

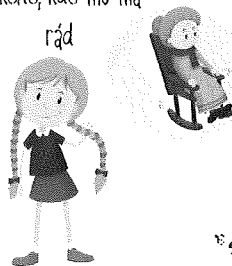
Zeptám se maminky, jestli
mi může pomoci, že si
nevím rady



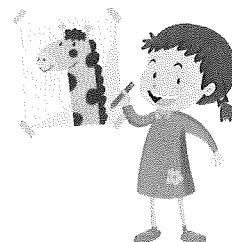
Zatančím svůj bojový tanec



Představím si
někoho, kdo mě má
rád



Kreslím Vybarvuji
Modeluji Vystřihuji
Lepím Tisknu Stavím



Jdu někoho
obejmout



Představím si, že jsem
v bublině, která mě chrání



Píšu si deník



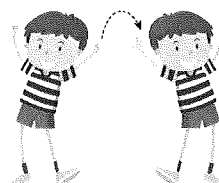
Počítám, jak dlouho
vydechuji



Udělám pro někoho
něco pěkného



Zatnu ruce v pěst,
počítám do 5 a pak
povolím Opakuji třikrát



Pořádně obejmu svého
oblíbeného plyšáka



KDYŽ MÁM STRACH, JE MI SMUTNO, NEBO SE ZLOBÍM...

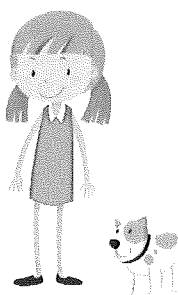
Zabalím se do deky
a představuji si své oblíbené místo



Vymyslím nejméně 3 věci,
které mi dělají radost



Jdu ven se psem



20x vyskočím
do výšky



Dám si něco
dobrého
k jídlu



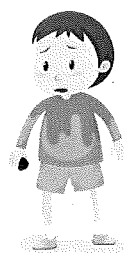
Zatelefonuji
kamarádovi



Udělám 5 sklapovaček



Mačkám relaxační
míček nebo sliz



Rozhlédnu se po místnosti
a vyjmenuji:
5 věcí, které vidím a dělají mi radost
4 věci, které jsou příjemné na dotek
3 věci, které mají svou vlastní vůni
2 věci, které slyším
1 věc, co mohu ochutnat



Centrum
NOČKA

Již Pospíšek 118/15, 1. patro
Praha 1, Česká republika, 120 00 Praha 1, Březová



I. Práva a povinnosti žáků a jejich zákonných zástupců

Listina základních práv a svobod v čl. 33 odst. 1 stanoví, že každý má právo na vzdělání, přičemž školní docházka je povinná po dobu, kterou stanoví zákon.

Zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání, ve znění pozdějších předpisů (dále jen „školský zákon“), v ustanovení § 36 odst. 1 uvádí, že školní docházka je povinná po dobu devíti školních roků, nejvýše však do konce školního roku, v němž žák dosáhne sedmnáctého roku věku. Povinnou školní docházku plní žák v základní škole (nedošlo-li k povolení individuálního vzdělávání ve smyslu § 40 a § 41 školského zákona).

Ustanovení § 22 školského zákona stanoví povinnosti žáků a zákonných zástupců následujícím způsobem.

Žáci jsou povinni:

- **řádně docházet** do školy nebo školského zařízení a řádně se vzdělávat,
- **dodržovat školní řád**, jakož i další předpisy, s nimiž byli seznámeni,
- **plnit pokyny** pedagogických pracovníků.

Zákonní zástupci nezletilých žáků jsou povinni:

- **zajistit, aby dítě docházelo** řádně do školy nebo školského zařízení,
- **osobně se zúčastnit** projednání závažných otázek týkajících se vzdělávání dítěte na vyzvání ředitele školy nebo školského zařízení,
- **dokládat důvody nepřítomnosti** dítěte ve vyučování v souladu se školním řádem,
- **informovat školu** nebo školské zařízení o skutečnostech, které by mohly mít vliv na průběh vzdělávání, jakož i o jejich změnách.

