



Mansio v. o. s.
Brožíkova 24,
63800 Brno
www.mansio.cz

Z čeho pramení problémové chování žáků a jak jej můžeme zvládat?

Cvičení 1. Problémový žák?



Kdo je pro vás problémový žák? Jaké chování vnímáte jako problémové?

Jak se vám daří toto chování eliminovat? Co vám „funguje“?

Které cesty nevedou ke zlepšení? Co vám „nefunguje“?

Rakouský psycholog Alfred Adler tvrdil, že jednou z nejdůležitějších věcí v našich životech je mít své místo mezi blízkými lidmi a vědět o svém významu či roli. Zkrátka někam patřit. Obzvláště pro děti je toto vědomí velmi důležité – jde o pocit, že náleží, že své místo mají pro svou existenci, a nikoliv jen proto, že si jej něčím zaslouží. Za hlavní předpoklady naplnění potřeby náležitosti můžeme považovat zejména pozitivní emoční vztah s blízkými lidmi, pocity vlastní potřeby, nenahraditelnosti a kompetence.

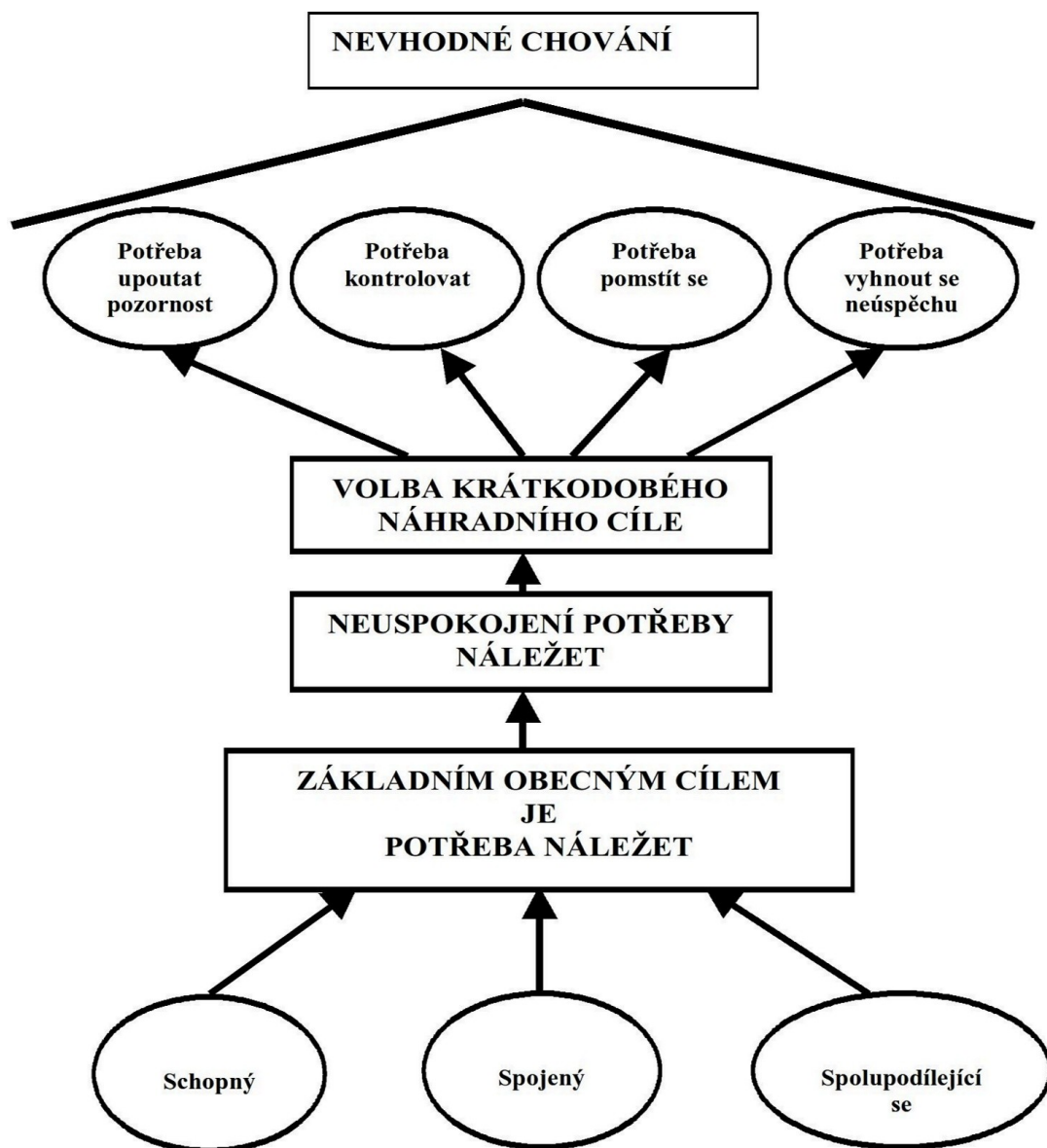
Pokud děti necítí (... a to necítí je tu důležité, protože Adler zdůrazňuje, že jde o jejich vlastní pocit, který se od pohledu rodičů, či učitelů může lišit), že jsou milované, potřebné a užitečné, zkoušejí nejrůznější cesty, jak uspokojení těchto pocitů dosáhnout. Snaží se svou pozici získat či upevnit „zlobením“ (problémovým chováním), které v těchto chvílích funguje ve smyslu: „Je lepší být nejlepší mezi nejhoršími, než průměrný mezi nejlepšími.“ Děti tak např. věří, že negativní pozornost je lepší než žádná pozornost. Že vybojovaná nebo vynucená privilegia jsou lepší než žádná. Že je lepší ubližovat, než ubližování zažívat. Anebo že je lepší radši nedělat vůbec nic než opakovaně prožívat selhání a ponížení. Tenhle pohled učitelům umožňuje podívat se na „zlobení“ dětí z trochu jiné perspektivy, než jsme zvyklí. Nejde o zlou vůli dětí ublížit, nebo o snahu nás vytočit, ale o způsob, kterým hledají své místo, kterým se připomínají: „já jsem tady, všimni si mně, měj mě rád.“ Přijmeme-li tuto perspektivu, možná pak budeme chtít i změnit svůj zaběhlý způsob, kterým „zlobení“ svých dětí řešíme. Tradiční postupy, které jsme možná zažívali i v našem dětství, jako jsou různé zákazy a omezení, k naplnění potřeby náležitosti nepřispívají. Platí, že způsob, kterým budeme usměrňovat děti, by měl být vždy respektující a nesnižující jejich hodnotu a důstojnost.

