

O dětech trochu „jiných“, o těch, které mají nějaké specifické vzdělávací potřeby nebo prostě potřebují, abychom na ně mysleli „trochu jinak“.

V běžném oddílovém a skupinovém dění se setkávají děti a mladí 15+ různého věku, různých charakteristik. Naše oddíly jsou plné dětí, které na svět přišly s různými dispozicemi. Mají různé dispozice k činnostem sportovním, přemýšlivým, výtvarným, mají různé dispozice v prosazování se, navazování kontaktů, na různé úrovni komunikují, kreslí. Jsme prostě sdružení, které pracuje s dětmi velmi, velmi různými. Proto se asi každý vedoucí v nějakém období setkal s tím, že najednou neví jak. Proč zrovna tolik osvědčená metoda nefunguje, proč s tímto dítětem obtížněji navazují kontakt, vztah, co se to vlastně děje?! Následující řádky budou takovým malým výletem do světa dětí, které mají různé dis-, dys- nebo hyper-, hypo-, auti a tak dále. V následujících řádcích se chci co nejvíce vyhnout nějakému nálepkování a diagnostikování, označování nemocí a poruch. Neboť i dítě bez jakékoli poruchy se může takto projevovat.

ČÍM ZAČÍT?

Nedělejme si jako vedoucí ambice vše zvládnout. Mějme chuť přemýšlet, jak dítěti pomoci, jak uzpůsobit činnost tak, aby z ní mělo každé dítě alespoň trochu radosti, prospěchu. A když nic jiného, aby mu naše báječná hra neuškodila. Zkusme se zcela poctivě podívat sami do sebe a odpovědět si na otázky, se kterými dětmi mám potíž. Které projevy chování mě dráždí, které dítě moc „nemusím“. Naskočily vám „pupínky“, když jste si toto přečetli?

Říkáte si, že mne se to netýká, já mám rád/a všechny děti a nic mi nevádí? Považovali byste snad za neprofesionální, kdyby vás nějaké dítě rozházelo, rozčílilo, štválo? Myslíte si, že prostě nemůžete mít na některé typy dětí „alergii“. Zkuste to ještě jednou a buďte k sobě upřímní, protože tady začíná cesta k pochopení, cesta k tomu naučit se rozpoznávat, jaký je váš podíl na tom, že s některými dětmi nějak prostě nemůžete vyjít, pohnout. Pro někoho jsou to děti, které jsou, mají, projevují se jako...

NEKLIDNÉ, NESOUSTŘEDĚNÉ.

Tyto děti mají často diagnózu ADHD, ADD, dříve LMD. Jsou to vlastně poruchy pozornosti, které jsou spojeny s hyperaktivitou nebo hypoaktivitou. Nemá moc smysl pátrat po tom, kde tyto poruchy vznikají. Důležité je uvědomit si, že si je dítě samo nevybralo, a že si projevy nevymýšlí. Povzbudivé je, že potíže se časem mění, jsou méně nápadné, ale přeci jen zůstávají ve výbavě člověka. Rozumové schopnosti dětí nebývají poškozené, často se jedná o děti nadané, ale nějak to na nich není poznat. Udivují nás jejich reakce. Spíš převládá neklid, roztěkanost. Reagují prostě nějak rychleji, ukvapeně, bez rozmyslu. Jsou to takoví střelci, kteří až potom začnou někdy rozvažovat, proč co udělali, jak by to bylo lépe. Znáмым českým příslovím bychom řekli, že „nejdřív řezou a potom měří“. Častěji, a pro nás bez zjevné příčiny nebo někdy pro malichernou a nicotnou příčinu, nastává výbuch. Nejsou příliš dobří diplomaté. Zase bychom to mohli přirovnat ke známému rčení „co na srdci, to na jazyku“. Obtížněji se vcítí do druhého. Hůř čtou neverbální projevy a odhadují, jaké chování se od nich očekává. Rozumově to potom ví, ale v daný okamžik to prostě nějak nefunguje. Časté jsou potíže s pamětí, tedy spíš zapamatovat si více věcí najednou, udělat je v takovém sledu, jak mají. Zapomínají jedno pro druhé. Kamarádké vztahy navazují bouřlivě, vnucují kamarádství, ale rychle ochladnou.

Hypoaktivita, kdy většinou převažuje útlum, děti se projevují jakoby zpomalené a méně pružné. Vyskytují se méně často nebo ji méně vnímáme. Pro tyto děti je v kamarádkých vztazích zase typické, že mají naopak potíže s navazováním kontaktů, nevyhledávají je, často si vystačí samy. Ve skupinách dětí jsou, ale jako kdyby nebyly. Pokud je přivádí rodič a nikoho neznají, bývá pro ně pobyt ve skupině obtížný, protože společenství dětí pro ně není příliš velkým lákadlem. Pokud přichází s kamarádem, jsou zpravidla jeho věrným stínem. Svoji roli zde sehrává dědičnost. Když někdy sledují rodiče svých „oddílových“ dětí, kteří telefonují, kdy a kde mají být, neodevzdají včas přihlášku kamkoli, jsou sami chaotičtí, roztěkaní a jedním dechem si stěžují na dítě, že pořád vše ztrácí, všechno poplete, nic si pořádně nezapamatuje, tak na tu dědičnost často pomyslím.

Projevy u dětí jsou velmi často vrozené a mohli bychom se na ně vymlouvat až do konce života. Přestože dispozice jsou dány, můžeme je výchovou ovlivňovat, korigovat, umenšovat. Napomáhá nám tomu i samotné zrání, dospívání dítěte, kdy zraje i jeho nervový systém. Věkem se nejvíce ztrácejí **motorické a percepční potíže (nedokonalosti a potíže v oblasti sluchového a zrakového vnímání), snižuje se hyperaktivita a impulzivita, přetrvávají poruchy pozornosti, emoční labilita, křehkost, snazší podléhání změnám a výkyvům nálad a těžší přizpůsobování se.**

CO POMÁHÁ:

- Dávat najevo lásku, zájem, přízeň, porozumění pro jeho potíže.
- Nešetřit povzbuzením a pochvalou.
- Snažit se o to, abychom věci zařídili tak, aby se dítěti úkol zdařil a mohl z něj mít radost, aby to nevzdal hned v začátku, snažíme se ocenit hlavně to, že se dítě s úkolem pere, má chuť to zkusit, má zájem o něco nového a hlavně, že má chuť spolupracovat.
- Snažit se, abychom sami nebyli netrpěliví, nervózní, protože náš neklid a nervozita se na děti přenáší.
- Dopomáhat k tomu, aby se to, co se má naučit, pokud možno rovnou naučilo správně, má totiž tendence ulpívat na tom, co se již naučilo a špatně a obtížně se přeučuje. Proto je dobré vést jej, pomáhat mu a nespolehat příliš a hlavně předčasně na jeho samostatnost.
- Stanovit pravidla a řád, pravidla formulovat jasně (budeš tady teď stát, než já dojdou ke stromu a potom poběžíš... místo: buď tady hodnej a za chvíli běž...). Hodně můžeme napomoci tím, když je může mít napsané, namalované, nějak zaznamenané před sebou, aby se kdykoli mohl podívat, připomenout.
- Vést dítě k důslednému dodržování pravidel, pravidlo častěji připomenout, snažit se pravidla hlídat a nedopustit, aby porušování procházelo.
- Pozornost dítěte je třeba nejdříve upoutat, nalákat, přidršet u toho, co chceme říct. Využíváme tedy oslovení, delší oční kontakt, menší dítě vezmeme za ruce, tím je zklidníme a napojíme jej na sebe. Je důležité, aby pokyny byly jednodušší, dítě je zopakovalo, abychom nedávali mnoho pokynů najednou. Časem sami odhadneme, kolik pokynů najednou dítě udrží v paměti.
- Řadu situací můžeme s dítětem nejprve natrénovat, ozkoušet. Názorné předvedení pomáhá více než rozsáhlý slovní komentář (např. kudy běžím, kde se otočím, komu jak dám zprávu, jaký lístek seberu...). Instrukce by měl říkat pokud možno jeden člověk, když je na místě víc vedoucích, instruktorů, nemluvte jeden přes druhého.
- Nechat dítě vysvětlit a zopakovat, co se má dít, co bude dělat, jak a kam poběží, kde se otočí.
- Snažte se předcházet pocitům méněcennosti, snažte se chránit dítě před pocity trapnosti, před opakovanými posledními místy v různých soutěžích. Pocity nedostačivosti a méněcennosti se objevují všude tam, kde si dítě uvědomuje, že přes všechnu snahu nemůže dokázat všechno to, co ostatní. Využívejte proto práci ve skupině, tak má dítě možnost svěřit se na vlně úspěchu s ostatními. Většinou se dá vymyslet úkol, kde může uspět, postavíme jej k přibližně stejně silnému soupeři, poukážeme na pokroky, které udělalo vzhledem k sobě samému, oceníme to, že se nevzdalo.
- I neúspěch je součástí našeho života. K tomu, abychom se jej naučili snášet, si ale musíme tak sáhnout na úspěch. Proto jsou tolik důležité hry a aktivity, kdy není vítězů a poražených, ale sami si je užijeme.
- Na afekt a agresi nereagujte stejně, tedy afektem a agresí. Pokud už se stane a nepodaří se předem afektu předejít, nechte jej odeznít, nezasahujete. Zasáhněte v okamžiku, kdy afekt někoho ohrožuje (ostatní, samo dítě, věci). Odvedte pozornost dítěte – přesuňte se okamžitě k dítěti, snažte se jej i fyzicky „spoutat“, vzít za ruce, přidršet za ramena, posadit na zem. Vhodné je odvést pozornost ostatních dětí jinam, klidně je odvést do jiné místnosti, do jiného koutu. Zejména malé děti můžou být vyplašené z toho, co se děje. Pokud je vedoucích víc, je dobré si je vzít k sobě, do kruhu (jako kvočna kuřata vzít pod svá ochranná křídla), vysvětlit, že to, co se děje je projev nějaké velké nepohody, kterou prostě zatím neumí dítě zvládnout jinak, a že nejvíce mu pomohou, když oni nebudou reagovat.
- Věnujte se hrám, které rozvíjejí paměť – zrakovou, sluchovou i prostorovou, pozornost, zaměření pozornosti i výdrž, rozvíjejte hrubou motoriku (sport, pohybové aktivity) jemnou motoriku (stavebnice, modelování, vytváření všelijakými materiály), slovní zásobu.

