



KAMARÁDSTVÍ, PŘÁTELSTVÍ A LÁSKA

Kamarádká návštěva

Začalo jaro. V pátek odpoledne děti čekaly návštěvu. Přijede za nimi Lukášův spolužák Marek se sestřičkou Klárkou. Autobus z Chlumu přijíždí o půl čtvrté. Už ve tři hodiny děti poskakovaly před domem a chystaly se, že půjdou Markovi a Klárce naproti. Cesta do Chlumečku jim utekla vesele a rychle.

„Ahoj, ahoj, ahoj,“ ozývaly se všechny děti, když Marek s Klárkou přijeli.

Kráčeli mezi domy do luk směrem k domovu. Když už byli na dohled a zbývalo jen pár desítek kroků, Klárka se najednou lekla: „Kde mám kabelku?“

„Ach jo, zase nějaké problémy s holkou,“ povzdechl si Marek.

Ale Alenka se starostlivě zeptala: „Kdy jsi ji měla naposled?“

Klárka, která byla stejně stará jako Alenka, potlačovala slzy a odpověděla: „Ještě při vystupování z autobusu jsem ji určitě měla. Musela jsem ji nechat na zastávce, když jsme se vítali.“ Nejraději by se pustila do pláče.

„No, to jsi celá ty,“ zlobil se Marek, „to si nemůžeš dát na svoje věci pozor?“

„Ale no tak, snad nebude tak zle,“ řekla Alenka a vzala Klárku kamarádsky kolem ramen. Anička ji vzala z druhé strany za ruku. „Vrátíme se do Chlumečku a po kabelce se podíváme,“ rozhodla Alenka a Anička přikyvovala.

Lukáš a Míša se na sebe podívali a skoro současně jeden přes druhého spustili: „Ale to přece nejde, chtěli jsme si hrát s autodráhou, to je teda fakt dobrý, to jste si nemohly vymyslet něco jiného?“

Marek mlčel, ale díval se nazlobeně na sestru a metal blesky očima.

„Jsou to naši hosté a hlavně kamarádi, takže pomůžeme, když je někdo z nich v nouzi,“ řekla rozhodně a trochu přísně Alenka směrem k Lukášovi.

Lukáš se na ni chvíli dlouze díval, mlčel a pak pomalinku řekl: „Tak dobrá, vrátíme se a pomůžeme s hledáním.“

Všichni se rozběhli směrem k Chlumečku.

„Je tam, je tam!“ volala Klárka, sotva vběhli na náves. Kabelka ležela pod lavičkou v autobusové čekárně.

„Příště si dávej pozor na svoje věci,“ řekl Marek a malinko se na Klárku usmál.

„Všem vám moc děkuji, že jste mi pomohli,“ usmála se Klárka, chytla obě děvčata za ruce a najednou dala Lukášovi pusku na tvář. „Já mám takovou radost!“

Všichni se rozesmáli a rozběhli se po cestě domů.

Když došli ke stavení, tatínek stál před domem s panem Velebou. Pan Veleba byl jejich soused z domu u lesa, který byl vidět za loukou. Patřil mu pořádný kus lesa, který se táhl až ke zřícenině Hradiska.

„Dobrý den,“ pozdravily děti.

„Dobrý den,“ řekl tatínek i pan Veleba.

„Tak kdepak jste tak dlouho?“ ptal se tatínek.

Lukáš a Marek už se nadechovali: „To holk...!“ Ale Alenka byla rychlejší. Zakoulela na Lukáše očima a zahlaholila: „Klárka potřebovala pomoci. Hledala kabelku, tak jsme ji v tom nemohli nechat samotnou. Jsme přece kamarádi.“ A líbezně se na tatínka usmála.

Tatínek i pan Veleba se rozesmáli. „Když je to tak, tak je to v pořádku.“

„Tatínku, ty a pan Veleba jste taky kamarádi?“ zeptala se Anička.

Oba muži se usmívali. „Ano, to jsme,“ řekl tatínek, „také si pomáháme. Zrovna se radíme, co by šlo udělat s tím starým dřevěným plotem za stodolou. A pan Veleba mi navrhl, že má nějaké laťky, kterými to opravíme. Ale hlavně, děti, loni byl silný vítr a panu Velebovi polámal stromy v lese. Ty už jsou pryč, odvezené na pilu, ale místo starých stromů je potřeba vysadit nové.“

V tu chvíli promluvil pan Veleba: „Přišlo to nečekaně a teď jsem zrovna na všechno sám.“

„Pan Veleba má dospělou dceru, která se provdala do Norska, a paní Velebová se musí starat o nemocného tatínka a bude nějaký čas bydlet u něj,“ vysvětloval tatínek.

