

O TEORII TYPŮ

Proč používat Teorii typů ve výchově?



Rodiče, kteří za mnou přicházejí se svými dětmi, mají rozmanitá očekávání:

„Chtěli bychom vědět, nakolik závažná je Františkova nesoustředěnost či hyperaktivita. Jak mu pomoci lépe to zvládat? Jak pomoci sobě lépe ho zvládat, a nepřijít přitom o nervy?“

„Potřebujeme radu, jak překonat Štěpánovu úzkost být sám a strach z toho, že něco nezvládne a zklame nás. Hrozně ho mrzí, i když jenom vidí něco, co se nemá dělat. Třeba když je spolu s kamarády a oni dělají něco špatného, utíká od nich a pak hrozně brečí.“

„Rádi bychom s vaší pomocí lépe poznali osobnost dcery. Věříme, že se nám s ní bude lépe vycházet, když budeme vědět, že některé její povahové rysy i to, jak se chová nebo reaguje, pramení z její osobnosti – a třeba se to bude ještě vyvíjet.“

„Očekáváme, že nám pomůžete najít synovi vhodnou školu a kudy by se měl ubírat. Naměřovat nás jako rodiče, jak s ním nejlépe zacházet, abychom mohli mít nekonfliktní vztah a aby se sám dokázal nějakým způsobem seberegulovat, být za sebe odpovědný a mít se rád.“

„Potřebovala bych hlavně sama sebe dostat do klidu a přestat se trápit a docílit změny chování syna a jeho přístupu k povinnostem.“

Zaposloucháte-li se do rozhovoru dospělých, kteří si povídají o svých dětech, většinou sdílejí, co jim s jejich dítětem funguje a co ne. Rádi slyšíme, že ostatní řeší podobné situace či problémy,

rádi se druhými inspirujeme. Sdílení s lidmi, kteří jsou na podobné cestě jako my, je velmi efektivním způsobem učení. Někteří z nás trpí pocitem viny, že své dítě vychováváme špatně. Neustále hledáme cesty, jak s dítětem lépe komunikovat, pátráme v knihách, chodíme na semináře.

Když už si skutečně nevíme rady nebo se nám zdá, že chování našeho dítěte je „mimo normu“, vyhledáme odborníka. Bohužel pátrání po příčinách „problémového“ chování našeho dítěte často sklouzne k rodinné anamnéze a analýze výchovného stylu rodičů. Mnoho rodičů si z takového sezení s psychologem odnese dojem „*Kdybych své dítě lépe vychovával...*“. Pocity viny se ještě znásobí.

Vychovávám dítě špatně?

Ve většině případů se ale nedá říct, že své děti vychováváme „špatně“. Často děláme všechno proto, aby se naše dítě chovalo „správně“ ve společnosti, ve které žijeme, aby do ní dobře zapadlo, našlo uplatnění v práci a spokojenost ve vztazích. Málokdy se ptáme, co je pro naše dítě dobré – spíše hodnotíme, zda se dítě „správně“ chová:

Paní se sklání nad kočárkem s tříměsíčním miminkem: „A co vaše Terezka – je hodná?“

„Já nechápu, jak může Klárka dělat všechno na poslední chvíli? Kdyby nebyla líná a udělala si všechny povinnosti, hned jak přijde ze školy, měla by pak čas na hraní. Já jsem v jejím věku tak nezodpovědná nebyla.“

Hodnoticí nálepky používáme pro hodnocení chování dítěte naprosto přirozeně. Obrovské množství životních zkušeností totiž potřebujeme nějak třídit – členíme je tedy do významových skupin, kategorií, které si pro zjednodušení zkratkovitě nazýváme a dáváme jim pozitivní nebo negativní hodnocení. Je to naprosto přirozený způsob učení, který zobecňuje naše zkušenosti a pomáhá nám lépe se orientovat ve velkém množství informací. Do „šuplíčků“ v našich hlavách, s nálepkami „hodný“, „líný“, „zodpovědný“ či „nesamostatný“, pak zařazujeme chování lidí – a tato slova také používáme, když o lidech mluvíme. Bohužel tím většinou nepopisujeme aktuální chování člověka, nýbrž jeho osobnost jako celek. Ať chceme nebo nechceme, uchylujeme se ke stereotypům – škatulkujeme. Tvoříme vlastní typologii lidí.