SPECIFICKÉ PORUCHY UČENÍ

Různé dys- poruchy již v současné době nejsou zpravidla něčím neznámým. Tyto poruchy jsou vždy vrozené, určitou roli zde sehrává dědičnost. Někdy se ani nepodaří zjistit, co je příčinou. Prostě najednou tady porucha je a více či méně ovlivňuje další život. Specifické poruchy učení jsou poruchy v procesech, které jsou potřebné k porozumění a užívání řeči a to ve všech formách (psané, mluvené, čtené). Nejčastěji se vyskytuje dyslexie, s převahou potíží ve čtení, dysortografie spojená se specifickými projevy v pravopise, dysgrafie, kdy je narušená schopnost zvládat psaní na grafické úrovni. Méně často se setkáváme s dyskalkulií, narušením v oblasti počítání a matematických schopností. A potom jsou tady ještě obtíže s projevy manuální neobratnosti „nešikovnost“ neboli dyspraxie a ještě další, které však již snad tolik do života dítěte nezasahují (dyspinxie – poruchy výtvarných schopností, dysmúzie – porucha hudebních schopností). Ojedinelý výskyt poruchy je méně častý, tyto poruchy se většinou různě sdružují a kombinují. Rozumové schopnosti dětí jsou nenarušené, jsou minimálně průměrné a není zásadně porušen zrak či sluch dítěte.

Dyslexie je většinou důsledkem poruchy zrakového vnímání, zrakového rozlišování tvarů, které jsou si podobné. Nejedná se ale o zrakovou vadu. Oslabená je zraková paměť, vnímání detailů. Dítě se obtížně orientuje v prostoru. Dochází k různým formám potíží ve čtení, které je namáhavé, takže stojí dítě notnou dávkou energie. Může být pomalé s malým počtem chyb i velmi rychlé, překotné s velkou chybovostí. Čtení může být monotónní, obtížné je udržet pozornost na řádku, nepřeskakovat. Mezi typické chyby patří záměny tvarově podobných písmen, přesmyky slabik (koloběžka klidně může být lokoběžkou), přidávání či vynechávání písmen, slabik, celkově zkomolení slova s různým domýšlením. I když sice čtení není hezké navenek, na poslech, větší potíží pro dítě je to, že si čtením hůře osvojuje jakékoli informace, protože často vážně porozumění tomu, co dítě čte. Porozumění je jen částečné, nepřesné, zkreslené. Čtení je vyčerpávající. Potíže, které tyto děti mají, se promítají do všech činností, které jsou jakkoli se čtením spojené. Naučit se tak kus textu, který má napsaný a jako člen štafety jej má předat dál, to pro dyslektika může znamenat pěknou výzvu, ale taky poslední místo štafety a hněv ostatních členů.

Dysortografie je naopak většinou spojována s poruchou sluchového vnímání. Neznamená to, že dítě špatně slyší, ale nevnímá např. rozlišnosti hlásek, které zní podobně, délku hlásek, výšku a hloubku tónu. Narušená bývá schopnost sluchové analýzy a syntézy (skladu a rozkladu hlásek a slov), oslabená je sluchová paměť. Zpravidla nejvíc se potíže projevují při psaní na diktát (nejen ten, co diktuje „paní učitelka ve škole“, ale i to, co si dítě diktuje samo). Projevují se zde záměny písmen zvukově podobných, vynechávání a přidávání písmen, komolení slov, háčky a čárky chybí nebo přebývají a nebo jsou někde jinde. Hranice slov se přesouvají někam jinam, dítě pro nás nepochopitelně rozděluje či spojuje slova. Chybuje v i a y tam, kde se domníváme, že to prostě musí slyšet, spodoba hlásek, kdy sníh a sních je někdy nepřekonatelný problém. Na potížích se spolupodílí i snížený jazykový cit. Napsat vzkaz pro kamaráda s pokynem, kam má jít, může být pro čtenáře úkolem srovnatelným s vyluštěním hieroglyfů.

Dysgrafie komplikuje dětem jakýkoli grafický projev, nejvíce však psaní. Příčinou potíží bývá nejčastěji narušená oblast jemné motoriky (pohyby prstů, koordinace a propojení oka a ruky, úchop psacího náčiní, křečovitost při psaní a malování). Rozvoji jemné motoriky ale předchází rozvoj hrubé motoriky, což je vlastně koordinace pohybů celého těla. Při dysgrafii je snižená kvalita, úhlednost písma, psaní je těžkopádné, křečovitě, únavně, nehezké, obtížně čitelné, dochází k záměnám tvarově podobných písmen, písmena si děti hůře pamatují a vybavují. Potíže se mohou promítat i do matematiky – zejména geometrie, technického kreslení, kreslení nákrešů a plánů. Porucha se v podstatě promítá do všech oblastí, kde se vyžaduje psaní a kde je důležitá rychlost, úhlednost, čitelnost, úprava a přesnost tvarů (tak se třeba nakreslení mapky k pokladu může stát těžkým oříškem pro ty, kteří potom tento poklad mají najít).

Dyskalkulie je poruchou matematických schopností a stejně jako u jiných „dys“ není základ ve snížených rozumových schopnostech, ale jejím podkladem bývají potíže v oblasti sluchového i zrakového vnímání, prostorové i pravolevé orientace, paměti zrakové a sluchové. Projevuje se tím, že si dítě nespojí číslo s počtem, nepředstaví si příslušný počet puntíků, špatně se orientuje na číselné ose, řadě, matematické je rozlišit větší, menší, rozlišit od sebe sčítání a odčítání, násobení a dělení. Může zaměňovat číslice tvarově podobné, zaměňovat třeba 17 za 71, zaměňovat desítky a jednotky. Některé obtíže mají souvislost s již uváděnou dyslexií (slovní úlohy, porozumění čtenému, sestavení odpovědí), s dysgrafií (snižená kvalita psaní a rýsování, při sčítání pod sebou může posunout výpočet, nesprávně zapíše číslice), s dysortografií (potíže pro zaznamenávání čísel při jakémkoli diktování).

Dyspraxie je určitá neohrabanost, nemotornost, nešikovnost, porucha motorické koordinace. Narušeno je přijímání informací a plánování aktivit – promyslet, naplánovat a dodržet. Pro dítě je obtížné vykonávat nějaký pohyb, koordinace a posloupnost pohybů. Pohybové nadání je v populaci rozložené stejně jako nadání rozumové. Kopíruje Gaussovu křivku výskytu jevů. Průměr se vyskytuje nejvíce. Na obou koncích, jak extrémně pohybově nadaných, tak výrazně neohrabaných je přibližně stejné množství. V současné době však stoupá náročnost a ideálem mnoha rodičů jsou výkonní sportovci a medailisté. Pohybové dovednosti jsou od raného věku mírou srovnávání se mezi rodiči, mírou zdatnosti a úspěšnosti, jsou vstupenkou do dětského kolektivu. Prožitek pohybové neohrabanosti a nezdatnosti je pro dítě tiživější než neúspěchy v učení. Ve středním školním věku dosahuje nepříznivý vliv prožívání vlastní neohrabanosti, hodnocení neohrabanosti druhými a sebepojetí „neohrabaného“ dítěte vrcholu. Setrvává na něm pak dlouho, často až do dospělosti. (Matějček, Dytrych. Děti, rodina a stres. Praha: Galén, 1994, ISBN 80-85824-06, s. 73).

