

Univerzita Karlova
Pedagogická fakulta
Katedra Psychologie

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Zkušenost matek dětí s náročným chováním s programem Triple P
The experience of mothers of children with challenging behaviour with the
Triple P programme
Bc. Tereza Líšková

Vedoucí práce: PhDr. Pavla Presslerová, Ph.D.

Studijní program: Psychologie

Studijní obor: Psychologie

Odevzdáním této diplomové práce na téma *Zkušenost matek dětí s náročným chováním s programem Triple P* potvrzuji, že jsem ji vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze, dne 9.7.2024

Na tomto místě bych ráda poděkovala všem matkám, jež se podílely na výzkumu k diplomové práci. Děkuji jim za vstřícnost, otevřenost a ochotu sdílet i mnohdy citlivé informace. Dále bych chtěla poděkovat pracovníkům střediska výchovné péče, kteří mi v průběhu sběru dat vycházeli v maximální možné míře vstříc. V neposlední řadě děkuji PhDr. Pavle Presslerové, Ph.D. za laskavé odborné vedení a poskytnuté cenné rady při zpracování této práce.

ABSTRAKT

Tato diplomová práce se zabývá tématem zkušenosti matek dětí s náročným chováním s programem Triple P. Cílem bylo zmapovat zkušenost matek a také z této zkušenosti pramenící dopady na jejich výchovné postupy či další oblasti běžného života. Teoretická část se zabývá náročným chováním, které je sledováno v kontextu rodiny, výchovy a samotných matek. Dále přibližuje roli střediska výchovné péče, jež se náročným chováním zabývá, a také seznamuje s programem Triple P. Praktická část je založena na kvalitativním výzkumu. Ke sběru dat byly využity opakované polostrukturované rozhovory se čtyřmi matkami, které se programu Triple P účastnily. Rozhovory proběhly před programem, bezprostředně po skončení a 4 měsíce od skončení programu. Dále byla využita metoda zúčastněného pozorování, které bylo uskutečněno během účasti na programu Triple P společně s matkami. Výzkum je realizován v rámci přístupu interpretativní fenomenologické analýzy. Jako hlavní motivy účasti programu Triple P byly označeny projevy náročného chování a zároveň také pocit selhání, jež matky před účastí zažívaly. Obecně matky zkušenost s programem hodnotily pozitivně. Podařilo se jim dosáhnout stanovených cílů či se alespoň posunout na cestě k jejich naplnění. Na základě zkušenosti matek se objevily změny v oblasti výchovy, sebepojetí matek, sebepéče matek, sourozenecké rivality, rozdělení pozornosti mezi děti. V oblasti nejednotnosti ve výchově mezi rodiči se jako nutné jeví zapojení obou rodičů. Změny v těchto oblastech pomáhají zmírňovat projevy náročného chování. V závěrečné části jsou výsledná data zasazena do kontextu empirických poznatků odborné literatury.

KLÍČOVÁ SLOVA

program Triple P, děti s náročným chováním, výchova, matky dětí s náročným chováním, rodinné poradenství

ABSTRACT

This thesis deals with the topic of the experience of mothers of children with challenging behaviour with the Triple P programme. The aim was to map the mothers' experience and the implications of this experience for their parenting practices or other areas of everyday life. The theoretical part deals with challenging behaviour, observing it in the context of the family, parenting and the mothers themselves. Furthermore it presents the role of childcare centre dealing with challenging behaviour and also introduces the Triple P programme. The practical part is based on qualitative research in which repeated semi-structured interviews were conducted with four mothers who participated in the Triple P programme. The interviews were conducted before the programme, immediately after the programme and 4 months after the programme. In addition, a participant observation method was used, which was conducted as part of the participation in the Triple P programme together with the mothers. The research is conducted within an interpretive phenomenological analysis approach. Challenging behaviours were identified as the main motive for participation in the Triple P programme, as well as the sense of failure experienced by mothers prior to participation. In general, mothers viewed the experience as positive and they were able to achieve their goals or at least move towards achieving them. Based on the mothers' experiences, changes in parenting, mothers' self-concept, mothers' self-care, sibling rivalry, and allocation of attention among children emerged. In the area of inconsistency in parenting between parents, the involvement of both parents appears to be necessary. Changes in these areas help to reduce the manifestations of challenging behaviour. The final section places the resulting data in the context of the empirical findings of the literature.

KEYWORDS

Triple P programme, children with challenging behaviour, parenting, mothers of children with challenging behaviour, family counselling

Obsah

Úvod	9
1. Dítě s náročným chováním	11
1.1 Rizikové faktory	12
1.1.1 Faktory na straně dítěte	12
1.1.2 Faktory spojené s rodinou dítěte	13
1.1.3 Faktory sociálního charakteru	14
2. Rodina	16
2.1 Rodinné poradenství v kontextu náročného chování	17
3. Výchova	19
3.1 Výchova a náročné chování	19
3.1.1 Styly rodičovské výchovy	19
3.1.2 Posuzování výchovy dle domén	21
3.2 Determinanty způsobu výchovy	24
4. Matky dětí s náročným chováním	26
5. Středisko výchovné péče	28
6. Program pozitivního rodičovství (Triple P)	30
6.1 Pozitivní rodičovství	33
6.2 Triple P v ČR	34
6.2.1 Evaluace v ČR	35
6.3 Reflektovaná zkušenost	37
Empirická část	39
7. Cíle a výzkumné otázky	39
8. Metody sběru dat	40
9. Etické aspekty výzkumu	41

10.	Sběr dat.....	42
10.1	Polostrukturované rozhovory	42
10.2	Pozorování.....	43
11.	Výzkumný vzorek	44
11.1	Paní N.....	45
11.2	Paní J	46
11.3	Paní S.....	46
11.4	Paní Š.....	46
12.	Zpracování dat	47
13.	Prezentace a interpretace dat	49
13.1	Průběh programu Triple P	49
13.2	Motivace k přihlášení do programu.....	51
13.2.1	Paní N.....	51
13.2.2	Paní J	51
13.2.3	Paní S.....	51
13.2.4	Paní Š.....	52
13.3	Náročné chování.....	52
13.3.1	Paní N.....	52
13.3.2	Paní J	53
13.3.3	Paní S.....	54
13.3.4	Paní Š.....	56
13.4	Nejednotnost ve výchově.....	57
13.4.1	Paní N.....	57
13.4.2	Paní J	58
13.4.3	Paní S.....	58

13.4.4	Paní Š.....	59
13.5	Sourozenecká rivalita	59
13.5.1	Paní J	60
13.5.2	Paní S.....	60
13.5.3	Paní Š.....	61
13.6	Rozdělení pozornosti	62
13.6.1	Paní J	62
13.6.2	Paní S.....	62
13.6.3	Paní Š.....	63
13.7	Výchova.....	63
13.7.1	Paní N.....	63
13.7.2	Paní J	65
13.7.3	Paní S.....	67
13.7.4	Paní Š.....	69
13.8	Sebepojetí matek	70
13.8.1	Paní N.....	70
13.8.2	Paní J	71
13.8.3	Paní S.....	71
13.8.4	Paní Š.....	72
13.9	Sebepéče matek	72
13.9.1	Paní N.....	72
13.9.2	Paní J	73
13.9.3	Paní S.....	73
13.9.4	Paní Š.....	74
13.10	Přínos programu Triple P	74

13.10.1	Paní N	74
13.10.2	Paní J	74
13.10.3	Paní S	74
13.10.4	Paní Š	75
14.	Shrnutí společných témat	76
14.1	Náročné chování	76
14.2	Nejednotnost ve výchově	76
14.3	Sourozenecký vztah	77
14.4	Výchova	78
14.5	Sebepojetí matek	79
14.6	Sebepéče matek	80
14.7	Vztah mezi klíčovými tématy	81
	Diskuze	84
	Závěr	91
	Seznam použitých informačních zdrojů	92
	Seznam příloh	97

Úvod

Projevy náročného chování u dětí úzce souvisí s celým rodinným systémem. Na jedné straně právě výchovné postupy rodičů, jejich hodnoty, postoje i cíle, pro ně mohou vytvořit živnou půdu. Na straně druhé samotné problémy dítěte ovlivňují celý rodinný systém a současně mají vliv na změnu rodinného klíma. Rodina zkrátka vytváří základní rámec, skrze který se dítě seznamuje se světem a na jehož podobě se dítě podílí. Je tedy zřejmé, že při řešení výchovných problémů bychom rodinu dítěte neměli opomíjet.

Z tohoto důvodu se v diplomové práci zaměřím právě na intervenci cílenou na rodiče. Ze zkušenosti lektorek programu Triple P vyplývá, že častějšími účastníky jsou matky. Zároveň právě matky v naší kultuře bývají často považovány za primární pečující osobu, která představuje hlavního činitele při řešení veškerých obtíží dítěte. Na základě těchto předpokladů bude pozornost zaměřena právě na ně.

Jedním z možných intervenčních postupů je v České republice nově implementovaný evidence-based program Triple P. Tento program si klade za cíl kultivovat výchovný přístup rodičů, což představuje jeden z dílčích aspektů řešení náročného chování u dětí. Účinnost tohoto programu je ve světě podložena celou řadou výzkumů a evaluačních studií. V České republice je tento program nový a evaluace dopadů je sledována pouze skrze dotazníkové metody, které jsou úzce zaměřené. Zároveň je porovnáván pouze stav před programem a bezprostředně po skončení. V diplomové práci bych tyto možné dopady chtěla sledovat v širším kontextu a dále se zaměřit na to, jakým způsobem se zkušenost matek bude vyvíjet i po delší době od skončení programu.

Cílem diplomové práce je tedy zmapovat zkušenost matek dětí s náročným chováním s programem Triple P. Zaměřím se na to, jakým způsobem absolvování programu hodnotí, jak samotnou zkušenost prožívají a jaké dopady absolvování může mít. Zreflektuji, jak se tato zkušenost promítá do výchovných strategií matek i do dalších oblastí.

Diplomová práce je tvořena z části teoretické a části empirické. V teoretické části je představen teoretický rámec vztahující se k náročnému chování. Následně je toto téma nahlíženo skrze kontext rodiny, výchovy a také role matky dítěte. Dále je rámcově vymezena činnost střediska výchovné péče, jež se na realizaci programu Triple P podílí.

Poslední kapitola je věnována samotnému programu Triple P a jeho zařazení do systému péče v České republice.

V části empirické jsou představeny dílčí cíle výzkumu, charakteristika výzkumného souboru, metodologický přístup a samotný průběh výzkumu. Pro dosažení stanovených cílů byl zvolen kvalitativní design výzkumu. Jako metoda sběru dat byly využity opakované polostrukturované rozhovory, které proběhly před absolvováním programu, bezprostředně po jeho skončení a následně 4 měsíce od skončení. Rozhovory byly provedeny se 4 ženami. Další metodou sběru dat bylo zúčastněné pozorování, které bylo realizováno v rámci absolvování programu společně s matkami. Za pomoci interpretativní fenomenologické analýzy byla jejich reflektovaná zkušenost analyzována a výsledky byly propojeny s teoretickými a empirickými poznatky odborné literatury. V závěru jsou představeny limity diplomové práce a také možné další směřování výzkumu.

1. Dítě s náročným chováním

V dnešní době je pojem problémové chování často nahrazován novým pojmem náročné chování. Náročné chování označuje takové chování, „*které se výrazně odlišuje od očekávaného chování pro daný věk a negativně ovlivňuje učení a vztahy ve škole*“ (Felcmanová et al., 2021, s. 10). Tento terminologický posun se snaží zdůraznit skutečnost, že hodnocení chování dítěte je pouze subjektivní. Toto hodnocení vždy vychází z hodnot, postojů, zkušeností a očekávání toho, jež dané chování hodnotí. To znamená, že pro každého jedince může představovat náročné chování něco jiného (Felcmanová et al., 2021).

Problematiku subjektivního hodnocení reflektuje také Hutýrová s kolektivem (2019), která uvádí, že jednotné objektivní zhodnocení problémového chování se mnohdy neobjevuje ani mezi odborníky. V posuzování chování jsou klíčová hodnotová měřítka, tolerance hodnotící osoby a morální schémata. Do procesu hodnocení zasahují také zdravotní, osobnostní a sociální aspekty, které se vztahují k samotnému dítěti.

Dle Vojtové (2008) do posuzování chování dítěte vstupují tři zásadní vlivy, které bychom v rámci hodnocení měli vždy brát v potaz. První je vliv interaktivní, který je spojen s osobnostmi na obou stranách vzájemné interakce. V důsledku vlivu posuzovatele se stává hodnocení subjektivním procesem, přičemž projevy náročného chování mohou být přímým následkem této interakce.

Dalším vlivem jsou sociokulturní standardy. Společnost nastavuje svá očekávání, stanovuje normy a podle nich následně hodnotí chování daného člověka. Tato pravidla se však v čase mění. V některých případech jsou pravidla a normy rodinného prostředí, ve kterém dítě vyrůstá, v konfliktu se společenským očekáváním. Dítě se tak pohybuje mezi dvěma sociálními prostředími, která hodnotí jeho chování odlišným způsobem (Vojtová, 2008).

Třetím vlivem je sociální kontext životní situace jedince. V některých případech jsou sociální systém dítěte a jeho životní situace z dlouhodobého či krátkodobého hlediska nevhodné či dokonce až ohrožující. Výsledkem této nevyhovující situace mohou být rovněž projevy náročného chování (Vojtová, 2008).

Cílem terminologického posunu je tedy akcentovat subjektivitu, jež posuzování chování dítěte provází. Tento přístup odráží snahu předcházet stigmatizaci dětí, u kterých se nežádoucí chování vyskytuje. Dále také klade důraz na hledání souvislostí mezi chováním dítěte a sociálním okolím (Felcmanová et al., 2021; Vojtová, 2008).

Problémové či náročné chování se obecně charakterizuje třemi znaky. Prvním znakem je nerespektování sociální normy, přičemž by jedinec měl tyto normy měl znát a rozumět jim. Druhým znakem je neschopnost udržovat přijatelné sociální vztahy. Třetím znakem je agresivita představující rys osobnosti nebo chování. Mezi konkrétní typy projevů řadíme nadměrné upoutávání pozornosti, negativismus, lhaní, krádeže, útěk či toulání a projevy fyzické a verbální agrese (Hutyrová a kol., 2019).

1.1 Rizikové faktory

U náročného chování lze sledovat rizikové faktory, které přispívají k jeho rozvoji, v několika rovinách.

1.1.1 Faktory na straně dítěte

Mezi rizikové faktory, jež se objevují už v prenatálním období, řadíme takové obtíže, které se vyskytly během těhotenství matky a mohly ovlivnit vývoj plodu. Příčiny mohou být infekční, psychické, endokrinní a nutriční. Důsledkem může být prenatální poškození mozku a snížený intelekt dítěte. Důležitou roli v rozvoji náročného chování hrají také genetické faktory, které se například mohou promítat do náročného temperamentu dítěte. Konkrétním zmiňovaným rizikovým faktorem je zvýšená impulzivita (Hutyrová, 2019; Michalová, 2007; Murray & Farrington, 2010; Vojtová, 2008).

Další skupinu tvoří obtíže, které se váží k perinatálnímu období. Řadíme sem nedonošenost, překotný či protahovaný porod, nízkou porodní váhu či porodní úraz. Jako rizikový faktor je rovněž označováno postižení a akutní či chronické onemocnění dítěte. Dále je důležité zmínit sociální deficity, mezi které řadíme slabé sociální vazby, malou schopnost řešit problémy, oslabené sociální dovednosti a pocit sociální izolace. Uváděny jsou také rizikové faktory, jako je obdiv násilí, nízká sebeúcta, nedostatek empatie a egocentrismus (Hutyrová, 2019; Vojtová, 2008).

1.1.2 Faktory spojené s rodinou dítěte

Významným rizikovým faktorem je výchova dítěte. V chování dítěte se projevuje jak rodičovské uvažování, tak vstřícnost rodiče a jeho postoj k trestům či odměnám. Jako nejsilnější prediktor náročného chování se jeví slabý rodičovský dohled, nedostatečné vedení a tvrdé dodržování disciplíny či zařazení fyzických trestů. Za rizikové se považuje i proměnlivé vyžadování kázně, nedostatek přívětivosti či zájmu a nízké zapojení do aktivit dítěte (Murray & Farrington, 2010; Vojtová, 2008). Vlivu výchovy na rozvoj náročného chování se více budu zabývat ve třetí kapitole.

Mezi závažnější rizikové faktory patří zanedbávání, zneužívání, odmítání či týrání dítěte. Tyto formy vztahování se k dítěti u něj mohou způsobit trvalé následky, které vznikají například dopadem prudkých otřesů či jiných zranění. U těchto dětí také dochází k tělesným změnám, jako je například desenzibilace na bolest, které mohou podpořit rozvoj pozdější agresivity. Tento rodičovský přístup může vést rovněž k impulzivnímu či disociativnímu stylu zvládání náročných situací a změnám v sebehodnocení dítěte. V neposlední řadě také ovlivňují způsob zpracování sociálních informací (Gerard & Buehler, 1999; Murray & Farrington, 2010; Vojtová, 2008).

Dalším rizikovým faktorem je změna rodinného prostředí ve smyslu umístění dítěte do ústavní či náhradní rodinné péče. Nejde však jen o vyjmutí dítěte z jeho rodinného prostředí. Prediktorem náročného chování jsou rovněž rodičovské konflikty či rozpad rodiny. Jako rizikové se také jeví, pokud dítě vychovává pouze jeden rodič. Rozchod rodičů představuje sled stresujících událostí. Dítě je často vystaveno konfliktům mezi rodiči, ztrátě jednoho rodiče, zhoršené ekonomické situaci, změně v osobách rodičů a špatným výchovným metodám. Do rizikových faktorů, jež se týkají deficitů v rodinném prostředí, se dále řadí násilí v rodině, disharmonický vztah, negativní interakce s okolím a sociální izolace. Důležitou roli hraje rovněž schopnost rodiny zvládnout stresové či jinak náročné životní situace (Murray & Farrington, 2010; Nielsen Sobotková & kol., 2014; Vojtová, 2008).

Významným rizikovým faktorem je také vystupování samotných rodičů. Je zřejmé, že pokud je pro dítě rodič nevhodným vzorem, u dítěte se nejspíše objeví projevy

náročného chování. Konkrétně sem lze zařadit kriminální či antisociální chování rodiče a zneužívání návykových látek (Murray & Farrington, 2010; Vojtová, 2008).

Jako rizikové se dále jeví rodiny, které mají větší počet dětí. Výzkumná šetření naznačují nárůst delikvence u rodin, jež mají čtyři a více dětí. Uvažuje se také o tom, že v takových rodinách se větší tendence k náročnému chování objevuje u později narozených dětí. Vliv na rozvoj náročného chování může mít i sourozenec dítěte, u něhož se projevy náročného chování již vyskytují (Murray & Farrington, 2010; Vojtová, 2008).

1.1.3 Faktory sociálního charakteru

První skupinu rizikových faktorů v této oblasti tvoří faktory socioekonomické. Ukazuje se, že nízký socioekonomický status rodiny je právě s náročným chováním dětí často spojován. Konkrétně jde o rodiny, které se potýkají s nízkými příjmy či dlouhodobou nezaměstnaností rodičů. Tyto rodiny jsou také mnohdy závislé na sociálních dávkách a často jde o rodiče s nízkým vzděláním. Důsledkem může být snížená schopnost podpory dítěte ve školním prostředí, následkem čehož se dítě setkává se školním selháváním, a to se může projevit právě náročným chováním. Někdy bývá nízký socioekonomický status spojován s nevhodnými výchovnými postupy či dalšími rizikovými faktory (Gerard & Buehler, 1999; Murray & Farrington, 2010; Nielsen Sobotková & kol., 2014; Vojtová, 2008).

Mezi další rizikové faktory patří vliv vrstevníků. Z výzkumů vyplývá, že děti s náročným chováním vyhledávají skupiny, kde se ostatní členové chovají obdobným způsobem. V některých případech však může samotná skupina náročné chování dítěte podporovat. Dítě, jehož potřeby nejsou často naplňovány, může skrze projevy náročného chování ve vrstevnické skupině hledat náhradní uspokojení svých potřeb. Skrze dílčí projevy náročného chování ve vrstevnické skupině získává pozornost a někdy i uznání. Významnou roli může hrát také vrstevnická konformita. Specificky může jít o takové skupiny, ve kterých se projevy agrese či jiných projevů náročného chování stávají normou (Hutyrová, 2019; Murray & Farrington, 2010; Nielsen Sobotková & kol., 2014; Vojtová, 2008).

Prediktorem náročného chování může být také školní prostředí. Náročné chování se častěji objevuje ve školách, kde jsou časté konflikty mezi žáky či mezi žáky a učiteli.

Projevy náročného chování mohou nasedat na školní neúspěch, nepřiměřené nároky kladené na dítě a nevhodně zvolenou metodu výuky. Souviset mohou rovněž s nejasným a nekonzistentním stanovením pravidel či nízkou angažovaností žáků (Felcmanová et al., 2021; Murray & Farrington, 2010; Vojtová, 2008).

Za zmínku stojí také vliv prostředí, ve kterém se dítě pohybuje. Ukazuje se, že pokud dítě bydlí v sociálně vyloučené lokalitě, objevuje se rovněž vyšší riziko rozvoje náročného chování. Tento aspekt souvisí s několika faktory. Za prvé s odlišným nastavením norem v dané lokalitě. Za druhé se dítě častěji setkává s násilím a kriminální činností v okolí. Za třetí může být na základě bydliště sociálně či kulturně diskriminováno (Murray & Farrington, 2010; Vojtová, 2008).

2. Rodina

Jak již bylo zmíněno výše, rodina a její fungování tvoří jeden z klíčových rizikových faktorů rozvoje náročného chování. Dle Hartla (2004, s. 230) je rodina „*společenská skupina spojená s manželstvím nebo pokrevními vztahy, odpovědností a vzájemnou pomocí.*“ Kořa (2015) uvádí, že rodina představuje tradiční společenství osob. Takové společenství nalezneme v různých podobách ve všech kulturách. Rodina plní zprostředkující funkci mezi jedincem a společností. Od narození ovlivňuje vývoj dítěte a vytváří zásadní citové vazby. Dítě si zde osvojuje různé modely chování, které se transformují do jeho dispozic či tendencí. V rodině je také připravováno na přijetí rolí, osvojuje si zde stupnici životních hodnot a získává základní dovednosti pro zvládnutí společenského života.

Sobotková (2012) mluví o rodině jako rodinném systému, který představuje souhrn částí a vztahů mezi nimi. Vychází tak ze systémového přístupu, ve kterém se však nevyskytuje jedna souhrnná definice. Tento přístup je postaven na základní tezi, že celek je víc než souhrn částí. V tomto pojetí je zásadní sledovat rodinu nejen v kontextu prostoru, ale také času. Rodinné systémy se skládají ze spletné sítě vzájemně propojených vztahů, které nejsou neměnné. Jednotlivé vztahy se recipročně ovlivňují. Rodinné systémy jsou otevřené, což znamená, že jsou schopny reprodukce, změny a kontinuity. Dále se také vyvíjí v čase a jsou schopny reagovat na vnější či vnitřní podněty. V rámci rodinného systému dochází ke vzájemným interakcím a transmisi informací.

Rodinný systém se skládá z několika subsystémů, přičemž tradičně se objevují následující tři. Prvním je subsystém partnerský, který hraje klíčovou roli ve všech vývojových fázích rodiny. Zároveň představuje určitý model intimity a interakce mezi mužem a ženou, který ovlivňuje vývoj dětí. Další je subsystém rodič-dítě. Tento subsystém rozšiřuje hranice původního partnerského subsystému. Poslední ze základních subsystémů je subsystém sourozenecký, jež ovlivňuje celé rodinné fungování a zároveň rodinné fungování ovlivňuje jej. V rodinném systému se vždy přechodně utváří také další subsystémy či koalice, které celkový rodinný systém ovlivňují (Sobotková, 2012).

Projevy náročného chování mohou souviset nejen se subsystémem partnerským či rodič-dítě. Zásadní roli může hrát rovněž subsystém sourozenecký. Sourozenecká rivalita

je v únosné míře a za určitých okolností celkem běžná. Dlouhodobé konflikty a silné nepřátelství však mají na vývoj dítěte negativní vliv a mohou se dokonce stát prediktorem rozvoje náročného chování. Tyto vztahy ovlivňují atmosféru celého rodinného systému, ale zároveň mohou být rovněž jeho symptomem (Thorová, 2015).

Buist a Vermande (2014) popisují celkem tři typy sourozeneckých vztahů. Prvním typem je harmonický vztah, který je charakteristický nadprůměrnou mírou vřelosti a nízkou mírou konfliktů. Druhý typ sourozeneckého vztahu – konfliktní se naopak vyznačuje podprůměrnou mírou vřelosti s vysokou mírou konfliktů. Třetí typ – afektivní je typický vysokou mírou konfliktu ale také vřelosti. Někdy je uváděn i čtvrtý typ – nezúčastněný, který se objevuje spíše až v pozdějších vývojových fázích. Z komparace jednotlivých typů vyplývá, že s harmonickým sourozeneckým vztahem souvisí menší výskyt náročného chování a vyšší úroveň sociálních kompetencí. Afektivní sourozenecké vztahy, stejně jako konfliktní, jsou spojeny s vyšším výskytem symptomů úzkosti či deprese a sníženou úrovní sebehodnocení ve srovnání se vztahy harmonickými. U konfliktních sourozeneckých vztahů se v porovnávání s ostatními typy navíc objevuje vyšší míra agresivity.

2.1 Rodinné poradenství v kontextu náročného chování

Jelikož právě rodinné prostředí představuje jeden z mnohdy klíčových rizikových faktorů rozvoje náročného chování, je třeba při řešení těchto obtíží s rodinným systémem pracovat. Na základě výzkumných šetření, jež se zaměřují na evidence-based psychosociální léčbu dětí do 12 let, u kterých se objevují závažnější obtíže v oblasti chování, se jeví, že nejlépe výzkumně podložené jsou skupinová behaviorální terapie rodičů a individuální terapie rodičů, které se účastní také děti. Sledované byly také individuální intervenční přístupy zaměřené na děti či kombinace s dalšími přístupy. Tyto postupy však takto silnou výzkumnou oporu, při snaze o snížení negativních projevů v chování, nezískaly (Kaminski & Claussen, 2017). Také u dětí od 12 do 19 let se jeví systematická spolupráce a práce s rodinou jako klíčová. Oproti intervencím u mladších dětí se jeví, že v tomto věku je důležité pracovat i se samotným dítětem (McCart & Sheidow, 2016).

Rovněž Baumel et al. (2021) uvádí, že v rámci psychosociální léčby náročného chování je důležité pracovat jak s rodinou, tak i s dítětem. Jeho další závěry jsou však lehce

odlišné. Uvádí, že tento způsob intervence je nejúčinnější v případě, že projevy dítěte dosahují klinické závažnosti. Z výsledných zjištění vyplývá, že ideální je individuální práce s rodinou i dítětem, která umožňuje přizpůsobit obsah intervence specifickým potřebám dané rodiny.

Jednou z možných intervencí, jež je zařazena mezi vysoce účinné, je program Triple P. Řadí se mezi programy navržené k prevenci a snížení negativních účinků nepříznivých zážitků z dětství a je označen jako účinný v různých prostředích. Jeví se jako efektivní jak z hlediska nákladů, tak ve snižování projevů náročného chování dětí a rozvíjení efektivního rodičovství (Triple P International Pty Ltd, 2013).

3. Výchova

Dalším významným faktorem, který může stát za rozvojem náročného chování, je výchova. Výchova je „*záměrné, více či méně systematické rozvíjení citových a rozumových schopností člověka, utváření jeho postojů, způsobů chování, v souladu s cíli dané skupiny a kultury.*“ (Hartl, 2004, s. 294) V rámci výchovy tedy dospělé osoby za pomoci svého působení směřují dítě k určitému cíli. K tomu využívají specifické výchovné prostředky a metody. Mezi základní strategie patří fyzická síla, nesouhlas/zákaz a vysvětlování. Výchovu tedy řadíme mezi vnější podmínky, které formují a determinují vývoj osobnosti. Vedle ní však hraje roli také například dědičnost, ale i nahodilé vlivy ze společenského či přírodního prostředí (Čáp, 1996; Thorová, 2015).

