Let's Talk about Children
Pracovní sešit
pro práci s dospívajícími
ve věku od 12 do 18 let
ve škole a v rodině

Tytti Solantaus

2023

Funded by
the European Union

CENTRUM PRO ROZVOJ PÉČE O DUŠEVNÍ ZDRAVÍ
CENTRE FOR MENTAL HEALTH CARE DEVELOPMENT

Pracovní sešit Let's Talk about Children pro práci s dospívajícími ve věku od 12 do 18 let ve škole a v rodině
© 2023 Tytti Solantaus (pracovní sešit) a Mika Niemelä (setkání podpůrných osob). Licence: CC BY-NC-ND 4.0.

OBSAH

O PROGRAMU LET'S TALK ABOUT CHILDREN (LTC)
Několik slov na úvod
Dospívající v každodenním životě
Akční plán
Jak probíhá sezení v programu Let's Talk about Children (LTC)

PŘÍLOHA 1
Co pomáhá duševní pohodě a rozvoji dospívajících v domácím a školním prostředí
PŘÍLOHA 2
Silné stránky a zranitelnost
PŘÍLOHA 3
Implementace přístupu LTC ve Finsku

Výraz „pečující" zde označuje rodiče a další pečující osoby v rodičovské roli bez ohledu na jejich biologický, sociální nebo zákonný status. Výraz „dospívající" používáme jako obecné označení pro dítě, s nímž v programu pracujeme, ale na sezeních i v pracovním sešitě doporučujeme používat jeho skutečné jméno.

Děkuji všem rodinám, pracovníkům škol a dalším spolupracovníkům, kteří svými postřehy a zpětnou vazbou k dřívějším verzím pracovního sešitu přispěli k jeho aktuální podobě. Případné další podněty a nápady je možné zasílat Tytti Solantaus (tytti.solantaus@utu.fi nebo tytti.solantaus@gmail.com).

Velký dík patří Bradu Morganovi a Nitsi Portokallasovi z organizace Emerging Minds z Austrálie za korekturu anglické verze textu a za adaptaci pracovních sešitů pro mezinárodní využití. Vzhledem k tomu, že byl obsah anglického textu ještě dodatečně upravován po jazykové korektuře, přijímá autorka plnou odpovědnost za případné gramatické a jiné chyby v anglické jazykové verzi.

Děkuji Finské kulturní nadaci Eminentia za stipendium, které Tytti Solantaus poskytla.

Pracovní sešit Let's Talk about Children © Tytti Solantaus

Pracovní sešit Let's Talk about Children Setkání podpůrných osob © Mika Niemelä and Tytti Solantaus

Bibliografický odkaz na pracovní sešit uvádějte ve formátu: Solantaus T. (2023). Let's Talk about Children. Pracovní sešit pro práci s dospívajícími ve věku od 12 do 18 let ve škole a v rodině. University of Turku/INVEST

NĚKOLIK SLOV NA ÚVOD

Milí pečující, milí dospívající,

Byli jste přizváni k setkání v rámci programu Let's Talk about Children (LTC), abychom si povídali o duševní pohodě dospívajícího. **Vítejte!** V následujících odstavcích stručně shrnujeme, co LTC nabízí. Doufáme, že v nich najdete odpovědi na některé z otázek k tomu, co nás společně čeká.

K čemu slouží program LTC?
LTC jsme vytvořili, abychom pomohli pečujícím osobám a profesionálům podpořit duševní pohodu, učení a rozvoj dětí všech věkových skupin v každodenním životě, ve vzájemné spolupráci a se zapojením samotného dítěte. Setkávání by mělo vést ke společnému pochopení toho, co dítě / dospívající prožívá doma a ve škole, a k dohodě na dalších krocích, které je na základě toho třeba podniknout. **Cílem je přispět k tomu, aby dospívající v každodenním životě zažíval duševní pohodu a měl co nejlepší podmínky pro učení a další rozvoj, a budovat podpůrnou vzájemnou spolupráci mezi pečujícími, dospívajícím a pracovníky školy.**

