

Konflikty učí děti postojům i strategiím

Děti jsou v prvních fázích svého vývoje přirozeně egocentrické, jednají především ve svém zájmu, brát ohled na druhé se teprve učí. Konflikty jsou vskutku vhodnou příležitostí k poznání, že potřeby lidí se občas navzájem zkříží, že naše vlastní potřeby nelze uspokojovat na úkor druhých, tedy alespoň ne bez dalších následků. Kromě poznávání vlastních hranic a hranic druhých lidí a osvojování si ohledu na ně se děti potřebují seznámit také se strategií výhra–výhra. Díky ní se naučí, že z konfliktů nemusejí vyjít vítězové a poražení, ale že se lze domluvit ke spokojenosti všech. Potřebují se také naučit, že jsou aktéry vlastního života, nikoliv pasivními vykonavateli cizích řešení.

Role vyšetřovatele, soudce a exekutora skrývají velká rizika

To neznamená, že by si dospělí neměli konfliktů mezi dětmi všímat, že by měli nechávat děti vyřešit si všechno samy. Jde ale o to, uvědomit si, co je cílem našeho zásahu, pokud se k němu rozhodneme.

Běžný mocenský postup dospělých spočívá v tom, že se nejdříve snaží vypátrat viníka. Ne vždy se to podaří, některé děti se s postupujícím věkem naučí docela dobře odhadnout a říkat to, co chtějí dospělí slyšet. Není tedy vzácností, že vina je přisouzena oběti. Dospělí dosti podceňují zejména provokace a slovní urážky, proto dítě, které emočně provokaci nezvládne a odpoví ještě silnějším „kalibrem“ (často fyzickou agresí), bývá často označeno za toho, kdo se vlastně provinil (*On se ti jenom posmíval, ale tys ho ubodil!*). Další krok spočívá ve „vynesení rozsudku“ – co kdo má udělat, jak a kdy, eventuálně vezme dospělý do svých rukou i výkon rozsudku. Děti se sice často dovolávají zásahu dospělých, někdy se však nakonec stane, že pokud dospělý rozhodne jinak, než očekávaly, spojí se děti do koalice proti němu.

Kromě rizika nespravedlivého posouzení celého konfliktu je hlavním problémem v tom, že se děti takovým postupem nenaučí ničemu novému, co by jim pomohlo příště spor vyřešit vlastními silami.

Kdy je třeba zasáhnout?

Už i docela malé děti bývají schopny vyřešit svůj spor samy a uspokojivě pro obě strany. I když do konfliktu nevstoupíme, můžeme pozitivní zisky, jež z něho vyplynou, podpořit reflexí, která může náhodné řešení přenést na vědomější úroveň: *Všimla jsem si, že jsi dal Radkovi na výběr, jestli si chce brát s bagrem nebo s nákladákem.*

Do konfliktu vstupujeme, zejména když

- někomu hrozí ublížení až zranění nebo zničení věcí,
- děti nemají dostatečné komunikační a sociální dovednosti (neznají zejména já-sdílení),
- je větší nerovnováha sil, ať fyzických nebo mentálních.

Prvním krokem je zabránit pokračování agrese

Někdy stačí, aby dospělý vstoupil do dveří, někdy pomáhá dotek (např. dotknout se ruky, ramena dítěte). Pozornost upoutá i první věta, která může být prostým popisem situace: *Tady se něco děje. Slyším křik. Slyším nepěkná slova.*

Je-li konflikt v plném proudu, pak je vhodné použít „zastavovací věty“: *Stop! Žádné kopání!* (viz kapitola 13). Případně podle situace použijeme fyzickou převahu (zadržíme ruku, oddělíme děti od sebe).

Vyslechneme děti bez přerušování a dotazů

Když přerušíme konflikt a sami nemáme nějakou naléhavou povinnost, máme pak dost času. Není třeba spěchat, horečně přemýšlet, co vlastně teď dětem říct, co udělat. Investovaný čas se nám vrátí v podobě zlepšujících se dovedností dětí řešit si své konflikty samy, bez našeho „jištění“.

