

Adaptační potíže

Během školní docházky se mohou u dětí znenadání i postupně objevit problémy s přizpůsobením se situaci. Dítě se nedokáže adaptovat, reaguje nevhodným způsobem.

Nejkritičtější jsou dvě období

- 1) Počátek školní docházky
- 2) Nejranější fáze dospívání = prepuberta, pubescence

Některé potíže na čas ustupují (plačtivost, žárlivost, vzdorovitost), jiné mizí natrvalo (dumláním prstu, lhaní, nechutenství, kousání nehtů, ničení věcí), jiné se mohou objevovat celé dětství a vymizet až s nástupem dospívání (neklidný spánek, děsivé sny).

Počátek školní docházky

Představuje pro děti jak v poznávací, tak i v prožitkové oblasti mimořádný nápor, který obtížně zvládají, takže se u nich mohou objevovat nejrůznější maladaptace až neurotické příznaky.

Projevy a jejich řešení

- 1) Může se objevit celkový neprospěch, již v prvních týdnech, popř. později. Velmi vhodné je ihned začít pátrat po příčině. Vyhledat odbornou pomoc. Pokud by si totiž dítě již na počátku školní docházky vybuchovalo odpor k učení, jen velmi těžko by se ho zbavovalo.
- 2) Každé dítě potřebuje ke svému vývoji určitý čas. Stálý časový deficit, dohánění nedostatků ze školy, pocit méněcennosti navozují projevy stresu (úzkost, hloubání, podivínství, upínání se na

minulost, jednostranný vztah k realitě, denní snění, žaludeční potíže, srdeční potíže). Dopřejte dítěti dostatek času, snižte nároky na něj kladené. I zde v případě dlouhodobých potíží je potřeba vyhledat odbornou pomoc.

- 3) Děti, které mají potíže se přizpůsobit změněnému prostředí, mohou mít i emocionální potíže. Objevuje se lítostivost, podráždění, zvracení, nechutenství, neklidný spánek, neposlušnost, vzdorovitost, nepodrobení se autoritě aj. Samozřejmě, že tyto příznaky mohou být průvodním jevem, i jiných příčin. Tyto děti vyžadují bezprostřední pocit bezpečí, blízkost svých rodičů a blízkých. Mají zvýšenou potřebu blízkého sociálního kontaktu.
- 4) Sezení v lavici znamená pro mnoho dětí násilné nucení do nepohodlné činnosti. Dopřejte dětem dostatek pohybu. Nejen při domácí přípravě, ale zejména v rámci volnočasových aktivit. Pohybová živost se téměř vždy upraví postupně sama.

Období prepuberty

V životě chlapců a dívek dochází k mnohým změnám, biologickým i sociálním. V oblasti vzdělávání se děti setkávají s rozsáhlejším a náročnějším učivem. Je potřebné zapojení stále vyšších myšlenkových operací, zvláště abstrakce (kategorizace). Může se objevit dočasné zhoršení pozornosti a motivace. Tyto psychické procesy mohou vést ke zhoršení prospěchu. Některé děti řeší tyto obtíže záškoláctvím, zvýšenou agresivitou, lhostejností ke škole.

Náprava spočívá v posílení důvěry, že vše lze napravit a že očekávaný trest bude sice spravedlivý, avšak snesitelný.

Projevy a jejich řešení

- 1) Pasivní forma – únik a odvracení se od problémů. Projevuje se neochotou (snažit se dítě motivovat), leností (pobízet, stanovovat blízké cíle, nechat dítěti začít pocit prospěšnosti), nudou a nezájmem (poskytnout dítěti širokou nabídku aktivit, mimoškolní činnosti), nepřiměřeným sněním (snížení pocitu opuštěnosti, projevení dítěti své náklonnosti, rozšíření možnosti, kdy může dítě zažít úspěch), chozením za školu, zhoršení prospěchu a útěky z domova (snížení nepřiměřených nároků a přísnosti X zvýšení dohledu, kontrol nad domácí přípravou), úzkostlivé podléhání tlaku skupiny (přimět dítěti k samostatnému zhodnocení své činnosti, zvolení si vlastních aktivit, oceňování vlastního tvůrčího přístupu apod.), aplikace drog, alkoholismus (zvýšený dohled a kontrola) aj. Projevy uskutečňované pod vlivem party, dlouhodobější stavy (nepravidelná kontrola přátel a činností v kolektivu).
- 2) Aktivní forma – přehodnocení výchozí sebedůvěry a ambic. Agrese jako multifaktorově podmíněný jev vede k uvolnění přebytečné energie vůči někomu či něčemu. Zdrojem může být nahromaděná energie nebo úzkost, napětí stres a nejistota nebo citové neuspokojení/deprivace.

Agresivita může mít několik forem. Např. slovní urážky, ničení vlastních i cizích hraček/věcí, útoky vůči sobě, útoky vůči ostatním.

Nedostatky v oblasti rozumové nebo citové mají tendenci se někde kompenzovat. Většinou vybitím energie, útoky vůči druhým a tím získat jejich pozornosti. Tento postup, pokud vede k touženému výsledku – pozornosti dospělých, má tendenci se upevňovat. V dětech se tak již na prvním stupni fixuje agresivní mechanismus. Je tedy na Vás, rodičích, vychovatelích, učitelích, snažit se

eliminovat agresivní projevy již v raném dětství. Základem je komunikace s dítětem, projevení důvěry, poskytnutí bezpečí a pozitivní citové vazby.

Převládají-li trvale vzdorovité, agresivní a asociální projevy, jedná se zpravidla o více než jen dětskou nezbednost či rebelantství. Zvláště ve spojení s nadměrnými rvačkami, tyranizováním slabších, krutostí k lidem či zvířatům, závažným ničením majetku, zakládáním ohně, krádežemi, opakovaným lhaním, častými výbuchy zlosti apod.

K nápravě mírnějších agresivních projevů vede uspokojení potřeb dítěte – potřeby bezpečí, jistoty a sebedůvěry. To lze zajistit pouze porozuměním, přijetím a ohleduplností. V případě dlouhodobé fyzické agrese lze využít služby specialistů (Existuje efektivní cílený program na redukci sociálně-kognitivních deficitů agresivních dětí – kognitivně behaviorální terapie).

Použitá literatura

Čačka, O. (2000): *Psychologie*. Brno: Doplněk.

Matějček, Z. (1992): *Dítě a rodina*. Praha: SPN.