Proces výchovy není jednosměrný ale reciproční. V rámci výchovy probíhá vzájemná komunikace a interakce mezi vychovávajícím a vychovávaným, v důsledku čehož se transformuje osobnost obou zúčastněných. Zároveň nejde ani o pasivní proces ze strany vychovávaného. Do procesu zasahují postoje vychovávaného k osobě, jež jej vychovává, ale také postoje k požadavkům a samotnému působení. Roli hraje také to, zda a jakým způsobem se samotný vychovávaný snaží rozvíjet a učit něco nového (Čáp, 1996).

3.1 Výchova a náročné chování

V této kapitole se zaměřím na způsoby, jakým lze výchovu kategorizovat či posuzovat a zároveň, jakým způsobem se výchova může podílet na rozvoji náročného chování. Obecně lze říci, že přísná a nedůsledná výchova zvyšuje riziko rozvoje závažných sociálních či emocionálních problémů a také náročného chování. Ukazuje se, že prevence nepříznivých zážitků z dětství se může promítat do celkové spokojenosti a zdraví populace (Triple P International Pty Ltd, 2013).

3.1.1 Styly rodičovské výchovy

Nejznámější kategorizaci stylů rodičovské výchovy vytvořila Diana Baumrindová (1971). Jednotlivé styly představují pevně dané kategorie, které tvoří dále zmíněné charakteristiky. Prvním stylem je styl autoritářský, jehož základní premisou je, že základní ctností dítěte je poslušnost. Od dítěte se zkrátka očekává, že naplní požadavky bez diskusí. Rodič se v tomto výchovném stylu staví do dominantní pozice, přičemž od dítěte vyžaduje

úctu k autoritě a zaměřuje se na výkon. Citová vřelost je hodnocena jako projev slabosti. Děti vychovávané tímto způsobem by mohly být méně spontánní, samostatní a úspěšní v sociálních vztazích. Důsledkem by rovněž mohlo být náročné chování dítěte (Kořa, 2015; Thorová, 2015).

Na opačné straně stojí permissivní rodiče, kteří kladou důraz na svobodné sebevyjádření dítěte. Tento výchovný styl se někdy označuje také jako svobodomyšlný či liberální. Pro rodiče jsou na prvním místě dětská přání a potřeby, přičemž se snaží vyhýbat konfrontacím a disciplíně. Na děti je kladeno velmi malé množství požadavků. Rodiče jsou velmi pečující a vřelí. Typická je nedůslednost, přičemž hranice nejsou příliš zřetelné. Rodič do jisté míry stojí spíše v roli kamaráda. Děti vychovávané tímto způsobem mohou být více impulzivní a méně samostatní. Někdy se objevují konflikty s autoritami a rovněž se vyskytuje vyšší riziko náročného chování (Kořa, 2015; Thorová, 2015).

Jako kompromis se jeví autoritativní, někdy označovaný jako demokratický, výchovný styl. Cílem tohoto stylu je dodržovat nastavená pravidla, ale zároveň podněcovat dítě k sebevyjádření. Objevuje se zde aktivní zájem o názory a pocity dítěte. Rodiče nemají problém ustoupit z některých požadavků poslušnosti a tresty zařazují jen ve chvíli, kdy se dítě chová nesmyslně. Své rozhodnutí či nastavené hranice dětem vysvětlují. Cílem je dovést děti k sociální zodpovědnosti a sebekontroli. Pozice, práva i odpovědnost rodiče a dítěte je v tomto stylu vyrovnaná. Tento způsob výchovy by neměl zvyšovat riziko náročného chování (Kořa, 2015; Thorová, 2015).

Eleanor Emmons Maccobyová, později přidala ke třem základním typům typ čtvrtý. Řeč je o nezúčastněném rodičovství. „*Nezúčastněný rodičovský styl se projevuje omezenou citovou vřelostí, nedostatečnou kontrolou a sníženou vzájemnou komunikací. Rodiče sice naplňují základní potřeby dítěte, ale výrazným způsobem se v životě dítěte neangažují.*“ (Thorová, 2015, s. 190). Důsledkem může být sklon k náladovosti, zvýšená impulsivita a sociální odtažitosť. Objevuje se vyšší riziko náročného chování (Thorová, 2015).

Posuzování stylů rodičovské výchovy skrze jasně vymezené kategorie se dnes jeví jako nedostatečné. Pro lepší pochopení účinků výchovy bychom ji měli vždy posuzovat skrze dílčí dimenze či domény. Tento přístup chápe rodičovské působení jako

mnohostranné a situačně podmíněné. Rodiče dílčí strategie a postupy využívají spíše flexibilně v závislosti na situaci (Smetana, 2017).

3.1.2 Posuzování výchovy dle domén

Tyto tendence lze zaznamenat již u Čápa (1996). Ten používá pojem způsob výchovy, který představuje celkovou interakci a komunikaci dospělých s dítětem. Ve své publikaci rovněž zdůrazňuje reciproční vztah výchovy a reflektuje další okolnosti, jež do formování osobnosti dítěte vstupují. Přichází s modelem devíti polí, přičemž výchovu sleduje skrze dvě dimenze: emoční vztah (záporný, záporně-kladný, kladný, extrémně kladný) a výchovné řízení (silné, střední, slabé a rozporné). Kvalita jednotlivých dimenzí se ve výchově různě kombinuje. Thorová (2015) uvádí, že pro rozvoj se jako příznivá jeví kombinace kladného emočního vztahu a středního výchovného řízení. Záporný emoční vztah, a to především v kombinaci s rozporným či extrémně silným výchovným řízením, může být příčinou náročného chování. Avšak i v případě výskytu těchto aspektů se skrze působení resilienčních faktorů můžeme setkat s příznivým vývojem osobnosti.

S dalším z mnoha přístupů, jež na výchovu nazírají skrze dílčí domény či dimenze, přichází Grusec s Davidovem (2010). Ti se snaží integrovat různé teorie zaměřené na výchovné působení, na základě čehož definují celkem **5 domén**, které lze v rámci výchovy dítěte zaznamenat. **První doménou je ochrana dítěte.** Tato doména vyvstává do popředí ve chvíli, kdy je dítě skutečně či potenciálně ohroženo. Pokud pečovatel reaguje na potřeby dítěte citlivě, rozvíjí se pocit bezpečí, díky kterému dítě zjišťuje, že je mu pečovatel oporou. V opačném případě se rozvíjí nedůvěra k dostupnosti rodičovské opory. V této doméně je zásadní, aby pečovatel zvolil takové prostředky, které dítě za ochranné či uklidňující považuje. V případě, že jsou zvoleny adekvátní prostředky, rozvíjí se nejen pocit bezpečí, ale také empatie dítěte. Důsledkem je poté nižší pravděpodobnost rozvoje antisociálního chování. Pokud je doména ochrany naplněna, dítě může být schopno rovněž lépe regulovat stres či negativní afekty.

Druhou doménou je reciprocita, která se objevuje ve chvíli, kdy rodič a dítě komunikují jako rovnocenní partneři. Může mít podobu specifické výměny laskavostí či nepodmíněné vzájemnosti. Tím, že pečovatelé operují s přiměřenými požadavky i nabídkami pozornosti ze strany dítěte, vytvářejí podmínky, za kterých děti s větší

pravděpodobností budou na oplátku spolupracovat. Když dítě opětuje ochotu rodiče vyhovět, oba se vzájemně přizpůsobují a reagují na potřeby toho druhého a sdílejí společné cíle, které vedou ke kooperativní existenci. Reakce dítěte v oblasti reciprocity tak odráží skutečný zájem o vyhovění. Výzkumy naznačují, že vzájemně vyhovující a harmonické vztahy v raném dětství jsou prediktory pozitivního sociálního chování v pozdějším dětství. Existují také důkazy o tom, že raná kooperativní hra je spojena s menšími problémy s chováním (Grusec & Davidov, 2010).

Třetí doménou je kontrola, která zahrnuje interakce, v nichž jsou cíle dětí a pečovatelů v rozporu – děti chtějí jednu věc a pečovatelé jinou. V této oblasti pečovatelé využívají ty zdroje, nad kterými mají větší kontrolu, přičemž cílem je dítě odradit od antisociálního nebo nežádoucího chování a podpořit chování prosociální. Využívají sociální a materiální odměny, fyzické tresty, odnětí odměn a privilegií, sociální nesouhlas, sociální izolaci a nadstandardní znalosti a zkušenosti, které mohou přesvědčit argumentací. Míra kontroly musí být dostatečná, aby vyvolala požadované chování, ale zároveň nesmí být tak silná nebo autonomii ohrožující, aby zbrzdila proces internalizace. Oblast kontroly souvisí s velkou škálou individuálních rozdílů mezi dětmi a jejich poklesky nebo antisociálními činy. Mezi proměnné, u nichž se ukázalo, že ovlivňují účinky rodičovských kontrolních strategií, patří vývojový stav dítěte, jeho pohlaví, temperament, nálada, vnímání sebe sama a povaha konkrétního činu. Výsledkem je jednak chování, které je důsledkem internalizace hodnot. Děti se zapojují do zásadového jednání, protože věří, že toto jednání je samo o sobě generované, autonomní a ze své podstaty správné. Druhým výsledkem v oblasti kontroly je chování motivované více vnějšími důvody, jako je respekt dítěte k autoritě nebo očekávání odměn či trestů (Grusec & Davidov, 2010).

Smetana (2017) vymezuje tři typy kontroly. Prvním typem je psychologická kontrola, jež je typická pro výše vymezenou autoritářskou výchovu. Představuje vnitřní nátlak, který staví na zásazích do osobní oblasti dítěte. Opírá se o manipulaci s pocitem viny, studu a úzkosti. Důsledkem je vysoká míra pocitu kontroly, která může být spouštěčem náročného chování. Druhým typem je behaviorální kontrola, která stojí na usměrňování a regulaci chování dětí. V optimálním případě poskytuje jasná a konzistentní rodičovská očekávání a strukturu, která usnadňuje kompetentní a zodpovědné chování.

Pokud je však ze strany rodiče kladen důraz na vysokou úroveň behaviorální kontroly, která se často prolíná s psychologickou kontrolou, může být vývoj dítěte negativně ovlivněn. Třetím typem je monitorování aktivit dítěte. Vliv tohoto aspektu na chování dítěte však není jednoznačný, jelikož je situačně podmíněný. Dospívající může toto chování interpretovat jako zásah do jeho soukromí, v důsledku čehož by monitorování mohlo mít spíše negativní dopady. Aby tomu tak nebylo, je důležité budování důvěry a vřelosti mezi rodičem a dítětem. Dále je rovněž důležitá následná reakce rodiče. Pokud rodič na dané zjištění reaguje negativně opět by tento zásah mohl přinést spíše negativními dopady. Zároveň se jeví, že aktivní zájem se setkává s pozitivnějším důsledkem oproti zákazům či restrikcím.

Čtvrtou doménou je řízené učení. V této oblasti socializační činitelé podporují osvojování kognitivních, fyzických, profesních, sociálních nebo emocionálních dovedností, které mohou zlepšit schopnost dětí přizpůsobit se a dobře fungovat ve své kulturní skupině. V oblasti řízeného učení účinná výchova zahrnuje poskytování vhodné struktury, informací, strategií a zpětné vazby, což dětem pomáhá k učení a zlepšování svých dovedností. Řízené učení podporuje kognitivní, ale také socioemoční kompetence, díky čemuž může mít rovněž vliv na rozvoj náročného chování dítěte (Grusec & Davidov, 2010).

Poslední doménou je skupinová participace, což znamená podpora dítěte pečovatelem v zapojení do skupinových aktivit. V oblasti skupinové participace děti a pečovatelé komunikují jako členové společné sociální skupiny. V tomto případě pečovatel představuje reprezentanta dané skupiny, který dětem sděluje, co členství ve skupině či sdílená sociální identita obnáší. Rodiče tak v rodině prosazují rutinu, zvyky a rituály, které odrážejí a zakotvují mnohá očekávání a normy skupiny. Děti jsou v této doméně socializovány tím, že jsou vystaveny skupinovým praktikám nebo jsou do nich zapojeny jako účastníci. Důležitou roli zde hraje učení nápodobou. Pečovatelé mohou ovlivňovat, do kterých skupin děti budou zapojeny a do kterých nikoliv. Dále také mohou nepřímo ovlivňovat to, která skupina bude pro dítě důležitější a která méně důležitá. To se poté promítá do toho, jaké normy, zvyky či chování si dítě zvnitřní. Pokud pečovatelé usnadňují dětem účast ve skupinově uznávaných postupech a normách, pak si děti bez dotazování

častěji osvojují žádoucí společenské zvyky. K tomu pomáhají rutiny a rituály, které prosazují, vlastní modelování či podpora vystavení dětí jiným pozitivním modelům a ztotožnění se s nimi. Jsou-li pečovatelé nedůslední nebo propagují-li chování, které není společensky přijatelné, bude přijetí skupinových norem a identity méně úspěšné. Důsledkem může být rozvoj náročného chování (Grusec & Davidov, 2010).

3.2 Determinanty způsobu výchovy

To, jakým způsobem rodič vychovává své dítě, ovlivňuje hned několik faktorů. První silné determinační faktory stojí na straně samotného pečovatele. Za zmínku jistě stojí biologické faktory, mezi které řadíme genetické predispozice, neurohormonální aktivitu a strukturu centrální nervové soustavy. Roli však hrají také psychologické charakteristiky, kam řadíme věk, gender, životní etapu, kognitivní schopnosti a také osobnost pečovatele. Do výchovy se značně promítají osobní vlastnosti a vzorce chování vychovávajícího. Dalším silným determinantem je zkušenost dospělého s výchovou, kterou sám jako dítě zažil. Tento způsob výchovy si pomocí bezděčné, nevědomé až programové nápodoby osvojuje a následně jej dále využívá. Pokud však jedinec považuje svého rodiče za negativní vzor, často dochází k odlišnému způsobu výchovy. Běžné je, že se v tomto případě vychovávající přesouvá do opačné polaritě či osciluje mezi nimi. Transgenerační přenos však není v žádném případě nevyhnutelný (Belsky, 2014; Bornstein, 2016; Čáp, 1996).

Do způsobu výchovy také vstupuje temperament či chování dítěte. Děti totiž ve výchově nepředstavují pasivní objekt. Na požadavky a chování pečovatele zpětně reagují, čímž ovlivňují jeho další chování. V některých případech děti přímo vybízejí pečovatele k určitému způsobu chování a výchovy. U obtížně zvladatelných, negativně emočně naladěných a náročných dětí se častěji objevuje nepřátelsky vtíravá, někdy až nezúčastněná, výchova. Nejde však říci, že negativní výchovné postupy jsou pouze výsledkem náročného chování dítěte, ale v kontextu dalších determinantů se na utváření způsobu výchovy může částečně spolupodílet (Belsky, 2014; Čáp, 1996).

Ač způsob výchovy bývá většinou stabilní, může se měnit v závislosti na proměnlivé situaci rodiny. Zařadit sem můžeme například ekonomické či bytové podmínky rodiny, zralost pečovatelů, partnerské vztahy, vztahy v širší rodině a další. To vše může způsob

výchovy ovlivnit. Do způsobu výchovy rovněž zasahuje odlišný přístup partnerů, jež dítě vychovávají (Bornstein, 2016; Čáp, 1996).

Za zmínku stojí také determinanty, jež se vyskytují mimo prostředí rodiny. Způsob výchovy není ovlivňován pouze pečovatelem, dítětem a rodinným prostředím. Vstupují do něj rovněž sociologické a historické faktory. Výzkumy ukazují, že odlišnost ve způsobu výchovy lze sledovat jak v komparaci různých zemí, tak při sledování historického kontextu. Rysy osobnosti, které se objevují ve velké sociální skupině, označujeme pojmem sociální charakter. Ten vyplývá ze společenských poměrů, ale také přírodních a ekonomických podmínek. Postoj a názory na vhodný způsob výchovy se tedy historicky, ale také kulturně mění, přičemž tyto změny se následně více či méně promítají do způsobu výchovy konkrétního pečovatele. To, co je v jedné kultuře akceptováno, v druhé může být vnímáno negativně, přičemž tomuto sociálnímu tlaku následně pečovatelé různým způsobem podléhají. Dokonce se jeví, že pokud jsou například fyzické tresty v dané společnosti pojímány za normu, jejich negativní dopady na vývoj dítěte jsou o něco nižší. Z vnějšího prostředí na rodičovský způsob výchovy také působí tlak z nejbližšího okolí, kam řadíme širší rodinu či přátele. Způsob výchovy v neposlední řadě ovlivňují informace, jež přijímáme jak z internetového prostředí, tak z knih (Bornstein, 2016; Čáp, 1996; Smetana, 2017).

4. Matky dětí s náročným chováním

Psychické zdraví matky je důležitou proměnou v kontextu rozvoje náročného chování. Výzkumná šetření ukazují, že psychické obtíže matek jsou často spojovány s externalizujícími i internalizujícími problémy jejich potomků. Dalším možným prediktorem internalizujících a externalizujících problémů v chování dětí je psychosociální stres matek. Psychosociální stres na straně matky může také oddálit sociální adaptaci dítěte. Takové matky jsou často v interakci s dítětem netrpělivé, negativní či jsou naopak příliš tolerantní až neangažované. Důsledkem může být rovněž snížená podpora dítěte, jež vykazuje známky stresu. To může následně zažívat pocit, že se nemůže na matku spolehnout. Vztah matky s dítětem hraje mnohdy v rozvoji náročného chování dítěte klíčovou roli (Dubouis-Comtois et al., 2013). Výzkumná zjištění však nasvědčují, že tento vztah může být reciproční. To znamená, že dítě s náročným chováním či psychickými obtížemi může negativně ovlivňovat také psychické zdraví matky (Kingsbury et al., 2017).

Rodičovská sebeúčinnost je definována jako míra, do jaké rodiče očekávají, že budou kompetentně a efektivně plnit své rodičovské role. Zahrnuje motivaci, kognitivní zdroje a způsoby jednání nezbytné k realizaci kontroly nad konkrétním úkolem nebo událostí. Sebeúčinnost nepředstavuje fixní osobnostní rys, ale jde spíše o dynamický a vznikající proces, který je modifikován měnícími se úkoly a situačními požadavky, stejně jako měnícími se individuálními faktory. Zároveň patří mezi klíčové faktory určující kompetentní rodičovské chování a úzce souvisí se zdravým vývojem dítěte. (Sevigny & Loutzenhiser, 2010; Weaver et al., 2008)

Zdá se, že vysoká rodičovská sebeúčinnost je silně spojena s rodičovskou schopností zajistit adaptivní, stimulující a pečující prostředí pro výchovu dětí. Z výzkumných zjištění vyplývá, že vysoká míra sebeúčinnosti předpovídá schopnost reagovat na potřeby dětí, zapojení se do přímých rodičovských interakcí, aktivní rodičovskou orientaci na zvládání problémů a méně reflektovaných obtíží při výchově dětí. Naopak nízká úroveň sebeúčinnosti je spojována s defenzivním a kontrolujícím chováním rodičů, vysokou úrovní reportovaného stresu ze strany rodičů, pasivními copingovými strategiemi, rozvojem náročného chování u dětí a častěji reflektovanými obtížemi ve výchově (Coleman & Karraker, 2000).

Výsledná výzkumná zjištění nasvědčují, že právě u dětí s náročným chováním bývá vnímaná sebeúčinnost u rodičů snižena. To znamená, že matky dětí s náročným chováním reflektují nižší víru ve své schopnosti než matky s „bezproblémovými“ dětmi. Zároveň se jeví, že nižší míra sebeúčinnosti matky může rozvoj náročného chování u dítěte predikovat (Weaver et al., 2008). Dle Colemana s Karrakerem (2000) je sebeúčinnost provázána s vnímáním emocionality dítěte matkou. Matky, které uváděly, že jejich děti jsou více negativně emočně reaktivní, měly také tendenci uvádět nižší obecnou i rodičovskou sebeúčinnost. Matky, jejichž děti mají větší sklon reagovat negativně na mateřské pokusy usměrňovat jejich chování, mohou ve skutečnosti zažívat menší úspěch ve svých rodičovských iniciativách. V důsledku toho je pravděpodobné, že tyto matky budou činit méně pokusů o regulaci chování svých dětí. Vnímání emocionality dětí souvisí také s rodičovskou spokojeností. I když se matky cítily při výchově těchto dětí efektivní, byly s touto rodičovskou rolí méně spokojené než matky méně emočně reaktivních dětí. K těmto závěrům se přiklání také Fang s kolektivem (2021), který uvádí, že úroveň sebeúčinnosti je negativně ovlivňována projevy náročného chování a náročným temperamentem dítěte.

Z dosavadních prezentovaných informací, které utváří teoretický rámec diplomové práce, se může zdát, že pečující osoba musí být dokonalá. V opačném případě by mohlo dojít k rozvoji náročného chování. Ve skutečnosti tomu tak není. Již Winnicott v minulém století poukázal na fakt, že snaha být dokonalým rodičem může být kontraproduktivní, jelikož pro optimální rozvoj potřebuje dítě zažít pocit frustrace. Zjistit, že lidé chybují. Naučit se řešit problémy. Smířit se s tím, že život není spravedlivý. Uvědomit si, že negativní zážitky jsou součástí života. Pro optimální rozvoj tedy není žádoucí, aby matka byla dokonalá. Postačí, pokud je dosti dobrá. Taková matka je milující, ale také chybující. Pomocí chyb je posilována resilience dítěte, které je takto připravováno na reálný život. Důležité je, aby byl rodič schopný sebereflexe a své chyby odhalit. Jako rizikové se jeví až dlouhodobé selhávání a zanedbávání fyzických či psychických potřeb dítěte (Thorová, 2015).

5. Středisko výchovné péče

Pokud matky zažívají pocit selhání či neví, jakým způsobem s projevy náročného chování dítěte pracovat, často vyhledávají pomoc odborníků. Jedním ze zařízení, které poskytuje podporu právě rodičům dětí s projevy náročného chování, je středisko výchovné péče.

Středisko výchovné péče dle § 1 odst. 3 zákona č. 109/2002 Sb. o výkonu ústavní výchovy nebo ochranné výchovy ve školských zařízeních a o preventivně výchovné péči ve školských zařízeních a o změně dalších zákonů představuje zařízení, jehož cílem je poskytovat preventivně výchovnou péči. Snaží se předcházet vzniku či dalšímu rozvoji negativních projevů dítěte a narušení jeho zdravého vývoje. Dále také cílí na zmírnění nebo odstranění příčin a důsledků již vzniklých poruch chování. Objevuje se snaha přispět ke zdravému osobnostnímu vývoji dítěte. Středisko výchovné péče poskytuje pomoc rodičům či jiným osobám, jež o dítě pečují, při výchově a při řešení problémů s péčí spojených. Tyto činnosti vykonává s cílem zachovat a posílit rodinné vazby dítěte a předcházet tak vytržení dítěte z rodinného prostředí.

Dle § 16 zákona č. 109/2002 Sb. výkonu ústavní výchovy nebo ochranné výchovy ve školských zařízeních a o preventivně výchovné péči ve školských zařízeních a o změně dalších zákonů jsou cílovou skupinou děti, u kterých se objevuje riziko rozvoje poruch chování či děti, u nichž se již projevy poruch chování objevily. Cílovou skupinou jsou tedy rovněž děti s náročným chováním. Služby poskytuje také zletilým osobám do ukončení přípravy na budoucí povolání. Dále nabízí služby rovněž pro osoby odpovědné za výchovu dítěte či pedagogické pracovníky. Služby poskytuje ve formě ambulantní, celodenní, internátní (maximálně 8 týdnů) a terénní.

Z časového hlediska lze vedení klienta rozdělit do tří různých skupin. Jednorázové vedení klienta označuje odbornou poradenskou pomoc poskytnutou dítěti v obtížné situaci, přičemž se neobjevuje zájem o krátkodobé či dlouhodobé vedení. Spadá sem také jednorázová odborná poradenská pomoc pečující osobě, jež se potýká s výchovnými problémy dítěte. Tato služba může být poskytnuta jak telefonicky, tak osobně. Druhou skupinu tvoří krátkodobé vedení klienta, jenž představuje odbornou činnost s klientem v ambulantní formě. V rámci krátkodobého vedení klienta je spolupráce ukončena do dvou

měsíců od prvního setkání, přičemž podmínkou je, aby bylo uskutečněno alespoň 5 návštěv střediska. Ostatní činnosti se řadí do dlouhodobého vedení klienta (Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, 2007).

Středisko výchovné péče poskytuje celou řadu činností. Pro potřeby diplomové práce je klíčové poskytování služeb zákonným zástupcům nezletilého klienta, u něhož se objevují projevy náročného chování. Cílem těchto služeb je rozvoj komunikace a pozitivních vztahů v rodině, které jsou v kontextu náročného chování dítěte mnohdy problematické. Zákonným zástupcům je tedy poskytována odborná podpora a pomoc v oblasti výchovy i vzdělávání jejich dětí. Středisko v rámci těchto činností poskytuje služby trojího typu. Za prvé jde o preventivně výchovné poradenství, pod které lze zařadit individuální konzultace pro zákonného zástupce nezletilého klienta, společné konzultace pro zákonné zástupce nezletilého klienta a skupinové konzultace pro více rodin. Druhou skupinu tvoří terapeutické činnosti, které obsahují individuální terapeutickou činnost s rodičem, rodinnou terapeutickou činnost a rodičovskou skupinu. Třetí skupina zahrnuje účast rodin na programech střediska (Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, 2007; Pilař, 2015).

Program Triple P je ve středisku výchovné péče realizován v ambulantní formě v rámci krátkodobého vedení klienta. Tato činnost spadá do poskytování služeb zákonným zástupcům nezletilého klienta, přičemž konkrétně jde o preventivně výchovné poradenství. Jde o skupinovou konzultaci více rodin, která je zaměřena na optimalizaci výchovných strategií. V rámci konzultací dochází k setkávání rodičů a výměně zkušeností při řešení konkrétních výchovných problémů. U konzultace jsou přítomni jsou rovněž pedagogičtí pracovníci (Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, 2007).

6. Program pozitivního rodičovství (Triple P)

Program pozitivního rodičovství, zkráceně Triple P, pochází z Austrálie a představuje jeden z nejznámějších evidence-based systémů pozitivního rodičovství na světě. Je zaměřen na rozvoj rodičů dětí do věku 16 let, přičemž se snaží skrze jednoduché a praktické strategie napomoci budovat silné a zdravé vztahy, zvládat chování jejich dětí a předcházet vzniku problémů. Mezi další cíle patří osvojení správných nástrojů a znalostí pro výchovu dětí, omezení trestání a užívání donucovacích metod, rozšíření komunikačních dovedností rodičů, snížení stresu spojeného s výchovou dětí a překonání snahy být perfektními rodiči (Triple P International Pty Ltd, 2013; Triple P: Positive parenting Program, n.d. a).

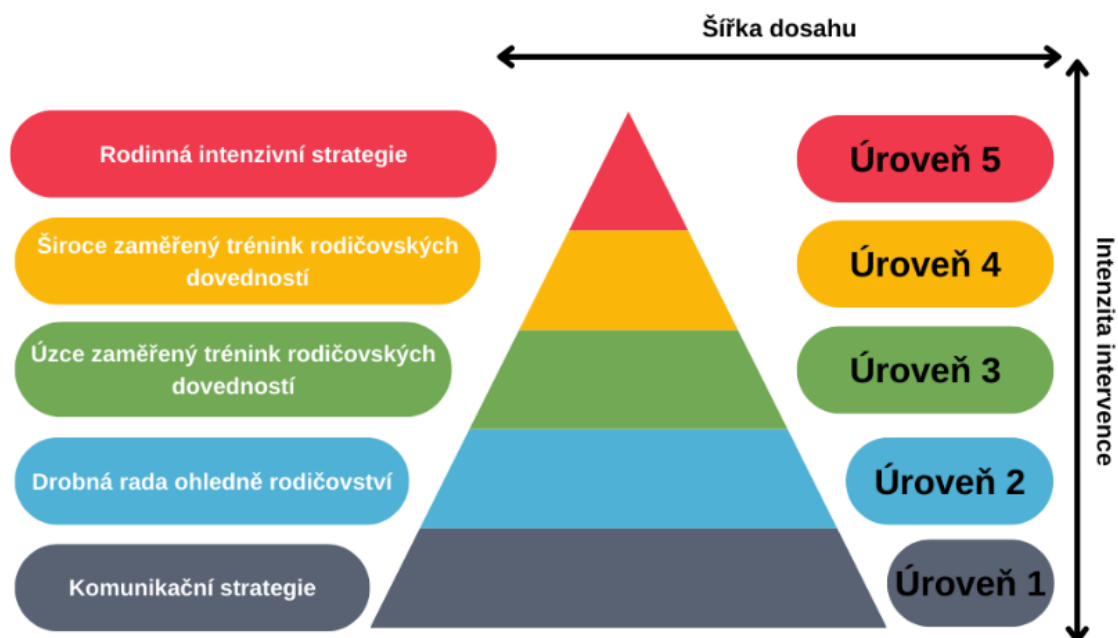
Pod pojem rodič zahrnují autoři jakékoliv osoby, jež mají na dítě výchovný vliv a zastávají rodičovskou roli. Programu Triple P se tedy mohou účastnit jak rodiče biologičtí, tak rodiče adoptivní, pěstouni či opatrovníci. Účastníci si v rámci programu stanovují vlastní cíle a používají nabídnuté strategie či dovednosti svým osobitým způsobem (Triple P International Pty Ltd, 2013).

