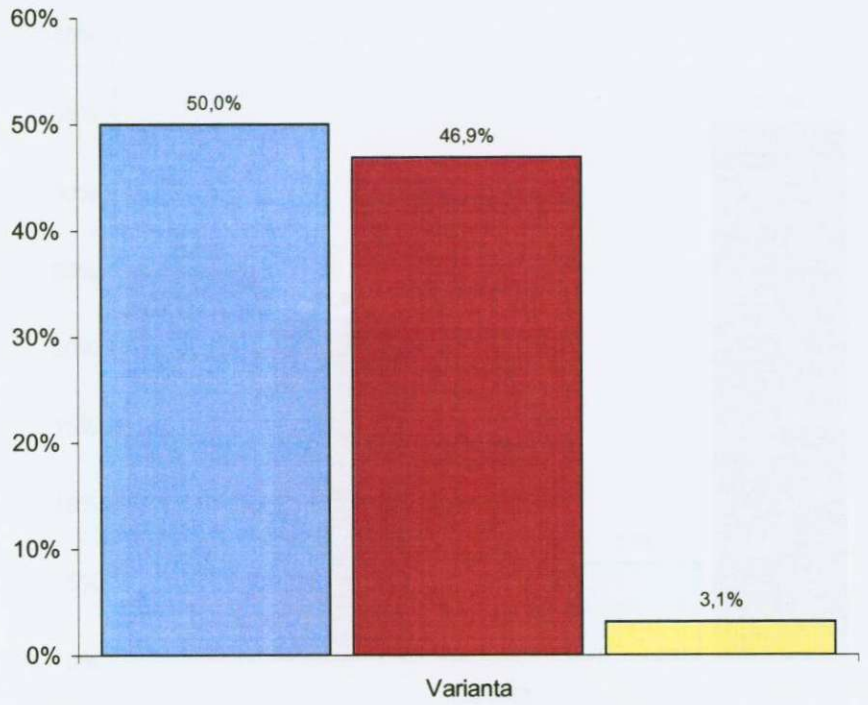


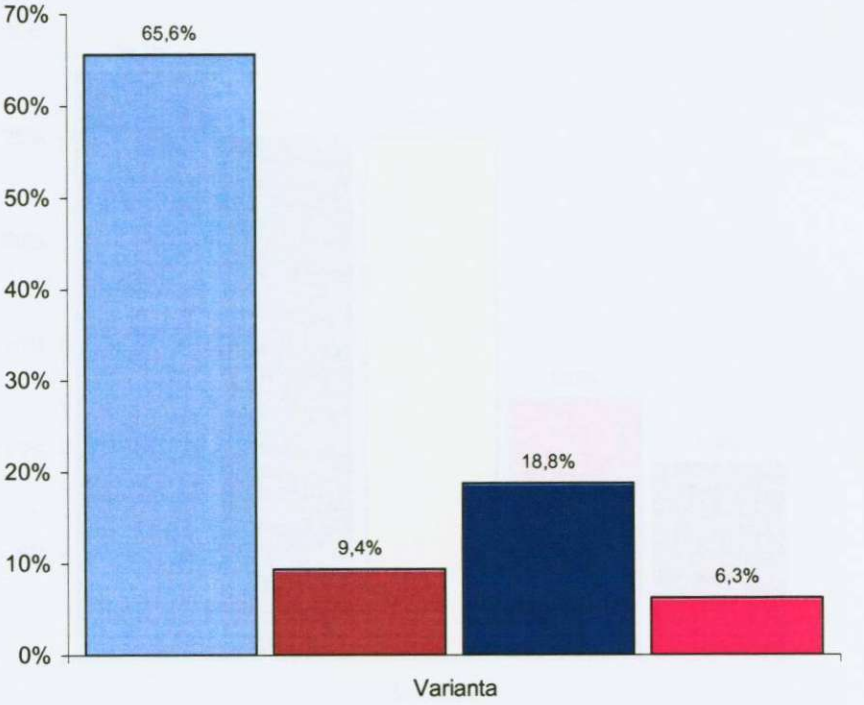


OTÁZKA Č.8: Když doma musím ...

Odpovědi žáků			
Varianta	Kategorie	Počet odpovědí	
1	Dělat dom.práce - štve mě to.	16	50,0%
2	Dělat dom.práce - nevadí mi to.	15	46,9%
3	Dělat něco, co sourozenec nemusí.	1	3,1%
Celkem:		**32**	**100,0%**

Odpovědi rodičů			
Varianta	Kategorie	Počet odpovědí	
1	Dělat dom.práce - štve mě to.	21	65,6%
2	Dělat dom.práce - nevadí mi to.	3	9,4%
3	Dělat něco, co mě nebaví (být potichu).	6	18,8%
4	Psát úkoly.	2	6,3%
Celkem:		**32**	**100,0%**

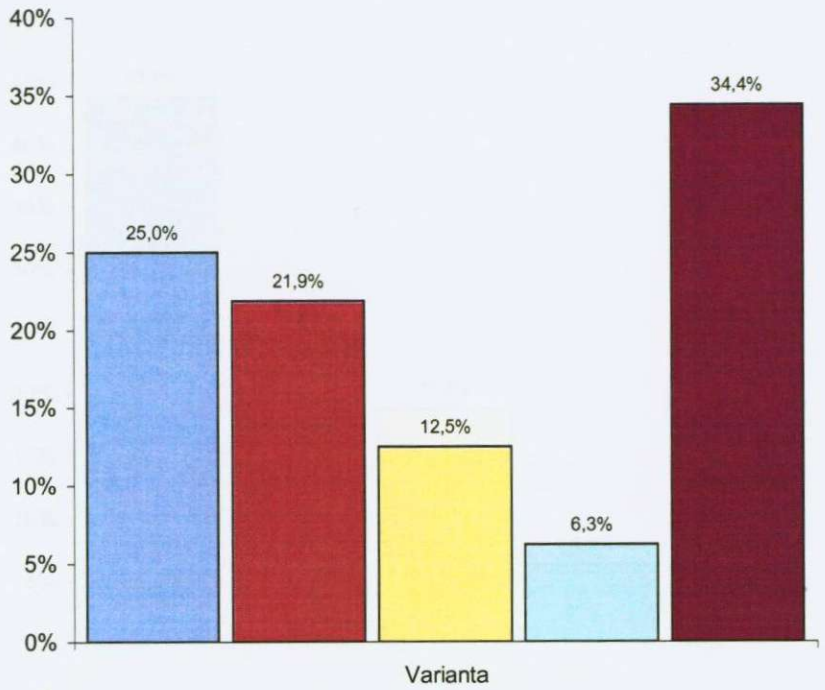


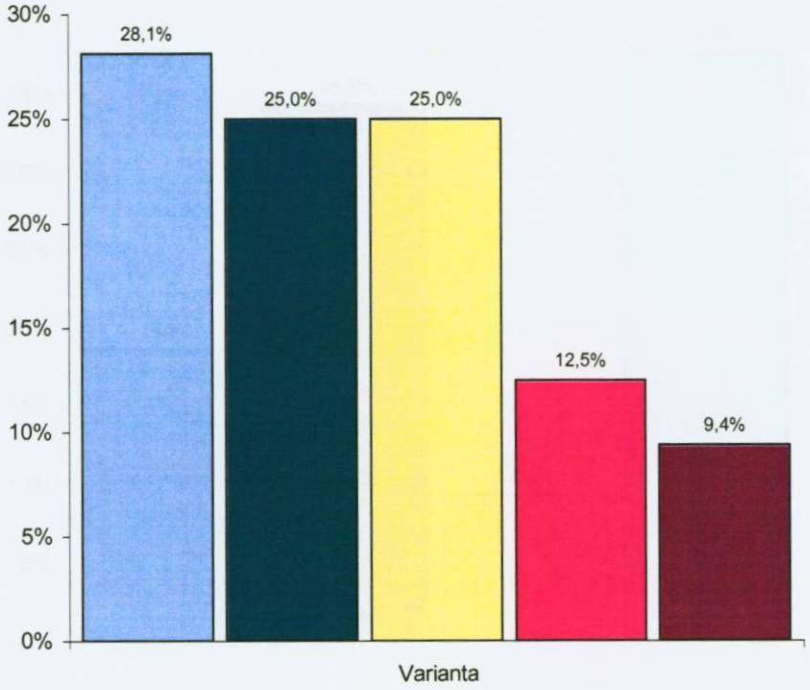


OTÁZKA Č.9: Když se mámě a / nebo tátovi nelíbí můj kamarád, tak ...

Odpovědi žáků			
Varianta	Kategorie	Počet odpovědí	
1	Kamarádím se s ním dál.	8	25,0%
2	Přesvědčuji rodiče o opaku.	7	21,9%
3	Rodiče mi ho vymlouvají.	4	12,5%
4	Rodiče nechtějí, aby k nám chodil.	2	6,3%
5	Moji kamarádi rodičům nevadí.	11	34,4%
Celkem:		**32**	**100,0%**

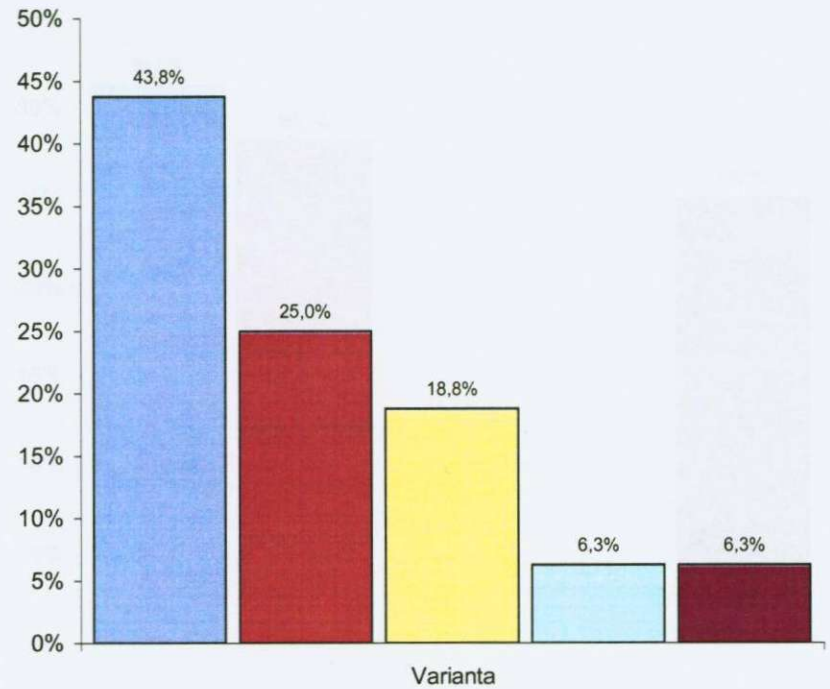
Odpovědi rodičů			
Varianta	Kategorie	Počet odpovědí	
1	Kamarádím se s ním dál.	9	28,1%
2	Rodiče ho ignorují.	8	25,0%
3	Rodiče mi ho vymlouvají.	8	25,0%
4	Rodiče mi ho zakazují.	4	12,5%
5	Moji kamarádi rodičům nevadí.	3	9,4%
Celkem:		**32**	**100,0%**



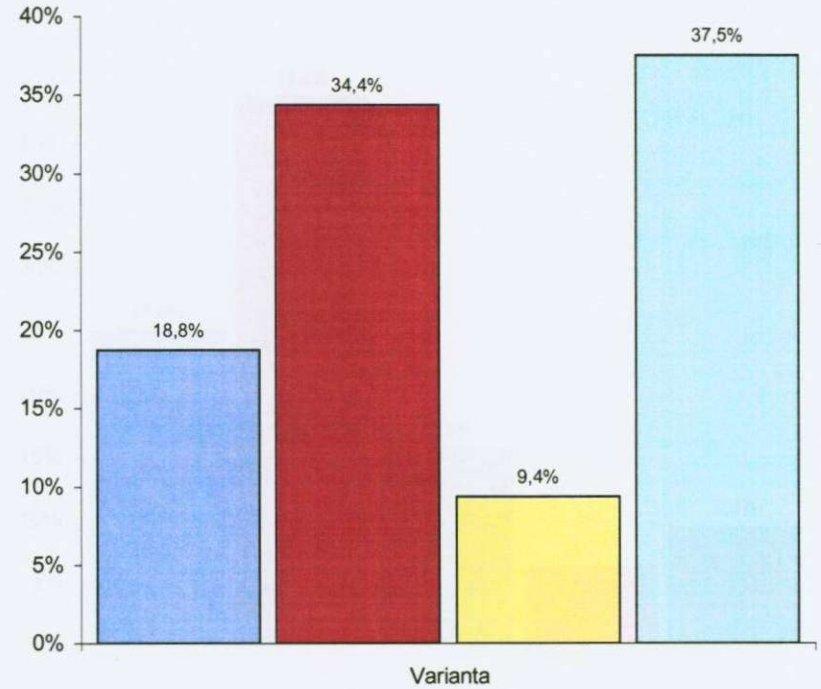


OTÁZKA Č.10: Když něco špatného provedu, tak mi máma a / nebo táta ..

Odpovědi žáků			
Varianta	**Kategorie**	**Počet odpovědí**	
1	Vynadají mi.	14	43,8%
2	Potrestají mě (dom.vězení, dom.práce).	8	25,0%
3	Dají mi výprask.	6	18,8%
4	V klidu mi domluví.	2	6,3%
5	Nic neudělají.	2	6,3%
Celkem:		**32**	**100,0%**



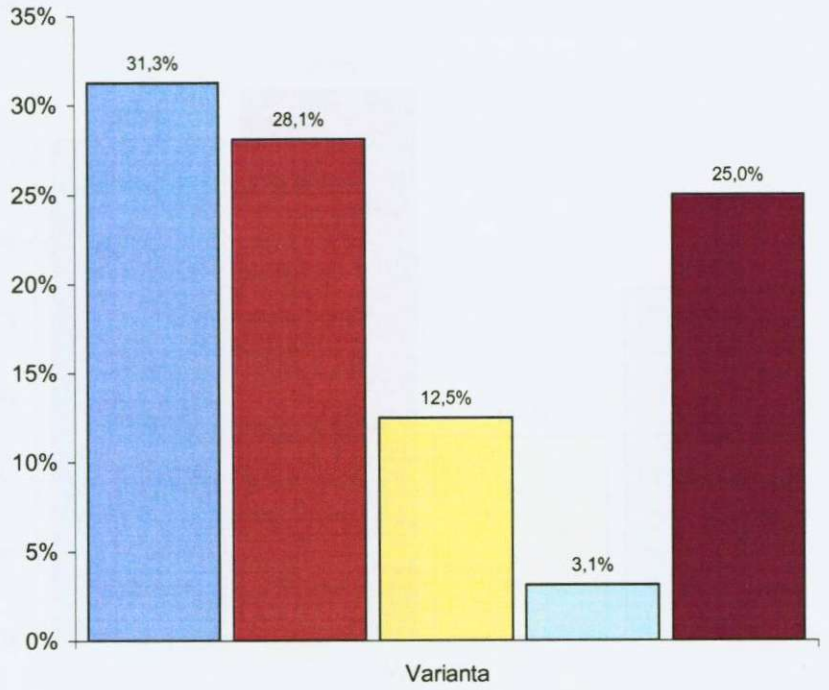
Odpovědi rodičů			
Varianta	**Kategorie**	**Počet odpovědí**	
1	Vynadají mi.	6	18,8%
2	Potrestají mě (dom.vězení, dom.práce).	11	34,4%
3	Dají mi výprask.	3	9,4%
4	V klidu mi domluví.	12	37,5%
Celkem:		**32**	**100,0%**

