Sdružení pěstounských rodin

Když je žákem dítě v náhradní rodinné péči

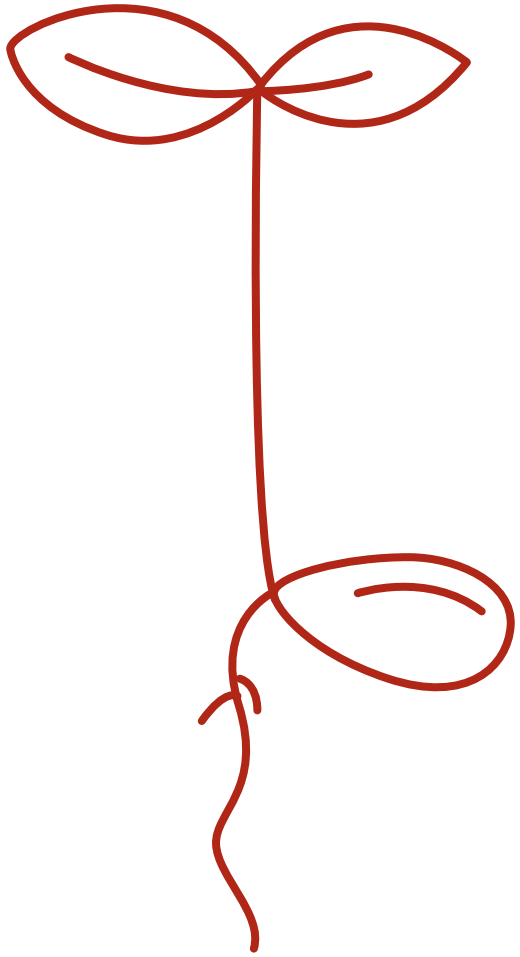
Praktická doporučení pro pedagogy a školní poradenská pracoviště

Úvod

Cílem této brožurky je upozornit na možné situace, jejich důvody a souvislosti, se kterými se můžete jako pedagogové setkat při kontaktu s dítětem v náhradní rodinné péči (NRP). Chceme vám nabídnout základní orientaci pro citlivý, bezpečný přístup a dobrou spolupráci s rodinou.

Jak jednat s dítětem z náhradní rodinné péče, s čím počítat, co od něj očekávat a jak mu pomoci, aby se ve škole cítilo dobře a bylo schopné se něco naučit?

Děti, které prošly vývojovým traumatem, a to jsou v NRP skoro všechny, se nebudou ve škole chovat stejně jako děti, které byly chtěné a od narození vyrůstají v bezpečné rodině. Nedělají to schválně. Časté krizové situace v jejich životě je naučily jiným schématům chování a změnit nebo alespoň upravit tato schémata, je běh na velmi dlouhou trať. Někdy celoživotní.



Dítě v NRP ve škole často

- Nedokáže udržet pozornost (snadno se unaví, výkony kolísají, pociťuje vnitřní napětí).
- Má problémy s autoritami (často testuje hranice, očekává odmítnutí, střídá extrémy).
- Všechno si chce řídit samo, i věci, na které nestačí nebo jsou mimo jeho kompetence.
- Vyhýbá se očnímu kontaktu s učitelkou/učitelem a vypadá, že nemá o nic zájem.
- Má potřebu neustálé pozornosti učitelky/učitele, a to i o přestávce.
- Věčně něco zapomíná, ve věcech má chaos.
- Dochvilnost mu dělá potíže a některé úkony mu trvají déle, než je přiměřené jeho věku.
- Má problém spolupracovat ve skupině: buď se společné práce neúčastní, nebo ji naopak začne řídit. Raději pracuje samostatně.
- Zpravidla se nezeptá, když něčemu nerozumí (je zvyklé spoléhat jen na sebe).
- Se vším souhlasí, ale pak nic neudělá (může chybět motivace).
- Snaží se být „neviditelné“, nemluví o sobě, ani když je přímo tázáno.
- Má problém přijmout chválu i kritiku.
- Nedokáže rozpoznat svoje emoce, pojmenovat je a ovládat (možné projevy slovní i fyzické agrese).
- Neumí rozpoznávat emoce druhých a být empatické. Může mít problém s navazováním kamarádských vztahů.
- Může negativně reagovat na fyzickou blízkost druhé osoby nebo naopak nerespektuje osobní prostor.