Jak již bylo zmíněno výše, Triple P se řadí mezi programy založené na důkazech. Toto označení znamená, že má přesně stanovenou strukturu a také materiály, které umožňují zdařilou implementaci. Takové programy lze bez větších obtíží replikovat, jsou vystavené na jasných teoretických základech a prokazatelně dosahují kýžených výsledků. V neposlední řadě jsou také na základě kontrolovaných klinických studií označeny jako vysoce účinné. Program byl implementován ve více než 30 různých zemích a zároveň bylo realizováno téměř 400 evaluačních studií (Triple P International Pty Ltd, 2013).

Systém Triple P představuje soubor intervencí, jejichž intenzita se zvyšuje. Konkrétně jde o pětistupňový systém, jež je znázorněn na obrázku 1. Systém lze využívat v rámci individuální výuky, výuky v malých skupinách, ve velkých skupinách nebo online. Implementace Triple P stojí na dvou hlavních zásadách. První zásadou je minimální dostatečná míra podpory. To znamená, že je poskytována jen minimální intenzita podpory, jež je pro vyřešení problému potřebná. Druhou zásadou je rozvoj schopnosti řešit problémy samostatně bez pomoci druhých (Triple P International Pty Ltd, 2013).

Obrázek 1

Víceúrovňový model Triple P



(Triple P International Pty Ltd, 2013)

Školení lektorů programu Triple P probíhá ve spolupráci se společností Triple P International Pty Ltd, která působí v partnerském vztahu s orgány státní správy, agenturami a nevládními organizacemi či jednotlivci. Práce této společnosti je postavena na poznacích z implementační vědy a získaných zkušenostech z praxe. V rámci partnerství podporuje organizace i jednotlivé lektory při plánování, školení i zavádění Triple P. Dále poskytuje digitální a tištěné materiály pro lektory a rodiče (Triple P International Pty Ltd, 2013).

Základní program pro rodiče, který je aktuálně v České republice implementován, trvá osm týdnů. Zajímavé je, že již během takto krátké doby se v rodinách objevuje významná změna. Program lze využívat jak v rámci prevence, tak jako účinnou intervenci pro rodiny s výchovně náročnými dětmi. Zároveň představuje skvělou intervenci pro rodiče setkávající se s nejistotou v oblasti výchovy. Program předchází špatnému zacházení s dětmi. Na základě důkazů vycházejících z výzkumných šetření je program využitelný jak ve zdravotnictví, tak školství či v sociální oblasti (Triple P: Positive parenting Program, n.d.).

Autory zmiňované přínosy zavádění Triple P jsou uvedeny v tabulce 1. Tyto přínosy jsou formulovány na základě řady výzkumných šetření, přičemž některé z nich budou konkrétně zmíněny v diskusi.

Tabulka 1

Přínosy Triple P

<u>Přínosy pro děti</u>	<u>Přínosy pro rodiče</u>	<u>Přínosy pro komunitu</u>
Lepší attachment mezi rodičem a dítětem	Více sebedůvěry, dovedností a znalostí v otázkách výchovy dětí	Menší stigmatizace lidí, kteří hledají podporu v otázkách rodičovství
Zvýšení prosociálního chování a emoční pohody	Více pozitivních interakcí se svými dětmi	Zlepšení psychosociálního přizpůsobování dětí napříč komunitou
Nižší pravděpodobnost, že se dítě stane obětí zneužívání a zanedbávání	Méně depresivních stavů, stresu nebo úzkosti	Méně případů špatného zacházení s dětmi
Přípravenost na školu (lepší sociální, emocionální a jazykové dovednosti)	Méně partnerských konfliktů týkajících se výchovy dětí (v úplných rodinách)	Méně dětí a mladých lidí umístěných mimo domov
Předcházení rizikovému chování, užívání návykových látek a delikvenci	Zlepšení rovnováhy mezi pracovním a soukromým životem	Vytvoření společného jazyka a lepší přístup k rodičovské podpoře

(Triple P International Pty Ltd, 2013)

Z metaanalýzy Maciely et. al (2023) se jeví zavádění programu Triple P mimo anglofonní země jako účinné a pravděpodobnost nezdaru se pohybuje pouze kolem 5 %. Zároveň se ukazuje, že dílčí principy fungují nezávisle na kultuře. Dosavadní zjištění však zatím vychází pouze ze severoevropských zemí, mezi kterými nejsou kulturní rozdíly tolik výrazné. Ač zní tyto výsledky slibně, je třeba počkat na implementaci do dalších zemí. Z další metaanalýzy (Beelmann et al., 2023) vyplývá, že díky programu Triple P dochází ke zmírnění závažnějších projevů náročného chování. Tato změna je viditelná i tři měsíce po skončení programu. K tomuto zmírnění dochází především díky snížení rodičovského stresu, který je následován podporou interakce/vztahu mezi rodičem a dítětem, snížením averzivního rodičovského chování a posílením rodičovských kompetencí.

6.1 Pozitivní rodičovství

„Pozitivní rodičovství je přístup, jehož cílem je pomoci dětem se rozvíjet a zvládat jejich chování konstruktivním a nepoškozujícím způsobem. Je založen na budování dobrých vztahů s dětmi a využívání pozitivních strategií.“ (Markie-Dadds et al., 2022, s. 3)

Dle autorů má pozitivní rodičovství příznivé dopady na všechny oblasti života dětí a je nejdůležitějším východiskem pro podporu rozvojového potenciálu dětí a mladých lidí. Cílí na řečové i vyjadřovací dovednosti a dovednosti sociální, které zahrnují také vztahy s vrstevníky. Dále cílí na regulaci emocí, schopnost soustředit se a řešit problémy (Triple P: Positive parenting Program, n.d. a).

Pozitivní rodičovství vychází z pěti klíčových aspektů. Prvním aspektem je bezpečné a zajímavé prostředí. Děti by měly vyrůstat v prostředí, které je pro ně bezpečné a zároveň podnětné, díky čemuž je podpořen jejich optimální rozvoj. Bezpečné prostředí znamená, že okolí dítěte upravíme tak, aby jej mohlo samostatně prozkoumávat. Díky tomu se pečující osoba nemusí tolik obávat o zdraví dítěte, předchází nejruznějším zraněním a dítě má tak možnost plnohodnotně rozvíjet své dovednosti. Podnětné prostředí znamená, že dítě má přístup k podnětům, jež jej zabaví a rozvíjí jeho jazyk, myšlení, pozornost a samostatnost. Autoři také zdůrazňují, že rodič by měl vědět, kde se dítě právě nachází a co dělá (Markie-Dadds et al., 2022).

Druhým aspektem je pozitivní prostředí podporující učení. Rodiče by měli děti rozvíjet tím, že jim pomáhají se učit nové věci. Měli by být připraveni dítěti pomoci, naslouchat a věnovat mu pozornost, když to vyžaduje. Pokud je to možné, rodič by měl na výzvu dítěte reagovat a věnovat mu svůj čas. Zároveň by měl dítě podporovat v samostatném zkoušení věcí a dobré chování oceňovat svou pozorností. Pokud bude žádoucímu chování věnovat více pozornosti, dítě jej bude častěji nabízet (Markie-Dadds et al., 2022).

Třetím aspektem je asertivní výchova, která označuje zvládnání nevhodného chování přijatelným způsobem. Nutné je zasahovat vždy ihned ve chvíli, kdy se nežádoucí chování objeví. Reakce by měla být konzistentní a ideálně bez křiku, vyhrožování a fyzických trestů. Díky asertivní výchově se dítě stává zodpovědnější, lépe si uvědomuje potřeby

druhých a rozvíjí svou sebekontrolu. Konzistentní reakce zároveň napomáhá předcházet rozvoji náročného chování (Markie-Dadds et al., 2022).

Čtvrtým aspektem jsou realistická očekávání. Tento aspekt vychází z premisy, že příčinou problémů mohou být příliš vysoká očekávání rodiče či představy o dokonalosti dítěte. Je důležité, aby si rodiče byli vědomi toho, co jejich dítě zvládne či nikoliv. Zároveň je nutné brát v potaz rovněž to, v jakém rozpoložení v daný den dítě je. Realistická očekávání by měly rodiče klást rovněž na sebe. Snaha o dokonalost vede k frustraci či zklamání (Markie-Dadds et al., 2022).

Posledním pátým aspektem je sebezpečí rodiče. Kromě naplnění potřeb dítěte je rovněž důležité naplňovat potřeby rodiče. Rodič, jehož potřeby jsou naplněny, je trpělivější a je pro něj jednodušší zůstat v klidu i ve chvíli, kdy u dítěte řeší projevy náročného chování (Markie-Dadds et al., 2022).

6.2 Triple P v ČR

Dle Novákové (2013) byl v České republice program Triple P realizován pod záštitou Ministerstva zdravotnictví ČR prostřednictvím projektu Program pro pozitivní rodičovství v České republice Triple P. Implementace Triple P probíhala v letech 2020 až 2024 za spolupráce s Arktickou univerzitou v Tromsø. V pilotním projektu byly implementovány dvě (první a čtvrtá) z celkem pěti úrovní systému Triple P. V rámci první úrovně byla realizována komunikační kampaň, jejímž cílem bylo destigmatizovat a zvyšovat povědomí o možnostech rodičovské pomoci v ČR. Ve čtvrté úrovni byly realizovány osmítýdenní kurzy pro rodiče, jež jsou předmětem této diplomové práce. V průběhu implementace probíhal systematický monitoring, víceúrovňová reflexe efektivity zavádění programu a také procesní a výsledková evaluace. V rámci pilotního projektu byl program implementován do následujících typů zařízení: fakultní nemocnice, střediska výchovné péče, sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi, centra pro rodinu a další. Vyškoleny byly celkem 58 lektorů (Neumannová et al., 5.6.2024).

Do pilotního projektu bylo rovněž zařazeno středisko výchovné péče v Ústeckém kraji, ve kterém probíhal sběr dat v rámci výzkumného šetření k diplomové práci. V rámci střediska byly důkladně proškoleni dva akreditovaní lektori programu, kteří následně

program Triple P realizovali. Základní skupinový program je určen pro rodiče dětí ve věku 0 až 12 let. Středisko se dále podílelo na sběru evaluačních dat o účastnících, průběhu a výsledcích programu. Dále také bylo v průběhu programu zajištěno hlídání dětí zúčastněných rodičů. Lektori a rodiče získali přeložené materiály v podobě příručky pro lektory, prezentací v PowerPointu, videonahrávek a pracovního sešitu pro rodiče (Nováková, 2013).

Programu se účastní zhruba 12 rodičů, přičemž ideální je, pokud program absolvují obě pečující osoby. Základním principem programu je flexibilita a respekt k jedinečnosti každé rodiny. V rámci programu jsou sdělovány praktické výchovné strategie, které jsou zaměřeny na nastavení hranic, dodržování pravidel, rozvoj dítěte, volný čas dítěte i rodiče či zvládání náročného chování. V první čtyřech týdnech programu, kdy setkání probíhá jednou týdně v rozsahu dvou hodin, je pozornost věnována rozvoji nových dovedností. Během následujících tří týdnů je setkání nahrazeno individuálními telefonáty či setkáními, které trvají zhruba 20 minut. V těchto týdnech rodiče aplikují naučené strategie a své (ne)zdary následně individuálně s lektorem konzultují. V posledním týdnu je realizováno závěrečné setkání, které je věnováno reflexi průběhu kurzu a naplnění stanovených cílů (Neumannová et al., 5.6.2024; Triple P: Positive parenting Program, n.d.).

Ministerstvo zdravotnictví na pilotní projekt navazuje novým projektem, jehož cílem je rozšířit program do dalších zdravotnických zařízení, sociálních služeb a školských zařízení. V letech 2024 až 2027 by chtělo proškolit celkem 120 lektorů, přičemž kromě základního skupinového programu Triple P, rozšíří nabídku o navazující Triple P Group Teen, který je určen pro rodiče dětí od 13 do 18 let (Neumannová et al., 5.6.2024).

6.2.1 Evaluace v ČR

Dle Nekolové (5.6. 2024) byla implementace programu v České republice úspěšná, avšak aktuálně je nutné zaměřit se na otázku financování dalších běhů, jež nebudou uskutečněny v rámci navazujícího projektu. Při evaluaci výsledků programu byly využity především dva dotazníky, jež byly zadávány na začátku programu a bezprostředně po jeho skončení. Prvním standardizovaným diagnostickým nástrojem je dotazník předností a nedostatků, který je zaměřen na rozsah a intenzitu náročného chování dětí a jeho dopadů. Tyto projevy jsou reflektovány z pohledu rodičů či pěstounů. Druhým dotazníkem je škála

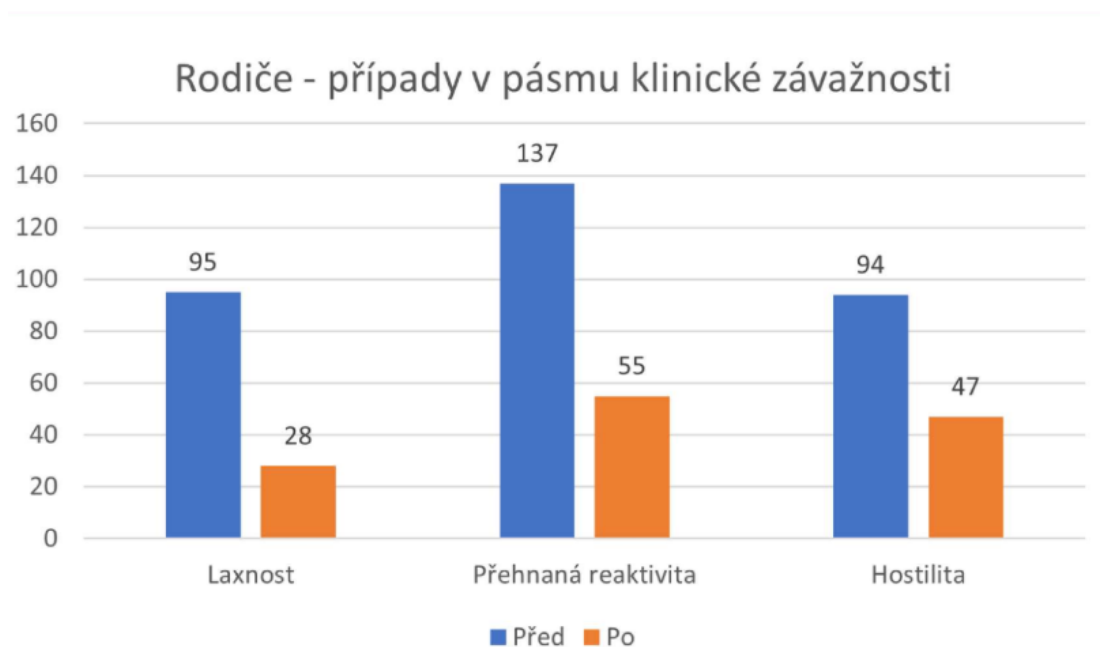
rodičovských kompetencí, která reflektuje rozsah a intenzitu dysfunkčního rodičovského přístupu. Přístup je sledován ve třech rovinách: laxnost, hostilita (fyzická či verbální) a přehnané reakce. Při evaluaci nebyla využita kontrolní skupina. Byl pouze porovnáván stav před a po programu.

Pokud je program věrně implementován, objevuje se pozitivní efekt. Program pozitivně ovlivňuje dysfunkční rodičovské přístupy, díky čemuž se zlepšuje atmosféra a komunikace v rodině. Sekundárně pak dochází ke snížení projevů náročného chování a zároveň také počtu oblastí, do kterých náročné chování zasahuje (Nekolová, 5.6. 2024).

Na grafu 1 jsou zachyceny proměny v rodičovském přístupu, přičemž je vycházeno z dat poskytnutých k březnu roku 2024. V případě laxnosti se z pásma klinické závažnosti dostalo 71 % rodičů a míra laxnosti se obecně snížila u 77 % rodičů. V případě přehnané reaktivity se z pásma klinické závažnosti dostalo 60 % rodičů, přičemž míra reaktivity se celkově snížila u 78 % rodičů. V případě hostility se z pásma klinické závažnosti dostalo 50 % rodičů, přičemž celkově se snížila u 88 % rodičů (Nekolová, 5.6. 2024).

Graf 1

Dopady na rodičovský přístup

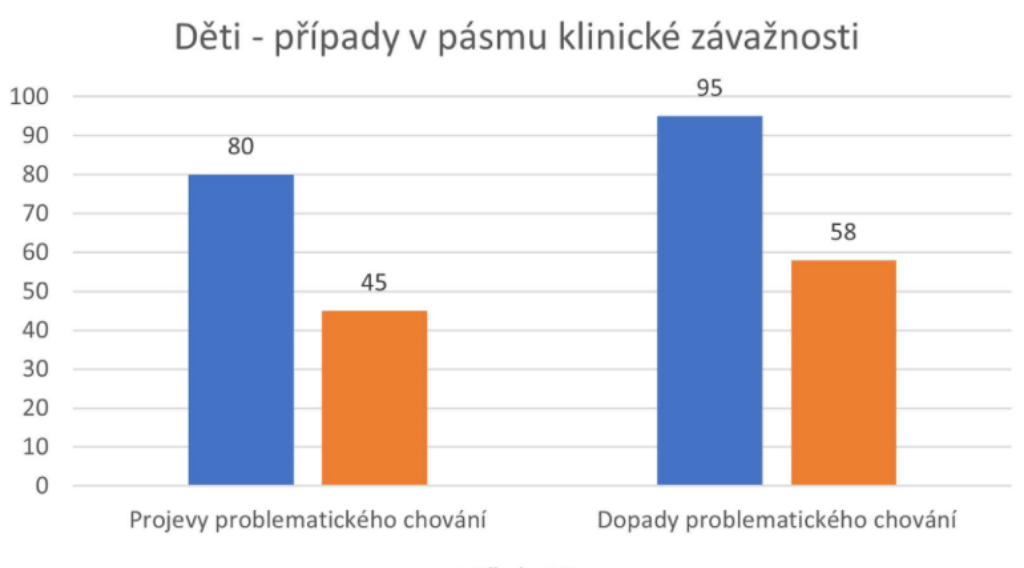


(Nekolová, 5.6. 2024)

Graf 2 zachycuje dopady programu Triple P na projevy náročného chování dětí. Z pásma klinické závažnosti se dostalo 43 % dětí a v případě počtu dopadů náročného chování došlo ke snížení o 38 %. Změna byla reflektována očima rodičů (Nekolová, 5.6. 2024).

Graf 2

Dopady na projevy náročného chování



(Nekolová, 5.6. 2024)

6.3 Reflektovaná zkušenost

Na závěr teoretické části bych chtěla zmínit reflektovanou zkušenost akreditované lektorky programu Triple P. Lektorka je rovněž vedoucí střediska výchovné péče, na jehož půdě probíhal sběr dat pro empirickou část diplomové práce. Informace pochází z rozhovoru, jež proběhl po posledním běhu programu uskutečněném v rámci pilotního projektu. Rozhovor proběhl 28.6.2024.

Ve středisku výchovné péče byly realizovány celkem čtyři běhy programu, přičemž já jsem se zúčastnila běhu třetího. Vždy šlo o setkávání v rozsahu 8 týdnů a průběh odpovídal schématu, jenž byl popsán výše. Setkávání ve všech případech probíhalo v odpoledních hodinách a trvalo 2 hodiny. Během telefonických konzultací byly vždy analyzované předem naplánované náročné situace, kterým bylo věnováno 4. setkání. Pozornost se věnovala úspěchům, neúspěchům, ale i tomu, na čem matky ještě potřebují

zapracovat. Pro účastníky bylo zajištěno hlídání dětí a také občerstvení. To vše bylo hrazeno z financí poskytnutých v rámci projektu Program pro pozitivní rodičovství v České republice Triple P. O možnost hlídání byl zájem především v prvním běhu, v dalších byl zájem nižší.

Kurz byl naplněn z větší části jedinci, kteří do střediska výchovné péče docházejí. Dále také těmi, kterým byla účast nařizena OSPODem a z menší části také těmi, kteří program Triple P objevili při hledání informací o projevech náročného chování dítěte. Ze zkušenosti lektorky vyplývá, že zásadní je samotná motivace rodiče. Jedinci, kteří na program docházeli z donucení, program nedokončili, často se omlouvali a zadávané úkoly neplnili. Z toho vyplývá, že program je vhodný především pro rodiče, kteří jsou ochotni na sobě pracovat a nežádají po okolí, aby jejich dítě „opravilo“ za ně. Tedy pro rodiče, kteří přijímají zodpovědnost za chování svého dítěte.

Tato zkušenost se promítá také do pokusu předat základy programu Triple P rodičům, jejichž děti se ve středisku výchovné péče účastní internátního pobytu. Setkání se zúčastnily pouze čtyři rodiče z dvanácti, přičemž tématem bylo předávání praktických informací plynoucích z teoretického rámce Triple P. Cílem bylo vejít se celkem do 3 hodin. Rodiče měli za úkol si během doby, kdy má dítě možnost během internátního pobytu strávit víkend doma, vyzkoušet dílčí strategie. Závěrečné setkání však z důvodu neochoty rodičů nebylo realizováno.

Lektorka uvádí, že by ráda s realizací programu pokračovala, avšak obává se, že bude obtížné jednotlivé skupiny naplnit. Zároveň zvažuje zkrácení programu z 8 na 6 týdnů. Obecně však reflektuje, že od účastníků přichází pozitivní ohlasy. Někteří rodiče se střediskem výchovné péče na základě zkušenosti navázali spolupráci. Jiní zase díky absolvování programu reflektovali natolik pozitivní dopady, že nepovažovali za nutné do střediska výchovné péče dále docházet. Na základě pozitivní zkušenosti s programem by se lektorka ráda zúčastnila také nového projektu a rozšířila si tak své znalosti o navazující program Triple P Group Teen.

Empirická část

7. Cíle a výzkumné otázky

Na základě informací prezentovaných v teoretické části diplomové práce je zřejmé, že při řešení náročného chování dětí bychom se neměli zaměřovat pouze na práci se samotným dítětem. Pro zmírnění projevů je zásadní pracovat s celým rodinným systémem, který může být v různé míře právě příčinou náročného chování dítěte. Klíčovou roli hraje výchovné působení rodičů, na jehož rozvoj či kultivaci je program Triple P zaměřen. Vzhledem k tomu, že programu se nejčastěji účastní matky a zároveň jsou matky v naší kultuře považovány za primární pečující osobu, bude v rámci diplomové práce pozornost zaměřena právě na ně.

Cílem této diplomové práce je blíže prozkoumat zkušenost matek s programem pozitivního rodičovství Triple P, jež byl představen výše. Kromě prozkoumání samotné zkušenosti je cílem přiblížit, jakým způsobem matky pojmají náročné chování svých dětí, do jakých oblastí se tyto problémy mohou promítat, jakým způsobem tyto problémy řeší a zda po absolvování zmíněného strukturovaného programu dojde k posunu v těchto oblastech. Dále bych chtěla přiblížit aspekty, které matky k absolvování programu přivádí.

Hlavní výzkumná otázka je formulována následovně: Jaká je zkušenost matek s programem Triple P?

Vedlejší výzkumné otázky zní:

- 1) Jakým způsobem se absolvování programu Triple P promítá do výchovného působení matek?
- 2) Do kterých dalších oblastí se absolvování programu Triple P promítá?

8. Metody sběru dat

Vzhledem k povaze výzkumných otázek a cílů diplomové práce byl zvolen kvalitativní výzkumný design. Tento přístup dle Hendla (2023) umožňuje získat hloubkový popis jednotlivých případů. Díky němu lze také provést podrobnou komparaci zkušeností matek a sledovat vývoj a proměny v přístupu k dítěti, reflektovaných projevech náročného chování či běžného fungování. Kvalitativní výzkum probíhá v rámci intenzivnějšího kontaktu se situací jedince či skupinou. Cílem je „získat integrovaný pohled na předmět studie, na jeho kontextovou logiku, na explicitní a implicitní pravidla, která fungují v dané oblasti.“ (Hendl, 2023, s. 49).

Kvalitativní design tedy umožní porozumět individuální zkušenosti matek a sledovat případné změny, které se v rámci komparace objeví, v celém kontextu. Dále také umožní zmapovat oblasti, do kterých se zkušenost s absolvováním kurzu pozitivního rodičovství může promítat.

Pro účely diplomové práce byly zvoleny dvě metody sběru dat. První metodou sběru dat je **opakovaný polostrukturovaný rozhovor**. Opakovaný rozhovor nám umožňuje sledovat proměny postojů, chování či zkušeností v čase. Polostrukturovaný rozhovor nám dle Hendla (2023) umožňuje strukturovaně vést rozhovory s několika lidmi, díky čemuž se informace z rozhovorů lépe porovnávají. Zároveň však jedinec dostává prostor k reflexi specifických zkušeností a perspektiv.

Druhou metodou sběru dat je **zúčastněné pozorování**, které umožňuje „popsat, co se děje, kdo nebo se účastní dění, kdy a kde se věci dějí“ (Hendl, 2023, s. 199). V rámci zúčastněného pozorování vystupují v roli „účastníka jako pozorovatele, který přijímá roli rovnoprávného člena skupiny, ale účastníci si jsou vědomi jeho totožnosti.“ (Hendl, 2023, s. 198).

9. Etické aspekty výzkumu

Před zahájením sběru dat bylo mé zapojení do programu Triple P konzultováno s lektorkami programu. Byla mi rovněž poskytnuta opora při sběru dat.

Před prvním setkáním byly matky seznámeny s účelem výzkumu skrze e-mailovou komunikaci. Účast všech dotazovaných byla dobrovolná, přičemž z výzkumu mohly kdykoliv odstoupit.

Před úvodním rozhovorem matky byly opětovně seznámeny s účelem rozhovoru a byl podepsán informovaný souhlas, který byl zaměřen jak na realizaci opakovaných rozhovorů, tak na pozorování v rámci programu Triple P. Informovaný souhlas obsahuje následující klíčové aspekty.

- Svolení s využitím informací k výzkumným účelům.
- Seznámení s anonymizací dat.
- Svolení k pořízení audiozáznamu z rozhovoru a následného přepisu.
- Možnost odstoupení z výzkumu či nezodpovězení otázky.

Před dalšími rozhovory byly tyto náležitosti připomenuty verbální formou.

Z rozhovorů byl pořízen audiozáznam, který byl následně zpracován do písemné podoby a veškerá data, jež by mohla odhalit totožnost účastnic výzkumu, byla anonymizována. Vzhledem k tomu, že se díky účasti v programu Triple P matky znají, mohly by i přes anonymizaci dat vzájemně odhalit identitu spoluúčastnic. Jelikož byly během rozhovorů sdíleny mnohdy citlivé údaje, jejich přiložení do příloh by mohlo jednotlivé matky poškodit. Z tohoto důvodu rozhovory nebudou k diplomové práci přiloženy.

10. Sběr dat

V této kapitole podrobněji přiblížím jednotlivé metody sběru dat a také samotný průběh sběru dat.

10.1 Polostrukturované rozhovory

Polostrukturované rozhovory byly realizovány ve třech fázích, přičemž z každého rozhovoru byl pořízen audiozáznam. Časové charakteristiky rozhovorů jsou shrnuty v tabulce 2. Jednotlivé otázky byly formulovány na základě rešerše dotazníkových metod, jež se zaměřují na výchovu či na rodinu jako takovou. Dále jsem se inspirovala samotným obsahem programu Triple P. V úvodním rozhovoru byly formulované otázky pro všechny matky stejné. V dalších rozhovorech byla kostra rozhovorů rovněž totožná, avšak následně bylo doplněno několik otázek vycházejících z dříve reflektované zkušenosti matek. Otázky, jež byly neměnné, jsou uvedeny v příloze 1. Formulované otázky jsem měla během rozhovoru vytištěné před sebou, abych si v průběhu rozhovoru mohla ověřit, že byly všechny položeny.