Nejinak to dělají tvůrci různých typologií. Podobné vzorce chování přiřazují k určitým typům, ať už vycházejí z nějakého teoretického konstruktů, nebo naopak nasbíraná data do určitých skupin shlukují a vytvářejí pro ně nová zobecněná pojmenování.

Teorie typů sice také používá slovo „typ“, nesnaží se však naše chování pouze zařadit do škatulky, nýbrž pátrá po jeho příčinách. Carl Gustav Jung pozoroval u svých klientů rozdíly v chování a předpověděl, že za těmito rozdíly nestojí jen faktory zkušenostní a situační, ale především vrozené preference na úrovni našeho mozku. „Vrozené“ znamená mj. i to, že jsou pozorovatelné už v útlém věku dětí.

Rozdíly mezi dětmi jsou patrné už od mala

Představte si, že jste rodiče a máte dvě malé děti: Amálku a Klárku. Amálka se odmalička v nových situacích zaráží; mluví jenom s těmi lidmi, které už dobře zná. Řekli bychom, že „je ostýchavá“ a že „se potřebuje otrkat“.

Amálka ale podobně přistupuje i k nové hračce – nevrhne se na ni a nezačne ji zkoumat. Čeká, až jí někdo ukáže, co se s ní dělá. Pak toto chování napodobuje, osvojí si ho a potom si s hračkou vesele hraje a „správný“ způsob hraní si s ní často opakuje.

Druhé dítě, Klárka, novou hračku bez obav sama zkoumá; objevuje, co se s ní dá dělat. Když jí někdo ukáže, jak se s ní má „správně“ hrát, tak to patrně také napodobí, ale nebude ji dlouho bavit tuhle dovednost trénovat. Zítřka, nejspozději pozítří už bude s hračkou dělat něco jiného.

Rozdíl mezi Amálkou a Klárkou se později projeví i ve škole: Amálka se bude dožadovat velmi konkrétního zadání a bude se ujišťovat, že dělá věci správně, tak, jak to po ní chce paní učitelka. Klárka naopak bude ráda, když zadání nebude příliš omezující a bude moci postupovat tak, jak si to ona sama vymyslí. Pokud paní učitelka řekne dětem, že mají vyrobit dárek pro maminku s tím, že mohou vytvořit cokoliv, použít pro to jakýkoliv materiál a udělat to, jak chtějí, bude to pro Amálku stres, zatímco Klárka se s nadšením pustí do práce.

Tyto děti bychom mohli jednoduše popsat nálepkami „nesamostatná“ a „samostatná“ a jejich míra samostatnosti by se dala hodnotit na škále. Kdybychom si to uvědomili jako rodiče, mohli bychom se snažit Amálku vychovávat k větší samostatnosti a třeba jí i Klárku dávat za příklad nebo zdůrazňovat, že „už je dost velká, aby byla samostatnější“. Zkoušeli bychom samostatnost Amálky podpořit tím, že ji necháme, ať si v nových situacích nějak poradí – prostě ji hodíme do vody, ať plave. Bude to ale fungovat? Jak se přitom bude Amálka cítit? A jak nás asi vnímá okolí, když máme tak nesamostatné dítě? Možná si učitelka nebo školní psychologka myslí, že máme příliš direktivní výchovu. A že dítěti pořád říkáme, co a jak má dělat. A nedáváme mu volnost. Anebo jestli náhodou nemá naše dcera za sebou nějaký negativní zážitek z útlého dětství, který rozvoj její samostatnosti výrazně zbrzdil. Její nesamostatnost by se dala také vysvětlit tím, že má starší sestru, jež udělá hodně věcí za ni, a ona pak samostatná být vlastně ani nemusí.