CO POMÁHÁ A JAK MŮŽEME POMOCI V RÁMCI VÝCHOVNÉHO PROGRAMU PIONÝRA

- Snažme se uvažovat o tom, co která naše hra rozvíjí, např. obyčejné pexeso trénuje zrakovou paměť, rozvíjí pozornost, trpělivost, trénuje vnímavost na detail, kvartetem můžeme trénovat čtení, sluchovou paměť, opět pozornost, Twister je příkladem rozvoje koordinace pohybů, pravolevé orientace. A jak všelijak může trénovat a rozvíjet slovní zásobu a jazykový cit a čtení a psaní...
- Mějme na mysli přiměřenost. Ne přiměřenost věku, ale schopnostem a dovednostem jednotlivých dětí.
- Začarovaný kruh... kdy špatně čtu... (dosad' dále dle svého), je to pro mne obtížné, vyčerpávající, proto čtu málo, když čtu málo, málo se tato dovednost rozvíjí, když to moc neumím, nemám z toho žádný profit, nechci to dělat, když to nebudu dělat, nebudu se to učit... a tak pořád dokola. Pomáhá proto nevyhýbat se těmto činnostem a aktivitám, podporovat děti k tomu, alespoň kousek, kousíček.
- Nevystavujte děti tomu, aby např. při obtížném čtení museli číst nahlas před ostatními delší text, pomáhá třeba čtení ve dvojici, kdy čteme polohlasně s dítětem, pokud je nějaká hra či úkol vázaný na porozumění čtenému, pomozte přečíst, zopakujte důležité informace ze čtení.
- Pište dětem osobní vzkazy a dopisy (to se každý moc snaží, aby je přečetl), mluvíte nadšeně o knížkách, které jste četli, čtete si vtipy, komiksy, něco, co je krátké, zařazujte úkoly, kdy pracují podle návodu, který si přečtou (může to být klidně kuchařský recept).
- Neponechávejte s čteným či psaným „úkokem“ děti samotné, buďte jim nablízku.
- Na správném i sice život nestojí, ale pokud můžete, pomozte dítěti, aby to rovnou napsalo dobře, často se totiž chyba fixuje, upevňuje a dále pak dítě automaticky používá častěji tvar, který má v paměti.
- Podporujte chuť dětí psát a nevzdat psaní (třeba psaní či opis scénáře krátkého divadélka, scénky), vymýšlení textů do prázdných komiksových bublin, psaní nesmyslných legračních vzkazů, kdy přehybáme papír, nevíme, co kdo napsal před námi a potom je z toho legrační věta.
- Zrakové a sluchové vnímání, analýzu a syntézu, paměť rozvíjí řada činností či deskových her např. skládání puzzle, různě rozstříhaných obrázků, skládání stavebnic podle vzoru, řada deskových her např. Ubongo, Metro, populární Carcassone, práce podle plánu, různé obměny pexesa, karetní hry, hry se slovy a písmeny – kris-kros, scrabble, Amos, Žahour, osmisměrky, křížovky.

MENTÁLNÍ RETARDACE

Mentální retardaci rozumíme opoždění rozumového vývoje na různé úrovni. Příčin může být mnoho a nemá smysl se na tomto místě s nimi zabírat. Úroveň rozumových schopností se měří různými typy testů inteligence. V našich oddílech se patrně při pravidelné činnosti s výraznějším mentálním postižením dětí setkáme jen výjimečně. Skupinou dětí, se kterými se v oddílové činnosti již dostáváme do kontaktu, jsou děti, jejichž úroveň je na úrovni lehké mentální retardace (lehké mentální postižení, kdy úroveň rozumových schopností je zhruba v rozmezí IQ 50–69). Tyto děti zpravidla navštěvují základní školu praktickou (dříve jsme je znali pod názvem zvláštní školy) nebo se vzdělávají i na základní škole, ale mají upravený vzdělávací program. Hlavní starosti mají tyto děti s osvojováním si teoretických a vědomostních požadavků. Tam, kde je malý důraz na teoretické, vědomostní schopnosti, nemusí mít děti vážnější problémy. Zjednodušeně si můžeme představit, že jim jde většina věcí pomaleji, jsou schopné na konci školní docházky zvládnout jednoduché učivo asi tak na úrovni 6–7 třídy základní školy. Jsou schopné osvojit si řeč, běžné sociální a pracovní návyky. Čtou, píší a počítají na jednodušší úrovni. Vyskytují se u nich stejné projevy jako u ostatních. Mohou být tedy citlivé i necitelné, podřídivé i dominantní, agresivní či stažené. Vše jde pomaleji, potřebují více názoru a praktických ukázek, nacvičení situací, jednoduché vysvětlení. Hůře chápou různá přirovnání, ironii, slovní humor, nadsázku. Jsou důvěřivé, a proto hrozí i snazší zneužití, manipulace. Při dobrém výchovném vedení v rodině mohou žít kvalitní a spokojený život.

CO POMÁHÁ:

- Spolupracujte s rodiči, nechte si hodně vyprávět o tom, co dovede, kde jsou jeho silné stránky, projevíte o něj zájem, povídejte si o jeho zálibách, zprávy o tom, co kdy, kde a jak bude, předávejte pro jistotu ještě rodičům, nespolehejte na samostatnost a věk.
- Pomáhá už jen to, že může chodit někam do „kroužku“, kde jej vezmou, může zažívat radost ze společné činnosti a nikdo netlačí na výkon.
- Výhodou mohou být věkově smíšené oddíly, snáze zapadne, může si dobře rozumět s mladšími dětmi (představme si, že jeho vývoj se opožďuje v dětství zhruba o 2–3 roky oproti stejné starým dětem).
- Vysvětlete ostatním, o co jde. Zpravidla jsou schopné pochopit, jistě se najdou děti prosociálně laděné, „pomáhací“. Nepoužívejte slova mentální retardace (jsou totiž často nadávkou v běžné komunikaci „mentál, retard, debil“).

- Při vědomostních soutěžích myslte i na možnost jednoduchých otázek, nechte je pracovat ve dvojici či malé skupině, může se leccos naučit nápodobou, může mít profit ze společného zvládnutí, úspěchu.
- Zadávejte informace a instrukce co nejjednodušeji s co možná největším znázorněním (nakreslit, kudy-kam, předvést, připomenout, pokud už jsme něco podobného dělali) nechat nejdříve úkol, situaci zvládat ostatní, aby měli možnost okoukat strategii, zapamatovat si co se dělá. Není vhodné jej vždy nechávat až nakonec, opadá pozornost, zapomíná.
- Maximálně podporovat rukodělné, pracovní, sportovní, umělecké – zkrátka nevědomostní oblasti, pověřovat je prací, kterou znají.

TÝRANÉ A ZNEUŽÍVANÉ

Že se s nimi nesetkáváte? Omyl. Je velká pravděpodobnost, že je potkáme, ale nevšimneme si jich nebo dokonce před tím zjištěním zavíráme oči. Jak je poznáme? Jedním z nejčastějších signálů je výrazná změna dosavadních projevů, výraznější změna chování. Pokud se prudce změní projevy dítěte, je to vždy signál o tom, že se něco děje, že dítě prožívá napětí, tíseň, nepohodu. Zpravidla se děti uzavírají do sebe, omezují komunikaci, opouští okruh svých kamarádů, množí se výmluvy. Přestávají dělat to, co dřív. Stejně tak časté jsou projevy neklidu, roztěkanost, nesoustředěnost tam, kde se dřív nevyskytovaly, agresivita a zloba tam, kde dříve nebyla. Agrese vůči sobě (různé sebepoškozování), agrese vůči zvířatům i neživým věcem. Nápadná změna v tělesných projevech pokud se nějakého tématu dotýkáme - mluvíme o tom, vidíme film s podobnou tematikou. Fyzické násilí a stopy po něm můžeme vidět při převlékání, sportu. Děti se za modřiny stydí, schovávají je, nechťejí se převléci, mají po ruce pohotovové vysvětlení, co se jim stalo.