Každé z dětí nám bude nejspíš chtít povědět svou verzi. Zde je namísto aktivní naslouchání, bez přerušování a zejména bez otázek. Můžeme však udělovat slovo, pokud je jedno dítě výřečnější a využívá toho: *Ted bych si chtěla poslechnout Julii.*

Není cílem této fáze porozumět všemu, co děti ze sebe chrlí. Nenechme se vtáhnout do role vyšetřovatele a soudce, hlavním účelem našeho zásahu totiž není zjistit co nejpřesněji, jak co proběhlo, nýbrž nasměrovat pozornost dětí na budoucnost, na řešení, co s tím dál.

Ztišení emocí znesvářených stran je základním předpokladem pro další kroky

Pro náš další postup je důležité si uvědomit, že pokud trvají emoce, jde logika stranou. Bezpodmínečně nutné je reagovat empaticky a přijmout veškeré emoce, včetně těch nejvíce negativních, jako jsou nenávisť, žárlivost nebo zuřivost. Emoce se ovšem nezklidní hned. Nevadí pláč, nevadí zvýšený hlas. Ostřejší slova krotíme empatickou reakcí: *Páni, to jsi tedy hodně naštvaný, když tohle říkáš. Ano, slyším tě, že se na Leoše*

moc zlobíš. Můžeme nabídnout některé techniky na zvládnání emocí – dýchání, bouchání do polštáře, je-li po ruce, mačkání gumového míčku apod. (viz kapitola 7).

Teprve až emoce opadnou, můžeme pokročit dále. Pokud tak učiníme předčasně, emoce propuknou znovu.

Pokusíme se předat další průběh do kompetence dětí

Pokud se emoce ztiší, můžeme zkusit vyzvat děti, aby si spor vyřešily samy. Zdůraznili jsme, že po vyslechnutí dětí nepotřebujeme mít nutně jasno, co a jak proběhlo. Sdělení *Jenom vy dva (tři) víte, jak do doopravdy bylo...* dává dětem pádný důvod, proč by řešení měly hledat dál už samy. Nabízíme několik vhodných vět, které můžeme použít v různém pořadí či v různé kombinaci: *Bylo by dobré se nějak dohodnout, aby to vyhovovalo všem. Zkusíte si to teď vyřešit sami? Co byste ode mne potřebovali? Chcete, abych tu s vámi byl, nebo to zvládnete beze mne? Pokud budete chtít, ráda si pak poslechnu, jak si to vyřešíte.* Pokud je mezi dětmi velký nepoměr sil, necháváme si jako pojistku žádost, aby nám děti přišly říct, k čemu dospěly, aby „dohoda“ nebyla na úkor jedné či druhé strany. Můžeme se také zeptat, zda s dohodou/řešením jsou spokojeni oba.

Shrnutí podstaty sporu nasměruje děti k hledání jeho řešení

Pokud děti stojí o naši podporu a emoce jsou ztišené, pak nastává čas na logiku. Zkusíme zformulovat podstatu sporu s pomocí komunikační dovednosti popisu.

Vidím, že si chcete brát se stejnou hračkou.

Vidím, že jeden si chce zpívat a druhý potřebuje ticho.

Vidím, že oba chcete sedět v tom křesle.

A následně přijdou konstruktivní otázky, které vybízejí k řešení: *Tak co s tím? Co navrhuje?*

Pokud nikdo z dětí nemá žádný návrh, můžeme zformulovat informaci o tom, co v dané situaci přichází v úvahu. Jako komunikační dovednost použijeme zásadně informaci: *Je možné udělat... nebo...* V žádném případě nesdělujeme, že by to tak děti měly udělat, nepoužíváme rozkazovací způsob (*Tak ty udělej tohle a ty tohle!*).

Je možné dělat i prostředníka v komunikaci, ne však řešitele

Někdy je spor komplikovanější nebo děti nemají dostatečné komunikační dovednosti. V takovém případě pomůžeme dětem vyjádřit, co by chtěly,

potřebovaly, a také pomáháme v tom, aby byly schopné naslouchat i přáním druhé strany.

Kryštiřku, rád/a bych slyšel/a, co bys chtěl.

Lubošku, a co ty bys chtěl?

Dalším krokem je vedení dětí k vzájemnému naslouchání.

Lubošku, rozuměl jsi, co Kryštiřek chce, co potřebuje? Můžeš říct, jak tomu rozumíš?

Kryštiřku, co by Lubošek chtěl, co potřebuje?

