

Žák s psychickými problémy? Nebudte na to sami, říká vedoucí krizového centra pro děti a mládež



Co může učitel udělat, pokud se mu nějaký jeho žák nezdá v pohodě? Kam se může obrátit a jak získat ke spolupráci rodiče? Otázky spojené s duševním zdravím dětí se ve školách řeší čím dál častěji. „Volají nám učitelé a ptají se třeba na to, co můžou udělat, pokud si dítě z jejich třídy ubližuje,“ říká Veronika Vejvodová, vedoucí Domu Přemysla Pittra pro děti, který nabízí krizovou pomoc ambulantní i pobytovou dospívajícím od 12 do 18 let. „Učitelé si všímají, když se něco děje, ale často nevědí, co dál,“ dodává.

? Jakých projevů by si měl učitel u žáka všimnout? Co může naznačit, že dítě není úplně „OK“?

Hodně záleží samozřejmě na tom, kde se dítě vývojově právě nachází. Úplně jinak se projevují prvostupňové děti a zase jinak teenageři na druhém stupni nebo na střední škole. My jsme zařízení pro děti od 6 do 18 let, lůžková část je pak určena pro děti a mládež ve věku 12 až 18 let. Primárně se nám ale nejčastěji ozývají učitelé dětí druhostupňových. Říkají, že nějaké dítě je poslední dobou agresivní, sprostě mluví nebo naopak přestalo s kýmkoliv komunikovat. Hází houbou, odchází z hodiny, nosí na hlavě kapuci, vyrušuje, napadá a uráží spolužáky a podobně. Častěji u dívek se učitelé setkávají s náznaky sebepoškozování. Za nás je potřeba si hlavně všimnout odchylek a změn. Pokud znám Aničku jako veselou holku a najednou je celá roztrhaná a nesundá z hlavy kšiltovku, možná bych jako učitel měl zbystřit, zkusit si vzít Aničku stranou a přátelsky se jí zeptat, jestli je všechno v pohodě. Většina učitelů „svoje“ děti dobře zná, všímají si, když se něco náhle změní k horšímu nebo se u nich objeví úzkostná pečlivost, tichost apod.

? Určitě ale najdete ve školách učitele, kteří mají pocit, že by měli tu Aničku především naučit třeba Ohmův zákon...

Umím si představit, že ne každý učitel se cítí jistý ve svých kompetencích se s dítětem bavit o osobních věcech, ale na druhou stranu když si ho dítě vybere a přijde za ním, tak je fajn umět nějak vstřícně zareagovat. Nechci učitelům nakládat na bedra kdeco, vím, že už teď toho mají hodně. Není ale pravidlem, že děti s problémy chodí za třídními, spíš zvolí někoho, kdo jim přijde vřelý, vstřícný a jehož

předmět mají rádi. Tento týden jsme zrovna viděli u nás v zařízení, že se jedna naše dospívající klientka svěřila se svým problémem učiteli angličtiny, protože jí byl sympatický a angličtina ji baví.

? Jaké problémy dnes učitelé nejčastěji ve školách řeší?

V posledních letech je to hlavně sebepoškozování, to je velké téma. Častěji než dřív se řeší otázky spojené se sexuální a genderovou identitou a coming outem. Ale kromě toho také děti a dospívající nevědí, jak si poradit s emocemi, objevují se pořád poruchy příjmu potravy. Dál tu máme téma vrstevnických vztahů; jak si najít kamarády, jak se vypořádat s tím, když o kamaráda přijdu. A pochopitelně děti stále trápí vztahy v rodinách – křik, hádky, někdy i násilí, rozvody, rozchody.

? Když už se učitelé dítě svěřil s nějakým problémem, třeba se sebepoškozováním, co může učitel dělat?

Pokud má učitel podezření, že se s dítětem něco děje, nebo se mu žák třeba svěřil, že má nějaký problém, dobrá zpráva je, že na to učitel nemusí být sám. Pokud má škola psychologa, je možné to s ním probrat. Existuje Rodičovská linka, která není určená jen rodičům, ale všem dospělým, kteří jsou v kontaktu s dětmi. Můžou zavolat i k nám nebo do jiného podobného centra. Určitě je ale dobré říct si o pomoc a podporu, protože mít ještě ke všem svým povinnostem starost o žáka, který si například ubližuje, je velmi náročné. Učitel by ale měl dítěti určitě předat informaci, kam se může se svým problémem obrátit a kde hledat odbornou pomoc.

?) Myslíte, že by pomohlo, aby měly školy připravené krizové plány pro situaci, kdy se v životě žáka děje něco, co by se dítě nemělo?

Do praxe škol zas tak úzký vhléd nemám. Je možné, že alespoň některé školy nějaké takové plány mají. Když se učitel dozví, že dítě má problém, tak ví, že je možné kontaktovat školní psycholožku a ta se s ním sejde, například. Co by ale školám rozhodně pomohlo, jsou supervize. Veškeré pomáhající organizace je mají a je to obrovská pomoc. Jednou měsíčně se sejdeme s někým nezaujatým, probereme s ním případy, které právě řešíme, postupy, které volíme. Můžeme při nich i rozpustit emoce, protože někteří klienti s náročným chováním nás třeba i rozčilují. Je celkem logické, že když mi ve třídě někdo pořád poskakuje a vykřikuje, tak si přeju jen to, aby už chvíli tiše seděl. Může mi ale uniknout, že mu doma nikdo nevěnuje pozornost, a tak ji na sebe strhává ve třídě. Supervize hodně pomáhají, abychom získali náhled a naplánovali si, co a jak budeme dělat.