Tabulka 2

Realizace rozhovorů

Respondent	Číslo rozhovoru	Datum	Délka rozhovoru
Paní N	1. rozhovor	2.10.2023	45:51
	2. rozhovor	8.12.2023	46:50
	3. rozhovor	9.4.2024	53:50
Paní J	1. rozhovor	5.10.2023	33:46
	2. rozhovor	8.1.2024	31:57
	3. rozhovor	9.4.2024	36:16
Paní S	1. rozhovor	10.10.2024	48:06
	2. rozhovor	12.12.2024	33:11
	3. rozhovor	2.4.2024	65:38
Paní Š	1. rozhovor	3.10.2023	28:59
	2. rozhovor	11.12.2023	31:39
	3. rozhovor	nerealizován	

První fází byl úvodní rozhovor, který probíhal ještě před začátkem programu Triple P. Všechny rozhovory byly realizovány v první polovině měsíce října roku 2023. Jádro úvodních rozhovorů bylo zaměřeno na zmapování situace, která matky ke kurzu Triple P přivedla. Dále také na pojmání obtíží dítěte s náročným chováním, výchovné strategie všech pečujících osob, výchovný cíl, přiblížení běžného rodinného fungování a také na sebedpěči matky.

V druhé fázi probíhaly rozhovory nejpozději do měsíce od posledního setkání v rámci programu Triple P. Tři rozhovory byly realizovány v průběhu prosince roku 2023 a jeden rozhovor byl realizován na začátku ledna roku 2024. Rozhovor, který proběhl v lednu, byl původně naplánovaný na prosinec, avšak na první termín matka nedorazila. Druhé rozhovory byly více zaměřeny na samotný program Triple P, ale také se zde objevovala témata vystupující z úvodních rozhovorů. Vyskytovaly se zde opět otázky zaměřené na výchovné strategie, výchovné cíle a běžné fungování rodiny.

V třetí fázi probíhaly rozhovory zhruba 4 měsíce od posledního setkání. Všechny rozhovory proběhly v průběhu dubna roku 2024. Tyto rozhovory se opět dotýkaly témat, jež se objevily v přechozích rozhovorech. Dále byly zaměřeny na subjektivně reflektované změny, vnímání problémového chování dítěte, výchovné strategie, výchovné cíle, sebedpěči matek a běžné fungování rodiny. Během těchto rozhovorů měly matky možnost nahlédnout do materiálů, jež jim v rámci programu Triple P byly poskytnuty.

10.2 Pozorování

Pozorování probíhalo v 5 setkáních realizovaných v rámci programu Triple P. Datумы jednotlivých setkání jsou zahrnuty v tabulce 3. Každé setkání vždy trvalo dvě hodiny. První čtyři setkání byla zaměřena na osvojování nových výchovných strategií. V rámci těchto setkání vždy docházelo ke sdílení obtíží mezi účastnicemi a nácviku jednotlivých strategií. Do nácviků jsem byla zapojena. Poslední setkání bylo zaměřeno na reflexi absolvování programu Triple P a zároveň na reflexi aplikace získaných poznatků do běžného života. Podrobnější popis setkání je popsán v příloze 2.

Tabulka 3*Setkání v rámci programu Triple P*

Úvodní setkání	10.10.2023	Vzájemné seznámení, nastavení pravidel, formulace cílů, seznámení s teoretickým rámcem
2. setkání	17.10.2023	Kvalitní volný čas dítěte, povzbuzování dobrého chování, učení dítěte
3. setkání	24.10.2023	Tabulka dobrého chování, zvládání nevhodného chování
4. setkání	30.10.2023	Plánování v předstihu
Závěrečné setkání	6.12.2023	Reflexe průběhu, zhodnocení nastavených cílů

11. Výzkumný vzorek

Předmětem výzkumu jsou matky, které pečují o dítě s problémovým chováním a zároveň absolvovaly program pozitivního rodičovství Triple P. Další podmínky pro výzkumný vzorek nebyly stanoveny.

Výzkumný vzorek původně tvořilo 5 matek oslovených skrze středisko výchovné péče působící v Ústeckém kraji, jež zmíněný program pořádá. S jednou z matek byl realizován pouze rozhovor v první fázi výzkumu. Tato matka se zúčastnila pouze úvodního setkání programu Triple P a následně účast ukončila. Z tohoto důvodu byla z výzkumu vyřazena. Všech tří rozhovorů se zúčastnily tři matky. Jedna matka se účastnila pouze prvních dvou fází výzkumu. Z důvodu ukončení komunikace z matčiny strany nebylo možné třetí rozhovor realizovat.

Výsledný výzkumný vzorek tedy tvoří celkem 4 matky ve věkovém rozmezí 28 až 48 let. Děti s náročným chováním se pohybují ve věkovém rozmezí 5 až 9 let. Podrobněji je výzkumný vzorek popsán v tabulce 4. U dětí uvedených v závorce aktuálně nejsou projevy náročného v chování řešeny. Rodinné uspořádání je u všech respondentek odlišné, přičemž rozdílly jsou vystihnuty níže.

Tabulka 4*Výzkumný vzorek*

	Věk	Děti	Vzdělání	Domácnost	Zaměstnání
Paní N	39	Syn 8 let	Střední odborné s maturitou	Matka, syn, otčím	pedikérka
Paní J	28	Syn 7 let Dcera 5 let	Základní	Matka, syn, dcera, otec (práce v zahraničí)	studentka
Paní S	44	(Syn 16 let) Adoptovaný syn 6 let	Vysokoškolské	Matka, syn, adopt. syn, otec	účetní
Paní Š	48	(Adoptovaná dcera 15 let) Syn v pěstounské péči 9 let	Střední vzdělání s maturitou	Matka, adopt. dcera, syn v pěstounské péči	logistik

11.1 Paní N

Paní N je 39 let. Má dokončené střední vzdělání s výučním listem, střední odborné vzdělání s maturitou a absolvovala kurzy v rámci dalšího vzdělávání. Aktuálně pracuje jako pedikérka. Rodina paní N se skládá ze 3 členů: matka, otčím, syn (8). S otčímem, který výchovně naplňuje roli otce, sdílí domácnost již 4 roky. Do výchovy zasahuje také otec otčima. Syn je navíc v kontaktu i s biologickým otcem. Dle domluvy mezi rodiči by měl chlapec trávit u biologického otce každý druhý víkend, avšak není to pravidlem. Paní N uvádí: „*Má tam být jednou za čtrnáct dní, ale stává se i jednou za měsíc, jednou za měsíc a půl.*“ Pokud je chlapec nebo otec nemocný či je naplánovaná akce v rámci zájmové činnosti, ke kontaktu nedochází. Otec kontakt mimo domluvu nevyhledává. Paní N biologického otce označuje jako: „*táta přes telefon.*“ Chlapec dle matčiných slov jezdí k otci na víkend nerad, jelikož se u něj nudí. Paní N otce hodnotí jako nespolehlivého. Dle ní se však syn s biologickým otcem mají rádi. Důvodem přihlášení do programu Triple P je náročné chování syna, které bylo reflektováno vedoucími v zájmovém kroužku.

11.2 Paní J

Paní J je 28 let a má dokončené základní vzdělání. Střední školu nedokončila z důvodu rodinných finančních obtíží a následně brzkého těhotenství. Aktuálně dochází do 3. ročníku střední odborné školy. Rodina paní J se skládá ze 4 členů: matka, otec, dcera (5), syn (7). Otec má ukončené základní vzdělání a aktuálně pracuje v zahraničí. Z tohoto důvodu tráví čas s rodinou pouze o víkendy. Problematická rodinná anamnéza. Vysoké vytížení matky pramení z časté nepřítomnosti partnera, dokončování studia, obstarávání organizačních záležitostí, péče o rodinu a podpory širší rodiny. Důvodem přihlášení do programu Triple P je náročné chování u obou dětí.

11.3 Paní S

Paní S je 44 let a má ukončené vysokoškolské vzdělání (Ing). Aktuálně pracuje jako účetní ve dvou firmách. Rodina paní S se skládá ze 4 členů: matka, otec, biologický syn (16), adoptovaný syn (6). Důvodem přihlášení do programu Triple P je náročné chování adoptovaného syna. Z důvodu nejednotnosti v pojmání obtíží adoptovaného syna a zároveň nejednotnosti ve výchovném přístupu se programu Triple P nedobrovolně účastní také manžel paní S.

11.4 Paní Š

Paní Š je 48 let a má ukončené střední vzdělání s maturitou. Aktuálně pracuje jako logistik. Rodina paní Š se skládá ze 3 členů: matka, adoptovaná dcera (15), syn v pěstounské péči (9). Důvodem přihlášení do programu Triple P je náročné chování syna v pěstounské péči. Do výchovy rovněž zasahuje biologický otec, se kterým je syn v intenzivním kontaktu. Objevuje se konfliktní vztah mezi pěstovankou a biologickým otcem. Do programu Triple P paní Š přichází již bohatě informovaná o různých výchovných strategiích. Tyto informace nabyly během péče o adoptovanou dceru (ADHD), u které se v mladším věku náročné chování hojně vyskytovalo.

12. Zpracování dat

V rámci zúčastněného pozorování byly pořizovány poznámky, jež popisovaly samotný průběh programu Triple P a zároveň obsahovaly také informace, které matky během setkání prezentovaly. Tyto poznámky následně rozvíjely data z úvodních rozhovorů či postavily základ pro rozhovory, jež proběhly po absolvování programu.

U všech rozhovorů byla nejprve provedena transkripce audiozáznamu, při které byla využita kombinace doslovné a komentované transkripce. Během transkripce byla zároveň data anonymizována. Následně byl k analýze dat využit program MAXQDA. Vzhledem k povaze hlavní výzkumné otázky byl při analýze dat využit přístup IPA (interpretativní fenomenologická analýza), který se dle Čermáka et al. (2013) zaměřuje na porozumění žité zkušenosti jedince. Cílem je podrobně prozkoumat, jakým způsobem člověk utváří význam prožité zkušenosti, díky čemuž můžeme porozumět danému procesu či události, jež označujeme jako fenomén.

Při analýze dat jsem se inspirovala postupem, který vychází právě z přístupu IPA a je reflektován v publikaci Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy (Čermák et al., 2013). Nejprve jsem přistoupila k otevřenému kódování všech rozhovorů, přičemž jednotlivé kódy měly z velké části deskriptivní, ale také částečně konceptuální povahu. Kódování probíhalo po větách a odstavcích.

Následně byly jednotlivé kódy shlukovány do vynořujících se témat. Tento postup jsem prováděla u každé respondentky zvlášť, avšak zahrnula jsem do něj již všechny rozhovory, které s respondentkou byly realizovány. „*Cílem této fáze je přetavit předchozí poznámky do výstižných témat, která zachytí esenciální kvalitu respondentovy zkušenosti*“ (Čermák et al., 2013, s. 19).

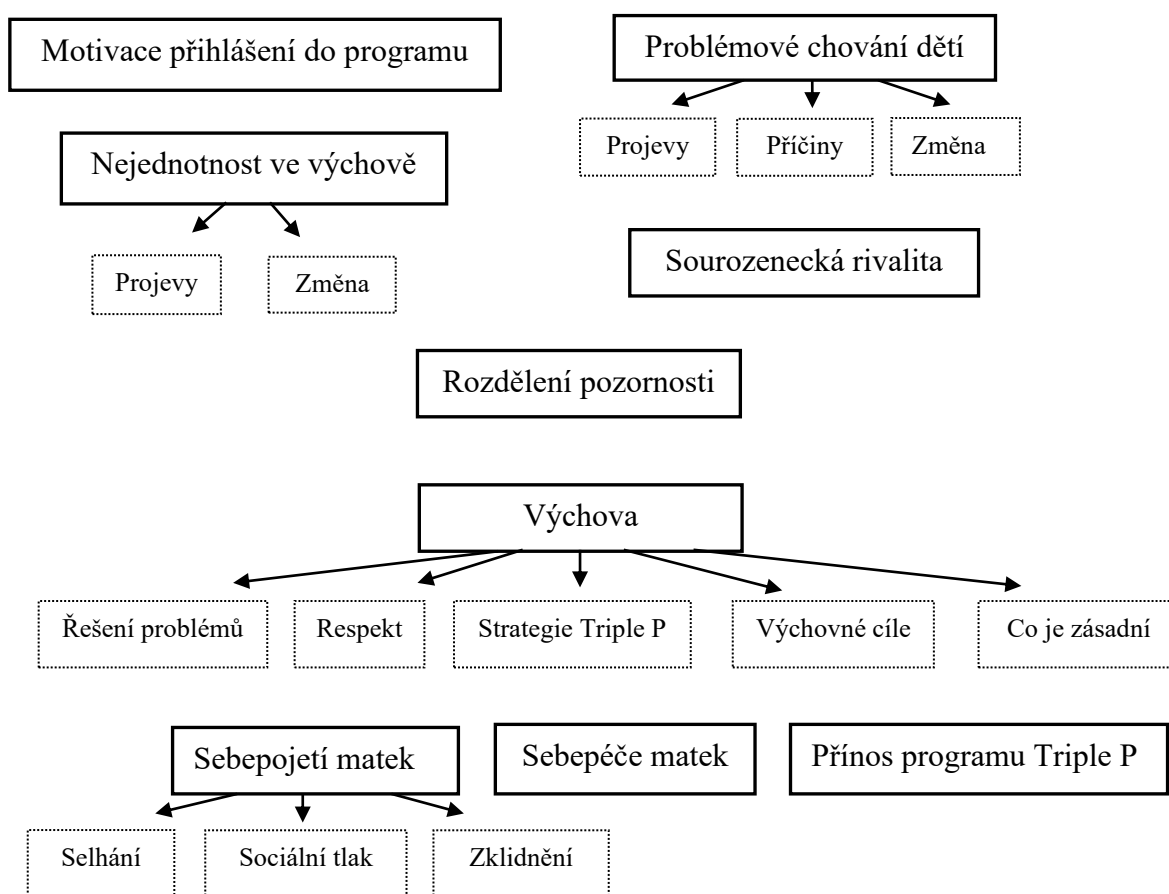
Témata byla poté dále mapována, propojována a tříděna podle jejich důležitosti. Některá témata byla propojena nadřazeným pojmem, jiná byla na základě nízké významnosti vyřazena.

Po uspořádání témat byla analýza posunuta na vyšší úroveň, kde došlo k porovnávání témat napříč jednotlivými zkušenostmi všech respondentek. Následně byla vybrána ta témata, která se jeví jako klíčová. U těchto témat byly analyzovány podobnosti a odlišnosti

v kvalitě napříč individuální zkušeností matek. Dále byla také u každé matky sledována změna kvality témat, která se během opakovaných rozhovorů objevila. V grafu 3 jsou prezentována témata, jež byla vybrána jako klíčová. Tato témata budou více rozebrána v dalších kapitolách.

Graf 3

Klíčová témata



13. Presentace a interpretace dat

V následující kapitole bude zachycen průběh programu Triple P a zároveň budou prezentována data vztahující se k identifikovaným klíčovým tématům. Nejprve bude prezentována individuální zkušenost každé matky, která bude v následující kapitole srovnána se zkušeností dalších účastnic s cílem nalézt společné fenomény.

13.1 Průběh programu Triple P

V této podkapitole budou prezentována data získaná v rámci zúčastněného pozorování. Některá data z pozorování budou rovněž zachycena v následujících podkapitolách vztahujících se ke klíčovým tématům.

Program probíhal pod vedením dvou akreditovaných lektorek, přičemž jedna z nich byla výrazně v popředí. Původně bylo přihlášeno 8 účastníků, ale program dokončilo pouze 5, přičemž 1 se neúčastnil telefonických konzultací. V průběhu všech setkání byla použita videa, která obsahovala teoretický rámec k dílčím strategiím. Klíčové informace byly následně vypíchnuty v prezentaci, která byla v průběhu setkání promítána. Každý rodič rovněž obdržel pracovní sešit, ve kterém je zachycen teoretický rámec doplněný o cvičení určená k nácviku prezentovaných strategií. V průběhu setkání byl kombinován výklad s praktickým nácvikem. Nácvik probíhal v menších skupinách či v rámci celé skupiny. Na konci setkání byl vždy zadán úkol, který účastníci měli do příštího setkání splnit. Ne vždy účastníci úkol splnili. V pracovním sešitu jsou kapitoly strukturované tak, že každému setkání je přiřazena jedna kapitola. Tato struktura nebyla dodržena a některá témata byla řešena až později. Na konci čtvrtého setkání však bylo probráno vše, co mělo.

V průběhu programu je vyžadována aktivní účast a dochází k podpoře sdílení mezi účastníky. Každé téma, které účastníci přinesli, bylo akceptováno. Lektorky zaujímaly postoj průvodce a účastníkům neradily. Když některý účastník vznesl dotaz, jak řešit specifickou situaci, byl dotaz obrácen zpět k tazateli. Konkrétně to znamená, že lektorky se tazatele dotázaly, jakým způsobem by danou situaci mohl vyřešit. Případně jej motivovaly k využití osvojených strategií či podporovaly hromadnou debatu v rámci skupiny. Aspekt sdílení všichni účastníci hodnotili velmi pozitivně.

Paní N se nezúčastnila pouze čtvrtého setkání. Při nácviku strategií byla velmi aktivní a téměř vždy se jí dařilo strategie na modelové situace správně aplikovat. V průběhu programu sdílela osobní zkušenosti spíše zřídka, přičemž reflektované situace vždy nasedaly na strategie či témata řešená v rámci setkání.

Paní J se zúčastnila pouze druhého a třetího setkání, přičemž z druhého setkání odcházela již po hodině. V rámci setkání požadovala konkrétní rady a sdílela projevy náročného chování dětí. Mezi druhým a třetím setkáním se snažila využívat naučené strategie. V rámci nácviku se jí dařily strategie aplikovat. Působila učenlivě a dařilo se jí v souladu s teoretickým rámcem prezentovat nabídku možností, jak určité situace řešit.

Paní S se účastnila všech setkání, přičemž druhého, třetího a čtvrtého setkání se účastnil rovněž její manžel. V rámci setkání měla silnou potřebu sdílet a reflektovat projevy náročného chování u jejího adoptovaného syna. Další účastnice, paní Š, jí byla často oporou. V rámci nácviku se jí dařilo strategie aplikovat. Dokonce přemýšlela o konkrétních situacích z běžného života a snažila se najít nový způsob jejich řešení. V průběhu programu byla viditelná zřetelná únava paní S, která sama několikrát zmínila, že je na pokraji zhroutení.

Manžel paní S k programu Triple P přistupoval spíše negativně. Při nácviku hledal důvody, proč daná strategie nemůže fungovat a když měli účastníci plnit úkoly v pracovním sešitě, neplnil je. Při projevu manžela byl u paní S vidět v neverbálním projevu nesouhlas, možná až vztek. V průběhu programu však u manžela paní S došlo k proměně vnímání obtíží chlapce. Během druhého setkání popisoval pouze obtíže v sourozenecké rivalitě. Postupně však reflektoval stále více obtíží a bylo zřejmé, že si dále zmiňované projevy začíná uvědomovat. Paní S během závěrečného setkání reflektovala, že jsou s manželem „*před rozvodem*.“

Paní Š během setkání nebyla příliš sdílná a její projev byl spíše stručný. Nové strategie se jí dařilo v rámci nácviku vhodně aplikovat. Zároveň reflektovala, že většinu strategií znala již před programem. Pro paní S byla celkem silnou sociální oporou a dávala jí také tipy na organizace, na které se v případě potřeby může obrátit.

13.2 Motivace k přihlášení do programu

V této podkapitole budou prezentovány motivy jednotlivých matek, které je do programu Triple P přivedly.

13.2.1 Paní N

Paní N se přihlásila do programu Triple P na základě negativní zkušenosti ze zájmové činnosti syna. Vedoucí tohoto kroužku upozorňovaly na obtíže v chování chlapce, které však paní N v rámci běžného fungování nezaznamenává. Z tohoto důvodu začala s chlapcem obcházet různé specialisty a narazila rovněž na tento program. Paní N uvádí: „*Já vlastně jsem vlastně taj do toho šla iii kvůli tomu abych zjistila eee jestli něco dělám správně.*“ Dále by chtěla objevit: „*nové finty fň*“, vyslechnout zkušenosti druhých rodičů a potvrdit si, že v tom není sama.

13.2.2 Paní J

Paní J přichází do programu Triple P z důvodu náročného chování u obou dětí. Dle matky jsou dcera se synem úplně rozdílní, což se promítá do častých konfliktů mezi nimi. Matka důvod přihlášení popisuje následovně: „*Kurz pozitivního rodičovství už je to jenom prostě že já potřebuju nákou pozitivní věc abych všechno zvládla.*“ Očekává, že: „*No doufám že to jak s těma dětma líp pracovat abych se tolik nenervovala.*“

13.2.3 Paní S

Paní S přichází do programu Triple P z důvodu problémového chování adoptovaného syna. Symptomy chlapce nasvědčují na syndrom ADHD, který byl po skončení programu potvrzen. K rozhodnutí přihlášení do programu Triple P uvedla následující: „*Protože já jsem to, odkaz na tadyhle ten kurz sem našla v článku oooo hyperaktivních dětech. Takže sem si myslela, že i se mi tady dostane náká rada jak k němu vlastně přistupovat. Nebo i třeba nákej odkaz na nákou literaturu. Nebo tak.*“ Do motivu přihlášení se také promítá strach z budoucnosti: „*A když vidim jak prostě ty výbuchy vzteku, tak já mám trošku strach, aby prostě tohleto se s nim netáhlo do dospělosti a ne nedožili jsme se toho, že ee prostě nás jednou napadne nebo že napadne někoho nebo že skončí ve vězení.*“ Dále uvádí: „*já se potřebuju jakoby zklidnit a naučit se, jak s nim pracovat.*“

13.2.4 Paní Š

Paní Š přichází do programu Triple P z důvodu problémového chování jejího syna, jenž má svěřeného do pěstounské péče. Dle jejích slov se do programu přihlásila z důvodu: „*Noo protože tím, že teďko eee něc něco jedu nebo prostě mám nákej přístup k těm dětem aa momentálně to ee je nákej rok, dva stejný. Tak se mi vždycky osvědčilo, že prostě nemůžu změnit ty děti, ale musím změnit sebe.*“ Od programu Triple P očekává, že přijde: „*na novou komunikaci formu s těma dětma. Protože ee tenkrát se mi to taky osvědčilo. Prostě začít, naučit se jinak komunikovat s těma s dětma než s tím strandardnim co máme zažitý.*“ Přála by si: „*Aby to bylo líp čitelný pro ty děti i pro mě*“.

13.3 Náročné chování

Cílem této podkapitoly bude specifikovat náročné chování u jednotlivých dětí, postihnout další kroky, které byly při řešení obtíží realizovány, zaznamenat subjektivně vnímané příčiny obtíží a také vývoj náročného chování v průběhu výzkumu. S náročným chováním se pojí i další témata, která budou více rozvedena v dalších podkapitolách.

13.3.1 Paní N

Paní N reflektuje náročné chování pouze v rámci zájmového kroužku, na který chlapec v době úvodního rozhovoru dochází. Vedoucí jí dle jejích slov: „*nadhodily jako kdyby byl. To jsem ještě v životě neslyšela, že jako mě to šokovalo, jako kdyby byl totálně nezvladatelný. Jako kdyby byl totální parchant a takhle fakt mi to takhle nadhodily.*“ Z tohoto důvodu paní N začala získávat informace od všech učitelů i vedoucích, jež s jejím synem doposud pracovali. Tato informace se jí nepotvrdila. Následně se synem absolvovala návštěvy u řady odborníků, aby měla jistotu, že chlapec opravdu není problematický (SVP, psychiatrie, neurologie, PPP).

Matka přiznává, že „*Je raubíř, když s nim neumí, ale jako dá se zvládnout.*“ A také „*je divokej no, potom když je rozjetej.*“ Z tohoto důvodu je v kolektivu nutné více hlídat hranice. Během všech rozhovorů však několikrát uvádí, že příčinou náročného chování je především nevhodně zvolený přístup k synovi. Ona sama náročné chování nevnímá. Paní N si je vědoma, že syn je schopný ostatní vyprovokovat. K tomuto se staví následovně: „*Už jenom z tohodle hlediska ho hlídám. Říkám jestli se tam najde někdo jinej, kdo mu jí*

majzne, říkám tak ho nechám. Nebudu se ho zastávat, protože vim přesně za co to bylo.“ Jako problematické se rovněž jeví neschopnost dohlédnout důsledky jeho činů.

V průběhu programu chlapec přestal chodit do zájmového kroužku, který se jevil jako problematický. Aktuálně dochází do kroužku jiného. V tomto kroužku se žádné konfliktní situace neobjevují. Zároveň v době trvání programu užíval jako doplněk stravy rybí tuk. Po skončení programu Triple P matka popisuje zlidnění syna. Zároveň však uvádí: *„Má asi nějakou pubertu.“* Chlapec v některé dny: *„To je ,frká‘. A já dobrý. Za chvíli ,Pájí prosím tě skočil bys pro něco.‘ ,(vzdychá a frká)‘. A já ,bože‘.“* Dále má někdy tendenci vymezovat si vlastní hranice a jednou v rozhovoru s matkou zatnul a pohrozil pěstí, za což jej matka důrazně pokárala. Vzhledem k tomu, že se u chlapce závažnější problémy v chování v přítomnosti matky neobjevují, změna v této oblasti je spíše minimální.

13.3.2 Paní J

V rámci úvodního rozhovoru reflektuje výbuchy vzteku syna, které eskalují až do fyzické agrese ze strany syna. Po afektivním stavu: *„Přijde pak nákej ten moment toho když to řeknu osvícení jakoby za hodinu. Že si uvědomí, co se vůbec stalo.“* Se záchvatem vzteku se u syna setkala celkem třikrát, z toho jednou se projevil ve škole. Poslední se objevil v červnu či červenci roku 2023. Z tohoto důvodu se paní J objednala na konzultaci do SVP ještě před začátkem programu Triple P, na kterou však zapomněla dorazit. Dále syn paní J odmlouvá. Náročné chování se většinou projevuje v kontaktu s jeho sestrou. Chování sestry vnímá paní J jako možnou příčinu náročného chování syna. Matka rovněž reflektuje odmítání docházení do školy, kde zažívá častý neúspěch. Jako problematický se jeví vztah k dívkám. Matka uvádí: *„Holky úplně nesnáší. To mi pořád říká. Za prvý že jsou prý chytřejší což mám za to že má z důvodu tý Hany naší. A za druhý prostě že to že tráví většinu času maminka, ségra, babička, druhá babička.“*

V druhém rozhovoru reflektuje paní J zklidnění u syna. Od úvodního rozhovoru se neobjevily žádné záchvaty vzteku. Se synem absolvovala jak konzultaci v SVP, tak vyšetření u psychiatricky. Matka uvádí: *„vlastně z toho psychiatrickýho hlediska je všechno v pořádku. A pouze to předčasné zaškolení, že dává velkej problém. Tim pádem že se z toho mohou odvíjet i další. Takový to neposlušnost, nechci chodit do školy. Vztekání a*

podobně. Protože ty spolužáci to uměj, on ne a teď je z toho...“ V závěrečném rozhovoru uvádí, že synovi hrozí opakování ročníku a čeká na termín vyšetření v pedagogicko-psychologické poradně.

Dceru popisuje paní J následovně: „*Ona je taková hodně hyperaktivní, furt všechno dělá, nejde unavit.*“ Dále také zmiňuje: „*Jelikož ona je taková furt u mě a... Já nevím jak bych jí přesně popsala, ale opravdu tam nedá nikomu ten životní prostor. Ani mně ani manželovi, nikomu.*“, „*Když to tak řeknu tak strašně vlezlá furt (řčeno zoufale). Mám jí furt po mě leze furt něco to.*“ Náročné chování se objevuje především ve vztahu s matkou, ale někdy je znatelné i v kontaktu s otcem. V mateřské škole se obtíže neobjevují. Má tendenci matce často odmlouvat. Jeví se jako velmi dominantní a tvrdohlavá. Dále matka uvádí, že dcera má: „*hodně bujnou fantazii*“ a v mateřské škole prezentuje smyšlené příběhy, které matku i otce dostaly do velmi nepříjemné a závažné situace.

V druhém rozhovoru zlepšení u dcery reflektováno není, avšak v závěrečném rozhovoru paní J zmiňuje, že konfliktů mezi ní a dcerou je aktuálně méně než dříve a konfliktní situace nejsou tolik závažné. V závěrečném rozhovoru zmiňuje, že s dcerou absolvovala konzultaci ve středisku výchovné péče. Paní J uvádí: „*Ona mi řekla, že prostě je opravdu velice aktivní a neposlušná. Takže kdyby náhodou, tak by tady musela zůstat.*“ Dcera se pobytu v SVP bojí. Aktuálně čekají na psychiatrické vyšetření.