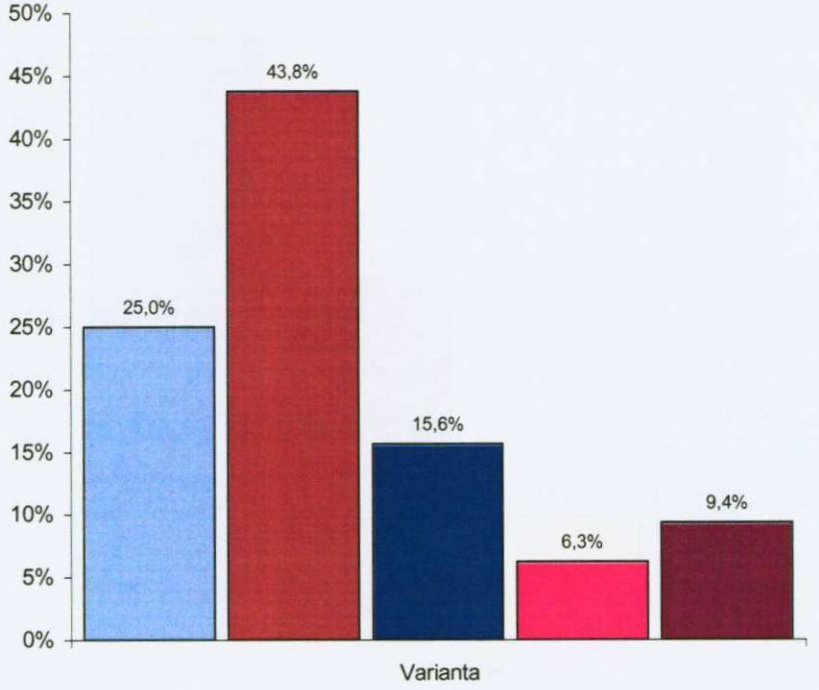


OTÁZKA Č.11: Když mi máma a / nebo táta nekoupí …

Odpovědi žáků			
Varianta	Kategorie	Počet odpovědí	
1	To, co si přeji - jsem naštvaný/á.	10	31,3%
2	To, co si přeji - pochopím to.	9	28,1%
3	Koupím si to sám/sama.	4	12,5%
4	Rodiče mi to potom většinou koupí.	1	3,1%
5	Jiné.	8	25,0%
Celkem:		**32**	**100,0%**

Odpovědi rodičů			
Varianta	Kategorie	Počet odpovědí	
1	To, co si přeji - jsem naštvaný/á.	8	25,0%
2	To, co si přeji - pochopím to.	14	43,8%
3	Nekoupí mi dražší věci (mobil).	5	15,6%
4	Rodiče nemají tolik peněz.	2	6,3%
5	Jiné.	3	9,4%
Celkem:		**32**	**100,0%**

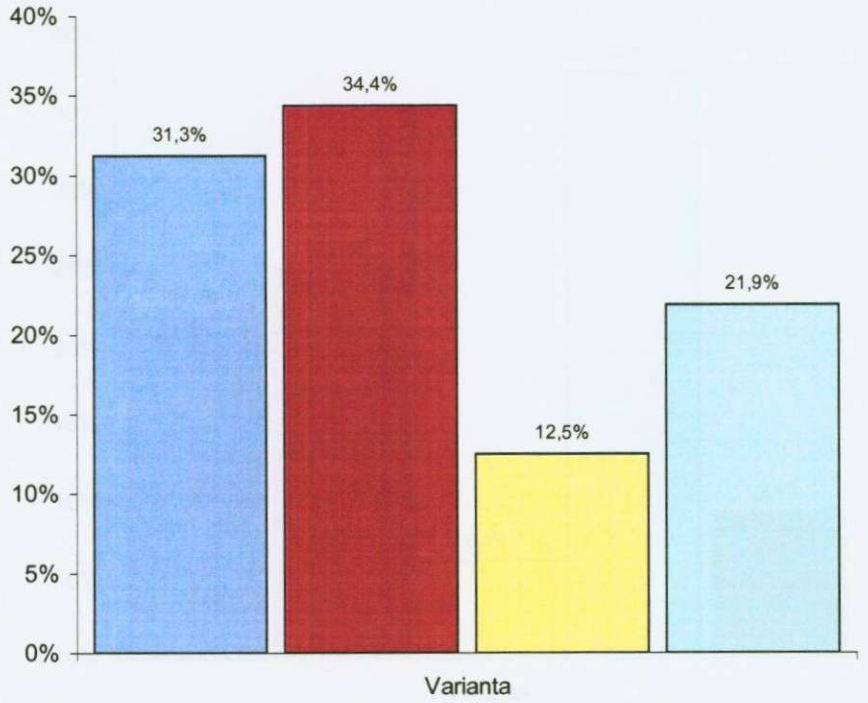


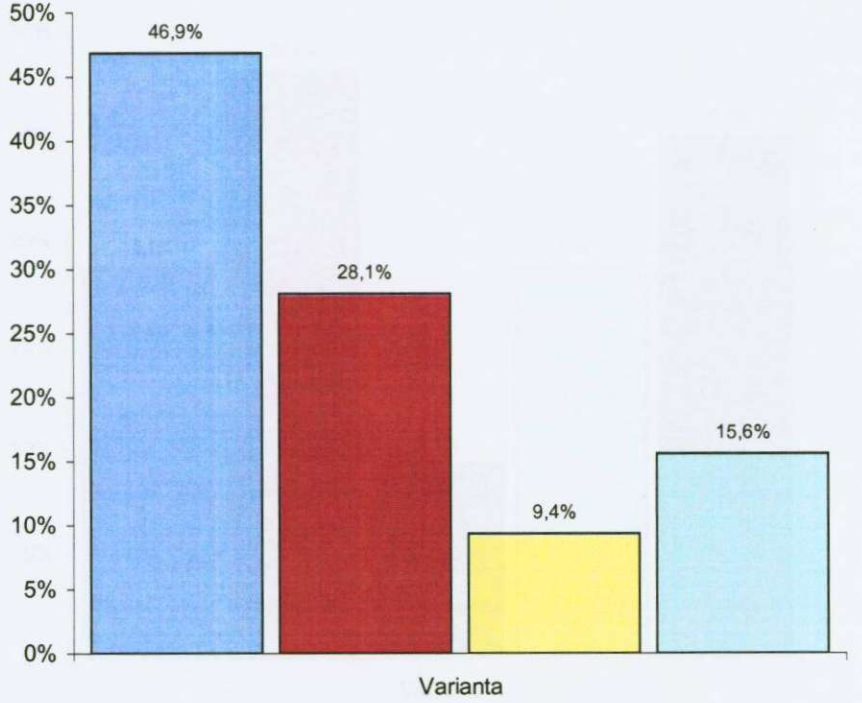


OTÁZKA Č.12: Když večer nemohu …

Odpovědi žáků			
Varianta	Kategorie	Počet odpovědí	
1	Jít ven za kamarády.	10	31,3%
2	Dívat se dlouho na televizi.	11	34,4%
3	Hrát na počítači, poslouchat hudbu.	4	12,5%
4	Jiné.	7	21,9%
Celkem:		**32**	**100,0%**

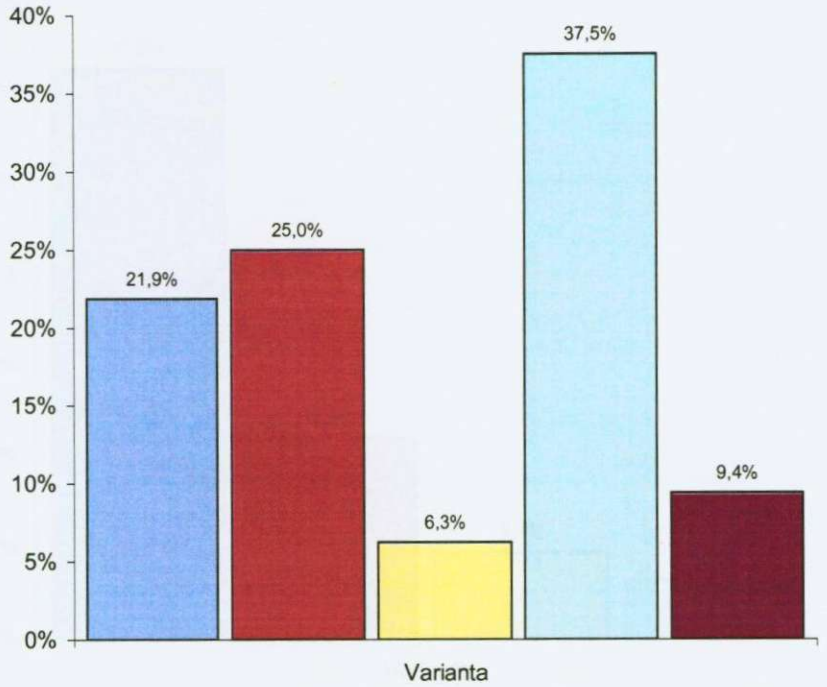
Odpovědi rodičů			
Varianta	Kategorie	Počet odpovědí	
1	Jít ven za kamarády.	15	46,9%
2	Dívat se dlouho na televizi.	9	28,1%
3	Hrát na počítači, poslouchat hudbu.	3	9,4%
4	Jiné.	5	15,6%
Celkem:		**32**	**100,0%**



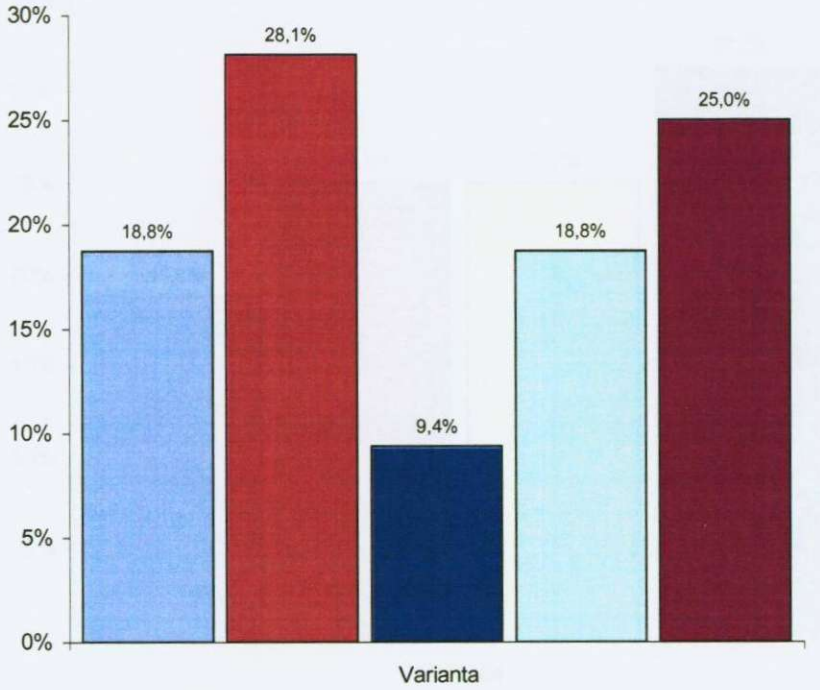


OTÁZKA Č.13: Když se máma a / nebo táta rozzlobí, tak …

Odpovědi žáků			
Varianta	Kategorie	Počet odpovědí	
1	Vzdálím se (odejdu do pokoje).	7	21,9%
2	Nemám to ráda (mrzí mě to).	8	25,0%
3	Snažím se rodiče uklidnit.	2	6,3%
4	Rodiče mají špatnou náladu, křičí.	12	37,5%
5	Rodiče mě potrestají.	3	9,4%
Celkem:		**32**	**100,0%**

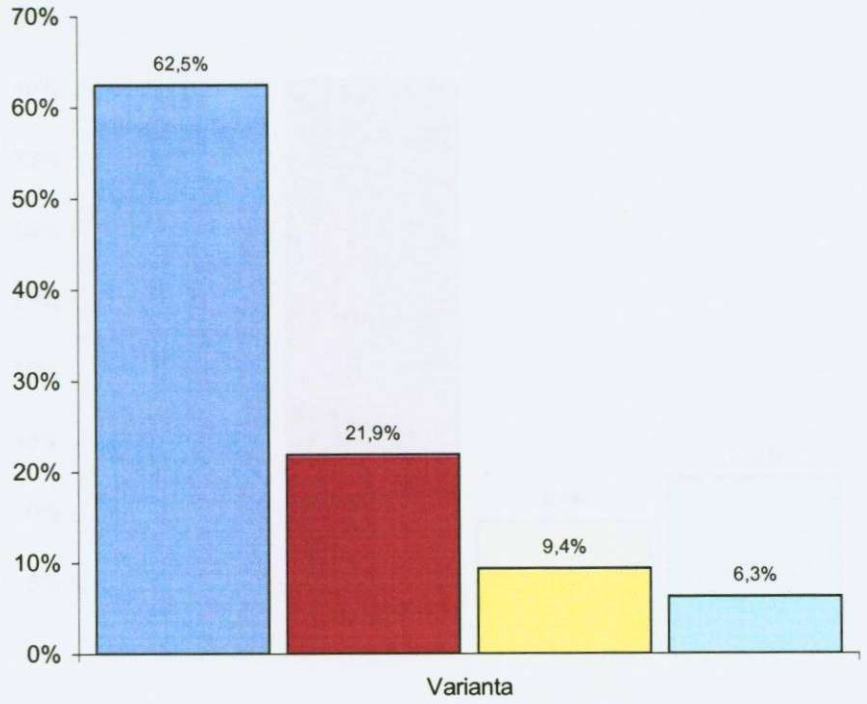


Odpovědi rodičů			
Varianta	Kategorie	Počet odpovědí	
1	Vzdálím se (odejdu do pokoje).	6	18,8%
2	Nemám to ráda (mrzí mě to).	9	28,1%
3	Rodiče mi vynadají.	3	9,4%
4	Rodiče mají špatnou náladu, křičí.	6	18,8%
5	Rodiče mě potrestají.	8	25,0%
Celkem:		**32**	**100,0%**

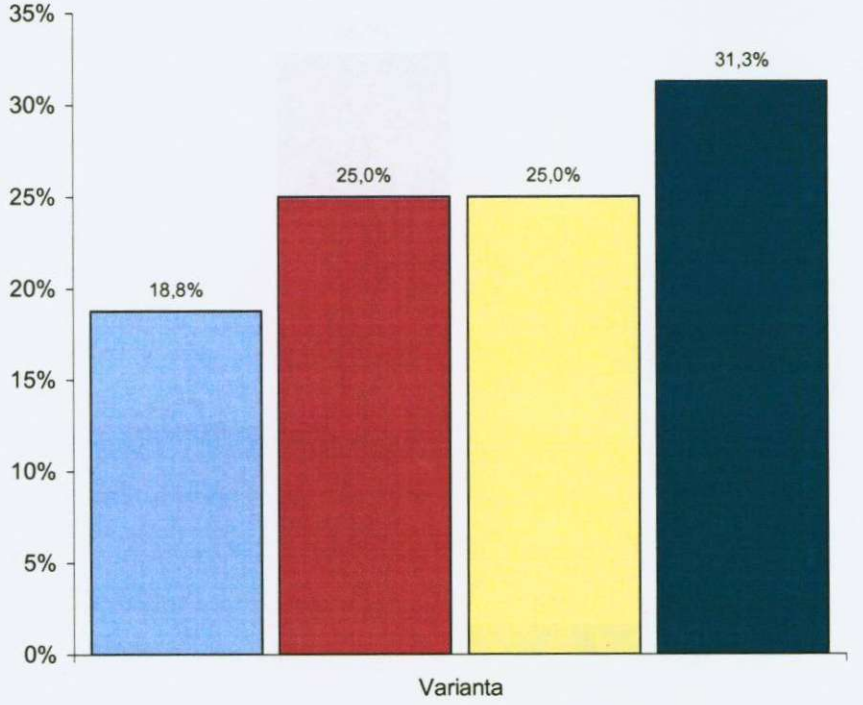


OTÁZKA Č.14: Když mi rodiče nerozumí, tak …

Odpovědi žáků			
Varianta	**Kategorie**	**Počet odpovědí**	
1	Snažím se to rodičům vysvětlit.	20	62,5%
2	Nesnažím se to rodičům vysvětlit.	7	21,9%
3	Jdu ven nebo za kamarády.	3	9,4%
4	Rozumí mi ve všem.	2	6,3%
Celkem:		**32**	**100,0%**



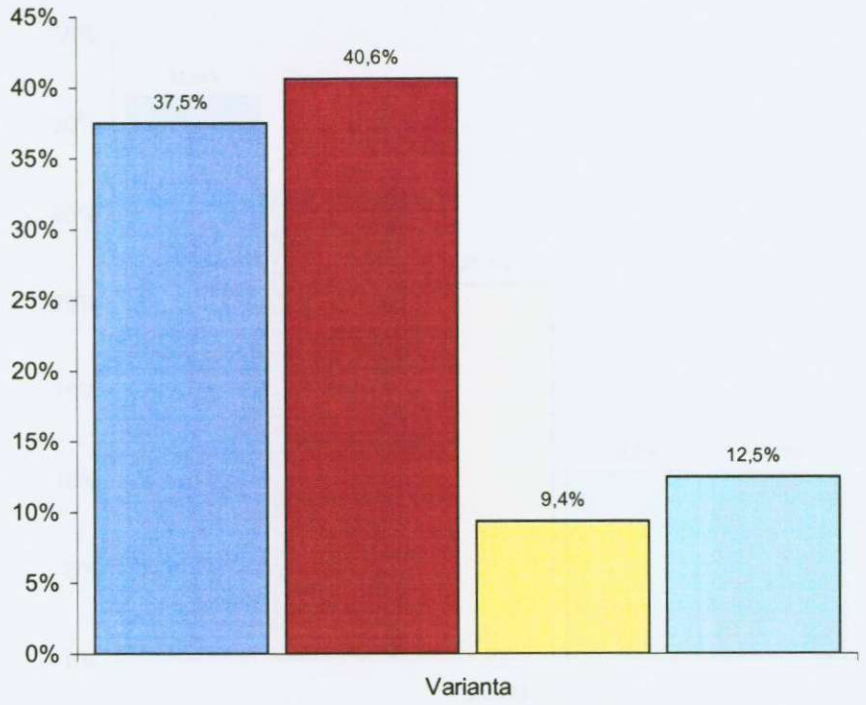
Odpovědi rodičů			
Varianta	**Kategorie**	**Počet odpovědí**	
1	Snažím se to rodičům vysvětlit.	6	18,8%
2	Nechám si to pro sebe.	8	25,0%
3	Jdu ven nebo za kamarády.	8	25,0%
4	Štve mě to.	10	31,3%
Celkem:		**32**	**100,0%**