Zletilí žáci jsou podle odstavce 2 shora uvedeného ustanovení povinni dokládat důvody své nepřítomnosti ve vyučování sami, a to v souladu se školním řádem. Rovněž nesou informační a oznamovací povinnost. Jelikož je toto společné metodické doporučení vztaženo k sociálně-právní ochraně dětí, která je poskytována dětem do nabytí zletilosti, nebude se zabývat problematikou zletilých žáků.

Školský zákon v § 30 uvádí, že podrobnosti k výkonu práv a povinností dětí a jejich zákonných zástupců, jakož i podrobnosti o pravidlech vzájemných vztahů s pedagogickými pracovníky, stanoví školní řád vydaný ředitelem školy (resp. vnitřní řád vydaný ředitelem školského zařízení). Toto ustanovení dává řediteli školy do rukou nástroj, pomocí něhož nastavuje režim školní docházky, podmínky pro uvolňování žáka z vyučování a omlouvání neúčasti žáka (§ 50 školského



zákona). Problematika školní docházky žáka a omlouvání nepřítomnosti na vyučování, včetně jejich nedostatků, je tedy záležitostí školy (resp. školského zařízení).

JAK SDĚLOVAT DĚTEM

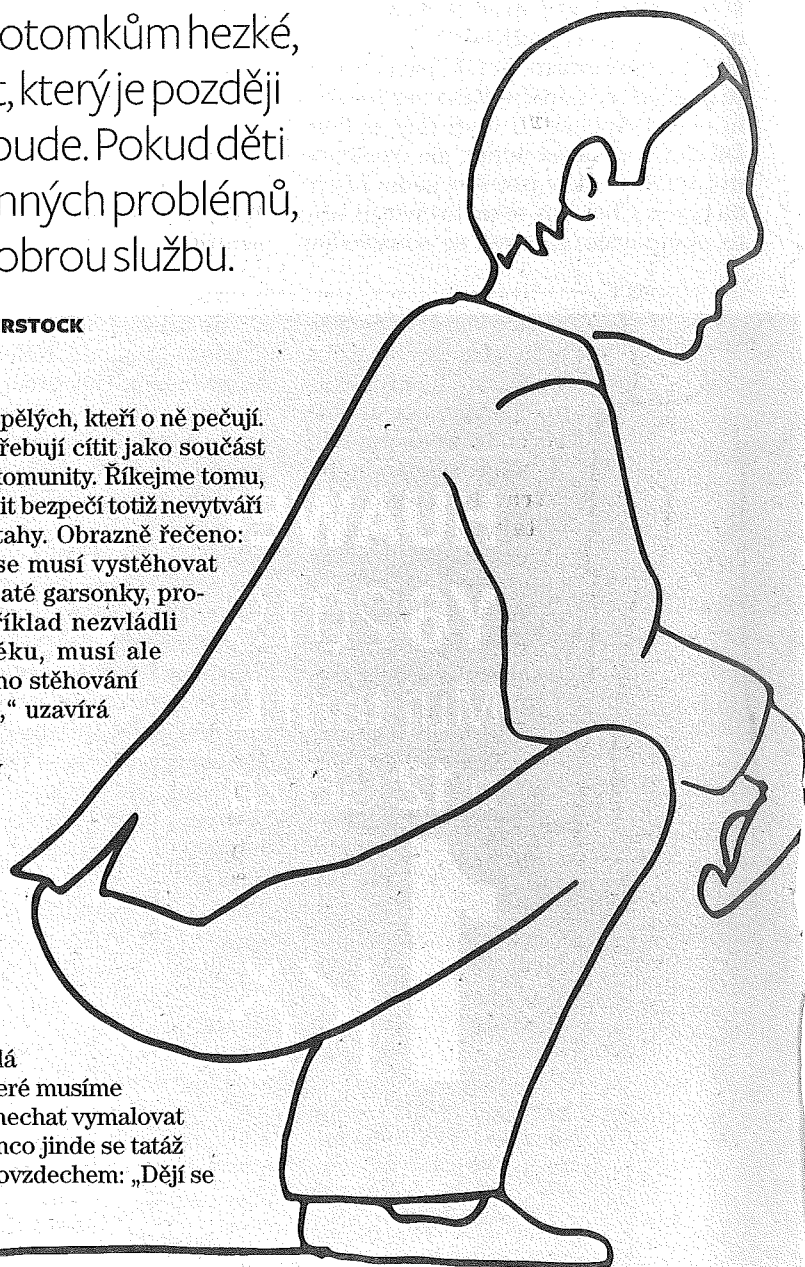
špatné zprávy

Všichni se snažíme dopřát svým potomkům hezké, bezstarostné dětství. Jenže život, který je později čeká, rozhodně bezstarostný nebude. Pokud děti budeme vynechávat z řešení rodinných problémů, do budoucna jim neděláme dobrou službu.