Jak program probíhá?
Nejdříve pár slov k tomu, jak to konkrétně probíhá. V rámci programu LTC jsou upořádána jedno nebo dvě sezení. Pokud je třeba, je možné uspořádat ještě setkání podpůrných osob v rámci LTC, tedy schůzku, kam jsou přizváni další lidé, které navrhne pečující nebo sám dospívající, a hledají se společně možnosti, jak jej podpořit. Pokud se dospívající schůzky nechce účastnit, mohou s ním pečující důležité otázky probrat i doma, zaznamenat společné postřehy do pracovního sešitu a přinést je na sezení.

Diskuze se zaměřuje na každodenní život dospívajícího, pro jeho duševní pohodu je totiž důležité, co během dne dělá, s kým se setkává a co řeší. Pečující a učitelé mohou odlišně vnímat to, jak se dospívající projevuje v každodenním životě. Když své zkušenosti mohou navzájem sdílet a zapojit do diskuze i samotného dospívajícího, bude to prospěšné pro všechny. Společné pochopení pomáhá dospělým i dospívajícímu navázat nejlepší možný kontakt a vzájemnou komunikaci v každodenním životě. Let's Talk About Children může sloužit jako nástroj, který usnadní spolupráci mezi rodinou a školou. **Doufáme také, že program LTC pomůže pečujícím i učitelům ocenit i ty nejmenší věci, které s dospívajícím v průběhu běžného dne podnikají.**
V průběhu sezení účastníci pojmenují **silné stránky a oblasti zranitelnosti v životě dospívajícího** doma, ve škole i ve volném čase. Každá zkušenost je vítaná. Pomůže jim to lépe ocenit silné stránky a společně hledat řešení pro potenciálně zranitelná místa s pomocí akčního plánu.

Je čas začít! Doufám, že pro vás budou společná sezení a diskuse zajímavá a inspirativní.
S úctou,

Tytti Solantaus
Dětská psychiatrička a emeritní profesorka
Univerzita v Turku / INVEST
tytti.solantaus@utu.fi; tytti.solantaus@gmail.com

O PROGRAMU LET'S TALK ABOUT CHILDREN

1. Uvítání a představení přítomných, zvlášť uvítání dítěte
2. Stručné shrnutí cílů a toho, co lze během sezení očekávat
3. Zdůraznění důvěrnosti informací sdílených v průběhu sezení a seznámení se způsobem vedení dokumentace o rodině (pokud je to nutné)

Jak pracovní sešit používat

Do pracovního sešitu zaznamenáváme průběh sezení a probíraná témata. Slouží nám tak jako nástroj pro pojmenování silných stránek a oblastí zranitelnosti v životě dítěte doma i ve škole a k vytvoření akčního plánu na základě rozhovorů mezi všemi zúčastněnými. **Pracovní sešit není nástrojem pro hodnocení ani dotazníkem, který je třeba vyplnit**. Smyslem programu Let's Talk about Children není hodnotit dovednosti pečujících nebo kvalitu péče poskytované ve škole. Cílem je pouze porozumět tomu, co dítě v každodenním životě prožívá. **Pokud se sezení účastní i dospívající, je třeba s ním jednat jako s plnohodnotným partnerem pro diskuzi**.

Pracovní sešit je určen k tomu, abyste si do něj zapisovali poznámky. Můžete si jej vzít domů, abyste se mohli vracet k probíraným tématům, zamýšlet se nad nimi a mluvit o nich v domácím prostředí. Obzvlášť vhodné je mluvit o dalších plánovaných krocích a o tom, jak by se mohla zapojit celá rodina. Faktory podporující duševní pohodu a rozvoj dětí jsou rozepsány v Příloze 1.

Silné stránky a zranitelnosti (viz také Příloha 2)

Silná stránka: Oblast rodinného života i života dítěte mimo domov (školka, škola, volný čas), která funguje dobře, včetně běžných každodenních činností, společně stráveného času a aktivit s přáteli a v komunitě.