„Starat se tak, jako my jsme se starali o babičku?“ zeptal se Míša.

„Ano, přesně tak,“ řekl tatínek a pan Veleba přikyvoval.

„A jak se sází stromky?“ ptala se Anička.

„Je to docela snadné, jen jich bude hodně,“ odpověděl pan Veleba, „rád bych místo smrků sázel jedle a buky.“

Ozvalo se zamňoukání.

„Jé, Rudla! Ahoj Rudlo!“ volaly děti. „To je taky prima kamarád,“ prohlásil Lukáš a hladil Rudlu v náručí. Rudla blaženě předl.

„Rudla je kamarád, ale pan Veleba potřebuje pomoc,“ řekla najednou rozhodně Alenka. Všichni zmlkli a trochu zaraženě se na Alenku dívali.

„No, když jsi říkal, že jste kamarádi, tak jsme myslela, víš, ty stromy,“ zajíkala se Alenka a dívala se na tatínka.

Tatínek vzal Alenku do náruče. „To je výborný nápad, pomůžeme se sázením lesa.“

„My bychom šli rádi taky,“ ozval se Marek a Klárka příkyvovala.

„A mohli bychom ještě říct Radkovi a Lucce,“ dodal Lukáš.

Pan Veleba se usmíval a škrábal se ve svých šedivějících vlasech: „To je od vás moc hezké, naplánujeme to a domluvíme se. Ale už teď vám děkuju za ochotu.“

Rudla se protáhl a zamňoukal.

„Asi je také pro,“ prohlásil Míša a všichni se rozesmáli.

Děti odešly do domu a hrály si. Po chvíli je maminka svolala k večeři. Seděli všichni kolem velkého stolu a jedli chleba s pomazánkou.

„Mňam, to je dobrot,“ pochvaloval si Marek.

„Moc dobré,“ přidala se Klárka.

„Po večeři byste se měli začít chystat na noc. Kde budou spát vaši hosté?“ zeptala se maminka naoko vážně a s přehnanou důstojností, jako by šlo o prince s princeznou. Děti se rozesmály, poštuchovaly se a špitily: „Tak to řekni, tak to řekni.“

„Nechte toho,“ šeptem okřikoval Lukáš.

„Co mi má kdo říct?“ ptala se s úsměvem maminka.

Míša s Alenkou se chichotali. A Míša začal: „Když oni jsou milenci.“ Všechny děti kromě Klárky a Lukáše zase vyprskly smíchy.

„Když ona mu dala pus,“ ozval se výbuch smíchu.

„Ale jakápak ona, snad ten někdo má jméno,“ napomenula maminka.

„Klárka dala Lukášovi pus,“ křičela Anička s Míšou a zase se smáli.

Klárka sklopila hlavu a Lukáš byl rudý jako rak.

Maminka pozvedla obočí: „Víte, že nemám ráda žalování a donášení. To dělají lidé, kteří druhým závidějí a nepřejí. Co je na puse tak divného?“

„Ale oni se milují!“ vykřikla Anička s Míšou a vyprávěli mamince, jak to bylo na zastávce autobusu.

„Vy jste ještě takoví malí popletové,“ řekla maminka, „Klárka měla radost a dala Lukášovi pusku. Na tom není nic k podivování. A ještě to neznamená, že se milují. Láska, děti, je ještě něco mnohem hlubšího, a dávat si pusinky nebo se držet za ruce a objímat se, je něco hezkého, ale vůbec to nemusí být láska. Pojďte, budu vám o lásce chvilku vypravovat.“

V tu chvíli si přisedl i tatínek, který už chvilku poslouchal. Sedl si vedle maminky a stiskl jí ruku. Dlouze se jí zadíval do očí a usmál se: „Jsi báječná.“

Rudla si v tu chvíli vyskočil na lavici u kachlových kamen a roztáhl se jak dlouhý, tak široký. Ještě chvíli si povídali. Klárku s Markem uložili v pokoji pro hosty. Všichni před sebou měli sobotu a neděli.