Text: **DENISA PROŠKOVÁ** Foto: **SHUTTERSTOCK**

Podle brněnské psycholožky Aleny Plškové se vysvětlování vážných problémů žádná rodina nevyhne. Před dětmi se totiž dlouhodobě tajit nedají. „Děti možná nevědí, o co konkrétně jde, zato intenzivně vnímají nervozitu, která v rodině panuje. A na neklid reagují vlastním neklidem.“ Radě rodičů pak připadá, že čím víc mají starostí, tím víc potomek nevděčně přikládá pod kotel. Zlobí, otravuje, je drzý, vytváří průšvihy. Místo toho, aby se právě teď choval vzorně a tím jim ulevil. Jenže co vlastně znamená chovat se vzorně? Že o dítěti nevíme? Podle psycholožky dítě nezlobí. Jen po svém reaguje na pro něj stresující hrozbu, které nerozumí. Dokud se vzteká, odmlouvá a brnká nám na nervy, měli bychom být naopak rádi. Opravdu do tuhého jde, když se stáhne do sebe. Rodiče si možná libují, jak je hodné. Vnitřní užíráni se je ale mnohem zhoubnější a má trvalejší následky než ventilování pocitů navenek, i když třeba čtyřkami ve škole nebo vzteklými výbuchy. „Každopádně s dětmi – adekvátně jejich věku – mluvíte. Potřebují

cítit oporu v dospělých, kteří o ně pečují. A hlavně se potřebují cítit jako součást smečky, týmu, komunity. Říkejme tomu, jak chceme. Pocit bezpečí totiž nevytváří majetky, ale vztahy. Obrazně řečeno: dítě unese, že se musí vystěhovat z vily do pronajaté garsonky, protože jsme například nezvládli splácet hypotéku, musí ale cítit, že ho u toho stěhování držíme za ruku,“ uzavírá Alena Plšková. Co je opravdový průšvih a co jen nepříjemnost, prožívá každá domácnost jinak. A tak se v jedné rodině považuje za katastrofu celosvětového problému vyteklá pračka, kvůli které musíme na své náklady nechat vymalovat sousedům, zatímco jinde se tatáž situace bere s povzdechem: „Dějí se



Sázky vůbec nefungují. Pamatuju si, že jsme měli na začátku s Danou úplně nejnižší kurz na vypadnutí. A podívejte se, vyhráli jsme.

HONZA ONDER A DĚTI

Kromě StarDance, vedení tanečního klubu v Sokolově a moderování plesů účinkujete ještě v České televizi v Tanečních hrátkách s Honzou Onderem.

Tanečních hrátek jsme natočili dvě stě osmdesát dílů a zhruba na rok a půl jsme si dali pauzu. Díly se pochopitelně reprízuji, není potřeba točit další. Vymysleli jsme teď nový formát *Na ples s Honzou Onderem*, což je taková malinko nóbl a hogo fogo alternativa, lehce navázaná na *StarDance*, protože tam učím společenské tance.

Práce s dětmi je pro vás lehčí, nebo náročnější než s dospělými?

V první řadě musím říct, že jsem v životě nedělal nic náročnějšího než televizní pořad. Točíme tři čtyři díly za den. Díl sice trvá deset minut, ale chystá se dvě hodiny, takže jste šest sedm hodin na place. Chci, aby to mělo energii, aby to pumpovalo, zároveň se soustředím

Vzpomínám
třeba na tango
s Danou Batulkou.
Dostali jsme čtyři
desítky a publikum
se postavilo.

na kroky, musím něco naučit děti, hlídat si kamery... Po srpnovém natáčení jsem myslel, že umřu.

Ale neumřel jste.

