

Čo trápi deti v škole

POPIS

Deti, ktoré navštevujú školu, sú vystavené novým požiadavkám a nárokom na seba, novým situáciám, ktoré sa učia riešiť a novým vzťahom, ktoré si vytvárajú voči vrstovníkom, spolužiakom a učiteľom. Sú včlenené do prostredia, ktoré sa podieľa na ich vývine a dozrievaní. Školské prostredie formuje vzťah detí k sebe, k ľuďom, ovplyvňuje rodinné vzťahy a naopak rodina ovplyvňuje život dieťaťa v škole. Ide o komplexný systém, do ktorého sa dostanú a formuje ich.

Často, rovnako ako u dospelých v pracovnom živote, dochádza k prežívaniu nespokojnosti u detí v súvislosti so školou. Najčastejšie ich môže trápiť zažívanie neúspechu, nutnosť podávania výkonu, prispôsobovanie sa pravidlám a požiadavkám školy. Riešia nepríjemné zážitky vo vzťahu k spolužiakom alebo iným žiakom na škole, vo vzťahu s učiteľmi. Napokon sa ich zážitky premietajú do rodinných vzťahov, rodičia vnímajú na ich správaní a prežívaní nepohodu.

PRÍČINY A PREJAVY

Konkrétne príčiny nespokojnosti u detí v škole možno hľadať napríklad v snahe o zaradenie sa medzi spolužiakov. Dieťa má svoje **odlišnosti** v súvislosti so svojim sociálnym postavením, finančným zabezpečením, vzorom alebo hodnotami, ktoré preferuje. Medzi deťmi dochádza k vzájomnému porovnávaniu sa, v krajných prípadoch k súpereniu. Špecifické školské prostredie so sebou ďalej prináša požiadavky na **výkon** a **učenie**. Tu môžu mať deti obavy, že nenaplnia očakávania svojich učiteľov a rodičov, zameriavajú sa na známky. Celkovo môžu mať problém s učením, prípadne s nerozpoznanou poruchou učenia alebo poruchou správania. Vo vzťahu k učiteľom sa učia rešpektovať autority a prijímať hodnotenia od druhých, dokonca hodnotenia, ktoré vidia všetci v triede a doma. Vnútorne bojujú s reakciami druhých na svoje znalosti i správanie.

Medzi **významne zaťažujúce** udalosti patrí, ak dieťa:

- nastupuje do školy prvý krát,
- mení školu a snaží sa zapadnúť do rozbehnutej dynamiky triedneho kolektívu,
- podáva dlhodobu veľmi slabé výsledky v škole,
- hrozí mu prepadnutie, neprospieva z jedného alebo viacerých predmetov,
- zažíva odmietanie kolektívom,
- zažíva šikanovanie,
- vytvára sa negatívny vzťah medzi učiteľom a žiakom,

- dlhodobo nespĺňa oĀakvana rodiĀa (rodiĀ oĀakva vborne výsledky, bezproblmovosť v správaní, samostatnosť v uĀen a pod.).

Trápenie detí sa sebou prinesie pozorovatelne znaky. Deti sa zaĀn sprvat' atypicky. ZaĀne byť napríklad smutne, plaĀlive. V súvislosti so školou prichádzajú somatické ŀaĀkosti (bolesti hlavy, brucha, tiky, nespavosť, nechuť do jedla, ohrzanie nechto a in). V rámci aktivity mĀu zostať pasvnejšie (prestanú chodiť na krĀok, nechce sa im ísť do školy, nebavia sa so spoluĀiakmi) alebo naopak sú voĀi okoliu agresívnejšie. Asi by sme nevystihli všetky prejavy nespokojnosti, ktoré prináša dieťa vzhľadom na kaĀdho jedineĀosť. DleĀitm znakom pre rodiĀa alebo okolie je, ŀe sa udeje **zmena** v správaní dieťaa.

Pokiaľ by sme chceli lepšie uchopiť ttu rozmanit tmu, mĀeme ju poat' z pohľadu **potrieb** dieťaa. V podstate sú všetky potreby u detí i dospelých rovnaké. Základné a známe rozdelenie potrieb mĀe byť definované v postupnosti ako fyziologické potreby, potreba bezpeĀia a istoty, potreba prijatia, spoloĀenske potreby, potreba uznania, ocenenia a za hierarchicky najvyššiu potrebu sa považuje potreba seberealizácie. Potreby, ktoré sa ukrývajú za správaním alebo preĀivanm dieťaa sú univerzálne. Rozdiel je v spôsobe ich napĺňania, t.z. akým správaním ich dieťa dosahuje. Samotné naplnené alebo nenaplnené potreby dieťaa ovplyvňuj jeho pocity, Āiŀe v našom význame, Āi ho nieĀo trápi alebo nie. Ak **nie sú potreby uspokojené**, dieťa sa Āit uzavreto, bojzhlivo, ustrchane, nahnevane, podrĀdene, nešťastne, bezradne, váhavo, neisto, osamelo, sklamané a pod. Ak **sú potreby uspokojené**, dieťa sa Āit naopak otvorené, spokojne, šťastne, naplnene, energicky, príjemne, plne nádeje, vyrovnané.