Čtyři cíle nevhodného chování

Naznačili jsme, že se můžeme na nevhodné chování podívat z jiné perspektivy. Pokud připustíme, že za projevem nevhodného chování je cíl, který je pozitivní (patřit, přispívat, cítit se hodnotný), budeme nejen lépe cílům dětí rozumět, ale bude se nám lépe dařit ve vzájemné komunikaci. Blízký Adlerův spolupracovník Rudolf Dreikurs rozpracoval teorii, která našla široké uplatnění v pedagogice a ve výchově. Tzv. Dreikursova teorie nevhodného chování je výborným příspěvkem k porozumění dlouhodobějšímu lidskému směřování i krátkodobým cílům chování, které lze za problémovým chováním identifikovat. Popisované čtyři krátkodobé cíle jsou prezentované potřebou upoutat pozornost, kontrolovat, pomstít se a vyhnout se neúspěchu. Dreikurs předpokládal, že pokud dítě nemá naplněnou potřebu náležitosti (dlouhodobé lidské směřování) – necítí se schopné, spojené a spolupodílející se, snaží se svou pozici získat či upevnit právě problémovým chováním (krátkodobý náhradní cíl). (viz obrázek 1)

Děti disponují širokou škálou chování, kterým mohou dosáhnout svého cíle, je na vychovateli, aby dokázal potřebu reprezentující krátkodobý náhradní cíl nevhodného chování odhalit a pomohl dítěti nalézt směr k uspokojení potřeby náležitosti.