CO POMÁHÁ:

- Nevylekat se, ale také hned za vším nevidět týrání, snažit se získat důvěru dítěte k tomu, aby se mohlo svěřit. To ale nejde najednou. Na budování důvěry je třeba myslet od počátků našich kontaktů s dětmi, dávat jim neustále najevo, že jsme ochotni jim naslouchat, že plníme dané slovo, že se na nás mohou obracet.
- Nenechte se ale zavazovat k mlčení, neslibujte, že nikdy nic z toho, co vám svěřili, neprozradíte. Takové pseudokamarádství a spolčení je nepřípustné. Je třeba, aby děti věděly, že neuděláte nic za jejich zády, že se budete snažit hledat cestu jak pomoci, ale že jim nemůžete slíbit mlčení (zejména pokud se jedná o týrání a zneužívání).
- Zařazujte do programu preventivně problémové situace, podněcujte děti k tomu, aby samy hledaly možnosti a řešení, vždyť přeci když můžeme radit jinému, tak je to tak jednoduché...
- Hledejte příběhy dětí, kterým se podařilo vystoupit, nějak se vzchopily, už samo pomyslné spojenectví, že se podobné věci dějí i někomu jinému, že změna je možná, že situace není bezvýchodná, je posilující (odkaz na dokumenty v TV, Soukromá dramata TV Nova).
- Veďte je k tomu, aby věděly, jaká jsou jejich práva... nikdo mi nemůže ubližovat, nikdo se mne nemůže dotýkat na intimních partiích, nikdo mne nemůže ponižovat, vydírat...
- Pro povídání si najděte nerušené prostředí, pokud se ptáte, snažte se vyhnout uzavřeným otázkám (to jsou takové, kde je možné odpovídat ano-ne).
- Nesnažte se nahrazovat psychology a psychoterapeuty.
- Mějte po ruce kontakty na různé Linky bezpečí, Krizová centra, Linky důvěry, Bílý kruh bezpečí apod., pomozte dítěti zavolat, pokud bude chtít.

DĚTI ÚZKOSTNĚJŠÍ, BOJÁCNÉ, KŘEHKÉ

Strach k našemu životu prostě nějak patří. Nebýt strachu, tak nepřežijeme, nějak nás ochraňuje a je přirozenou zkušeností člověka. Je strach a úzkost to samé? Strach je většinou vázaný na nějaký konkrétní objekt. Úzkost je víc trvalá, není tak jednoznačná. Pocity úzkosti dítě ochromují nebo naopak podněcují k reakcím, které mají charakter útěku. Vzpomeňte na „své oddílové děti“. Tak třeba vysledujete, že na táboře vždycky při nějakém typu her začne s pravidelností dítě něco bolet. Bolest, nemoc tady působí jako reakce typu útěk na situaci, která v dítěti vzbuzuje strach a obavy, že třeba nezvládne, neví jak, má strach z toho, že bude poslední, že se ztratí, že bude tma, že má sáhnout na něco, co je nepříjemné, že bude muset šplhat do výšky, hloubky, že... že... Úzkost, strach z určitých podnětů, situací a objektů můžeme získat. Úzkost a strach je ale také určitá vloha a dispozice. U každého člověka se strach projevuje jinak. Poznáme jej na tělesných projevech. Oči i uši jsou jiné – vytřeštěné nebo zúžené, zavřené, nastražené, zacpané. Je nám zima nebo horko, mění se barva obličeje, buší nám srdce, potřebujeme víc na záchod, leccos nás bolí bez zjevné příčiny. Strachy mohou být utajené, dítě je nesděljuje, nemluví o nich. Na to, že dítě prožívá nějaký silný strach, nás mohou upozornit signály:

- regrese, návrat k chování, které je typické pro mladší věk (třeba šišlání, dítě chce krmit, starší dítě se vrátí ke hraní s hračkami, které už dávno odložilo...);
- objeví se potíže s počůraváním a pokakáváním;
- na nic si netroufají, nejsou zvědavé a zvědavé, drží se mimo kontakt s ostatními; tiché, pasivní, nenápadné, nadměrně přizpůsobivé;
- agrese, šaškování, snaha dostat se do středu zájmu a pozornosti;
- malý odstup od cizích lidí (ke každému přilne, sedne si na klín, působí velmi důvěřivě).

Úzkostnost a naladěnost pro „strach“ jsou závislé nejen na nějaké prožité situaci, ale také závisí na temperamentu, jsou podmíněny nějakými dispozicemi, vlohami, dědičností. Toto ale nemusí nutně znamenat doživotní osud. I bojácné a nevyrovnané dítě může získat sebevědomí, důvěru ve vlastní schopnosti.

CO POMÁHÁ:

- Vztah k někomu, kdo je dítěti blízký (v první řadě rodič, ale důležité místo je i pro vedoucí, instruktory, kamarády), projevovat zájem, blízkost.
- Povzbuzovat dítě, ukazovat mu konstruktivní řešení, povzbuzovat, nevidět je jako bezmocné, jako „oběti“.
- Strach oslabuje jasná a srozumitelná informace, vysvětlování.
- Zkušenost dítěte, že už něco překonalo, ptejme se ho, hledejme.
- Zkusit popsat onu situaci, která nahání strach, umožnit, aby o strachu mohlo dítě mluvit, alespoň částečně situaci či aktivitu „ochutnat“ (stát třeba jen na kraji vody a podávat štafetový kolík, nechat vybrat, co by byl takový úkol, o který by se mohl pokusit). Dobrá zkušenost s tím, že jsme něco alespoň trochu zvládli, je velmi povzbudivá
- Společník, někdo nebo klidně i něco, komu může dítě věřit, s kým, s čím se cítí bezpečněji.
- Nedělat z toho vědu, všichni prostě „nemusí jít temným lesem stezku odvahy“.
- Normalizovat, mít strach je normální, má ho každý, mluvit také o tom, jak my jsme se kdy báli.
- Co nejvíc situací a aktivit, kdy může mít dítě pocit, že se mu daří, že si je užívá. Výborně se k tomu hodí jakékoli „rukodělné“ aktivity (cokoli, co vytvořím a je jedno, jestli je to korálový náhrdelník nebo vykopaná jáma na stožár), jsou to naše „důkazy“ naší schopnosti, něco prostě umím.

ČÍM NAOPAK NĚPOMŮŽEME A NEB ABYCHOM NEBYLI „JAKO SLON V PORCELÁNU“

- snaha racionálně, „rozumově“ vysvětlovat, že dítě nemusí mít strach;
- ironizování, zesměšňování, ignorování a zlehčování („ale to není tak hrozné, ty jsi hrdina, ty toho ale nadělaš, takovej velkej kluk, podívej, zvládnout to i prckové a tak podobně);
- příkaz a nucení („půjdeš a basta“).

PORUCHY AUTISTICKÉHO SPEKTRA, AUTISMUS, ASPERGERŮV SYNDROM.

Když vyslovíme toto slovo, často nám asi naskočí scény z filmu Rain Man a jiných. Tyto poruchy mají i různorodé projevy od lehkých, až po výrazné těžkosti, které si jen stěží dovedeme představit. U dětského autismu je až u ¾ dětí mentální opoždění. U Aspergerova syndromu, který rovněž do této „škátulky“ onemocnění patří, jsou většinou rozumové schopnosti normální. V našich oddílech se patrně setkáme s velmi mírnými projevy této vážné a těžké poruchy. V každém případě, pokud takové dítě v oddíle máme, vyplatí se, zajistit si víc informací, než jen tuto hrubou a zjednodušenou „kostru“. Autismus je vrozená porucha některých mozkových funkcí. Tato porucha znemožňuje dětem, aby porozuměly světu okolo sebe, aby rozuměly tomu, co vidí, slyší nebo prožívají. Přitom ale nejsou postižené oči, uši. Narušené je především utváření vztahů s ostatními lidmi, nechápou vztahy mezi lidmi, narušená je schopnost komunikace, Děti málo napodobují druhé, téměř nepoužívají gesta, ale také nerozumí, „nechtou“ tyto projevy u druhých. V řeči dětí se projevují nápadnosti echolálie, jakoby ozvěna toho co dítě slyšelo nebo řeklo (například neustále opakuje: „morče píská, nepískej morče“). Intonace řeči je zvláštní, řeč někdy vypadá, jako by mluvil robot, často o sobě mluví ve 3. osobě. Sociální obratnost je na úrovni podstatně menšího dítěte. Vyskytuje se často buď přecitlivělost na hluk, dotyky a bolest nebo naopak necitlivost na tyto podněty. Co je velmi nápadné a typické jsou zájmy, často velmi specifické. Vzpomínám na jednoho chlapce, který byl s námi na táboře a každému, s kým se setkal, přeříkával všechny zastávky MHD. Jejich zájmy bývají často technického směru. Dovedou se extrémně zaujmout nějakým tématem (dinosauři, historie, jízdní řady...). Hra autistických dětí je jiná, bývá stereotypní, hračky nejsou využívány obvyklým způsobem. S ostatními dětmi si většinou nehraje. Můžeme také vidět projevy rituálů (neustále stejná cesta do města, oblékání podle přesného pravidla), rituály slouží dítěti ke snižování úzkosti, uklidňují jej. Mají odpor ke změně, extrémně silně reagují na přerušování činnosti. Děti s poruchami autistického spektra se mohou projevat

velmi agresivně, stejně jako naprosto netečně. Agresivita se projevuje většinou tehdy, když někdo naruší jeho území, jeho teritorium, sahají na něj a na jeho věci.