Následky vývojového traumatu mohou zapříčinit

1

Problémy s citovou vazbou – attachmentem

Nevytváří vazbu bezpečnou, ale nejistou (vyhýbavou, úzkostnou nebo dezorientovanou/dezorganizovanou). To v praxi znamená, že je na učiteli „nalepené“ nebo si s ním vůbec žádnou vazbu nevytvoří a snaží se být neviditelné.

Co za tím je?

Dospělý není pro dítě bezpečnou osobou, neví, co od něj může čekat.

Jak se to projevuje?

Emoční reakce dítěte mohou být přehnané, může trpět chronickou úzkostí a dezorganizovanými vzorci chování (střídání blízkosti a odmítání ve vztazích, obtíže s důvěrou, silné emoční výkyvy a nevyzpytatelné chování, vnímání sama sebe negativně a očekávání ublížení od ostatních). Jeho jednání je pak pro učitele nepochopitelné, nelogické a rušivé. Pro spolužáky může být nepřijatelné, a mít proto potíže se začleněním do kolektivu.

Jak reagovat?

Být konzistentní a předvídatelný, nabízet pomoc, vytvářet klidné a vstřícné prostředí, nebrat odmítnutí nebo afektované chování osobně.

2

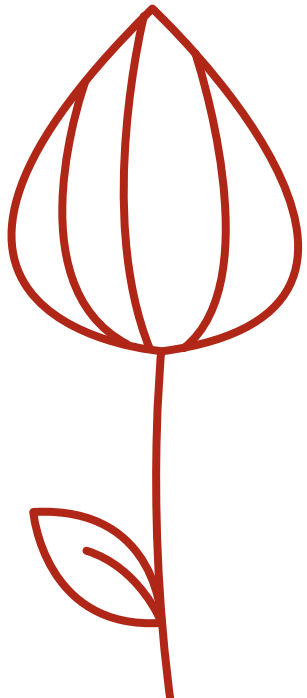
Somatické problémy

Dítě se nedokáže soustředit na své tělo a popsat své fyziologické stavy – co ho bolí, jestli je mu horko nebo zima, má hlad, žízeň, je unavené, rozrušené apod. U těžších traumat se může vyskytovat i enuréza (nekontrolovaný únik moči), enkopréza (mimovolný odchod stolice).

Co za tím je?
Odpojení od tělesných signálů.

Jak se to projevuje?
Reaguje podrážděně bez viditelné příčiny.

Jak reagovat?
Pomáhat pojmenovat tělesné stavy: „Nevypadáš dobře. Není ti horko?“ Nabízet přestávky. Pro opakující se situace nastavit vhodné strategie (např. smluvený signál pro odchod na záchod, aby se dítě nemuselo hlásit).



3

Emoční problémy a potíže s regulací afektů

Má sníženou schopnost rozpoznat svoje emoce a projevovat je v naší společnosti přijatelným způsobem. To platí zvláště o emocích negativních. Může ale také působit jako zcela bez emocí.

Co za tím je?
Neumí rozpoznat svoje emoce ani je regulovat.

Jak se to projevuje?
Výbuchy vzteku, přehnané reakce, výkřiky během vyučovací hodiny.

Jak reagovat?
Pojmenovávat emoce: „Vypadá to, že tě něco hodně naštvalo.“ Zklidnit situaci: „Zhluboka se nadechneme, protáhneme se…“ Snížit množství podnětů, postupovat po jednotlivých krocích – použít metodu kotvy. Nekárat! Používat např. emoční semafor nebo emoční karty, aby dítě mohlo dát najevo, jak se aktuálně cítí.

4

Disociace

Dítě není schopno být přítomno v realitě. Vypadá, že „není na příjmu“.

Co za tím je?
Obranná reakce na stres.

Jak se to projevuje?
Dítě nevnímá, co se děje kolem něj, co mu kdo říká, a nedokáže se k tomu přinutit.

Jak reagovat?
Jasné, klidné oslovení jménem v praxi pomáhá. Nezvyšovat tlak, poklidně se ho pokusit vrátit do reality: „Jsme ve třídě, všechno je v pořádku…“ Minimalizovat pozornost spolužáků zaměřenou na žáka (zadat samostatnou práci).

5

Poruchy chování

Dítě se nedokáže soustředit, ovládat, přizpůsobit.

Co za tím je?
Nízká schopnost seberegulace, NE potřeba dělat naschvály.