VÝCHOVNÉ CHYBY

Z pohľadu dieťaa je reakcia na rovnak situáciu u kaĀdho in. Niektoré deti nemusia osobne vnmat' to, Āo sa deje, ako ztaĀ. Netrpia sa pre to, kým iné dieťa je tou istou situáciou zasiahnuté a trápi sa. Z pohľadu rodiĀa alebo blízkej osoby by sme mohli byť konfrontovan s jednou výchovnou chybou a to - **nevediet'** o tom, ŀe sa dieťa trápi.

Deje sa to pod vplyvom vyťaĀenosti rodiĀa alebo malým priestorom pre spoloĀn Āas s dieťaom. Stáva sa, ŀe chýba spoloĀn komunikácia alebo je jej obsah zredukovan na rozhovor o povinnostiach. Rozhovor negtvne ovplyvňuje aj to, ak sa uskutoĀn v aktuálne ŀaĀkom rozpoloĀen rodiĀa. Nesúlad a konflikty v rozhovore podporuje fakt, ŀe rodiĀ pouĀva priame rozkazy, vyslovuje vĀitky voĀi dieťaa, pouĀva obviňovanie a ironické poznámky. Spôsob podania a prijímania informácií je negtvne ovplyvňovan snahou s dieťaom manipulovať, domšľanm si jeho umyslu, preĀo nieĀo urobil alebo rýchlym utvorenm si vlastného názoru o situácii, bez poĀkania na vysvetlenie. Prípadne ku komunikácii ani nedochádza a dieťa je odmietané a ignorované.

Pre odhalenie detských trpen je podstatn vzjomn **komunikácia** a pozorované **signály** u dieťaa.

NÁPRAVA A RIEŠENIA

Pokúsime sa **uviesť ideálny spôsob komunikácie** s dieťaťom. Samozrejme nie je možný vždy a za každých okolností. Rodič zastáva aj rolu autority a vzhľadom na to, že má zodpovednosť voči dieťaťu, podľa toho aj komunikuje. Koná na základe svoji väčších skúseností a prináša pre dieťa istotu, oporu a hranice. Teraz máme na mysli skôr situácie, kedy sa s dieťaťom niečo deje a jeho trápenie by sme si chceli overiť, preskúmať a samozrejme mu pomôcť. Vtedy hovoríme o tzv. *aktívnom načúvaní*.

Aktívne počúvanie predstavuje taký spôsob reagovania na druhú osobu, pri ktorom sa usilujeme nielen o to najpresnejšie pochopenie toho, čo nám hovorí, ale navyše i dať rôznym spôsobom najavo, že druhého vnímame. V prvom rade vytvoríme priestor pre takýto rozhovor, aby sa nedial v zhone, v ruchu alebo po nepríjemnej situácii, ktorá obe strany rozladila. Ide o snahu vytvoriť bezpečnú a uvoľnenú atmosféru, napríklad aj pri konkrétnej spoločnej a obľúbenej činnosti. Pri rozhovore sa k dieťaťu fyzicky priblížime, aby sme ho mohli lepšie vnímať. Dávame si pozor na tón hlasu, snažíme sa o neutrálnu intonáciu. Optimálne je, byť na úrovni výšky dieťaťa a pokúsime sa nadviazať očný kontakt. Je vhodné, aby bolo vyjadrené, že sa s dieťaťom ideme cielene rozprávať, nakoľko sme si všimli, že sa s niečím trápi. Svoj záujem dávame ďalej najavo počas rozhovoru aj neverbálne -prikyvovaním, naklonením tela, otvorenými gestami rúk. Snažíme sa vyhýbať otázkam, na ktoré sa dá odpovedať áno alebo nie, prípadne sugestívnym otázkam, ktoré v sebe už majú samotnú odpoveď („*Nemáš rád ten predmet?*“). Používame otvorené otázky („*Ako ti je?*“, „*Čo sa stalo?*“), na ktoré môže dieťa rozvíjať odpoveď podľa toho, ako to samo vníma. Aby sme si overili, či sme tomu dobre porozumeli, kladieme doplňujúce otázky. Efektívne pôsobí zopakovanie toho, čo sme počuli, napríklad veľmi podobnými slovami. Necháme dostatok priestoru, aby dieťa povedalo všetko, čo chce, ale priebežne vstupujeme, aby sme zhrnuli jeho slová a posolstvo, ktoré z toho vyplýva. Prípadne sa necháme opraviť. Ak dieťa nevie pomenovať a určiť niektoré veci, môžeme mu poskytnúť nápady („*Asi myslíš toto...*“, „*Dá sa povedať, že...*“).