13.3.3 Paní S

V rámci úvodního rozhovoru paní S reflektuje celou řadu obtíží v chování u adoptivního syna. Chlapec je velmi impulzivní a není schopen dohlédnout důsledky svých činů. Dále je také nesamostatný a je nutný trvalý dozor dospělé osoby. Neustále vyžaduje pozornost druhého a u žádné činnosti dlouho nevydrží. Matka musí být stále o krok napřed. Chlapec se často staví vůči matce do opozice a mívá záchvaty vzteku, při kterých se agresivně projevuje vůči matce a staršímu synovi. Někdy záchvat eskaluje až do fyzické agrese. V kontaktu s otcem se záchvaty vzteku neobjevují. Matka dále uvádí: „*My nemůžeme jít na návštěvu, my nemůžeme jít do krámu, protože on vletí do krámu a je tam velká voda prostě jo. Na návštěvu, kde nejsou děti, to prostě nemůžeme jít, protože mmm prostě by zboural barák jo.*“ Obtíže se objevují také ve školce.

V rámci úvodního rozhovoru jako příčinu obtíží vnímá problém v komunikaci a problém ve vlastní osobě. Následující výpověď se objevuje v úvodním rozhovoru několikrát: „*Já si uvědomuju, že ten problém je na mojí straně. Že já hnedka prostě vyletim.*“ V podobné konotaci se nese i další předložená výpověď: „*Zase já si uvědomuju, že to je moje chyba. Že já jsem, já jsem takovej perfekcionista prostě kterej. Mně vadí, že přijde z toho venku a je opravdu prostě špinavej.*“ Dále zmiňuje složitou rodinnou anamnézu chlapce, která není známá, a také fakt, že chlapec se narodil s abstinenčními příznaky. Jako možnou příčinu problémů vnímá dále nejednotnost ve výchově a nepříjemnou atmosféru v domě.

V druhém rozhovoru matka zmiňuje, že absolvovala sezení v rámci kineziologie, které jí dle jejích slov pomohlo zvědomit si, že její vlastní impulzivita a podrážděnost je živena negativními zážitky spojenými s procesem adopce, které následně znesnadnily proces přijetí chlapce. To by dle jejího mínění mohlo podporovat projevy náročného chování. Dle jejích slov: „*Já jsem to i říkala, že tam to bylo od začátku š š všechno špatně nastavený. A to je možná i důvod, proč eee proč on má takovýhle výbuchy jako vztekuu, agresivity. Noo. Samozřejmě to to onemocnění to on má. To nevyimizí, nevyimizí a prostě je potřeba ho řešit.*“ Dále také uvádí, že: „*Ono třeba i spoustu těch problémů si myslím, že to jako vyžívovalo tím, že já jsem všude chodila a všude jsem to říkala a všichni nás odmítali jako.*“ Oproti prvnímu rozhovoru již příčiny náročného chování hodnotí jako „*nemoc*“ s tím, že čekala na psychiatrické vyšetření.

V druhém rozhovoru popisovala lehké zklidnění chlapce oproti původnímu stavu s tím, že jeho chování je velmi proměnlivé a není si jistá, zda je změna trvalá.

Závěrečný rozhovor proběhl po psychiatrickém vyšetření. Chlapci bylo diagnostikováno ADHD a nastavena medikace. Oproti stavu reflektovanému v úvodním rozhovoru je chlapec mnohem klidnější, snížila se míra impulzivity a je o něco samostatnější. Dokáže déle vydržet u jedné činnosti. Zlepšila se také grafomotorika. Záchvaty vzteku se objevují maximálně jednou týdně. Chlapec je schopen respektovat nastavená pravidla. Zlepšení se projevilo také ve školce. Chlapec dokonce zvládne docházet do zájmového kroužku a přespal u svých kamarádů. Paní S uvádí, že: „*Ted' bych řekla, že ted' jsme jako spokojený. Tím že i on se jako uklidnil, že se eliminovaly náky ty*

jeho projevy. Já jsem se uklidnila. Takže jsme tak nějak všichni v klidu doma. Takže už je to takový jako normální.“

13.3.4 Paní Š

Paní Š uvádí, že syn svěřený do pěstounské péče je někdy agresivní, nezvládá náročné situace a objevují se u něj záchvaty vzteku eskalující až do fyzické agrese. Zároveň také často lže. Tyto projevy jsou znatelné v následujícím výroku matky: *„Syn je prostě afektověj, agresivní vůči všemu. Něco mu nejde, hned s tím bo hodí, rozbije. Pak řekne, že to bylo. Jo.“* Ve škole dochází k fyzické agresi ze strany chlapce. Obtíže se objevují také v zájmových kroužcích, ze kterých bývá často vyloučen. Dále uvádí: *„Nejsem schopna sch ho přesvědčit k tomu, aby jako uznával nějaký autority. Jo. Aby prostě respektoval ty dospělí.“* Paní S rovněž zmiňuje: *„Bohužel potřebuje mít ten dohled permanentní. Jo. Ten jakoby prostě ten. Tam tam jakákoliv jakýkoliv moje zaváhání je odměněno krokem krokem zpátky a začít znova.“*

Příčinu obtíží chlapce paní S vnímá ve dvou rovinách. Uvádí *„když jsme si ho vzaly ee tak neuměl mluvit. Byl na plenách eee dávali dávali mi ho jako vlastně lehko lehce mentálně postiženého. Ale vlastně tou prací jsme zjistili, že byl akorát ee že to byla zanedbaná péče.“* Jeho vývoj je stále opožděný. Zároveň je také negativně ovlivňován biologickým otcem, který chlapce proti paní S často poštává. Chlapec svého otce vnímá jako svůj vzor, v důsledku čehož vznikají konflikty mezi ním a paní S. Toto reflektuje následující výrok: *„No a vlastně a od té doby je to v prčících. Protože jak ten Jíra viděl prostě že ten táta proti mně vstartoval. Joo. On tam získal úplně jinej vnitřní hlas, získal úplně jinej náhled a. Na ženský se řve.“*

V druhém rozhovoru paní S zmiňuje hospitalizaci biologického otce, v jejímž důsledku se chlapec s otcem téměř nevidá. Chlapec si zároveň začíná všimnout chyb otce a otec pro něj přestává být dokonalým vzorem. Oproti úvodnímu rozhovoru došlo k celkovému zklidnění situace a ke snížení náročného chování. Chlapec přestal mít konflikty ve škole, a dokonce byl pozván na narozeninové oslavy spolužáků. Paní S jako příčinu změny vnímá oslabení vlivu biologického otce.

Závěrečný rozhovor z důvodu ukončení komunikace ze strany nebyl realizován.

13.4 Nejednotnost ve výchově

Tato podkapitola je věnována nejednotnosti ve výchově. Zaměřím se na specifické projevy v každé rodině a zároveň také na posun, který se v dané rodině objevil.

13.4.1 Paní N

Paní N zmiňuje, že právě odlišný přístup okolí k jejímu synovi je častým zdrojem konfliktů. Ona je schopna se svým synem fungovat bez větších problémů, avšak například otčím i jeho otec pracují s chlapcem odlišným způsobem a důsledkem toho se poté některé projevy náročného chování objevují. Rozdíl ve výchovném stylu lze zachytit v následujícím výroku: *„Jo já jsem prostě autorita a ty pojedeš (postoj otčíma a jeho otce). Já tohle nemám třeba ráda, když to někdo dělá mně, protože já to lidem taky nedělám.“* Dále také uvádí: *„Já mám spíš problém s těma chlapama než s tím Pájou. Jo. S Pájou fungujem. Joo. Tam to funguje.“* U otčíma negativně hodnotí nekonzistentnost ve výchově a nerespektování potřeb chlapce. Důsledkem jsou nejen projevy náročného chování chlapce, ale také konflikty mezi paní N a otčím. Vzhledem k vysoké potřebě kontroly paní N vždy konflikt končí ku prospěchu jejího přístupu.

Vztah mezi otčím a chlapcem je spíše pozitivní, avšak občas je paní N vnímá jako rivaly. Dokonce zmiňuje: *„A někdy opravdu si v sobě v té hlavě řeknu, že jednou možná budu sama. Kvůli Pájovi (syn). Protože ho vydupe toho Mílu (otčím). Joo. Ale třeba ne. Třeba to Míla vydrží. Joo.“*

Nejednotnost se v čase příliš nemění. Ač paní N otčíma s obsahem programu Triple P pravidelně seznamovala, otčím většinou získané informace zapomíná. Díky programu Triple P však začal chlapce častěji chválit. Dále paní N uvádí: *„Ale už polevujou. Chlapi doma. Joo. Taky vidím někdy, že polevujou. Že to není už jenom o tom řvání.“*

Zajímavé je, že ač odlišnost v přístupu často reflektuje a zároveň skrz ní problémové chování vysvětluje, v druhém rozhovoru zmiňuje: *„Já si myslím, že v dnešní době, lidi co mám kolem sebe. Je strašně těžký udělat tam tu v té rodině. Myslim si, že je to jak když u nikoho funguje, tak je snad vzácněj.“* V úvodním rozhovoru však na otázku, co je ve výchově zásadní, uvádí: *„Určitě určitě jako nastavit ty hranice. A abysme je dodržovali. Abysme je prostě dodržovali oba. Abysme se shodli na tom na tom postupu.“*

Ee na tom přístupu k němu.“ a v závěrečném rozhovoru uvádí: „Já si myslím, že by měly souhlasit rodiče. Měly by mít stejnej názor na určitou věc. Na výchovu. Aspoň podobnej. Nebo si najít nějaký kompromisy když už. Joo.“

13.4.2 Paní J

Také paní J vnímá nejednotnost ve výchově jako příčinu náročného chování dětí. Jelikož otec přijíždí domů pouze na víkendy, objevuje se u něj tendence děti rozmazlovat. Po příjezdu nerespektuje pravidla a tresty, jež paní J nastavila. Tento problém reflektuje následující výrok: *„Že opravdu mu řeknu oni zlobili, oni nic ale on je ‚Já je vidim jenom o víkendů, já si je trochu rozmazlim‘ ale už nevidí co já pak tady mám v tejdnu.“* Na základě nejednotnosti poté vznikají konflikty i mezi paní J a jejím manželem: *„No a pak když už to řeším s nim tak se pak hádáme, že já jsem blbá a... že tomu nerozumím a takový.“*

Paní J obsah programu Triple P s otcem nesdílela. Jelikož však otec strávil s dětmi delší čas, v oblasti nejednotnosti došlo k posunu. Zlomová byla následující situace: *„Haňule (dcera) tam zlobila, říkám ‚Haňule nech toho.‘ Ona že ne, že ne a říkám ‚Haňulko říkám přestaň nebo přijde táta a už uvidíš.‘ Říkám ‚on tě srovná‘. No a on zrovna vlez do dveří a ona mi odpověděla ‚Ne já mu něco řeknu a uvidíš ty.‘ No a v ten moment on zjistil, že ta Haňule na mě jako hodně de i přes něj a to už byla jako konečná a...“* Od této situace, která byla reflektována v druhém rozhovoru, otec začal respektovat přístup paní J a přestal děti rozmazlovat. Zároveň začal aplikovat přístup: *„něco za něco“*. Tento stav trvá i během rozhovoru závěrečného.

13.4.3 Paní S

Dle paní S je nejednotnost ve výchově, ale také v pojmání obtíží chlapce, zásadním problémem. Paní S uvádí, že její manžel problém nevnímá. To potvrzuje následující výrok: *„Že on ten problém nemá. Že ten problém mám já. Protože von se mnou, malej se mnou jako nekomuniku. Malej je na mě takovej, na něj takovej není že jo. Takže jakoby mně přijde, že říká jakoby ‚Ty máš ten problém, tak si to di vyřešit.‘“* Z tohoto důvodu paní S manžela částečně donutila program Triple P také absolvovat. Programu se účastnili společně. Odlišnost v přístupu byla viditelná i během setkání v rámci programu. Manžel paní S často během sezení zaujímal odmítavý postoj. V rámci druhého setkání popisoval

pouze obtíže v sourozenecké rivalitě. Během dalších setkání však začínal pomalu pojmenovávat i další obtíže, které se chlapce týkají.

Před začátkem programu Triple P paní S zmiňovala, že: „*Oni spolu vycházej velice dobře, ale je to z toho důvodu, že on mu všechno koupí, všechno dovolí.*“ Paní S tedy v rodině se synem dělá pro něj nelibé činnosti a zároveň lpí na dodržování určitých pravidel. Oproti tomu otec po synovi nic nechce a vždy mu vyjde vstříc. Dále otec synovi i přes domluvu s paní S tajně dovoloval zakázané věci. Tato nejednotnost následně vyvolávala konflikt jak mezi paní S a synem, tak mezi paní S a manželem.

V dalších rozhovorech však paní S popisuje posun. Manžel si uvědomil, že problémy chlapce jsou objektivní a zapojil se do jejich řešení. Začal více respektovat nastavená pravidla. Avšak dle paní S celkem dlouho trvalo, než se dohodli na nějakém kompromisu. Na otázku, zda paní S zaznamenala u manžela změny i ve výchovném přístupu, odpověděla v druhém rozhovoru následovně: „*Já si myslím, že někdy, ne úplně velká, jako je tam. Je tam ta změna. To určitě.*“

13.4.4 Paní Š

U paní Š se nejednotnost ve výchově projevovala specifickým způsobem. Syn v pěstounské péči tráví většinu času s paní Š, která jej primárně vychovává. O víkend však syn bývá v intenzivním kontaktu s biologickým otcem, od kterého, dle paní Š, přejímá negativní postoj ke světu. Tento aspekt byl následně zdrojem častých konfliktů.

V průběhu programu Triple P byl biologický otec hospitalizován, čímž intenzita kontaktu poklesla. Dle paní Š právě díky snížení vlivu biologického otce došlo k celkovému zklidnění situace se synem. To potvrzuje následující výrok: „*Nooo a u toho Jíříčka aby přestal dělat tydlety naschvály, což defakto defakto taky odeznívá. Joo. Ale říkám neodeznívá to nějakou změnou přístupu, ale odeznívá to úbytkem toho vlivu...*“

13.5 Sourozenecká rivalita

Tři matky ze čtyř vychovávají celkem dvě děti a všechny popisují pro ně zásadní obtíže v sourozenecké rivalitě mezi dětmi. V této podkapitole zachytím konfliktní situaci v dílčích rodinách a zároveň případnou změnu, která se v této oblasti objevila.

13.5.1 Paní J

Paní J vnímá, že příčinou obtíží v sourozeneckém vztahu je odlišnost v charakterech dětí. Syn je více uzavřený, klidnější, a ne tolik sociálně aktivní. Je raději sám a má rád svůj prostor. Oproti tomu dcera je velmi energická a sociálně velmi aktivní. Paní J toto popisuje následovně: „*Mně se vlastně zdá, že vlastně největší příčina je dcera, která mu nedá ten prostor. Tu možnost se vyjádřit, být chvíli sám.*“ Starší syn však zpočátku dceru přijímal bez větších obtíží: „*Když se malá narodila bylo to v pořádku. Do té doby právě než to začalo okolo toho roku, roku a půl, kdy se začalo vyjadřovat, projevovat.*“ Paní J uvádí, že sourozenci nemohou být vůbec spolu sami. „*Perou se, hádají se, nadávají si, uráží se. Je to vlastně otevřou sotva oči, už se pošťuchují, už se perou, pohádají. Není chvíle kdy by to...*“ Dle jejích slov spolu dokážou vyjít zhruba jednou za měsíc.

V druhém rozhovoru paní J reflektuje změnu přístupu chlapce. „*No pořád se hádají ale už jako je to takový že zase on to praktikuje i na ní třeba to ignorování. Jako křičí, ječí tak si ječ, křič...* Já tě budu ignorovat.“ Tento přístup pomáhá chlapci zůstat více v klidu, což se projevuje drobným zlepšením vztahu z jeho strany.

V závěrečném rozhovoru paní J zmiňuje: „*No Kája mi přiznal, že jí má rád, ale rozčiluje ho, jak pořád mluví, jak pořád něco dělá, furt se s nim chce obímat. A právě na to navazují pak, že se ve finále perou. Že ona s nim chce být jakoby víc. Jako třeba se mnou. Jenomže on nechce. On chce mít ten svůj klid no a pak se poperou, pohádají.*“ Aktuálně se sourozenecké konflikty dle paní J objevují méně často než dříve a většinou se týkají ne tak zásadních věcí. Po zákazu veškerých technologií od paní J dokonce syn inicioval hru s jeho sestrou.

13.5.2 Paní S

Paní S uvádí, že po osvojení biologický syn adoptovaného syna přijal bez větších obtíží. Před programem Triple P byl však jejich vztah velmi konfliktní. Bylo období, kdy oba synové společně nemohli sedět ani na gauči nebo u jídelního stolu. Na dovolené či výlety jezdí zvlášť, protože za prvé je problematické naplánovat takové aktivity, které budou bavit oba. Za druhé by celou dobu museli urovnávat konflikty synů. Ve výjimečných případech jsou schopni spolu zůstat sami doma, než se matka vrátí z nákupu

či jít společně na chvíli na hřiště. Dále také zmiňuje: „řekla bych, že ten menší vidí, že ten starší syn je na mně dost jako vázanej a řekla bych, že jestli vychází ze žárlivosti. Nevím. Ale právě on vůči mně má takovýdle výpady a vůči tomu staršímu zároveň taky.“ Z úvodního rozhovoru vyplývá, že starší syn má dobrý vztah pouze s matkou a vzhledem k tomu, že s ním nejsou obtíže a adoptovaný syn je náročný, je často mimo pozornost rodičů. Pošťuchování adoptovaného syna by tedy mohl být rovněž projev žárlivosti syna biologického.

V závěrečném rozhovoru paní S reflektuje velmi výrazný posun v této oblasti. Starší syn se aktuálně mnohem více zapojuje do rodinného fungování, a dokonce dobrovolně a pravidelně tráví čas s adoptovaným synem. Dále také projevuje zájem o volnočasové aktivity adoptovaného syna.

13.5.3 Paní Š

V počátcích byl vztah adoptované dcery a syna v pěstounské péči bezproblémový. Dcera chtěla o syna pečovat a často si spolu hráli. V úvodním rozhovoru však paní Š popisuje jejich aktuální vztah jako velmi konfliktní. „Právě tím, že ee von eště není dozrálej k tomu, aby jí nechal na pokoji. Ona už chce mít klid. Takže do sebe furt permanentně šijou. Takže já se snažim dělat takovej ten rozdělovník, aby voba dva měli svůj klid. A pokud možno si ho nenarušovali no.“. Z tohoto důvodu jsou obtížné rovněž výlety či dovolené, jelikož paní Š musí neustále sledovat, zda nějaký konflikt nevzniká. Dále také zmiňuje: „Aaa chtěla bych to ňák jako. ňák zapracovat, aby to, aby to nebylo tak jakoby, že voni jsou oba dva takoví sobečkové. Joo. Takže tam když se zabejčej oba dva, tak. Tak je to pak náročný.“

V druhém rozhovoru paní Š reflektuje drobnou změnu. Syn se aktuálně snaží o náklonost sestry, která mu poskytla finanční prostředky na zaplacení jeho přání. Dle slov paní Š ze strany syna: „Skončily takový jakoby ty ty velký naschvály jako skončily.“ Dcera však jeho snahu přehlíží: „Ona je prostě jako držák jo. Mu to furt připomíná. Říkám. (Smích) Oni si nesou ty svoje křivdy jo a furt furt je omílaj dokola jo.“ Pro zlepšení sourozeneckého vztahu je dle mínění paní Š potřeba následující: „Já potřebuju ted'kon jako aby se ta aby ta Evča trošku, aby s nim začala komunikovat. Protože ona má pocit, že když

ho bude ignorovat, takže to je vlastně fajn. Joo. A ona chce, aby on ignoroval jí, ale prostě potřebuju, aby prostě něk odeznenly tadyhlencty puber pubertální...“

13.6 Rozdělení pozornosti

U matek, jež pečují o dvě děti, se v průběhu sběru dat objevilo zásadní téma týkající se rozdělení pozornosti mezi obě děti. Specifická podoba je zachycena v dalších podkapitolách.

13.6.1 Paní J

Paní J v úvodním rozhovoru reflektuje, že její dcera je velmi kontaktní a vyžaduje od ní neustálou pozornost. Z toho vyplývá, že následně nezbývá tolik prostoru pro věnování pozornosti synovi. Po konfliktu dětí se však snaží s každým vždy promluvit zvlášť a danou situaci s ním probrat. Po příjezdu otce ze zahraničí vždy vyžadují jeho pozornost oba.

V závěrečném rozhovoru však uvádí, že nově začali děti o víkend rozdělovat. Vzhledem k vysokému zájmu o otce z obou stran docházelo ke konfliktům mezi sourozenci. Nyní však každý jednu noc z víkendu sám přespává u babičky či jiných rodinných příslušníků, díky čemuž vzniká prostor pro pozornost otce i matky pouze jednomu dítěti. Dítě si tak během této chvíle může nasytit své potřeby. Neděli tráví opět společně jako rodina.

13.6.2 Paní S

Jak již bylo zmíněno výše, starší syn zpočátku trávil většinu času spíše sám, jelikož náročnost adoptovaného syna vyžadovala neustálou pozornost rodičů. Avšak i přesto s ním paní S jezdila zvlášť na poznávací zájezdy či různé výlety. Po absolvování programu Triple P paní S došla k následujícímu zjištění: *„A taky vlastně díky tajtomu kurzu eee jsme si uvědomili, že je potřeba víc jako toho staršího jednak zapojit do činnosti, aby byl i v kontaktu s tím malým, ale i jako mu vyčlenit víc času jenom pro něj.“* V důsledku toho aktuálně tráví každý z rodičů se starším synem alespoň hodinu týdně zvlášť. Tím vznikl prostor pro rozhovor, během kterého syn hovořil následovně: *„Řek mi, stejně jako ten malej, tak mě překvapil a on mi řek 'Já bych ho klidně vyzvedával. Ale vy ste mi nedali tu důvěru jako.' Joo. Tak to sem byla jako docela překvapená.“* Věnování pozornosti

staršímu synovi a snaha o jeho zapojení se v tomto případě jeví jako klíčová pro zlepšení sourozeneckého vztahu.

13.6.3 Paní Š

Paní Š věnovala dětem zvlášť pozornost již před začátkem programu Triple P. V rozhovorech reflektuje potřeby každého dítěte zvlášť, které se snaží individuálně naplňovat. Důležitost věnování pozornosti každému dítěti zvlášť vystihuje následující výrok: „*A zase potřebuju, když ta Nelča dostane jakože se chce večer učit, tak potřebuju mít jako aby ten Jiřa neměl pocit, že ho šidim. Jo. Takže tím, že Jiřovi se věnuju přes den a holce potom večer, tak...*“

13.7 Výchova

V této podkapitole se zaměřím na výchovné strategie matek, které využívaly ještě před programem Triple P a také vystihnou změnu, která se po programu Triple P objevila. Rovněž se zaměřím na integraci nových výchovných strategií do výchovného stylu matek.

13.7.1 Paní N

V úvodním rozhovoru paní N uvádí, že v rámci výchovy se snaží svému synovi vše vysvětlovat. To znamená, že vysvětluje, proč se určitým způsobem má a nemá chovat. V případě, že chlapec nechce poslechnout, nabádá jej, aby vyzkoušel dané pravidlo porušit a zjistil, co se poté stane. Tento postup vysvětluje následujícím výrokem: „*Jestli se mu tam něco stane, může si za to sám.*“ Pokud potřebuje paní N syna zklidnit v kolektivu dětí, odvádí jej pryč do ticha, kde vnímá pouze matku. Zásadní je oční kontakt. Do kolektivu se vrací až ve chvíli, kdy se zklidní. V případě, že daná situace překročí únosnou hranici, paní N křičí. Paní N toto popisuje následovně: „*Ježiš tak to má vidět, to má ten strach v očích. Už ví že máma ječí jo. A říkám ,Tak todle ne.‘ Říkám ,Todle už nikdy nedělej nebo si mě nepřej. Todle dělaj hnusný děti.*“ V případě, že otčím řeší se synem problém, u kterého paní N nebyla přítomna, do řešení nezasahuje.

V dalších rozhovorech paní N rovněž reflektuje vysvětlování a křik. Zároveň dodává, že po poslední konfliktní situaci se chlapec přišel omluvit, ale vyžadoval omluvu také od matky. Omlouvá se prý pravidelně, avšak matka si není jistá, zda rozumí tomu, že omluva nestačí. Paní N také uvádí, že důležité je jít dětem příkladem. V závěrečném

rozhovoru se zamýšlí nad výchovou jejích rodičů a uvažuje, že by syna chtěla více podpořit v tom, aby si drobné obtíže řešil sám. Na druhou stranu však chce docílit toho, aby se jí nebál svěřit.

Paní N se v průběhu všech rozhovorů dotýká tématu respektu. „*Já bych ho chtěla hlavně přijmout takovej jakej je a brát ho v pohodě.*“ V rozhovorech se ukazuje, že paní N zvládá pojmenovat dílčí potřeby a specifické rysy citlivého chlapce. Zmiňuje, že dokáže akceptovat jeho rozhodnutí a nerada by ho do něčeho tlačila. Dále je také schopna jeho potřeby respektovat a přizpůsobit se jim. Na druhou stranu je zřejmá vysoká míra potřeby kontroly ze strany paní N a občas obtížné přijímání odlišností mezi ní a chlapcem.

Respekt se také promítá do výchovných cílů paní N. Výše zmíněný výrok byl odpovědí právě na otázku z úvodního rozhovoru, která byla zaměřena na výchovný cíl. K výroku dále dodává: „*Že někdy s nim fakt jako mám... mám představy jakej by měl bejt. Měl by bejt jako já. Což je dost těžký že jo. Každěj jsme jinej. Ale spíš bych se chtěla naučit jakoby ho brát takovej jakej je. Jó. Nedělat si z toho hned hlavu a nebejt z toho smutná.*“ V úvodním rozhovoru také zmiňuje, že se snaží aby: „*Aby neplakal, aby s náma mluvil, aby byl otevřenej, když se něco děje.*“ V druhém rozhovoru paní N opět zmiňuje, že by byla ráda, kdyby byl syn takový jako je ona. Dále uvádí, že by ho ráda dovedla k tomu, aby: „*aby moje dítě bylo připravený prostě do života. Aby umělo hospodařit s korunkama. Aby umělo komunikovat a pracovat s druhýma.*“ V závěrečném rozhovoru uvádí, že jejím výchovným cílem je, aby byl chlapec v dospělosti samostatný, zvládal i složité situace a nespolehal se ve všem na ostatní. „*Co si sám neuděláš, nemáš.*“

Z programu Triple P začala vědomě využívat tabulku dobrého chování a zároveň nastavila pravidla pro dětské návštěvy. Pravidla jsou vyvěšena v dětském pokoji. Paní N i otčím se snaží chlapce častěji chválit. Z rozhovoru dále vyplývá, že si je paní N vědoma chlapcovo potřeby oznamovat požadavky s větším předstihem, jelikož chlapec není schopen fungovat pod tlakem. Zde tedy uplatňuje pravidlo, které se rovněž využívá v rámci programu Triple P. Již od úvodního rozhovoru také instrukce předává s navázaným očním kontaktem. Sama hodnotí, že prostředí syna je bezpečné a rozvíjející. V druhém rozhovoru zmiňuje, že by ráda do výchovy zařadila příležitostné učení, avšak do závěrečného rozhovoru k aplikaci nedošlo. Paní N zmiňuje, že ne všechny strategie může

do výchovy zařadit: „*Tak jsem je tam fakt pravda, že je to ee rozdělený podle věku. Jó. Že určitá prostě ta věc nefunguje na moje dítě, ale už je to kvůli, že mu je 8 a už mu nejsou 4.*“ Pracovní sešit se strategiemi má na viditelném místě, aby do něj v případě obtíží mohla nahlédnout.