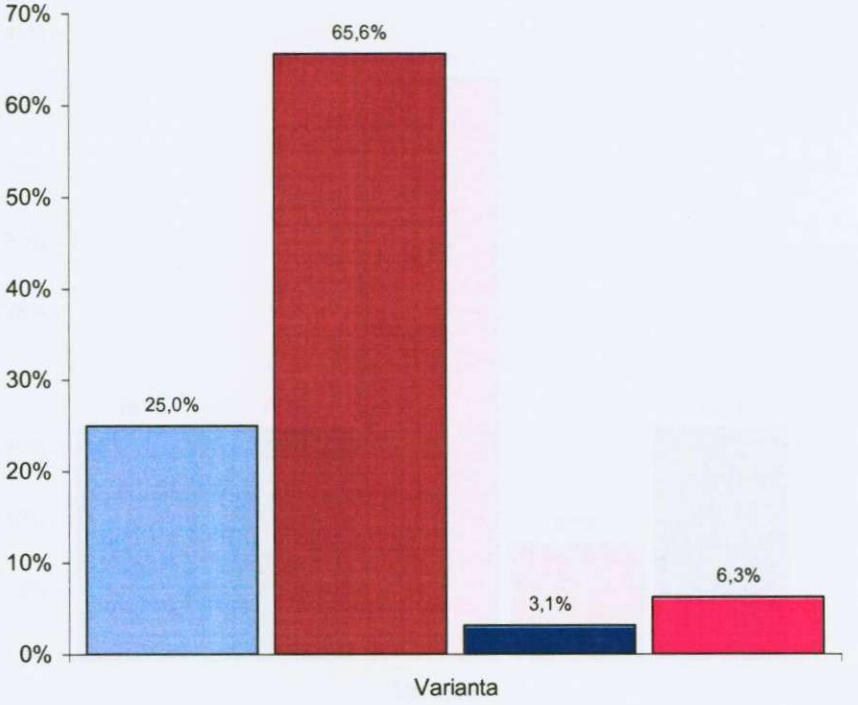


OTÁZKA Č.15: Když se mámě a / nebo tátovi nelíbí, že trávím hodně času (u) …

Odpovědi žáků			
Varianta	**Kategorie**	**Počet odpovědí**	
1	Venku s kamarády.	12	37,5%
2	U počítače, televize, rádia.	13	40,6%
3	U učení.	3	9,4%
4	Poslechnu rodiče, když jim to vadí.	4	12,5%
Celkem:		**32**	**100,0%**

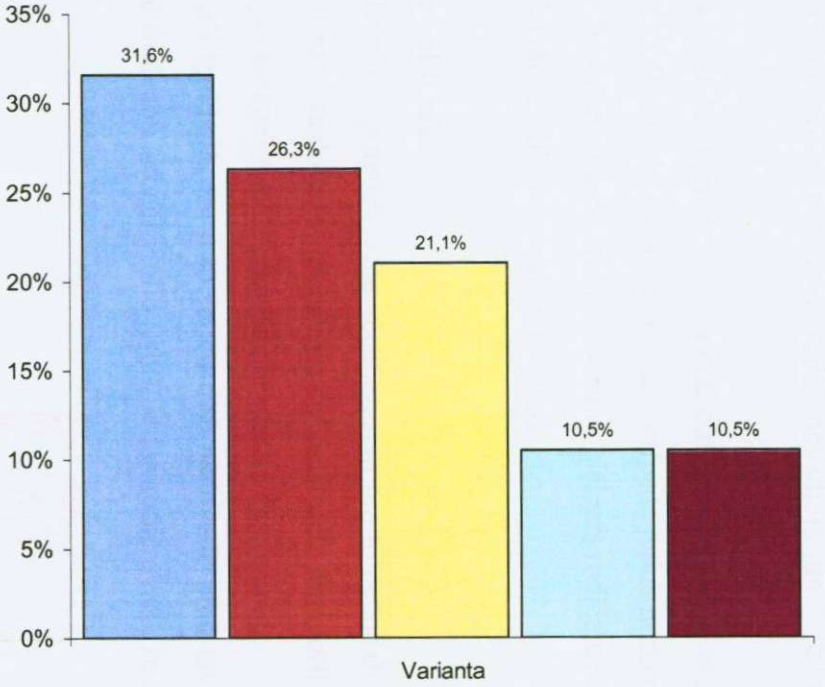
Odpovědi rodičů			
Varianta	**Kategorie**	**Počet odpovědí**	
1	Venku s kamarády.	8	25,0%
2	U počítače, televize, rádia.	21	65,6%
3	Nicneděláním.	1	3,1%
4	Nic takového není.	2	6,3%
Celkem:		**32**	**100,0%**



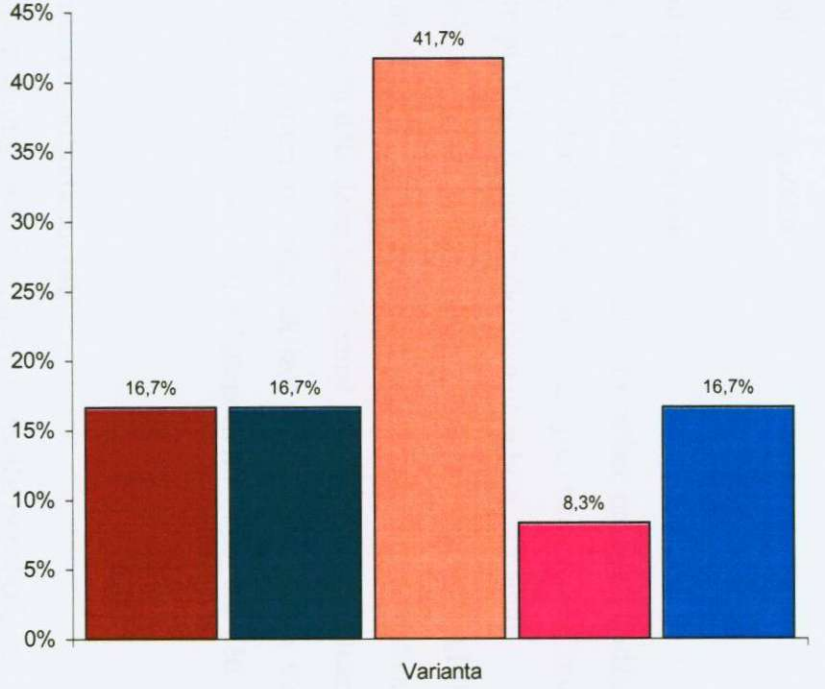


Kromě uvedených situací napiště ještě další problémové situace …

Odpovědi žáků			
Varianta	**Kategorie**	**Počet odpovědí**	
1	Rodiče pro mě neudělají to, co si přeji.	6	31,6%
2	Rodiče mě nechápou.	5	26,3%
3	Rodiče nadržují mladšímu sourozenci.	4	21,1%
4	Rodiče mi říkají, jak se mám chovat.	2	10,5%
5	Rodiče se velmi často nepohodnou.	2	10,5%
Celkem:		**19**	**100,0%**



Odpovědi rodičů			
Varianta	**Kategorie**	**Počet odpovědí**	
1	Rodiče mě nutí jezdit k příbuzným.	2	16,7%
2	Rodiče mě dost věcí zakazují.	2	16,7%
3	Často se neshodnu s rodiči, se sourozen.	5	41,7%
4	Někdo komentuje můj zdravotní stav.	1	8,3%
5	Nesnáším domácí práce.	2	16,7%
Celkem:		**12**	**100,0%**



Komentář k odpovědím na otázky z dotazníku nedokončených vět

Pro každou otázku z dotazníku jsou interpretovány výsledky vyplývající z grafického znázornění. Je zde porovnáván pohled dětí i rodičů.

▪ otázka č. 1: Když mám malého sourozence, tak...

Nejvíce dětí (34%) odpovídá, že sourozence nemá nebo jim vůbec nevadí. Mladšího sourozence nechápou jako zátěž. Dost dětí (25%) uvádí, že jim vadí to, že musí sourozence hlídat. Nejméně děti trápí (3%), že mají málo času na sebe a kamarády.

Rodiče nejvíce uvádějí (46%), že jejich dítě nejvíce zatěžuje hlídání mladšího sourozence. Nejméně rodičů si myslí (3%), že by byl další sourozenec problematický. Rodiče často odpovídají jinak než jejich děti. Jako nepříjemné pro dítě uvádějí situace, když mu sourozenec bere věci (9%), musí po něm uklízet (6%), musí doma více pomáhat (3%). Ostatní kategorie odpovědí se shodují s kategoriemi odpovědí dětí a jejich procentní rozdíl není velký.

▪ otázka č. 2: Když se máma s tátou nepohodnou, tak...

Nejvíce dětí (34%) uvádí, že jsou smutní, cítí lítost, když se rodiče nepohodnou. Na druhé straně dost dětí (28%) odpovídá, že jim spory mezi rodiči nevadí, je jim to jedno. Malá část dětí (6%) má pocit viny.

Nejvíce rodičů (53%) také uvádí, že jsou jejich děti smutní, cítí lítost, když se mezi sebou neshodnou. Velká část rodičů (34%) odpovídá, že se děti v případě jejich neshody někam vzdálí. Jeden rodič uvádí, že jejich dítě do sporů zasahuje. Někteří rodiče uvádí (9%), že se dítě nemůže cítit zatěžováno, jelikož se rodiče nehádají.

▪ otázka č. 3: Když se rodiče rozvedli, tak...

Tuto otázku si děti mohly představit hypoteticky, ale většinou sem jim to nepodařilo, jelikož nejvíce dětí (28%) si situaci nedovede představit. V ostatních kategoriích vyjadřují stesk, lítost, osamění. Tyto kategorie mají podobné procentní zastoupení.

Většina rodičů (53%) taktéž předpokládá, že si to jejich dítě nedovede představit. Někteří rodiče uvádí, že by je dítě za danou situaci vinilo (9%). Jeden rodič uvádí, že by dítě ze vzniklé situace těžilo.

▪ otázka č. 4: Když (mi / mě / mně) můj sourozenec...

Většina dětí se dostává se svým sourozencem do sporu. Nejvíce jim vádí (34%), když je sourozenec naštve. Nenechají si to však líbit a oplatí mu to. Nejméně děti (6%) trápí, když na ně sourozenec všechno svede. Některým dětem (15%) nevadí sourozenec nikdy.

Rodiče často (31%) vidí, že jejich dítě trápí, když jim sourozenec udělá něco, o čem ví, že mu vadí. Rodiče také často (25%) uvádí, že sourozenec leze svému druhému sourozenci do věcí, provokuje, otravuje a žaluje. To, že sourozenec není nikdy problém, uvádí pouze jeden rodič. Někteří rodiče uvádí, že dítě trápí ponižování od sourozence. Děti toto neuvádějí ani jednou.

▪ otázka č. 5: Když dostanu špatnou známku máma a / nebo táta...

Žádný rodič určitě nechce, aby jeho dítě mělo špatné známky. Nejvíce dětí (34%) proto uvádí, že jim rodiče vynadají nebo uloží trest. Dost dětí (28%) uvádí, že rodiče žádají zlepšení. To, že rodičům špatná známka nevadí, uvádí pět dětí (15%).

Rodiče odpovídají spíše na to, co jejich dítěti vadí na této situaci. Nejvíce rodičů (28%) uvádí, že se kvůli špatným známkám rodiče zlobí. Velký počet rodičů (25%) píše, že oni jako rodiče dětem kvůli známkám domlouvají. Rodiče navíc uvádějí, že jejich dítě ví, že si v klidu promluví.

▪ otázka č. 6: Když mě máma a / nebo táta nutí (do)...

Skoro polovina dětí (43%) považuje za nepříjemné, když je rodiče nutí vykonávat domácí práce, kterým se raději vyhýbají. Řadě dětí (31%) také vadí vykonávat domácí práce, ale udělají je. Jednomu dítěti vadí, když ho rodiče nutí do učení.

Rodiče vědí, že nejčastěji musí nutit dítě do domácích prací. Většina z nich (65%) uvádí, že jejich dítěti není příjemné, když jej do nich nutí, protože je nebaví. Nejméně rodičů (6%) uvádí, že dítěti vadí, když ho nutí do učení. Zbytek rodičů (28%) uvádí, že dítěti je nepříjemné, když ho nutí do něčeho, co ho nebaví (např. hrát na hudební nástroj).

▪ otázka č. 7: Když mě máma a / nebo táta zakazují...

Dětem nejvíce (40%) vadí, když jim rodiče zakazují jít ven za kamarády, to je dokáže naštvat. Nejméně dětí (9%) píše, že je trápí rodičovské zákazy týkající se věcí,

které je baví. Některé děti (18%) přesto dělají i to, co jim rodiče zakazují. Stejný počet dětí (18%) všechny příkazy rodičů dodržuje.

Nejvíce rodičů (28%) uvádí, že jejich dítěti nejvíce vadí zákaz trávit čas u počítače. Dále uvádějí, že dětem vadí, když jim zakazují jít ven za kamarády (18%), dívat se dlouho na televizi (18%).

▪ otázka č. 8: Když doma musím...

Na tuto otázku odpovídají děti podobně jako na otázku č. 6. Doma musejí vykonávat především domácí práce. Polovina (50%) uvádí, že je štve, když musí dělat domácí práce. Druhé polovině dětí (46%) domácí práce nevadí. Pouze jeden žáka udává, že mu vadí, když musí dělat něco, co jeho sourozenec nemusí.

Většina rodičů (65%) předpokládá, že domácí práce jejich dítě chápe jako zatěžující, vykonávat je dítě štve. Jen málo rodičů (9%) uvádí, že dítěti domácí práce naopak nevadí. Nejméně rodičů (6%) udává, že jejich dítě zatěžuje psaní domácích úkolů. Někteří (18%) uvádí, že děti nerady dělají to, co je nebaví.

▪ otázka č. 9: Když se mámě a / nebo tátovi nelíbí můj kamarád, tak...

Nejvíce dětí (34%) odpovídá, že jejich kamarádi rodičům nevadí a tím nevzniká žádný problém. Ostatní děti s nimi kamarádí dál (25%) nebo rodiče přesvědčují o opaku (21%). Nejméně dětí (6%) uvádí, že jejich rodiče nechtějí, aby k nim takoví kamarádi chodili.

Nejvíce rodičů (28%) si myslí, že pokud jim kamarád jejich dítěte vadí, kamarádí s ním dál. Dost rodičů (25%) odhaduje, že dítěti vadí, když mu kamarády vymlouvají nebo je ignorují. Pouze malá část rodičů (3%) uvádí, že jim kamarádi jejich dětí nevadí.

▪ otázka č. 10: Když něco špatného provedu, tak mi máma a / nebo táta...

Pokud dítě něco provede, očekává většinou trest. Skoro polovina dětí (43%) odpovídá, že jim rodiče vynadají. Někteří dostanou nějaký trest (25%) a někteří výprask (18%). Stejný počet dětí (6%) uvádí, že si s rodiči v klidu promluví nebo jim rodiče nic neudělají.

Nejvíce rodičů (37%) si naopak myslí, že se tímto jejich dítě nemusí trápit, jelikož ví, že si o tom v klidu promluví. Skoro stejný počet (34%) se domnívá, že dítě trápí to, že ho nějakým způsobem potrestají. Nejméně rodičů (9%) předpokládá, že se jejich dítě bojí výprasku.

▪ **otázka č. 11: Když mi máma a / nebo táta nekoupí ...**

Děti v tomto věku si přejí hodně věcí, aby se vyrovnaly svým vrstevníkům. Nejvíce dětí (31%) uvádí, že jsou naštvaní, když jim rodiče nekoupí to, co si přejí. Skoro stejný počet dětí (28%) však uvádí, že to pochopí, když to, co si přejí, mít nemohou. Jeden žák ví, že mu rodiče danou věc většinou koupí.