Jak se to projevuje?
Vyrušování, opoziční chování, impulzivita.

Jak reagovat?
Držet se stanovených pravidel, klidně a znovu připomenout hranice: „Teď je třeba sedět v lavici.“ Struktura a jasné instrukce: „Otevři si prosím sešit.“ Ocenit zdrženlivé chování, míru tolerance i věcnou komunikaci k probíranému tématu. Hodnotit kladně žádost o pomoc.

6

Poruchy učení

Neschopnost vyhodnotit vizuální a sluchové vjemy, porozumět sdělení, učit se novým věcem, argumentovat.

Co za tím je?
Přetížený nervový systém.

Jak se to projevuje?
Nerozumí zadání, nedokáže udržet pozornost, pracuje pomalu, zapomíná.

Jak reagovat?
Rozdělit úkol na části, pomoci s prvním krokem, ověřovat porozumění: „Zkus mi říct, co je teď třeba udělat.“ Využívat dohodnuté signály, dát možnost výběru. Sledovat a hodnotit individuální posun.

7

Potíže se sebepojetím

Nevnímá sebe jako celistvou osobnost, která má svoji hodnotu. Nahlíží na sebe jako na špatného člověka a neustále trpí pocity studu, které může zahánět přehnaně sebevědomým chováním.

Co za tím je?
Vnitřní pocit, že „nejsem dost dobrý/á“.

Jak se to projevuje?
Silný stud je někdy kompenzovaný přehnaně sebevědomým chováním.

Jak reagovat?
Oceňovat snahu, nejen výsledek: „Vidím, že se ti to povedlo, že ses snažil/a.“ Vyhnout se srovnávání a nechat dítě zažít úspěch.

Co dělat

- Nic neřešit v afektu – neposilovat ho a hledat strategie pro jeho zmírnění.
- Být klidný/á a předvídatelný/á.
- Předem říkat, co se má udělat – jasná struktura.
- Být srozumitelný/á – zjednodušit vyjadřování, informace podávat po částech, ověřovat porozumění, případně opakovat instrukce.
- Dávat přesné pokyny.
- Na stres reagovat zpomalením.
- Vnímat signály přetížení (podrážděnost, odpojení, únava…).
- Dávat dítěti možnost rozhodnout se: „Který příklad chceš počítat jako první?“ Pro dítě je někdy těžké se rozhodnout, proto dávat maximálně dvě tři možnosti.
- Nebrat si chování dítěte osobně.
- Dodržovat sliby.
- Umožnit dítěti zažít úspěch.
- Mít na paměti, že puberta bývá opravdu složitá a na povrch mohou vyplynout problémy, které už vypadaly jako zvládnuté. Pak je třeba držet se předem domluvených, jasně stanovených a srozumitelných pravidel.
- Snažit se otevřeně komunikovat s pěstouny, ale vždy s pochopením, že výchova dítěte s traumatem je náročná.

Čemu se vždy vyhnout

- Ironii a sarkasmu na téma chování a výkonu.
- Zesměšňování a ostouzení před třídou.
- Nátlaku: „Okamžitě udělej…“
- Snižování hodnoty dítěte a jím vykonané práce: „To nic není…“
- Křiku a vyhrožování.
- Věta „Uklidni se!“ opravdu nebude fungovat.
- Verbálním soubojům.

- Používání běžných trestů (černé puntíky, poznámky), které zvyšují stud.
- Tlaku na výkon a samostatnost.
- Nepřehledným situacím, zmatku, častým změnám, střídání učitelů.
- Nadržování, nesmyslnému chválení, nelogickým ústupkům.
- Nálepkování: zlobivý, nepozorný…

Jak můžeme ve škole pomoci

- Mít na paměti, že dítě, které se bojí, se neučí. V módu strachu a přežití jde snaha učit se novým věcem stranou.
- Dítě potřebuje nové, „opravné“ vztahy nejen v rodině. Také ve škole je třeba, aby mělo vztahovou osobu, která mu dává pocit bezpečí a umožní mu lépe se soustředit na výuku. Ideální je osobní asistent nebo asistent pedagoga.
- Aktivně hledat silné stránky dítěte a zvědomovat mu je: „Vidím, že se ti daří…“