CO POMÁHÁ:

- V první řadě je potřeba se seznámit s tím, jak konkrétní dítě reaguje, jaké jsou jeho zájmy, jak komunikuje s ostatními, co může spouštět nepředvídatelné reakce. Projevy poruch jsou velmi různorodé.
- Předem dítě na vše připravovat, nepřerušujte činnost bez předchozího upozornění.
- Dodržujte slovo, slib a jeho splnění vede dítě postupně k tomu, že také ono začne dohody respektovat.
- Snažte se spolu s dítětem odhalovat, co mu pomáhá uklidnit se, vytvořte místo, kde se může uklidnit (nějaké hnízdo, kde ho ostatní neruší).
- Zaměstnávat, do těžších úkolů se nepouštět, když je unavené, neklidné, rozptýlené.
- Mluvte jasně, stručně, pokud chcete, aby úkol dítě splnilo, přesně řekněte, co a jak, pomáhá grafické znázornění (třeba systém jednoduchých obrázkových tabulí, které neustále připomínají, jak se třeba má chovat na schůzce), neustále vysvětľujte postupně, jak co jde za sebou.
- Mluvte bez dvojsmyslností, nepoužívejte nadsázku, ironii, nečekejte, že dítěti dojde nějaký skrytý význam.
- Nenuťte dítě do kolektivních činností, spolupráce, společné hry. Pokud vyhledává samotu, respektujte to, nechte ho ale sledovat ostatní děti, pokud bude chtít, samo se zapojí. V kolektivu dětí má šanci leccos odkoukat, učí se nápodobou.
- Učte ostatní děti, jak se mají chovat (např. neprovokovat tím, že sahají na jeho věci), naučte je, jak mají reagovat např. při nějakém agresivním záchvatu (funguje, když se sesednou spolu dohromady, je určený někdo z nich, kdo alespoň na chvíli zorganizuje nějakou hru, nebo jen počkají, až se bude vedoucí moci zase věnovat. i ostatním), vhodné je, aby na schůzce bylo víc dospělých nebo alespoň instruktor.
- Domluvte se s rodiči, že budou v dosahu, mohou přijet, pokud by to bylo nezvladatelné.

DĚTI Z PROSTŘEDÍ, KTERÉ JE NĚJAKÝM ZPŮSOBEM ZNEVÝHODŇUJE (DĚTI Z NEVÝHODNĚHO SOCIOKULTURNÍHO PROSTŘEDÍ)

Co si pod tím můžeme vlastně představit? Jaké děti to jsou? Patří sem děti, které:

- žijí ve vyloučených lokalitách, možná bychom pro pochopení mohli napsat, že bydlí „na velmi špatné adrese“;
- mají ke svému životu velmi špatné ekonomické podmínky, rodiny žijí v chudobě, z minimálních prostředků, rodiče jsou dlouhodobě nezaměstnaní;
- jsou ohrožené nějakými sociálně-patologickými jevy (drogy, alkoholismus, hráčství);
- nemají příležitost k rozvíjení svých možností, pro rodiny není běžné, aby je nějak vzdělávaly, rozvíjely;
- jsou z jiné země, často mají oba rodiče jiný mateřský jazyk, jsou uprchlíky ze své země, ať jsou důvody politické či ekonomické;
- jsou jiného etnika;
- jsou z mnohočetných rodin, mají hodně sourozenců;
- ale také děti z rozvedených rodin, zejména pokud vztahy mezi rodiči jsou konfliktní, napjaté a nejsou moc funkční.

A čím více se těchto komplikací nashromáždí, tím je pro ně těžší ve společnosti ostatních dětí obstát. Vzhledem k velké rozmanitosti toho, co se pod pojmem sociokulturní znevýhodnění skrývá, je těžké nějak konkrétněji shrnout, co je pro děti typické. Co mají společného, čím se odlišují od ostatních dětí? Nevýhodňující situace je častěji vedou k nějaké izolaci od běžného dětského společenství. Oslabuje jejich sebedůvěru, sebevědomí. Častěji je vede k nějakým krajním projevům ať k tendenci být „neviditelní“ nebo naopak „zviditelňovat se“, získat zájem druhých o svoji osobu. Většinou zjistí, že k tomu, aby si jejich okolí všimlo, spolehlivě slouží různé formy zlobení, provokace, vychloubání, vymyšlení, útoky na druhé, agresivní projevy. Také únik do nemoci bývá spolehlivým prostředkem, jak si zajistit zájem. Toto je časté zejména u dětí, které mají problémy v rodině, konfliktní vztahy mezi rodiči, různé rozvodové a porozvodové těžkosti. Pokud se znevýhodnění spojuje s ekonomickou situací, je pro děti těžké zvládnout to, že nemají moderní oblečení, technické vymoženosti (mobil, internet, počítačové hry, sportovní vybavení apod.) Odlišnost etnická, jazyková bariera zase snáze vede k tomu, že děti tíhnou ke společnosti, která je přijímá, k těm, kdo jsou mu podobní. Mluví jeho jazykem. U dětí z rodin, kde není běžné, aby dospělí chodili do zaměstnání, a nemají faktickou potřebu vydělávat si práci, výrazně klesá jakákoli motivace pro vzdělání, vyučení, pravidelné docházky kamkoli. Děti, které jsou viditelně zanedbané, se často straní ostatní děti.

CO POMÁHÁ?

Těžko změníme ekonomickou situaci rodiny. Můžeme však myslet na to, aby naše aktivity nebyly ekonomicky náročné. Myslíme na to, kde a jak je možné si vypůjčit vybavení, můžeme mít nějakou „půjčovnu“. Mírníme dopady reklamy, na výlet se dá jít i v bavlněném tričku, funkční prádlo je sice velká výhoda, ale ne nezbytnost. Snažme se mluvit s rodiči, vysvětlovat výhody toho, že dítě někam chodí (rozvíjí se, něco se naučí, je ve společnosti dětí, je ovlivňováno a vedeno dospělým...), hledejme možnost. Naše aktivity většinou nevyžadují žádné přehnané finanční nároky, a tak je dobré to rodičům říkat. Podporujeme i účast na jednorázových akcích, otevřených pro veřejnost (různé Dny dětí, velikonoční, vánoční, jarní, letní a jakékoli jiné „slavnosti“.) Pomoci „chytit se drápkem“ mnohou příležitostně akce. U dětí z jiného kulturního prostředí (např. cizinci) se vždy vyplatí, dovědět se něco o zemi, odkud dítě přichází, vyjadřovat zájem, nechat jej, aby o své zemi vyprávělo. Tady je místo pro hry, které nějak zachází s tématem odlišnosti – jak se cítím, když jsem vyčleněný, když se mám někam dostat, když se nemůžu domluvit slovy. Nápadů hledejte ve hrách sociálně-psychologických. Pokud jsou potíže dětí spojené s jejich situací doma – rozvodové a porozvodové situace, zachovejte co největší neutralitu, nesympatizujte s žádným z rodičů. Informace o dění v oddíle poskytněte oběma rodičům. Nevyzvídejte na dítěti, ale pokud si chce samo povídat, mějte pro něj prostor. U dětí či spíš dospívajících, kteří experimentují s drogami, je vhodné dát jasně najevo své odmítavé stanovisko. Pokud nebude chtít přestat, „nebrat“, stejně oddíl opustí, naše aktivity a společnost pro něj nebudou dostatečným lákadlem. Nedělejme záchrannou síť. Naše pomoc může spočívat v tom, že předáme kontakty na nějaké odborné pracoviště (spíš nízkoprahová zařízení, kam může přijít téměř kdykoli a z ulice). Nenechte s sebou manipulovat, nepřebírejte na sebe zodpovědnost.