?) Velkým problémem je ale nízká dostupnost specializovaných služeb v oblasti duševního zdraví, a to hlavně v regionech mimo Prahu, že?

Praha je v dostupnosti služeb zdaleka nejlepší, to je určité pravda. I v regionech se dá obrátit na ty služby, které tam existují. Rodinné poradny, nízkoprahové kluby nebo organizace nabízející programy primární prevence obvykle mají přehled, kde je možné hledat třeba i víc odbornou a specializovanou pomoc. Pokud má dítě závažnější problémy sociálního charakteru, které se dotýkají třeba bydlení, je možné kontaktovat OSPOD, který dál bude případ klíčovat a naváže další služby. Každé dítě má pediatra, takže pokud je neobvykle agresivní nebo plačtivé, může ho jeho lékař víc podržet, než bude k dispozici třeba dětský psychiatr. Pokud rodina není ve finanční nouzi, placená psychoterapie je vždy dostupnější než terapie hrazená ze zdravotního pojištění. Naše organizace spravuje i projekt www.ohrozenedite.cz, kde můžete podle regionu a typu obtíží dohledat pomoc ve svém okolí.

?) Učitel ale nemůže situaci dítěte řešit sám, často potřebuje získat ke spolupráci rodiče. Jak na to?

Komunikace s rodiči vyžaduje um a takt a je to náročná disciplína. Hodně důležité je, aby učitel situaci nastavil tak, že všichni zúčastnění hlavně chtějí to nejlepší pro dítě. Pokud si volá rodiče do školy, je určitě důležité vyjádřit spíš účast a touhu pomoci dítěti, aby bylo šťastné a spokojené. Rodič nesmí získat pocit, že si ho učitel pozval proto, aby ho nějak obviňoval nebo plísnil. Už když si schůzku domlouváme, je

vhodné mluvit pozitivně – všimli jsme si nějakých věcí, které bychom s vámi rádi probrali, mohli byste prosím přijít do školy? Rodič, který z učitele cítí zájem, je mnohem ochotnější ke spolupráci. Je to opravdu o konstruktivním nastavení komunikace. Pokud jednáme přívětivě, laskavě a s respektem, můžeme probrat i těžké věci.

?) Pokud se dítě dostane do vašeho centra, jakým způsobem vy komunikujete se školou?

Pokud k nám děti přijdou ambulantně a chtějí využít anonymního režimu, nezjišťujeme, do jaké školy chodí. Pokud nám své jméno sdělí a domluvíme se na spolupráci, nebo dokonce na pobytu, pak primárně potřebujeme, aby s námi spolupracovali rodiče. Pokud má dítě problémy ve škole a potřebuje je řešit, nebráníme se ani spolupráci s učiteli. Máme zkušenost, že většinou jsou hodně vstřícní. Když je dítě u nás na pobytu, učitelé nám často posílají úkoly, konzultují s námi dost úzce a většinou je to bez problému.

?) Pracujete někdy i s třídním kolektivem? Přece jen dítě, které odejde k vám na pobyt, už třeba nemělo ve škole úplně dobré vztahy a jeho návrat do ní může být náročný.

S třídními kolektivy nepracujeme, protože na to nemáme kapacitu. Bavíme se ale s dospívajícím, který naši službu využívá, o tom, jaké to ve škole měl; jaké to pro něj bylo, když ho odstrkovali, jaký měl on sám vliv na atmosféru ve třídě a tak podobně. Určitě se ale nebráníme komunikaci třeba se školní psycholožkou. Můžeme řešit, jak ošetřit návrat z pobytu do kolektivu, co by se tam dalo udělat pro zlepšení třídního klimatu. Jinak v podobných situacích dobře fungují organizace primární prevence, které mívají i programy selektivní prevence pro třídy, kde se už vyskytl nějaký problém, například typu šikany nebo zneužívání návykových látek. Je možné se s nimi zkontaktovat a se třídou nějaký program absolvovat.

Veronika Vejvodová vystudovala obor sociální pedagogika na Husitské teologické fakultě Univerzity Karlovy. Absolvovala výcvik v komplexní krizové intervenci, motivačních rozhovorech, metodě zvládnání vzteku atd. V současné době absoluuje pětiletý psychoterapeutický výcvik zaměřený na prevenci a terapii psychotraumatu v Rafael Institutu. Působila na krizové lince a v Centru Loci, kde zastávala pozici odborného pracovníka pro rodiče. Nyní je vedoucí zařízení Domu Přemysla Pittra pro děti. Zařízení je jedním z pěti center nestátní neziskové organizace Dům tří přání.

Rozhovor vedla Lucie Kocurová, která pracuje v Informačním centru o vzdělávání EDUin jako redaktorka.