[Významné chyby ve výchově dětí](https://www.prostezdravi.cz/vyznamne-chyby-ve-vychove-deti/" \o "Významné chyby ve výchově dětí)

<https://www.prostezdravi.cz/>

Děti již od svých prvních týdnů pozorují rodiče i celé okolí a díky tomu získávají nové znalosti i o sobě, světě kolem nich a samozřejmě také o správném chování. Základ výchovy by proto neměl spočívat v nějakém systému odměn a trestů. Místo toho bychom měli jít našim ratolestem příkladem. A přitom se určitě musíme vyvarovat několika základních chyb.

1. Nenaříkejme na **vzhled**. A nejde jen o kritiku toho, jak vypadá dítě (to je něco, co opravdu dělat nesmíme a neměli bychom ani příbuzným a známým takové komentáře tolerovat), ale také i o velmi obvyklou nespokojenost rodičů se svou či partnerovou váhou, postavou nebo tvarem některých tělesných partií. Dáváme tím dítěti najevo, že máme nízké sebevědomí a vnější hodnocení pro nás hraje velmi významnou roli.

2. Rozhodně se před dítětem nesmíme **hádat** s partnerem. Příliš vhodné nejsou ani spory s kýmkoliv dalším, i když je samozřejmě jasné, že tomu se člověk v životě nevyhne. Pokud na sebe v rodině křičíme a hádáme se, dítě to považuje za cosi celkem normálního a ztrácí vůči oběma rodičům respekt. A navíc později, zvláště v nějaké stresové situaci, reaguje tak, jak to vidělo u sebe doma.

3. Doma bychom si pořád neměli na něco **stěžovat**. Dítě sice nemusí rozumět debatám o politice či našim problémům v práci, ale velmi rychle vycítí, že negativní nastavení vůči všemu je vlastně velmi správné.

A to mu bude později komplikovat život a rozhodně štěstí nepřinese.

4.**Dodržujme slovo** a sami dělejme to, co od dítěte vyžadujeme. Pokud chceme, aby dítě dodržovalo všechny zásady slušného chování (nebo i nějakých zvyků či dokonce hygienické návyky), rozhodně mu musíme jít příkladem. Pokud říkáme, že u jídla by se nemělo koukat na televizi, tak zákaz by se neměl týkat jen dětských pohádek, ale i strašně důležitého fotbalového utkání či večerních zpráv. A tak dále a tak podobně. Jestliže dítěti budeme vzorem, tak bude respektovat a chápat vše, co mu řekneme – a to i bez vysvětlování.

5.  Nezabývejme se **banalitami**.  Samozřejmě naše dítě by mělo znát hodnotu věcí, vědět co po něm chceme, ale když rozbije skleničku nebo někde zapomene ponožku, rozhodně to není důvod pro strašidelný křik a výtky. Zvlášť když tuto věc stejně druhý den vůbec nebudeme řešit. Jestliže přikládáme váhu nesmyslům, později, až dítě pochopí svět kolem sebe, budeme mít problém mu vysvětlit, že nám opravdu jde o něco důležitého. Jinak nesmíme zapomínat, že materiální hodnoty by neměly mít převahu nad těmi duchovními.

6. Na dítě si musíme **najít čas**. Nemůžeme ho neustále odbývat výkřiky, teď ne, později a tento výrok ve skutečnosti znamená nikdy. Samozřejmě není možné se vždy zvednout a okamžitě řešit nějaký malý problém, ale vždy lze říci za chvíli a určit, za jak dlouho se našemu potomkovi budeme věnovat. Jen to nesmí trvat příliš dlouho. Čím menší dítě, tím kratší dobu vydrží a půl hodiny pro něj může najednou znamenat ono výše uvedené „nikdy.“