Vlastnosti viděné jiným úhlem pohledu

Teorie typů nám na „nesamostatnost“ Amálky a „samostatnost“ Klárky dává úplně jiný pohled. Amálka se při příjmu informací opírá především o smyslové zkušenosti, které ukládá do svého mozku jako do databáze, ze které čerpá, když se potká s čímkoliv novým – když vidí novou hračku, zapátrá v databázi, jestli už někdy takovou hračku viděla a co s ní dělala. Pokud nic podobného nenajde, čeká na to, až jí někdo ukáže nebo řekne, co dělat. Čím je starší, tím větší databázi fakt a zkušeností má a snadněji se s novou situací vyrovná. V dospělosti bude Amálka člověkem, který bude dávat přednost osvědčeným postupům, a nebude jí vyhovovat, když bude muset vymýšlet něco úplně nového.

Klárka se nespolehá jen na smysly, nýbrž důvěřuje své intuici – sama hledá a zkouší nové cesty a možnosti řešení. Také si vytváří databázi zkušeností z minulosti, ale nemá takovou potřebu se k nim vracet. V dospělosti bude patřit k lidem, kteří se rádi pouštějí do nových věcí, nudí je osvědčené způsoby, stojí za změnami a inovacemi.

Na rozdíl od použití běžných škatulek „samostatná“ a „nesamostatná“, jež mají jednoznačné hodnotící podtext, se z pohledu Teorie typů nedá říct, že je jeden přístup lepší než ten druhý. Každý se hodí v jiné situaci: Jsou situace, kdy je opravdu dobré držet se osvědčených postupů a pokaždé znovu „nevynalézat kolo“, protože to s sebou nese časovou ztrátu i riziko chyb. Zároveň je někdy potřeba vyjet ze zajetých kolejí a vydat se novou cestou.

Různí lidé si vytvářejí různé škatulky

Na zařazování lidí do kategorií je problematické také to, že dva lidé mohou mít stejný projev chování zařazen do dvou naprosto rozdílných škatulek:

„Honza je tak zodpovědný, že se raději třikrát zeptá, než něco udělá, aby to náhodou neudělal špatně.“

„Honza je strašně nesamostatný – pořád se ujišťuje, jestli to správně pochopil, a doptává se na podrobnosti.“

Ve vytváření kategorií hraje významnou roli naše vlastní vidění světa, které vychází z vrozených potřeb. Pokud jsem člověk, jenž potřebuje konkrétní zadání úkolů a jasný postup, považuji za svou přednost, že dělám přesně to, co se ode mne očekává. Jako pozitivní rys to vnímám také u jiných lidí a chování Honzy v souladu s tím zařadím do příslušné hodnotící kategorie. Pokud jsem ale člověk, který potřebuje volnější zadání a prostor pro hledání vlastních cest, mohu chování Honzy vnímat úplně jinak.

To, jací jsme, se promítá do našich očekávání, která vzhledem k jiným lidem máme. Většina učitelů nabízí dětem to, co učitelům samotným vyhovuje, a očekává, že žákům to bude vyhovovat také. Podle toho je pak i hodnotí:

„Rád se držím toho, co se mi osvědčilo, a myslím si, že přesně tohle potřebují i děti. Proto od nich očekávám, že budou pracovat podle naučených postupů. Vadí mi ti žáci, kteří se nedrží zadání a polemizují se mnou o tom, že by to přece šlo udělat ještě jinak.“

„Mně vyhovuje, když mě nikdo nesusazuje a mohu si věci dělat po svém. Ve výuce proto očekávám, že žáci budou rozvíjet svou tvořivost, a vadí mi, když nechápou, co po nich chci, a v průběhu práce se pořád ptají, jestli to dělají dobře.“

Ke stereotypnímu vnímání se nejčastěji uchylujeme u lidí, kteří se od nás nejvíce liší. Těm totiž nejméně rozumíme: „Ivan je tak uzavřený člověk – ten musí mít velké problémy v komunikaci.“ Extravert vnímá člověka, který nezačíná konverzaci a na otázky neodpovídá rychle, jako člověka rozpačitého, uzavřeného a sociálně neobratného. To, že se jedná o introverta, který si rád dopředu promyslí, co chce říct, a kterému více vyhovuje pohybovat se ve vnitřním světě svých myšlenek, zůstává extravertovi skryto.

„Proč si Eva nejdřív nerozmyslí, co chce říct? – Skáče do řeči, a pak to stejně není k věci.“ Introvert si může chování extraverta, který skočí do konverzace s ne zcela zformulovanou myšlenkou, vykládat jako neurvalost nebo povrchnost. On sám by se cítil provinile, kdyby se takhle choval. To, že extravert čerpá energii z interakce s lidmi a své myšlenky si dotváří právě v komunikaci s nimi, introvertovi v dané chvíli nedochází.

