

Psychomotorický neklid u dětí

Nesčetné **projevy** neklidného dítěte zná každý učitel. V lavici neposedí, vrtí se, houpe se na židli, klepe pomůckami do lavice, něco žmoulá, krčí rožky stránek, okusuje tužky, čmárá po obalech, zouvá si pod lavicí bačkory... Ruší svým neustálým pohybem ostatní děti i učitele. Většinou v těchto případech hovoříme pouze o "slabosti nervového systému" (SNS). Takové dítě např. není schopné udržet pozornost, dokončit započatou činnost, neustále odbíhá, požaduje neodkladné uspokojení svých přání, vykřikuje, dožaduje se vyvolání, když se hlásí.

Jako **příčiny** neklidu se často uvádí lehká mozková dysfunkce (LMD). Lehčí instabilita, impulzivita a zvýšená aktivita ale mohou být pouze běžnou součástí temperamentu dítěte.

Neklid ovšem může pramenit i z psychologických příčin - nešťastných okolností v životě dítěte, které lze eliminovat nebo alespoň ovlivnit. Může jít o výchovné prohřešky rodičů v raném dětství žáka (problémy interakce s dítětem, příliš násilný přístup již v kojeneckém a batolecím období, snížená citlivost k potřebám dítěte, přesycení podněty, neklidný a neurotický přístup matky) nebo i více či méně zaviněná traumata v životě dítěte.

Ve všech **přístupech** k neklidným dětem je důležité mít na mysli neopakovatelnost každého případu, nebát se změnit postoj k problému, být trpělivý a nedávat dítěti najevo pochyby o možnosti nápravy a o světlejší budoucnosti.

Na lavici stále přichystaný deníček, kam si vykřikující žáček zapíše svou odpověď, může jeho vyrušování podstatně omezit. Poznámky v deníčku ohodnotíme, zatímco vykřiknuté odpovědi ignorujeme. Nebo takovému křiklounovi dovolíme napsat odpověď na zadní stranu tabule. Napominání typu "přestaň", "nech toho", "neruš" apod. mají jen krátkodobý efekt. Neustálé napominání a tím i zdůrazňování zvláštností učitel žáka značně vyčerpává a pro dotyčného žáka je neurotizujícím faktorem. Poukazováním na jeho "odlišnost" jen prohlubujeme častý problém neklidného dítěte v navazování a udržování vztahů se spolužáky. Mnoho hyperaktivních dětí se těžce přizpůsobuje pravidlům hry. Zaměřují se spíše na divoké zábavy a ne vždy se jim podaří "srovnat se" a domluvit se se spolužáky bez šarvátek, urážení se apod. Na druhé straně bývají neklidné děti velmi společenské a kontakty neustále vyhledávají, nedaří se jim je ale vždy udržet. Tento neúspěch mohou kompenzovat upozorňováním na své nesporné kvality v oboru šaškování, vymyšlení vtípků a provokací - při všímavosti a patřičném komentáři učitele je kompenzace účinná a dítě v obdobném počínání podporuje.

Dítě tráví značnou část dne ve školní lavici, na 1. stupni ZŠ většinou pouze v přítomnosti jediného učitele. Na našem vztahu a přístupu k žákovi, který neustále narušuje výuku, je nepoučitelný a opakuje tytéž prohřešky, za něž byl v minulosti trestán, tedy velmi záleží. Mnohdy se neubráníme zlobě, kterou ve formě výtek, ať už ústně nebo písemně formulovaných, adresujeme dítěti a jeho rodičům. Zvažme však, jak naše poznámka působí. Může uvést dítě po zbytek dne do nepříjemné úzkosti. Také reakce rodičů na poznámky můžeme jen odhadovat. Stejně jako učitel ve vyučování mohou i oni pociťovat při výchově neklidného dítěte bezradnost. Stížnost učitele na neklid jejich potomka je nepřekvapí, ale rozzlobí. Jejich hněv se pak obrací proti učitelům, dětem, případně oběma.

Snahu školy poslat dítě a rodiče pro radu do PPP chápou někdy rodiče jako agresi vůči nim. Je hlavně na učiteli, aby se dokázal s rodiči na společném postupu domluvit. Doporučuje se pečlivě zvážit nutnost vyšetření v PPP a pokusit se vystihnout chvíli, kdy je k takovému kroku třeba a možno přistoupit.

Obecné rady pro zvládnání neklidného dítěte:

- pomozme dítěti být úspěšné alespoň v něčem (hledejme kladné stránky, vyzdvihneme specifické schopnosti...)
- pověřujeme dítě různými úkoly (aby pocítilo svůj význam, úspěch, potřebnost...)
- pomozme mu nalézt své místo v kolektivu (zvyšme jeho prestiž nepoukazujeme na jeho zvláštnosti)
- pomozme mu uvědomit si sebe sama (zvl. u starších dětí lze využít psychohry - v čem jsem dobrý, co se mi nedaří a co proti tomu mohu udělat)
- mějme na mysli, že odměna "zpevňuje" správné formy chování, nešetříme proto pochvalou za maličkosti (i za udržení pozornosti)

- oceňujeme snahu dítěte (i při ne zcela povedeném výsledku práce), pozorně formulujeme pochvaly (ne: lék nebo domluva pomohly, ale lépe: snažil ses a hned je to lepší), nešetříme pochvalami, vždy se najde něco, za co lze dítě ocenit
- šetříme poznámkami, najdeme jiný způsob informování rodičů (např. 1x týdně hodnocení práce a chování žáka ve škole)
- stavíme před dítě krátkodobé cíle
- má-li žák výukové obtíže, bývá užitečné prověřovat jeho znalosti individuálně (mimo třídní atmosféru plnou rušivých podnětů)
- sledujeme únavu a pozornost v průběhu vyučování - umožníme dítěti změnit činnost, počítáme se zvyšující se unavitelností v průběhu vyučovacích hodin a dne (znalosti prověřujeme raději na počátku dne...)

Problém "neklidných dětí" je jistě širší a složitější. Pro bližší seznámení s problémem neklidných dětí doporučuji knížku Michala Šebka "Neklidné děti a jejich výchova". Praha, SPN 1991.

Čerpáno ze článku Bohumíry Lazarové publikovaného v časopisu "Učitelské listy" č.3/96.