7. **Neporovnávejme** naše dítě s někým jiným. Je to velmi obvyklé u rodičů či prarodičů, kdy robě neustále poslouchá, jak Pepíček to dělá tak a Anička tamto onak. Za prvé je to velmi demotivující a hlavně si můžeme zadělat do budoucna na docela velký problém. Protože od malička dítěti vnucujeme představu, že se musí chovat jako někdo jiný. A teď si přestavme nejen to, že se bude v pozdějším věku snažit vypadat a chovat jako „celebrití Pepíček,“ ale existují i mnohem závažnější rizika. Dej si tuto či jinou drogu (návykovou látku), přece Anička si jí dala také…

# Nejčastější chyby ve výchově. Kterou z těchto 6 chyb děláte i vy?

<https://motherclub.cz/>

Všichni bychom si jistě přáli být těmi nejlepšími rodiči. Ale buďme upřímní sami k sobě – jen málokomu se to daří. Čím jsou děti starší, tím více berou za své naše původní představy o tom, jak budeme děti vychovávat. Ačkoli jsme nastudovali již mnoho různý článků, knih a doporučení ohledně výchovy dětí, stále tápeme, pokud máme řešit sourozenecké spory, nejrůznější svéhlavé požadavky malých despotů, případně děti vést k nějaké smysluplné aktivitě, zatímco jim se prostě vůbec nic dělat nechce. Jaké nejčastější chyby ve výchově děláte vy? A jak se jim vyhnout?

## Nejčastější chyby ve výchově dětí

Každý rodič asi sám tuší, kde nejvíce chybuje. Není však od věci, si čas od času připomenout, že stejné chyby jako my dělají i jiní rodiče. Možná nás to uklidní. Ale především nás to upozorní na chyby, které vy výchově třeba děláme také, aniž bychom si je ovšem uvědomovali. Jaké jsou tedy podle psychologů nejčastější chyby ve výchově?

## Maminko sem, maminko tam…

Každému je jasné, že zpočátku je pro dítě tou nejdůležitější osobou jeho matka. Během prvních let života maminka zodpovídá za adekvátní uspokojování potřeb svého dítěte. Téměř všichni psychologové se shodnou na tom, že do 1 roku potřebuje dítě především lásku a přívětivé chování. Zde prakticky žádný prostor pro výchovu, respektive rozmazlování, není. Pokud jste se miminku s láskou věnovali, zde jste pravděpodobně chybu neudělali. Nicméně po prvním roce už to přichází. Děťátko občas bouchne na písku jiné dítě lopatkou, tahá kočičku za ocas, neustále se dožaduje dudlíčku nebo cizí hračky…a my musíme začít stanovovat první hranice. Zhruba do tří let je dítě především egocentrické – neustále chce, aby bylo vše podle něj, a je ochotné kvůli nejmenším hloupostem udělat scénu.

## 1. chyba: Nedůslednost

Mezi nejčastější chyby ve výchově, typické zejména pro prvorodiče, patří především nedůslednost. Také si pořád říkáte „vždyť je ještě malinkej“, anebo „hlavně, abych nemusela poslouchat tu scénu“? Raději malému vzteklounovi ustoupíte, než abyste se po tisící dohadovala o tom, co si má vzít na sebe? Vězte, že takových rodičů je naprostá většina. Na druhou stranu je potřeba si uvědomit, že pokud dítě bude již od útlého věku vědět, jak na vás a že když bude chtít, tak si vše vždy vykřičí nebo vydupe, rozhodně nepředstavuje pozitivní výchovný trend. Zkuste být trpěliví, brát každou scénu s humorem a nadsázkou, ale zároveň ze svých požadavků neustupovat.

