



Začátek školního roku představuje pro děti stres, telefonátů na Linku bezpečí na konci prázdnin přibývá

Praha, 24. 8. 2016

Konec prázdnin a začátek nového školního roku pro některé děti představuje stres, ať už jde o strach z nového kolektivu, nedobré vztahy s učiteli či hrozbu v podobě šikany. Děti se na Linku bezpečí obracejí ještě před začátkem školy a svěřují se se svými obavami, zejména pokud jim bylo v průběhu loňského školního roku ve škole ubližováno, vyplývá ze statistik Linky bezpečí.

„Pokud jde dítě do první třídy či do nové školy, bývají jeho obavy často přirozené. Je důležité, aby byli v klidu především rodiče, malé děti velmi často poznají jejich nervozitu a mohou jí podlehnout. Obecně je dobré obavám dětí předcházet tím, že s nimi o nich budeme otevřeně hovořit a nebudeme je zlehčovat. Už jen nahlas vyslovená, a od rodiče přijatá, obava, může být pro dítě velmi úlevná. Důležité také je, aby rodiče společně s dítětem, někdy i s učitelem, hledali pozitivní řešení vzniklých situací, které si např. děti nesou z minulého školního roku,“ říká Mgr. Kateřina Schmidová, vedoucí Rodičovské linky, která zároveň uvádí, že právě tento základní princip v rodinách nezřídka selhává a rodiče berou obavy dětí na lehkou váhu.

Nejčastějším tématem na „školní téma“, které děti v souvislosti s blížícím se koncem prázdnin na Lince bezpečí řeší, je šikana. Podle statistik se s určitou formou šikany na škole setká přes 40 % dětí. Průběžné statistiky Linky bezpečí dokládají, že šikana je skutečně závažný problém, jehož výskyt v průběhu let neklesá. Zatímco v roce 2000 bylo na Lince bezpečí věnováno tomuto tématu 2 % hovorů, v roce 2015 šlo již o 5 % všech hovorů. Převáděno na absolutní čísla jde o 1376 hovorů. Téma šikany na Rodičovské lince se pak vyskytuje dokonce v 9 % všech hovorů!

Dítě, které je šikanované, často ztrácí důvěru v okolí a uzavírá se v obavách, co všechno by přiznání, že je obětí šikany, mohlo způsobit. Bojí se, že by mu nikdo neuvěřil a především má strach z pomsty agresorů. Nezřídka se stává, že se dítě se šikanou svěřilo učiteli nebo rodiči, ale ti neudělali nic pro ochranu dítěte. Právě v takových případech je role Linky bezpečí nezastupitelná. Ve chvíli krize může být v očích dítěte často těmi jediným, kdo mu důvěruje, nabídnou mu pochopení, přijetí a naplánování konkrétní pomoci.

STRESU ZE ŠKOLY SE DÁ PŘEDCHÁZET

Blížící se konec prázdnin by měli reflektovat nejen děti, ale také jejich rodiče. Právě oni hrají důležitou roli při přípravě svých dětí na nadcházející školní rok a dokáží zmírnit možné stresy a související rizika. **Pro ty jsou určeny následující doporučení:**

Generálními partnery, kteří dlouhodobě podporují Linku bezpečí, jsou:



Nadace O₂



- Poslední týden prázdnin si zkuste už s dětmi pomalu upravovat denní režim tak, aby byl pro děti přechod do školy pozvolný.
- Speciální péči věnujte dětem, které nastupují do nové třídy, nové školy. Zajímejte se, na co se těší a z čeho mají obavy.
- Podporujte děti, aby s vámi mluvily o tom, co se ve škole děje, případně čeho se bojí.
- Zrevidujte také mimoškolní aktivity, zjistěte, co děti bavilo, co ne. Při plánování programu myslete na to, že děti potřebují čas i na odpočinek a zpracování zážitků ze školních dnů.
- Pokud výsledky minulého školního roku nedopadly nejlépe, tak zkuste s dětmi vymyslet plán, jak to v tomto roce zvládnout bez zbytečných stresů (např. pravidelná podpora při přípravě na daný předmět, doučování apod.)
- Nebojte se tvořivosti (cvičit násobilku se dá i vtipně během procházky).

Kontakt pro média:

David Laňka, PR director FACE UP, t: 420 606 045 156, e-mail: david.lanka@faceup.net

Generálními partnery, kteří dlouhodobě podporují Linku bezpečí, jsou:



Nadace O₂