Teorie typů nám umožňuje rozpoznávat zdroje našeho vlastního chování a také se mnohé dozvědět o tom, proč se lidé kolem nás chovají určitým způsobem. Na základě toho pak můžeme nahradit stereotypní kategorie takovými, které budou z hlediska budování dobrých vztahů užitečnější:

„Není to chyba nás rodičů!“

„Vysvětlení skrze Teorii typů bylo pro nás zásadní. Když jsem se necítila ohrožená tím, že by to byla chyba naší výchovy, jak naznačovala psycholožka, tak mi přišlo, že nebylo tak těžké se s tím vypořádat. Když jsme se Máťovi [INFJ, 6 let] nesnažili jeho představy vymluvit, ale spíš se mu přizpůsobit, pomoci mu to zvládnout, uklidňovat ho a nevystavovat ho zbytečnému stresu z odloučení, tak mi přišlo, že to bylo v pohodě, a hlavně to po nějaké době přešlo a Máťa byl a je pak zas normální. Nejhorší na tom byla na začátku ta nejistota, zda to není opravdu nějaká psychická porucha či něco vážného. Vždycky mě hlavně rozhodily nějaké cizí rady či komentáře. Třeba od mého táty, který pořád říkal, že je Máťa labilní, že pořád kňourá a brečí a že to není normální. Říkala jsem si, že to snad není nic vážného nebo že se nejedná o reakci na nějaký ošklivý zážitek, o kterém nám nechce říct, protože když jsme byli s ním, choval se úplně normálně, byl pořád stejně aktivní, radostný, fyzicky zdravý. Krize nastávala opravdu jen v okamžiku blížícího se odloučení.“

„Kdyby se víc snažil!“

„Poučení Teorií typů necháváme Mikulášovi [ISTP, 12 let] maximální volnost s tím, že máme stanovená základní konkrétní pravidla. Mikuláš tak už nyní zvládá přípravu do školy samostatně v tom smyslu, že si sám umí zorganizovat čas a rozdělit jej na volný čas s kamarády venku a na školní povinnosti, aniž bychom jej jako rodiče museli tzv. ‚hlídat‘ (samozřejmě s výjimkou mimořádných nebo nezvyklých situací). To, že Mikulášovi s ohledem na jeho typ osobnosti necháváme svobodu jednat (nebo se alespoň snažíme), se nám skvěle vyplácí – Mikuláš mi např. sám od sebe telefonuje, jak se rozhodl strávit čas po škole, v kolik hodin asi tak bude doma apod., aniž bych to po něm přímo vyžadoval – působí na mě odpovědně. Pokud se nám společně podaří zvládnout školní docházku tak, aby zůstal veselým klukem, budu mít jako rodič skvělý pocit. Kéž by vzdělaní byli i pedagogové ve školách: Mikuláš bude totiž zřejmě ještě dlouho slýchat věty typu ‚Kdyby se tak více snažil...‘“

„Jak vybrat vhodné školy pro mé syny?“

Filip (synové 13 a 15 let): „Expertní posouzení směru dalšího vzdělávání mých synů považuji za nesmírně užitečné a cenné. V obou případech se podařilo nalézt vhodný typ střední školy a zároveň obě děti dostatečně motivovat k intenzivní přípravě na přijímací řízení, což bez přehánění překonalo má očekávání. Klíčem bylo lepší pochopení jejich osobností skrze Teorii typů – identifikaci silných a slabších stránek jejich studijního potenciálu a v neposlední řadě i nalezení vhodného způsobu komunikace a motivace.“

Kořeny Teorie typů

Teorie typů vychází z práce Carla Gustava Junga, který na základě pozorování lidí odvodil, že veškerá naše vědomá mentální aktivita se skládá ze dvou složek: příjmu informací (P – *perceiving*) a rozhodování (J – *judging*). Neustále, aniž si to uvědomujeme, na něco zaměřujeme svou pozornost a dle Junga to děláme dvojnásobem: skrze smysly (S – *sensing*) nebo intuici