## Dejte mu na výběr, ale trvejte důsledně na svém!

Dítě potřebuje znát pravidla, vědět, že je na vás a vaše slovo spoleh. Chce to hlavně klid. Ve věku okolo 3 let si dítě buduje vlastní identitu. Proto musí být vše po jeho stůj co stůj. Dopřejte mu proto možnost volby v co možná největší míře. Neustále ho pobízejte, ať si vybere mikinku, kterou chce. Dávejte mu možnost volby – kam se půjde na hřiště, na co se budete dívat, jakou knížku číst, jaké jídlo by si přálo k obědu (dejte na výběr 2 či 3 jídla). Ale když už si vybere, trvejte na tom. Pokud jde o něco důležitého (musí jít za ručičku okolo silnice, má být potichu, když telefonujete atd.), důrazně mu dejte najevo, že nyní není pro žádné extempore čas. Vybral si bramborou kaši? Tak ji tedy bude mít, jinak už nic jiného nedostane a bude mít hladíka. Které šatičky vezme, to si vybrat mohla, ale házet po dětech písek, to se prostě nesmí. Jinak by nemohla být na hřišti.

## 2. chyba: Žádné povinnosti

Tříleté děti ještě žádné povinnosti pochopitelně nemají, ale už by měly vědět, že botičky patří do botníku, talířek po sobě odneseme a bundičku pověsíme. Čím jsou děti starší, tím více nejrůznějších úkonů zvládnou samy. Děti předškolního věku by již rozhodně nějaké ty domácí povinnosti mít měly. Zejména se to týká úklidu, alespoň po sobě. Podle psychologů dětem příliš nesvědčí volná výchova, kdy nemají žádné povinnosti a rodiče je spíše šetří a raději vše udělají sami, než aby po tisící opakovali, že má jít uklidit rozházené hračky. Již v útlém věku musí ovšem dítě chápat, že každý má nejen nějaká práva, ale také povinnosti. Stačí maličkosti – občasná pomoc v kuchyni, vynést odpadky, nalít pejskovi vodu, atd. Už ale díky těmto maličkostem se dítě naučí, že živost není bezstarostný a v budoucnosti z něj vyroste zodpovědný člověk, schopný spolupracovat a řešit problémy.

## 3. chyba: Nedostatek času na děti

Mnoho rodičů dnes nemá na své děti kvůli práci a nejrůznějším koníčkům čas. Nejde jen o ty nejmenší, na ty si maminky většinou čas udělají a tatínek se na ně těší po práci. Čím jsou ale děti starší, tím více se dokáží nějakým způsobem zabavit samy, navíc už nejsou tak roztomilé a miloučké, jako když byly ještě malé. Maminky se po rodičovské vracejí do práce, do toho škola, kroužky, další sourozenci atd. Na děti je čím dál tím méně času. Kolik času denně skutečně strávíte se svými dětmi? Aniž byste řešili cokoli jiného, nedrželi v ruce mobil nebo nekoukali u toho na televizi? Kdy jste si naposledy společně četli, hráli nějakou hru, šli se projet na kolo?

## Drahé hračky společný čas nenahradí!

Mnoho rodičů navíc výčitky svědomí kvůli tomu, že nemají na děti čas, řeší tím, že děti zahlcují nejrůznějšími dárky a hračkami. Ale o těch to přeci vůbec není. Snažte se každý den najít alespoň půl hodiny, kdy si s dítětem sednete a budete se mu opravdu intenzivně věnovat. Uvidíte, jak se vám to stonásobně vrátí! Raději než nové lego věnujte dítěti to nejcennější – svůj čas. Zkuste spolu postavit něco ze staršího lega, co už doma máte, a uvidíte, jak si to krásně užijete vy i vaše dítě. Zahrajte si obyčejné pexeso, prší nebo člověče, nezlob se a vychutnejte si vzájemnou přítomnost.

## 4. chyba: Nejednotnost ve výchově

Určitě to znáte. Patří to totiž k velice rozšířenému problému. Každý rodič má jiné představy o výchově. Zatímco vy jste byla vychovávána mírně a nedůsledně, a snažíte se proto u svých dětí stejné chyby vyvarovat, vedete je spíše k povinnostem, nutíte je k nejrůznějším sportovním aktivitám a zdravému jídlu. Na druhé straně manžel byl vychováván direktivně, měl z otce strach a na dětství vzpomíná negativně. Snaží se tedy vše vynahradit svým dětem. Kupuje jim, o co si řeknou, nechá je jen tak doma povalovat, vždy se jich zastává, když po nich něco vyžadujete. A oni ho v tu chvíli mají radši.

