

CENTRUM PEDAGOGICKO - PSYCHOLOGICKÉHO PORADENSTVA A PREVENČIE

Bánovce nad Bebravou

1

PO RAD NÍK



Školský rok 2011 - 2012

Obsah

| | |
|---|----|
| Obsah | 2 |
| Miesto úvodu... Sokratove tri sitá | 3 |
| Biofeedback – biologická spätná väzba | 4 |
| Práca s dieťaťom v mentálnej subnorme | 5 |
| Využitie našich skúseností v publikáciách | 8 |
| Pásma intelektových schopností – názvy a priradenie k IQ hodnotám..... | 9 |
| Úroveň stresu a syndrómu vyhorenia u pomáhajúcich profesií...12 | |
| Letný tábor v CPPPaP..... | 15 |
| Šikana na školách v Bánovskom okrese (výskum)..... | 16 |
| POĎAKOVANIE | 22 |

Miesto úvodu... Sokratove tri sitá

Jedného dňa prišiel k Sokratovi akýsi rozčúlený človek: „Počul si už, Sokrates, čo urobil tvoj priateľ? Musím ti to ihneď povedať.“

„Moment,“ prerušil ho mudrc. „Preosial si to, čo mi chceš povedať, cez tri sitá?“

„Cez tri sitá?“ prekvapene sa opýtal ten človek.

„Áno, áno, cez tri sitá. Prvým sitom je pravda. Preskúmal si, či všetko, čo mi chceš povedať, je naozaj pravda?“

„Nie, len som to počul a ...“

„Tak teda si to zaiste preosial cez druhé sito, ktorým je dobro. Je to, čo mi chceš povedať, keď už nemôžeš dokázať, že je to pravda, aspoň dobré?“

Ten druhý váhavo odpovedal: „Vôbec nie, práve naopak ...“

„Aha!“ prerušil ho Sokrates. „Tak použime ešte tretie sito a pozrime sa, či to, čo mi chceš povedať a čo ťa tak rozrušilo, je potrebné!“

Potrebné to veru nie je...”

„Teda,“ usmial sa mudrc, „keď to nie je ani pravdivé, ani dobré, ani potrebné, radšej na to zabudni a nezaťažuj tým ani seba, ani mňa!“

Biofeedback – biologická spätná väzba.

S postupujúcimi rokmi sa čoraz viac dostáva do nášho povedomia pojem BFB ako jedna z možností terapií v rámci psychologickkej starostlivosti o človeka. Myslím si, že aj v našom meste sa s touto formou terapií oboznamuje čoraz viac ľudí. Pre tých, ktorým je tento pojem stále neznámy, v krátkosti pripomeniem: Biofeedback – biologická spätná väzba, liečebné postupy, ktoré využívajú elektronické prístroje na meranie a spätné informovanie osoby o rôznych fyziologických procesoch s cieľom dosiahnuť nad nimi vôľovú kontrolu. Z fyziologických procesov môžeme spomenúť srdcovú frekvenciu, krvný tlak, svalové napätie, kožnú vodivosť.. U nás v Centre špeciálno-pedagogického poradenstva na Námestí Ľ. Štúra v Bánovciach nad Bebravou používame konkrétne neurofeedback, ktorý pracuje s elektrickou mozgovou aktivitou, ktorú operačným podmieňovaním moduluje. Klient sa spočiatku nevedome a postupne aj vedome naučí navodiť si psychický stav, v ktorom mozog produkuje príslušný vzorec mozgovej aktivity. Deje sa to prostredníctvom počítačovej hry, ktorú klient sleduje na monitore pred ním. Terapeut sníma jeho mozgovú aktivitu, sleduje na svojom počítači jeho EEG krivku a na základe toho stanovuje ciele, ktoré má klient v hre dosahovať. A to v závislosti od toho, ktoré z aktivít klientov mozog potrebuje posilniť a ktoré inhibovať – potlačiť. Neurofeedback je možné využívať u rôznych diagnóz. Medzi najčastejšie klinické aplikácie patrí porucha pozornosti a hyperaktivita, poruchy správania, poruchy učenia, poruchy spánku, nočné pomočovanie, závislosti, posttraumatická stresová porucha či úzkosti a depresie. V rámci prevencie je možné dosahovať celkové zlepšenie duševného zdravia, optimalizáciu výkonov (prostredníctvom zlepšenia pamäti, pozornosti, znižovania napätia a pod.)