Na otázku, co je ve výchově zásadní, paní N v prvním rozhovoru uvádí: „*Já si myslím, že je důležitý, aby to dítě vědělo, že má doma oporu. Že tam je ta láska.*“ K tomu dále doplňuje, že jsou důležité hranice, které by dítě mělo dodržovat. V druhém rozhovoru zmiňuje, že zásadní je vzájemná důvěra, aby se chlapec mohl spolehnout na ni a ona na chlapce. Toto následně více specifikuje: „*Pomáhat si. Nebejt na sebe zbytečně ošklivý, ale to člověk neovlivní, podle toho jak se vyspíte. Hlavně ta důvěra no v tý rodině. Takový to zázemí. Takový to vim že někam patřím. Že sem někde doma. Je to doma fajn a sem doma rád.*“ V závěrečném rozhovoru však dochází k obratu, kdy říká, že zásadní je pouze to, „*že by měly souhlasit rodiče. Měly by mít stejnej názor na určitou věc. Na výchovu. Aspoň podobnej. Nebo si najít nějaký kompromisy když už.*“

13.7.2 Paní J

Paní J se snaží během výchovy snaží dané situace dětem vysvětlovat a zároveň převádět důvody do jiných kontextů. „*Tak jim to zkouším vysvětlovat že to i vlastně manžel že když si nebude plnit povinnosti s tím že nebude chodit do práce, nebudou koruny, nebudou si mo dovolit hračky, jídlo, sladkosti. Nebudou, nebudeme bydlet tam kde bydlíme a takhle.*“ V úvodním rozhovoru dále uvádí, že do výchovy zařazuje jak odměny, tak tresty. V případě, že je situace závažnější, křičí a někdy se uchýlí k fyzickým trestům. Častým zdrojem konfliktů je odmítání uklízení pokoje. „*Opět když to neudělají následuje nějak ten, ale oni věděj zase, že já jim to pak uklidim. Že už to nevydržim.*“

V následujících rozhovorech paní J rovněž reflektuje vysvětlování a následný křik. Dále také popisuje změnu ve výchovném přístupu, ke které došlo ještě před absolvováním programu Triple P. Pokud použiji její slova, původně vůči dětem vystupovala především v kamarádské rovině. Později se přesunula do role mámy, kterou definuje následovně: „*Něčim mít navrch a prostě moje slovo tady platí... A ne jakoby že bych je chtěla peskovat, ale že bych jim to chtěla vysvělit. Proč to vlastně tak je.*“, „*Ale chtěla bych aby to ode mě vnímali... Vlastně ne rozkazem, ale právě tou radou do toho života.*“ Dále také reflektuje,

jak vypadá následný postup po konfliktní situaci, když je potřeba děti zklidnit. „*Nejvíc jako takovej ten kontakt nejvíc jako funguje.*“, „*Že je opravdu jako obejmú, jsou v tom bezpečí u té maminky a...*“ Následně s nimi prochází proběhlou situací a vysvětluje aspekty této situace. V rozhovoru se je snaží také rozesmát.

V závěrečném rozhovoru popisuje nedávnou konfliktní situaci vyplývající z neochoty uklidit si pokoj. Důsledkem bylo odpojení veškeré elektroniky v bytě a seznámení s následujícím postupem. Pokud daný den budou děti bez odmlouvání plnit své povinnosti, paní J jim na vymezený čas zapůjčí její telefon. Pokud děti budou plnit pokyny matky po delší dobu, začne jim postupně elektroniku navracet. Tento postup připomíná tabulku dobrého chování, se kterou paní J byla seznámena v průběhu programu Triple P.

Paní J uvádí, že žádná z nabízených strategií programu Triple P u dcery nebyla funkční. Naopak syn v konfliktní situaci se sestrou začal využívat strategii ignorování a tiché pauzy, které mu pomáhají náročnou situaci zvládnout. U syna paní J také začala využívat následující strategii: „*Vlastně když má něco udělat řeknu mu jednou teda dvakrát a když vlastně má přestat tak jednou. Tak to taky celkem funguje. Už zjistil že opravdu tam je to pak trochu ráznější.*“ Dále také začala děti více popisně chválit i za drobné úkony, což se setkává s pozitivní reakcí dětí. Paní J dává rovněž popisnou negativní zpětnou vazbu. Na základě zkušenosti ostatních matek umožnila dětem dávat zpětnou vazbu také jí. Toto oceňuje především dcera, avšak nyní potřebuje nastavit hranici, kdy je toto vhodné a kdy nikoliv. Paní J se pokoušela také nastavit pravidla, avšak dle jejích slov se zařazení této strategie nezdařilo.

V úvodním rozhovoru na otázku, co je ve výchově zásadní, paní J odpovídá: „*Myslím si že právě důslednost a toho rodiče a... nebo obou rodičů.*“ V druhém rozhovoru se odpověď nemění. V závěrečném rozhovoru se opět téma důslednosti objevuje, avšak paní J doplňuje následující: „*Aby to dítě respektovalo mě a já to dítě. Prostě takový ty potřeby. Že to opravdu není o tom, že já něco řeknu, udělá se to. Jakoby aby si myslely, že já sem nákej ten šéf, kterej tomu bude šéfovat. Ale aby si mohli prosadit i vlastní názor.*“ Na základě výpovědí je zřejmé, že v pozdějších fázích výzkumu se vynořilo pro paní J téma respektu k názorům a postojům dětí.

V úvodním rozhovoru se výchovný cíl paní J upíná k naplnění pracovních snů jejích dětí, k čemuž je důležitá disciplína. Zároveň zmiňuje, že by je ráda vedla k tomu, aby měli úctu ke starším lidem a autoritám. To se promítá do následujícího výroku: „*Aby mě neposlouchali jakoby z toho důvodu že se mě bojí ale že maj nákou úctu k tomu staršímu tak jak jsme byli vychovaní my.*“ V druhém rozhovoru se objevuje obdobné téma, které paní J více rozvádí: „... *aby se furt nehádali s někým.*“, „*Chtěla bych aby třeba i pomáhali těm lidem.*“, „...*aby pracovali.*“ V závěrečném rozhovoru se však výchovné cíle přesouvají do úrovně vztahu mezi matkou a dětmi. „*Já si myslím, abysme měli prostě jakoby vztah kamarádka, ale zároveň i máma. Že opravdu že ať maj jakékoliv problém, můžou se mi jít svěřit. Ale zároveň aby mě akceptovaly jako tu mámu, která tam je jako postavená jako ta máma prostě.*“

13.7.3 Paní S

Paní S v rámci výchovy často volí strategii vysvětlování a přibližování důsledků jeho činů. Chlapec má s paní S většinou tendenci vést debatu, proč s ní nesouhlasí. Pokud je paní S neúspěšná, začíná křičet. Tím vzájemný konflikt eskaluje. Chlapec se dostává do záchvatu vzteku a paní S zmiňuje: „*Takže to vyvrcholí tím, že já začnu prostě neřízeně křičet a řvát.*“ Situace končí tím, že: „*Já většinou prásknu dveřma, jdu pryč. Protože prostě potřebuju jít pryč. Někdy práskne malej dveřma, zavře se do pokojíčku.*“ Následně se chlapec uklidní a přichází za paní S s omluvou či slovy: „*Já tě mám rád.*“ Paní S však uvádí, že je pro ni obtížné jej po konfliktní situaci bez vzteku obejmout a přijmout. Dále paní S zmiňuje, že při výchově chlapce musí být neustále o krok napřed a předvídat, co by se mohlo stát.

V následujících rozhovorech paní S opět reflektuje strategii vysvětlování, ale postupně se jí daří méně často křičet. „*Prostě snažíme se nekřičet mmm prostě spíš mu to jakoby vysvětlit, zopakovat, poprosit. ‚Prosím tě mohl bys to udělat‘. Joo. Tadyhlenc takový ten klidnější přístup jako. No. Nooo. Tak jako někdy vás taky úplně vytočí. Prostě. Ale řekla bych jakože líp se ovládáme. Všichni.*“ Již v druhém rozhovoru paní S zmiňuje, že se snaží předcházet výše zmíněné eskalaci. Jako funkční se zdá využití strategie logických důsledků případně ho „*Chytit, aby on se to uklidnil. Pustit a běž pryč.*“ V závěrečném rozhovoru uvádí, že jako funkční se jeví: „*Jakoby zakřičet, aby se probral a*

zklidnil se.“, přičemž cílem není hádka, ale jen chlapce překřičet. Následně jsou paní S i chlapec schopni spolu opět v klidu komunikovat. Paní S drží pevně nastavené hranice, ale v rámci těchto hranic se snaží pohybovat v přátelské atmosféře.

Ve všech rozhovorech se objevuje téma respektu a přijetí chlapce. Dle výpovědí paní S je právě přijetí klíčovým tématem v přístupu k chlapci. Složitý proces adopce a následné výchovné obtíže chlapce proces přijetí negativně ovlivnily. Z tohoto důvodu byla cesta k přijetí a respektování odlišných potřeb velmi obtížná. *„Mám problém s tím, že on ho asi jako nedokážu přijmout takové jaký je.“* Program Triple P však tuto cestu usnadnil. Paní S je schopna v druhém i závěrečném rozhovoru složitou cestu pojmenovat a následně pochopit a začít respektovat odlišné potřeby chlapce.

Také paní S do běžného fungování zařadila některé strategie z programu Triple P. Uvědomila si, že se často dostávala do eskalační pasti, které se aktuálně snaží vyhybat. V domácnosti nastavila pravidla, která chlapec okamžitě začal bez obtíží dodržovat, ač se týkala častých zdrojů konfliktů. Pokud paní S po synovi něco požaduje, začala zadávat pokyny z větší blízkosti s navázáním očního kontaktu. Zároveň také uvádí: *„Řeknu to třeba 2x, 3x. Potom už ne. A většinou jako reaguje.“*. Dále se snaží projevovat zájem o činnost chlapce i ve chvíli, kdy si hraje sám. Paní S začala sama využívat tichou pauzu: *„Protože já jsem docela nervní a když potom takle vyletim, tak si uvědomuju, že jako JÁ se potřebuju zklidnit, takže JÁ odejít pryč. Uklidnit se. Protože já když se pak naštvu, tak to neumím prostě během deseti minut otočit. Takže to je pro mě to dobrý. Odejít, nechat ho být.“* V druhém rozhovoru také zmiňuje tabulku dobrého chování, kterou však v závěrečném rozhovoru již nevyužívají. Dle jejích slov aktuálně vše funguje, jak má a není třeba využívat další strategie.

Na otázku, co je ve výchově zásadní, v úvodním rozhovoru uvádí: *„Určitě určitě jako nastavit ty hranice. A abysme je dodržovali. Abysme je prostě dodržovali oba. Abysme se shodli na tom na tom postupu. Eee na tom přístupu k němu.“* V druhém rozhovoru k tomuto výroku přidává projevování lásky a vlídnosti. Stejný postoj se projevuje i v rozhovoru závěrečném.

Proměna se objevila také ve výchovném cíli. V úvodním rozhovoru se paní S zaměřovala především na eliminaci výbuchů vzteku chlapce. V druhém rozhovoru se

zrcadlilo uvědomění si, že obtíže chlapce, které je nutné dále řešit, souvisí se syndromem ADHD. V druhém rozhovoru tedy jako výchovný cíl označuje následující: „*Takže tím, že on má takovýhle onemocnění, tak bych prostě to chtěla nějak zvládnout na nějaký úrovni jako je to s běž s normálním zdravým dítětem.*“ Dále se paní S obává, aby situaci chlapce nevhodnou výchovou nezhoršili. Ráda by ho dovedla k tomu, aby se zvládl osamostatnit a fungovat v dospělém životě. V závěrečném rozhovoru se výchovný cíl posouvá ke vztahu mezi rodiči a adoptovaným synem, což nám poukazuje na přijetí a porozumění specifickým potřebám chlapce. Nejprve opět zmiňuje, že by chtěla docílit zdárné budoucnosti chlapce, avšak následně dodává: „*No takže já bych chtěla bych, abysme měli nějaké normální vztah. Abysme prostě měli. Aby věděl, že ho máme rádi, že prostě k nám patří, že jsme si ho vzali proto, protože prostě... Jsme chtěli aby byl s náma no.*“

13.7.4 Paní Š

Paní Š se snaží chlapci vždy danou situaci vysvětlovat. Pokud situace eskaluje, dochází ke křiku. „*Prskám, prskám, řveme po sobě. Jo. Protože začíná to, ale to začínalo to postupně, postupně no a prostě pak se pak se postupně začneme vytáčet oba dva.*“ Tomuto se však snaží vyhýbat. Pokud se chlapec dostává do afektu, využívá také fyzický kontakt (objetí). Paní Š se také osvědčilo dětem časový harmonogram detailně strukturovat.

Jako přínosné paní Š v některých případech shledává u dětí zprostředkovat proces katarze. „*Hele eee někdy někdy je potřeba ten afekt dotáhnout do konce. Jako prostě vopravdu to když když vidim, že někdy někdy maj prostě takovej ten, že vidim, že to jako nepomáhá. Že prostě jako nějaké nějaké muj klidnej a asertivní přístup jako prostě totálně jako prostě. Potřebujou jako prostě vodstřelit joo. Já říkám. Tak jako jo. Já říkám, tak jestli se chcete pohádat, tak pojďme pojďme to zkrátit.*“, „*Jo a oni postupně potom prostě vemou, vyřvou se jo. Defakto prože proženou jako defakto oni se probublaj tou emocií. Jo. Protože jako ne vždycky. To jako já už po těch letech poznám, jestli ta emoce jakoby má smysl ji kočírovat, protože někdy to prostě fakt nemá smysl. Někdy je to potřeba řvát a nechat to prostě project, protože když ta emoce potom, to dítě se dostane do toho afektu, defakto jim se potom strašně uleví. A pak jsou schopní vnímat a zase fungovat dál jo.*“

Co se výchovných strategií z programu Triple P týče, paní Š velkou část z nich využívala v minulosti jak s dcerou, tak se synem. Zmiňuje, že díky absolvování programu se její přístup k výchově opět ucelil a znovu si připomněla funkční přístupy, jež využívala s dcerou. Tyto přístupy však po příchodu syna nezařadila. Aktuálně reflektuje zařazení pochval, na které chlapec pozitivně reaguje. Vzhledem k celkovému zklidnění situace však nevnímala jako potřebné dílčí strategie znovu zařazovat.

Jako zásadní ve výchově vnímá především toleranci a respekt, což se objevilo v úvodním i druhém rozhovoru. Toto téma se do výchovy paní Š silně promítá. V úvodním rozhovoru dále jako zásadní označuje nastavení hranic a jejich dodržování.

V úvodním rozhovoru byl výchovný cíl paní Š zaměřen na zlepšení sourozeneckého vztahu dětí. „*Noo aby se začaly navzájem tolerovat. Jo protože vlastně do budoucna oni nikoho jinýho než sami sebe mít nebudou. Byť oba dva pocházej z mnohočetných rodin. Tak nikdo jinej než oni dva si jednou do budoucna nepomůžou.*“ V druhém rozhovoru se však výchovný cíl posouvá do obecnější roviny. „*Ježiš aby z nich byly aspoň trošku slušný lidi no. Aby to. Aby to byli plátcí daní a ne (smích) a ne pobírači sociálních dávek.*“ Dle rozhovorů je sourozenecký vztah dětí stále zásadním tématem. Posun k obecnému cíli může být výsledkem právě drobného zlepšení tohoto vztahu.

13.8 Sebepojetí matek

U všech matek se objevilo téma týkající se vlastního sebepojetí. Před začátkem programu bojovaly s pocitem selhání a byly konfrontovány se sociálním tlakem. To všechno se následně promítá do psychického zdraví matek a rovněž do výchovného působení. Specifická zkušenost každé je matky je zachycena v dalších podkapitolách.

13.8.1 Paní N

V úvodním rozhovoru se paní N často zmiňuje o sociálním tlaku okolí. Bývá konfrontována s tím, že se chlapec nechová podle očekávání druhých či dokonce zlobí. V zájmovém kroužku jí dokonce bylo sděleno: „*... at' zkusíme doma nastavit pevnější mantinely.*“ Tyto vlivy negativně ovlivnily sebepojetí matky a přinášely pocit selhání. Z důvodu propuknutí nejistoty začala paní N s chlapcem obcházet různé odborníky, s cílem potvrzení, že chlapec je v pořádku a ona dělá vše správně. Pocit ujistění ji přinesl právě

program Triple P. Paní N uvádí: „*Uvolnila jsem se jo a prostě budu se řídit tím co mi říká moje intuice. Svoje dítě znám nejlíp a nikdo mi nebude říkat, jak s ním mám nakládat. Myslim si, že jako rodič já jsem takovej ten nejlepší profesionál na to svoje vlastní dítě.*“ Díky pocitu, že výchovu zvládá, dokáže sociálnímu tlaku lépe odolávat.

S ujištěním pomohly nabídnuté strategie, které pro paní N byly dle jejích slov často přirozené. Díky tomu uvědomění: „*Že já jsem přesvědčená, že dost dělám správně, i když každěj to správný vidí jinak.*“ Zásadní pro paní N bylo také vzájemné sdílení, během kterého zjistila, že i ostatní matky řeší výchovné problémy svých dětí.

Uvědomění si, že v roli matky neselhává, pomohlo k jejímu celkovému zklidnění a k dalšímu řešení pro matku složité situace. Dále však uvádí, že je nutné na sobě dále pracovat a rozvíjet se. Ráda by zapracovala na tom, aby méně křičela.

13.8.2 Paní J

Také paní J díky programu Triple P došla ke zjištění: „*Že to není vysloveně chyba jenom toho, že jsem selhala jako máma. Že celou dobu jsem si říkala ‚Já jsem selhala. Ostatní rodiče maj takový děti.‘ A teď když už jsem se na to zaměřila, tak jsem zjistila, že na nejsem ta z okolí vlastně jediná, kdo má takovýhle problémy.*“ Toto ujištění si svých kompetencí mohlo vést ke zklidnění, které se u paní J objevilo. Uvádí: „*No přestala jsem tak hodně křičet teda už tolik nekřičím. Už je to takový že opravdu snažim, snažim, až fakt v tom akutním zařvu. Že. A to už věděj že opravdu...*“

13.8.3 Paní S

V úvodním rozhovoru se objevuje vysoká míra sebeobviňování, které je posilováno sociálním tlakem. Na chlapce si neustále stěžují ve školce. Negativní zážitek si paní S odnáší také z pedagogicko-psychologické poradny: „*Když jsme přišli do poradny, tak eee prostě závěr v poradně byl, že je zaostalej, opožděnej a já se o něj nestarám.*“ Popírání problémů ze strany manžela tento postoj ještě prohlubuje. Dle paní S důsledkem toho je, že: „*Jakej koliv co oni mi řeknou, tak já beru jako útok proti sobě.*“ Do výpovědi paní S se silně promítá pocit selhání.

V závěrečném rozhovoru paní S reflektuje velký posun v rovině sebepojetí. „*Že to není ani tak jakoby v nás, ale je to tím, že on má tadyhle to onemocnění.*“ I přesto však

zmiňuje, že je potřeba dále rozvíjet také sebe. Nalezení funkčních výchovných strategií, pojmenování obtíží chlapce a následné řešení s dalšími odborníky přinesly zklidnění jak celé rodině, tak samotné paní S. Díky tomu dokáže řešit více situací bez křiku a také zvládá lépe odolávat sociálnímu tlaku. Aktuálně o problémech syna se svým okolím otevřeně hovoří a popisuje také cestu, kterou během řešení absolvovala. Díky tomu se setkává s větším pochopením a zjišťuje, že i lidi v jejím blízkém okolí často řeší výchovné obtíže jejich dětí. U paní S se tedy objevil pocit ujištění, že pro syna dělá to nejlepší možné a tento pocit jistoty jí umožnil otevřít se více okolí, které jí pomáhá obtížné situace zvládat. Na cestě k jistotě a zklidnění jí rovněž pomohla individuální psychoterapie a kineziologie.

13.8.4 Paní Š

Paní Š rovněž reflektuje, že je potřeba na sobě dále pracovat. Z její výpovědi také vyplývá, že aktuální přístup k chlapci hodnotí jako nefunkční tedy špatný. *„Tak se mi vždycky osvědčilo, že prostě nemůžu změnit ty děti, ale musím změnit sebe. Jo. Protože ty děti t t, když budu používat furt stejnej princip, tak ee to nikam nepude.“* Oproti ostatním matkám však paní Š i v průběhu programu Triple P působí více sebejistě. Přesto odkrývá i během setkání témata, se kterými si neví rady. Přestože posun u paní Š na první pohled není tak výrazný, také ona reflektuje pocit ujištění.

13.9 Sebepečce matek

V rámci pozitivního rodičovství je důraz kladen také na sebepečci rodiče. Jakým způsobem se jednotlivé matky k tomuto aspektu staví, je zachyceno v dalších podkapitolách.

13.9.1 Paní N

Paní N během úvodního rozhovoru uvádí, že aktuálně žije pouze svým synem, který představuje její jediný zájem. Chlapec vždy stojí na prvním místě. Následně dodává: *„Takže jednou až to dítě vyroste, tak se asi zhroutim nebo. (společný smích) Nevim.“* Z výpovědi je však zřejmé, že společné aktivity se synem jsou naplňující nejen pro syna, ale také po paní N. Čas pro sebe vyžaduje zhruba dvakrát měsíčně. *„Všichni s prominutím vypadněte, já si budu uklízet. Jo v tom svym rytmu. Že já nebudu rychle tohle, rychle tamto. Pomalu, v klidu. A já mě to jako utěší, když mám doma uklizeno.“*

V dalších rozhovorech se objevuje uvědomění, že sebezpečí je důležitou složkou, která by se neměla opomíjet. Paní N zmiňuje, že ač by čas jen pro sebe mít mohla, neví, jak by ho využila. Aktuálně chodí dvakrát měsíčně na masáž a zhruba dvakrát měsíčně vyžaduje, aby měla prostor být v bytě sama. Posun se objevuje v oblasti sycení vlastních potřeb. „*Ale zase jako myslím si, že na sebe myslím víc. Než dřív.*“, „*Eeee že prostě upřednostním třeba svojí potřebu před malým.*“ Paní N dodává, že se jí toto povedlo zatím jen párkrát, ale z projevu je zřejmé, že oblast sebezpečí vnímá jako důležitější než před absolvováním programu.

13.9.2 Paní J

V úvodním rozhovoru paní J uvádí: „*Já vlastně veškerý moje zájmy jsem dala na úkor rodiny. Celý rodiny jakoby babičky, mamky, tatky, děti.*“ Paní J je velmi vytížená, s čímž se pojí také malé množství spánku. Prostor na sebezpečí je tedy minimální. Malý prostor na odpočinek vzniká ve chvíli, kdy je přítomen manžel. V závěrečném rozhovoru zmiňuje, že se aktuálně snaží vyhradit si každý den alespoň 30 minut na plnění školních povinností, avšak ne vždy jsou děti schopny to respektovat. Čas pro sebe má paní J v noci, kdy trpí nespavostí a čte si knihy. Tento čas však hodnotí velmi pozitivně a dle jejích slov napomohl k celkovému zklidnění.

Paní J si také uvědomila, že je důležité nejprve nasycit potřeby své, dětí, manžela a až poté širší rodiny. V důsledku toho si v širší rodině nastavila hranice a seznámila je s nimi.

13.9.3 Paní S

V úvodním rozhovoru paní S zmiňuje, že vzhledem k vysoké náročnosti syna má čas pro sebe jen ve chvíli, kdy syn spí. Důsledkem problémů chování je také neochota blízkých chlapce pohlídat. V dalších rozhovorech se však ukazuje posun. Paní S si se svým manželem rozdělila péči na dopoledne a odpoledne, díky čemuž má každý z rodičů prostor pro sebe. Paní S jej využívá k péči o domácnost. Dále jednou týdně začala chodit se starším synem cvičit. V neposlední řadě byl také mladší syn pozván na přespaní u kamarádů, díky čemuž vznikl další volný čas.

13.9.4 Paní Š

Paní Š si důležitost sebezpečí uvědomovala již před zahájením programu Triple P, avšak čas pro sebe má pouze o víkendu, kdy je syn u biologického otce. Nemá možnost hlídání pro děti. Čas pro sebe využívá následovně: „*Nooo hele já už jakoby defakto. Když můžu, tak spím. Já už to. (smích) Já no snažím se. Prostě vezmu knížku. Jo. Ale a nebo jdu se nebo když to tak jdu se psem. Ale jako mmm. Pocit, že bych chodila po nějakým nějakých kafích nebo s kamarádkama...*“ Vzhledem k hospitalizaci biologického otce však o tento čas přišla.

13.10 Přínos programu Triple P

Některé změny byly vystihnuty již v předchozích kapitolách. V této kapitole se zaměřím na specifické změny u každé matky a také na jejich hodnocení samotného programu.

13.10.1 Paní N

Díky programu Triple P paní N došla k uvědomění, že některé projevy chlapce, které označovala jako intenzivní a nevhodné, se u chlapce objevují jen velmi výjimečně. Došla tak k potvrzení, že chlapec výrazné obtíže v chování nemá. Uvádí: „*Eeeee určitě jsem díky tomu zjistila, že s mým dítětem se dá pracovat. Jo. Že to není takový jako drastický, jak jsem si představovala předtím.*“ Paní N oceňuje pracovní sešit, díky kterému má možnost se v náročné situaci ke strategiím vrátit a najít nový způsob, jak daný problém řešit. Obecně má pocit, že ji tato zkušenost obohatila.

13.10.2 Paní J

Pro paní J bylo velmi přínosné uvědomění si, že: „*Vlastně jakoby že bych měla lépe komunikovat hlavně s těma dětma. A vlastně i se ptát na ty jejich názory, pocity a takový věci různý.*“ Pozitivně hodnotí také nabídnuté strategie, které se snažila do výchovy zapojit. Zásadní pro ni byl i aspekt sdílení, které jí přineslo pocit, že není sama.

13.10.3 Paní S

Pro paní S bylo zásadní, že: „*Eee dal mi to, že jsme zjistili, že máme problém. (smích) S malým. Aaa eee dal mi vlastně i to, že tím, že tam jel manžel, že konečně jsme si jakoby ten problém pojmenovali, přijmuli ho. Což jako byl problém. No a začli jsme to*

řešit. “ Díky tomuto kurzu také zažila poprvé pocit přijetí a pochopení, kterého se jí dříve nedostávalo. Dále si uvědomila: „*No že bych měla určitě změnit svůj přístup. Že prostě každý to dítě je jiný a je to potřeba na každý jít jakoby jinak. Noo.*“ Důsledkem všech reflektovaných změn bylo semknutí rodiny a zlepšení partnerského vztahu.

13.10.4 Paní Š

Paní Š reflektuje následující přínos programu: „*Spíš jsem se jako restartovala. Spíš jsem se zase vrátila k tomu, to co jsem používala jakoby u té holky a úplně jsem si, člověk jako nevědomky defakto to nepoužíval i na toho druh i na toho druhýho po těch letech. Jo.*“ Informace reflektované v rámci programu pro paní Š nebyly nové, ale i přesto absolvování programu hodnotí pozitivně.

14. Shrnutí společných témat

Účast na programu Triple P všechny matky hodnotily velmi pozitivně. **Ocenily bezpečné prostředí, nové informace, ale také aspekt sdílení a vzájemné podpory.** Očekávání matek byla naplněna a nastavených cílů na začátku programu se jim z větší části dařilo dosahovat či se posunuly v cestě k jejich naplnění. Ze zúčastněného pozorování však vyplývá, že pro kýženou změnu je nutné aktivní zapojení účastníka. Důležité je, aby o změnu stál a vynaložil úsilí k jejímu dosažení. Už jen samotné setkávání zabírá dvě hodiny týdně. Když k tomu přidáme plnění domácích úkolů a vědomé aplikování nových strategií, zabere absolvování programu celkem velké množství času. Je tedy otázkou, zda by ke změně došlo i u účastníka, jež na setkání dochází nedobrovolně.

14.1 Náročné chování

V oblasti náročného chování dětí se u většiny dětí objevila alespoň drobná změna. Jedna matka došla k uvědomění, že obtíže jejího dítěte nejsou závažné. Zmírnění projevů problémového chování je však ovlivňováno i jinými faktory, jako je například péče odborníků či změna dalších okolností. Tři matky vyhledaly pro řešení výchovných obtíží odbornou pomoc krátkou dobu před absolvováním programu či je právě samotné absolvování k další odborné péči nasměrovalo. Čtvrtá matka aktivně spolupracuje s dílčími odborníky již od nižšího věku dítěte.

Jelikož jde o reflektované projevy náročného chování, mohlo rovněž dojít ke změně pojmání. Tím, že matky dostaly nástroje, které jim pomáhají náročné situace řešit, mohou aktuálně náročné situace hodnotit jako méně konfliktní. Za zmírněním projevů náročného chování mohou stát faktory zmíněné výše, ale také posun v dále zmíněných klíčových tématech.