obrázek 1 - Mechanismus problémového chování



Charakteristika čtyř cílů nevhodného chování

Potřeba upoutání pozornosti

Dítě předpokládá, že do rodiny, třídního kolektivu atd. bude patřit pouze tehdy, bude-li středem pozornosti nebo budou-li mu ostatní sloužit. Náhradní cíl vyjádřený potřebou upoutat pozornost se jako jediný ze čtyř náhradních cílů projevuje také konstruktivní formou. Dítě se může jevit jako aktivní, úslužné, ve všem musí být první a nejlepší, je přehnaně svědomité, velmi spolehlivé atp. Takové dítě je často oblíbencem dospělých, ale vrstevníky je spíše nepřijímáno. Tyto děti nevnímáme jako problematické, nevyčerpávají nás, přesto se jim nedostává uspokojení potřeby náležitosti a mohou strádat. Jako obtěžující v rámci tohoto cíle vyhodnocujeme chování narušující atmosféru ve třídě (dítě zlobí, vykřikuje, strhává na sebe pozornost). Pozornost může být vyžadována i nenápadně – dítě se chová, jakoby mělo na všechno dostatek času, všechno dělá pomalu, působí zasněně, netečně a pasivně. Takovému dítěti často dospělý přispěchá „na pomoc“ a slouží mu.

Potřeba kontrolovat

U potřeby kontrolovat dítě předpokládá, že své místo ve světě (třídě, rodině) bude mít pouze tehdy, když získá kontrolu nad situací. Takové chování můžeme interpretovat jako obranu před hrozcím ponížením, ublížením nebo zraněním. Malé děti dávají najevo svůj vztek pláčem, kopáním kolem sebe, válením se po zemi. Tímto chováním chtějí dosáhnout svého. Školní děti se častěji projevují verbálně než fyzicky. Kontrolu se snaží získat nerespektováním, vzdorem, odsekáváním, grimasováním, pozdními příchody do vyučování, lhaním, podvody atd. Můžeme se setkat též s nepřímou konfrontací s dospělými, kdy dítě zdánlivě souhlasí s kladenými požadavky, ale dále pokračuje v nežádoucím chování.

Potřeba pomstít se

Děti, které volí tento cíl chování, jsou přesvědčeny, že: "Když ostatní mají právo mě zraňovat, já mám právo jim to vrátit". Mezi typické projevy patří pomluvy, nadávky, urážky, nebo dokonce i fyzická agrese, v krajním případě může dojít i k autoagresi (např. rizikové chování, předčasné těhotenství, užívání návykových látek, pokus o sebevraždu). Dítě dobře ví, jaké hodnoty jsou pro dospělé, nebo vrstevníky důležité a jakým způsobem je může ohrozit, nebo znehodnotit. Dítě může též přestat komunikovat, je uzavřené a odmítá jakoukoli formu nabízené pomoci.

Potřeba vyhnutí se neúspěchu

Nejzávažnějším ze čtyř krátkodobých cílů chování je cíl vyhnutí se neúspěchu, kdy je míra naplnění potřeby náležitosti nejmenší. Vyznačuje se neochotou dítěte zapojovat se do činnosti, což vychází z jeho přesvědčení, že by úspěchu stejně nedosáhlo. Dítě může mít pocit, že už prohrálo svůj boj o nalezení místa, cítí se nekompetentní, má sníženou sebehodnotu. Chování se může projevovat výmluvami za účelem vyhnutí se činnosti, která by mohla vést k případnému neúspěchu popř. záškoláctví, které může přejít až ve školní fobii. Dítě vyhýbající se neúspěchu může být i pasivní, tiše sedí, případně se rozpláče, mohou se u něj projevovat psychosomatické obtíže jako bolesti hlavy, bolesti břicha, poruchy spánku atp.

Způsoby zvládání nevhodného chování

L. Albert (1996) navrhuje tři úrovně způsobů zvládání nevhodného chování (viz tabulka 1). První úroveň představují intervenční strategie působící jako **korekce** právě probíhajícího nevhodného chování způsobem, který je respektující a přiměřený nevhodnému chování. Druhá úroveň zvládání nevhodného chování – **prevence** – představuje taktiky předcházející situacím, kdy se dítě nevhodně chová (př. věnujeme dítěti pozornost, chová-li se žádoucím způsobem). Třetí úroveň – **podpora** - staví na technikách dodávání odvahy (př. oceňování minulých úspěchů, oceňování pokroků, nezaměřování se na chyby, přeznačkování přesvědčení "já neumím" na "udělám", "já umím" atp.).