Zranitelnost: Oblast rodinného života i života dítěte mimo domov (školka, škola, volný čas), která by mohla přinášet problémy, pokud s ní něco neuděláme, anebo která už nyní vzbuzuje obavy a zasloužila by si do budoucna větší pozornost a podporu.

DOSPÍVAJÍCÍ V KAŽDODENNÍM ŽIVOTĚ

1. **Krátké seznámení**

   K rodinným příslušníkům: Povězte nám něco o vaší rodině.

   K dospívajícímu: Pověz nám něco o sobě.

   K učiteli: Povězte nám něco o škole a o sobě.

   Jaké to pro vás bylo, přijít na dnešní setkání?

DOSPÍVAJÍCÍ

2. **Zvídavost, představivost, zájem o učení se novým věcem**

   Mluvte o tom, co dospívajícího zajímá a o čem by se chtěl dozvědět více. Může to být hraní a vymýšlení počítačových her s kamarády, zájem o přírodu, motorky, cokoli dalšího. Poslouchejte a doptávejte se.

Dospívající	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Pečující	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Učitel	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐

3. **Duševní pohoda a zdraví dospívajícího**

   K dospívajícímu: Jak se máš, cítíš se dobře? .... Jak bys popsal, jakou máš náladu, máš dost energie? Co na to ostatní?

   Co by mohlo mít na jeho náladu energii vliv? Čeho jste si všimli vy sami?

Dospívající	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Pečující	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Učitel	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐

4. **Děláte si o dospívajícího starosti?**

   Dělá ti starosti, jak se cítíš a co se s tebou děje? Co na to ostatní?

   Už jste vyhledali pomoc? Kde? _____

Dospívající	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Pečující	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Učitel	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐

5. **Zapojení dospívajícího do kolektivu a smysl pro sounáležitost**

   Mluvíme o tom, jak se dospívající ve škole cítí, jestli je ze strany učitelů i spolužáků přijímán a respektován takový, jaký je. Cítí se být součástí kolektivu? Učí se a dělá domácí úkoly zodpovědně? Zapojuje se do školních aktivit? Jaké má plány do budoucna, na jakou školu se chce hlásit dál?

Dospívající	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Pečující	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Učitel	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐

   Nedostatečná chuť zapojit se ve škole může mít mnoho důvodů. Těmi nejčastějšími jsou:

   1. Dospívající se učí jinak, má problémy s učením nebo je naopak nadanější než jeho spolužáci (viz 6)
   2. Ve třídě se vyskytuje diskriminace a šikana, buď obecně, nebo zaměřená přímo na konkrétního dospívajícího (viz 9)
   3. Přístup k výchově a vzdělávání je jiný doma a jiný ve škole

6. **Učení a prospěch**

Dospívající	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Pečující	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Učitel	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐

   Pokud způsob výuky a podpory, kterou škola nabízí, není v souladu s jeho potřebami, zaznamenejte do akčního plánu potřebné kroky, na kterých jste se dohodli. Je možné, že jeho schopnosti nejsou odpovídajícím způsobem rozvíjeny, ať už se jedná o dospívajícího s poruchami učení nebo jinými problémy (např. s duševním zdravím), nebo je mimořádně nadaný.

7. **Kdo z pracovníků školy může dospívajícího podpořit?**

   K dospívajícímu: Je ve škole někdo z dospělých, na koho se v případě potřeby můžeš obrátit?

Dospívající	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Pečující	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Učitel	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐

DOMOV A ŠKOLA

8. **Denní režim doma a ve škole**

V této části mluvíme o tom, jak vypadá režim dne dospívajícího doma a ve škole. Mnohdy mu nevěnujeme příliš pozornost, nepovažujeme jej za tak důležitý. Je přitom základem každodenního života. A každý den se mění. Když jsou všichni spokojení a plní energie, každodenní povinnosti vykonávají s úsměvem. Naopak jsou-li ve stresu, podráždění nebo vyčerpaní, na celkové atmosféře se to téměř okamžitě projeví. To platí pro domácí prostředí i pro školu, pro dospělé i pro děti. Denní režim je důležitý pro nás všechny.

