

## Co, kdy a jak ve výchově dětí

Je známo, že každé vývojové období v sobě skrývá úkoly, které mají přispívat ke zdravému rozvoji osobnosti dítěte. Tento koncept se nazývá osm věků člověka (E. Erikson), z něhož vybíráme období, kdy se můžete jako rodiče na výchově dítěte podílet.

Zkuste se zamyslet, co je hlavním úkolem období, v němž se vaše dítě právě nachází. A snad i jakým způsobem k tomu přispíváte vy rodiče. Jak vidíte, každé věkové období řeší tzv. vývojový konflikt. Cílem je, i když se ve svém vývoji setká s oběma póly, aby převážily položky v zeleném poli. Každý další vývojový stupeň je ovlivněn zvládnutím toho předcházejícího.

Věk	Čemu je dítě vystaveno?		Čím ho to do života vybaví?	
1. rok	důvěra	nedůvěra	naděje	beznaděj
2. rok	autonomie	nejistota a stud	síla chtění	závislost
3.–5. rok	iniciativa	vina	záměr, cíl	bezcílnost
5. rok až puberta	píle	méněcennost	kompetence	rezignace
Adolescence	identita	zmatek	poctivost	ovlivnitelnost
Mladší dospělost	intimita	izolace	láska	sobectví

### 1. rok: důvěra – naděje (Jsem tady, správně?)

- Reagujte na projevy dítěte – zrcadlením, péčí.
- Buďte co nejčastěji v tělesném kontaktu – dotýkejte se ho.
- Mluvte na něj – popisujte činnosti.
- Dívejte se na něj a udržujte oční kontakt.
- Pečujte o dítě odpovídajícím způsobem.

### 2. rok: autonomie – síla chtění (Kdo a co to je?)

- Zajistěte přiměřené bezpečí pro poznávání.
- Vymezte zvládnutelný prostor – kontakt s prostorem i ohraničením.
- Nabídněte PŘIMĚŘENÉ MNOŽSTVÍ PODNĚTŮ – ne přespříliš.
- Filtrujte dítěti svět přes sebe.
- Nabídněte spíše „obyčejné“ polotovary k manipulaci než hotové věci.

### 3.–5. rok: iniciativa – záměr a cíl (Jak to funguje?)

- Volte činnosti, kde dítě uspěje i samo nebo se může zapojit.
- Pro hru ponechejte dítěti spíše méně než více hraček (i v pokoji).
- Popisujte a ukazujte činnosti, které bude dítě mít zvládnout samo.
- Pracovní aktivity – úkoly rozdělte do jednotlivých kroků (max. 2) – učí se pracovním postupům a plánování; POVZBUZUJTE.
- Nechejte dítě dokončit činnost, nebo včas upozorněte na ukončení.

### 5. rok až puberta: píle – kompetence (Co umím, co zvládnou?)

- Oceňujte, co už dítě zvládá samo (před dítětem, i na doslech), pracujte s kapesným.
- Povzbuzujte a dodávejte odvalu, doprovázejte v nových činnostech (se svolením).
- Nezveličujte chyby – popište dílčí kroky, které byly OK, a které KO.
- Využívejte v sankcích logické důsledky.
- Zapojte do pravidelných prací pro rodinu (bez odměny, jen díky sounáležitosti), včetně možnosti a řešení NE (nesplnění).
- Vytvořte společně pravidla soužití (i sankcí).

### Adolescence (cca 14–21 let): identita – poctivost / pravdivost (Kdo jsem?)

- Vyjadřujte dítěti respekt i zájem, neznevažujte ho.
- Představujte svá stanoviska (kotvy), zajímejte se o názory dětí.
- Uplatňujte logické důsledky (i ve finančních nárocích).
- Změňte oslovování, projevy náklonnosti, způsob kontroly.
- Jasně definujte, v čí kompetenci je daný problém či situace.
- Vzdorování patří ke zdravému vývoji, uneste ho s nadhledem.

### Mladší dospělost: intimita – láska (Jsem schopen vytvářet blízký vztah?)

- Smiřte se s tím, že teď už nevychováte.