DOSPÍVAJÍCÍ OHROŽENÍ PŘEDČASNÝM ODCHODEM ZE ŠKOLY

U nás je povinná školní docházka po dobu 9. let. Na středních školách (ať již maturitních nebo učebních oborech) už dospívající být nemusí. Jaké jsou příčiny toho, proč odchází? A proč by vlastně měli do školy chodit? Mezi nejčastější důvody pro odchod ze školy nebo změnu dosavadní školy patří špatný školní prospěch, výrazné a opakované porušování školního řádu, problémy s vrstevníky a učiteli, ale také ztráta zájmu o obor. Vzhledem k vývojovým zvláštěnostem tohoto období jsou nevyžádané rady a názory nepřijímané.

CO MŮŽEME UDĚLAT?

Pokusit se bez domlouvání a dospěláckého poučování hledat další pohled na danou situaci. Povídat si a probírat spolu různá pro a proti.

PROČ NENÍ VÝHODNÉ OPUSTIT ŠKOLU?

- bez potřebné kvalifikace je uplatnění na trhu práce ještě složitější (což takhle jít se podívat na vývěsku úřadu práce);
- ve škole se přeci jen něčemu učím (schopnost pracovat na PC, alespoň trochu cizí jazyk, levnější získání řidičáku, svářečských zkoušek a různých jiných oprávnění...);
- ztrácí se čas, který už jsme učení věnovali;
- uzavírá nebo se alespoň výrazně oddaluje šance získat výuční list nebo maturitu a to většina zaměstnavatelů vyžaduje;
- zpomalí se kariéra;
- výrazně se sníží společenská prestiž;
- klesne výrazně ekonomické zabezpečení (zjistěte si, kolik a jestli vůbec bude dostávat nějakou podporu, jaké jsou podmínky).

KDYŽ MÁ DOSPÍVAJÍCÍ POCIT, ŽE NA ŠKOLU NESTAČÍ, KDYŽ MÁ ZPRÁVY O TOM, ŽE PROSPĚCH JE NEDOSTATEČNÝ:

- zmapujte upřímně a nejdřív to, jestli se škole opravdu věnujete, učení samo většinou nejde;
- normální je se učit (alespoň trochu pravidelně, úspěch ve škole daleko víc závisí na délce přípravy než na tom, jak chytří jsme „přišli na svět“);
- motivace, vlastní rozhodnutí, to je něco, co výrazně ovlivňuje školní úspěšnost;
- hledejte odpovědi na to, jestli je reálné zvládat nároky školy, kde hledat rezervy, jak se učit... v tom mohou napomoci psychologové (pedagogicko-psychologické poradny školní psychologové, úřady práce poskytují tuto službu zdarma).
- Když má pocit, že jej vybraný obor nebaví:

- Zvažte, kolik už jste investovali času, v jakém jste ročníku, chtělo by se vám např. v osmnácti letech začínat někde v prvním ročníku?
- Nedá se najít něco, proč by mělo smysl vytrvat?
- Zmapujte si to, co byste si od jiného oboru slibovali, co vás na oboru nebaví, jaké jsou možnosti v okolí, co všechno budete muset přestupem jinam změnit.
- Investujte čas do toho, abyste získali co nejvíc informací, jděte do nové školy, ptejte se studentů.

KDYŽ MÁ KONFLIKTY S VYUČUJÍCÍMI, SPOLUŽÁKY, KDYŽ MÁ POTÍŽE S RESPEKTOVÁNÍM ŠKOLNÍHO ŘÁDU:

Vedte dospívající k tomu, aby byli:

- k sobě upřímní, hledejte to, co mohou ovlivňovat sami; většinou jsou potíže něco jako „spojené národy“, platí zpravidla zákon akce a reakce, samo sebou se nic neděje, všechno má nějakou příčinu.
- když se nebudou chtít sami nějak podílet na změně, tak asi vše zůstane tak, jak to je; pokud neví jak, pomozte jim hledat odborníky, kteří jim s problémem pomohou.

Použitá literatura:

KOUKOLNÍK, F., DRTILOVÁ, J. Odlišné dítě. Praha: Vyšehrad 1994. ISBN 80-7021-097-4

ROGE, UWE JAN. Dětské strachy a úzkosti. Praha: Portál 1999. ISBN 80-7178-237-8

ŘÍČAN, PAVEL. Cesta životem. Praha: Pyramida, 1990.

ŘÍČAN, P., VÁGNEROVÁ, M. a kol. Dětská klinická psychologie. Praha: Avicenum, 1991. ISBN 80-7169-168-2

VÁGNEROVÁ, M. Vývojová psychologie. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-308-0

VYMĚTAL, JAN. Úzkost a strach u dětí. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-830-9

Kolektiv autorů. Rukověť pro začínající vedoucí oddílu. Praha: Pionýr, 2004.

Malý výlet do vývojové psychologie

Přesné věkové rozlišení jednotlivých etap dětského vývoje nelze provést. Děti jsou různě vyspělé a také vývoj jednotlivých oblastí nemusí vždy probíhat podle tabulek. V některých oblastech může být dítě napřed, jinde zase vývoj odpovídá tomu, co dělají a zvládají mladší děti. Pokud chceme, aby z aktivit, her a vůbec našeho programu měly děti užitek, neměl by být nadsazený, nepřiměřený věku. Děti potřebují úkoly a aktivity zvládat tak, aby mohly mít radost a zisk ze zvládnutého. Příliš jednoduché aktivity, které jsou „pro mrňata“ mohou být někdy vcelku zábavné, ale pokud by měla náplň programu tvořit většinu, tak to děti přestane bavit, nebudou dále rozvíjet svoje schopnosti. Abychom připravili program, který bude většinou přiměřený věku schopnostem, a bude odrážet zvláštnosti daného věku, je potřeba si v tom udělat alespoň základní přehled. Vzhledem k tomu, s jakými dětmi se v našem sdružení setkáváme, je potřebné se začít orientovat v potřebách, zvláštnostech, možnostech i schopnostech dětí v těchto věkových etapách.

Nejmladší kategorie – 3–6 let.

Mladší školní věk – od nástupu do školy do přibližně 8–9 let.

Střední školní věk – 8–9 let až 11–12 let.

Starší školní věk – od asi tak 11–12 let do ukončení základní školy – období dospívání.

Adolescence – přibližně 15–20 let věku (tj. naše uváděné 15+).

Ještě, než se zamyslíme nad obdobím adolescence, tj. naše 15+, malé shrnutí informací o tom, jaké prožívají věkové období pubescenti, tedy ti, kteří k nám, do naší věkové kategorie přichází.

VĚKOVÉ ZVLÁŠTNOSTI STARŠÍHO ŠKOLNÍHO VĚKU, PŘÍBLIŽNĚ 11–15 LET.

- období je bouřlivé a dynamické zejména proto, že dochází ke startu hormonální činnosti;
- typická je proměna vlastního těla, tělesná atraktivita má výraznou hodnotu pro dospívajícího a ne nevýznamným způsobem ovlivňuje jeho pozici ve skupině;
- mění se citové prožívání, city jsou jako na houpačce, reakce se často jeví nepřiměřené dané situaci, dospívající se stává více uzavřený, obrácený ke svým prožitkům a myšlenkám;
- změna v uvažování, dovedou uvažovat hypoteticky, o všem možném i nemožném, dospívající má sklon považovat své úvahy za výjimečné;
- dospívající odmítá podřízenou roli, dospělý je pro něj autoritou tehdy, když si to něčím zaslouží, něčím imponuje, je citlivý na trest;
- snaží se odpoutávat od rodiny, zdraví pubescent už nechce být dítě opatrované, opečovávané, zahrňované dobrými radami rodičů, rodiče už nejsou pro dospívajícího tak moudří a všemocní, jako tomu bylo v předchozích věkových obdobích;
- oporou v prožívaném zmatku je vrstevnická skupina, kdy přejímá její hodnoty, normy, i vnější znaky, symboly, vrstevníci mají značný vliv a proto, aby byl přijatý skupinou, je dospívající schopný riskovat konflikty s dospělými autoritami;
- zájem o hry a aktivity, kde může uplatňovat logické uvažování, hypotetické myšlení, zájem o taktiku, strategii, zájem o hry sebepoznávací, emočně založené, prožitek, sportovní aktivity, problematiska je v tomto období kresba, vítané je komiksově kreslení, sgrafity;
- zpočátku období se ještě kluci a holky oddělují od sebe, postupem nabývá na vrch potřeba být i s těmi druhými, narůstá potřeba přátelství, objevují se první lásky.