V našej poradni – nakoľko pracujem so školopovinnými deťmi sa najčastejšie stretávame s deťmi s poruchou pozornosti,

ktorá sa stáva čoraz viac problémom dnešnej doby. A teda sa dá povedať, že deti s poruchou pozornosti ADDsy a s poruchou pozornosti s hyperaktivitou ADHDsy tvoria prevažnú väčšinu našej klientely, ďalej sme sa stretli s deťmi s poruchou učenia a problémami so zaspávaním a nočným pomočovaním (tu došlo k výrazným zlepšeniam). Často sa potenciálni klienti pýtajú na úspešnosť terapie. V tomto smere vám nemôžeme dať jednoznačnú odpoveď a ani záruku úspechu, pretože úspech závisí od mnohých faktorov a to ako v terapii tak i v samotnom dieťati. Jedným z tých najdôležitejších je sebamotivácia dieťaťa. Ak dieťa verí, že terapia mu pomôže a túži po zlepšení, prejaví sa to aj v jeho snahe a tu už vidím polovicu úspechu. V každom prípade však možno konštatovať, že terapia NFB dieťaťu neuškodí, môže mu len pomôcť. Máme klientov, ktorých rodičia sa pýtajú na možnosť pokračovania či opakovania terapie, nakoľko u ich dieťaťa pozorujú viditeľné zlepšenie.

Takže, čo možno dodať na záver? V prípade, že máte problémové dieťa je treba skúsiť každú možnosť nápravy. Terapie BFB patrí medzi tie úspešnejšie - tak prečo nie?

*Mgr. Miriam Bulíková
terapeutický pracovník ČŠPP*

Práca s dieťaťom v mentálnej subnorme

V minulom čísle sme sa oboznámili s tým, čo je to mentálna subnorma. V tomto čísle Vám chceme priblížiť ako pracovať s dieťaťom v pásme mentálnej subnormy.

Žiaci v mentálnej subnorme vnímajú evidentne pomalšie ako žiaci v norme. Časový interval medzi expozíciou a utvorením vnemu je väčší. To je prirodzene tým výraznejšie, čím je objekt

zložitejší, alebo ak je v neobvyklom prostredí, na neobvyklom pozadí. So spomaleným vnímaním súvisí i pomalšie utváranie podmienených spojov.

Žiaci v mentálnej subnorme si ťažšie vyberajú z viacerých predmetov ten náležitý. Súvisí to s evidentným narušením vyčleňovania predmetu. V dôsledku toho sa títo žiaci zameriavajú na výraznejšie alebo neobvyklé predmety, ktoré sa svojou výnimočnosťou, tvarom, veľkosťou, farbou značne odlišujú od svojho okolia.

Títo žiaci nevydržia dlhší čas vnímať jeden predmet alebo jav, ich pozornosť prebieha, prenáša sa na iné objekty. Ak sa znova zamerajú na nejakú vec alebo jav, uniká im iné.

Súvisí to aj s vôľovou činnosťou a celkovou duševnou práceschopnosťou.

Žiaci v mentálnej subnorme vnímajú zjednodušene, dokážu vnímaním naraz obsiahnuť menší počet predmetov a javov. Jasne a zreteľne vnímajú len menšiu časť skutočnosti. Narušená je schopnosť vnímať v ucelenej forme, spájať časti do celku.

Títo žiaci nedostatočne diferencujú pocity a vnemy, nedostatočne si uvedomujú jednotlivé časti a vlastnosti predmetov a rozdiely medzi podobnými predmetmi. Pamäť je narušená, potrebujú dlhšiu dobu a vynaloženie väčšieho úsilia na úmyselné zapamätávanie. Myslenie zväčša zostáva konkrétne.

Preto pri práci so žiakom v mentálnej subnorme je nutné všetky tieto fakty mať na zreteli a:

- zadanie úloh dávať v jednoduchej forme
- overiť si, či žiak zadaniu porozumel
- zadanie úloh aj viackrát opakovať, viacerými spôsobmi

- sledovať, či pozornosť žiaka je dostatočná
- najskôr navrátiť pozornosť žiaka k úlohám až potom úlohy zadávať, žiadať od žiaka výkony
- k pozornosti navracat' dotykom, slovne, očným kontaktom, zvukovým podnetom napr. ťukaním na stôl, tlesknutím, svetelným podnetom napr. bliknúť osvetlením
- učivo preberať po malých celkoch a zjednodušene, žiak v mentálnej subnorme je schopný sa naučiť iba obmedzené množstvo informácií
- učivo často opakovať
- učivo podávať najmä názorne, vysvetľovať na príkladoch zo života
- neočakávať od žiaka veľké výkony
- chváliť snahu, výdrž, záujem
- pochváliť aj len pokus o vyriešenie úlohy, aj keď úloha nie je vyriešená správne
- pre motiváciu žiaka zadať ľahšiu úlohu, aby si zažil úspech (ostatní žiaci prijímú argumentáciu, že chcete, aby si žiak zažil úspech, len im to treba povedať.)
- žiaka podporovať, posmeľovať

Je nutné si uvedomiť, že žiak v mentálnej subnorme je len krôčik od mentálnej zaostalosti (mentálnej retardácie), nečakať zázraky a tešiť sa aj z minimálnych úspechov.