Témata související s domovem mohou dospívajícího ovlivnit také ve škole. Doporučujeme procházet níže uvedený výčet současně z perspektivy domova i školy. To, co je silnou stránkou doma, může ve škole představovat zranitelnost, a naopak. Pokud se při vyplňování dospělý a dospívající neshodnou, označte obě položky.

Jak vypadá denní režim doma a ve škole?

Probíhají následující činnosti většinou hladce, nebo při nich vznikají konflikty?

	Doma		Ve škole	
Odchod z domova a příchod do školy				
	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Oblékání	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Jídlo	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Výuka	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Přecházení mezi různými činnostmi				
	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Hry, pohyb a venkovní aktivity				
	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Nakládání s penězi				
	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Odchod ze školy a příchod domů				
	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Čas trávený u obrazovky a na sociálních sítích				
	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Spánková hygiena a odpočinek				
	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐

9. **Jak lépe pochopit situaci dospívajícího (viz Příloha 2)**

Pochopení celkové situace dospívajícího pomáhá pečujícím i pedagogům s ním lépe komunikovat. V akčním plánu zvažte možná podpůrná opatření.

a) **Existuje ve škole něco, co může mít vliv na pohodu dospívajícího a jeho schopnost učení a co by měli pečující i učitelé v kontaktu s ním zohlednit?**
Například problémy ve třídě, šikana, rasismus, časté střídání učitelů, nedostatečné vybavení školy např. pro online výuku, napjatá atmosféra mezi zaměstnanci školy atd.

Dospívající	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Pečující	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Učitel	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐

b) **Je něco v životě dospívajícího mimo školu, co byste chtěli zmínit, něco, co by měli pečující a učitelé v kontaktu s ním zohlednit?** Například šikana mimo školu / na internetu, nedostatek klidného prostoru nebo vybavení pro plnění domácích úkolů / pro online výuku doma, náročná situace v rodině, vyčerpání pečujících, které se promítá do celkové atmosféry doma, atd.

Dospívající	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Pečující	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Učitel	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐

Jaké to pro vás bylo, mluvit společně o problematických otázkách? Bylo to pro vás přínosné, nebo jste se naopak cítili nepříjemně?

10. **Jak vnímáte spolupráci a komunikaci o potížích týkajících se přímo dospívajícího?**

Dospívající	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Pečující	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Učitel	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐

11. **Jak vnímáte spolupráci a komunikaci o potížích doma a ve škole obecně?**

Doma	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Ve škole	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐

DOSPÍVAJÍCÍ A SOCIÁLNÍ INTERAKCE

12. Kamarádi, zájmy a trávení volného času

K dospívajícímu (například): Popiš nám, co rád děláš ve volném čase …

Dospívající	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Pečující	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Učitel	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐

13. Sociální interakce v širším kontextu ve škole

K dospívajícímu (například): Co bys řekl, jak celkově vycházíš se spolužáky a s učiteli? …
Jaká je atmosféra ve škole? Je jednoduché se tam s někým seznámit a skamarádit, nebo ne?
Je ve škole šikana, diskriminace nebo nějaké jiné problémy?
Zažil jsi to na vlastní kůži, nebo někdo z tvých přátel? Co v takových situacích děláš?
Co dalšího by mohlo mít vliv na jeho sociální interakce?

Dospívající	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Pečující	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Učitel	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐

14. Neshody a konflikty doma, ve škole a s vrstevníky

Jak vznikají? Co se při nich děje?
Stalo se někdy, že by se někdo, ať už dítě nebo dospělý, neovládl a druhého slovně nebo fyzicky napadl? Pokud ano, poznamenejte si to do akčního plánu a přijměte odpovídající opatření.