ADOLESCENCE

V našem výchovném programu zahrnuje kategorii, které říkáme 15+. Období, které zahrnuje věkový úsek přibližně pěti let. Budeme se tedy pohybovat ve věku 15–20 let. V tomto období vrcholí mládí. Je to období, kdy je člověk plný síly, dychtivosti, bystře uvažuje, touží po novém, po informacích, vědomostech, dovednostech. Je to ale také období, které je spojené s krizemi, průšvihy různých rozměrů, zmatků, neujasněností. Často se mluví o tom, že dospívající hledají sami sebe. Objevuje, co vydrží (tělesně i duševně), má hledat svůj životní program. Tímto věkovým obdobím se táhnou dvě základní linie, dvě nitě, a to je profesionální dráha, hledání pracovního zaměření, vstup do různých škol, zažívá první pracovní zkušenosti na různých brigádách. Druhou nití jsou vztahy, láska. Začátek období je fyzicky dán tělesným dozráváním, sociálně je závislý spíše na ukončení docházky do základní školy. Konec období je obtížné stanovit, nekryje se s koncem školního vzdělání, protože to by znamenalo, že končí toto období

jinak u člověka, který je vyučený a jinak u lidí, kteří studují vysokou školu, ti zpravidla končí v období kolem 23–25 roku věku. Nabízí se dosažení plnoletosti a tedy „jakási úřední“ možnost odpoutání se od rodičů. Postupem doby se výrazně zvětšuje rozdíl, mezi fyzickou biologickou vyspělostí, kdy dospívání se posouvá do nižšího věku a mezi plnou sociální zralostí, kdy je jedinec schopný samostatně, bez podpory rodičů se zařadit do života. A tak se vlastně adolescence vymezuje jako zvláštní životní období mezi dětstvím a dospělostí.

TĚLESNÝ VÝVOJ

Růst do výšky je v období adolescence výrazný u kluků. U dívek je růst jen nepatrný. Trup roste výrazněji, už nejsou samá noha a samá ruka, postava dostává dospělé proporce. Mohutní svalstvo a tím chlapecká postava mužní. Dívčí postava se stává výrazně ženskou (boky, prsa). Většinou je již jasně rozeznatelná dívčí a chlapecká postava, i když v předchozím věkovém období to ještě tak nebylo. Kluci se dočkají vousů, které je možné holit. U obou pohlaví se objevuje problematická pleť – akné, a to je někdy problém nejen estetický, ale především psychický (stud, trápení se vzhledem). Mutace mění hlas mladého muže až o jednu oktávu. Zvyšuje se produkce kožních žláz, a tak se projevuje výraznější pach. Mizí klackovitost v pohybech, pohyby jsou ladnější, koordinované. Již u předchozích věkových období jsme mohli pozorovat, že tělesný vzrůst, síla jsou jakousi vstupenkou k začlenění a hlavně přijímání v rámci skupiny, k jakémusi snažšímu vedoucímu postu. Až do této doby byla pořád živá naděje, že můžu ještě vyrost. Teď už tato naděje mizí a zejména kluci se trápí nedostatečnou výškou, mají strach z toho, aby vyrostli alespoň průměrně a nebyli tak výjimeční. Neberte na lehkou váhu trápení tohoto charakteru a hlavně se nikdy nepřidávejte ironizováním, vymyšlení „trefných“ přezdívek. Smířit se s malou postavou je výzva. Dává šanci a příležitost k psychickému růstu, ale i k tomu jak zahořknout, závidět, nenávidět, mstít se, snažit se o moc... Kluci se trápí malým vzrůstem. A co dívky? Tam je na předním místě obava z toho, aby bylo tělo dostatečně ženské. Dívky mají strach, aby nevypadaly příliš mužně, obávají se spíš velkého vzrůstu (typ „basketkačka“), bojí se spíš tloušťky nebo nějaké neforemnosti, disproporcčnosti. Je to období, kdy společná sprcha, společné mytí může být nepřekonatelná potíž pro ty, kteří dozrávají sexuálně déle. Vlastní tělo je předmětem pozornosti jak mé, tak i mého okolí. Zaujetí vlastním tělem může nabrat až oblundných rozměrů (hypochondrie, potíže s příjmem potravy). Tělesné vlastnosti jsou předmětem srovnávání nejen s vrstevníky, ale i s estetickými modely (pozor na mediální „masáž“). Pokud je mladý člověk spokojený sám se sebou, přijímá své tělo takové, jaké je, tvoří toto přijetí jeden ze základních pocitů jistoty. Mladíci jsou na konci adolescence na vrcholu sexuální aktivity. U dívek vrchol teprve přijde mnohem později. Období adolescence je obdobím vrcholu fyzické výkonnosti, obdobím největšího zdraví.

MYŠLENÍ, INTELIENCE

V tomto věkovém období adolescent zvládá formální logické operace. To byl již úkol předchozího věkového období. Pružnost myšlení je na maximu. Právě flexibilita, pružnost myšlení, schopnost hledat a používat nové, neobvyklé způsoby řešení je typickým rysem adolescenta. Proč? Adolescent není zatížený předchozí zkušeností, která by jej omezovala, regulovala, což však může být i určitou zatěžující okolností. Adolescent tak nebere vždy v úvahu souvislosti, kontext. Jeho řešení je logicky správné, dobré, ale bez širších okolností. Dalším typickým rysem adolescence je rychlost, zbrklkost v hledání řešení, jednoznačnost. Kompromis, mnohoznačnost to je chápáno jako méně kvalitní, ne zrovna žádoucí řešení. Myšlení je často ovlivňováno emocemi, jedná emocionálně a tak o výsledku často rozhoduje nadšení nebo smutek a nenálada konkrétního okamžiku. Platí, že to, co je pro mě osobně významné, má větší váhu. Škola a význam školního vzdělání je nyní minimální a školní úspěšnost není příliš významným prvkem nějaké sociální prestiže. To, jaký je školní výkon, nepřináší v tomto věku výraznější výhodu, není proto důvod snažit se vyniknout. Jistě namítnete, že znáte někoho, kdo... ale ve většině platí spíše snaha zvládnout školní požadavky s minimálním nasazením, tak aby výkon nějak zásadně nenarušoval vlastní sebehodnocení a aby nevedl ke konfliktům se spolužáky i s dospělými. Snad by se to dalo zjednodušit na... „tak nějak...“ Tak nějak projít školou v jakési relativní spokojenosti a hlavně v pohodě. Adolescent je mistrem v taktice. Spíše se snaží taktizovat (různé, kdy se vyvolat, jak to zařadit s písemkou, co stačí se naučit, jaké je procento pravděpodobnosti, že si vytáhnu nějakou otázku a pod), tento způsob uvažování převažuje nad snahou látku zvládnout. Co však nechybí, je schopnost výběrově se nadchnout pro něco a na tomto poli maximálně nasadit. Proto můžeme vidět extrémní nasazení např. ve sportu, nebo mnoho hodin strávených hraním na nějaký nástroj, hodiny strávené čekáním na ten přesný fotografický okamžik. Nebo vynikající znalosti v biologii a skoro propadání jinde. Do budoucnosti se dívá většinou s optimismem. Cíle, které si stanovuje, jsou vysoké, ale ve srovnání s předchozím obdobím už mají realističtější podobu. Možnosti co dělat jsou téměř neomezené. Zase s trochou nadsázky lze říct, že jediným limitem jsou schopnosti a motivace. Nadšení, se kterým se snaží něco zvládnout, do něčeho se pustit. A musí

docházet k chybám, protože právě vlastními chybami se učí. Zkušenosti, které získal někdo jiný, nemají pro něj téměř žádnou, nebo jen minimální regulační hodnotu. To, co většinou dělá nějakou změnu v chování nebo jednání jsou především a převážně na vlastní kůži prožitá „špatné“ zkušenosti.

IDENTITA, KDO JSEM, CO JSEM, JAK VNÍMÁM SÁM SEBE.