Přežil jsem to díky dobré fyzické formě, protože v poslední době trénuju a snažím se být v kondici. A pak přijedu na akci do Ostravy, Brna, Varů, Zlína, do Havlíčkova Brodu a všude mě děti znají, všude na ně fungují stejné fóry, všude mě mají rády, což je fakt bomba.

Toho byste se třeba před patnácti lety asi nenadál.

Od šestnácti trénuju v tanečním klubu a neskromně můžu říct, že to s dětmi umím. Ale nenapadlo by mě, že to jednou bude až takhle dramatické.

Co vaše vlastní děti? Chtěl byste už?

Jasně že bych chtěl, moc, to je bez debat. Zatím ale žádné na obzoru, nejprve musím najít partnerku.

O vašem rozchodu s Lucíí Hunčárovou se hodně mluvilo. Už netruchlíte?

Dávno ne, vždyť jsme se rozešli hrozně dávno. Kdybych ještě po třech letech truchlil, asi bych nebyl úplně normální. S Luckou jsme v pohodě, máme stabilizovaný příjemný vztah. Přece jen jsme spolu žili dlouho, pořád si máme co říct. Lucka dokonce jezdí do mého sokolovského tanečního klubu učit taneční páry.

Vaše ideální partnerka musí být tanečnice?

Nemusí, dokonce bych si spíš představoval, že by tanečnice nebyla, zase by mě obohatila v jiných směrech. Ale v žádném případě se tanečnicím nebráním. ■

alena.bartosova@mfdnes.cz

▼ INZERCE

HUAWEI
Y6 2019
Můj tarif L
a 12 GB za
1 Kč



**PRO TELEFONY
SE CHODÍ
K NÁM**



Platí do konce října při uzavření nebo prodloužení Účastnické smlouvy na tarif Můj tarif L a 12 GB na dva roky a jejím dodržení. Více na www.t-mobile.cz/telefony



HUAWEI

i horší věci.“ Jsou však situace, které se považují za malér snad v každé rodině.

Nemoc rodiče, ale i sourozence ovlivní chod celé rodiny natolik zásadně, že už nejde o to, zda o ní dítěti říct, ale jakou formou. A zda zvládne pravdu celou, nebo zjednodušenou a naporcovanou na kousky. V žádném případě bychom dětem neměli lhát, pravdu však musíme dávkovat přiměřeně věku i okolnostem. „Že je člen rodiny vážně nemocný, by dítě rozhodně vědět mělo,“ říká psycholožka Jana Markvartová. „Už proto, že je vidá unavenější, smutnější nebo vzteklejší. Najednou nechodí do práce, případně zmizí úplně, protože jsou v nemocnici nebo v lázních. Sdělení by mělo být adekvátní věku. Čím menší dítě, tím méně podrobností. Není úplně nejvhodnější na předškoláčka vybalit, že má maminka bulku v prsu a všichni se děsí, aby neumřela,“ vysvětluje psycholožka.

Dítěti stačí říct, že mamince není dobře a že na to pofokání ani acyl-pyrin nestačí. Proto musí jít třeba do nemocnice. Důležité je zdůraznit, že za její nemoc nikdo nemůže. Maximálně bacily nebo úraz. Dítěti se totiž dost často vylihně v hlavě, že za neštěstí může ono, třeba protože zlobilo. Tuhle se přece maminka strašně rozcílila, že se popralo se sourozencem nebo ztratilo rukavice, a takhle to dopadlo. A co otázky, kdy se maminka uzdraví? Psycholožka nedoporučuje odpovídat, že už brzy. Nechte si otevřená vrátka – zvláště když opravdu nic nevíte anebo bohužel víte, že je situace vážná. „Maminka je nemocná. Nevíme, kdy se uzdraví, ale pořád na ni myslíme a držíme jí palce.“

LOUČENÍ

Jak ale pracovat s informacemi, když víme, že se schyluje k nejhoršímu? „Pokud je aspoň trochu šance, měli by mít umírající rodič i dítě šanci se

spolu rozloučit,“ upozorňuje psycholožka. Batole situaci nechápe, ale už čtyřletý človíček si loučení zapamatuje. Pohádka „bude se na tebe dívat z nebe“ nebo „promění se v hvězdičku“ nic nezkaží ani u ateistů.