Skoro polovina (43%) rodičů si myslí, že daná situace dítě netrápí, jelikož pochopí, že nemůže mít vše, co si přeje. Někteří (25%) odpovídají, že je jejich dítě naštvané, pokud mu nekoupí, co si přeje. Nejméně rodičů (6%) odhaduje, že dítě trápí, že nemají dostatek peněz.

▪ **otázka č. 12: Když večer nemohu...**

Nejvíce dětí (34%) uvádí, že jim vadí, že se večer nemohou dívat dlouho na televizi. Nejméně (12%) děti trápí, že nemohou večer hrát na počítači nebo poslouchat hudbu. Často (31%) odpovídají, že je trápí, že večer nemohou jít ven za kamarády. Ostatní odpovědi neodpovídají zadaným pokynům.

Téměř polovina rodičů (46%) odhaduje, že jejich dítě nejvíce trápí, když večer nemůže jít ven za kamarády. Méně rodičů (28%) si myslí, že dítě trápí, když se večer nemůže dívat dlouho na televizi. Nejméně rodičů (9%) předpokládá, že jejich dítěti vadí, když večer nemůže hrát na počítači nebo poslouchat hudbu.

▪ **otázka č. 13: Když se máma a / nebo táta rozzlobí, tak...**

Děti vidí své rodiče neradi rozzlobené. Velká část dětí (37%) vnímá, že mají rodiče špatnou náladu a křičí. Některé děti se raději vzdalují (21%), některé to mrzí (25%). Nejméně dětí (6%) uvádí, že se snaží rodiče uklidnit.

Nejvíce rodičů (28%) si myslí, že dítě takové situace nemá rádo, mrzí ho to. Častá odpověď rodičů (25%) byla ta, že jejich dítě ví, že ho čeká trest. Někteří rodiče (18%) uvádí stejné odpovědi jako děti, předpokládají, že se v dané situaci raději vzdálí nebo cítí, že mají rodiče špatnou náladu. Nejméně rodičů (9%) předpokládá, že dítě trápí to, že mu vynadají.

▪ otázka č. 14: Když mi rodiče nerozumí, tak...

Většina dětí (62%) odpovídá, že v zájmu dobrého vzájemného porozumění, se snaží rodičům co nejvíce věcí vysvětlit. Nejméně dětí (6%) uvádí, že si s rodiči rozumí ve všem. Někteří (9%) hledají podporu u kamarádů a jiní (21%) rodičům nic nevysvětlují.

Nejvíce rodičů (31%) si myslí, že vzájemná nedorozumění dokážou jejich děti naštvat. Stejný počet rodičů (25 %) odhaduje, že v této situaci hledá jejich dítě podporu spíše u svých kamarádů nebo si to nechá pro sebe. Nejméně rodičů (18%) uvádí, že má jejich dítě snahu vše jim vysvětlovat.

▪ otázka č. 15: Když se mámě a / nebo tátovi nelíbí, že trávím hodně času (u)...

Nejvíce dětí (40%) uvádí, že se rodičům nelíbí, když tráví hodně času u počítače, televize a rádia. Skoro stejný počet dětí (37 %) uvádí, že rodičům vadí, když tráví hodně času venku s kamarády. Nejméně dětí (9%) dokonce odpovídá, že rodičům vadí, když svůj čas hodně věnují učení. Někteří (12%) uvádí, že rodiče raději poslechnou.

Většina rodičů (65%) si myslí, že jejich dítě ví, že jim jako rodičům vadí, když tráví hodně času u počítače, televize a rádia. Někteří (25%) uvádějí, že se jim podle jejich dítěte nelíbí, že tráví hodně času venku s kamarády. Malá část rodičů (6%) si myslí, že dítě předpokládá, že není nic takového, co jim vadí.

▪ další problémové situace, které byly ještě uvedeny

Další situace popisuje pouze 19 dětí a 12 rodičů. Nejvíce dětí (31%) uvádí, že je trápí, pokud pro ně rodiče neudělají to, co si přejí. Často (26%) udávají, že je rodiče nechápou. Někteří píší, že je trápí, když rodiče nadržují mladšímu sourozenci, říkají jim, jak se mají chovat, nebo se mezi sebou velmi často hádají.

Nejvíce rodičů (41%) si myslí, že jejich dítě trápí především to, že se s nimi a se sourozencem často neshodnou. Někteří předpokládají, že dětem vadí jezdit k příbuzným, komentáře jejich zdravotního stavu a různé zákazy. Jiní rodiče zdůrazňují, že jejich děti přímo nesnáší domácí práce. Řada uvedených situací souvisí s přímo zadanými otázkami

7. 2 Hledání souvislostí mezi údaji z dotazníku CCSC a dotazníku nedokončených vět

Nyní se zaměříme na hledání odpovědi, zda používané copingové strategie souvisí s řešením problémových situací. Zjištěné poznatky se budou vztahovat pouze na vzorek 32 dětí a jejich rodičů, na němž budu moci porovnat dětský i rodičovský pohled.

Pro hledání souvislostí mezi oběma dotazníky jsem si vybrala skupinu otázek, která má společný základ. Jedná se o výskyt takové zátěžové situace, kterou dítě nemůže aktivně ovlivnit nebo jen v malé míře. Aktivním činitelem se stává rodič a dítě tak může prožívat nekontrolovatelný stres. V dotazníku nedokončených vět jsou to:

- **Otázka č. 2:** Když se máma s tátou nepohodnou, tak…
- **Otázka č. 3:** Když se rodiče rozvedli, tak…
- **Otázka č. 9:** Když se mámě a / nebo tátovi nelíbí můj kamarád, tak…
- **Otázka č. 13:** Když se máma a / nebo táta rozzlobí, tak…
- **Otázka č. 14:** Když mi rodiče nerozumí, tak…

Dokončení uvedených uvozovacích vět dětmi i rodiči jsou vypsána v tabulkách pro všechny tři copingové strategie (kognitivní rozhodování, emoční a pasivní coping). Hodnoty škály copingových strategií z dotazníku CCSC jsem vždy rozdělila na polovinu, abych mohla pracovat se všemi získanými údaji. Zjištěné poznatky budou přehledně popsány za tabulkami.

Kognitivní rozhodování - otázka č. 2: Když se máma s tátou nepohodnou, tak...

označení	odpovědi pro nižší hodnoty škály CCSC (8-20)		označení	odpovědi pro vyšší hodnoty škály CCSC (21-32)	
	dítě	rodič		dítě	rodič
H5	by mně to nevadilo.	si pustím hudbu.	H1	jdu do pokoje nebo ven.	odejdu do svého pokoje.
H6	je to divný.	se cítím divně.	H2	se necítím nejlépe.	nejsem u toho.
H7	je mi to docela líto.	snažím se jim do toho mluvit.	H3	se zase usmíří.	mě to docela trápí.
H8	se pohádají.	brečím.	H4	je mi to líto, mám strach.	mě to mrzí.
H9	se usmíří.	se jdu projít.	H13	se poperou.	z toho nejsem veselý/á.
H10	asi odejít.	je to smutný, ale normální.	H15	se svět nezboří.	to se nestává často.
H11	se zavřu do pokoje.	se straním.	H16	se to snažím pochopit (proč?).	raději jdu do svého pokoje.
H12	se poperou.	mi to je líto, že nejsou veselí.	H18	jsem smutný/á.	se zavřu do svého pokoje.
H14	mě z toho třeští hlava.	Oni se shodnou vždy.	H19	mám pocit viny.	je mi to líto, když za to mohu.
H17	je mi to šumafuk.	mě to trochu raní.	H22	mi to vadí.	jsem naštvaný/á.
H20	jdu hrát na počítači.	se zavřu v pokoji.	H23	mi to vadí.	někdy brečím.
H21	mám špatný pocit.	jsem poněkud zamlklý/á.	H25	nic, protože tátu nemám.	Nemám tátu.
H24	nic, protože tátu nemám.	Nemám tátu.	H31	rozzlobím se na tátu.	jdu za kamarádem.
H26	je mi smutno, myslím na nejhorší.	odejdu.	H32	je mi to líto, mohu za to já.	se cítím nepříjemně.
H27	mě to mrzí.	je mi to líto.			
H28	se bojím.	utíkám z domu.			
H29	doufám, že to bude zase v pořádku.	mám v sobě maličkou dušičku.			
H30	je mi to líto.	jsem smutný/á.			

Kognitivní rozhodování - otázka č. 3: Když se rodiče rozvedli, tak...

označení	odpovědi pro nižší hodnoty škály CCSC (8-20)		označení	odpovědi pro vyšší hodnoty škály CCSC (21-32)	
	dítě	rodič		dítě	rodič
H5	to bylo divný.	to těžce nesu.	H1	jsem byl osamělý/á.	by mi to vadilo.
H6	nic, protože se nerozvedli.	jim to budu mít za zlé.	H2	by mi to vadilo (jejich hádky).	Nepředbíhejte.
H7	mi to bylo líto, bylo to hrozný.	moc těžko to nesu.	H3	-	bych z toho byl/a špatný/á.
H8	sem musel/a víc pomáhat.	mě rodiče zklamali.	H4	bych to obrečel/a, vyčítal/a to rod.	Nejsou rozvedeni - nevím.
H9	bych neměl/a tátu nebo mámu.	stýskalo by se mi po 2. rodiči.	H13	Nerozvedli se.	Nic takové jsem nezažil/a.
H10	měl/a bych jen 1 rodiče.	nevím.	H15	nic, rozmluvím jim to.	Nic takového se nestalo.
H11	bych utekl/a.	nemám představu.	H16	vadilo by mi to.	nevím.
H12	Ještě se nerozvedli.	je mi smutno po 2. rodiči.	H18	se stáhnu sám/a do sebe.	si to neumím představit.
H14	nevěděl/a jsem u koho být.	nevím, co bych dělal/a.	H19	se to snažím změnit a pomoc.	sem smutný/á.
H17	zjistím proč.	-	H22	je to v prdeli.	jim to neodpustím.
H20	mě to štvalo.	-	H23	to byl šok, bylo mi to líto.	pociťuju lítost a smutek.
H21	jsem ještě nebyl/a na světě.	-	H25	jsem si přál/a, aby to byl jen sen.	mi to vadí.
H24	šel/šla bych k tátovi a vše změnil/a.	Nerozvedli se.	H31	jsem byl/a malý/á.	to dítě zasáhne.
H26	Nerozvedli se a nechci to.	-	H32	-	-
H27	Rodiče se nerozvedli.	stýskalo by se mi po 2. rodiči.			
H28	by mi bylo smutno po 2. rodiči.	bych z toho těžil/a.			
H29	-	-			
H30	-	jsem smutný/á.			

Kognitivní rozhodování - otázka č. 9: Když se mámě a / nebo tátovi nelíbí můj kamarád, tak...

označení	odpovědi pro nižší hodnoty škály CCSC (8-20)		označení	odpovědi pro vyšší hodnoty škály CCSC (21-32)	
	dítě	rodič		dítě	rodič
H5	s tím nic nemůžu udělat.	ho snášejí bez řečí.	H1	se s ním stejně kamarádím.	ho ignorují.
H6	mi to řeknou.	mi řeknou, proč se jim nelíbí.	H2	snažím se je přesv. o opaku.	Taková situace se ještě nestala.
H7	mě to naštve, ale stále jsme kam.	mi předhazují jeho špatné vlast.	H3	řeknou to mně, ne jemu do očí.	je to jejich smůla.
H8	to nedávají najevo, když mně se líbí.	mi ho zakazují.	H4	Rodiče mě podporují, nekritizují.	to nekomentují.
H9	jim to vysvětlím.	mi ho rozmlouvají.	H13	si ho nevšímají.	to nekomentují.
H10	-	s ním i přesto kamarádím.	H15	s tím stejně nic nenadělám.	se to snaží přehlížet.
H11	se s ním bavím dál.	domlouvají.	H16	Proti mým kamarádům nic nemají.	o tom doma hovoříme.
H12	si ho nevšímají.	bych s ním kamarádil/a tajně.	H18	přesvědčím rodiče, že není špatný.	je to můj kamarád, ne jejich.
H14	mu musím říct, aby k nám nechodil.	se s ním kamarádím.	H19	se to snažím pochopit (proč?).	mi dovolí s ním kamarádit.
H17	je mi to jedno.	je to pořád můj kamarád.	H22	mi řeknou, ať se s nim nebavím.	s ním nesmím mluvit.
H20	jim řeknu, ať jdou pryč.	se s ním kamarádím dál.	H23	mi řeknou, ať se s nim nebavím.	snaží se mi ho rozmluvit.
H21	jdem pryč, ať neřvou.	chodíme raději ven.	H25	se ho zastávám.	se do toho nepletou.
H24	jim řeknu, každý je nějaký.	mi to vždy řeknou.	H31	jim řeknu, že ho vůbec neznají.	nic neřeknou.
H26	Nic takového u nás nebylo.	se nic neděje.	H32	s tím nic nedělám.	Nejsou kamarádi, kteří by r. vadili.
H27	-	si o tom popovídáme.			
H28	nevím.	k nám nesmí chodit.			
H29	nevím.	jsme stále kamarádi.			
H30	mi ho zakazují.	jsem smutný/á.			

Kognitivní rozhodování - otázka č. 13: Když se máma a / nebo táta rozzlobí, tak...

označení	odpovědi pro nižší hodnoty škály CCSC (8-20)		označení	odpovědi pro vyšší hodnoty škály CCSC (21-32)	
	dítě	rodič		dítě	rodič
H5	jdu do pokoje.	zvýší hlas.	H1	jsem radši zticha.	mi vyhází skříň, musím to uklidit.
H6	jdu stranou.	odcházím někam dál.	H2	je mi to nepříjemné.	padají zákazy.
H7	je to blbý, náladu si vylévá na všech.	začnou mi vyčítat nepods. věci.	H3	-	jdu raději někam ven.
H8	se kapku pohádáme.	se mnou nemluví.	H4	je mi to líto, hlavně když za to mohu.	raději vezmu bráchu ven.
H9	jsem naštvaný/á.	mi vynadají.	H13	to stojí za to.	se mi to moc nelíbí.
H10	-	je mi to líto.	H15	musím třeba utřít nádobí.	mají rodiče špatnou náladu.
H11	jsem v prčicích.	se straním.	H16	se jim to snažím vysvětlit.	se to snažím rychle urovnat.
H12	to stojí za to.	je mi to líto, nevím, jak to napravit.	H18	řvou.	to nerad/a poslouchám.
H14	zalezu do pokoje.	křičí.	H19	je uklidňuji.	mají rodiče horší náladu.
H17	mi jdou po krku.	mi uloží nějaký trest.	H22	táta nadává.	jsou naštvaní.
H20	lítají skříně.	mě to mrzí.	H23	mají blbou náladu.	mě potrestají, když za to mohu.
H21	je to maso.	jdu do svého pokoje.	H25	jsou rozčilení.	většinou jsem z toho špatný/á.
H24	táta nadává.	jsou naštvaní.	H31	jsem odvlečen/a do pokoje.	snaží se, abych je neslyšel/a.
H26	mají blbou náladu.	mě potrestají, když za to mohu.	H32	se zavřu.	odejdu pryč.
H27	radši odejdu.	je doma ticho.			
H28	nevím.	mi dají nějaký trest.			
H29	nevím.	musím umýt nádobí.			
H30	křičí.	jsem smutný/á.			

