

Úvod

Když jsem na školu nastupovala, měla jsem jen základní představu o tom, co mě čeká. Bylo mi jasné, že práce školního psychologa je velmi rozmanitá, a proto jsem se chtěla co nejlépe připravit na širokou škálu situací, které mohou během školního roku nastat.

Už před nástupem jsem se věnovala studiu odborné literatury zaměřené na vývoj dítěte, specifické poruchy učení a chování, poruchy pozornosti i na možnosti efektivní komunikace s dětmi i dospělými ve školním prostředí. Cílem bylo být připravena nabídnout podporu dětem, které se potýkají s různými obtížemi, ať už vzdělávacími, sociálními nebo osobními.

Začátek působení na škole

Na začátku školního roku jsem byla představena pedagogickému sboru, se kterým jsem sdílela náplň své práce, tedy nabídku individuálních i skupinových setkání pro žáky, možnost konzultací pro učitele i spolupráci s třídními kolektivy.

První týdny jsem věnovala pozorování dění ve třídách, sledovala jsem dynamiku mezi žáky, styl výuky, způsob komunikace mezi učiteli a dětmi. Zároveň jsem se začala seznamovat s žáky, abych si vytvořila vztah založený na důvěře a otevřenosti.

Práce se žáky

Individuální konzultace

Na individuální konzultace nejprve docházely děti doporučené výchovnou poradkyní nebo třídními učiteli na základě jejich předchozích zkušeností.

Forma těchto setkání se liší podle věku dítěte, jeho komunikačních schopností a povahy problému. Někdy vedeme volný rozhovor, jindy používám cílené otázky nebo hravé aktivity, které pomáhají odhalit hlubší souvislosti. S některými žáky se vídám příležitostně, s jinými pravidelně, vše záleží na aktuální potřebě.

Velmi dbám na vytvoření bezpečného prostředí a jasného nastavení hranic. Dětem vysvětluji, že obsah našich setkání zůstává důvěrný, pokud nejde o situaci, která ohrožuje je nebo někoho dalšího. V takových případech jim otevřeně sděluji, jak budu postupovat, a snažím se, aby byly do řešení aktivně zapojeny.

Děti se postupně učí mluvit o svých emocích, sdílet své zážitky a reflektovat své chování. Společně hledáme způsoby, jak lépe zvládat konflikty a jak se rozhodovat s ohledem na důsledky svého jednání.

Skupinová práce

Tematické komunity

Ve spolupráci s dalšími odbornými pracovníky na škole vedeme komunitní skupiny, které se zaměřují na rozvoj komunikačních dovedností, sebepoznání a vztahů v kolektivu.

Zpočátku jsme pracovali s menšími skupinami dětí s častějšími obtížemi v chování nebo komunikaci. Postupně se počet skupin rozrostl a nyní probíhají tematicky zaměřené komunity, např. na posílení sebevědomí, plánování budoucnosti, zvládání emocí či práci se skupinou dětí s ADHD.

Každá skupina si na začátku nastavuje vlastní pravidla i důsledky za jejich porušení. Pracujeme pomocí her, diskusí, modelových situací i jednoduchých technik, které dětem pomáhají učit se v bezpečném prostředí otevřeně vyjadřovat, spolupracovat a přemýšlet o svém chování.

Na dětech je vidět, že díky této práci získávají větší jistotu v komunikaci, zlepšují své vztahy ve třídách i mezi ročníky a lépe zvládají běžné sociální situace.

Třídní komunity

Vedle tematických skupin pracuji také s celými třídními kolektivy. Zejména na druhém stupni se zaměřujeme na zlepšení třídního klimatu, komunikace a vztahů, na prvním stupni se soustředíme na práci s emocemi.

Společně s třídními učiteli připravujeme techniky, aktivity a případné intervence. Když je třeba řešit náročnější situaci, domlouváme se na společném postupu, a v případě potřeby do výuky vstupují i já.

Zvláštní pozornost věnuji také přípravě 6. ročníků na přechod na 2. stupeň, děti vedu k větší samostatnosti, učíme se asertivnímu vyjadřování, schopnosti obhájit vlastní názor a řešit konflikty nekonfliktním způsobem. Pravidelně organizujeme adaptační pobyty pro nově příchozí žáky.

Spolupráce s pedagogy

Z počátku mého působení na škole jsem se setkávala s různými postoji učitelů – někteří byli skeptičtí, jiní naopak očekávali rychlé výsledky. Postupem času se však vztahy proměnily a většina učitelů dnes vnímá moji roli jako důležitou součást podpory školy.