„Rozhodně bych se vyvarovala nátlaku, kdy má dítě umírajícímu něco konkrétního slíbit,“ upozorňuje psycholožka. Slíb mi, že se budeš dobře učit a vystuduješ vysokou. Postaráš se o bráchy. Nikdy neprodáš náš dům, že ne? Když pak dítě něco z toho nedodrží, bude se nesmyslně trápit. Anebo naopak zasvěť život snaze dodržet daný slib a udělá kvůli tomu spoustu chybných rozhodnutí. Loučení by mělo obsahovat především vyznání lásky, hezké vzkazy do budoucna: „Pamatuj si, že tě navždycky miluji. Odcházím nerada, ale vím, že jsi krásná a šikovná holčička, krásný a šikovný kluk, a bude se ti dařit dobře. Buď dobrým člověkem.“ Děti by se rozhodně měly – aby se mohla jejich bolest ze ztráty hojit a truchlení se neprotáhlo do nekonečna – zúčastnit i pohřbu. Potřebují také hrob nebo oblíbené místo zesnulého, kam si s ním chodí „povídat“. Nejde o nesmyslnou ezoterii, ale o osvědčené rituály související s psychohygienou.

VĚZENÍ A JINÉ OSTUDY

Žádné tajemství není tak tajné, aby je někdo neprozradil. Některé průšvihy by dospělí nejraději ututlali, jenže to prostě nejde. Nástup jednoho z rodičů do vězení – a nemusí jít hned o vraždu, ale třeba o defraudaci ve firmě nebo třeba neúmyslné zabití při dopravní nehodě – je prostě realita. A obrovský psychický nápor čeká nejen na viníka, ale především na jeho rodinu.

Ostuda, která se na tento zádrhel nabaluje, dopadá i na děti, které za nic nemohou. A je bohužel běžné, že k cizímu neštěstí si leckdo rád přisadí. Dokud byl tatínek vlivný manažer, nikdo si na něj netroufl. Když padne, nacházejí ti, kteří se ho předtím báli, odvahu a vyřizují si – třeba posměchem – účty s jeho partnerkou i potomky.

„Nedoporučuji báchorky tipu: tatínek jel na dlouhou služební cestu, maminka jela navštívit tetu do Ameriky. On totiž dítěti dřív nebo později někdo surovou pravdu naservíruje,“ varuje psycholožka Markvartová. „V danou chvíli dítě potřebuje co nejvíc lásky zbytku rodiny i přátel. Mluvte s ním o tom, že i dospělí lidé dělají

NA VÁŽNÉ TÉMA

Když máme mluvit s dětmi o smrti, cítíme se nepříjemně a často i bezradně. Tyto knihy nám s vážným tématem pomohou – srozumitelným jazykem vysvětlí umírání jako přirozenou součást života.

Když Dinosaurům někdo umře
Cesta domů, 170 Kč



Návštěva malé smrti
Baobab, 220 Kč

chyby, za které pak musí zaplatit. Ale to neznamená, že za chyby rodičů může ono. Že je zopakuje také, že je špatné.“

Děti velmi špatně snášejí komentáře okolí. Mají nás rádi, i když chybujeme, jen jim v dané chvíli nesmírně vadí, že jsou kvůli nám zdrojem pomluv a nevyžádané pozornosti. Každá aféra našťestí vysumí a nahradí ji jiná. Což se dětem sice špatně vysvětluje, ale zároveň prostě přijímají lekci, že některé věci nejde ovlivnit. Je třeba je ustát a vydržet.

„Naštěstí ne všichni lidé se radují z cizího neštěstí a mají potřebu si kopnout,“ uzavírá psycholožka. „Právě v těchto vypjatých situacích přicházejí i příjemná překvapení. Mnohdy se ozvou lidé, kteří dítě podpoří, i když by to do nich nikdo neřekl.“

1 z 10
Čechů prodělal
dlouhodobou léčbu
nemoci či po úrazu.