Kognitivní rozhodování - otázka č. 14: Když mi rodiče nerozumí, tak...

označení	odpovědi pro nižší hodnoty škály CCSC (8-20)		označení	odpovědi pro vyšší hodnoty škály CCSC (21-32)	
	dítě	rodič		dítě	rodič
H5	jim to říkám pořád.	jim to stále opakuji.	H1	se jim to snažím vysvětlit.	si to nechám pro sebe.
H6	se jim to snažím vysvětlit.	se svěřím kamarádovi.	H2	a já jim to nedovedu vysvětlit.	Na tuto otázku nemám odpověď.
H7	je to těžký, já nerozumím jim.	si myslím, že jiní rod. jsou lepší.	H3	se snažím jim to vysvětlit.	mě to naštve.
H8	se snažím, aby mi rozuměli.	se jim to snažím vysvětlit.	H4	To se nestává.	si popovídám s kamarádkou.
H9	se jim to snažím vysvětlit.	to řeknu kamarádům nebo sour.	H13	zhlasím volume.	to řeknu raději klukům.
H10	se jim to snažím vysvětlit.	se vždycky nějak domluvíme.	H15	se jim to nesnažím vysvětlit.	mě to někdy mrzí a štve.
H11	se jim to pokouším vysvětlit.	se jim to snažím vysvětlit.	H16	Myslím, že mi rozumí.	se zavřu do svého pokoje.
H12	ztlumím volume.	brečím ve svém pokoji.	H18	jim to vysvětluji, až mi porozumí.	mě to štve.
H14	to nesnáším - jsou jak děti.	s nima nemluvím.	H19	se to snažím vysvětlit.	jdu ven a nechám si to projít hlavou.
H17	chápu to - někdy.	jim raději nic neříkám.	H22	jim to vysvětlím.	se jim to snažím vysvětlit.
H20	jim to vysvětlím znova.	se obrátím na sestru.	H23	jim to vysvětlím.	jim to vysvětlím.
H21	mě to hodně štve.	si to nechám pro sebe.	H25	se jim to snažím vysvětlit.	se o tom s nima nebavím.
H24	jdu za svým nej kámošem.	jsem naštvaný/á.	H31	to dá hodně práce, než to vysvětlím.	si to nechávám pro sebe.
H26	se s nima o tom nebavím.	to nevysvětluji, urazím se.	H32	zapomenu, co jsem chtěl/a.	se s nimi nedomluvím.
H27	jim to už nevysvětluji.	si to nechám pro sebe.			
H28	jdu do přírody.	odcházím někam relaxovat.			
H29	jdu ven.	to řeknu raději kamarádům.			
H30	chci, aby mi rozuměli.	jsem smutný/á.			

Emoční coping - otázka č. 2: Když se máma s tátou nepohodnou, tak…

označení	odpovědi pro nižší hodnoty škály CCSC (6-14)		označení	odpovědi pro vyšší hodnoty škály CCSC (15-24)	
	dítě	rodič		dítě	rodič
H2	se necítím nejlépe.	nejsem u toho.	H1	jdu do pokoje nebo ven.	odejdu do svého pokoje.
H4	je mi to líto, mám strach.	mě to mrzí.	H3	se zase usmíří.	mě to docela trápí.
H5	by mně to nevadilo.	si pustím hudbu.	H6	je to divný.	se cítím divně.
H7	je mi to líto.	snažím se jim do toho mluvit.	H13	se poperou.	z toho nejsem veselý/á.
H8	se pohádají.	brečím.	H20	jdu hrát na počítači.	se zavřu v pokoji.
H9	se usmíří.	se jdu projít.	H26	je mi smutno, myslím na nejhorší.	odejdu.
H10	asi odejít.	je to smutný, ale normální.	H28	se bojím.	utíkám z domu.
H11	se zavřu do pokoje.	se straním.			
H12	se poperou.	mi to je líto, že nejsou veselí.			
H14	mě z toho třeští hlava.	Oni se shodnou vždy.			
H15	se svět nezboří.	to se nestává často.			
H16	se to snažím pochopit (proč?).	raději jdu do svého pokoje.			
H17	je mi to šumafuk.	mě to trochu raní.			
H18	jsem smutný/á.	se zavřu do svého pokoje.			
H19	mám pocit viny.	je mi to líto, když za to mohu.			
H21	mám špatný pocit.	jsem poněkud zamlklý/á.			
H22	mi to vadí.	jsem naštvaný/á.			
H23	mi to vadí.	jsem smutný/á.			
H24	nic, protože tátu nemám.	Nemám tátu.			
H25	jsem smutný/á, chci to napravit.	jsem trochu smutný/á, ale stane se.			
H27	mě to mrzí.	je mi to líto.			
H29	doufám, že to bude zase v pořádku.	mám v sobě maličkou dušičku.			
H30	je mi to líto.	jsem smutný/á.			
H31	rozzlobím se na tátu.	jdu za kamarádem.			
H32	je mi to líto, mohu za to já.	se cítím nepříjemně.			

Emoční coping - otázka č. 3: Když se rodiče rozvedli, tak...

označení	odpovědi pro nižší hodnoty škály CCSC (6-14)		označení	odpovědi pro vyšší hodnoty škály CCSC (15-24)	
	dítě	rodič		dítě	rodič
H2	by mi to vadilo (jejich hádky).	Nepředbíhejte.	H1	jsem byl osamělý/á.	by mi to vadilo.
H4	bych to obrečel/a, vyčítal/a to rod.	Nejsou rozvedeni - nevím.	H3	-	bych z toho byl/a špatný/á.
H5	to bylo divný.	to těžce nesu.	H6	nic, protože se nerozvedli.	jim to budu mít za zlé.
H7	mi to bylo líto, bylo to hrozný.	moc těžko to nesu.	H13	Nerozvedli se.	nic takové jsem nezažil/a.
H8	sem musel/a víc pomáhat.	mě rodiče zklamali.	H20	mě to štvalo.	-
H9	bych neměl/a tátu nebo mámu.	stýskalo by se mi po 2. rodiči.	H26	Nerozvedli se a nechci to.	-
H10	měl/a bych jen 1 rodiče.	nevím.	H28	by mi bylo smutno po 2. rodiči.	bych z toho těžil/a.
H11	bych utekl/a.	nemám představu.			
H12	Ještě se nerozvedli.	je mi smutno po 2. rodiči.			
H14	nevěděl/a jsem u koho být.	nevím, co bych dělal/a.			
H15	nic, rozmluvím jim to.	Nic takového se nestalo.			
H16	vadilo by mi to.	nevím.			
H17	zjistím proč.	-			
H18	se stáhnu sám/a do sebe.	si to neumím představit.			
H19	se to snažím změnit a pomoc.	sem smutný/á.			
H21	jsem ještě nebyl/a na světě.	-			
H22	je to v prdeli.	jim to neodpustím.			
H23	to byl šok, bylo mi to líto.	jsem smutný/á.			
H24	šla bych k tátovi a vše změnil/a.	Nerozvedli se.			
H25	jsem si přál/a, aby to byl jen sen.	mi to vadí.			
H27	Rodiče se nerozvedli.	stýskalo by se mi po 2. rodiči.			
H29	-	-			
H30	-	-			
H31	jsem byl/a malý/á.	to dítě zasáhne.			
H32	-	-			

Emoční coping - otázka č. 9: Když se mámě a / nebo tátovi nelíbí můj kamarád, tak...

označení	odpovědi pro nižší hodnoty škály CCSC (6-14)		označení	odpovědi pro vyšší hodnoty škály CCSC (15-24)	
	dítě	rodič		dítě	rodič
H2	snažím se je přesv. o opaku.	Taková situace se ještě nestala.	H1	se s ním stejně kamarádím.	ho ignorují.
H4	Rodiče mě podporují, nekritizují.	to nekomentují.	H3	řeknou to mně, ne jemu do očí.	je to jejich smůla.
H5	s tím nic nemůžu udělat.	ho snášejí bez řečí.	H6	mi to řeknou.	mi řeknou, proč se jim nelíbí.
H7	mě to naštve, ale stále jsme kam.	mi předhazují jeho špatné vlast.	H13	si ho nevšímají.	to nekomentují.
H8	to nedávají najevo, když mně se líbí.	mi ho zakazují.	H20	jim řeknu, ať jdou pryč.	se s ním kamarádím dál.
H9	jim to vysvětlím.	mi ho rozmlouvají.	H26	Nic takového u nás nebylo.	se nic neděje.
H10	-	s ním i přesto kamarádím.	H28	nevím.	k nám nesmí chodit.
H11	se s ním bavím dál.	domlouvají.			
H12	si ho nevšímají.	bych s ním kamarádila tajně.			
H14	mu musím říct, aby k nám nechodil.	se s ním kamarádím.			
H15	s tím stejně nic nenadělám.	se to snaží přehlížet.			
H16	Proti mým kamarádům nic nemají.	o tom doma hovoříme.			
H17	je mi to jedno.	je to pořád můj kamarád.			
H18	přesvědčím rodiče, že není špatný.	je to můj kamarád, ne jejich.			
H19	se to snažím pochopit (proč?).	mi dovolí s ním kamarádit.			
H21	jdem pryč, ať neřvou.	chodíme raději ven.			
H22	mi řeknou, ať se s nim nebavím.	s ním nesmím mluvit.			
H23	mi řeknou, ať se s nim nebavím.	jsem smutný/á.			
H24	jim řeknu, každý je nějaký.	mi to vždy řeknou.			
H25	se ho zastávám.	se do toho nepletou.			
H27	-	si o tom popovídáme.			
H29	nevím.	jsme stále kamarádi.			
H30	mi ho zakazují.	mi ho zakazují.			
H31	jim řeknu, že ho vůbec neznají.	nic neřeknou.			
H32	s tím nic nedělám.	Nejsou kamarádi, kteří by r. vadili.			

Emoční coping - otázka č. 13: Když se máma a / nebo táta rozzlobí, tak...

označení	odpovědi pro nižší hodnoty škály CCSC (6-14)		označení	odpovědi pro hodnoty vyšší škály CCSC (15-24)	
	dítě	rodič		dítě	rodič
H2	je mi to nepříjemné.	padají zákazy.	H1	jsem radši zticha.	mi vyhází skříň, musím to uklidit.
H4	je mi to líto, hlavně když za to mohu.	raději vezmu bráchu ven.	H3	-	jdu raději někam ven.
H5	jdu do pokoje.	zvýší hlas.	H6	jdu stranou.	odcházím někam dál.
H7	je to blbý, náladu si vylévá na všech.	začnou mi vyčítat nepods. věci.	H13	to stojí za to.	se mi to moc nelíbí.
H8	se kapku pohádáme.	se mnou nemluví.	H20	létají skříně.	mě to mrzí.
H9	jsem naštvaný/á.	mi vynadají.	H26	raději odejdu z místnosti.	se rozbrečím.
H10	-	je mi to líto.	H28	nevím.	mi dají nějaký trest.
H11	jsem v prčicích.	se straním.			
H12	to stojí za to.	je mi to líto, nevím, jak to napravit.			
H14	zalezu do pokoje.	křičí.			
H15	musím třeba utřít nádobí.	mají rodiče špatnou náladu.			
H16	se jim to snažím vysvětlit.	se to snažím rychle urovnat.			
H17	mi jdou po krku.	mi uloží nějaký trest.			
H18	řvou.	to nerad/a poslouchám.			
H19	je uklidňuji.	mají rodiče horší náladu.			
H21	je to maso.	jdu do svého pokoje.			
H22	táta nadává.	jsou naštvaní.			
H23	mají blbou náladu.	jsem smutný/á.			
H24	je to blbý.	je zle.			
H25	jsou rozčilení.	většinou jsem z toho špatný/á.			
H27	radši odejdu.	je doma ticho.			
H29	nevím.	musím umýt nádobí.			
H30	křičí.	mě potrestají.			
H31	jsem odvlečen/a do pokoje.	snaží se, abych je neslyšel/a.			
H32	se zavřu.	odejdu pryč.			

Emoční coping - otázka č. 14: Když mi rodiče nerozumí, tak...

označení	odpovědi pro nižší hodnoty škály CCSC (6-14)		označení	odpovědi pro vyšší hodnoty škály CCSC (15-24)	
	dítě	rodič		dítě	rodič
H2	a já jim to nedovedu vysvětlit.	Na tuto otázku nemám odpověď.	H1	se jim to snažím vysvětlit.	si to nechám pro sebe.
H4	To se nestává.	si popovídám s kamarádkou.	H3	se snažím jim to vysvětlit.	mě to naštve.
H5	jim to říkám pořád.	jim to stále opakuji.	H6	se jim to snažím vysvětlit.	se svěřím kamarádovi.
H7	je to těžký, já nerozumím jim.	si myslím, že jiní rod. jsou lepší.	H13	zhlasím volume.	to řeknu raději klukům.
H8	se snažím, aby mi rozuměli.	se jim to snažím vysvětlit.	H20	jim to vysvětlím znova.	se obrátím na sestru.
H9	se jim to snažím vysvětlit.	to řeknu kamarádům nebo souroz.	H26	se s nima o tom nebavím.	to nevysvětluju, urazím se.
H10	se jim to snažím vysvětlit.	se vždycky nějak domluvíme.	H28	jdu do přírody.	odcházím někam relaxovat.
H11	se jim to pokouším vysvětlit.	se jim to snažím vysvětlit.			
H12	ztlumím volume.	brečím ve svém pokoji.			
H14	to nesnáším - jsou jak děti.	s nima nemluvím.			
H15	se jim to nesnažím vysvětlit.	mě to někdy mrzí a štve.			
H16	Myslím, že mi rozumí.	se zavřu do svého pokoje.			
H17	chápu to - někdy.	jim raději nic neříkám.			
H18	jim to vysvětluji, až mi porozumí.	mě to štve.			
H19	se to snažím vysvětlit.	jdu ven a nechám si to projít hlavou.			
H21	mě to hodně štve.	si to nechám pro sebe.			
H22	jim to vysvětlím.	se jim to snažím vysvětlit.			
H23	jim to vysvětlím.	jsem smutný/á.			
H24	jdu za svým nej kámošem.	jsem naštvaný/á.			
H25	se jim to snažím vysvětlit.	se o tom s nima nebavím.			
H27	jim to už nevysvětluji.	si to nechám pro sebe.			
H29	jdu ven.	to řeknu raději kamarádům.			
H30	chci, aby mi rozuměli.	se naštvu.			
H31	to dá hodně práce, než to vysvětlím.	si to nechávám pro sebe.			
H32	zapomenu, co jsem chtěl/a.	se s nimi nedomluvím.			

Pasivní coping - otázka č. 2: Když se táta s mámou nepohodnou, tak…

označení	odpovědi pro nižší hodnoty škály CCSC (6-14)		označení	odpovědi pro vyšší hodnoty škály CCSC (15-24)	
	dítě	rodič		dítě	rodič
H2	se necítím nejlépe.	nejsem u toho.	H1	jdu do pokoje nebo ven.	odejdu do svého pokoje.
H7	je mi to docela líto.	snažím se jim do toho mluvit.	H3	se zase usmíří.	mě to docela trápí.
H8	se pohádají.	brečím.	H4	je mi to líto, mám strach.	mě to mrzí.
H9	se usmíří.	se jdu projít.	H5	by mě to nevadilo.	si pustím hudbu.
H10	asi odejít.	je to smutný, ale normální.	H6	je to divný.	se cítím divně.
H11	se zavřu do pokoje.	se straním.	H13	se poperou.	z toho nejsem veselý/á.
H12	se poperou.	mi to je líto, že nejsou veselí.	H15	se svět nezboří.	to se nestává často.
H14	mě z toho třeští hlava.	Oni se shodnou vždy.	H20	jdu hrát na počítači.	se zavřu v pokoji.
H16	se to snažím pochopit (proč?).	raději jdu do svého pokoje.	H26	je mi smutno, myslím na nejhorší.	odejdu.
H17	je mi to šumafuk.	mě to trochu raní.	H28	se bojím.	utíkám z domu.
H18	jsem smutný/á.	se zavřu do svého pokoje.	H29	doufám, že to bude zase v pořádku.	mám v sobě maličkou dušičku.
H19	mám pocit viny.	je mi to líto, když za to mohu.	H30	je mi to líto.	jsem smutný/á.
H21	mám špatný pocit.	jsem poněkud zamlklý/á.	H32	je mi to líto, mohu za to já.	se cítím nepříjemně.
H22	mi to vadí.	jsem naštvaný/á.			
H23	mi to vadí.	někdy brečím.			
H24	nic, protože tátu nemám.	Nemám tátu.			
H25	nic, protože tátu nemám.	Nemám tátu.			
H27	mě to mrzí.	jsem smutný/á.			
H31	rozzlobím se na tátu.	jdu za kamarádem.			

Pasivní coping - otázka č. 3: Když se rodiče rozvedli, tak...

označení	odpovědi pro nižší hodnoty škály CCSC (6-14)		označení	odpovědi pro vyšší hodnoty škály CCSC (15-24)	
	dítě	rodič		dítě	rodič
H2	by mi to vadilo (jejich hádky).	Nepředbíhejte.	H1	jsem byl osamělý/á.	by mi to vadilo.
H7	mi to bylo líto, bylo to hrozný.	moc těžko to nesu.	H3	-	bych z toho byl/a špatný/á.
H8	sem musel/a víc pomáhat.	mě rodiče zklamali.	H4	bych to obrečel/a, vyčítal/a to rod.	Nejsou rozvedeni - nevím.
H9	bych neměl/a tátu nebo mámu.	stýskalo by se mi po 2. rodiči.	H5	to bylo divný.	to těžce nesu.
H10	měl/a bych jen 1 rodiče.	nevím.	H6	nic, protože se nerozvedli.	jim to budu mít za zlé.
H11	bych utekl/a.	nemám představu.	H13	Nerozvedli se.	nic takové jsem nezažil/a.
H12	Ještě se nerozvedli.	je mi smutno po 2. rodiči.	H15	nic, rozmluvím jim to.	Nic takového se nestalo.
H14	nevěděl/a jsem u koho být.	nevím, co bych dělal/a.	H20	mě to štvalo.	-
H16	vadilo by mi to.	nevím.	H26	Nerozvedli se a nechci to.	-
H17	zjistím proč.	-	H28	Bylo by mi smutno po 2. rodiči.	bych z toho těžil/a.
H18	se stáhnu sám/a do sebe.	si to neumím představit.	H29	-	-
H19	se to snažím změnit a pomoc.	sem smutný/á.	H30	-	-
H21	jsem ještě nebyl/a na světě.	-	H32	-	-
H22	je to v prdeli.	jim to neodpustím.			
H23	to byl šok, bylo mi to líto.	pociťuju lítost a smutek.			
H24	šel/a bych k tátovi a vše změnil/a.	Nerozvedli se.			
H25	jsem si přál/a, aby to byl jen sen.	mi to vadí.			
H27	Rodiče se nerozvedli.	jsem smutný/á.			
H31	jsem byl/a malý/á.	to dítě zasáhne.			