Tabulka 1: Úrovně zvládání nevhodného chování (Albert, 1996)

1. úroveň	INTERVENCE - Intervenční strategie jako korekce nevhodného chování
2. úroveň	PREVENCE - Preventivní taktiky, kterými lze předcházet případným volbám nevhodného chování
3. úroveň	PODPORA - Techniky dodávání odvahy (encouragement)

Identifikovat náhradní cíl nevhodného chování nám usnadní výběr vhodné strategie pro zvládnutí situace směrem k perspektivní spolupráci. Možnosti výchovného působení na jednotlivých úrovních jsou rozmanité, my se v dalším textu budeme věnovat zejména identifikování přístupů, které **spolupráci dítěte a vychovatele napomáhají a které ji brzdí**. Uvědomění si vlastních postupů a tendencí a jejich případná korekce je cesta k dalšímu nezbytnému kroku, kterým je efektivní komunikace.

Cvičení 2: Řešení problémové situace

Žáci dopisují písemnou práci, která je časově limitovaná. Ve chvíli, kdy čas vyprší a je potřeba odevzdat práce učiteli, jeden z žáků řekne: „Ještě ne! Potřebuji něco dopsat!“

Možné reakce učitele:

- A. Učitel trvá na odevzdání písemky. Stále hlasitěji a důrazněji opakuje: „Okamžitě mi tu písemku odevzdej!“ Žák nereaguje a píše dál. A tak učitel velmi důrazně řekne: „Jestli mi tu práci neodevzdáš, pozvu si do školy tvé rodiče, aby ti vysvětlili, jak se máš slušně chovat!“
- B. Učitel vytrhne žákovi písemku z ruky.
- C. Učitel posbírá písemky od ostatních žáků a pak stojí nad dopisujícím žákem a několik minut čeká, až mu písemku odevzdá.
- D. Učitel si vezme žakovskou knížku a napíše mu poznámku.

Vžijte se do přidělené modelové situace a odpovězte na otázky:

K čemu reakce učitele povede? Jak bude asi celá situace dále pokračovat?

Co v této situaci prožívá žák? Jak se cítí?

Jak se tato situace pravděpodobně odrazí na vztahu mezi žákem a učitelem?

Účinné a neúčinné výchovné postupy

Co nefunguje?	Co funguje?
Uplatňování moci v jakékoli podobě Trest, který se nevztahuje k situaci, chování Morální odsouzení, moralizování Vyhrožování, zastrašování Důraz na minulé chování (zejména odkazování na neúspěchy) Odmítání Vyžadování poslušnosti Manipulace Nepřátelské negativní nastavení Negativní očekávání směrem k žákovi	Učení se řádu a pravidlům Důsledky chování, které odpovídají situaci Respektování osoby (oddělování chování od osoby) Soustředění se na budoucnost Podpora vztahu (dodávání odvahy ke změně) Umožnění volby Pevnost a vřelost Učení se odpovědnosti Cílem není vítězství Respekt

Konfliktní situace ve výchově

Konflikt je přirozenou součástí každodenního života. Vzhledem k tomu, že lidé mají různé postoje, hodnoty, zájmy, cíle, přesvědčení, pocity, potřeby atd. je konflikt nevyhnutelný. Většina dospělých má slovo konflikt spojeno s negativními pocity a asociacemi (např. zloba, agrese, nenávisť, atd.), proto je postoj většiny z nás ke konfliktu negativní. Jsme přesvědčeni, že konflikt přináší bolest, stres, obavy, zhoršuje vztahy. Negativní postoje jsou výsledkem zkušeností a poznatků, které získáváme v průběhu života, ovlivňují vztahy a jednání s druhými lidmi. Konflikt je často nejen nevyhnutelný, ale také potřebný. Je signálem, že došlo k nedorozumění a my máme šanci se z této situace poučit. Konflikt je příležitost jak naučit děti zvládat své emoce, jak vyjádřit svůj názor konstruktivně a jak si říct o své potřeby a v neposlední řadě, jak předcházet vyhrocení konfliktu.



Konflikt podobně jako sopečná erupce prochází několika fázemi. Nastávají v závislosti na míře emočního napětí mezi aktéry konfliktu a průběhu konfliktu v čase. Signály konfliktu zaznamenáváme ve chvíli zvyšujícího se emočního napětí v interakci mezi aktéry konfliktu. Toto napětí bývá posíleno aktuální náladou aktérů, se kterou vstupují do komunikace (např. únava, rozladěnost nebo negativní očekávání). V komunikaci se v této chvíli objevuje ironie, sarkasmus, trvání si na svém, odmítání názoru komunikačního partnera. Ty ale jednoznačně situaci vyhrocují. Pokud se v této chvíli nepodaří konflikt odvrátit, emoční napětí roste a konflikt eskaluje. Dojde k hádce, napadaní, obviňování, slovním útokům, anebo se aktéři stáhnou ze situace a přestanou spolu úplně komunikovat. Ve chvíli, kdy konflikt eskaluje, je velká pravděpodobnost, že pokusy o usměrnění situace ještě vyhroť. V takové chvíli platí pravidlo: S horkou hlavou nic nevyřešíme! Ani nejlépe míněné racionální argumenty nebudou fungovat, protože ve hře je příliš mnoho emocí. V tuto chvíli lze využít já-sdělení nebo stop-sdělení a řešení konfliktu odložit na později.

