

Manuál pro třídní učitele: Jak identifikovat žáka s psychickými obtížemi



Duševní zdraví žáků zůstává ve školství mnohdy opomíjenou oblastí, která je přenechána odborníkům z oblasti zdravotnictví a sociálních služeb. Identifikace chování spojeného s psychickými obtížemi žáků je pro mnoho učitelů neznámou oblastí. Rovněž povědomí učitelů o externalizaci a internalizaci chování žáků ve spojení s psychickými obtížemi je všeobecně nízké. [1]

Co znamená externalizace a internalizace chování?

Externalizace chování se týká takového chování, které je směřováno směrem ven do sociálního prostředí [2]. Do kategorie externalizace chování spadá porucha pozornosti s hyperaktivitou (ADHD), porucha chování a opoziční vzdorovité chování. Toto chování u žáka obvykle představuje poměrně náročnou výzvu pro hladký proces výuky ve třídě. [2] Tito žáci mohou jevit známky agresivity nebo jejich chování může být impulzivní. [2] Externalizaci chování lze v rámci procesu výuky snadněji identifikovat, protože narušuje prostředí třídy a často i výuku (jak ukazuje tabulka 1 níže).

Internalizace chování se týká chování směřujícího dovnitř. [3] Do kategorie internalizace chování spadají poruchy související s úzkostí a poruchy nálady. Toto chování žáků často zůstává bez povšimnutí kvůli poměrně „jemným“ projevům, které navíc ani nijak nemusejí narušovat prostředí třídy nebo proces výuky. [2] Z výzkumu B. J. Anthonyho a kol. (2005) vyplynulo, že pedagogové mají obtíže zejména s identifikací internalizace chování u žáků v souvislosti s psychickými poruchami. [4] Také F. M. Gresham a L. Kern (2004) ve svém výzkumu potvrdili hypotézu, že učitelé mají potíže s nedostatečnou identifikací internalizace chování, které obvykle neruší prostředí třídy ani nezpochybňuje autoritu učitele. [3]

Zatímco vnitřní charakteristiky žáka s internalizací chování je obtížné pozorovat, existují alespoň některé běžně pozorovatelné projevy chování (spojené s internalizací poruch chování), které lze u žáků zaznamenat v rámci výuky ve třídě, jak ukazuje tabulka 2.

Změny u žáka s internalizací poruchy chování mohou mnohem rychleji vypožorovat spolužáci, vrstevníci anebo i asistenti pedagoga, kteří tráví se žáky často i přestávky, spíše než učitel v samotném procesu výuky. V rámci preventivních opatření se proto vyplatí do systému prevence ve škole zapojit i všechny žáky a hovořit s nimi o tom, jak mohou jednat, pokud zpozorují u spolužáka projevy psychických obtíží (více viz „Manuál pro žáky: Co dělat, když má můj spolužák obtíže – a jak s ním mluvit“).

Depistáž žáků s psychickými obtížemi a role učitele

S rostoucím vědomím, že problémy s duševním zdravím jsou u mladých lidí běžné, je žádoucí, aby pedagogové působili jako první linie prevence. [5]

To zahrnuje:

1. porozumění tomu, co znamená externalizace a internalizace chování u žáků, kteří mají psychické obtíže,
2. spolupráci se školními poradci při depistáži žáků.

Je žádoucí, aby učitelé a další pedagogičtí pracovníci školy byli začátkem každého školního roku informováni o tom, že pokud si všimnou psychických obtíží u některého ze žáků, které trvají alespoň několik týdnů, informují o této skutečnosti metodika prevence školy/školního psychologa nebo jiného zaměstnance školního poradenského pracoviště. Ti následně zvolí další postup.

Tabulky 1 a 2 níže popisují rozdíly mezi externalizací a internalizací chování souvisejícího s psychickými obtížemi u žáků. Poskytují učitelům úvodní manuál, který jim pomůže identifikovat tyto žáky.