*Mgr. Dana Balažovičová
psychologička CPPP a P*

Využitie našich skúseností v publikáciách

Na základe dlhodobých skúseností z našej praxe (psychológ a špeciálny pedagóg) v Centre pedagogicko – psychologického poradenstva a prevencie v Bánovciach nad Bebravou sme autorsky prispeli k vydaniu dvoch metodických materiálov - Rozvíjame zručnosti predškolača a Hráme sa so slovami.

Metodický materiál „Rozvíjame zručnosti predškolača“ je určený pre učiteľky MŠ na rozvoj vnímania, grafomotorických a matematických zručností u predškolačkov.

Teoretická časť sa zaoberá pojmami školská spôsobilosť a školská nespôsobilosť. Autorka popisuje kritériá školskej spôsobilosti ako sú vek, telesná, psychická, pracovná, sociálna a emocionálna spôsobilosť. Podrobne sa venuje zrelosti kognitívnych funkcií, a to vnímaniu, pamäti a mysleniu, pozornosti, reči a v neposlednom rade grafomotorike a kresbe.

Praktickú časť metodického materiálu tvoria pracovné listy určené na kopírovanie. Ich cieľom je rozvíjať grafomotorické zručnosti, matematické zručnosti a zrakové vnímanie.

Pracovné listy „Hráme sa so slovami“ sú zamerané na prevenciu problémov detí v písaní a čítaní. Najčastejším problémom pri písaní a čítaní je oslabená sluchová perцепcia. Pracovné listy sú rozdelené do dvoch častí podľa náročnosti. Prvá časť je určená pre predškolačkov a žiakov nultého ročníka ZŠ, druhá časť pre žiakov 1. a 2. ročníka ZŠ. Cieľom pracovných listov je rozvoj schopnosti sluchom rozlišovať jednotlivé hlásky v slove, ich kvalitu a lokalizáciu, zlepšovať schopnosť identifikovať z počutého slova prvé a posledné písmeno,

chronologickú postupnosť písmen v slove, skladať a rozkladať slová.

*Spracovala: Miriam Laušová
špeciálna pedagogička CPPPaP*

Pásma intelektových schopností – názvy a priradenie k IQ hodnotám

K najčastejším problémom, ktoré riešime v centrách pedagogicko-psychologického poradenstva a prevencie sú problémy v učení. Primárnym diagnostickým nástrojom sa tak stávajú inteligenčné testy, aby sme zistili jednak celkové pásmo intelektu dieťaťa a zároveň videli úroveň a rozloženie jednotlivých schopností zastúpených v teste inteligencie. Podľa výsledku, teda určenia pásma intelektu nasledujú buď ďalšie vyšetrenia dieťaťa alebo iné odporúčenia pre výchovný prístup a vzdelávanie. Preto je veľmi dôležité, aby sme výsledok vyšetrenia zrozumiteľne podali v správe z vyšetrenia a aby adresát správy (zväčša učitelia, rodičia a špeciálni pedagógovia) rozumel, čo je v správe napísané a ako má na základe nej správy pristupovať k dieťaťu.

Dá sa povedať, že názvoslovie pre jednotlivé pásma intelektu sa pomerne často menia. Spomením problematiku pásma subnormy, donedávna označovaného ako hraničné pásmo (IQ 70 až 79). Hraničným pásmom sa nazýva preto, lebo hraničí s mentálnou zaostalosťou (tiež nazývanou mentálna retardácia), čo je stupeň intelektu, ktorý nestačí na zvládnutie bežných osnov základnej školy a preto je potrebné dieťa vzdelávať podľa osnov špeciálnej základnej školy (tiež kedysi nazývanej osobitná, predtým pomocná). Niektorí psychologovia a poradne doteraz

uprednostňujú názov hraničné pásmo pred názvom pásmo subnormy. Dôvodom môže byť fakt, že mentálnou subnormou je možné označiť akékoľvek pásmo intelektu nižšie než priemerné, čiže normálne. Predpona sub- z latinčiny znamená pod-, pásmo subnormy potom znamená pásmo podpriemeru, a pásmo mentálnej zaostalosti (retardácie) sa preto v niektorých literárnych zdrojoch uvádza ako hlboký podpriemer. Takto môžu potom ľahko vzniknúť mylné interpretácie záverov psychologických vyšetrení.

