

Jak přistupovat k dítěti v pubertálním vzdoru

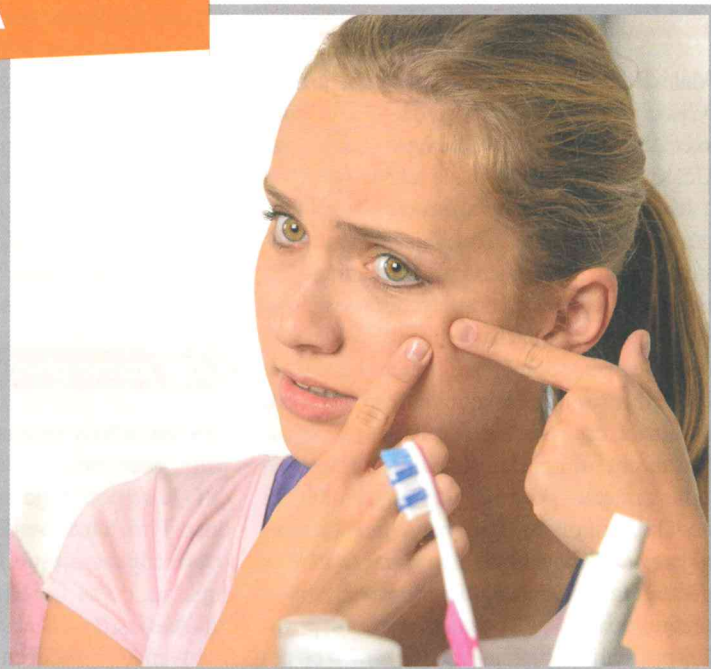
PhDr. Katarína Szabados

Mnohý pedagog, když se ocitne před třídou pubertálních žáků, je v této situaci frustrovaný a bezradný. Na první pohled by se často mohlo zdát, že žáci v pubertě dospělé nesnášejí, odmítají a nerespektují, že jim dělají naschvály. Z hodných dětí se najednou stali tvorové, kterým nic není dobré, všechno je rozčílí, nic jim nejde říct. Ale je to opravdu tak? Je za jejich mnohdy „nevycválaným“ chováním skutečně to, že je jim všechno jedno a na ničem jim nezáleží? Nebo ho mají na svědomí jiné aspekty?

Za mnohými problémy se skrývají pouze nedorozumění

Podle mé zkušenosti s mladistvými je situace výrazně složitější. Puberta je období, které do života mladého člověka přináší tolik změn, že by se jeden až mohl divit, že to vůbec lze přežít. Shrňme alespoň pár základních aspektů:

- Mladému člověku se začne měnit tělo – postupně se objevují různé sekundární pohlavní znaky, mění se proporce.
- Vlivem hormonů se mění jeho nálady. Chvilku se cítí veselý a v pohodě a najednou nastane naprostý propad, nic nemá cenu, vše je zbytečné. Nechápe proč.
- Mění se vnímání sebe sama. Chvilí si připadá v pořádku, ale čím dál víc se vkrádají pochybnosti o tom, zda je normální, přijatelný, zda takový, jaký je, bude ostatními přijímán, zda ve světě najde své místo, zda zvládne vše, co ho čeká v dospělém věku.
- Mění se vnímání ostatních, zejména dospělých. Chvilí jsou považováni za přátele, kteří mohou pomoci, podpořit, ale stále častěji se ocitají v roli nepřátel, protože nemají pochopení. Z pohledu teenagera vůbec nechápou (!!!), co se v mladém člověku odehrává, nestíhají reagovat dostatečně pružně na jeho změny (jak by také mohli) a mladý člověk si jejich chování vysvětluje jako akt proti němu.
- Jsou překvapeni jak svým zájmem o opačné pohlaví, tak zájmem opačného pohlaví o ně. Že tyto projevy zájmu mohou mít různou, klidně i drsnou formu, netřeba zdůrazňovat.
- Začínají si mnohem víc uvědomovat tlak okolí na to, jací by měli být. Vzhledově, povahově, výkonově. Videá, klipy, reklamy a filmy s krásnými ženami a vysvalenými sportovci jim ve snížení pochyb o sobě příliš nepomáhají.