Pasivní coping - otázka č. 9: Když se mámě a / nebo tátovi nelíbí můj kamarád, tak...

označení	odpovědi pro nižší hodnoty škály CCSC (6-14)		označení	odpovědi pro vyšší hodnoty škály CCSC (15-24)	
	dítě	rodič		dítě	rodič
H2	snažím se je přesv. o opaku.	Taková situace se ještě nestala.	H1	se s ním stejně kamarádím.	ho ignorují.
H7	mě to naštve, ale stále jsme kam.	mi předhazují jeho špatné vlast.	H3	řeknou to mně, ne jemu do očí.	je to jejich smůla.
H8	to nedávají najevo, když mně se líbí.	mi ho zakazují.	H4	Rodiče mě podporují, nekritizují.	to nekomentují.
H9	jim to vysvětlím.	mi ho rozmlouvají.	H5	s tím nic nemůžu udělat.	ho snášejí bez řečí.
H10	-	s ním i přesto kamarádím.	H6	mi to řeknou.	mi řeknou, proč se jim nelíbí.
H11	se s ním bavím dál.	domlouvají.	H13	si ho nevšímají.	to nekomentují.
H12	si ho nevšímají.	bych s ním kamarádila tajně.	H15	s tim stejně nic nenadělám.	se to snaží přehlížet.
H14	mu musím říct, aby k nám nechodil.	se s ním kamarádím.	H20	jim řeknu, ať jdou pryč.	se s ním kamarádím dál.
H16	Proti mým kamarádům nic nemají.	o tom doma hovoříme.	H26	Nic takového u nás nebylo.	se nic neděje.
H17	je mi to jedno.	je to pořád můj kamarád.	H28	nevím.	k nám nesmí chodit.
H18	přesvědčím rodiče, že není špatný.	je to můj kamarád, ne jejich.	H29	nevím.	jsme stále kamarádi.
H19	se to snažím pochopit (proč?).	mi dovolí s ním kamarádit.	H30	mi ho zakazují.	mi ho zakazují.
H21	jdem pryč, ať nevou.	chodíme raději ven.	H32	s tím nic nedělám.	Nejsou kamarádi, kteří by r. vadili.
H22	mi řeknou, ať se s nim nebavím.	s ním nesmím mluvit.			
H23	mi řeknou, ať se s nim nebavím.	snaží se mi ho rozmluvit.			
H24	jim řeknu, každý je nějaký.	mi to vždy řeknou.			
H25	se ho zastávám.	se do toho nepletou.			
H27	-	jsem smutný/á.			
H31	jim řeknu, že ho vůbec neznají.	nic neřeknou.			

Pasivní coping - otázka č. 13: Když se máma a / nebo táta rozzlobí, tak...

označení	odpovědi pro nižší hodnoty škály CCSC (6-14)		označení	odpovědi pro vyšší hodnoty škály CCSC (15-24)	
	dítě	rodič		dítě	rodič
H2	je mi to nepříjemné.	padají zákazy.	H1	jsem radši zticha.	mi vyhází skříň, musím to uklidit.
H7	je to blbý, náladu si vylévá na všech.	začnou mi vyčítat nepods. věci.	H3	-	jdu raději někam ven.
H8	se kapku pohádáme.	se mnou nemluví.	H4	je mi to líto, hlavně když za to mohu.	raději vezmu bráchu ven.
H9	jsem naštvaný/á.	mi vynadají.	H5	jdu do pokoje.	zvýší hlas.
H10	-	je mi to líto.	H6	jdu stranou.	odcházím někam dál.
H11	jsem v prčicích.	se straním.	H13	to stojí za to.	se mi to moc nelíbí.
H12	to stojí za to.	je mi to líto, nevím, jak to napravit.	H15	musím třeba utřít nádobí.	mají rodiče špatnou náladu.
H14	zalezu do pokoje.	křičí.	H20	lítají skříně.	mě to mrzí.
H16	se jim to snažím vysvětlit.	se to snažím rychle urovnat.	H26	mají blbou náladu.	mě potrestají, když za to mohu.
H17	mi jdou po krku.	mi uloží nějaký trest.	H28	nevím.	mi dají nějaký trest.
H18	řvou.	to nerad/a poslouchám.	H29	nevím.	musím umýt nádobí.
H19	je uklidňuji.	mají rodiče horší náladu.	H30	křičí.	mě potrestají.
H21	je to maso.	jdu do svého pokoje.	H32	se zavřu.	odejdu pryč.
H22	táta nadává.	jsou naštvaní.			
H23	mají blbou náladu.	mě potrestají, když za to mohu.			
H24	táta nadává.	jsou naštvaní.			
H25	jsou rozčilení.	většinou jsem z toho špatný/á.			
H27	radši odejdu.	jsem smutný/á.			
H31	jsem odvlečen/a do pokoje.	snaží se, abych je neslyšel/a.			

Pasivní coping - otázka č. 14: Když mi rodiče nerozumí, tak...

označení	odpovědi pro nižší hodnoty škály CCSC (6-14)		označení	odpovědi pro vyšší hodnoty škály CCSC (15-24)	
	dítě	rodič		dítě	rodič
H2	a já jim to nedovedu vysvětlit.	Na tuto otázku nemám odpověď.	H1	se jim to snažím vysvětlit.	si to nechám pro sebe.
H7	je to těžký, já nerozumím jim.	si myslím, že jiní rod. jsou lepší.	H3	se snažím jim to vysvětlit.	mě to naštve.
H8	se snažím, aby mi rozuměli.	se jim to snažím vysvětlit.	H4	To se nestává.	si popovídám s kamarádkou.
H9	se jim to snažím vysvětlit.	to řeknu kamarádům nebo souroz.	H5	jim to říkám pořád.	jim to stále opakuji.
H10	se jim to snažím vysvětlit.	se vždycky nějak domluvíme.	H6	se jim to snažím vysvětlit.	se svěřím kamarádovi.
H11	se jim to pokouším vysvětlit.	se jim to snažím vysvětlit.	H13	zhlasím volume.	to řeknu raději klukům.
H12	ztlumím volume.	brečím ve svém pokoji.	H15	se jim to nesnažím vysvětlit.	mě to někdy mrzí a štve.
H14	to nesnáším - jsou jak děti.	s nima nemluvím.	H20	jim to vysvětlím znova.	se obrátím na sestru.
H16	Myslím, že mi rozumí.	se zavřu do svého pokoje.	H26	se s nima o tom nebavím.	to nevysvětluju, urazím se.
H17	chápu to - někdy.	jim raději nic neříkám.	H28	jdu do přírody.	odcházím někam relaxovat.
H18	jim to vysvětluji, až mi porozumí.	mě to štve.	H29	jdu ven.	to řeknu raději kamarádům.
H19	se to snažím vysvětlit.	jdu ven a nechám si to projít hlavou.	H30	chci, aby mi rozuměli.	se naštvu.
H21	mě to hodně štve.	si to nechám pro sebe.	H32	zapomenu, co jsem chtěl.	se s nimi nedomluvím.
H22	jim to vysvětlím.	se jim to snažím vysvětlit.			
H23	jim to vysvětlím.	jim to vysvětlím.			
H24	jdu za svým nej kámošem.	jsem naštvaný/á.			
H25	se jim to snažím vysvětlit.	se o tom s nima nebavím.			
H27	jim to už nevysvětluji.	jsem smutný/á.			
H31	to dá hodně práce, než to vysvětlím.	si to nechávám pro sebe.			

Nyní přejdeme k popisu zjištěných poznatků vyplývajících z tabulek pro všechny tři strategie copingu. V popise jsem se zaměřila na tyto kategorie:

Vyjádření negativních emocí: popis emocí jako je smutek, lítost, vztek.

Únik: vzdálení se od problémové situace odchodem někam pryč.

Pokus o aktivní řešení: snaha aktivně řešit problémovou situaci.

Aktivita rodičů: chování rodičů v dané problémové situaci.

Rozptylující aktivity: činnosti, při kterých se na problém zapomíná.

Hledání podpory, relaxace: svěření problému někomu jinému, odreagování.

I. Kognitivní rozhodování

Nižší hodnoty **8-20** má 18 dětí z 32, vyšší hodnoty **21-32** má 14 dětí z 32.

• **Otázka č. 2:** Nejvíce dětí (9 z 18 dětí zařazených ve skupině s nižšími hodnotami, 7 ze 14 dětí zařazených ve skupině s vyššími hodnotami) v obou skupinách vyjadřuje různé **negativní emoce** (lítost, smutek, vztek...). Vyjádření negativních emocí předpokládá i stejný počet rodičů (9 z 18 rodičů dětí zařazených ve skupině s nižšími hodnotami, 7 ze 14 rodičů dětí zařazených ve skupině s vyššími hodnotami) v obou skupinách. **Únik** ze situace (odchod do pokoje, ven...) volí 3 z 18 dětí z první skupiny a pouze 1 ze 14 ze skupiny druhé. Rodiče předpokládají volbu úniku častěji, v první skupině 6 z 18 rodičů, 5 ze 14 rodičů ve druhé. O **aktivní řešení** (snažím se jim do toho mluvit...) se nesnaží nikdo z první skupiny, z druhé 2 ze 14 dětí. Rodiče totéž většinou nepředpokládají.

• **Otázka č. 3:** V první skupině stejný počet dětí i rodičů (7 z 18) uvádí vyjádření **negativních emocí**. To, že si takovou situaci **nedokáží představit** a neví, co by dělaly, uvádí také 7 z 18 dětí a rodičů dokonce 10 z 18. Ve druhé skupině nejvíce dětí (7 ze 14) uvádí opět **negativní emoce**, což předpokládá skoro stejný počet (6 ze 14) rodičů. **Neví, co by dělaly**, uvádí 4 ze 14 dětí. Rodičů to uvádí opět více (7 ze 14). **Aktivně řešit situaci** (rozmluvím jim to...) se snaží 3 ze 14 dětí v první skupině, 2 ze 14 dětí ve druhé. Rodiče opět snahu o aktivní řešení u svých dětí nepředpokládají.

• **Otázka č. 9:** V první skupině nejvíce dětí (7 z 18) vzniklou situaci **nechá být**, tak jak je (nic s tím nenadělám...). Jejich rodiče to však nepředpokládají. Jiní v první skupině popisují, jaké je **chování rodičů** (zakazují mi kamarády...) v takové situaci (4 z 18)

nebo **se pokouší o aktivní řešení** (přesvědčím je o opaku...), to popisují 4 z 18 dětí. Popis chování rodičů či snahu o aktivní řešení předpokládá více rodičů (7 z 18) v obou případech. Ve druhé skupině se nejvíce dětí snaží (6 ze 14) o **aktivní řešení**, což předpokládá méně rodičů než v první skupině. Nejvíce rodičů předpokládá, že dítě popisuje jejich **chování** (jsou naštvaní, křičí...), to si myslí 9 ze 14 rodičů a uvádí to pouze 4 ze 14 dětí. **Nechat to být**, tak jak to je, uvádí pouze 2 děti ze 14, předpokládá to i stejný počet rodičů (2 ze 14).

• **Otázka č. 13:** Nejvíce dětí (8 z 18, 7 ze 14) v první i v druhé skupině popisuje, jak se **zachovají rodiče** (táta nadává, řvou...) v dané situaci. Popis jejich chování předpokládají i jejich rodiče, v první skupině 12 z 18 rodičů, ve druhé 7 ze 14. V první skupině děti často (4 z 18) volí **únik** ze situace (jdu stranou...), to předpokládá skoro stejný počet rodičů (3 z 18). Ve druhé skupině volí únik pouze 1 z 14 dětí, ale předpokládají to 3 rodiče ze 14.

• **Otázka č. 14:** Nejvíce dětí (10 z 18, 9 ze 14) v obou skupinách se snaží o **aktivní řešení** situace (rodičům to vysvětlím...), což předpokládá v první skupině 8 z 18 rodičů, ale ve druhé pouze 2 ze 14 rodičů. V první skupině 4 z 18 dětí uvádí **negativní emoce**, ve druhé pouze 1 ze 14 dětí. Rodiče v obou skupinách emoce předpokládají více. **Únik** ze situace volí v první skupině 3 z 18 dětí, ve druhé nikdo. Rodiče to však předpokládají, v první skupině 5 z 18 rodičů, ve druhé dokonce 7 ze 14 rodičů.

II. Rozptylující aktivity / emoční coping

Nižší hodnoty **6-14** má 25 dětí z 32, vyšší hodnoty **15-24** má 7 dětí z 32.

• **Otázka č. 2:** Nejvíce dětí (15 z 25 dětí zařazených ve sk. s nižšími hodnotami, 3 ze 7 dětí zařazených ve sk. s vyššími hodnotami) v obou skupinách vyjadřuje **negativní emoce** (lítost, smutek, vztek...), což v obou skupinách předpokládá i stejný počet rodičů (14 z 25 rodičů dětí zařazených ve sk. s nižšími hodnotami, 3 ze 7 rodičů děti zařazených ve sk. s vyššími hodnotami). **Rozptylující aktivity** (hra na počítači, jít ven...) uvádí pouze 2 děti z obou skupin (z 25, ze 7). Rodiče předpokládají toto řešení častěji v obou skupinách (6 z 25, 4 ze 7). Děti taktéž popisují **aktivity rodičů** (pohádají se, usmíří se...), v první skupině 3 z 25 dětí, ve druhé 2 děti ze 7. Rodiče popis jejich chování dětmi nepředpokládají.

• **Otázka č. 3:** Nejvíce dětí v první skupině (11 z 25) opět vyjadřuje **negativní emoce**, ty předpokládá i stejný počet rodičů (11 z 25). Ve druhé skupině negativní emoce vyjadřují 3 děti ze 7, taktéž i 3 rodiče ze 7. Ve druhé více dětí (4 ze 7) uvádí, že si vzniklou situaci **nedokáže představit**, což předpokládají i rodiče (3 ze 7). V první skupině si to nedokáže představit 6 dětí z 25 a u svých dětí to předpokládá dokonce 14 z 25 rodičů.

• **Otázka č. 9:** Nejvíce dětí (7 z 25) v první skupině se pokouší o **aktivní řešení** (přesvědčuji rodiče...). To předpokládají pouze 2 z 25 rodičů. Rodiče spíše předpokládají (11 z 25), že děti popisují jejich **chování** (zakazují mi kamarády...), aktivitu rodičů uvádí méně dětí než rodičů (6 z 25). Ve druhé skupině nejvíce dětí (3 ze 7) uvádí **aktivity rodičů**, což uvedl i stejný počet rodičů (3 ze 7). O **aktivní řešení** se pokouší pouze 1 dítě ze 7, rodiče to taktéž nepředpokládají.

• **Otázka č. 13:** Nejvíce dětí v první skupině (9 z 25) popisuje **aktivity rodičů** (jsou rozčílení, táta nadává...), popis chování rodičů předpokládají nejvíce i sami rodiče (15 z 25). 6 dětí z 25 vyjadřuje **negativní emoce** (smutek, lítost...), což očekávají 4 rodiče z 25. **Únik** ze situace (odchod do pokoje...) volí 5 dětí z 25 a předpokládají to 3 z 25 rodičů. Ve druhé skupině nejvíce dětí (2 ze 7) volí **únik**, to předpokládá i stejný počet rodičů (2 ze 7). **Aktivitu rodičů** popisuje jen 1 dítě ze 7, **negativní emoce** nevyjadřuje nikdo. U rodičů je tomu jinak, vyjádření negativních emocí předpokládají 3 rodiče ze 7, popis jejich chování 2 rodiče ze 7.