Tabulka 1. Externalizace chování u žáků s psychickými obtížemi [1]

Externalizující porucha	Potenciální chování ve třídě
Porucha pozornosti s hyperaktivitou (ADHD)	<ol style="list-style-type: none">1. Žák se neustále vrtí (klepe rukama nebo nohama, vydává zvuky), když sedí, a pravidelně vstává ze židle.2. Žák má obtíž dlouhodobě pracovat na jednom úkolu po delší časový úsek. Má také obtíž sdělit své stanovisko k tématu během skupinové diskuse ve třídě.3. Materiály (sešity, pracovní listy, podklady) působí neorganizovaně a žák je pravidelně zapomíná nebo ztrácí. <p>Obecné charakteristiky</p> <p>Změny v chování žáka si všimají i spolužáci, rodiče žáka nebo další pedagogičtí pracovníci školy.</p> <p>Změna v chování žáka trvá několik týdnů.</p>
Porucha chování	<ol style="list-style-type: none">1. Žák šikanuje, vyhrožuje a verbálně nebo fyzicky útočí (např. křik, nadávky, kopání, plivání, házení předmětů) na ostatní žáky a zaměstnance.2. Žák ničí majetek spolužáků a zaměstnanců (např. knihy, tužky a počítače).3. Žák opouští třídu, vyhýbá se výuce ve třídě nebo pravidelně chodí za školu.4. Žák pravidelně krade předměty spolužákům a zaměstnancům. <p>Obecné charakteristiky</p> <p>Změny v chování žáka si všimají i spolužáci, rodiče žáka nebo další pedagogičtí pracovníci školy.</p> <p>Změna v chování žáka trvá několik týdnů.</p>

<p>Opoziční vzdorovité chování</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Žák se snadno rozčiluje a slovně útočí (např. křičí, nadává, protestuje) na spolužáky a zaměstnance, když je rozzlobený. 2. Žák se často hádá s učiteli, zaměstnanci školy nebo jinými vnímanými autoritami, když jsou na něj kladeny požadavky. 3. Žák se odmítá řídit jakýmkoli pokyny učitele, zaměstnanců školy nebo jiných autorit. 4. Žák se pravidelně pokouší rušit ostatní spolužáky (např. vydává zvuky, volá, šťouchá spolužáky, hází tužky nebo papíry, zatímco ostatní spolužáci se snaží poslouchat nebo pracovat). <p>Další informace:</p> <p>Tato porucha chování se obvykle vyskytuje u dětí a mladších žáků. Jedná se o opoziční, vzdorovité, rozvrtné projevy chování. U starších žáků se mohou podobné projevy také vyskytovat, ale jsou většinou spojeny se závažnějšími projevy agresivního chování, které přesahují hranice pouhé vzdorovitosti.</p> <p>Obecné charakteristiky</p> <p>Změny v chování žáka si všimají i spolužáci, rodiče žáka nebo další pedagogičtí pracovníci školy.</p> <p>Změna v chování žáka trvá několik týdnů.</p>
---	--

Tabulka 2. Internalizace chování u žáků s psychickými obtížemi

Internalizující porucha	Potenciální chování ve třídě
<p>Poruchy související s úzkostí</p>	<p>Školní výkon, práce ve výuce</p> <p>Žák jeví (dramatický) pokles v plnění školních a domácích úkolů.</p> <p>Žák jeví známky vyhýbání se školní výuce. Mohou se objevovat časté krátkodobé absence. Může odcházet během výuky domů, anebo chodí často ráno pozdě do výuky. Může uvažovat o přerušení/ukončení studia anebo o změně školy.</p> <p>Chování žáka</p> <p>Žáka může snadno dráždit chování spolužáků nebo zaměstnanců školy. V důsledku toho může někdy křičet nebo mít konflikty s vrstevníky nebo se zaměstnanci.</p> <p>Žák nereaguje nebo reaguje s prodlevou, pokud ho osloví spolužák nebo učitel. Objevuje se plačtivost, která nemusí souviset s aktuální interakcí žáka s druhými lidmi.</p> <p>Žák se opakovaně vyhýbá některým situacím nebo spolužákům (nechce se například dotýkat kliky, chodí si často umývat ruce, vyhýbá se komunikaci, očnímu kontaktu apod.). [6]</p> <p>Žák dává najevo negativní pohled na sebe sama: např. „jsem špatný/špatná“ „všichni mě nenávidí“, „nikdo mi nevěří, všechno jenom pokazím.“. [6]</p> <p>Může se objevovat ztráta zájmu o spolužáky, přátele, dosavadní oblíbené aktivity, koníčky.</p>