Zdroj: výzkum Pojišťovny
České spořitelny

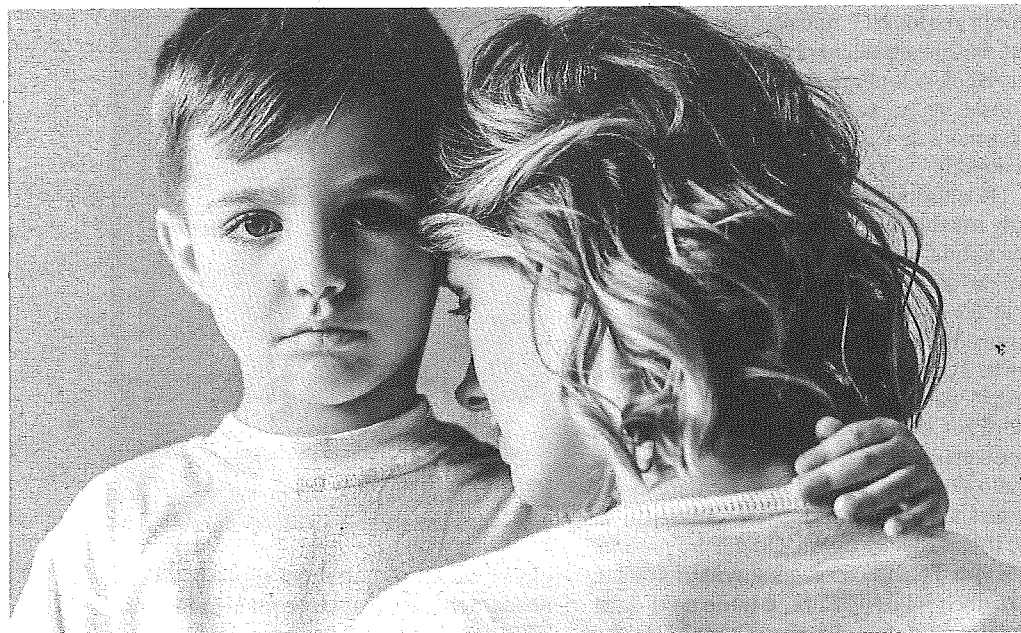
KDYŽ DOJDOU PENÍŽE

Finanční starosti a dluhy má dnes kdekdo. Nejen příslušníci nejnižších sociálních skupin, ale často i ti, kterým všichni závidí, jak jsou „za vodou“.

Protože se ale existenčními problémy, na Facebooku nikdo nechlubí – tam se realita spíše lakuje na růžovo – nemluví se ani o tom, jak se podobná situace vysvětluje dětem. Tajit, že peníze došly, však není dobrý nápad. Minimálně proto, že atmosféra v rodině houstne.

Ať už rodiče utopí všechny peníze v neúspěšném podnikání a spadnou do insolvence, prošťurují je nějakou hloupou investicí, případně naletí podvodníkům typu H-systém, otázka je pořád stejná: jak o tom mluvit s dětmi?

Na úvod je třeba připomenout, že naše děti vnímají jako normu prostředí, do nějž



se narodily. Nemají srovnání a nejdůležitější je pro ně přítomnost milujících osob. Proto je potomek rodičů na sociálních dávkách tísnících se v jedné místnosti na ubytovně stejně spokojený jako dítě manažera z vily s velkou zahradou. Poznání, že jinde je to jinak, přichází až s nástupem do dětských kolektivů. A úměrně věku děti vnímají i náhlou změnu v životním standardu. „Čtyřletý špunt pokles životní úrovně nijak extra nevnímá,“ podotýká psycholožka. „Samozřejmě se ho dotkne, když musí opustit soukromou Montessori školkou a přejít do státní. Vadí mu však spíše změna prostředí a ztráta kamarádů, než že by si to spojoval s penězi. S desetiletou dívkou nebo klukem, kteří najednou místo luxusní limuzíny musí jezdit tramvají a k tomu se vzdát hokeje nebo jízdy na koni, situace pochopitelně cvičí jinak.“

RODINNÉ HODNOTY

Zásadní roli hraje podle psycholožky hlavně to, jakým způsobem se doma o majetku mluví. Jestli jsou peníze modlou, anebo jsou vnímány jen jako palivo do motoru chodu domácnosti. Když dítě odmala poslouchá nářky a závistivé poznámky, jak tamten dědil tři byty a my chudáci nic, tamten vydělává statisíce za flákání a my se dřeme jako hlupáci, tak jeho přístup

k penězům úplně zdravý nebude. V neposlední řadě záleží i na tom, jak moc děti materiálně rozmazlujeme.