Podľa našich skúseností sa napriek snahe psychologov poradní na Slovensku zjednotiť názvoslovie jednotlivých pásiem intelektu nedarí v praxi používať jednotné názvy. Bolo by zbytočné rozvádzať, prečo je tomu tak. Preto sme sa rozhodli uverejniť tabuľku s názvami a číselnými vyjadreniami hodnôt IQ používanú v CPPPaP Bánovce nad Bebravou, ktorá by podľa našich informácií mala byť najaktuálnejšou dohodnutou verziou.

Pri písaní správ a záverov z psychologických vyšetrení vychádzame z nasledovných tabuliek:

| IQ | Popis |
|------------|------------------------------------|
| 130 a viac | Mimoriadne vysoký nadpriemer |
| 120 – 130 | Vysoký nadpriemer |
| 110 – 119 | Mierny nadpriemer (vyšší priemer) |
| 90 – 109 | Priemer |
| 80 – 89 | Mierny podpriemer (nižší priemer) |
| 70 – 79 | Mentálna subnorma (hraničné pásmo) |
| 69 a menej | Mentálna zaostalosť (retardácia) |

Tabuľka č. 1 (spracovaná podľa tabuľky in Wechsler, 2006, str. 26)

Pozn.: Názvy uvedené v zátvorke CPPPaP Bánovce nad Bebravou už nepoužíva. V pásme priemeru občas zvykneme rozlišovať dolné pásmo priemeru (IQ 90 až 94)

Klasifikácia mentálnej zaostalosti (vid' tabuľka č. 2):

| Názov pásma intelektových schopností | Stupeň |
|---|-------------------------|
| Lahká mentálna zaostalosť 50 – 69 | 64 – 69 (ľahký) |
| | 57 – 63 (stredný) |
| | 50 – 56 (ťažký) |
| Stredne ťažká mentálna zaostalosť 35 – 49 | 45 – 49 (ľahký) |
| | 40 – 44 (stredný) |
| | 35 – 39 (ťažký) |
| Ťažká mentálna zaostalosť 20 - 34 | bez ďalšej špecifikácie |
| Hlboká mentálna zaostalosť pod 20 | bez ďalšej špecifikácie |

Tabuľka č. 2

Použitá literatúra:

Wechsler, D. (2006): WISC- III^{SK} Wechslerova inteligenčná škála pre deti, Hogrefe, Praha.

*Mgr. Lucia Rošteková
psychologička CPPPaP*

Úroveň stresu a syndrómu vyhorenia u pomáhajúcich profesií

V roku 2010 sme uskutočnili výskum týkajúci sa stresu a syndrómu vyhorenia u pracovníkov pomáhajúcich profesií so zameraním na pracovníkov centier pedagogicko-psychologického poradenstva a prevencia (ďalej len CPPPaP) a centier špeciálno-pedagogického poradenstva (CŠPP).

Vyhorenie (burnout) je stav telesného, citového a duševného vyčerpania spôsobený dlhodobým zotrúvaním v situáciách, ktoré sú emocionálne mimoriadne náročné. Burnout je faktorom úzko súvisiacim s fluktuáciou, absenciou a nízkou pracovnou morálkou a spokojnosťou. Jeho následky sa prejavujú nielen v pracovnom, ale i v súkromnom živote, súvisí s fyzickým vyčerpaním, poruchami spánku, zvýšenou konzumáciou alkoholu a drog, pričom psychické vyčerpanie má významný vplyv na medziľudské vzťahy.

Uskutočneného výskumu sa zúčastnilo 127 pracovníkov CPPPaP a CŠPP (kontaktovaných prevažne elektronickou formou) v 8 vyšších územných celkoch Slovenskej republiky.

Výslednú výskumnú vzorku tvorilo 126 odborných zamestnancov týchto pracovníkov, z toho 121 žien (96%) a 5 mužov (4%), priemerný vek 41,5 vo vekovom rozpätí 23 - 66 rokov.

Charakter výskumného súboru podľa profesie bol nasledovný: 49,2% psychológov (v počte 62), 31,7% špeciálnych pedagógov (40), 7,9% sociálnych pedagógov (10), 4,0% pedagógov (5), 3,2% metodikov (4), 2,4 % liečebných pedagógov (3) a 1,6% logopédov (2).