Můžeme také shrnout, co zaznělo:

Takže rozumím tomu tak, že ty, Kryštiřku, si chceš na koberci postavit zoo, a ty, Lubošku, by sis chtěl rozložit vláčkodráhu. Tak co navrhuje, abyste byli oba spokojeni?

Celý proces se podle potřeby opakuje a směřuje k dohodě. Otázka: *Co bys chtěl?* míří do budoucna, k řešení, nikoliv k hledání viníka. Na věty obviňující druhého účastníka sporu: *Aby mi to nebral (neboural, nedělal bluk...)* lze reagovat otázkou: *Co bys chtěl ale dělat ty?* nebo to zformulovat místo dítěte: *Ty by sis to chtěl stavět sám (dělat úkol v klidu...)*.

Někdy pomůže odstranit předmět sporu

Vzít dětem to, o co se hádají a co chtějí oba, je celkem obvyklým řešením dětských konfliktů autoritativními dospělými. K odstranění předmětu sporu sáhnou někdy i respektující rodiče. To, co na první pohled vypadá jako totéž, není totéž, ani pokud jde o cíl, ani pokud jde o způsob, jakým se to děje. V mocenském přístupu se to používá spíš jako trest za probíhající konflikt a je doprovázen výčitkami, odsuzováním dětí, bez pochopení jejich potřeb (*Takhle se rvát jako psi! Když se neumíte slušně chovat, tak vám to vezmu a nebude to mít nikdo!*). Respektující přístup vychází z toho, že pro nezralou dětskou psychiku může být velmi obtížné racionálně uvažovat o řešení, když je žádoucí předmět na dohled. Cílem tedy je ulehčit situaci a umožnit snadnější soustředění na řešení. Komunikace je především empatická a podporující. *Vidím, jak moc tobo bubenička oba chcete. Je to těžké se domlouvat, když ho máte na očích. Může pomoci, kdy ho dáme teď na chvíli stranou. Dám ho na skříň, abychom na něj ani neviděli. Soublasíte?* Někdy stačí položit na předmět sporu ruku.

Pokud spor trvá dál, může pomoci odpočinkový čas

I přes veškerou snahu se nemusí dětem podařit spor vyřešit. V tom případě je možné popsat situaci: *Vypadá to, že se prozatím nemůžete dohodnout.*

Můžete si dát odpočinkový čas a třeba mezitím někoho z vás něco napadne. Kdykoliv můžete za mnou přijít.

Nebo můžeme navrhnout: *Někdy pomáhá, když si každý jde do jiné místnosti a tam si o tom může přemýšlet sám. Je to na vás.*

Je důležité, aby nic z toho nebraly děti jako trest nebo jako definitivní řešení ze strany dospělého.

Reflexe je současně prevencí

Reflexi jako užitečný návyk jsme zmiňovali již vícekrát. Platí to i pro konflikty mezi dětmi. Vrátit se znova ke konfliktní situaci, když jsou všechny emoce už zklidněné, a hlavně když situace vyústila do nějakého přijatelného řešení, má velký potenciál do budoucna. Tím se upevňuje chování, které bylo účinné, ale také se tím dětem osvětlí příčiny, okamžik, kdy se situace zvrtila v konflikt, nebo i to, co odstartovalo proces řešení a napomohlo nalezení dohody.

Reflexe je nejpřirozenějším výchozím bodem pro to, aby děti s podporou dospělého došly k poznání, že mít pravidla pro určité situace, které se opakují, je výhodné pro všechny.

Mezi nejužitečnější pravidla patří:

- pravidla pro užívání vlastních i společných věcí,
- pravidlo neuhodit jako první,
- pravidlo bránit se, ale neoplácet,
- pravidlo „upustit páru“ bez ubližování – např. místo uhodit druhého zatnout pěsti nebo dupnout, bouchnout do polštáře (viz kapitola 7), případně mluvit o svých emocích (*Ted se brozně moc zlobím!*).

Pokud obě děti chtějí stejnou věc a není jasný nárok či pravidlo, můžeme naučit děti losovat (vzít nějaký drobný předmět do jedné ruky, druhá ruka je prázdná, kdo si zvolí plnou ruku, dostane to, co chce), s tím, že příště má na věc nárok ten druhý.

Významnou prevencí konfliktů jsou kromě pravidel také komunikační a sociální dovednosti, z nich především já-sdílení (viz kapitola 9).

