

Dětská asertivita

Jsou děti asertivní?

Děti jsou přirozeně asertivní, tj. umí bez velkých rozpaků žádat, odmítat a nemanipulují, dokud je to my, dospělí, nenaučíme. Zdravě vedené dítě si udržuje vědomí vlastních potřeb a cílů, od nejzákladnějších spojených s bezpečím a citovým zázemím i přiměřeným materiálním zajištěním, až po duchovní potřeby spojené s vlastním rozvojem, seberealizací.

Rodinným působením a učením v sociálních situacích se dítě postupně učí své cíle skrývat, potřeby nebrat vážně, případně žádné nemít a hlavně - nevyjadřovat je. K tomu je úspěšně dovedeme opakovanými výroky typu:

- "Tohle se přece nedělá..." (tj. Protože to děláš, jsi neodpovědný hlupák.)
- "O všechno se vždy rozděl!" (tj. Nemáš právo mít nic svého, nestojíš za to.)
- "Tohle snad nemyslíš vážně!" (tj. Nevěř svým pocitům a myšlenkám, jsou nesprávné.)
- "Mlč, když mluví dospělí!" (tj. Tvůj názor nemá žádnou váhu, počkej, až budeš velký.)
- "Neptej se už, bolí mě z tebe hlava!" (tj. Můžeš za moje trable. Mlč a buď hodný.)

Desatero výchovných předsudků dospělých (aneb jak úspěšně potlačovat dětskou asertivitu)

- Představa, že zásadní je, co dítěti říkám a vedlejší, jak to říkám
- Představa, že dospělý musí udržet vždy a za každou cenu svou autoritu
- Představa, že pokud mě dítě nebo dospívající neposlechne nyní, neposlechne už ani příště
- Představa, že dítě nemá právo znát důvody mých rozhodnutí, přání či zákazů
- Představa, že dítě přece musí mít vždy čas a je vždy svěží a pozorné k plnění mých pokynů
- Představa, že dítě nebo dospívající musí rozumět tomu, jak myslím to, co říkám
- Představa, že když mluvím, dítě mi musí vždy naslouchat
- Představa, že co bylo v mládí dobré pro mě, musí být dobré i pro mé dítě
- Představa, že dítě musí dělat "správné" věci, a to právě tehdy, kdy je to z mého hlediska rozumné
- Představa, že to, co očekávám od svého dítěte, nemá nic společného s tím, jak se sám před dítětem chovám a čím se ve svém nitru řídím

Jak učit děti asertivnímu jednání

- Od útlého dětství respektujeme dítě jako svébytnou osobnost. Dispozice a omezení dítěte se mohou diametrálně lišit od rodičovských. Má právo jít s naší počáteční podporou svou životní cestou, aniž by bylo povinno splňovat naše představy.
- Poskytujeme dítěti častou pochvalu za žádoucí chování. Vychováváme "zlobivé" dítě tím, že zlostně reagujeme na jeho nežádoucí chování. Žádoucí chování necháme bez komentáře a často i bez povšimnutí.
- Učme dítě samostatnému rozhodování ve věcech přiměřených věku. Přiměřeně asertivní dospělý člověk dokáže unést odpovědnost za to, co si myslí, co chce a jak se chová. To vše může, ale také nemusí sdělovat druhým. V tomto je dospívání kamenem úrazu. Dospívající experimentuje, hledá hranice své a volnosti i odpovědnosti. Pokud si jako rodiče a pedagogové neformulujeme takto pozitivně smysl té bouře konfliktů a zklamání, která zákonitě s dospíváním naší ratolesti přichází, těžko v ní obstojíme se ctí.
- Naučme dítě nebát se chybování. Každý má právo na objevování světa i sebeobjevování. Nikdy nevíme, kdy je to "správně". Neberme dítěti odvahu hledat cestu, která vyhovuje jeho - nikoli naší - přirozenosti. Naučme dítě vyjadřovat agresivní pocity slovně. Pokud se dítě (nebo spíš jeho rodiče) nebojí vyjádřit nesouhlas, zlost a další záporné pocity nahlas a včas, ušetří sobě i druhým mnoho

lítosti a vzteku. Dodejme k tomu sobě i dětem odvahu. Učme dítě vyjadřovat svá práva a stát za nimi. Abychom dovedli děti povzbudit k vyjednávání o jejich požadavcích, učme se vyjednat i my mezi sebou! Možná spíše pro nás, dospělé, je problémem neupadnout ve věci vlastních práv do pasivního mlčení, nebo arogantního vyžadování a křiku, který použijeme ze strachu před neúspěšnou komunikací

- V komunikaci s dítětem i dospívajícím buďme upřímní, konkrétní, nekritizujme dítě, ale nežádoucí chování, učme dítě respektovat práva druhých lidí.
- Trvejme na učiněném rozhodnutí, dítě velmi potřebuje slyšet rázné "ne". Dítě potřebuje ke zdravému duševnímu vývoji jistotu a vedle věku přiměřené svobody i pevné hranice pravidel a určitých požadavků. Tento pocit mu dá v dospívání odvahu pomalu opouštět a pak i opustit základní rodinu.
- Dospívajícímu již můžeme některé věci těžko zakázat. Riskujeme, že nás neposlechne a otevřeně přejde do nespoutané opozice. Často nemá smysl zastírat, že jsme si vědomi malé moci nad svobodou dospívajícího. Nezakazujme tedy, ale žádejme, krátce uveďme důvody a otevřeně popišme své pocity.
- Bezohlednost k partnerovi (dítěti, dospívajícímu) vede obvykle k otevřené agresi ("dostaneš facku, a ono ti to dojde!"), nepřímým formám agrese ("počkej, však ty...") nebo k zoufalství a vzdání se všech aktivit.