Stres sme sledovali v rovine fyzickej (telesnej), rovine emocionálnej (citovej), rovine sociálnej a rovine kognitívnej (rozumovej). Ďalej sme sledovali emočné vyčerpanie, depersonalizáciu a osobné uspokojenie z práce/profesionálny rast.

Výsledky:

Z analýzy výsledkov výskumu vyplynulo:

- najvýraznejšiu záťaž pracovníci pociťujú v telesnej rovine, najnižšiu v sociálnej rovine,
- celková úroveň stresu je nízka,
- najviac zaťažení stresom sú špeciálni pedagógovia,
- z hľadiska nezávislej premennej - počet nezaopatrených detí, sme zistili vyššiu mieru zaťaženia v sledovaných dimenziách u pracovníkov s 1 a viacerými nezaopatrenými deťmi. Vysvetlením môže byť náročnosť zvládania a zosúladenia pracovného a rodinného života počas výchovy neplnoletých detí.
- v jednotlivých rovinách sa pracovníci s praxou 7-21 rokov javia ako najviac ohrození stresom. Odborní zamestnanci s dĺžkou praxe menej ako 7 a viac ako 21 rokov sú vo výsledkoch porovnateľní,
- medzi skupinami odborných zamestnancov pracujúcich v obciach do 30 000 a nad 30 000 obyvateľov sú rozdiely v jednotlivých skúmaných parametroch. Zistili sme, že zamestnanci pracujúci v obciach do 30 000 obyvateľov vykazujú vyššie hodnoty úrovne stresu v emocionálnej, telesnej a sociálnej rovine, zamestnanci pracujúci

v obciach nad 30 000 obyvateľov sú viac stresovaní v rozumovej rovine. Emocionálne vyčerpanie je vyššie v skupine zamestnancov pracujúcich v obciach nad 30 000 obyvateľov.

Záver:

Z výsledkov uskutočneného výskumu vyplýva, že odborní zamestnanci CPPPaP a ČŠPP sú ohrození stresom a syndrómom vyhorenia, no pozitívnym zistením je nízka úroveň tohto ohrozenia. Zistili sme, že odborní zamestnanci CPPPaP a ČŠPP pociťujú najväčšiu záťaž v telesnej rovine. Somatická oblasť je jednou z najzraniteľnejších a ako prvá manifestuje vznikajúce problémy. Tento fakt sme zohľadnili v programe prevencie stresu a syndrómu vyhorenia, ktorý nájdete aj v ponukovom liste nášho CPPPaP a je aplikovateľný najmä pre učiteľov základných a stredných škôl.

*Mgr. Lenka Svetlíková
psychologička CPPPaP*

Letný tábor v CPPPaP

Počas letných prázdnin sa uskutočnil siedmy ročník prímestského letného tábora v Centre pedagogicko psychologického poradenstva a prevencie, v dňoch od 18. do 22. júla.

Využitie voľného času zabezpečovali pre 28 detí vo veku od 5 do 13 rokov odborné pracovníčky nášho centra. Tento prímestský tábor bol v čase od siedmej hodiny rannej do pätnástej hodiny popoludní. Program pre ne bol pestrý, uskutočnili sme rôzne zaujímavé aktivity, okrem iného jednodňový výlet do Vodného sveta Sebedražie, dve dopoludnia si mohli všetci zaplávať a vyšantiť sa na mestskej plavárni, zorganizovali sme aj športové dopoludnie v telocvični Základnej školy na ulici Partizánska v Bánovciach nad Bebravou. Keďže nám počas celého týždňa počasie veľmi neprialo, jedno dopoludnie sme pre deti zabezpečili premietanie rozprávky v priestoroch našej poradne. Popoludňajší program mal charakter skôr tvorivý, pretože boli pre deti pripravené rôzne kvízy, hry a aktivity na rozvoj vlastnej fantázie. V neposlednom rade spomeniem voľné aktivity, kde mali deti k dispozícii rôzne hry, hračky, kresliace potreby, športové potreby a iné. Boli to deti, ako som už v úvode spomenula, s veľkým vekovým rozdielom, takže tí menší mali, pochopiteľne, iné záujmy ako staršie deti. Napriek tejto skutočnosti sa vedeli aj spoločne zabaviť a nadviazali nové kamarátstva.

Na záver uvediem len toľko, že voľný čas sa dá pekne využiť aj bez sedenia pred televíznou obrazovkou alebo počítačom.