Dospívající	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Pečující	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Učitel	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐

15. Smysluplné sociální zázemí

Máš nějakou sociální skupinu, kam patříš, které jsi součástí – přátele, fotbalový tým, pěvecký sbor apod., nebo i dospělé, s nimiž rád trávíš čas (příbuzní, sousedé…)?

Dospívající	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Pečující	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Učitel	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐

Poslední dvě otázky, než začneme plánovat další kroky!

16. **Zapomněli jsme ještě na něco? Chcete sdílet něco, co vás těší, nebo vám naopak dělá starosti, o čem se ještě nemluvilo?**
    K dospívajícímu: Stalo se v poslední době něco, co ti udělalo radost a o čem jsme ještě nemluvili? Je něco, co tě trápí a o čem jsme ještě nemluvili? Něco důležitého, nebo i nějaká drobnost?
    K ostatním: Co byste k tomu řekli vy?

	Radosti	Starosti
Dospívající	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Pečující	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Učitel	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐

17. **Cíle a přístupy týkající se výchovy dětí doma a ve škole**
    Cíle a přístupy k výchově dospívajícího doma a ve škole se budou pravděpodobně poněkud lišit. Škola se zaměřuje především na schopnost učení a sociálně-emoční dovednosti v kolektivu spolužáků. Samotní dospívající mohou mít na tyto otázky velmi rozdílné pohledy.
    Do diskuze se mohou promítnout jejich vlastní cíle a představy a může se projevit i odlišnost kulturního prostředí doma a ve škole.

Příklady silných stránek: Cíle a přístupy jsou obdobné … vzájemně se doplňují … určité rozdíly zde jsou, ale nejsou v zásadním vzájemném rozporu

Příklady zranitelnosti: Některé cíle a přístupy jsou vzájemně v rozporu

Dospívající	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Pečující	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐
Učitel	Silná stránka ☐	Zranitelnost ☐

Akční plán

Vyberte společně nejdůležitější silné stránky a zranitelnosti, na které se zaměříte. **Poté naplánujte konkrétní a specifické kroky** v závislosti na možnostech všech zúčastněných a na pracovní náplni pedagoga. Při plánování můžete využít **Přílohu 1, Co pomáhá duševní pohodě a rozvoji dospívajících v domácím a školním prostředí**. Zvažte také, zda jsou zapotřebí další zdroje a zda by bylo vhodné naplánovat setkání všech podpůrných osob.

Pokud jde o silné stránky, všichni přítomní se shodli na následujících krocích:

Doma
Ve škole
Volnočasové aktivity
Další zdroje? Co a kdo?

Pokud jde o zranitelnost, všichni přítomní se shodli na následujících krocích:

Doma
Ve škole
Volnočasové aktivity
Další zdroje? Co a kdo?

Pokud naplnění akčního plánu vyžaduje zapojení dalších lidí, naplánujte setkání podpůrných osob. Pokud ne, můžete sezení ukončit.

Ukončení sezení

Jaká pro vás byla společná práce na akčním plánu?
Jak na vás působí LTC celkově? /až dosud (pokud má proběhnout ještě setkání podpůrných osob)?
Pomohlo vám dnešní sezení – pečujícím, dospívajícímu a učiteli? Jak?
Zůstávají nějaké problematické otázky, ke kterým byste se ještě rádi vrátili?

Jako autorka mám jedno přání. Témat, o kterých jste během sezení mluvili, bylo hodně a možná jste neměli dost času na to, abyste některá z nich probrali tak důkladně, jak byste potřebovali. Pokud vám v hlavě zůstalo něco, o čem byste chtěli ještě mluvit, snažte se najít způsob, jak v diskuzi pokračovat. Doufám, že program LTC poslouží jako odrazový můstek k zajímavé a inovativní spolupráci mezi pečujícími, dětmi a učiteli.