Co teenagerům chybí nejvíc

Mohli bychom pokračovat dalšími body, ale osobně se domnívám, že tyto všechny skutečnosti by zásadním problémem nebyly, pokud by společnost k lidem v této věkové etapě zaujímala jiný postoj. **To, co totiž dětem, které procházejí pubertou, chybí ze všeho nejvíc, je pochopení a zájem.** Existuje bezpočet publikací a článků, tištěných či na internetu, ale já jsem stále znovu a znovu překvapována, jak málo jsou tyto děti poučené, co se s nimi vlastně děje. Mnohým chybí základní informace o tom, co se děje s jejich tělem, jsou naprosto nedostatečně vzdělané v oblasti sexuality a o nějakých vnitřních pochodech a náladách ani nemluví. Když dělám přednášky o sexu pro rodiče, tak na mě většina z nich hledí nechápavě, že to by jako se svými dětmi o sexu měli mluvit? To se snad všechno dozvědí ve škole a z internetu, ne? Jistě, na internetu se toho dozvědí spoustu... A ve škole? To by musel existovat předmět „sex a vztahy“, který by se učil od třetí třídy, abychom mohli začít doufat, že k mladým lidem proudí dostatek informací, které jim pomůžou pochopit, co se v nich děje.

Takovýto předmět však zatím není, a tak se setkáváme s dětmi, které jsou plné nejistot, pochybností a také otázek, na které se bojí zeptat. Nicméně, málokdy tyto děti působí právě takto. **To, co se během svého dětského věku naučily, je, že pochyby a nejistoty je třeba maskovat a „hloupými otázkami“ se neptat.** V našich zeměpisných šířkách se jen velmi málo oceňuje, když někdo hledá, ptá se, zjišťuje. Dobré známky jsou za to, když žák či student ví, když zná správnou odpověď, když si je jistý. Nevědomost a neznalost bývají trestány, zesměšňovány, provázeny jízlivými poznámkami. Ať ze strany učitelů, či spolužáků. **Může teenager vůbec projevit, že má z něčeho strach?** Děti jsou našťastí šikovné a adaptabilní, takže se těmto drsným podmínkám dokážou přizpůsobit. Jak? Onu kýženou sebejistotu a suverenitu začnou předstírat. A pro jistotu v co největší míře. **O dívce, která mladého borce přitahuje, mladík raději pronese, že je „kráva“, a podtrhne jí židli u oběda. Slečna, které začalo růst větší bříško, nahodí tvrdý výraz a všechny přesvědčuje, že je s tím úplně v pohodě, stejně nechce být žádná „vyzábline“.** A když kdokoli má jít k tabuli spočítat příklad z matematiky, na který si netroufá, pro jistotu učitele počastuje obličejem: „To je úplná blbost a něčím takovým se rozhodně nenechám rozhodit.“

K čemu přesně puberta slouží

Malé děti, zejména než začnou chodit do školy, jsou jako houby. Nasávají, učí se o okolním světě, jak co funguje, vypadá, jak se to chová. Učí se o věcech, jevech, ale také o zvířatech a zejména o lidech. Z toho, jak děti sledují fungování svých rodičů, si utvářejí základní představu o tom, co znamená být žena a muž. Od nich a také od dalších dospělých, třeba učitelů v mateřských školách, se dále učí o tom, jak funguje svět, společnost, pravidla.

Jistě již v tomto dětském věku se dostávají do situací, kdy se jim něco nelíbí a svůj nesouhlas dávají i velmi razantně najevo. Nicméně, to se vymezují pouze vůči tomu, co dělají či nedělají jiní okolo. **Puberta je pak k tomu, aby se otočili dovnitř a v tom všem, co během dětství nasáli, si udělali inventuru.** Aby si přebrali, co z toho, co z okolí převzali, považují pro svůj vlastní život za funkční, a co ne.

puberty pro jistotu odmítne všechno. Navíc, okolí tyto změny příliš nevíta. *Vrátím-li se k tomu jednoduchému příkladu, tak když dceř odmítne uklízet, matka z toho logicky nebude nikterak nadšená. Matka tedy dceř nepodpoří, nerozebere s ní situaci, neukáže jí, jak si vlastní názor udělat, ale nejspíš se naštve, že dceř je „fakt hrozná“. A máme patovou situaci, ze které se obtížně hledá cesta ven.*

Koho máme před sebou

Před námi tedy stojí mladý člověk plný nejistot, pochybností a otázek. Někde v hloubi cítí, že se potřebuje změnit, stát se z dítěte dospělým, naučit se dělat si svůj názor, brát odpovědnost, ujasnit si co, považuje za nefunkční, co za funkční, a začít podle toho žít. Ale jak?!