*Eva Zbudilová
špeciálna pedagogička CPPPaP*

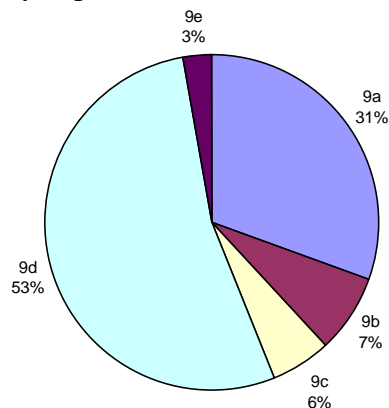
Šikana na školách v Bánovskom okrese (výskum)

(Pokračovanie výskumu z predchádzajúceho čísla)

Vyhodnotením týchto výsledkov sme dospeli aj k vyhodnoteniu hypotézy č. 2, že mladší žiaci trávajú viac voľného času aktívnou športovou a krúžkovou činnosťou, ako pasívnym sledovaním televízie a hraním sa na počítačoch. Z grafov vyplýva, že iba 58% žiakov trávi voľný čas športovými alebo umeleckými aktivitami a 32% žiakov uprednostňuje hry na počítači a sledovanie televízie. **Hypotéza č.2 sa nám potvrdila**, ale prekvapilo nás, že 10% žiakov na otázku uved' iné aktivity, nenapísali nič.

Tretí okruh otázok nás zaujímal z pohľadu schopností žiakov ako primerane k situácii vedieť pomôcť sebe aj šikanovanému spolužiakovi (kamarátovi). 53% žiakov odpovedalo, že by prípad šikanovania oznámili dospelému, ktorému dôverujú, 31% žiakov by sa dokázala agresorovi postaviť na odpor a ubrániť spolužiaka, ale našla sa aj skupina 6% respondentov, ktorí by sa vyhýbali takému spolužiakovi, zrejme zo strachu, že by sa v budúcnosti mohli oni sami stať obeťami agresora. 7% žiakov by pomohlo kamarátovi radou, ale sám by sa do sporu nemiešal. Za naj dôveryhodnejšiu osobu 48% žiakov označilo svojich rodičov, čo by malo byť pre túto vekovú kategóriu typické, a preto nás výsledok dosť prekvapil. Až 28% označila triedneho učiteľa/ku a 16% žiakov označila za naj dôveryhodnejšiu osobu spolužiaka. V možnosti iné 5% žiakov uviedlo staršieho brata alebo riaditeľku školy ako osobu, ktorej dôverujú. Iba 3% uviedli za naj dôveryhodnejšiu osobu vychovávateľku.

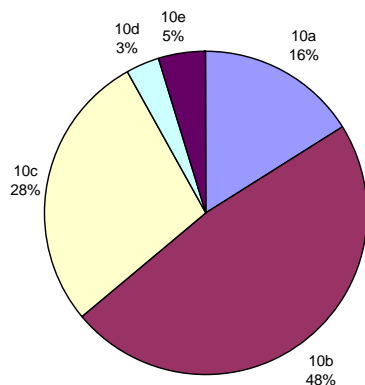
Graf č 8 Ako by si pomohol šikanovanému spolužiakovi?



otázka

- 9a - sám/sama by som ho bránil/a pred útočníkmi,
- 9b - navrhol/a by som mu ako sa má správať
- 9c - vyhábal/a by som sa takému spolužiakovi
- 9d - oznámil/a by som šikanovanie dospelému, ktorému dôverujem
- 9e - iné

Graf č. 9 Kto je pre teba naj dôveryhodnejšia osoba?



otázka

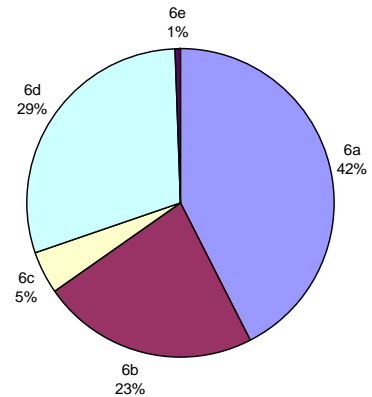
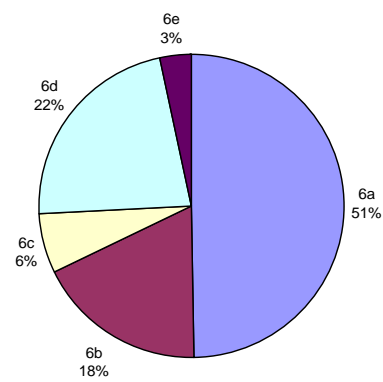
- 10a - spolužiak, kamarát
- 10b - rodičia
- 10c - triedny učiteľ/ka
- 10d - vychovávateľ/ka
- 10e - iné