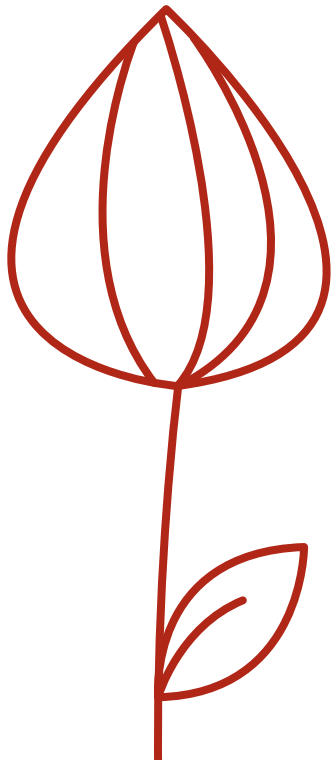
Asistent dítěte s poruchou citové vazby ve škole

- By se měl seznámit se specifiky chování dítěte (zdrojem informací budou pěstouni, třídní učitel, školní psycholog), využívat postupy, které se osvědčily.

- Je bezpečný průvodce – klidný, vyrovnaný, emocionálně a fyzicky dostupný pro dítě.
- Jeho hlavním úkolem je vytvořit s dítětem autentický blízký a bezpečný vztah, který dítěti umožní mu důvěřovat.
- Dokázat se na dítě napojit, poznat ho a přijímat.
- Poskytovat stálé signály bezpečí: úsměv, laskavý pohled, letmé dotyky apod.
- Pojmenovávat chování dítěte.
- Být „překladatelem“ pro dítě – směrem od dítěte k ostatním a od ostatních k dítěti.
- Pomáhat při kontaktu s vrstevníky zvlášť o přestávce!
- Pomáhat při zvládání afektu.

Co pomáhá

- Podpořit pocit bezpečí a jistoty.
- Dát zažít úspěch.
- Nabídnout strukturu.
- Spravedlivé jednání.
- Umožnit dělat chyby.
- Dosycovat, co dítěti dřív chybělo.
- Látku podávat prostřednictvím příběhů.
- Nalézat a ukazovat smysl věcí.
- Smysl pro humor.
- Otevřenost novému.
- Aktivity využívající smysly.
- Odpočinek.



Na závěr

Pěstounské děti mohou být pro učitele nejen pedagogickou, ale hlavně lidskou výzvou. O to víc si vážíme vaší trpělivosti, citlivosti a schopnosti vidět za náročným chováním konkrétní dítě, které potřebuje bezpečí, pochopení a čas.

Děkujeme, že dokážete hledat cestu, povzbuzovat, nastavovat hranice s laskavostí a vytvářet prostředí, kde se dítě může postupně začít cítit přijímané. Vaše práce má pro tyto děti mimořádný význam. Každý den, kdy zažijí klidnou reakci místo odsouzení, podporu místo nálepkování a důvěru místo odmítnutí, může pomoci napravovat jejich zkušenost se světem dospělých.

Děkujeme vám za vaši odbornost, empatii a za ochotu nést
i psychickou náročnost vaší profese.

Sdružení pěstounských rodin z.s.

Použitá literatura:
Fisher, Janina: Překonávání traumatu. Portál, Praha 2023.
O´Regan, Fintan; Beezer, Zoe: Nedělám to schválně! Mám ADHD. Portál, Praha 2026.
Rothschildová, Babette: Tělo nezapomíná. Maitrea, Praha 2015.
Horney, Karen: Neuróza a lidský růst. Pragma a Triton, Praha 2000.
Hughes, Daniel A.: Budování citového pouta. Institut fyziologické socializace, Praha 2017.
Kovařovicová, Jana, PhDr.: Dítě s poruchou attachmentu ve škole. 12 strategií podpory dítěte při vyučování. ATTA, 2019.

Brožuru vydalo v roce 2026 Sdružení pěstounských rodin z.s.
www.pestouni.cz
info@pestouni.cz