## Dítě bude zmatené a nejisté!

Ať už je to u vás doma jakkoli, jedno jisté, nejednotnost ve výchově mezi rodiči může u dětí nadělat pořádnou paseku. Brzy se totiž naučí zneužívat situace a obratně manévrovat mezi vámi, jak se jim to bude zrovna hodit. Navíc mladší děti se mohou cítit velice zmatené a nejisté, když si nebudou jisty pevným řádem. Pokud se k tomu ještě hádáte kvůli výchově před dětmi, navzájem se obviňujete, kdo za jaké chování u dětí může, vězte, že nejednotnost rodičů při výchově dítěte patří mezi jednu z nejhorších chyb, které vůbec můžete udělat. Děti jsou velmi citlivé a dokáží vycítit váš nesoulad. Nemusíte se shodovat ve všem, to je přeci normální! Ale své rozpory musíte vyřešit vždy v soukromí a před dítětem vystupovat jednotně. Není možné, aby ve funkční rodině šli rodiče proti sobě a věci, které jeden rodič zakáže, druhý vzápětí povolí.

## 5. chyba: Přílišné nároky

Zde hraje největší roli naše ego. Rodiče se snaží skrze své děti realizovat nejrůznější sny, mají jasné představy o tom, čemu by se dítě mělo věnovat a očekávají maximální nasazení a nejlepší výkony. Uvědomte si ale, že každé dítě je jiné a každému jde dobře něco jiného. Nesnažte se za každou cenu mít z dítěte hokejovou hvězdu nebo klavírního virtuosa. Přehnaně velké nároky mohou dítě stresovat. Dítě nechce rodiče zklamat, a pokud se mu nedaří, poškozuje to jeho sebeobraz, což může mít nedozírné důsledky zejména v období adolescence. Mnohdy má dítě navíc z rodičů strach a bojí se o svých neúspěších doma mluvit. Raději začne lhát, aby je nezklamalo. Rozhodně dítě s nikým nesrovnávejte a snažte se přijmout fakt, že zkrátka každému jde něco jiného.

## 6. chyba: Vztek

Někdy je to opravdu, ale opravdu náročné se ovládnout a brát vše s klidem. Ale musíme se o to maximálně snažit. Impulsivní jednání či dokonce vztek až agrese do výchovy v žádném případě nepatří. Mnoha rodičům se stává, že ve vzteku řeknou věci, kterých potom litují, a to bohužel i svým dětem. Je přirozené, že ve vypjatých a stresových situacích podléháme vzteku. Podle psychologů ani není potřeba vztek před dětmi maskovat, protože jde o přirozenou emoci. Dětem ale musíte v takových chvílích ukázat, že svůj vztek dokážete ovládnout.

## Omluvte se jim

Odborníci ve vypjatých chvílích doslova doporučují dítěti sdělit, že nyní se na něj opravdu zlobíte a společně jeho prohřešek proberete raději až za několik minut. Je pravděpodobné, že mezitím „vychladnete“. Pokud jste se neovládli a začali jste hned křičet, poté, co se uklidníte, byste se měli za své chování omluvit. V ideálním případě si ze svého vzteku můžete začít dělat i legraci, abyste celé situaci odlehčili. Řekněte jim narovinu, že se omlouváte, že jste to přehnali a že takové chování není správné. Ale že jste se zlobili oprávněně. Pouze tak jim ukážete pozitivní vzory, které si mohou do života osvojit.