14.2 Nejednotnost ve výchově

Jako důležitá se jeví jednotnost výchovného přístupu všech pečujících osob. Cílem není to, aby přístup všech byl úplně totožný. Pečující osoby by se však měly dohodnout alespoň na základních aspektech výchovy. Zdá se, že pro změnu v této oblasti je vhodné, aby program Triple P absolvovali obě pečující osoby. Díky tomu může dojít ke kompromisu. Tato zkušenost může rovněž posílit vztah pečujících osob a nastartovat

společné řešení problému. V opačném případě je změna výchovného přístupu pečující osoby, jež se programu neúčastní, spíše výsledkem náhody.

Nejednotnost ve výchově může být zdrojem konfliktů mezi pečujícími osobami, které negativně ovlivňují partnerský vztah. Zároveň utváří nepříjemnou atmosféru v rodině. Následkem toho se mohou objevovat projevy náročného chování a výchova se stává pro dítě ne příliš čitelná. To, co jeden povolí, druhý zakáže. Tento chaos následně může zapříčinit projevy náročného chování. Odlišná interpretace těchto projevů však rovněž může nejednotnost ve výchově ještě prohloubit.

14.3 Sourozenecký vztah

Dále se ukazuje, že **výchovné obtíže dítěte mohou ovlivňovat sourozenecký vztah dětí**. Zvládnutí náročného chování je obtížné jak pro pečující osoby, tak pro samotného sourozence. U sourozence se například v reakci na výchovně náročné dítě může objevit rovněž problémové chování. Dále jsou časté sourozenecké konflikty. U paní J ke zlepšení sourozeneckých vztahů napomohl respekt k potřebám obou dětí a zároveň naučit méně náročné dítě strategii, jak konfliktní situace zvládat. Jako důležité se také jeví vyčlenit čas, který bude věnován každému dítěti zvlášť.

Důsledkem náročnosti dítěte může být rovněž snížený zájem o dítě, u kterého se obtížné chování neobjevuje. „Bezproblémový“ sourozenec tak může na svého náročnějšího sourozence, jenž je neustále středem pozornosti, žárlit a následně podněcovat konfliktní situace. V tomto případě se u paní S projevilo jako účinné vymezení času, kdy bude pozornost věnována „bezproblémovému“ dítěti a dále jeho zapojení do běžného rodinného fungování. Ke zlepšení sourozeneckého vztahu může pomoci také zklidnění na straně výchovně náročného dítěte, což lze vidět u paní S a paní Š.

Pokud se na konfliktní sourozenecký vztah podíváme obecně a zahrneme do něj oba možné scénáře, ke zlepšení mohou napomoci následující kroky. Za prvé je **důležité sytit potřeby všech dětí**. To znamená, že bychom měli respektovat přání všech a vymezit si čas, kdy každému z nich bude věnována pozornost. Za druhé ke zlepšení vztahu může dojít v závislosti na **zmírnění projevů náročného chování**. Za třetí je **potřeba zapojit všechny**

děti do běžného chodu tak, aby žádné dítě nebylo vyčleněno. Za čtvrté **dítě naučit, jak adaptivně na svého sourozence reagovat**, aby nedošlo k eskalaci konfliktní situace.

14.4 Výchova

Před zahájením programu Triple P všechny matky využívaly výchovnou strategii vysvětlování a při eskalaci přecházely do křiku. Dvě matky reflektují, že se následně dostávaly do záchvatu vzteku. **Během absolvování programu Triple P však u matek došlo k celkovému zklidnění.** Vědomě pracují na tom, aby křičely co nejméně. K tomu jim pomáhají dílčí principy programu Triple P. S celkovým zklidněním dále souvisí zvýšení míry sebeúčinnosti. Matky si jsou ve výchově jistější a jsou si vědomi, že v rámci výchovy dělají maximum. Toto téma bude dále rozvedeno v podkapitole sebepojetí.

Každá matka reflektovala minimálně jednu strategii, kterou do výchovy nově zapojila. Paní J a paní Š některé strategie využívaly již před absolvováním programu. Všechny matky zapojily častější popisné pochvaly, na které jejich děti reagují pozitivně. Dále byly využity strategie jako nastavení pravidel, tabulka dobrého chování, opakování požadavků maximálně 3x, pravidlo navázání očního kontaktu a další. Některé strategie si matky modifikovaly. Zkušenost paní Š ukazuje, že zařazení dílčích strategií nemusí být vždy trvalé a pro trvalou změnu výchovného přístupu je třeba se nadále rozvíjet. Zkušenost všech matek také naznačuje, že zařazování nových výchovných strategií vychází z projevů náročného chování dětí. Po zklidnění situace se matky k materiálům poskytnutých v rámci programu nevrací.

Obecně se jeví, že **hnací silou pro změnu je nespokojenost s aktuální situací.** Jakmile dojde ke zklidnění, potřeba změny již není příliš znatelná. V pozdějších rozhovorech měly matky problém vybavit si strategie, které do výchovy nově zařadily. Z reflektovaných změn by se dalo usuzovat, že vybrané strategie byly zautomatizovány a modifikovány tak, aby jejich využívání bylo pro matky přirozené. Zároveň však matky nevnímají jako nutné zařazovat strategie nové. Z výpovědí je ale znatelné, že dále chtějí na seberozvoji pracovat.

V rámci výchovy se u všech matek objevovalo téma respektu a bezpodmínečného přijetí. Na cestě k přijetí a respektování dítěte se jako zásadní jeví

pojmenování potřeb a specifík odborníkem. Tři matky se v průběhu rozhovorů snaží odlišným potřebám jejich dětí porozumět právě skrze slova dílčích odborníků. Díky tomu můžeme například u paní S vidět posun jak v úpravě výchovných přístupů, které právě na tyto potřeby nasedají, tak i v tématu přijetí či pojmání výchovných obtíží chlapce. U paní N i paní J je však znatelné, že nastavení hranice pro to, co je třeba respektovat a co nikoliv, je velmi náročné. Do tohoto procesu vstupují osobní charakteristiky rodiče, jeho očekávání, ale také subjektivní pocit ztráty kontroly nad danou situací.

Téma respektu a přijetí se promítá do odpovědí na otázku, co je dle matek ve výchově zásadní. U paní Š se toto téma objevuje v obou realizovaných rozhovorech, přičemž dále zmiňuje také nastavení hranic. Paní N v prvních dvou rozhovorech rovněž reflektuje téma přijetí, vztahu postaveném na důvěře a nastavení hranic. V závěrečném rozhovoru však zmiňuje sjednocení výchovného přístupu mezi pečujícími osobami. Paní S i paní J se od zaměření pouze na důsledné dodržování hranic posouvají k obohacení výpovědi o vzájemný respekt mezi pečující osobou a dítětem, a také o téma lásky. V zachyceném posunu je tedy zřejmé, že se **zásady pozitivního rodičovství postupně prorůstají do myšlení matek.**

Matky v oblasti výchovných cílů reflektují jak obecný cíl zaměřený na budoucí seberealizaci a úspěšnost ve společnosti, tak cíle, do kterých se promítají aktuální témata, která v kontextu výchovy řeší. Zajímavé je, že paní S i paní J se od cílů zaměřených na výchovné problémy dětí a na jejich budoucnost posouvají k cíli, který je zaměřený na vzájemný vztah s dítětem. Tento posun opět vychází ze zásad pozitivního rodičovství. Paní N se od tématu bezpodmínečného přijetí syna přesouvá k tématu budování odolnosti vůči stresu a zátěži a k tématu budoucnosti syna. Nastavené výchovné cíle reflektují proměnlivý postoj paní N ke specifickým charakteristikám jejího syna. Paní Š se od tématu zlepšení sourozeneckého vztahu rovněž posouvá k cíli zaměřenému na budoucnost dětí.

14.5 Sebepojetí matek

Jako velmi důležité téma se jeví sebepojetí matek. Před zahájením programu Triple P všechny matky pocítovaly v různé intenzitě pocit selhání či nezvládnání výchovy dětí. Právě **absolvování programu jim přineslo pocit jistoty, který se následně projevil celkovým zklidněním matek, ale také lepším zvládnáním sociálního tlaku.** K pocitu

jistoty napomohly jak informace, které v rámci programu obdržely, tak aspekt vzájemného sdílení. Všechny matky ocenily zjištění, že nejsou jediné, které řeší výchovné obtíže svých dětí. Zároveň došly k uvědomění, že ony samy jsou experty na své dítě a dělají to nejlepší, co umí. Tato zkušenost se přenesla dokonce i do běžného života. Tři matky reflektují zjištění, že také matky v jejich okolí do jisté míry řeší obdobné situace jako ony.

Pro zvládání náročných situací se jeví tento pocit jistoty jako zásadní. Díky tomu jsou matky trpělivější a výchovný přístup je více konzistentní. Nepodléhají tolik tlakům z okolí a dokáží si sami před sebou obhájit své výchovné postupy. Dále se zdají také otevřenější ke sdílení specifických obtíží a nepřístupují k nim jako k vlastnímu selhání. Tímto si utváří podpůrnou sociální síť, v rámci které mají možnost hledat inspiraci pro řešení či jen získat prostor, ve němž si mohou ulevit a setkat se s pochopením.

14.6 Sebevěče matek

Posun se objevuje také v tématu sebevěče. Všechny matky většinu volného času tráví s dětmi. Paní S a paní Š reflektují, že vzhledem k náročnosti dětí není možné využít možnost hlídání. Z výpovědí paní N vyplývá, že by prostor na pravidelnou sebevěči měla, ale jejím hlavním zájmem je její syn. Neví tedy, jak by tento čas využila. Paní J je časově velmi vytížená a zahlcená věči také o širší rodinu. V této oblasti dochází k posunu celkem u tří matek. Paní S si s manželem rozdělila věči o syna, díky čemuž vzniká prostor, kdy tráví čas bez něj. Zároveň jednou týdně dochází na cvičení se starším synem. Díky těmto změnám má více času na odpočinek, avšak tento čas většinou využívá k věči o domácnost. Paní N hledá možnosti, jak by mohla čas pro sebe využít a zároveň pomalu začíná myslet také na sycení vlastních potřeb. V několika případech se jí podařilo upřednostnit vlastní potreby na úkor syna. Paní J si vyhradila čas přes den, během kterého plní povinnosti do školy a vyžaduje, aby nebyla dětmi rušena. Před spaním si začala čist, a především si vymezila hranice v rámci širší rodiny. Důsledkem je menší vytížení paní J. Paní Š využívala čas pro sebe již před programem Triple P, avšak v důsledku hospitalizace biologického otce o tento čas přišla. Vzhledem k chybějícím datům ze závěrečného rozhovoru není zřejmé, zda došlo k další změně v této oblasti.

U většiny matek tedy dochází k posunu v uvědomění, že sebevěče je důležitá. V úvodním rozhovoru většina z nich o sebevěči příliš nepřemýšlela a byla nastavena tak,

že je nutné zabezpečit chod rodiny a vyjít vstříc okolí. Postupně však dochází k uvědomění, že zaopatřit rodinu dokážou jen ve chvíli, kdy budou pečovat také o sebe. Drobné, ale přesto náročné, krůčky lze u matek zaznamenat ve vymezení hranic vzhledem k okolí, respektování vlastních potřeb a strukturované rozdělení péče o syna.

14.7 Vztah mezi klíčovými tématy

Motiv absolvování programu Triple P, neboli hnací motor pro změnu, je sycen projevy náročného chování u dítěte, ale také pocitem selhání, který se u matek objevuje. Matky se snaží skrze absolvování programu stát kompetentnější a zvládat náročné situace, které jim výchova přináší. Díky tomu se mění jejich sebepojetí v roli matky a dochází k celkovému zklidnění. Získávají tak rovněž vyšší odolnost vůči sociálnímu tlaku. Náročné chování dítěte negativně ovlivňuje sebepojetí matky, jelikož je často vystavena pocitu selhání a konfrontacím se sociálním prostředím. Zároveň se však sebepojetí matek promítá do jejich výchovného přístupu, čímž následně ovlivňuje náročné chování dítěte. Se sebepojetím rovněž souvisí uvědomění si, že je nutné pečovat také o sebe. Matky si uvědomují důležitost své role a na základě absolvování programu Triple P si k sebeděči postupně hledají cestu.

Program Triple P ve většině případů napomohl ke zmírnění reflektovaných projevů náročného chování. Ke zlepšení nedošlo přímo skrze samotný vliv programu. Triple P však nastartoval změny v dílčích oblastech, jejichž výsledkem právě samotné zlepšení je. Tyto oblasti jsou naznačeny za přerušovanou čarou v grafu 4. Dalo by se tedy říct, že na dítě působí nepřímo skrze jeho pečovatele. Ke zlepšení však napomohly také další vlivy, jako nečekaná změna v prostředí dítěte či vyhledání odborné pomoci. Avšak například odborná pomoc může být vyhledána právě na základě zkušenosti plynoucí z programu Triple P, jako tomu bylo v případě jedné matky. Samotné absolvování bylo ve všech případech s další odbornou pomocí úzce provázáno.

Dalším aspektem, který se na projevech náročného chování podílí, je nejednotnost ve výchově. Rozdílný přístup k výchovným strategiím, ale také k nastavení hranic, vede ke konfliktům mezi pečovateli a ke zmatení u samotného dítěte. Zároveň v rámci těchto konfliktů dochází k hodnocení matky, což se následně promítá do oblasti sebepojetí. Samotné náročné chování však rovněž může tuto nejednotnost ještě podporovat, jelikož jej

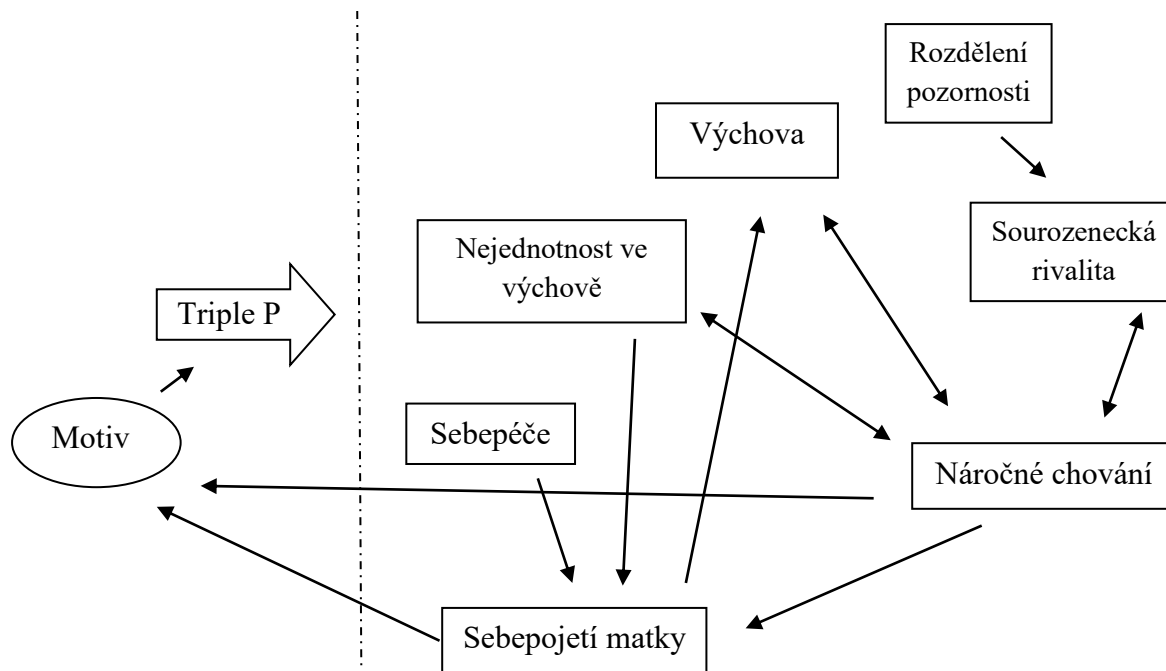
každý z pečovatelů může interpretovat jiným způsobem. Důsledkem je poté odlišný přístup ke konkrétním projevům. Benevolentnost jednoho rodiče staví druhého do role „zlého rodiče“, z čehož následně plynou konflikty pouze mezi dítětem a jedním z rodičů. To rovněž podporuje pocit selhání. Aby došlo ke změně v této oblasti, jeví se jako nutné zapojení do programu obou pečujících osob, jelikož ze zkušenosti matek vyplývá, že přijímané informace v rámci kurzu nejsou důkladně předávány.

Jak již bylo zmíněno výše, konfliktní sourozenecký vztah může být jak příčinou, tak důsledkem problémového chování dítěte. Skrze zapojení dítěte bez projevů náročného chování, rozdělení pozornosti mezi obě děti, zmírnění projevů náročného chování a také naučení adaptivních reakcí na projevy náročného chování u sourozence, může dojít k jeho zlepšení.

Zásadní roli hraje samotné výchovné působení, které obsahuje celou řadu rovin. Právě skrze kultivaci výchovného přístupu se program Triple P snaží projevy náročného chování co nejvíce eliminovat, přičemž těmto projevům je věnováno celé jedno setkání. Ke zmírnění projevů náročného chování pomáhají konkrétní strategie, jež si během programu Triple P účastníci osvojují, ale také vedení k porozumění příčinám těchto projevů a respektu potřeb dítěte. Právě téma respektu se ve zkušenosti matek hojně zrcadlilo. Zároveň se však ukazuje, že osobnost dítěte a samotné projevy náročného chování výchovné působení silně ovlivňují. To, co se matkám osvědčilo při výchově jednoho dítěte, může selhávat při výchově druhého.

Graf 4

Vztah mezi klíčovými tématy



Diskuze

Tématem diplomové práce je zkušenost matek dětí s náročným chováním s programem Triple P. V první části je představen teoretický rámec, který ukotvuje tuto problematiku, přičemž je vycházeno jak ze zahraničních, tak českých zdrojů. V části empirické je pak věnována pozornost samotné zkušenosti těchto matek a také oblastem, do kterých se tato zkušenost promítá. K porozumění zkušenosti a také identifikaci dílčích oblastí napomohl přístup IPA.

Hlavním cílem diplomové bylo zodpovědět otázku, jaká je zkušenost zmíněných matek s programem Triple P. Ač jsou příběhy i zkušenosti matek jedinečné, přesto se objevují témata, jež jejich zkušenost propojují. Jedním z nich je motiv, se kterým do programu Triple P přichází. Všechny matky popisují náročné chování u svých dětí či dítěte, které se však promítají do specifických oblastí. Společné pro všechny matky byly časté konfliktní situace, pramenící z náročného chování, ať už s dítětem nebo se sociálním prostředím. Rovněž všechny matky určitým způsobem popisovaly pocit selhání, který před programem Triple P zažívaly.

Podobná zjištění zmiňuje také Butler et al. (2020), který se v meta-syntéze zaměřoval na zkušenost matek napříč několika státy, přičemž vycházel pouze z kvalitativních studií. Ukazuje se, že rodiče před zahájením programu často popisovali řadu obtíží, včetně problémů se zvládnutím chování dítěte, problémů ve vztahu s dítětem, častých stresujících interakcí s dítětem a pocitu izolace. Rodiče běžně popisovali pocit bezmoci, zoufalství a pocit zahlcení nebo selhání.

Celkově všechny matky hodnotily zkušenost s programem jako obohacující a prospěšnou. Dále také zmiňují, že byla naplněna jejich očekávání, mezi které patřilo nalézt nový způsob komunikace, osvojit si nové výchovné strategie, zvládat konfliktní situace více v klidu a ověřit si správnost svého výchovného působení. Rovněž reflektují celkové zlepšení situace, kterému však napomohly také další faktory (odborná pomoc, neočekávaná změna v prostředí). Stanovené cíle na začátku programu byly ve větší míře naplněny. Pokud ne, tak se matky na cestě k jejich naplnění alespoň posunuly či na základě porozumění charakteristikám dítěte cíle přehodnotily. Zkušenost s programem Triple P byla ve všech případech úzce provázaná s odbornou pomocí cílenou na řešení náročného

chování. Jedna matka dokonce právě na základě zkušenosti s programem Triple P začala závažné projevy náročného chování u dítěte řešit.

Vedlejší výzkumná otázka byla zaměřena na to, jakým způsobem se zkušenost s programem Triple P promítá do přístupu k výchově. Ukazuje se, že u všech matek došlo k celkovému zklidnění a vědomě pracují na omezení křiku. Zároveň také každá z nich zařadila některé dílčí výchovné strategie, které byly v rámci programu nabízené. Samotné zařazení strategií vychází z projevů náročného chování dítěte. Všechny matky zařadily do běžného fungování více popisných pochval. Některé z matek zařadily například nastavení pravidel, tabulku dobrého chování, požadavky opakují maximální třikrát či při sdělování s dítětem navazují oční kontakt. U některých strategií dochází k modifikaci. Ze zkušenosti matek vyplývá, že výchovný přístup ovlivňuje projevy náročného chování, ale zároveň samotné náročné chování se do výchovného přístupu matek promítá. Z výpovědí matek se jeví, že postupy, které jsou hodnoceny jako funkční u jednoho dítěte nemusí být funkční u dítěte druhého.

Tato zjištění korespondují se zkušenostmi rodičů z jiných států. Dle Butlera et al. (2020) rodiče často jako výsledek účasti na programu Triple P popisovali získání nových dovedností, posílení stávajících dovedností a také využití výchovných strategií, jež si v rámci programu osvojili. Mezi klíčové dovednosti, které rodiče uváděli, patřilo osvojení strategií emoční regulace, které jim pomohlo zachovat klid. To vedlo ke snížení křiku, fyzických trestů a používání trestajících výchovných strategií. Pozitivní vliv na výchovu potvrzuje například také nedávná studie Gagné et al. (2023a) realizovaná v Quebecu. Výsledky ukázaly, že došlo ke zvýšení pozitivních rodičovských praktik a snížení přehnaně reaktivního a nepřátelského trestání. Zároveň se pozorované změny udržely i v dlouhodobém horizontu. Tato zjištění korespondují také se zkušeností dalších států, ve kterých byl program implementován. Pozitivní vliv na výchovu potvrzuje rovněž česká evaluační studie. Dle Nekolové (5.6. 2024) se ukazuje, že díky programu Triple P dochází ke snížení laxnosti, přehnané reaktivity a hostility.

Na základě zkušenosti matek se jeví, že ke kultivaci výchovy dochází především ve chvíli, kdy se pečující osoby setkávají s pocitem selhání a projevy náročného chování překračují hranici únosnosti. Po zklidnění situace matky nevnímají zařazování nových

strategií jako nutné. Avšak i přesto se objevuje tendence nadále na sobě pracovat. Právě aspekt přijetí zodpovědnosti za změnu chování dítěte se pro zklidnění situace jeví jako velmi důležitý. V průběhu programu je vyžadována aktivita rodiče, jehož úkolem je nové strategie a principy do běžného fungování aplikovat.

U všech matek bylo zřejmé, že přístup pozitivního rodičovství se do přemýšlení o výchově postupně prorůstá. V pozdějších rozhovorech se objevovalo téma respektu, bezpodmínečného přijetí, vřelosti a důležitost kvalitního vztahu mezi dítětem a rodičem. K porozumění a respektování potřeb svých dětí matkám mnohdy napomohlo navštívení dalších odborníků a případné stanovení diagnózy. U dvou matek se však ukazuje, že je pro ně obtížné najít hranici toho, co je třeba respektovat a co už nikoliv. Tedy které charakteristiky dítěte brát jako pevně dané a které dále kultivovat. Zároveň také v jaké oblasti umožnit dítěti se svobodně projevit a v jaké je toto nežádoucí. Do tohoto procesu vstupují osobní charakteristiky rodiče, jeho očekávání, ale také subjektivní pocit ztráty kontroly nad danou situací.

Další vedlejší výzkumnou otázkou bylo, do kterých dalších oblastí se zkušenost s programem Triple P promítá. První oblastí je sebepojetí matek. Z opakovaných rozhovorů vyplývá, že náročné chování dítěte může sebepojetí matky negativně ovlivnit. Důvodem může být častý pocit selhání a konfrontace přicházející ze sociálního okolí. Na základě subjektivně reflektované zkušenosti matek se jeví, že díky absolvování programu Triple P se cítí ve výchově jistěji a kompetentněji. Tento pocit vychází jak z nabídnutých výchovných strategií, tak z možností vzájemného sdílení. Vzájemné sdílení rovněž přispělo k uvědomění, že nejsou jediné, které dané obtíže řeší. Důsledkem je celkové zklidnění matek, vyšší trpělivost a konzistentnost výchovného přístupu. Sebepojetí matek se tedy promítá do jejich výchovného přístupu, čímž následně ovlivňují náročné chování dítěte. Matky se jeví odolnější vůči sociálnímu tlaku, jež do výchovy zasahuje a jsou si schopny sami před sebou své výchovné postupy obhájit. Dále se ukazuje, že matky více sdílejí své specifické zkušenosti s náročným chování dítěte i v běžném životě. Tím si vytvářejí podpůrnou síť, jež jim umožňuje dané situace lépe zvládat a zažít pocit pochopení.

Také Butler et al. (2020) reflektoval změnu v oblasti sebepojetí. Dle jeho zjištění rodiče popisovali, že se cítí posílení a získávají důvěru ve své rodičovské schopnosti.

Kromě toho rodiče uváděli, že se jim zvýšilo sebevědomí, snížila se sebekritika, pocity viny a uvědomili si potřebu péče o sebe. Gagné et al. (2023) se ve svém výzkumu zaměřila na otázku sebeúčinnosti a také míru rodičovského stresu. Z jejich zjištění vyplývá, že u matek, které se účastnily programu Triple P, došlo ke zvýšení sebeúčinnosti, snížení rodičovského stresu, zlepšení dysfunkčního vztahu mezi rodičem a dítětem a rovněž k proměně vnímání náročného chování dítěte. Tato změna byla znatelná i po dvou či čtyřech letech. Snížení rodičovského stresu potvrzuje také Nogueira et al. (2022).

Se sebepojetím matek dále souvisí aspekt sebezpěče. Matky si po absolvování programu uvědomují, že je důležité pečovat nejen o dítě, ale také o sebe. Uvědomují si, že samotné jsou velmi důležité a pro zvládnání náročných situací je třeba, aby byly nasyceny také jejich potřeby. Tato změna se projevila především v úrovni myšlení, avšak dala se zaznamenat současně v úrovni chování. V úrovni chování byla změna u každé matky specifická. Souhrnně šlo o upřednostnění vlastních potřeb v několika situacích, vyhledání odborné pomoci pro zlepšení psychického stavu, vymezení času pro sebe či vymezení hranic u širší rodiny.

Další oblastí je sourozenecký vztah, který s náročným chováním dítěte souvisí. Všechny matky, jež mají více než jedno dítě, reflektovaly časté konflikty mezi sourozenci, které komplikují jejich běžné fungování. Z jejich zkušenosti vyplývá, že dítě s náročným chováním může být příčinou náročného chování u svého sourozence či naopak může být jedno z dětí v důsledku projevů náročného chování sourozence upozaděno. Obě skutečnosti mohou být příčinou častých sourozeneckých konfliktů. Všechny matky v této oblasti reflektovaly alespoň lehké zlepšení. Konflikty mezi dětmi se jeví jako méně závažné a posun nastal rovněž v úrovni vřelosti či zájmu o druhého. Ke zlepšení nejspíše napomohlo vymezení času, kdy je věnována pozornost každému dítěti zvlášť, zmírnění projevů náročného chování, zapojení dítěte bez projevů náročného chování do běžného fungování či naučení adaptivnějších reakcí na projevy náročného chování sourozence.

Sourozeneckým vztahům se ve své metaanalýze věnoval například Pickering et al. (2023). Konkrétně sledoval účinek programu Triple P na kvalitu sourozeneckých vztahů, na kterou mají rodiče zásadní vliv. Z prováděného výzkumu však vyplývá, že účast na programu Triple P může napomoci zlepšení vřelosti mezi sourozenci, ale k poklesu

sourozeneckých konfliktů příliš nedochází. Tyto výsledky podporují mé zjištění, avšak matky, jež se účastnily rozhovorů, reflektovaly změny i v oblasti sourozeneckých konfliktů. Pozitivní vliv programu Triple P na sourozenecké vztahy potvrzuje rovněž Leijten et al. (2021).