Společně řešíme situace ve třídách, konzultujeme konkrétní případy a vzájemně sdílíme osvědčené postupy.

Velmi mě těší, že se učitelé na mě obracejí nejen s profesními tématy, ale někdy i s osobními záležitostmi, vnímám to jako projev důvěry a potvrzení toho, že má práce má smysl.

Spolupráce s rodiči

Spolupráce s rodiči je stále náročná. Mnoho z nich má vůči škole určitou nedůvěru, často se setkávají pouze s negativními informacemi o svém dítěti, což může vést k odmítání další komunikace.

Snažím se proto rodiče oslovovat partnersky, zdůraznit, že máme společný cíl: aby jejich dítě mělo co nejlepší podmínky pro rozvoj. Při každém kontaktu se snažím najít i pozitivní stránku věci a budovat vzájemnou důvěru.

Pokusili jsme se zorganizovat komunitní setkání pro rodiče dětí s výchovnými obtížemi. První schůzka proběhla úspěšně, rodiče byli příjemně překvapeni naším přístupem, ale bohužel na další setkání už nenavázali.

Nejčastěji se s rodiči vídám, když se objeví vážnější problém, buď jsou pozváni školou, nebo přijdou sami požádat o pomoc. V těchto chvílích velmi pomáhá citlivý přístup, otevřená komunikace a hledání společného řešení.

Krizová intervence

Ve spolupráci s metodikem prevence se podílím na řešení akutních krizových situací. Naší výhodou je flexibilní rozvrh, takže můžeme okamžitě reagovat na to, co se ve škole aktuálně děje.

Při intervencích využíváme postupy stanovené v krizovém plánu školy a vycházíme ze zkušeností i absolvovaných školení zaměřených např. na minimalizaci šikany, patologických jevů

Spolupráce s jinými zařízeními

Nejvíce spolupracuji s kurátorkami pro děti a mládež z OSPOD Zlín, a to jak osobně, tak i elektronicky (e-mailem). Nejčastěji s nimi řešíme případy dětí s výraznějšími výchovnými obtížemi. Kurátorky pravidelně zveme na výchovné komise, a zůstáváme v kontaktu i poté, co jsou žáci svěřeni do jejich péče. Pravidelně je informuji o chování těchto dětí, sdílím nejen prohřešky, ale také jakékoli zlepšení, které u nich nastalo, a informuji o průběhu mé práce s nimi.

V situacích, kdy si nejsem jistá, jak dále postupovat, se na kurátorky s důvěrou obracím s žádostí o konzultaci. Zatím jsem se vždy setkala s ochotou, vstřícností a praktickou pomocí.

Závěr

Co zmínit závěrem? Myslím si, že nejdůležitější věcí v mé práci, a vlastně v jakékoli práci s dětmi, je být především **autentický člověk**. Být sám sebou, nehrát si na něco, co nejsem. Děti velmi rychle vycítí neupřímnost nebo přetvářku, a pokud k ní dojde, je pak velmi obtížné vybudovat důvěru, která je základem efektivní spolupráce.

Důvěra mezi mnou a dítětem je podle mě **základní stavební kámen**. Pokud se dítě naučí chodit za mnou samo, kdykoli něco potřebuje – a nejen tehdy, když je posláno učitelem nebo když má problém, pak vím, že jsme na dobré cestě. V tu chvíli máme z poloviny vyhráno a naše spolupráce může mít skutečný dopad.

Tuto důvěru se snažím budovat **přirozeností a opravdovým zájmem** o dítě samotné, o jeho každodenní život, zájmy, radosti i starosti.

Samozřejmě moje role není vždy jen přátelská. Někdy jsem pro děti ta „přísná“ nebo „ta, co něco řeší“. Ale myslím, že pokud jsem důsledná, držím se pravidel, dokážu své chování srozumitelně vysvětlit, a pokud je třeba, i přiznat chybu nebo se omluvit, pak to děti nejen pochopí, ale i ocení.

Mnohdy totiž právě takové momenty dávají dětem vzory chování, které doma možná nezažívají, například slušnost, respekt k druhému, schopnost přiznat chybu, nebo odvahu říct nahlas, co cítím a co potřebuji. A to považuji za skutečně smysluplnou součást své práce.

Markéta Sukupová, školní psycholožka