



# Vysvědčeni test rodiny

Jak se zachovat  
v době, kdy vaše dítě  
prožívá stres před  
koncem školního roku?

KONEC ŠKOLNÍHO ROKU není v každé rodině spojen s idylou prázdnin, odpočinku a cest za poznáním. Pro mnohé děti je naopak blížící se konec školy začátkem stresu. Příčinou je strach z vysvědčení.

**Stres před koncem školního roku**  
„Před vysvědčením by se rodiče měli zeptat především sami sebe, co udělali pro to, aby dítě prospívalo, a pokud ne, jestli hledali příčinu školního neúspěchu,

## Typy rodin

Traumata ze špatného vysvědčení mají především děti z následujících typů rodin:

- ▶ Rodiny „intelektuální“ – děti se bojí jít domů kvůli dvojce či trojce.
- ▶ Dysfunkční rodiny (například jeden z rodičů nadužívá alkohol, v rodině jsou časté hádky a křik, děti jsou tělesně trestány a mnohdy i zanedbávány) – děti, kterým hrozí dostatečné, nedostatečné, popřípadě snížená známka z chování.

případně se snažili dítěti pomoci,“ říká Mgr. Hana Opočenská z ústeckého Střediska výchovné péče. „Někdy je totiž dítě neúspěšné přes veškerou svou snahu. Na vině mohou být nejen vývojové

FOTO: Zdravie/prolmedia

## Děti a prospěch

- ▶ Děti do páté třídy za špatné známky nemohou...
- ▶ Zhoršení prospěchu u starších dětí může souviset s pubertou, ale i s některými psychickými potížemi.
- ▶ Dospívající už začínají chápat zodpovědnost za svůj život, ale pokud dítě studijní obor nebaví, budou tomu odpovídat i jeho výsledky.
- ▶ Před vysvědčením stoupá počet telefonátů na Linku bezpečí: 18 procent volajících jsou děti mladšího školního věku, 54 procent dětí staršího školního věku.

poruchy učení, ale také rodiči často podceňovaná úzkostnost, nedostatek sebevědomí či neschopnost se prosadit.“

### Co s tím?

V těchto případech je dobré vyhledat odborníka. Nadávky ani ponižující výroky rodičů prospěch dítěte nespraví. Podle slov Hany Opočenské někteří školáci raději zvolí útek z domova, než aby snášeli trable, které jim jejich rodiče namísto opory v neúspěchu připravují. Bylo by mylné se domnívat, že vysvědčení je strašákem pouze pro ty, kteří jsou hodnoceni dostatečně nebo nedostatečně. Řada dětí, které mají strach z reakce rodičů, jsou právě naopak žáci s velmi dobrými či průměrnými výsledky. „Jejich ctižádostiví rodiče se domnívají, že přísnost a tresty jsou nejlepší způsob, jak dosáhnout toho, aby se dítě stalo tím, co mu určili. Přitom sami bývají průměrní či podprůměrní a nakonec bývají zklamáni, když se dítě

stane „obyčejným“ lékařem, v tenise není světovou jedničkou a jako modelka nežije na pařížské ani newyorské adrese,“ dodává Mgr. Opočenská. Na druhou stranu uvádí, že je i mnoho vnímavých rodičů, kteří své dítě dokážou motivovat i podpořit.

### Příběh z praxe

„Moje šestnáctiletá dcera se po pololetí v prvním ročníku na střední škole začala cítit bezradná a hloupá,“ vypráví čtyřicetiletá Alena J. z Chabařovic. „Byla neustále ve stresu z poznámek učitelů, kteří nevěřili tomu, že se doma připravuje. Nesoustředila se, měla obavy z vyvolání i z každého testu. Neúspěchy si střídala a úplně si přestávala věřit. Trpěla nespavostí. Zpočátku se snažila, ale po nějaké době rezignovala na to, že je asi hloupá a na škole nemá co dělat. Snažila jsem se jí pomoci ze všech sil. V první fázi jsem jí koupila zklidňující bylinkový sirup, který velmi brzy přispěl k celkovému zklidnění, dobrému spánku a rozpuštění těch věčných úzkostí. Po návštěvě odborníka jsme upravily denní režim tak, aby měla dostatek pohybu a relaxace. Po krátkém čase začala nabývat větší jistoty, zažila školní úspěchy a to ji motivovalo k dalšímu zlepšení. Z dostatečných v pololetí má dvojky a škola pro ni přestala být mučnou.“

### Strach z reakce rodičů

Monika, která je v prvním ročníku na učilišti, bydlí na internátu a má velký strach, jaké bude mít vysvědčení.



Z jednoho předmětu jí totiž výsledná známka vychází mezi dvojkou a trojkou. Rodiče jí řekli, že nesmí mít trojku na vysvědčení, jinak půjde z učiliště pryč. Ona už ale má na učilišti kamarády a i učební obor se jí moc líbí, má se stát kadeřnicí. Rodiče jsou dost přísní. Protože nevěděla, co má dělat, rozhodla se kontaktovat Linku bezpečí. Konzultant si vyslechl celý její příběh a snažil se spolu s ní najít řešení. Monika dostala díky hovoru odvalu nechat se ještě jednou vyzkoušet. Odhodlala se také, že bude přemýšlet o tom, jak si o celé situaci popovídat doma s rodiči. Nakonec Monice konzultant nabídl, aby se kdykoliv znovu ozvala.

Rebeka HAUKOVA

Inzerce



### Jiný pohled na váš každodenní stres



**Novo-passit pomáhá při:**

- ▶ předrážděnosti
- ▶ vnitřním nepokoji
- ▶ nervové slabosti
- ▶ nespavosti
- ▶ úzkostných stavech
- ▶ bolesti hlavy způsobené
- ▶ psychickým napětím



**Novo-passit** perorální roztok – extrakt z léčivých bylin + guaifenesin  
 Účinná látka: guaifenesinum 4,0 g, extrakt z bylin (třezalka, mučenka, kozlík lékařský, hloh, chmel, meduňka, bez černý)  
 7,75 g ve 100 ml

**Dávkování:** 3 x denně 5 ml.  
 Před použitím si pečlivě přečtěte příbalový leták.  
 Více informací na [www.ivax.cz](http://www.ivax.cz).