Povídáme si:

- ⇒ Proč dala Klárka Markovi pusku?
- ⇒ Měli jste někdy velkou radost?
- ⇒ Kdo je kamarád nebo kamarádka?
- ⇒ Co dělá kamarádka nebo kamarád?
- ⇒ Co dobří kamarádi nedělají?
- ⇒ Mají si lidé pomáhat? Proč?
- ⇒ Co znamená nezištnost?
- ⇒ Co je to přátelství?
- ⇒ Co je to láska?
- ⇒ Víte, že lásky existuje víc druhů?
- ⇒ Co jste udělali naposled pro svoje kamarády, abyste je potěšili nebo jim udělali radost?
- ⇒ Pomohli jste někdy kamarádům?
- ⇒ Jsou lidé, kteří nemají kamarády a přátele?
- ⇒ Potřebují děti kamarády?
- ⇒ Potřebují děti lásku?



O lásce

„Říkáme láska, ale on je to celý zástup citů, ani je v tom houfu nemůžeme rozeznat.“

~ Karel Čapek

Už když jsou děti

malé, je důležité začít je seznamovat se skutečností, že existuje mnoho možností, jak lidé projevují lásku. Leckdo stráví celý život tím, že hledá určitý projev lásky, který nikde nemůže najít, ačkoli mu lidé v jeho okolí projevují lásku všemi jinými možnými způsoby. Protože všechny děti prahnou po lásce, je to důležitý návod k umění, jak být šťastnější.

Je důležité, aby děti uměly rozlišovat různé typy lásky a uměly si samy uvědomovat, který typ lásky patří do které situace a ke kterým osobám.

Děti potřebují dostatek zkušeností v tom, jak vyjadřovat lásku přiměřeně situaci a osobě. Také s ohledem na nebezpečí sexuálního zneužití je důležité, aby děti uměly rozlišovat a také vyjadřovat, které projevy lásky druhých lidí jsou jim příjemné a které jsou jim nepříjemné a jak je odmítnout.

V českém jazyce může slovo láska nabývat mnoha významů. Označuje se jím především důležitý osobní vztah dvou lidí (interpersonální láska), ale i neosobní láska, například patriotismus (láska k vlasti), nebo – v náboženském pojetí – samotná podstata veškerého bytí („Bůh je láska“)*. Z filosofického hlediska je láska vnímána jako lidská ctnost („jednat se všemi s láskou“).

Přesné rozdělení a popsání všech významů lásky prakticky není možné, protože vnímání lásky je velmi závislé na osobních vlastnostech a zkušenostech každého člověka. Velké rozdíly existují také mezi různými kulturami, náboženstvími a pojetí lásky se rovněž měnilo v čase.

Třežbaže je láska ve své podstatě v prapůvodní formě jednotná acelistvá, projevuje se ve světě v mnoha různých podobách. Nejčastěji jsou to tyto**:

ZAMILOVANOST

Emoční stav vyznačující se touhou a závislostí na předmětu touhy, kdy člověka v nepřítomnosti druhého tíží stesk, někdy i žárlivost. Ve stavu zamilovanosti jedinec zcela přehlíží chyby a nedostatky druhého, byť by byly sebezjevnější.

KLASICKÁ LÁSKA

Silný citový vztah mezi dvěma osobami, který je založen na vzájemné znalosti a důvěře. Takovou lásku můžeme prožívat jako žhavou, hřejivou a trvalou, intenzivní a něžnou. Člověka vnitřně naplňuje pocit otevřenosti, vstřícnosti a energie, který se přelévá k druhému člověku.

MATEŘSKÁ LÁSKA

Láska bez sexuálního podtextu, vyznačující se pečováním o druhého a plněním jeho potřeb.

SEBELÁSKA

Zdravé sebevědomí se dá označit za lásku k sobě samému. Znamená to mít zdravé povědomí o svých silných i slabších stránkách, radovat se z těch silných a pracovat s těmi slabšími. Mít se rád, být vůči sobě laskavý a trpělivý. Vědět, že jsem dost dobrý takový, jaký jsem.

Přehnaná láska k sobě samému spojená s přehlížením okolního světa se nazývá narcisismus, podle řecké báje o krásném mladíkovi Narcisovi, který se zamiloval do vlastního odrazu na hladině studánky.

NEOSOBNÍ (IMPERSONÁLNÍ) LÁSKA

Neosobní láska je opakem interpersonální a označuje vztah k hodnotám, předmětům, činnostem či zvířatům. Patří sem také láska k vlasti, jinak řečeno vlastenectví (patriotismus), tedy vztah k určitému zeměpisnému, společenskému či kulturnímu prostředí.