Jako důležitá oblast týkající se náročného chování se jeví (ne)jednotnost ve výchovném přístupu pečujících osob. Ze zkušenosti matek se dá usuzovat, že pro změnu v této oblasti je nutné, aby se programu účastnily obě pečující osoby. V opačném případě může být sjednocení spíše výsledkem náhody, jelikož k přenosu informací nedochází nebo nejsou do výchovného přístupu nezúčastněné pečující osoby cíleně integrovány. Jedna matka se účastnila programu společně s manželem, který byl k účasti spíše skeptický a k jednotlivým strategiím přistupoval pesimisticky. V průběhu programu však bylo možné zaznamenat posun v přemýšlení o projevech náročného chování dítěte a po skončení programu se podařilo nalézt mezi matkou a manželem kompromis. Důsledkem bylo zlepšení vztahu a semknutí celé rodiny.

Zlepšení v rodině je reportováno rovněž v meta-syntéze Butlera et al. (2020). Dle jeho zjištění rodiče popsali jasnější očekávání v rodině a týmovou spolupráci, díky níž se jim rodinný život zdá být lépe zvládnutelný. Mezi partnery se objevilo zlepšení komunikace, účastníci se cítili partnerům blíže a měli od nich větší podporu. To jim umožnilo efektivnější společné rodičovství.

Po absolvování programu matky reflektovaly alespoň minimální zmírnění projevů náročného chování. Do této změny se promítají všechny výše zmíněné posuny v dílčích oblastech, ale také vyhledání další odborné pomoci či nečekané změny v prostředí dítěte. Konkrétně jde tedy o změnu výchovného přístupu, změně v sebepojetí matek, posun v sourozeneckých vztazích či posun v nejednotnosti ve výchově. Na základě výpovědí matek se jeví vztah mezi náročným chováním dítěte a dílčími oblastmi jako reciproční. Vztah mezi náročným chováním a oblastmi je blíže popsán výše.

Zmírnění projevů náročného chování reflektuje rovněž Butler et al. (2020). Ve své meta-syntéze uvádí, že rodiče po absolvování programu běžně popisovali zlepšení v chování jejich dítěte. Zmiňovali zejména snížení výskytu chování, které vnímali jako problematické, a také to, že jejich dítě více poslouchá a více respektuje pravidla a hranice.

Zmírnění projevů náročného chování potvrzuje také nedávná studie Gagné et al. (2023b), jež byla realizována v Quebecu. Ta uvádí, že změna v této oblasti je viditelná i po 4 letech od absolvování programu. Dokonce se jeví, že v čase jsou tyto změny ještě lepší, než tomu je bezprostředně po skončení programu. Tyto výsledky korespondují s výsledky v řadě dalších studií. Rovněž z české evaluační studie (Nekolová, 5.6. 2024) vyplývá, že program Triple P pomáhá zmírňovat projevy náročného chování a také snižuje počet dopadů tohoto chování.

Mezi **limity výzkumu** jistě patří malý výzkumný vzorek, který nám neumožňuje popsanou zkušenost matek zobecnit. Přestože se zkušenost převážně shoduje s výsledky zahraničních výzkumných studií, zkušenost s programem Triple P a jeho dopady mohou být ovlivněny kulturními aspekty. Pro zobecnění by bylo tedy nutné výzkumný soubor významně rozšířit. Možnosti zobecnění rovněž brání zvolený přístup IPA, jehož cílem je prozkoumat jedinečnou zkušenost s vybraným fenoménem.

Dalším limitem výzkumu může být vliv výzkumníka na výsledná data, který je považován za běžnou součást kvalitativních výzkumů. Aby došlo k minimalizaci tohoto vlivu, je nutná důkladná sebereflexe výzkumníka. Tento požadavek jsem se snažila při realizaci výzkumu naplnit. Objektivita dat mohla být rovněž podpořena tím, že s výchovou dětí nemám zkušenost, a tudíž jsem mohla ke sběru i analýze dat přistupovat s větším nadhledem a nižší angažovaností.

V dalším badání by bylo vhodné rozšířit výzkumný soubor a také sledovat zkušenost matek i v delším horizontu od ukončení programu Triple P. To by umožnilo sledovat, do kterých oblastí se implementace programu v České republice promítá, a jak udržitelná tato změna je. Dále by bylo vhodné v rámci evaluace sledovat nejen dopady programu na výchovný přístup rodiče a projevy náročného chování, ale zaměřit se také na další oblasti, které při rozvoji náročného chování hrají důležitou roli. Zajímavé by rovněž bylo porovnat dopady programu v rodinách, kde se programu účastní jedna pečující osoba s rodinami, ve kterých se účastní obě pečující osoby. Jelikož je v programu Triple P nutné aktivní zapojení rodiče, vnímám jako důležité zaměřit se také na motivační faktory splnění celého programu a také na to, jak tuto motivaci podpořit. Díky tomu by poté bylo možné program

přizpůsobit rodičům, které je nutné podpořit, avšak samotní nepřebírají za chování dítěte zodpovědnost.

Závěr

V rámci řešení náročného chování je práce s rodinou či rodičem aspektem, který by se neměl opomíjet. Tato diplomová práce si kladla za cíl zmapovat zkušenost matek dětí s náročným chováním s programem Triple P. Cílem bylo také prozkoumat, jakým způsobem se tato zkušenost promítá do výchovného přístupu matek či dalších oblastí. Teoretická část se zabývala náročným chováním, přičemž jej sledovala v kontextu rodiny, výchovy a samotných matek. Dále přiblížila roli střediska výchovné péče, jež se náročným chováním zabývá, a také seznámila s programem Triple P. Teoretická část tak vytvořila základní rámec pro část empirickou. Empirická část představila kvalitativní výzkum realizovaný za pomoci opakovaných polostrukturovaných rozhovorů se čtyřmi matkami, jež se programu Triple P účastnily. Rozhovory proběhly před programem, bezprostředně po skončení a 4 měsíce od skončení programu. Další využitou metodou bylo zúčastněné pozorování realizované v rámci účasti na programu Triple P společně s matkami. Reflektovaná zkušenost byla analyzována za pomoci přístupu IPA a výsledná zjištění byla porovnána s empirickými poznatky odborné literatury.

Přínosem diplomové práce je komplexní zmapování zkušenosti matek s programem Triple P a odhalení možných oblastí, do kterých se tato zkušenost v Českém prostředí může promítat. Jako hlavní motiv účasti programu Triple P byly označeny projevy náročného chování a zároveň také pocit selhání, jež matky před účastí zažívaly. Obecně matky zkušenost s programem hodnotily pozitivně a podařilo se jim dosáhnout stanovených cílů či se alespoň posunout na cestě k jejich naplnění. Na základě zkušenosti matek se objevily změny v oblasti výchovy, sebepojetí matek, sebepéče matek, sourozenecké rivality a v rozdělení pozornosti mezi děti. V oblasti nejednotnosti ve výchově mezi rodiči se jako nutné jeví zapojení obou rodičů. Změny v těchto oblastech snižují projevy náročného chování a zároveň se mezi sebou vzájemně ovlivňují. Tato zjištění mohou představovat základní kámen pro další bádání, které by nám mohlo pomoci lépe porozumět reálnému dopadu programu Triple P v dílčích identifikovaných oblastech.

Seznam použitých informačních zdrojů

- Baumel, A., Mathur, N., Pawar, A., & Muench, F. (2021). Psychosocial Interventions for Children With Externalized Behavior Problems: An Updated Meta-analysis of Moderator Effects. *Journal of Child and Family Studies*, 30(1), 65–86. <https://doi.org/10.1007/s10826-020-01863-6>
- Baumrind, D. (1971). Current patterns of parental authority. *Developmental Psychology*, 4(1, Pt.2), 1–103. <https://doi.org/10.1037/h0030372>
- Beelmann, A., Arnold, L. S. & Hercher, J. (2023). Parent training programs for preventing and treating antisocial behavior in children and adolescents: A comprehensive meta-analysis of international studies. *Aggression and Violent Behavior*. 68. 1-12. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2022.101798>
- Belsky, J. (2014, prosinec). *Social-Contextual Determinants of Parenting*. Encyclopedia on Early Child Development. <https://www.child-encyclopedia.com/parenting-skills/according-experts/social-contextual-determinants-parenting>
- Bornstein, M. H. (2016). Determinants of parenting. In D. Cicchetti (Ed.), *Developmental psychopathology: Risk, resilience and intervention*. (s. 180-270) Wiley.
- Buist, K. L., & Vermande, M. (2014). Sibling relationship patterns and their associations with child competence and problem behavior. *Journal of Family Psychology*, 28(4), 529–537. <https://doi.org/10.1037/a0036990>
- Butler, J., Gregg, L., Calam, R. & Wittkowski, A. (2020). Parents' Perceptions and Experiences of Parenting Programmes: A Systematic Review and Metasynthesis of the Qualitative Literature. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 23, 176-204. <https://doi.org/10.1007/s10567-019-00307-y>
- Čáp, J. (1996). *Rozvíjení osobnosti a způsob výchovy*. ISV
- Čermák, I., Hytych, R., Řiháček T., & kol. (2013). *Kvalitativní analýza textů: čtyři přístupy*. Masarykova Univerzita.

Coleman, P. K., & Karraker, K. H. (2000). Parenting Self-Efficacy Among Mothers of School-Age Children: Conceptualization, Measurement, and Correlates. *Family Relations*, 49(1), 13–24. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2000.00013.x>

Dubois-Comtois, K., Moss, E., Cyr, C., & Pascuzzo, K. (2013). Behavior Problems in Middle Childhood: The Predictive Role of Maternal Distress, Child Attachment, and Mother-Child Interactions. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 41(8), 1311–1324. <https://doi.org/10.1007/s10802-013-9764-6>

Felcmanová, L., Hečková, L., Myšková, L., Němec, Z., Krejčová, L., Winkler, P., Dvořáková, K., Houška, P., Franke, L., Korbel, M., Kubíčková, A., Šimáčková Laurenčíková, K., Nosál, I., Salomonová, M., Smrž, J., Turková, K., Zatloukal, T., Andrys, O., Pražáková, D., Folwarczný, R., & Borkovcová, I. (2021). *Přístupy k náročnému chování dětí a žáků ve školách a školských zařízeních a možnosti jeho řešení: Metodické doporučení*. Česká školní inspekce.

Gagné, M. H., Brunson, L., Piché, G., Drapeau, S., Paradis, H. & Terrault, Z. (2023). Effectiveness of the Triple P Program on Parental Stress and Self-efficacy in the Context of a Community Roll-out. *Journal of Child and Family Studies*, 32, 3090-3105. <https://doi.org/10.1007/s10826-023-02663-4>

Gagné, M. H., Clément, M. E., Milot, T., Paradis, H. & Voyer- Perron, P. (2023a). Comparative efficacy of the Triple P program on parenting practices and family violence against children. *Child Abuse & Neglect*, 141. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2023.106204>

Gagné, M. H., Piché, G., Brunson, L., Clément, M. E., Drapeau, S. & Jean, S. M. (2023b). Efficacy of the Triple P – Positive Parenting Program on 0–12 year-old Quebec children's behavior. *Children and Youth Services Review*, 149. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2023.106946>

Gerard, J. M., & Buehler, C. (1999). Multiple Risk Factors in the Family Environment and Youth Problem Behaviors. *Journal of Marriage and the Family*, 61(2), 343. <https://doi.org/10.2307/353753>

- Grusec, J. E., & Davidov, M. (2010). Integrating Different Perspectives on Socialization Theory and Research: A Domain-Specific Approach. *Child Development, 81*(3), 687–709. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01426.x>
- Hartl, P. (2004) *Stručný psychologický slovník* (s. 230). Portál.
- Hendl, J. (2023). *Kvalitativní výzkum: Základní teorie, metody a aplikace*. Portál.
- Hutyrová, M. a kol. (2019) *Děti a problémy v chování: Etopedie v praxi*. Portál.
- Kaminski, J. W., & Claussen, A. H. (2017). Evidence Base Update for Psychosocial Treatments for Disruptive Behaviors in Children. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, 46*(4), 477-499. <https://doi.org/10.1080/15374416.2017.1310044>
- Kingsbury, A. M., Clavarino, A., Mamun, A., Saiepour, N., & Najman, J. M. (2017). Does having a difficult child lead to poor maternal mental health? *Public Health, 146*, 46–55. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2017.01.001>
- Kořa, J. (2015). Hlavní činitelé socializace. In R. Jedlička, M. Franclová, M. Komzáková, J. Kořa, J. Pilař, L. Počtová, M. Podzimek, J. Slavík & J. Valenta. (Eds.) *Poruchy socializace u dětí a dospívajících: Prevence životních selhání a krizová intervence* (s 34 – 47). Grada.
- Leijten, P., Melendez-Torres, G. J., & Oliver, B. R. (2021). Parenting programs to improve sibling interactions: A meta-analysis. *Journal of Family Psychology, 35*(5), 703–708. <https://doi.org/10.1037/fam0000833>
- Maciel, L., Gomis-Pomares, A., Day, C. & Basto-Pereira, M. (2023). Cross-cultural adaptability of parenting interventions designed for childhood behavior problems: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review, 102*, 1-13. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2023.102274>
- Markie-Dadds, C., Turner, K. M. T & Sanders, M. R. (2022). *Skupinový program – Pracovní sešit pro každého rodiče*. Triple P International Pty Ltd.
- McCart, M. R., & Sheidow, A. J. (2016). Evidence – Based Psychosocial Treatments for Adolescents With Disruptive Behavior. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, 45*(5), 529–563. <https://doi.org/10.1080/15374416.2016.1146990>

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. (2007). *Metodický pokyn upřesňující podmínky činnosti středisek výchovné péče*. <https://www.msmt.cz/vzdelavani/socialni-programy/metodicky-pokyn-upresnujici-podminky-cinnosti-stredisek-vychovne-pece>

Michalová, Z. (2007) *Sonda do problematiky specifických poruch chování*. Tobiáš.

Murray, J., & Farrington, D. P. (2010). Risk Factors for Conduct Disorder and Delinquency: Key Findings from Longitudinal Studies. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 55(10), 633–642. <https://doi.org/10.1177/070674371005501003>

Nekolová, M. (5.6.2024). *Program z pohledu evaluace*. Online konference: Program pozitivního rodičovství Triple P v období 2024-2027, Online MS Teams

Neumannová, M., Nováková, P. & Dlouhá D. (5.6.2024) *Implementace Triple P v období 2024-2027*. Online konference: Program pozitivního rodičovství Triple P v období 2024-2027, Online MS Teams

Nielsen Sobotková, V. & kol. (2014) *Rizikové a antisociální chování v adolescenci*. Grada.

Nogueira, S., Canário, A. C., Abreu-Lima, I., Teixeira, P. & Cruz O. (2022) Group Triple P Intervention Effects on Children and Parents: A Systematic Review and Meta-Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(4):2113. <https://doi.org/10.3390/ijerph19042113>

Nováková, P. (2024) Zkušenosti s Programem pro pozitivní rodičovství Triple P v České republice. *Podpora rodičů, rodin a párů na základě programů založených na důkazech* (s. 67-85) Ministerstvo zdravotnictví ČR.

Piskering, J. A., Crane, M. E., Hong, J., Nickel, A.-K., Chainey, C. & Sanders, M. R. (2023). A Randomized Controlled Trial of a Parenting Program to Improve Sibling Relationships. *Journal of Child and Family Studies*, 32, 1438-1451. <https://doi.org/10.1007/s10826-023-02539-7>

Pilař, J. (2015). Střediska výchovné péče. In R. Jedlička, M. Franclová, M. Komzáková, J. Kořa, J. Pilař, L. Počtová, M. Podzimek, J. Slavík & J. Valenta. (Eds.) *Poruchy socializace u dětí a dospívajících: Prevence životních selhání a krizová intervence* (s 363 – 365). Grada.

Sevigny, P. R., & Loutzenhiser, L. (2010). Predictors of parenting self-efficacy in mothers and fathers of toddlers. *Child: Care, Health and Development*, 36(2), 179–189. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2214.2009.00980.x>

Smetana, J. G. (2017). Current research on parenting styles, dimensions, and beliefs. *Current Opinion in Psychology*, 15, 19–25. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.02.012>

Sobotková, I. (2012). *Psychologie rodiny: Druhé přepracované vydání*. Portál.

Thorová, K. (2015). *Vývojová psychologie: Proměny lidské psychiky od početí do smrti*. Portál.

Triple P International Pty Ltd. (2013). Triple P – program pozitivního rodičovství. *Podpora rodičů, rodin a párů na základě programů založených na důkazech* (s. 19-67) Ministerstvo zdravotnictví ČR.

Triple P: Positive parenting Program. (n.d.) *Evidence based program: Program založený na důkazech*. <https://www.triplep.cz/Evidence-based-program.html>

Triple P: Positive parenting Program. (n.d. a) *Program Triple P: Co je Program pozitivního rodičovství Triple P?* <https://www.triplep.cz/Program-Triple-P.html>

Vojtová, V. (2008). *Úvod do etopedie: texty k distančnímu vzdělávání*. Paido.

Weaver, C. M., Shaw, D. S., Dishion, T. J., & Wilson, M. N. (2008). Parenting self-efficacy and problem behavior in children at high risk for early conduct problems: The mediating role of maternal depression. *Infant Behavior and Development*, 31(4), 594–605. <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2008.07.006>

Zákon č. 109/2002 Sb., zákon o výkonu ústavní výchovy nebo ochranné výchovy ve školských zařízeních a o preventivně výchovné péči ve školských zařízeních a o změně dalších zákonů (2022). <https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2002-109>

Seznam příloh

Příloha 1 – Základní otázky polostrukturovaného rozhovoru

Úvodní rozhovor

- Představte mi vaši rodinu – kolik má členů, co vás charakterizuje?
 - Máte nějaké vlastní zájmy? Jaké zájmy má váš partner?
 - Můžete mi představit vaše děti? Jaké jsou? Jaké mají zájmy?
 - Řešíte problémy společně nebo spíše každý za sebe? Mluvíte o problémech mezi sebou a řešíte je spolu?
 - V některých rodinách není ani chvíli ticho, pořád někdo mluví a v jiných je spíše ticho a klid. Která je ta vaše?
 - Jste spíše aktivní rodina nebo rodina, která má ráda svůj klid?
- Jak vypadá váš běžný den v rodině?
- Jak trávíte víkendy?
- Jak trávíte dny, kdy nemáte žádné plány?
- Máte v rodině nějaké rituály? Něco, co děláte pravidelně?
- Jak máte rozdělené běžné povinnosti?
- Je něco, co byste rádi dělali v rodině častěji?
- Zkuste si vybavit situaci, kdy vás váš syn/dcera naposledy našel.
 - Můžete mi říct o co šlo?
 - Jak jste situaci řešili?
- Jakého cíle byste chtěl/a ve výchově dosáhnout?
- Co je podle vás ve výchově zásadní?
- Proč jste se rozhodla přihlásit do kurzu Triple P?
 - Napadá vás příčina jeho problémů?
 - Jaká je pro vás hranice “přípustného” zlobení?
- Jaké máte očekávání od kurzu?

Rozhovor po skončení programu Triple P

- Co vám kurz dal?
- Jakou hlavní myšlenku si z této zkušenosti odnášíte?
- Je něco s čím nesouhlasíte?
- Které strategie vám utkvěly v hlavě a využíváte je?
- Nastavili jste si doma pravidla?
- Jak se vám dařily 3 týdny, kdy jste volala s lektorkou? Co konkrétního jste řešily?
- Jakou vnímáte příčinu problémů vašeho dítěte?
- Jak vypadá váš běžný den v rodině? Změnilo se to?
- Jak máte rozdělené běžné povinnosti?
- Je něco, co byste rádi dělali v rodině častěji?
- Zkuste si vybavit situaci, kdy vás váš syn/dcera naposledy naštvál. Můžete mi říct o co šlo a jak jste situaci řešili?
- Je něco, na čem chcete dále pracovat?
- Říkal/a jste, že do kurzu přicházíte s *takovým* očekáváním. Naplnilo se?
- Vnímáte nějakou změnu?
 - V chování dítěte
 - Ve fungování rodiny...
- Jaké cíle jste si nastavila na začátku programu?
 - Naplnily se?
- Změnila se nejednotnost výchovného přístupu mezi vámi a partnerem?
- Co je ve výchově zásadní?
- Jaký je váš výchovný cíl?

- Specifické otázky vycházející z předchozích rozhovorů.

Rozhovor 4 měsíce od skončení programu

- Je něco, co se od našeho posledního setkání změnilo?
- Co se podle vás změnilo od našeho prvního setkání?
- Jak vypadá váš běžný den v rodině? Změnilo se to?
- Děláte v rodině něco, co jste dříve nedělali?
 - Nové rutiny?
- Vrátila jste se během posledních týdnů k pracovnímu sešitu a poznámkám z kurzu?
- Které strategie z kurzu vám utkvěly v hlavě a využíváte je?
 - Jsou nějaké, které se neosvědčily?
- Změnila se nejednotnost výchovného přístupu mezi vámi a partnerem?
- Je něco, co byste rádi dělali v rodině častěji?
- Zkuste si vybavit situaci, kdy vás váš syn/dcera naposledy naštvál. Můžete mi říct o co šlo a jak jste situaci řešili?
- Je něco, na čem chcete dále pracovat?
- Našla jste si nějaký čas pro sebe?
- Co je ve výchově zásadní?
- Jaký je váš výchovný cíl?
- Zhodnocení zkušenosti s programem Triple P.

- Specifické otázky vycházející z předchozích rozhovorů.

Příloha 2 – Průběh programu Triple P

1) Setkání

(Paní S, Paní N, Paní Š)

- Přivítání. Organizační informace. Rozdání dotazníků sloužících k evaluaci. Vyplněné dotazníky mají matky přinést na další setkání.
- V úvodu probíhá nastavování pravidel pro celou skupinu. Pravidla formulují účastnice (Nesoudit, mlčenlivost). V závěru přidává pravidlo lektorka (chodit včas).
- Následuje seznamovací aktivita. Utváří se dvojice, v rámci kterých se účastníci představují navzájem. Následně každý skupině sděluje informace, které se o druhém dozvěděl.
- V dalším kroku jsou na tabuli sepsána očekávání všech zúčastněných, a to i v případě, že se opakují.
- Dále probíhá brainstorming na téma rodičovství.
 - o Práce, chaos, výzva, projekt, strach, láska, na celý život, nebudeme sami, sranda, plánování, poučení, odpírání, zodpovědnost, objevování
- Přesun k pracovnímu sešitu, kde na první straně účastníci podepisují závazek. Tento závazek slouží pouze pro ně, přičemž cílem je, aby k účasti programu přistupovali zodpovědně. V závazku zaškrťávají, kterým aspektů programu jsou ochotni se věnovat: účast na skupinových setkáních, účast na individuálních (telefonických) konzultacích, plnění domácích úkolů.
- Představení pozitivního rodičovství = video a následné vypíchnutí klíčových informací lektorkami.
- Zaměření na možné příčiny náročného chování = video, které je průběžně zastavováno a komentováno. V těchto pauzách jsou účastníci vyzváni, aby se zamysleli, které z uváděných příčin se týkají jejich zkušenosti. V pracovním sešitě je prostor pro poznámky a zaškrťávání těch příčin, které účastníci reflektují jako zásadní.
- Formulování cílů pro program Triple P (pro účastníka, pro dítě).

- Vysvětlení deníku chování. Nabídnuty tři formy zaznamenávání chování (deník, frekvence, graf).
- Shrnutí. Zadání úkolů = dokončení cílů, zaznamenávání vybraného chování

2) Setkání

(Paní S, Paní N, Paní Š, Paní J: odchází dříve)

- Přivítání nových členů (Paní J, manžel paní S).
 - Krátké představení, očekávání od kurzu.
- Připomenutí pravidel.
- Reflexe úkolů a toho, jak se minulý týden účastníkům dařilo. Není zřejmé, zda všichni záznam chování prováděli. Odpovědi dost povrchní.
- Následně se prochází tématy rozvíjení dobrých vztahů s dětmi, povzbuzování dobrého chování a učení novým dovednostem a chování.
 - Využita vždy videa, která byla po částech zastavena a proložena prezentací s vypíchnutím klíčových informací. V těchto pauzách vždy probíhal praktický nácvik dílčích strategií či byl zadán úkol z pracovního sešitu. Tyto úkoly jsou zaměřené na zamyšlení. Jde o propojení strategie s reálným životem. Díky tomu má při odchodu rodič připravené vše pro to, aby mohl danou strategii využít.
 - Během nácviků v průběhu celého programu jsou lektorky spíše v roli průvodce a veškerou aktivitu nechávají na ostatních účastnících. Jsou velmi respektující a podporující. Nehodnotí. V této roli zůstávají i v případě, kdy se jeden účastník staví vůči některým strategiím do odporu (manžel paní S).
 - Účastníci mají tendenci sdílet konkrétní situace z běžného života a žádají konkrétní rady, jak je vyřešit. Lektorky obrací aktivitu zpět k tazatelům s otázkou „Která z nabízených strategií by vám mohla s tímto pomoci?“. Pokud se otázka vztahovala k tématům dalšího setkání, bylo sděleno, že se

těmto věcem budeme věnovat příště. Další způsob reakce bylo vyzvání členů skupiny, aby navrhli, jak by danou situaci bylo možné řešit.

- Během setkání probíhalo také sdílení zkušeností mezi účastníky.
- Na závěr shrnutí a zadání úkolu na příští setkání (vyzkoušet některé strategie).

3) Setkání

(Paní S, Paní N, Paní Š, Paní J)

- Reflexe zařazení strategií a toho, co se za poslední týden událo. Účastníci vypichují pozitivní aspekt pochvaly. Paní S s manželem hodnotí věnování pozornosti synovi jako kontraproduktivní (vyžaduje stále více pozornosti).
- Tématem setkání zvládnutí nevhodného chování. Opět kombinace videa a prezentací s výkladem, která byla proložena praktickým nácvikem či úkoly z pracovního sešitu.
- Po představení a nácviku dílčích strategií seskupeno do komplexního postupu zvláště pro požadavky zaměřené na zahájení činnosti dítěte a na ukončení činnosti dítěte. Tento systém pracuje se sdělením požadavku maximálně dvakrát při zahájení a maximálně jednou při ukončení činnosti. Postup pouze představen. Procvičován bude v dalším setkání.
- Účastníci opět sdíleli své konkrétní zkušenosti a snažili se na ně dané strategie napasovat či pojmenovávali kritické body, které při zavádění vnímají. Pokud nevěděli, jak situaci řešit, probíhala podpora skupiny.
- Vysvětlení tabulky dobrého chování.
- Shrnutí a zadání úkolů do příštího setkání (tabulka dobrého chování, vyzkoušení strategií).

4) Setkání

(Paní S, Paní Š)

- Přišla jsem o 10 minut později.
- Reflexe toho, co se během týdne událo a také využití dílčích strategií. Tabulku dobrého chování nevyzkoušeli.

- Ani jedné nevyhovuje u dětí zavádět tichou pauzu a time-out.
- Nácvik komplexního postupu představeného na minulém setkání. 2 skupiny po třech.
 - Paní S, Paní Š, lektorka
 - Manžel paní S, lektorka, já
- Plánování činností, které jsou obtížně zvladatelné. Zapojení dílčích strategií.
- Vzhledem k nízkému počtu zúčastněných probíhá intenzivní sdílení konkrétních zkušeností. Paní Š je pro paní S silnou oporou.
- Domlouvání telefonických konzultací.

5) Závěrečné setkání

(Paní S, Paní N, Paní Š)

- Během celého setkání je pracováno s pracovním sešitem.
- Lektorky vysvětlují, jakým způsobem postupně ukončovat program.
- Navrácení k cílům stanoveným v úvodu programu. Zhodnocení jejich (ne)dosažení, reflexe změn a popis přínosů programu.
 - Všechny matky hodnotí účast kladně. Cílů se jim podařilo dosáhnout či jsou na cestě k jejich dosažení. Případně jsou schopny zhodnotit, že stanovené cíle nejsou vzhledem k charakteristikám dítěte reálné. To znamená, že již na dítě nejsou kladeny příliš vysoké nároky.
- Typy, jakým způsobem změny udržet a podpořit.
- Skupinová práce, v rámci které je vytvářen plán řešení modelových situací z pracovního sešitu. Praktické zapojování dílčích strategií a přístupů, jež byly v rámci Triple P představeny.
- Individuální identifikování rizikových situací, které se nejspíše v příštích šesti měsících objeví. Rozebrání jedné z nich u každé matky. Navrhnutí, jak se na ni připravit.
- Stanovení dalších cílů, kterých by chtěly dosáhnout (u sebe, u dítěte).
- Závěrečné zhodnocení. Rozdání dotazníků sloužících k evaluaci. Vyplněné dotazníky mají matky přinést či oskenované zaslat.

- Předání certifikátů.