Pri porovnaní týchto výsledkov sme dospeli k záveru, že žiaci v tomto veku ešte nedisponujú dostatočným množstvom skúseností a zručností, ktoré by im pomohli ubrániť sa agresorovi bez pomoci druhých, a preto sú odkázaní na pomoc dospelých, od ktorých očakávajú ochranu a pocit bezpečia. Myslíme si, že je veľmi dôležité, aby sme si so žiakmi vytvorili vzťah postavený na dôvere, úcte a vzájomnom rešpekte osobnosti.

Štvrtý okruh bol zameraný na zistenie a porovnanie rozšírenosti šikanovania žiakov na škole v meste a v dedine. Pri porovnávaní výsledkov a grafov č 10 a 11 sme zistili, že 49% žiakov z mesta a 58% žiakov v dedine má skúsenosti so šikanovaním. **Hypotéza č.3**, že žiaci z mesta majú väčšie skúsenosti so šikanovaním na škole ako žiaci v dedine, sa nám **nepotvrdila**.

Myslíme si, že jedným z dôvodov môže byť to, že do prieskumu sa zapojili respondenti z dedín s plne rozvinutou infraštruktúrou aj kultúrnym a spoločenským životom, čím sa neustále znižuje rozdiel medzi životnou úrovňou v meste a na dedine.

Graf č. 10 Skúsenosti žiakov v meste **Graf č. 11** Skúsenosti žiakov v dedine



otázka

- 6a - nebol som šikanovaný
- 6b - bol som šikanovaný / už sa to neopakuje/
- 6c - som šikanovaný
- 6d - bol som svedkom šikanovania
- 6e - sám šikanujem / šikanoval som

Dotazník pre pedagógov

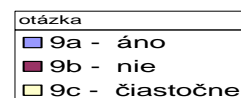
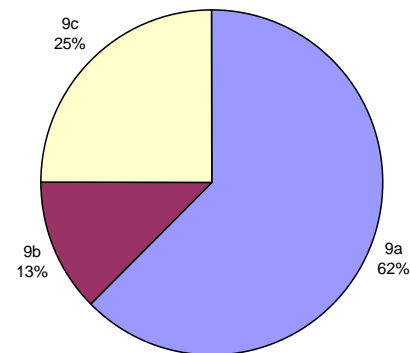
Dotazník zisťuje jednak informovanosť, názory, postoje pedagógov k fenoménu šikanovania. Zisťujeme tiež schopnosti a pripravenosť pedagógov riešiť konkrétne prípady šikanovania. V našej prieskumnej štúdií kladieme dôraz hlavne na zmapovanie pripravenosti pedagógov ochrániť žiakov pred šikanovaním prostredníctvom preventívnych aktivít a programov.

Z prvých troch otázok sme zistili, že iba 72% respondentov z radov učiteľov prvého stupňa a vychovávateľov je známa politika školy v oblasti prevencie. Taktiež iba 70% respondentov súhlasila s cieľom a zámermi politiky školy v tejto oblasti. 79% respondentov vie, kto je koordinátorom prevencie v ich škole.

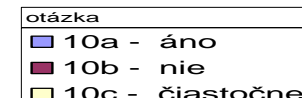
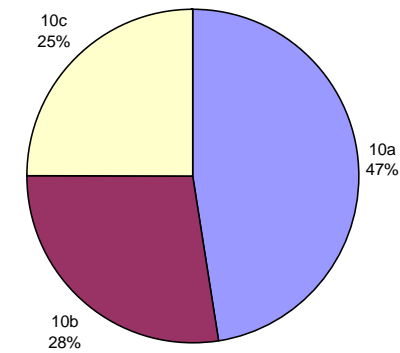
Z ďalších otázok, ktoré sa týkali schopností respondentov pôsobiť preventívne na žiakov v oblasti eliminácie šikanovania v škole sme zistili, že iba 49% respondentov si myslí, že je dostatočne zapojená do preventívnych aktivít školy, 45% dokáže a 47% iba čiastočne dokáže prednášať a prezentovať témy o násilí a šikanovaní. Rozpoznať problémy súvisiace s násilím a šikanovaním dokáže až 94% pedagógov. 82% pedagógov vie ako postupovať pri výskyte problému so šikanovaním.