Zároveň je přesvědčen, že na tyty jeho vnitř-

je nepříjemný na mě, tak já budu na něj taky a uvidíme, kdo bude silnější. A kantor možná nakonec i silnější bude, ale poplyne z toho radostná spolupráce a dobrý vztah?

Kudy to prolomit

Odložte nálepky

Čekat, že změna nastane ze strany dětí, je asi, mírně řečeno, naivní. Chápu, že mnohý učitel, který si od pubertálních žáků již zkusil své, jim často nemůže přijít na jméno. Přesto jako první, nezbytný krok bych doporučila: **zkuste odložit nálepky.**

Přestaňte je vidět jako zlé, demotivované, stále připravené dělat naschvály. Zkuste se na ně podívat jako na lidi, kteří mají velkou spoustu svých starostí a obav, jen mají strach je projevit. A zoufale **touží po přijetí.** Chtějí vědět, že **jsou normální,** že takoví, jací jsou, jsou v pořádku, že jsou hodni toho, aby je



Jednoduchý příklad: Dívka třeba měla matku, která každou sobotu ráno nutila rodinu uklízet. Jako malá se toho účastnila a teď v pubertě se v ní ozve otázka: „A je to dobrý nápad takhle každou sobotu uklízet? Chceš být žena/matka, která bude každou sobotu nutit svou rodinu, aby brzo vstala, a dokud není vyglančeno, nesmí se na výlet?“

Takové a podobné otázky se v dětech vynořují, nicméně zdaleka ne všechny jsou na vědomé úrovni a jejich zodpovězení neprobíhá stylem, že si v klidu sednou a promyslí si to. Ne. **To je onen bouřlivý dramatický proces, kterým se teenager musí prokést, aby se od toho, co mu do té doby nařizovali či ukazovali ostatní, dostal k tomu, jak to považuje za nejlepší on sám.** Což je úkol nelehký, neboť dělat si vlastní názor není snadná věc, a tak mladý člověk na začátku

ní pochody se nesmí přijít, protože hrozí ztrapnění, ostuda, ponížení. Pro jistotu tedy vše, co se v něm odehrává, maskuje, seč může. Co nejvíc se snaží působit jako suverén, který má vše pod kontrolou a nic se ho nedotkne. Když se například dívka, která se jednomu mladíkovi líbí, zapovídá s jiným chlapcem, začne dělat vtipy a bavit všechny okolo, aby bylo jasné, jak je v pohodě. Když dostane čtyřku z chemie, nehne brvou a hodí po učitelce výraz, že je fakt trapná, že si vůbec myslí, že by ji něčím takovým dostala. Kantor při práci se třídou teenagerů, kteří mají tyto maskovací techniky obzvláště propracované, je sám na pochybách, jak se k situaci postavit. Pokud ale na tyto strategie skočí a těm nejistým, zmateným dětem skutečně uvěří, jací jsou borci, sáhne tím po přístupu, kterému říkám „na tvrdé tvrdým“. On

někdo měl rád, byť navenek působí jako největší suverén. Když vy k nim budete přistupovat tak, že jste si vědomi, co se v nich děje, a že je za to, jací jsou, nikdo neodsuzuje, začnou se s vámi cítit dobře a možná vám začnou i věřit.

Vciťte se

Pokud se vám podaří první krok, zamyslete se, na co by slyšeli, co by ocenili. **Zkuste se do nich vcítit, vzpomenout si, jaké otázky jste v jejich věku měli vy, co trápilo vás.** Situace v dnešní době není zas tak odlišná, byť na první pohled tak vypadá. To vám pomůže je pochopit. Proč byste se měli snažit je pochopit? Pochopit neznamená, že máte vše přijmout a tolerovat. Ale jakmile pochopíte, co se v nich odehrává, bude vám najednou jasnější, jak k nim přistupovat, co zabere.

Projevte zájem

Projevte zájem, zeptejte se jich na jejich názor. Děti v tomto věku jsou přímo alergické na to, když se jim někdo snaží dávat rady a když se snaží být chytrý. Možná budete překvapeni, jak vstřícně začnou reagovat, když začnete mluvit skutečně o sobě, o svém životě či svém dospívání, co jste prožíval/a. Otevřenost v tom, co prozradíte o sobě, rozpouští ledy. Když ukážete, že jste také člověk, který má své pochyby, nejistoty a nezdary, kupodivu autoritu neztratíte, ale získáte. Když přiznáte chybu, v jejich očích vzroste. A je šance, že se vám také otevrou a pak již nebudou předstírat, že „nějaká chemikářka, to mě nemůže rozházet“.