Co je nebo není konflikt, je dáno tím, jak to děti vnímají

Mezi vývojové úkoly dětí patří i poznávání vlastního těla, jeho těžiště, síly úderu, rychlosti pohybu... Měření sil, „kočkování“ může dospělým vadit, protože je poměrně hlučné a na první pohled může vypadat jako rvačka.

Pokud si nejsme zcela jisti, stačí se zeptat dětí. Děti by také měly mít domluvené nějaké slovo, při jehož vyslovení druhé dítě okamžitě skončí. Slouží jako pojistka, aby měření sil nepřerostlo v nepřátelský boj nebo nebezpečné počínání. Pokud dospělý takové slovo slyší, ale „kočkování“ pokračuje, může říct: *Slyšela jsem, že Kuba řekl dvakrát „stop“.*

Čím více kompetencí děti mají, tím méně žalují

Žalování mívá dva základní cíle. Prvním je poškodit druhé dítě nebo získat nějakou výhodu na úkor druhého dítěte. (*Paní učitelko, holky na záchodě říkaly sprostá slova.*) Dítě chce vzbudit zájem, zavděčit se autoritě, případně očekává pochvalu. Vhodná replika místo obvyklého *Nežaluj!* může být např. *Až mi budeš chtít říct něco o sobě, ráda si to poslechnu.*

Paní učitelce v mateřské škole žalovali dva kluci na Davida, že má v kapse vlastní autíčko, což bylo proti pravidlům. *Co ode mne potřebujete?* opáčila paní učitelka. Kluci mlčeli. Za chvíli je slyšela, jak říkají Davidovi: *Viš, ona sice nic neřekla, ale to tvoje autíčko má být ve skřínce.*

Druhým cílem bývá vyžadování zásahu při řešení drobných neshod a konfliktů. Odráží stupeň závislosti dítěte na dospělém a většinou také nedostatek dovedností, které by mu umožňovaly chovat se samostatněji. Když dítě hledá při konfliktu s druhým dítětem naši podporu, je dobré zjistit, co od nás očekává. Pokud dítě umí používat já-sdílení, může mu dospělý doporučit, aby sdělilo přímo druhému dítěti, co potřebuje nebo co mu vadí.

Dětem se má dostat jasné informace, že se na dospělé může obrátit o pomoc, když usoudí, že je nad jeho síly vyřešit konflikt samo, nebo když neumí zabránit ubližování někomu jinému.

Z konfliktu se sourozenci nelze utéct

Význam sourozeneckých konfliktů spočívá i v tom, že je nezbytné dotáhnout je až k nějakému řešení. Je vhodné, pokud je takových situací nablízku rodič, který může dětem poskytnout podporu. Specifické problémy mohou někdy plynout ze značně rozdílných vývojových potřeb dětí. Konflikt typicky bývá mezi batoletem, které bere do ruky všechno, co vidí, a zkoumá to často destruktivním způsobem, a o dva tři roky starším dítětem, které si naopak už hraje konstruktivně.

Být starší by nikdy nemělo být pro dítě nevýhodou. Rozdíly bychom měli sdělovat jako fakt, který má vést k porozumění vůči mladšímu dítěti, nikoliv jako důvod k omezování staršího. *Všechny děti se takhle chovají, když jsou takhle malé... Ty jsi dělal totéž, i já, když jsem byl/a tak malý/á.*

I babička a děda. Tak to je. Můžeme ukazovat fotky, můžeme si o tom se starším dítětem povídat. Měli bychom potvrzovat pozici staršího. *Ty jsi přišla na svět dřív než Štěpánek, a tak už jsi vyšší, silnější, víc vážíš, víc tobo umíš. Bráška se to teprve všechno musí naučit. A nebude to umět hned.* A také společně vymýšlet, jak ochránit hračky i další výtvořy staršího dítěte před zničením. Může to znamenat najít bezpečná místa, kam mladší sourozenec nedosáhne. Pro posilování vztahů je možné hrát si na tvoření a boření, kdy starší staví z kostek něco, co vzápětí mladší zbořít. Také by se starší dítě mělo učit neagresivní obraně, tj. zadržet mladšímu sourozenci ruku, když se chystá něco shodit nebo někoho bouchnout, místo křiku či nadávek říct razantní NE!

K tématu sourozeneckých vztahů můžeme doporučit knihu *Sourozenci bez rivalry* (2009) autorek A. Faber a E. Mazlish.