Konflikt lze efektivně začít řešit ve chvíli, kdy se jeho účastníci zklidní. Teď nastává čas mluvit o tom, co se stalo, proč ke konfliktu došlo a co lze příště udělat jinak, abychom se v budoucnu podobné situaci vyhnuli.

Konstruktivní řešení konfliktů je založeno na myšlence, že konflikt má pozitivní hodnotu a pokud se s ním zachází konstruktivně, může přinést mnoho dobrého.

Řešení konfliktů znamená nalézat řešení, která jsou přijatelná pro všechny zúčastněné. Konstruktivní postup řešení problému má svá pravidla a fáze. Tento postup nemusíme využívat pouze při řešení nepříjemných záležitostí jako je např. rozbité okno ve škole, ale můžeme jej využít v jakékoli diskuzi a při společném rozhodování.

Popsané fáze konfliktu jsou užitečným vodítkem při volbě strategie, kterou můžeme použít pro zvládnutí konfliktu (viz tabulka 2). Jaké tedy máme možnosti konfliktu předejít?

- Používejte **pozitivní jazyk**. Často se v komunikaci zaměřujeme na chyby, nedostatky a na to, co nemá být. Stává se tak, že se k dítěti nedostane informace o tom, co se od něj očekává, co potřebujeme. Např. sdělení „Nehoupej se na židli.“ Dítěti nedává potřebnou informaci o tom, co od něho očekáváme. Zkuste místo zákazu říct: „Sedni si ke stolu tak, abys seděl bezpečně.“ Nebo místo: „Nedrob všude kolem.“ řekněte „Zkus jíst tak, aby drobky padaly na talíř.“
- **Nezobecňujte**: „Nikdy po sobě neuklidíš.“, „Pokaždé zaspíš.“, „Na co sáhneš, to pokazíš.“, místo toho buďte jasní a konkrétní: „Tento týden se ti dvakrát nepodařilo vstát včas a přišel jsi do školy pozdě.“
- Nepoužívejte **nálepky**: „Jsi líný. S Pavlem to je v pohodě.“, místo toho říkejte: „Všímám si, že jsi v poslední době polevil ve svém snažení. Za poslední dva týdny jsi třikrát nevypracoval domácí úkol. Přál (-a) bych si, aby se to změnilo.“
- Používejte **já-sdělení**. např. „Opravdu mne rozzlobilo, když jsem slyšela, co jsi řekla.“ „Není mi jedno, když slyším, že máte mezi sebou spory. „ Já-sdělení slouží k popisu pocitů, chování, potřeb a příčin. Je respektující, nekonfrontační, neobviňující a nehodnotící. Já-sdělením dáváme dítěti najevo, že je pro nás partner, kterému můžeme sdělit svoje pocity (v rámci svých hranic). Má konstruktivní formu a otevírá cestu pro řešení. Nehledáme viníka („tys zase!“).
- Zaměřujte se na řešení situace, ne na příčiny „vrtání se“ v problému. Ptejme se tedy: „Co můžeme udělat pro to, aby se to zlepšilo? Co uděláme, aby sis nemusela říkat o mou pozornost vyrušováním? Co navrhuješ?“
- Když žákovi sdělujete důležité informace, ujistěte se, že vám věnuje pozornost: „Pozorně mě teď poslouvej. Podívej se na mě, potřebuji ti něco důležitého říct.“ Někdy se stává, že děti jsou příliš zabrané do činnosti a nevnímají své okolí. Snadno se pak stane, že jim unikne i vaše sdělení.
- Ověřujte si, zda a jak jste si porozuměli. Např. „Potřebuji se ujistit, že oba víme, na čem jsme se dohodli. Můžeš, prosím, říct co to bylo? nebo „Radši to ještě jednou zopakuj, abych měla jistotu, že jsem na nic nezapomněla.“
- Všimněte si svých vlastních reakcí a pocitů, jsou klíčem rozpoznání cíle (účelu) chování.
- Všimněte si reakcí dítěte, když vyvinete aktivitu k zamezení nevhodného chování, ty rovněž prozrazují, o co dítěti jde.