## Nejčastější chyby ve výchově

Tak to jsou nejčastější chyby ve výchově. Na závěr bychom vás rádi uklidnili, že výše zmíněných chyb se dopouštějí v drtivé většině všichni. Nikdo není dokonalý! Dělat chyby je normální. Jen je potřeba si tyto chyby neustále uvědomovat a snažit se z nich poučit. Není ostuda chybu udělat, mnohem horší je nepřiznat ji (sobě i ostatním). Z každé chyby si můžeme vzít nějaké poučení pro příště. Jaké chyby ve výchově děláte vy?

# Devět největších rodičovských chyb

<https://www.novinky.cz/>

Každý normální rodič touží být svým dětem dobrým průvodcem a vychovat z nich zdravé a šťastné jedince. Ne vždy se mu to ale zcela daří. Bohužel někdy i ty sebelepší úmysly mohou v konečném důsledku dětem ublížit, zvlášť když se neustále opakují. Podívejte se s námi na časté chyby rodičů, které dokážou napáchat největší škody.

## 1. Nestarají se o sebe

Všichni jistě znáte poučení od letušek z letadel, že v případě potíží si musíte kyslíkovou masku nejprve nasadit vy a až poté pomáhat druhým, včetně dětí. To samé se ale týká i rodičovství. Nikdy nebudete dobrým rodičem a nebudete posouvat své děti dál v okamžiku, kdy budete vyčerpaní, naštvaní či vyhořelí.

Pokud vám na dětech záleží, pak pečujte nejen o ně, ale především o sebe, o své tělo i duši. Není na tom nic sobeckého, naopak z pohledu rodičovství je to naprostá nezbytnost.

## 2. Skrývají před dětmi emoce

V touze po vychování šťastného dítěte mnozí rodiče své potomky chrání před vším negativním v životě. Nehádají se tak nikdy před nimi, skrývají všechny negativní emoce, od smutku přes pláč po naštvání.

„Jenže tím z dětí nevyrostou šťastnější dospělí. Naopak čím dříve zjistí, že život není jen o pozitivních věcech, že se v něm neustále vyskytují nejrůznější překážky, dějí se nejrůznější příkoří, budou pro skutečný život mnohem připravenější a snáze se budou umět vypořádat s vlastními životními nástrahami,” vysvětluje na svém blogu koučka T-Ann Pierceová.

Umožněte tedy dětem pocítit všechny emoce, včetně smutku, pochybování o sobě či frustrace, aby se mohly učit, jak se s těmito emocemi vyrovnávat a pracovat na svém vlastním štěstí v dospělosti.

## 3. Uplatňují si skrz děti své vlastní ambice

Za velmi problematické dnes odborníci považují, že si děti přestaly hrát. Jakmile jsou v něčem dobré, rodiče je okamžitě začnou vést k tomu, aby v tom byly nejlepší. A je jedno, zda jsou děti chytré či nadané na konkrétní sport, hudební nástroj či mají krásný obličej a pěknou postavu. Rodiče okamžitě vidí jejich hvězdnou kariéru a vedou je jen jedním směrem, pro který rodiče i děti obětují úplně vše.

Jenže těch, kteří mají šanci dosáhnout na skutečný vrchol, je strašně málo. Stačí jedno zranění a může to být konec jak pro sportovní, tak hudební kariéru, stejné to může být i u modelingu.

Navíc v dospívání může nastat zlom u samotného dítěte. Často se stává, že děti, které sportu či jinému koníčku obětovaly veškeré dětství a v podstatě intenzivně trénovaly už odmala, po 14. roce věku začnou toužit po něčem jiném a v původním sportu či zájmu ztrácejí motivaci. Z úspěšného mladšího žáka se tak rázem stává průměrný junior.

Pokud tedy chcete v tomto směru pro dítě udělat maximum, pak mu umožněte, aby se mohlo rozvíjet ve vícero směrech. Neveďte ho od útlého dětství jen jedním směrem.

## 4. Neuznávají nudu

Unuděné dítě je v očích mnoha rodičů to nejhorší, co se může stát. A tak pro svá dítka utvářejí neustále nějaký program a aktivity. Pravda je ale ta, že nuda může být ideální čas pro rozvíjení kreativity, ale i pro přemýšlení a hledání nejrůznějších řešení. Pokud o ni budete svá dítka okrádat, pak se může zhoršit nejen jejich představivost, ale i zdraví.

