

Jak předcházet výchovným problémům

Výchovné problémy – poruchy chování

- Chování nerespektující sociální normy – o poruchu chování se jedná tehdy, pokud dítě normy chápe, rozumí jim, ale nepřijímá je.
- Neschopnost udržet přijatelné sociální vztahy –, porušují práva jiných, nejsou ohleduplní. Charakteristická je neochota angažovat se ve prospěch druhého bez naděje na vlastní prospěch.
- Agresivita jako rys osobnosti nebo chování – je typickým způsobem reagování jedinců s poruchou chování

Kde je příčina výchovných problémů

Lze uvést především nedůslednou a nedostatečnou výchovu, která má za následek nevytvoření vhodných sociálních návyků, takže dítě svým chováním překračuje společenské normy.

- Nedostatky fungující rodiny – zúžená rodičovská péče v důsledku pracovní vytíženosti – únava až vyčerpání rodičů
- Finanční a hlavně časové možnosti rodičů nezvládajících se dětem dostatečně věnovat
- Preferování výchovy k bezohlednosti na úkor tolerance a kázně
- Všeobecná krize hodnot s preferencí materiálních zájmů.
- Působení masmédií – TV, internet,
- Negativní výklad svobody.

Jak předcházet výchovným problémům - je nutný režim dne?

Sami z vlastní zkušenosti víme, že pokud jsme nevyspalí a unavení, naše pracovní výkony klesají. Ani u dětí tomu není jinak. Proto je nutné dbát na jejich pravidelný denní režim. Základem je:

- dostatek spánku
- pravidelná strava
- vyhrazený čas na plnění školních povinností (dítě by mělo vědět, že je nejdřív práce a potom zábava)
- vedení k plnění domácích povinností – úklid svého pokoje, pomoc v domácnosti přiměřeně podle věku dítěte
- čas pro aktivní odpočinek - organizovaný (docházka do kroužků, zájmových oddílů)
 - neorganizovaný (hry s kamarády, sourozenci.....)
- čas na relaxaci (klidné povídání s rodiči o prožitém dnu, plány na další den, společné čtení knih, společné sledování televize, lenošení, „nic nedělání“.....)

Jak předcházet stresu u školáka

Nečekejte, že školní docházka a zvláště začátek školního roku bude procházka růžovým sadem. Je to změna a každá změna bývá náročná. Jde především o nový denní režim, kam musíme zahrnout:

- ✓ ranní přípravy a cestu do školy i ze školy
- ✓ psaní domácích úkolů, což může být ze začátku velmi stresující nejen pro samotného školáka, ale i pro ostatní členy rodiny (pro rodiče prvňáčků, kteří se učí všemu novému, to platí dvojnásob)
- ✓ chystání věcí školáka na další den (pro samotné děti příprava aktovky a pomůcek, pro rodiče kontrola nachystaných věcí)

Obrňte se velkou dávkou trpělivosti a snažte se zachovat klid. Stresující atmosféra zlikviduje vaši i školákovu dobrou náladu, chuť do práce ve škole a může být i příčinou poruchy učení.

Ved'te dítě k zodpovědnosti

Pokud často doma zapomíná věci (pomůcky, cvičební úbor), je na čase přestat „žehlit jeho průšvihy“.

Pokud si např. dítě v deset večer vzpomene, že na další den má donést bílé tričko, protože zrovna budou batikovat, vaší povinností rozhodně není obvolávat známé a zjišťovat, kde na poslední chvíli seženete vhodné tričko. Není vaší povinností shánět po spolužácích vašeho dítěte, zda má na dalším den domácí úkoly nebo ne.

Nechte dítě přiměřeně věku nést důsledky jeho činů a ved'te jej k převzetí zodpovědnosti za vlastní jednání.

Počítejte s tím, že se dítěti může zhoršit prospěch

Pokud dítě, které přechází z jednoho stupně školy na druhý (tedy šestáka či čerstvého středoškoláka):

- ✓ Počítejte se zhoršením, někdy i velmi výrazným.
- ✓ Není výjimkou, že dítě, které se doposud jevilo jako velmi talentované a nosilo téměř samé jedničky, má po příchodu do primy na gymnázium trojky či čtverky.

V takovém případě by si učitelé měli s rodiči promluvit, jak by bylo možné dítěti pomoci k lepším výsledkům.

- ✓ Pokud dítě jede na maximum, je třeba jej povzbudit a nikoliv trestat za neúspěchy.

Neoddalujte zbytečně řešení problémů

- ✓ Pokud pedagog doporučí návštěvu PPP, SVP, jiného odborného pracoviště nebo lékaře, neoddalujte jejich návštěvu.
- ✓ Pedagog, který doporučuje odbornou pomoc vychází ze svých zkušeností a má také každodenní srovnání s dětmi stejného věku – jaké podávají výkony ve škole, jaké způsoby chování odpovídají dané věkové skupině. Proto může mnohem dříve rozpoznat počátek problémů.
- ✓ I vy sami můžete čas od času zkontrolovat, zda vyšetření z pedagogicko-psychologické poradny je stále platné či zda nebude potřeba pořídit třeba silnější brýle.

Spolupráce rodičů se školou a především vzájemná důvěra rodičů a pedagogů napomáhá k předcházení výchovných problémů.

Co dělat, když se objeví problémy

Pokud jste vyčerpali z vašeho pohledu všechny své výchovné možnosti i ve spolupráci s odborníky ve škole, požádejte o pomoc odborné pracoviště.

Není ostuda, že se nám ve výchově něco nepodařilo, problém je pokud si to neumíme přiznat a nedokážeme dítěti včas pomoci.

Několik doporučení

- Je třeba, aby se vše, co se dítě učí, naučilo správně.
- Posilujme zdravé sebevědomí dítěte. Vždy se snažme najít to, v čem je dítě dobré.
- Nezapomínejme, že dítě se učí příkladem. Vztahy mezi dětmi a dospělými jsou velmi důležité.
- Všímejte si dětí. Pokaždé, když se vám zdá že má dítě problémy nebo je nespokojené, zeptejte se ho.
- Snažte se pravidelně zařadit čas, kdy si s dětmi budete pravidelně povídat, zažívat příjemné chvíle ale také je to čas na řešení problémů. Děti ale musí vnímat, že je tato chvíle důležitá i pro vás, že se na ni těšíte, stejně jako ony.
- Nežádoucímu chování věnujte vždy jenom tolik pozornosti, kolik je nezbytně nutné k vyřešení problému.

**Vždy je lepší problémům předcházet než
je řešit.**

**Pokud už musíme problémy s chováním
řešit, začněme co nejdříve, řešení zbytečně
neodkládejme**

**Při řešení problémů vždy napomáhá
vzájemná důvěra všech, kteří se na řešení
podílejí.**

**Přeji vám spoustu pohodových
a
spokojených dnů s vašimi dětmi.**