Tabulka 2: Účinné strategie v jednotlivých fázích konfliktu

Signály	Eskalace	Vychladnutí
<p>Pojmenování toho, co se děje</p> <p>Legitimizace rozdílných názorů, postojů, pocitů atd.: „Ty si myslíš ..., já to vidím jinak.“ „Máš právo to tak vidět.“</p> <p>Přeznačkování</p> <p>Změna tématu</p> <p>Jazyk volby</p> <p>Já-sdělení</p> <p>Pozitivní jazyk</p> <p>Podpora</p> <p>Dohoda</p>	<p>Stop sdělení</p> <p>Já-sdělení</p> <p>Díky emocím, které sebou eskalace konfliktu nese, není vhodná chvíle na řešení. V této chvíli máme přirozeně tendenci trestat. Trest vyřčený v afektu je neúčinný.</p>	<p>Co se stalo? Jak to udělat jinak, aby k podobné situaci příště nedošlo.</p> <p>Logický důsledek</p> <p>Chybovat je přirozené (případně uznání chyby)</p> <p>Podpora</p>

Postup řešení problému krok za krokem

Krok 1: Naladění

Postoj, který vnášíme do řešení problému, ovlivní průběh zvládnutí a výsledné řešení. Chceme-li, aby se všichni aktéři aktivně podíleli na hledání řešení, musíme být zejména: empatičtí, neobviňující, podporující, respektující, přísní (ve smyslu pevní) ale féroví.

Krok 2: Popište problém

Rozeberte a popište chování, které je příčinou problému. Může se stát, že vaše vnímání problému se liší od toho, jak problém vnímá druhý. Účelem tohoto kroku není hledat pravdu, ale vzájemně si sdělit svoje vnímání situace.

Krok 3: Popište pocity

Vyjádríte-li své pocity, máte otevřené dveře k racionálnímu, spíše než k emocionálnímu zvládnutí problému.

Krok 4: Řekněte, co potřebujete

Mluvte o tom, v čem vám vzniklá situace způsobuje problém. Porozumění potřebám a zájmům změní pohled na problém a posílí ochotu hledat řešení.

Krok 4: Diskutujte o řešení

Uvažte několik řešení problému. Metodou brainstormingu předložte co nejvíce možných řešení. Klady a zápory každého návrhu zhodnoťte až po skončení brainstormingu.

Krok 5: Dohodněte se

K vytvoření plánu použijte ten návrh, který měl nejvíce plusů. Dohoda musí být specifická, konkrétní a uskutečnitelná.

Literatura:

- Albertová, L. (1989). A teacher's Guide to Cooperative Discipline. Circel Pines, Minnesota:AGS.
- Albertová, L. (1996). Cooperative Discipline - Implementation Guide. Circel Pines, Minnesota:AGS.
- Ansbacher, H. L. and Ansbacher, R. R. (1956). The Individual Psychology of Alfred Adler. Basic Books. New York.
- Dinkmeyer, D, Eckstein, D. (1993). Leadership by Encouragement. Kendall/Hunt Publishing Company.
- Dinkmeyer, D., Mc Kay, G. (1996). Step: Efektivní výchova krok za krokem. Praha, Portál.
- Dreikurová – Fergusnová, E.. (1993) Adlerovská teorie – úvod do Individuální psychologie. Tišnov: SURSUM.
- Dreikurs, R., L. Grey. (1997). Logické důsledky. Nové Zámky, Dunajská Streda: ARTUS.
- Joosten, T (2000). Individuální psychologie ve škole. Pracovní materiál Mini ICASSI, Brno 2000.
- Powers, R. L., Griffith, J. (1987). Understanding life-style. The Psycho-Clarity Process. Chicago. The Americas Institute of Adlerian Studies, LTD.
- Šafářová, M., Volná, J.(1999). Kooperativní výchova – adlerovský přístup k výuce In.: Mareš, J., Svatoš, J (eds.): Novinky v pedagogické a školní psychologii – Zlín. AŠP SR a ČR a LINGUA, Zlín 1999, s. 41-46.