Dejte zodpovědnost

A na ty nejvíc hubaté může pomoci, když jim *dáte daleko více zodpovědnosti*. Remcá na to, že škola slibovala, že bude španělština,

Mnohé dnešní děti jsou bohužel dost rozmazlené. Jejich matky se jim odmala snaží vše dopřát, před vším je ochránit, dělají za ně to, co by děti snadno zvládaly samy. Zvykli si, že se o ně někdo stará, uvěřily, že mají **nárok**, aby se svět točil kolem nich. A když zjišťují, že to tak není, snaží si svá „práva“ vynutit silou.

Jenže to je celé iluze, jejich představa, že mají na spoustu věcí nárok, nemá žádný reálný podklad. Věci a situace jsou tak, jak jsou. Je sice hezké, že mají představu, že „by měly být jinak“. Ale ve skutečnosti je úplně jedno, jak si myslí, že by to mělo být. Potřebují se zařídit v tom, jak to reálně je. Vysvětlíte jim to. Řekněte jim, že doteď možná byli zvyklí, že jejich okolí se snažilo dělat věci tak, aby jim vyhovělo. Ale teď už je čas, aby se o to, co potřebují, zasadili sami.

Student: „*Jak to, že na nástěnce nebylo, že budeme mít tělák?*“

sty věci ani není kam jít. Kde chcete reklamovat, že na stavebním úřadě nevydali včas povolení, původně vybraná firma se ukázala podvodná, sekretářka zapomněla dát lísteček na nástěнку, ředitel nesehnal učitele na španělštinu?

Na každé jejich „Mělo by to být tak a tak“ odvěťte otázkou „A proč?“, „Na základě čeho?“. To, že jim někdo něco slíbil, není argument. Protože mají nárok na to, aby když někdo něco slíbí, ten slib dodržel? Nejspíš vám odvětlí, že by měl. No, to je sice moc hezké, že „by měl“, ale realita je, že jsou lidé, kteří své sliby nedrží. Nemusí se nám to líbit, ale i s tím se každý musí naučit počítat. To, že si budu stěžovat, že ten druhý není takový, jaký „by měl být“, situaci vyřešit nepomůže. Nejdrív se jim to nebude líbit. Ale když o tom budete dostatečně diskutovat a rozebírat to, tak si časem uvědomí, že jejich nároky jsou pouze smyšlené. A že reálně budou mít právě



a jak to, že španělština není? Řekněte mu, ať sežene jazykovou školu, domluví se s panem ředitelem a španělštinu obstará. Stěžují si, že jim nevyhovují domácí úkoly? Nechte ho předložit řešení, jak to udělat, aby se probíraná látka celé třídě dostala pod kůži. Když je skutečně necháte to zkoušet, pochopí, že to myslíte vážně, a začnou si na nepatřičné frajerské řeči dávat pozor. Ale musí to být skutečně zodpovědnost, aby něco museli zařídit, vyřešit, vymyslet, hromada dalších domácích úkolů to nezmění.

Netolerujte vše

Na jednu stranu je moc důležité druhého člověka chápat, zkoušet přijít na to, co se v něm děje, protože pak na něj můžete daleko účelněji reagovat. To však zdaleka neznamena, že jim máte vše tolerovat!

Kantor: „*Nebylo. A vy jste se postarali o to, abyste si zjistili, jak to bude s tělocvikem?*“

Student: „*Jak to, že se nestihla rekonstrukce jídelny a máme pořád jenom jedno jídlo, když jsme měli mít dvě?*“

Kantor: „*A vy máte nějaký nástroj, kterým dokážete zařídit, aby se stavební práce nezpозdily?*“

Učte je přemýšlet, dělat si názor

Vezměte vážně, že jsou vychováni v iluzi toho, že mají různé nároky. Skutečně tomu věří. Naučte je nad tím přemýšlet. Na základě jakého práva si mohou to a to nárokovat? A k jaké instituci s tím mohou jít?

Když se jim rozbijí boty a mají účtenku, tak mohou jít do obchodu, kde je koupili, a do 30 dní získat vyjádření. Ale ani tam nemají nárok, aby jim třeba vrátili peníze. A u spou-

to, co si skutečně dokážou zařídit.



PhDr. Katarína Szabados Filasová

Vystudovala psychologii na Karlově univerzitě.