V období adolescence se většinou urovnávají vztahy s rodiči. Stabilizují se, i když zpočátku období je ještě místo pro konflikty a bouře. Vztahy s rodiči jsou méně napjaté, konfliktní, protože dospívající si už vytvořil způsoby jednání, které jsou zralejší, blíží se víc dospělosti. Vytváří se nová pravidla soužití s rodiči. A ti také postupně dopřávají více volnosti a zároveň i přenáší na dospívajícího víc zodpovědnosti za to, co se děje. Je to taková trochu spojená nádoba, kdy to, jak se dospívající chová dospěleji, zrajeji, umožňuje rodiči dát důvěru, uvolnit sevření rodičovské ochrany. Dospívající se stává na rodině méně závislý. To, kdo jsem, co jsem, jak vnímám sám sebe, to je hledání, experimenty, hledání variant toho, co mně vyhovuje nebo taky u méně tvořivých jedinců nápodoba vzoru, který pro sebe považují za přijatelný. Dívky se zaměřují spíše na spolupráci, projevuje se zde už výrazně ženská role, chtějí pečovat (o někoho, i o sebe, o něco...). U kluků je výkon, kompetence (schopnosti) a pozice v sociální skupině, to co výrazně ovlivňuje to, co jsem, kdo jsem. Součástí identity je příslušnost k nějaké skupině, partě, vztah k určitému člověku. Od skupiny by se měl dospívající postupně odpoutávat. Tak, jako se v předškolním věku projevoval dětský egocentrismus, vrací se teď adolescentní egocentrismus. Co si pod tím můžeme představit? Egocentrismus (zaměřenost na sebe) vede k tomu, že dospívající ignoruje to, co by jej nějak omezovalo. Je třeba zkusit, užít si. Carpe diem – užij dne. Převládá pocit vlastní exkluzivity, privilegovanosti, imunity vůči rizikům něco ve smyslu „mně se to stát nemůže, rizika jsou malá a mne nedopadnou“. Dalším výrazným heslem by mohlo být: PROŽITEK. Dospívající upřednostňují intenzivní prožitky všemožného druhu. Tak to může být hlasitá hudba, stejně tak, jako noční pochod v dešti, slézání skal stejně tak jako sprejerství. Usilují o absolutní řešení. Přijímají to, co by mělo mít absolutní platnost, to je hodnotné, cenné a nejen na úrovni slov, ale také činů. A tak se mohou projevovat přehnané aktivity, kterými hájí vztah, myšlenku. Pro pochopení je možné si představit např. extremistická hnutí, nadšené ochranáře čehokoli. Jak bylo již zmíněno dříve, kompromis je obtížně přijatelný. Tak jako je špatně přijatelný kompromis, tak také v uvažování dospívajícího není příliš místa pro čekání. Uspokojit své potřeby (naprosto různorodé) teď hned, maximálně zkrátit dobu čekání na něco. Tomu zdárně nahrává reklama, včetně možnosti rychlých půjček na cokoli. Pro dospívajícího je výrazným stresem a zátěží odklad, dělat něco pomalu, být trpělivý.

VZTAH DOSPÍVÁJÍCÍHO K DOSPĚLÝM

Adolescent je kritický k hodnotám, názorům, životnímu stylu rodičů. Rodiče totiž pro něj představují určitý způsob života a dospělosti, který jej může v dospělosti čekat, a protože by se eventuálně mohl chovat jako oni, tak nekritizuje. Kritika je výrazem konfliktu toho, jaké mají dospívající představy a jaká je skutečnost. Porovnává ideály, které si vytvořil, hledá, vylučuje. A dospělý může pomoci tím, že jej bere vážně, snaží se obhajovat svoje stanovisko, hledat logické argumenty a šetřit radami, zejména těmi, o které si dospívající neříká. Další pomocí je zvládnout jako dospělý kritičnost a kritiku dospívajícího. Adolescenti odmítají slabost a nerozhodnost dospělých, neschopnost obhajovat své názory. A opět jak bylo již zmíněno – kompromis je pro dospívajícího obtížně přijatelný. Adolescenti často nevnímají potřeby dospělých, neberou je v úvahu. Funguje zde opět to, co už bylo naznačeno dřív, adolescentní egocentrismus. Dospívající se zabývá tím, co se ho týká, co ho zajímá. Mysleme na to u svých instruktorů, řada konfliktů, nepochopení a jiných „napnelismů“ vzniká právě z určitého zúženého vidění, zaměření na své potřeby. Adolescenti hledají dospělou autoritu, i když se tváří, že ne. Chtějí takovou autoritu, která by jim imponovala, která by je brala vážně, která by jim byla partnerem, stojí o usměrňování názorů a projevů.

VRSTEVNICKÉ VZTAHY

Vztahy s vrstevníky mají v době adolescence velký význam – prostřednictvím vztahů s vrstevníky totiž dochází k odpoutávání se od rodiny, dochází k postupnému osamostatňování. Prostřednictvím kontaktů se stejně starými, sobě blízkými si dospívající uspokojuje některé základní psychické potřeby a to zejména:

- Potřeba stimulace (podnícení, povzbuzení, podněty) – sdílení něčeho společného, společný prožitek, společný úkol, společná zkušenost (typickým příkladem je hudba, diskotéky jako ventil napětí, sport opět uvolňuje napětí, napomáhá relaxaci, uvolňuje přebytek energie, která je typická pro období dospívání.
- Od vrstevníků se učí, hledá a experimentuje v oblasti řešení různých situací, je veden k uvědomování si podobnosti a rozdílů a prostřednictvím toho k lepšímu poznávání sebe samého, toto mu nemůže poskytnout rodiče, protože ty mají jinou zkušenost, pro dospívajícího je důležitá zkušenost někoho, kdo mu je podobný věkem, aktuálním životem.

- Pocit citové jistoty a bezpečí, opora u vrstevníků, kteří jsou v podobné životní situaci. Tím, jak dospívá, mění se i nekritický obdiv k vrstevníkům a postupně se odpoutává od závislosti na skupině vrstevníků. Ke konci období dospívání nastává doba, kdy se vliv party a skupiny oslabuje, dovede se spolehnout na svůj názor, není již tak ovlivňován míněním skupiny a na místo citové opory a jistoty nastupuje kamarád, stabilní, ne tak lehce proměnlivý. Kamarád je nejčastěji z okruhu lidí, kteří jsou podobně zaměřeni. Na kamarádství je totiž lákavé a potřebné společné sdílení zkušeností, společné problémy, hledání řešení. Je prostě naladěn nějak stejně. Adolescent připouští, že lidé jsou různí, ale kamarády si vybírá na základě nějaké shody.
- Partnerské vztahy včetně sexuality, sexualita nabývá na významu, experimenty v této oblasti, včetně experimentů na homosexuální úrovni, i když je to poměrně vzácnější. Experimentace v oblasti sexuality se projevuje hledáním, promiskuitou, tendencí ke střídání partnerů. Promiskuita je často reakce na nechuť k dospělému životu (být či nebýt dospělý, odložit dospělá rozhodnutí ale zároveň potřeba mít vše hned).

CO JE DŮLEŽITÉ, NA CO MYSLET ANEB MINIMUM PRO TY, KTEŘÍ NECHTĚJÍ ČÍST VÝŠE NAPSANÉ:

- pro dospívajícího je vlastní tělo, zevnějšek, prostředkem k získání určité sociální pozice, těžce prožívá fyzický handicap, důležitá je fyzická síla, vytrvalost, vzhled;
- myšlení je pružné, nezátížené zkušeností, toto však vede k radikálním úsudkům, kompromis je vnímán jako ne příliš dobré řešení a nejsou mu příliš nakloněni;
- prospěch, škola nejsou většinou ve středu zájmu, je třeba zvládat s minimem námahy, spíše hledat vhodné taktiky a strategie jak projít školním procesem, motivace často velmi pokulhává;
- umí se nadchnout, umí pracovat, pokud je to pro něj osobně významné;
- nastávající dospělost pro mnohé není atraktivní, je totiž spojením se zodpovědností a s řadou omezení a tak ji chtějí leckdy oddálit;
- vrstevníci jsou na prvním místě, je to někdo, kdo má stejnou nebo velmi podobnou zkušenost, pomáhá hledat přijatelná řešení, „mluví mým jazykem“;
- vztahy s rodiči a dospělými se postupně většinou srovnávají, nejsou tak konfliktní, přetrvává však kritika dospělého, adolescenti chtějí polemizovat, diskutovat, argumentovat;
- platí přísloví „Chybami se člověk učí“, zkušenost, kterou získal někdo jiný, nemá pro dospívajícího zásadní význam;
- adolescentní egocentrismus – zabývá se tím, co se ho týká, co ho zajímá;
- je na vrcholu fyzických sil a miluje vzrušení, dobrodružství, intenzivní prožitky.

Použitá literatura:

ŘÍČAN, PAVEL. Cesta životem. Praha: Pyramida, 1990.

ŘÍČAN, P., VÁGNEROVÁ, M. a kol. Dětská klinická psychologie. Praha: Avicenum, 1991. ISBN 80-7169-168-2

VÁGNEROVÁ, M. Vývojová psychologie. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-308-0

Kolektiv autorů. Rukověť pro začínající vedoucí oddílu. Praha: Pionýr, 2004.