Na otázku, či je postačujúca prevencia zo strany školy, odpovedalo 62% respondentov kladne a 25% len čiastočne áno (graf č. 12). O tom, či využívajú dostatok aktivít na realizáciu prevencie šikanovania odpovedalo 47% kladne, 25% si myslí, že iba čiastočne a 28% zdieľa názor, že je nedostatok aktivít na elimináciu šikanovania (graf č. 13).

Graf č. 12 Je prevencia zo strany školy postačujúca?



Graf č. 13 Existuje dostatok aktivít na elimináciu šikanovania v škole aj mimo vyučovania?



Z uvedených zistení môžeme konštatovať, že z pohľadu zúčastnených pedagógov nemajú pedagógovia dostatočné schopnosti ani možnosti viesť účinnú prevenciu na elimináciu šikanovania vo svojich školách. Zámerne sme v našich otázkach neuvádzali preventívne programy, ale iba aktivity, lebo ani jedna zo zapojených škôl ešte nerealizovala žiadny preventívny program s touto skupinou žiakov.

Na záver konštatujeme, že významným podnetom pre posilnenie výchovného vplyvu na elimináciu šikanovania vo voľnom čase detí je realizácia preventívnych programov a aktivít v skupinovej práci na odstraňovanie egocentrického správania detí a posilnenie cvičení na odbúravanie stresu a napätia. Základné intervenčné a informačné programy, výchovný takt a kladný vzťah k deťom a vzor pedagóga na formovanie osobnosti

dieťa sú kľúčovými zdrojmi k realizácii úspešnej prevencie v školách a školských kluboch.

4. ODPORÚČANIA PRE PRAX

Z praxe i z kapitoly o agresoroch už vieme, že žiaci, ktorí šikanujú spolužiakov, potrebujú mať presne určené hranice svojho správania, potrebujú súbor pevných a reálne splniteľných opatrení a pravidiel, z ktorých by bolo jasné, že šikanovanie škola nebude v nijakom prípade tolerovať. K zlomyseľným deťom nemôžeme byť takí veľkorysí, aby sme ich správanie ignorovali.

Vieme, že ak šikanujúcemu žiakovi pomôžeme dosiahnuť úspech v niečom inom ako v šikanovaní, často so šikanovaním prestane. Ak sú však sklony k šikanovaniu zakorenené hlboko v duši dieťaťa, potom si ich potlačenie vyžaduje dlhší čas. Sú na to potrebné nielen trpezlivosť a pochopenie zo strany rodičov a pedagógov, ale aj ochota spolupracovať zo strany dieťaťa.

Tento princíp sa stal stavebným kameňom programu britskej organizácie Kidscape, jeho aplikovaním sa z niektorých škôl už podarilo šikanovanie úplne vytlačiť. Stalo sa tak preto, že deti samy poznali, že šikanovanie nie je ničím viac než akousi zbabelosťou, a teraz radšej ťahajú za jeden povraz. V takýchto prípadoch zlomyseľník nielenže si nemal koho vybrať za svoju obeť, ale veľakrát sa dokonca stal sám pozitívnym členom kolektívu (Elliotová, M. 2000, s. 66)

*Bc. Alexandra Košťalová
učiteľka MŠ*

Vážené kolegyně a kolegovia!

Uvítame, keď prispejete svojím článkom aj Vy a obohatíte nás a Vašich kolegov o nové skúsenosti, postrehy alebo zážitky. Nie je problém prostredníctvom PORADNÍKA odpovedať Vám na Vaše otázky. Môžete nám ich posielat' na mailovú adresu ppp_bnb@stonline.sk.

Dúfame, že Poradník Vám bude vo Vašej práci prínosom a zároveň sa tešíme na prípadnú spoluprácu.

*Mgr. Dana Balažovičová
riaditeľka CPPP a P*

POĎAKOVANIE

Ďakujeme Mestskému úradu za finančný príspevok, vďaka ktorému sme mohli obnoviť vydávanie časopisu Poradník.

Názov: PORADNÍK
pedagogicko-psychologický časopis

Vydalo: Centrum pedagogicko-psychologického
poradenstva a prevencie
Ul. 5. apríla 739/12
957 01 Bánovce nad Bebravou

Autori: Mgr. Dana Balažovičová
Mgr. Lucia Čerešníková
Mgr. Miriam Laušová
Mgr. Eva Zbudilová
Mgr. Lenka Svetlíková
Mgr. Miriam Bulíková
Bc. Alexandra Košťalová

Jazyková úprava: PaedDr.. Milena Jaňáková

Rok vydania: 2011

Počet strán: 24

Náklad: 50 ks

N e p r e d a j n é

© CPPPaP Bánovce nad Bebravou, 2011