Od roku 2002 má soukromou praxi, ve které se věnuje individuálním a partnerským konzultacím.

PRO UČITELE NA KATEDRU

Pro základní školy a víceletá gymnázia – určeno ke kopírování, příloha článku Jak přistupovat k dítěti v pubertálním vzdoru od PhDr. Kataríny Szabados Filasové. Přílohu zpracovala redakce časopisu Třídní učitel a vedení třídy, vydání 3/2017.

Jak přistupovat k dítěti v pubertálním vzdoru

✓ Odložte šablonovité vnímání – „nálepky“

V přístupu k dětem v pubertě **zkuste odložit nálepky „puberťák/nezralý“**... Zkuste se na ně podívat jako na lidi, kteří mají velkou spoustu svých vývojových starostí a obav. Potřebují cítit **přijetí**. Chtějí ujistit, že **jsou normální, že jsou v pořádku**, že jsou **hodni toho, aby je někdo měl rád**, byť navenek působí jako největší suveréni.

Dejte jim najevo, že tušíte, co se v nich děje, a že je za to, jací jsou, neodmítáte ani neodsuzujete. A pokud ano, pak jen jejich neadekvátní chování, nikoliv je jako osobnosti.

✓ Vcítte se

Zkuste se do nich vcítit, vzpomenout si, jaké otázky jste v jejich věku měli vy a co vás trápilo. Pochopit neznamená, že máte vše přijmout a tolerovat! Ale vaše pochopení jejich situace vám usnadní funkčnost přístupu k nim.

✓ Projevte zájem

Projevte zájem, zeptejte se jich na jejich názor. Děti v tomto věku jsou přímo alergické na to, když se jim někdo snaží dávat rady a pokyny. Možná budete překvapeni, jak vstřícně začnou reagovat, když začnete mluvit skutečně o sobě, o svém životě či svém dospívání, co jste prožíval/a. Otevřenost v tom, co prozradíte o sobě, rozpouští ledy. Když ukážete, že jste také člověk, který má své pochyby, nejistoty a nezdary, kupodivu autoritu neztratíte, ale získáte.

✓ Umožněte jim odpovědnost i svobodu rozhodnutí

Odpovědnost je něco, s čím se v tomto věku musíme všichni naučit zacházet. Umožněte dětem v tomto věku mnohá rozhodnutí s plnou odpovědností nejen za rozhodnutí, ale i za nesení následků případných neúspěchů. *(POZOR NA SITUACI: Pedagog/dospělý nese odpovědnost a očekává od dítěte splnění svých rozhodnutí. Dítě neuposlechne a rozhodne se opačně/jinak. Daná situace nedopadne dobře. A dospělý/pedagog udělá vše, aby dítě ochránil před dopadem jeho svobodného rozhodnutí. Dospělý tak postupuje proti zdravému vývoji.)*

Svoboda a odpovědnost jsou jako dvě strany jedné mince. Dítě si nemůže od dospělého vzít jen jednu stranu mince (svobodu) a druhou (odpovědnost) mu nechat. Stejně tak nemůže dospělý dát dítěti jen odpovědnost a nedat mu svobodu. Polovičatost v této situaci je vždy toxická pro osobnost zrajícího dítěte.

✓ Netolerujte vše

Předchozí body neznamenají, že přijetí, vcítění a umožnění nést odpovědnost a svobodně se rozhodovat znamená vše objímající a vše tolerující přístup. Naopak. Jasně stanovte hranice, u kterých budete vyžadovat jejich respektování. Děti v pubertě nejsou ještě dospělé, ani právně zodpovědné. Diskuse se pak přenesou do polohy, kde jsou hranice mezi tím, co si děti rozhodují samy, a co ještě stále vy.

✓ Učte je přemýšlet, dělat si názor

S rozšiřujícím se životním prostorem, o kterém si děti rozhodují ve svém životě samy, musí ruku v ruce jít návyk o věcech přemýšlet a domýšlet jejich náročnost.

Tady se nabízí hlavní prostor pro dospělého/pedagoga. Nechte dětem plnou odpovědnost za rozhodnutí a jeho následek. Ale chtějte si o dopadech různých rozhodnutí povídat. Bez manipulací a tlaku na určité rozhodnutí. Nakonec připomeňte.

Je to na tobě, jakou cestu zvolíš. Bude ale také na tobě, jakou poneseš odpovědnost.

Časopis Třídní učitel a vedení třídy je možné objednat na e-mailové adrese: send@send.cz