A nezapomeňte: Setkání s programem Let's Talk about Children můžete kdykoli zopakovat, zejména tehdy, když dojde ke změnám v rodině, ve škole nebo v prostředí kamarádů dítěte, které mohou narušit jeho duševní pohodu. Podnět k tomu může vzejít od zaměstnanců školy, pečujících a samozřejmě i od samotného dítěte.

Děkujeme!

Jak naplánovat setkání podpůrných osob

1. Vysvětlete, v čem může být setkání přínosné
2. Všichni zúčastnění se dohodnou, o jakých tématech, silných stránkách a zranitelnostech se bude mluvit a kdo témata navrhne (často jsou to pečující, pokud souhlasí).
3. Dohodnou se také, jaká témata rodina otevírat nechce

4. Zúčastnění se dohodnou, koho přizvou, aby to bylo pro setkání přínosné. Nezapomeňte také na někoho, kdo může svou přítomností podpořit samotného dospívajícího.
   a. Silné stránky a oblasti zranitelnosti, případná další témata:

   b. Termín schůzky, kdo má být pozvaný a kdo ho pozve:

5. Pokud dospívající není přítomen aktuální schůzce, promluvte si s ním o plánovaném setkání později. Vysvětlete mu, co se plánuje, proč a kdo se bude účastnit. Zeptejte se ho, koho by chtěl pozvat. Pokud se dospívající účastnit nechce, **vysvětlete mu pak, co bylo dohodnuto a proč, a zapojte ho do realizace akčního plánu**. Pokud má sám dospívající nějaké nápady, co by do akčního plánu mělo být zahrnuto, může je předat těm, kdo se setkání zúčastní. Ve Finsku je k uspořádání schůzky podpůrných osob nutný informovaný souhlas dospívajícího, jehož se setkání týká. V jiných zemích může být legislativa odlišná.

LTC setkání podpůrných osob

© Mika Niemelä, Tytti Solantaus

1. Začněte přátelským přivítáním a představením přítomných.

2. Pracovník, který setkání vede, stručně popíše, jak bude schůzka probíhat a co jí předcházelo.

3. Pečující osoba nebo pracovník, podle toho, jak se dohodli, popíše důvod svolání schůzky a oblasti, kterým se bude věnovat

4. **Diskuze mezi pečujícími a dalšími přizvanými účastníky:** (Nezapomeňte zapojit dospívajícího jako rovnocenného partnera)

    a) Vyjasnění otázek a různých pohledů
    b) Návrhy, jak v každém bodě postupovat
    c) Převedení nápadů do konkrétního postupu, na němž se členové rodiny shodnou

5. Sepište memorandum, v němž bude konkrétní postup zaznamenán (viz šablona níže). Použijte flipchart nebo můžete promítat na zeď. Zapište, na čem se účastníci dohodli. Pracovníky školy obvykle uvádíme na prvním místě, po nich následuje sociální síť rodiny a rodina samotná. Rodina si tak může plánovat vlastní kroky na základě toho, co už bylo podniknuto společně. V případě potřeby ale pořadí můžete změnit. Na závěr setkání by každý ze zúčastněných měl dostat jeden výtisk memoranda, pokud s tím pečující souhlasí.

6. Dohodněte si návaznou schůzku. Doporučuje se alespoň jedna návazná schůzka, aby zúčastnění zaznamenali, čeho bylo dosaženo a zda je třeba podniknout další kroky. Dohodněte si datum, čas, a kdo se zúčastní.

    a) Struktura návazné schůzky by měla být následující: Začněte krátkým nástinem aktuální situace dospívajícího a zhodnocením toho, zda se podařilo naplnit jednotlivé kroky akčního plánu. Co užitečného si z plnění akčního plánu odnášíte do budoucna? Pokud je třeba, sepište nové memorandum, v němž uvedete, jaké kroky by měly následovat.
    b) Časové rozestupy mezi schůzkami závisí na celkové situaci. V případě, že celý proces vyžaduje víc času, vytvářejí tyto schůzky pro dospívajícího funkční oporu.