• **Otázka č. 14:** Nejvíce dětí v obou skupinách (11 z 25, 4 ze 7) uvádí, že se danou situaci pokouší **aktivně řešit** (vysvětlím jim to...). Rodiče toto předpokládají méně (5 z 25, 0 ze 7). V první i druhé skupině rodiče spíš u svých dětí předpokládají vyjádření **negativních emocí** (6 z 25, 3 ze 7) a **hledání podpory či relaxace** (svěřím se kamarádovi, jdu do přírody...) - to uvedlo 5 rodičů z 25 a 3 rodiče ze 7. Negativní emoce děti vyjadřují méně (3 z 25, 0 ze 7). Stejné je to s hledáním podpory, relaxací (2 z 25, 1 ze7).

III. Vyhýbání / pasivní coping

Nižší hodnoty **6-14** má 19 dětí z 32, vyšší hodnoty **15-24** má 13 dětí z 32.

• **Otázka č. 2:** Nejvíce dětí (9 z 19 dětí zařazených ve sk. s nižšími hodnotami, 6 ze 13 dětí zařazených ve sk. s vyššími hodnotami) v obou skupinách vyjadřují **negativní emoce** (smutek, lítost, vztek...), to předpokládá skoro stejný počet rodičů (10 z 19 rodičů dětí ve sk. s nižšími hodnotami, 7 ze 13 dětí rodičů dětí zařazených ve sk. s vyššími hodnotami). **Únik** ze situace (jdu do pokoje, ven...) volí v obou skupinách 2 děti (z 19, ze 13). Rodiče únik očekávají častěji (5 z 19, 5 ze 13).

• **Otázka č. 3:** V první skupině nejvíce dětí (9 z 19) vyjadřuje **negativní emoce**, což předpokládají i rodiče (10 z 19). Ve druhé skupině emoce vyjadřuje 5 dětí ze 13, to samé očekávají i rodiče. Ve druhé skupině si nejvíce dětí (7 ze 13) vzniklou situaci **neumí představit**, což předpokládají rodiče taktéž (8 ze 13). V první skupině to uvádějí pouze 2 děti z 19, zatímco totéž si myslí 9 rodičů z 19. V první skupině se děti (3 z 19) spíše pokouší o **aktivní řešení** (snažím se to změnit...), ve druhé to nikdo neuvádí. Neuvádějí to ani rodiče.

• **Otázka č. 9:** V první skupině nejvíce dětí (9 z 19) uvádí snahu **aktivně řešit situaci** (přesvědčuji rodiče o opaku...), což si myslí pouze 3 z 19 rodičů. Ve druhé skupině tuto snahu neuvádějí ani děti ani rodiče. Ve druhé skupině děti nejvíce (4 z 13) uvádějí, že se vzniklou situací **nic nedělají**. V první skupině si to myslí pouze 2 děti z 19. Rodiče v obou skupinách to většinou nepředpokládají. Rodiče často popisují (8 z 19, 5 ze 13) své **chování** (zakazují mi kamarády...) v dané situaci, což uvádějí pouze 3 děti v obou skupinách.

• **Otázka č. 13:** Nejvíce dětí (7 z 19, 4 ze 13) uvádí **aktivitu rodičů** (křičí...) v dané situaci, i rodiče nejvíce uvádějí popis svého chování (11 ze19, 7 ze 13). **Únik** ze situace (jdu stranou, jdu ven...) volí více dětí ve druhé skupině (4 ze 13) než v první (2 z 19). Rodiče se s dětmi v tomto shodují (2 z 19, 4 z 13).

• **Otázka č. 14:** V první skupině se nejvíce dětí (11 z 19) snaží o **aktivní řešení** (snažím se to vysvětlit...), ve druhé skupině je to méně (5 ze 13). Rodiče opět snahu po řešení u svých dětí spíše nepředpokládají (4 z 19, 0 ze 13). **Únik** ze situace (jdu ven, do

přírody...) volí stejný počet dětí v obou skupinách (2 z 19, 2 ze 13), rodiče ve druhé skupině však očekávají únik častěji (6 ze 13). **Neřešit situaci** volí více dětí v druhé skupině (3 ze 13) než v první (2 z 19). U rodičů jsou tyto předpoklady obráceně (5 z 19, 2 ze13).

8. FORMULACE VÝSLEDKŮ A DISKUSE

Při šetření zjišťující zastoupení jednotlivých copingových strategií z dotazníku CCSC u dětí staršího školního věku vybraného výzkumného vzorku se zjistilo, že kognitivní coping využívají dospívající děti většinou ve střední míře. Stejné je to i u pasivního copingu. Zatímco emoční coping děti v tomto věku užívají spíše v nízké míře. Zjištěné míry zastoupení copingových strategií odpovídají na výzkumnou otázku 1.

V období dospívání dochází k častějším konfliktům s rodiči. V těchto situacích je také důležité rodičovské vnímání toho, co děti trápí, co je jim nepříjemné. Výsledky zkoumání ukázaly, že rodiče se dokážou vcítit do svého dítěte v polovině nejtypičtějších problémových situací. Rodiče se shodují se svými dětmi především v odhadu jejich vnímání v situacích, kde jsou aktivním činitelem rodiče (rozvod, rodiče se nepohodnou, rozzlobí...). Shodnou se také na neoblíbenosti domácích prací, k níž se váží častá nedorozumění. Rodičovské vnímání se naopak liší v názoru na sourozence, na trávení volného času a na kamarády. V těchto situacích se rodičovské předpoklady liší od vnímání jejich dětí. Tímto se výzkumná otázka 2 potvrdila pouze částečně.

Při řešení problému může být pro každé dítě efektivní jiná copingová strategie. Dalším bodem šetření bylo zjišťování, zda s řešením problému nějak souvisí použitá copingové strategie, a zda rodiče předpokládají stejné řešení zátěžové situace,jaké by zvolilo jejich dítě. Z analýzy strategií kognitivního copingu v souvislosti s řešením problémových situacích vyplývá, že děti, které využívají kognitivní strategie copingu více (vyšší hodnoty podle dotazníku CCSC) mají větší snahu o aktivní řešení. Rodiče však tuto snahu většinou nepředpokládají. Naopak únik z problémové situací volí především děti, které využívají kognitivní strategie méně (nižší hodnoty podle dotazníku CCSC). Rodiče očekávají únik celkově více. Ve vyjadřování negativních emocí se žádný výrazný rozdíl mezi skupinami s nižšími a vyššími hodnotami (podle CCSC) neprokázal. Neprokázal se ani v předpokladech rodičů.

Z analýzy strategií emočního copingu v souvislosti s řešením problémových situací vyplývá, že mezi oběma skupinami dětí (nižší a vyšší hodnoty podle CCSC) žádný větší rozdíl při využívání rozptylujících aktivit či hledání podpory není. Využití těchto aktivit očekávají u svých dětí více rodiče. Velké rozdíly nejsou ani ve vyjadřování negativních emocí, i když více je popisovaly děti, které emoční strategie copingu využívají méně (podle CCSC). Rodiče v obou skupinách negativní emoce předpokládají ve stejné míře.

Z analýzy strategií pasivního copingu v souvislosti s řešením problémových situací vyplývá, že snahu o aktivní řešení mají především děti, které využívají strategie pasivního copingu méně (podle CCSC). Zatímco děti, jenž využívají strategie pasivního copingu více (podle CCSC) uvádějí, že vniklou situaci neřeší nebo volí únik. Rodiče dětí v obou skupinách však snahu o aktivní řešení u svých dětí většinou vůbec nepředpokládají. Očekávají u dětí spíše únik z problémové situace nebo předpokládají, že si to nedokáží představit. To platí pro obě skupiny. V rámci výzkumného vzorku se potvrdila souvislost strategií kognitivního a pasivního copingu s řešením problémových situací. Souvislost strategií emočního copingu s řešením problému se nepotvrdila (výzkumná otázka 3).

Rodičovské předpoklady řešení problémových situací svými dětmi se v některých strategiích zvládání liší od uvedeného řešení dětmi. Rodiče u svých dětí většinou předpokládají únik ze situaci, rozptylující aktivity či hledání podpory u jejich kamarádů. Snahu po aktivním řešení od dětí neočekávají. S dětmi se shodují především ve vyjadřování negativních emocí a popisu chování rodičů v dané situaci. Odpověď na výzkumnou otázku 4 je, že stejné řešení problémové situace jako u dětí předpokládají rodiče pouze v některých případech (negativní emoce...).

Míra využívání jednotlivých copingových strategií souvisí s obdobím dospívání. Skutečnost, že děti více využívají kognitivní a pasivní coping a ne emoční, odpovídá vývojové fázi dětí staršího školního věku. Vyvíjí se u nich pojmově-logické myšlení, tudíž jsou již při zvládání stresu schopni rozumového řešení. Co se týče sociální opory, tu vedle rodičů začínají částečně přebírat jejich vrstevníci. Toto zjištění koresponduje s odbornými texty, v nichž je popisováno odpoutání se od rodiny a snaha po nezávislosti charakteristická pro toto vývojové období (Medvéďová 1999, Vágnerová 2004).

Výsledky porovnání rodičovského a dětského pohledu vnímání problémových situací mezi nimi vyplývají ze skutečnosti, že rodiče ne vždy chápou proměny, jimiž dospívající prochází, např. potřebu větší autonomie a skutečnost, že u dospívajícího většinou ztrácejí autoritu (Nakonečný, 2003).

Potvrdilo se, že vyjadřování negativních emocí signalizuje, že jde o situaci zátěžovou, která se jeví jako nepříjemná a ohrožující (Vágnerová, 2002). Děti se vzniklou situaci snaží zvládnout. Pokud to celkově shrneme, děti ve výzkumném vzorku nejvíce využívají aktivní strategie copingu a nejméně strategie podpory, jelikož ve starším školním věku už není emoční reakce na problémovou situaci dominantní jako tomu bylo v dětském věku. Rozdíly jsou patrné v oblasti kognitivního rozhodování a

pasivního copingu. Úroveň copingu závisí na vnější podpoře i na vnitřních zdrojích, tj. na vlastnostech a kompetencích jedince (Vágnerová 2002, Medvéďová 1992).

9. ZÁVĚR PRAKTICKÉ ČÁSTI

Z hlediska analýzy a interpretace zjištěných výsledků bylo toto výzkumné šetření v jednotlivých ohledech velmi poučné. Na pozadí základního tématu, které se týká zvládání zátěžových situací u dětí staršího školního věku, je možno porovnávat dětské i rodičovské vnímání problémových situací, jež vyplývají ze vtahu rodič-dítě.

Na základě zjištěných výsledků mohu konstatovat, že použité copingové strategie jsou pro každé dítě jinak efektivní. V případě tohoto výzkumného vzorku děti nejčastěji využívají strategie kognitivního rozhodování a pasivního copingu ve střední míře. Žádné extrémní případy nebyly zaznamenány. Potvrdilo se, že volba copingové strategie do určité míry souvisí s řešením problému. Nejvíce rozdílů se dalo pozorovat v oblasti kognitivního a pasivního copingu.

Při volbě účinné copingové strategie může mít úlohu také pohlaví, intelekt nebo osobní charakteristiky dítěte, které jsem však do analýzy výsledků nezahrnula.

Zátěžové situace mezi dětmi a rodiči nevnímají jako nepříjemné pouze děti, ale také jejich rodiče. Cítí, že různé konflikty mezi nimi děti trápí a oni si to uvědomují. Mohu říci, že v emočně napjatých situacích se rodiče do svého dítěte dokáží vcítit a odhadnout, co prožívá. To, v čem se neshodnou, je většinou otázka rodičovské autority - jejich názory na trávení volného času a na volbu kamarádů jsou často odlišné. Co se týče řešení problémových situací, rodiče spíše očekávají pasivnější postoj dítěte. Snahu dětí vzniklou situaci řešit příliš nepředpokládají.

Tyto výsledky jsou zpracovány pouze na základě vyplněných dotazníků 32 dětmi a jejich rodiči, tudíž tyto závěry nemůžeme příliš zobecňovat. Pro větší objektivnost by bylo třeba provést šetření ve větším měřítku. I přesto mohou být zjištěné poznatky přínosné a inspirující pro další výzkum.

ZÁVĚR

Období dospívání dětí je téma velmi různorodé a přináší velké množství podnětů pro provádění psychologických výzkumů týkajících se osobnosti dospívajících dětí. Téma mé diplomové práce jsem zaměřila především na vzájemnou interakci dětí staršího školního věku a jejich rodičů. Zkoumání vzájemných vztahů rodičů a jejich dospívajících dětí se ukázalo jako značně široké a variabilní. Tento okruh jsem spojila s dalším rozsáhlým tématem shrnující působení zátěže a její zvládání, což se ukázalo jako dobrá volba. Po prostudování článků z odborných časopisů a literatury, jsem v rámci této práce směřovala k odpovědi na otázku, zda způsob zvládání zátěže souvisí s řešením problému u dospívajících dětí. Mým cílem bylo i posouzení vnímání oněch problémů rodiči dětí. Z tohoto hlediska byly požadavky mé práce splněny.

Výsledky a závěry plynoucí z provedeného výzkumného šetření mne v některých bodech překvapily. Před začátkem zkoumání jsem předpokládala, že rozdíly mezi dětským a rodičovským vnímáním budou větší. Ale ukázalo se, že i v dnešní „uspěchané době" mohou být rodiče pro své dospívající děti dostatečnou oporou. Rodiče si všímají, že jejich děti něco trápí a většinou vědí, co jejich dítě zažívá, pokud se ocitne v situaci, která mu není příjemná. Tento poznatek je velmi důležitý, jelikož i když se děti v období dospívání více obrací na své vrstevníky, jsou rodiče stále ti, kteří znají dítě nejdéle a nejvíce.

Práce na této diplomové práce pro mě byla přínosná z hlediska teoretického i praktického. Zpracováním teoretické části diplomové práce se mi značně rozšířily vědomosti v oblasti zabývají se zvládáním zátěže a její teoretické základny. Taktéž výzkum, jehož průběh, výsledky a závěry jsou popsány v předcházejících kapitolách, mi otevřel nové obzory týkající se výzkumného šetření v psychologii. Přínosná byla především práce s dětmi a rodiči, kteří ochotně spolupracovali v rámci dotazníkového šetření. Zpracování a analýza výsledků je dovršením šetření, jež bylo detailně připravováno.

Na závěr mohu už jen říci, že poznatky vyplývající z této diplomové práce mne obohatily, a i když jsme upustili od hledání souvislostí mezi zvládáním zátěže a sebeobrazem dítěte, přesto byla práce na výzkumném šetření zajímavá.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

AYERS, T. S., SANDLER, I. N., WEST, S. G., ROOSA, M. W.(1996): A dispositional and situational assessment of children's coping: Trstiny alternative model sof coping. Journal of Personality, 64, s. 923-958

BLATNÝ, M., KOHOUTEK, T.: Situačně kognitivní a osobnostní determinanty chování v zátěžové situaci. Československá psychologie, 2002, vol. 46, no. 2, s. 97-204

ČANIGOVÁ, A: Strategie zvládania u detí prepubescentného veku. Psychológia a patopsychoógia dieťaťa, č. 35, 2000, s.110-120

DOBEŠ, M.: Prvé skúsenosti s tréningovým programom na zvyšovanie pozitívneho sebaobrazu. Psychológia a patapsychológia dieťaťa, 34, 1999, č. 4, s. 351-355

GODDETOVÁ, E. T.: Umění jednat s dospívajícím. Přel. Š. Belisová. Praha: Portál, 2001, 140 s.

JEDLIČKA, J. a kol.: Děti a mládež v obtížných životních situacích. Praha: Themis, 2004, 478 s.

KŘIVOHLAVÝ, J.: Psychologie zdraví. Praha: Portál, 2001, 279 s.

MATĚJČEK, Z.: Pojem psychické deprivace a subdeprivace. Detská psychológia a patopsychológia, 1987, s. 419-428

MEDVEĎOVÁ, L':Faktory osobnosti a zvládanie stresu pubescenti. Psychológia a patopsychológia dieťaťa, 34, 1999, s. 3-12

MEDVEĎOVÁ, L': Vplyv agresora a subjektívnej percepcie jeho zvládnutelnosti na preferenci a úroveň stratégií zvládania v ranej adolescenci. Psychológia a patopsychológia dieťaťa, 36, 2001, s. 291-310

MEDVEĎOVÁ, L'.: Štruktúry sebaocenenia a lokalizácia kontroly jako moderátory zvládania stresu u pubescentov. Psychológia a patopsychológia dieťaťa, 31, 1996, s. 120-134

NAKONEČNÝ, M.: Úvod do psychologie. Praha: Academia, 2003. 507 s.

ORVIN, G. H.: Dospívání kniha pro rodiče. Přel. J. Roubal. Praha: Grada Publishing, 2001, 180 s.