„Navíc užívat si čas klidu a nevyžadovat přitom pozornost druhých je něco, co dětem může významně pomoci i v jejich budoucnosti,” upozorňuje Pierceová.

## 5. Přílišný strach o děti

Zkušenostmi se děti nejlépe učí. Pokud je rodiče budou přehnaně chránit před všemi životními nástrahami tím, že jim spoustu věcí budou zakazovat či jim budou stát tzv. nonstop za zadkem, pak jim do budoucího života příliš nepomohou. Mnohem lepší je dětem umožnit prožít bolest, frustraci, ztrátu či další důsledky jejich ne vždy správných rozhodnutí.

„Každá, byť nepříjemná životní lekce může vaše dítě jen posílit a přirozeně v něm budovat zodpovědnost ke svým vlastním rozhodnutím,” vysvětluje odbornice.

## 6. Neustálé omlouvání dětí

Pokud budete své děti neustále omlouvat větami „On to tak určitě nemyslel”, „On to neudělal schválně”, „Nech ho být, není mu dobře”, pak se velmi snadno může stát, že si stejné věty dítě vezme za své a bude je používat při jakékoli výtce, ať už od vás, či ve škole, a v budoucnu třeba i ve vlastním vztahu či zaměstnání.

Rodičům se vždy vyplatí, pokud své dítě budou vést k tomu, aby se učilo převzít zodpovědnost za své činy. Úspěšným dospělým je totiž zodpovědnost vlastní.

## 7. Brání dětem, aby vykonávaly úkoly odpovídající jejich věku

I děti by měly mít nějaké povinnosti, které jsou spjaté s domácností. Vynést koš, vyndat či nandat nádobí do myčky, vyluxovat, dojít vyvenčit psa, koupit pečivo apod. zvládnou i vcelku malí školáci.

„Čím dříve se děti naučí dostávat a plnit nějaké úkoly, tím dříve budou i v dalších věcech samostatnější a zodpovědnější. A spoustu věcí budou mít snazší i v budoucnosti,” upozorňuje Pierceová.

## 8. Příliš mnoho možností

Dnešní děti mají takové možnosti, o kterých se jejich rodičům ani nezdálo. Ale jak zjistily mnohé výzkumy, ani to pro jejich zdravý vývoj není dobré. Příliš mnoho voleb u nich může vyvolat celou řadu pochybností a postupně i neschopnost učinit jakékoli rozhodnutí.

Pokud pro své děti chcete učinit to nejlepší, vždy jim dávejte vybrat maximálně ze dvou až tří možností. Při jejich nerozhodnosti nepřidávejte žádné další volby. Dejte jim jen čas, aby mohly učinit svá rozhodnutí. Dodáte jim tak na klidu a rovnováze.

„Mějte vždy na mysli, že i nesprávná rozhodnutí mohou být v konečném důsledku ta správná, ale neschopnost učinit rozhodnutí může být v dospělosti doslova prokletím. Tím, že se dítě dokáže rozhodnout, učí se důvěřovat i samo sobě, což je pro jeho budoucnost klíčové,” doporučuje odbornice.

## 9. Když dětem příliš moc dopřávají

Děti potřebují mít nastavené limity a hranice. Tím, že svému dítěti dopřejete vše, po čem touží, uspokojíte každý jeho rozmar, nebudete lepším rodičem.

Děti potřebují znát své hranice, protože je uklidňují a dodávají jim pocit bezpečného prostředí. Pokud dítě ví, co si může dovolit, co se od něj očekává, ví, jak to bude vypadat, přináší to do jeho dětské duše klid. Zároveň je pak soběstačnější a nezávislé na druhých, což bývá jeho nesmírnou výhodou v dospělosti.