7. Ukončení setkání
   Pracovník, který schůzku vedl, sepíše zápis, předá účastníkům vytištěné memorandum, poděkuje přítomným a prohlásí schůzku za ukončenou.

8. Učitel vše zapíše do karty žáka v souladu s finskou legislativou (Pupil and Student Welfare Act Chapter 3, § 20).

*Formulář memoranda

Datum_____ Témata (například 1-4)	Téma 1: Téma 2: Téma 3: Téma 4:	
Přítomni	Souhlasím s níže uvedeným: Konkrétní kroky, termíny (Například datum, denní doba)	Další schůzka, datum

CO POMÁHÁ DUŠEVNÍ POHODĚ A ROZVOJI DĚTÍ A DOSPÍVAJÍCÍCH V DOMÁCÍM A ŠKOLNÍM PROSTŘEDÍ

1. **Fungující a přijímající vztahy mezi členy rodiny.** Dospívající je považován za důležitého člena rodiny. Pokud je to možné, rodina pěstuje vztahy s širším okruhem příbuzných a má i okruh přátel, s nimiž se věnují společným aktivitám.
2. **Dospívající má koníčky a kamarády podle svých představ.** Aktivity, kterým se věnuje, jsou konstruktivní a zahrnují i pohyb a hry venku. Má kamarády i ve škole a cítí se být součástí kolektivu. Dospělí se zajímají o to, jak a s kým tráví volný čas.
3. **Pečující se zajímají o život ve škole**, o to, co se tam během dne děje, mluví s dospívajícím o tom, co se učí a jaké má domácí úkoly, pomáhají mu, když mu něco dělá potíže, a oslavují s ním, když se mu něco podaří.
4. **Vztah učitelů k dospívajícímu je pozitivní a produktivní.** Dospívající vnímá, že si ho učitelé váží, chápou ho, podporují ho a zajímají se o jeho záležitosti. O každém úspěchu, jehož dosáhne, se mluví. Když má potíže, může požádat o pomoc a vždy cítí z okolí podporu.
5. **Každodenní život doma i ve škole je v rámci možností funkční.** K tomu patří denní režim a sociální interakce počínaje ranním vstáváním a konče uléháním k spánku a dostatečným odpočinkem. Dospívající si je vědom pravidel doma i ve škole. Má své vlastní úkoly, které plní a na které může být hrdý.
6. **Běžný den dospívajícího** zahrnuje radost, úspěchy a situace, kdy se cítí oblíbený, ceněný a výjimečný. Tyto pocity vycházejí ze způsobu, jakým k němu přistupují dospělí, z jejich výrazu tváře, gest a tónu hlasu, z toho, že si udělají čas, aby mu naslouchali a mluvili s ním, když má něco na srdci. Důležité je i to, jak o něm dospělí mluví v jeho nepřítomnosti. To platí jak pro domácí prostředí, tak pro školu.
7. **V případě, že se v jeho životě doma, ve škole nebo v mimoškolních aktivitách vyskytnou problémy,** dostane se mu adekvátní podpora, aby dokázal porozumět tomu, co se děje, a se situací se vyrovnat.
8. **Zapojení do kolektivu a pocit sounáležitosti**. Dospívající je motivovaný chodit do školy, vnímá, že si ho učitelé váží, a mezi spolužáky je oblíbený.
9. **Pocity, nálady a chování dospívajícího se setkávají s pochopením.** Rodina a škola spolupracují a podporují jej v náročných chvílích, úspěchy a radosti s ním naopak společně oslavují.
10. **I když má dospívající určité potíže, není nálepková jako problémový.** Okolí chápe, že:
    a) Jakýkoli problém, který má, **nedefinuje celou jeho osobu ani budoucnost**

b) Negativní nálepkování **ovlivní to, jak se k němu přistupuje,** a má dopad i na jeho učení a další vývoj

c) **Problémy v životě dospívajícího a jejich zvládání** jsou výsledkem vzájemného působení, které mohou dospělí ovlivnit.