K neosobní lásce patří také láska k lidstvu jako celku (nebo obecně k celému světu).

Nejde přímo o lásku k lidem jako jednotlivcům, ale spíše o lásku k ideji lidstva a jeho hodnotám.



* PRŮCHA, Jan; WALTEROVÁ, Eliška; MAREŠ, Jiří. Pedagogický slovník. Praha: Portál, 2001.

** Dle Wikipedie.

(Nejen) děti potřebují být milovány bezpodmínečnou láskou

Bezpodmínečná láska si neklade podmínky. Ať se dítě chová jakkoliv, láska k němu trvá. Je to láska, na kterou se dítě může vždycky spolehnout. Podmínečná láska závisí na výkonech. Podmínečná láska je jako výměnný obchod, jako odměna za splnění podmínek. U podmínečné lásky si děti musejí pozornost a přijetí rodičů zasloužit úspěchem, poslušností, splněním úkolů, zatímco bezpodmínečná láska nezávisí na žádných měřítcích. Děti, které zažívají bezpodmínečnou lásku rodičů, v sobě pěstují pocit bezpečí a klidu. Děti, které zažívají podmínečnou lásku, v sobě pěstují pocit strachu a nejistoty.

Nepodmíněná láska podporuje v dítěti:

- ⇒ Pocit klidu, bezpečí a důležitosti ve vztazích.
- ⇒ Pocit zodpovědnosti.
- ⇒ Odvahu a ochotu vyrůst a dospět.
- ⇒ Vytvoření bezpečného útočiště, když se vydává do posuzujícího světa, zaměřeného na výkon.
- ⇒ Cítí vnitřní klid a pohodu, rádo spolupracuje a ve vztazích s ostatními si věří.
- ⇒ Zaměřuje se na své silné stránky.

Podmíněná láska podporuje v dítěti:

- ⇒ Strach ze ztráty vztahu nebo lhostejnost.
- ⇒ Orientaci na ztrátu a strach.
- ⇒ Tendenci k opatrnosti.
- ⇒ Prožívání světa jako nejistého místa, kde není místo pro uvolnění a načerpání nové energie.
- ⇒ Ve vztazích s ostatními je soutěživé nebo žárlivé.
- ⇒ Zaměřuje se na své slabé stránky.
- ⇒ Pocit, že lásku je třeba si zasloužit, že nemůže být milováno takové, jaké je.

Rodina jako příprava pro životní vztahy

Stejně jako všechno v životě, ani rodina není neměnné prostředí. Každý z jejích členů se v čase vyvíjí a mění, někdy nečekaně a někdy až k nepoznání. Pro malé děti je jednou z velkých výzev příchod nového sourozence. To vyžaduje přizpůsobení systému existujících vztahů nové struktuře. Sociální svět malého dítěte se stává po příchodu miminka do rodiny složitějším, protože se musí emocionálně přizpůsobit nové situaci, své nové roli v systému, chování a projevům nového člena rodiny a také vztahu rodičů k oběma dětem. Rodinné vztahy



jsou dynamické procesy, které se v tomto případě vyvíjejí nej-různějším způsobem podle reakcí dříve narozeného dítěte a okolností, ve kterých jsou sourozenci vychováni, a dalších jiných přispívajících faktorů (např. věkový rozdíl mezi sourozenci). Příchod sourozence může vyvolat v dítěti nové emoce – od pocitů blízkosti a radosti po pocity ohrožení a odsunutí na druhou kolej. Sourozenci jsou někdy první, kdo dítěti ukáže, že život ve společnosti druhých není vždy snadný a příjemný, ale také to, jak moc jsou pro nás mezilidské vztahy důležité a že respektovat jeden druhého nejen stojí za to, ale je to jediný způsob, jak žít kvalitní a radostný život v lidském světě. Sourozenský vztah dává dítěti příležitost naučit se trpělivosti, soucitu, pokoře, štedrosti, schopnosti dělit se a sdílet, a další základní sociální dovednosti.