Poruchy nálady	<p>Školní výkon, práce ve výuce</p> <p>Žák náhle ukončuje nebo opouští své aktuální školní aktivity (např. žákovský parlament, školní sporty nebo školní kluby), ve kterých byl předtím aktivně zapojen. Žák má potíže s dokončením školní práce. Začíná s prací stále znovu anebo má problém vůbec jakoukoliv práci začít.</p> <p>Schopnost žáka dělat si poznámky, psát během zadání učitele nebo plnit úkoly ve třídě se dramaticky snížila.</p> <p>Žák se stává dezorganizovaným, ztrácí školní úkoly a má obtíže udržet pozornost u některého tématu během diskuse ve výuce.</p> <p>Chování žáka</p> <p>Žák se výrazně změnil ve svém projevu: je tichý, pasivní, nebo naopak nepřiměřeně hlučný, reaktivní, vztahovačný, rozrušený, impulzivně jednající apod. Jeho nálada je nepřiměřeně nadnesená, veselá, objevuje se mnohmluvnost. Anebo se žák straní kolektivu, zdá se být stažený do sebe.</p> <p>Žák projevuje náhlou změnu ve svém přístupu ke škole a začne být přehnaně hovorný a nadšený (anebo naopak velmi skeptický) ohledně školní práce a jejího dokončení.</p> <p>Psychický a fyzický stav žáka</p> <p>Žák během krátké doby výrazně zhubl nebo přibral na váze.</p> <p>Žák je trvale unavený, stěžuje si na únavu anebo usíná ve třídě.</p> <p>Výrazně se změnil jeho zevnějšek.</p> <p>Má na těle škrábance, popáleniny, modřiny, často na ruce, je možné, že si ubližuje. [6]</p> <p>Obecné charakteristiky</p> <p>Změny v chování žáka si všimají o spolužáci, rodiče žáka nebo další pedagogičtí pracovníci školy.</p> <p>Změna v chování žáka trvá několik týdnů.</p>
-----------------------	---

Zdroje:

- [1] MARSH, R. J. (2016). Identifying students with mental health issues: A guide for classroom teachers. *Intervention in School and Clinic*, 51, 318–322.
- [2] FURLONG, M. J., MORRISON, G. M., & JIMERSON, S. R. (2004). Externalizing behaviors of aggression and violence and the school context. In R. B. Rutherford, M. M. Quinn, & S. R. Mathur (Eds.), *Handbook of research in emotional and behavioral disorders* (pp. 243–261). New York, NY: Guilford.
- [3] GRESHAM, F. M., & KERN, L. (2004). Internalizing behavior problems in children and adolescents. In R. B. Rutherford, M. M. Quinn, & S. R. Mathur (Eds.), *Handbook of research in emotional and behavioral disorders* (pp. 262–281). New York, NY: Guilford.
- [4] ANTHONY, B. J., ANTHONY, L. G., MORREL, T. M., & ACOSTA, M. (2005). Evidence for social and behavior problems in low-income, urban preschoolers: Effects of site, classroom, and teacher. *Journal of Youth and Adolescence*, 34, 31–39.
- [5] JOHNSON, C., EVA, A. L., JOHNSON, L., & WALKER, B. (2011). Don't turn away: Empowering teachers to support students' mental health. *Clearing House*, 84, 9–14.
- [6] BACHOVÁ, M., FOJTÍČEK, M., RUBRICIUS, M., VÁGNEROVÁ, T., VRBOVÁ, A. (2012). Normálně studuju. Příručka podporovaného vzdělávání pro žáky, studenty, jejich blízké a pedagogy. Vydal Ledovec, o. s., Ledce. Text vznikl v rámci projektu „Podporované vzdělávání pro žáky s duševním onemocněním v Plzeňském kraji“ spolufinancovaného Evropským sociálním fondem a Státním rozpočtem České republiky.