11. **O rodině a rodinném zázemí dospívajícího** se ve škole mluví s respektem a totéž platí, když se doma mluví o učitelích. Dospívající vnímá, že jakékoli odlišnosti týkající se jeho osoby nebo jeho rodiny jsou ve škole přijímány s respektem a pochopením. Dospívající se doma i ve škole cítí bezpečně a ke svému okolí se může obracet s důvěrou.

12. **Fungující spolupráce mezi rodinou a školou.** Každý mladý člověk potřebuje cítit, že dospělí v jeho životě spolupracují a navzájem se respektují. To platí dvojnásob u zranitelných dětí.

© Tytti Solantaus

Pracovní sešit LTC pro práci s dospívajícími ve věku od 12 do 18 let ve škole a v rodině

Silné stránky a zranitelnost

1. **Silná stránka.** V přístupu LTC je silnou stránkou něco, co v každodenním životě dítěte dobře funguje. Když tedy mluvíme o tom, jak vypadá jeho běžný den, ukazuje na silnou stránku například odpověď typu „Je to v pohodě, asi". Za silnou stránku se považují také situace, které dítěti dělají radost a těší ho. **Zaměření na silné stránky je důležité pro každého, ale ještě více pro někoho, kdo čelí nejrůznějším obtížím. V takovém případě je rozvíjení silných stránek projevem odolnosti.**

2. **Zranitelnost**. Za zranitelnost považuje přístup LTC situace, které jsou samy o sobě problémové, anebo by k problémům mohly vést v případě, že nepodnikneme kroky k nápravě. Zranitelnost často vzniká tehdy, když v prostředí dítěte dojde k nějakým změnám, které se dotýkají citlivých oblastí jeho života.

   Příklad 1. Neklidná atmosféra ve třídě může u dítěte s výbušnou povahou vést k problémům v chování a učení. Takové dítě pak může být více podrážděné i doma. Naopak zakřiknuté dítě, v jehož rodině někdo z pečujících trpí duševními obtížemi, je v domácím prostředí izolované, a v kolektivu se pak může uzavírat ještě víc do sebe. **Takové situace označujeme jako zranitelnost.** Je důležité je umět rozpoznat a v každodenním životě doma i ve školce s nimi pracovat (viz akční plán), aby nepřerostly v závažnější problémy.

3. **Silné stránky a zranitelnost nejsou vlastní dítěti jako takovému.** Utvářejí se podle toho, jak na dítě působí prostředí, v němž se pohybuje. Temperament a chování dítěte se může měnit, aniž by dítě samo chtělo dělat problémy. Obtíže mohou vznikat až v interakci s okolím. **Problém obvykle nastává tehdy, když existuje nesoulad mezi dítětem a prostředím.** Proto je důležité pochopit, že „zranitelnost" neznamená problém dítěte jako takového a že se s ní dá pracovat.

   Příklad 2. Citlivé a plaché dítě v živém a družném kolektivu se cítí osamělé a straní se ostatních. Jeho plachost můžeme označit jako zranitelnost. Cílem je zvýšit povědomí dospělých: **Je třeba věnovat dítěti i celé skupině zvláštní pozornost a podporu, aby se nesmělé dítě mohlo ve skupině lépe zapojit a aby se i skupina naučila přijímat někoho, kdo je jiný.** Jak toho dosáhnout, stanovíme v akčním plánu. V jiném prostředí naopak může být nesmělost silnou stránkou.

EU4Health

Číslo projektu: 101101249

Spolufinancováno Evropskou unií

Financováno Evropskou unií v rámci programu EU4Health (EU4H): grantová smlouva číslo 101101249. Vyjádřené názory a stanoviska jsou však pouze názory a stanoviska autora (autorů) a nemusí nutně odrážet názory a stanoviska Evropské unie nebo Evropské výkonné agentury pro zdraví a digitální technologie (HADEA). Evropská unie ani orgán poskytující dotaci za ně nemohou nést odpovědnost.