Učíme děti soucitu

Již samotný slovní základ slova „soucit“ vyjadřuje podstatu – cítit s druhými, cítit to, co cítí druzí. Soucit je základním předpokladem schopnosti milovat, mít rád. Pro rozvoj soucitu je zásadní v dětech probouzet zájem o to, co si ostatní lidé myslí a co cítí, co potřebují, co si přejí, a nalézat způsoby, jak druhým lidem vyjít vstříc, pomoci a zároveň zůstat v kontaktu s vlastním vnitřním světem a neopomíjet jej. To je totiž jedno z rizik ve vztazích: když se neumíme dobře postarat o své vlastní vnitřní prožívání a projektujeme si tuto neschopnost do přehnané orientace na druhé. Zapomínáme na sebe. Taková projekce není zdravá a není ani prospěšná pro nikoho ze zúčastněných.

Děti učíme vžít se do obtížné situace starých nebo nemocných nebo do situace lidí s úplně odlišným rodinným zázemím.

Vhodným způsobem ve vhodnou chvíli a se souhlasem dětí je seznamujeme s životem lidí, kteří se něčím třeba i výrazně liší – jsou nějakým způsobem postižení, omezení, nemocní, umírající. Také v multikulturně složených třídách se nabízí mnoho příležitostí k nacvičování empatie, která vychází z pochopení, že i když máme jako lidé různé kultury, zvyky, projevy, toužíme všichni po tom být šťastní a milováni. Když děti začnou v klidu hovořit o zkušenostech ze svého života, je to počátek tohoto důležitého procesu, při němž se učíme vidět svět z perspektivy někoho jiného a přiznat jí místo, které jí patří.

Dětská přátelství

Přátelství je mezilidský vztah vyznačující se vzájemnou náklonností a porozuměním. Osoby v přátelském vztahu se vůči svým protějškům chovají ohleduplně a chtějí pro své přátele to nejlepší.

Podstatná je vzájemná upřímnost, důvěra a schopnost vcítění; přátelé se svým protějškům mohou svěřit se svými pocity a názory beze strachu, že by za ně byli odsuzováni nebo zesměšňováni.

Mezi přáteli je také běžná vzájemná nezištná pomoc a touha trávit s tím druhým hodně času. Přátelství je téměř ve všech charakteristikách shodné s láskou. Na rozdíl od lásky ale přátelé nejsou fyzicky (sexuálně) přitahováni svými protějšky a při krátkodobém odloučení netrpí pocity samoty a prázdnoty.

V předškolním věku a raném školním věku jsou typickými znaky dětských přátelství důraz na společnou činnost, uspokojování vlastních potřeb a posílení vlastního statusu. Vztahy bývají často krátkodobé.

Starší děti, adolescenty a dospělé charakterizuje sdílení hlubších zájmů i citů, péče o druhého a jeho potřeby. Vztahy jsou relativně trvalé; snesou i krize a rozpory.

U dětských přátelství jsou zásadními milníky přechody ze školky do školy. Tímto přechodem někdy přátelství končí a způsob, jakým se s tím děti vyrovnají, může být velmi různý a hodně napovídá o jejich vnitřním prožívání, míře závislosti, připoutanosti či schopnosti přijmout s vděčností konec jednoho a otevřít se s odvahou a důvěrou začátku nového. I s tímto jim jako rodiče můžeme velmi pomoci, když s dětmi předem mluvíme, zajímáme se o jejich pocity a je-li třeba, vhodně je doprovázíme. Je to nesmírně cenné pro jejich další vztahy v životě.

Získávání přátel

Děti často říkají, že je pro ně důležité patřit do nějakého společenství. Být oblíbený, prožívat společně legraci, pomáhat si – zkrátka mít přátele. Některé děti snadno navazují kontakty, pro jiné je to obtížnější. Některé děti také přikládají vztahům větší význam než jiné. Stejně jako dospělí, i děti mají různou míru potřeby být ve společnosti jiných – nejčastější dělení je na introverty a extroverty. Samotné přání mít přátele je však společné skoro všem dětem.

Sociální vztahy jsou důležité pro vývoj osobnosti. Kdo prožije v raném věku přátelství, získá brzy zkušenost s tím, co je důležité pro mezilidské vztahy. Naučí se komunikovat s ostatními a také zacházet se svými reakcemi na vlastní emoce, které vznikají, když jsou lidé spolu. K důležitým předpokladům pro soužití s druhými lidmi patří například schopnost prosadit se, střetávat se, hádat se, naslouchat, respektovat potřeby



druhých, srozumitelně se vyjadřovat, spolupracovat, společně se na něčem dohodnout, umět ustoupit, umět se podřídit.