Cieľom rozhovoru je pomenovanie situácie, aké emócie to v dieťati vyvoláva a aj **identifikovanie potrieb** dieťaťa. Nie je to vždy jasné a ľahké, ale ak sa podarí uchopiť príčinu, čo sa vlastne v jeho živote deje, čo mu chýba alebo čo ho znervózňuje a hnevá, lepšie dospejeme **spoločne k riešeniu**. Ak sa napríklad za trápením dieťaťa ukrýva spoločenská potreba (nevie si nájsť cestu ku spolužiakom, nemá v triede kamaráta), hľadáme, ako podporiť jeho priateľstvá (pozveme niekoho z nich na návštevu) alebo hľadáme, kde inde by sa mohla táto potreba naplniť (sústrediť sa na rovesníkov v mieste bydliska, na žiakov z inej triedy). Ak sa za trápením dieťaťa skrýva potreba ocenenia (zlyháva v predmete matematika), hľadáme možnosti, ako mu pomôcť (doučovanie, pomoc súrodenca s učením) alebo hľadáme, kde inde dosahuje ocenenie (podporujeme aktivity, v ktorých je úspešný). Ak sa za trápením skrýva potreba bezpečia (dieťaťu v škole niekto ubližuje), hľadáme, ako by mohol v danej situácii reagovať alebo ako môže rodič zasiahnuť, aby sa cítilo viac bezpečne (volať si s dieťaťom cez prestávky, komunikovať s učiteľom).

Často sa stáva, že deti **nevidia zmysel** školských povinností alebo zmysel pracovať na vzťahoch s inými, ak sú neuspokojivé. V tomto rozporení prichádza k dieťaťu rodič a snaží sa ho podporiť, vysvetľovať mu súvislosti alebo povzbudzovať ho k aktivite

(prečo sa niečo má učiť, prečo sa spolužiak nejako správa a čo tým myslí). Podstatnou úlohou je premeniť u dieťaťa „musím“ na „chcem“.

Napokon keď sa rozhovor skončí, je dobré mať na pamäti aj to, že **rodič je vzorom** pre dieťa v jeho vlastnom živote, ako sa on vyrovnáva s trápením v každodennom živote.

ODPORÚČANIA, ODKAZY A KONTAKTY

Po odhalení problému dieťaťa, ktorý vyplýva zo školy, je účinné riešiť situáciu rozhovorom s dieťaťom doma. Zrejme však bude potrebné urobiť aj ďalšie kroky a to **komunikovať so školou**.

Rodič môže konzultovať s triednym učiteľom a upovedomiť, že sa niečo deje. Môže predniesť svoj problém ostatným rodičom v rámci rodičovských združení na škole, môže hľadať riešenie s druhým rodičom (ak sa napríklad problém týka fungovania dvoch žiakov medzi sebou).

Pri neadekvátnych výkonoch (dieťa nedosahuje výsledky, ktoré by boli primerané jeho snahe) alebo pri podozrení na poruchu učenia či správania je možné obrátiť sa na **školského psychológa** alebo **poradenské zariadenie** (CPPPaP, ČŠPP), ktorí sa zaoberajú týmito druhmi ťažkosťami.

Pri neadekvátnom fungovaní kolektívu alebo pri problémoch s prijatím niektorého žiaka sa realizujú **preventívne aktivity** v triedach pod vedením psychológov.

Literatúra:

BEDNAŘÍK, A. 2001. Riešenie konfliktov. Bratislava. Centrum prevencie a riešenia konfliktov. 2001. 120 s. ISBN 8096809547.

KONÍČKOVÁ J., Ako pomôcť dieťaťu prekonať neúspechy? Eduworld.sk - Portál o vzdelávaní a sebarozvoji. [online]. [cit. 2021-01-13]. Dostupné na internete: <https://eduworld.sk/cd/jaroslava-konickova/3428/ako-pomoc-t-dietatu-prekonat-neuspechy>

KŘIVOHLAVÝ, J. 1993. Povídej - naslouchám. Praha. Návrat. 1993. 136 s. ISBN 9788071954057.

ROSENBERG, M. B., 2008. Nenásilná komunikace. Praha. Portál. 2008. 224 s. ISBN 9788073674472.