„Dosavadní finanční stav rodiny hraje menší roli, než říkají obecná klišé,“ popisuje svou zkušenost psycholožka. „Vždycky záleží na hodnotách, které rodina upřednostňuje. Dítě milionářů vůbec nemusí být rozmazlené, často ho rodiče vedou přísně právě proto, že mělo štěstí a narodilo se do zajištěných poměrů, o které se nezasloužilo. Naopak mnozí rodiče, kteří se vypracovali z chudých poměrů, chtějí dopřát dětem, co sami neměli, a přeženou to.“

JAK NA TO

Základem jakékoliv situace je pěstovat v dětech pocit, že ať se děje, co se děje, máme je rádi. Sice teď chvíli budeme všichni přinášet oběti, což je nepříjemné, ale díky tomu se společně ze všeho dostaneme. „Společně“ je velmi důležité slovo. Prožití krizové situace totiž dokáže rodinu stmelit a hlavně dát dítěti do budoucna vzkaz, že není hanba upadnout, ale zůstat ležet.

Předškolák nepotřebuje vědět, že jsme nezvládli hypotéku, protože jsme měli vel-

ké oči a nepočítali s tím, že tatínek přijde o lukrativní práci a stejně dobře placenou už nesežene. Potřebuje slyšet, že se společně stěhujeme do menšího pronajatého bytu, protože se někdy v životě stane, že člověk přijde o práci a s tím i o peníze.

„Rodič má často největší problém s vlastní lítostí – je přesvědčen, že si jeho potomek podobný osud nezaslouží, a má tendence se mu omlouvat. To je úplně zbytečné a řešíme si tím jen vlastní pocity viny,“ upozorňuje psycholožka. Na druhé straně nemá smysl před dítětem hrát komedii, že se nás situace nedotýká, stačí mu však říct: „Je nám to s tatínkem líto, ale už se stalo a teď děláme všechno proto, abychom situaci zvládli.“

Dítě občas reaguje překvapivě vyrovnaně. Pokud je citově uspokojené a rodičům důvěřuje, vůbec ho nenapadne přemýšlet o tom, že ho potkala katastrofa. Spíš dochází k dojemným okamžikům, že přijde se svojí pokladničkou a nabídne úspory, aby mámě a tátovi pomohlo. Tyto situace představují i příležitost, kdy se rodina může stmelit a beze strachu postavit nepřízní osudu.

Potomci školou povinní jsou už pochopitelně vystaveni konfrontaci spolužáků. I u starších dětí platí, že není žádoucí vtahovat je do detailů. Desetileté dítě nemusí vědět, že otce firma

pustila, protože neumí anglicky a nově zahraniční vedení vyžaduje perfektní jazykovou vybavenost. Nebo že udělal vážnou chybu, a tak se „dohodl“, že odejde sám, aby si nezkazil reference pro další zaměstnání. Případně se jeho místo hodilo někomu jinému. Stačí oznámení: „Tatínek přišel o zaměstnání a já jsem doma na mateřské s tvojí sestřičkou. Táta si hledá novou práci, ale než ji najde, musíme se uskrmnit. Každý z nás se teď musí něčeho vzdát. Ale když to chvíli vydržíme, zase bude líp. To přece zvládneme.“ Tahle věta je nejdůležitější: „Neboj, to zvládneme.“

Dítě by nemělo být modlou, která se oprašuje a vyrůstá v akváriu pohody a štěstí, zcela nepřipravené na realitu života. Menší nepohodlí, uvědomění si, že mít se dobře není samozřejmost a situace se ne vždy vyvíjí tak, jak mu vyhovuje, je z výchovného hlediska důležité. Na druhou stranu ale není povinné chápat nebo dokonce se spolupodílet na řešení problémů dospělých. Mělo by vědět, že je někdy lépe, někdy hůř, ale s mámou, tátou, babičkou, dědou se všechno zvládne. Pocit sounáležitosti je nad všechny peníze. ■

rodina@mfdnes.cz

49%

Čechů si myslí, že se o smrti dostatečně nemluví.

Zdroj: Cesta domů

Menší nepohodlí, uvědomění si, že mít se dobře není samozřejmost, je z výchovného hlediska velmi důležité.