Zjistilo se, že děti, které nemají dostatečně rozvinutou schopnost vést dialog, obtížněji vycházejí s ostatními. Pro tyto děti je obtížné ostatním říct o svých potřebách, a proto je pro ně také těžké porozumět potřebám a přáním druhých dětí. Slabě vyvinutá schopnost vést dialog a nevhodně volené komunikační

postupy se projeví zvláště tehdy, když se děti pokoušejí získat nové přátele. Byly zjištěny velké rozdíly mezi způsobem, jak kontakt s druhými navazovaly ty děti, které byly označovány za *spíše oblíbené*, a způsobem, kterým to dělaly děti označované za *spíše neoblíbené*.

Spíše neoblíbené děti měly sklon hned vpadnout do hry. Přitom řekly něco jako „*Pusť mě, já to taky umím!*“ nebo „*Tohle já umím líp než ty!*“ Vůbec se nepokusily o nějaký předchozí neverbální kontakt, například zrakový. Jejich postup byl jen zřídka úspěšný. Děti, které se přibližovaly tímto nekomunikativním způsobem, byly většinou odmítnuty.

Spíše oblíbené děti postupovaly jinak. Nejprve pozorovaly hru ostatních dětí a po chvíli ke hře něco řekly nebo se na něco zeptaly. Například při hře na pískovišti jedno z pozorujících dětí řeklo „*To je ale hluboká díra.*“ a po chvíli „*Jak hluboko chcete ještě hrabat?*“ Tyto děti měly větší úspěch a většinou se v krátké době zapojily do hry.

Základem komunikace je sdělování myšlenek, potřeb a emocí druhým lidem. Důležitou komunikační schopností je však také naslouchání a vnímání potřeb, myšlenek a emocí druhých lidí. Teprve tato schopnost umožňuje zdravou a funkční komunikaci a vytváří základ vzájemného porozumění. A tak umožňuje vznik přátelského vztahu. Dalším důležitým prvkem ve vztazích je sdělování osobních informací a emocí. Čím více soukromých věcí se sděluje a čím jsou soukromější, tím více vnímáme vztah jako bližší.

Proto je velmi důležité děti podporovat a pomáhat jim, aby získaly potřebnou dovednost a obratnost a byly tak úspěšné při navazování kontaktů a vztahů. Nabízet jim svým vlastním vzorem nebo přímou intervencí vhodné věty, výrazy, postupy.

Respekt a úcta

Respekt znamená ctít ostatní lidi a chovat se k nim zdvořile nebo alespoň s úctou. Zatímco se může zdát, že respekt je spíše o externím způsobu chování, jeho kořeny sahají daleko za pouhou zdvořilost. Vychází z vnitřního přesvědčení, že všichni lidé mají stejnou hodnotu a důstojnost jako my sami a že nemáme právo ubližovat někomu osobně nebo ničit to, co mu patří. Děti se od malička učí, že se nemají posmívat kamarádům a mají spolu mluvit zdvořile. Naneštěstí čím dál méně vidíme v médiích, politice i na veřejnosti projevy úcty a zdvořilosti a děti jsou tímto trendem silně ovlivňovány. Proto je velmi důležité naučit je vyjadřovat i silné emoce způsobem, který je plný respektu a úcty vůči druhým.

Jedním z hlavních důvodů, proč jako lidé máme potíže respektovat jiné lidi, je pocit, že se nechovají vhodně, správně – jednoduše, že nedělají to, co my považujeme za správné. Tento postoj má však dva háčky: Tak, jako my máme představu o tom, co je správné a dobré, tak mají jiní lidé zase svou představu. Kdo posoudí, čí představa je ta správná a platná? A pak, nikdy nemůžeme stoprocentně vědět, proč se jiný člověk chová tak či onak, jaké jsou jeho motivace, co jej k tomu vede, na základě jakých životních zkušeností takto jedná. Kolikrát se nám už stalo, že jsme si o někom vytvořili negativní úsudek a o něco později jsme se dozvěděli příběh, který za tím vším stál a najednou se náš pohled na situaci nebo onoho člověka výrazně nebo zcela změnil. Je velmi užitečné si tento aspekt lidských vztahů neustále připomínat a zůstat otevřen tomu, že každý z nás prožívá svět svým unikátním způsobem a žádný z nás není ve své podstatě lepší nebo horší. To neznamená, že nemůžeme vyjádřit své pocity, ale ponecháme při tom místo i pro potřeby a pocity