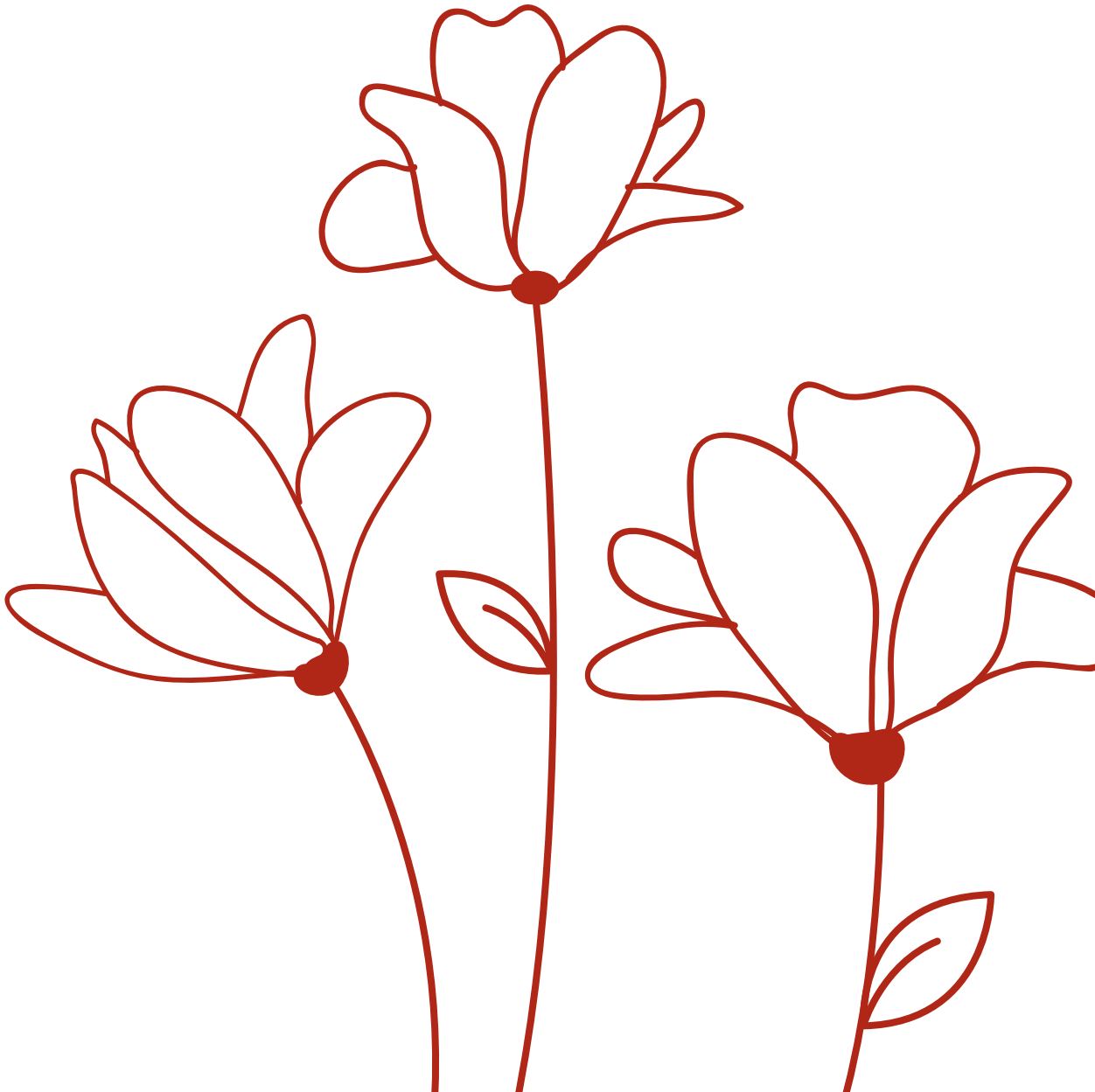
Autorka textu: Mgr. Lenka Pospíšilová
Koncepce: Julija Prejsová
Design a sazba: Juraj Zeman

Poděkování za spolupráci:
Mgr. Lucie Baliharová, klíčová pracovnice rodin SPR Plzeň
Mgr. Hana Burgetová, psycholožka SPR Bno
Mgr. Lucie Čeperová, učitelka 1. stupně ZŠ a MŠ Brno, Zeiberlichova 49, za cenné připomínky z praxe
Mgr. Pavlína Lacinová, učitelka 2. stupně ZŠ a MŠ Mutěnice, za cenné připomínky z praxe

Aktivity projektu Hledáme vás, mámo, táto VI. – Osvěta a vzdělávání veřejnosti v oblasti náhradní rodinné péče jsou podpořeny z NDT Rodina.

Ministerstvo práce a sociálních věcí

Sdružení pěstounských rodin



Sdružení pěstounských rodin

www.pestouni.cz