PREKOP, J.: Jak být dobrým rodičem. Přel. D.Vrbová. Praha: Grada Publishing, 2001, 83 s.

PRCHAL, J.: Konflikty dospívajících dětí s rodiči. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1970, 86 s.

RYANOVÁ, E. A.: O rodičích. Přel. E. Hauserová. Praha: Nakladatelství Lidových novin, 1996, 168 s.

SMÉKAL, V.: Podpora optimálního rozvoje osobnosti dětí z prostředí minorit. Brno: Barrister a Principál, 2003, 197 s.

SMÉKAL, V., MACEK, P.: Utváření a vývoj osobnosti. Psychologické sociální a pedagogické aspekty. Brno: Barrister a Principál, 2002, 264 s.

SROUFE, L. A. (1989): Relationships, Self, and Individual Adaptation. In A. J. Samerof, R. N. Emde, Relationsships Disturbances in Early Childhood. A developmental Approach, (pp. 70-94). New York: Basic Books.

STUCHLÍKOVÁ, I.: Základy psychologie emocí. Praha: Portál, 2002, 227 s.

STUCHLÍKOVÁ, I.: Zvládání emočním problémů školáků. Praha: Portál, 2005, 170 s.

TAXOVÁ, J.: Pedagogicko psychologické zvláštnosti dospívání. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1987, 273 s.

VÁGNEROVÁ, M.: Vývojová psychologie I. UK v Praze: Karolinum, 1997, 467 s.

VÁGNEROVÁ, M.: Základy psychologie. UK v Praze: Karolinum, 2004, 356 s.

VÁGNEROVÁ, M.: Kognitivní a sociální psychologie žáka základní školy.UK v Praze: Karolinum, 2001, 304 s.

VÁGNEROVÁ, M., VALENTOVÁ, L.: Psychický vývoj dítěte a jeho variability. UK v Praze: Karolinum, 1994, 115 s.

PŘÍLOHY

Seznam příloh

Příloha č. 1: dotazník CCSC – vyplněný žákem

Příloha č. 2: dotazník nedokončených vět – vyplněný žákem

Příloha č. 3: dotazník nedokončených vět – vyplněný rodičem

Příloha č. 4: tabulka s dokončenými větami: Když dostanu špatnou známku máma a / nebo táta…

Příloha č. 5: tabulka s dokončenými větami: Když doma musím…

Příloha č. 6: tabulka s dokončenými větami: Když mi máma a / nebo táta nekoupí…

KR:	RP:	HP:	Poz:	PP:	PE:	FUP:	RA:	UA:	KV:

chni lidé mají různé problémy a těžkosti. Před sebou vidíš napsané různé způsoby, jak se lidé chovají, ž mají nějaké těžkosti. Každou větu si pozorně přečti. Zamysli se, jestli se **tehdy - když máš nějaké kosti – také tak chováš.** Podle toho, jak často se chováš tím způsobem, udělej křížek do příslušného nka.

KDYŽ MÁM NĚJAKÝ PROBLÉM.....	skoro nikdy	někdy	často	skoro vždy
oslouchám hudbu				X
)řív, než něco udělám, popřemýšlím o tom			X	
)ělám něco, aby se to zlepšilo		X		
nažím se všímat si, anebo myslet jen na příjemné věci v životě		X		
du se projet na kole	X			
nažím se problému vyhnout		X		
okouším se ho vypudit z mysli			X	
jistím, co se s tím dá dělat tak, že si o tom popovídám s přítelem				X
řemýšlím o tom, proč se to stalo		X		
Předtím, než se rozhodnu co udělám, uvažuji o tom, co se může stát	X			
Snažím se něco změnit, aby se to zlepšilo		X		
O tom, jak se cítím si popovídám s mámou anebo s tátou	X			
Řeknu si, že se to za krátkou dobu skončí	X			
Jdu si zahrát nějaké sportovní hry	X			
O tom, jak se cítím, si popovídám s někým dospělým, ale ne z naší rodiny			X	
Prosím Boha, aby mi to pomohl pochopit	X			
Jdu se projít		X		
Představuji si, že je to tak, jak by to mělo být	X			
O tom, jak to zlepšit, si popovídám s bratrem nebo se sestrou		X		
Snažím se problém lépe pochopit tak, že o tom více přemýšlím		X		
Jdu číst knihu anebo časopis	X			
Snažím se vyhýbat věcem, které by mě mohli rozčílit		X		
Snažím se řešit problém tak, že si o tom popovídám s mámou anebo s tátou	X			
Uvažuji o tom, jak se z toho můžu poučit	X			
Přemýšlím o tom, jak všechno co nejlépe udělat, aby jsem ten problém zvládl	X			
O tom, jak se cítím, si popovídám s bratrem nebo se sestrou	X			
Čekám a doufám, že se to zlepší		X		
Přemýšlím o tom, co všechno potřebuji vědět, aby jsem ten problém vyřešil		X		
Jdu bruslit anebo jezdit na skatebordu	X			
O tom, jak se cítím, si popovídám s přítelem				X
Dívám se na televizi	X			
Vyhýbám se lidem, kteří ve mně vyvolávají nepříjemné pocity		X		
Dělám něco, aby jsem ten problém vyřešil	X			
Napadne mě, že by to mohlo být i horší	X			
Zacvičím si	X			
Snažím se zjistit, co se s tím dá dělat tak, že si o tom popovídám s někým ospělým, ale ne z naší rodiny				X
Stáhnu se do svého pokoje (anebo někam jinam)	X			
Pokouším se zjistit, proč se takové věci stávají	X			
Toužím po tom, aby se to zlepšilo		X		
Řeknu si, že nemá význam se nad tím znepokojovat	X			
Zahraji si videohry, anebo se věnuji nějakému svému koníčku	X			

Chlapec / dívka **Datum narození:** 24. února 93 **Třída:** 7.A

Každé dítě zažije někdy situace v rodině, které mu nejsou příjemné.
POZORNĚ SI PŘEČTI ZAČÁTEK VĚTY A DOTVOŘ JI TAK, ABY VÝSLEDNÁ VĚTA VYJÁDŘILA SITUACI, KTERÁ TI VADÍ / TĚ TRÁPÍ.

Nemusíš se bát zneužití tvých odpovědí, dotazník je zcela anonymní. Je součástí dotazníkového šetření, které provádíme na Pedagogické fakultě. Výsledky tohoto výzkumu budou prezentovány v mé diplomové práci.

Děkuji za spolupráci. Pavla Novotná

Situace, které mně vadí / které by mně vadily:

1. Když mám malého sourozence, tak *(např.: .... ho musím stále hlídat; ....na mě rodiče mají méně času; .....na něj žárlím....atd.)*
   tak jsem většinou za zlé vinna já.
2. Když se máma s tátou nepohodnou, tak
   mě, protože taťku nemám.
3. Když se rodiče rozvedli, tak
   ~~tatínek~~ bych šla k tátovi a všechna se změnila
4. Když (mi / mě / mně) můj sourozenec
   možná tak se bezo mě dobře mě a je hodný
5. Když dostanu špatnou známku, máma a / nebo táta
   je z toho naštvaná.
6. Když mě máma a / nebo táta nutí (do)
   něčeho, tak ~~nutí~~ to stejně nedělám.
7. Když mně máma a / nebo táta zakazují
   jít ven stejně jdu.
8. Když doma musím
   uklízet tak mi to vadí, nerad.
9. Když se mámě a / nebo tátovi nelíbí můj kamarád, tak
   ji řeknu, že každý je nějaký.
10. Když něco špatného provedu, tak mi máma a / nebo táta
    pomůže a jde to z toho.
11. Když mi máma a / nebo táta nekoupí
    to co chci tak si to koupím sama
12. Když večer nemohu
    jít ven tak se o ~~mámu~~ matku starám a jdou ven stejně.

13. Když se máma a / nebo táta rozzlobí, tak

je to hrozný

14. Když mi rodiče nerozumí

tak jdu za svým nejlepším.

15. Když se mámě a / nebo tátovi nelíbí, že trávím hodně času (u)

s jedním kámošem tak jí řeknu, že vrátí dost času v práci.

Kromě uvedených situací napiš, prosím, ještě další, které ti mezi tebou a rodiči vadí.

když mi jsou pro mě nemají pochopení.

DĚKUJI!

Vaše dítě je ~~chlapec~~ / dívka **Datum narození**.....1993..... **Třída**.....VII.....

Vážení rodiče, každé dítě zažije někdy situace, které mu nejsou příjemné (vadí mu, zlobí ho, trápí apod.). Zkuste se na chvíli vžít do Vašeho dítěte a pokuste se zamyslet, které situace Vaše dítě vnímá jako nepříjemné a jak na takové situace reaguje.

NÍŽE VIDÍTE SEZNAM NEDOKONČENÝCH VĚT. POZORNĚ SI PŘEČTĚTE ZAČÁTEK KAŽDÉ VĚTY A DOTVOŘTE JI TAK, ABY VÝSLEDNÁ VĚTA VYJÁDŘILA SITUACI, KTERÁ VADÍ VAŠEMU DÍTĚTI / TRÁPÍ VAŠE DÍTĚ.

S Vašimi odpověďmi se bude zacházet přísně důvěrně!
Dotazník je součástí průzkumu pro mojí diplomovou práci na Pedagogické fakultě, ve které se zaměřuji na zjišťování zátěžových situací dětí z jejich pohledu a z pohledu jejich rodičů.

Děkuji za spolupráci a Váš čas. Pavla Novotná

Situace, které vadí/ které by vadily Vašemu dítěti:

1. Když mám malého sourozence, tak *(např.: .... ho musím stále hlídat;....na mě rodiče mají méně času;.....na něj žárlím....atd.)*
   ..ho...mě...mají...rodiče...méně...času.....
2. Když se máma s tátou nepohodnou, tak
   .....nemám táty.....
3. Když se rodiče rozvedli, tak
   .....nerozvedli se.....
4. Když (mi / mě / mně) můj sourozenec
   .....koupí...dárek,...mám...radost.....
5. Když dostanu špatnou známku, máma a / nebo táta
   .....se...to...nelíbí!.....
6. Když mě máma a / nebo táta nutí (do)
   ...do...úklidu...pokoje,...trvá...mi...to...dlouho...než...to...udělám.
7. Když mně máma a / nebo táta zakazují
   .....jít...ven...počítač,...jsem...smutná!.....
8. Když doma musím
   ...vyndat...nádobí...z...myčky,...mi...to...vadí!.....
9. Když se mámě a / nebo tátovi nelíbí můj kamarád, tak
   .....mi...to...vždy...řeknu.....
10. Když něco špatného provedu, tak mi máma a / nebo táta
    .....domluvá!.....

11. Když mi máma a / nebo táta nekoupí

drahou věc, tak to podopuku.

12. Když večer nemohu

sledovat televizi, poslouchání pěs mičky.

13. Když se máma a / nebo táta rozzlobí, tak

je zle.

14. Když mi rodiče nerozumí, tak

jsem naštvaná!

15. Když se mámě a / nebo tátovi nelíbí, že trávím hodně času (u)

u počítače, tak mi domlouvá!

Kromě uvedených situací napište, prosím, ještě další, které Vašemu dítěti vadí.

.....

.....

.....

.....

DĚKUJI!

OTÁZKA Č.5: Když dostanu špatnou známku máma a / nebo táta…

ODPOVÍDÁ:	DÍTĚ	RODIČ
H1	mi řeknou, abych si to zlepšil a nebo mám zaracha.	mi domluví.
H2	mě nepodpoří.	mi doporučují zlepšení.
H3	jsou trochu naštvaní.	mi říkají, že se musím víc snažit.
H4	mi řeknou, že je to škoda, ale nekřičí na mě, je to přece můj život.	mi dělají kázaní, ale jsou v klídku.
H5	máma řve a za chvíli to je v pohodě.	mě chlácholí.
H6	mi řeknou, že se mám zlepšit.	chtějí, abych si to opravil a zlepšil se.
H7	máma mi většinou vynadá, ale pak řekne, že to musim zlepšit.	mi domlouvají, že se učím pro sebe.
H8	mi řeknou, ať se zlepším.	mi nařežou.
H9	mi řeknou, že jsem blbec.	mi vynadají.
H10	řeknou, že se to má zlepšit.	se mi snaží vysvětlit, že škola je důležitá.
H11	mi vynadaj.	mi domlouvají.
H12	si z toho nic nedělají.	mně domlouvají a já jdu do svého pokoje a učím se, abych se zlepšila.
H13	si z toho nic nedělaj.	se někdy zlobí.
H14	mě jenom kladou na srdce, abych se víc učila - a to nesnášim.	mi řeknou, že sem pitomá.
H15	mi řeknou, že si to musím napravit.	mi řeknou, že se učím pro sebe, že vzdělání je důležité.
H16	nejsou moc rádi, ale pochopí to.	promluví si se mnou.
H17	mi jdou po krku.	mě musí nějak potrestat.
H18	mi vynadají.	mi v klidu řeknou, že to příště bude lepší.
H19	z toho nemají moc dobrou náladu.	to vezmou v klidu.
H20	mi řeknou, že sem vůl.	mi dají trest.
H21	mně vynadají a dostanu nějaký trest.	se dost zlobí.
H22	mi řeknou, ať se jdu učit.	domlouvají, abych si to zlepšil.
H23	mně řeknou, proč jsem se neučil a že se mám jít učit.	řeknou, abych si to zlepšil.
H24	jsou docela v poho.	říkají, že se jim to nelíbí.
H25	mi řeknou, že jsem se měla učit.	trochu zvýší hlas, abych si uvědomil, že jim to vadí.
H26	mamka mi řekne, abych si to rychle opravila.	se zlobí.
H27	Nesmím jít třeba k babičce, ale druhý den ano.	dají něco za trest.
H28	mě někdy seřvou.	trestají prací.
H29	Jak kdy, většinou řeknou, že se mám jít učit.	mi domluví.
H30	mi říkají, abych si to opravila.	se zlobí.
H31	mně vynadají a jdou to většinou říct babičce.	se naštvou.
H32	křičí a zlobí se.	žádají zlepšení.

OTÁZKA Č.11: Když mi máma a / nebo táta nekoupí…

ODPOVÍDÁ:	DÍTĚ	RODIČ
H1	to, co si přeji, tak mi to nevadí, protože mi to možná koupí příště.	tak se s tím smířím.
H2	to, co potřebuji.	tak nemaj peníze.
H3	věci, co bych chtěla, tak se nedá nic dělat.	nový mobil.
H4	věc, kterou jsem si dlouho přála, dojdu za někym z příbuzných a poprosím ho.	cokoli, tak sou tu další příbuzní.
H5	tak se urazim.	tak se s tím umím smířit.
H6	tak se rozbrečim.	tak mě to trochu štve.
H7	věc, kterou chci, tak to mě štve, ale zase nemusím mít všechno.	kredit do telefonu.
H8	kalhoty, boty, tak to beru s rezervou. (Nemůžu mít vše.)	tak mi to vadí.
H9	-	tak mi to nijak zvlášť nevadí.
H10	-	tak mi to občas vadí, protože ostatní to mají.
H11	něco, tak jsem naštvanej.	tak jsem naštvanej.
H12	udělám si kyj.	co se mi líbí a chtěla bych to, je mi to líto, ale nedá se nic dělat.
H13	udělám si kyj.	modernější počítač.
H14	to co chci, jsem jak malý dítě, ale nebrečim.	co chci, tak to nemám.
H15	tak kvůli tomu určitě nebudu brečet.	nějakou věc, co chci, tak to pochopím.
H16	chápu to.	tak nejprve se zlobím, ale pochopím jejich vysvětlení.
H17	Jde o co de.	drahé značkové oblečení.
H18	nějakou věc, tak mi to nevadí, protože nemusím mít vše.	drahé věci.
H19	chápu to.	tak se nedá nic dělat, chápu to.
H20	tak si to koupím sám.	to, co s přeji.
H21	něco, tak si to koupim sám.	-
H22	počítačovou hru.	tak jsem naštvanej.
H23	to, co chci.	nějaké drahé věci.
H24	to, co chci, tak si to koupím sama.	drahou věc, tak to pochopím.
H25	něco po čem toužím, tak je mi to líto.	tak se s tím neumím smířit.
H26	většinou mi to nakonec koupí.	co zrovna chci, urazím se.
H27	-	tak mě to chvíli štve.
H28	hadry, tak se na ně rozčílim.	tak nejsem naštvanej.
H29	co chci.	všechno, protože na to nejsou peníze.
H30	perník, plyšáka, knížku.	to, co chci.
H31	věc, kterou já chci, budu koukat jako puma.	to beru.
H32	co chci, tak se s tim smířim.	tak se s tím lehce smířím.