
Psycholožky FF UK radí, jak zvládat „domácí školu“

Psycholožky FF UK radí, jak zvládat „domácí školu“

Kdo má malé děti, už moc dobře ví, že home office není s domácí školkou či školou tak úplně snadné skloubit. „Domácí samostudium je trochu šok pro všechny – učitele, rodiče i děti,“ říká docentka Lenka Krejčová. „Za takových okolností je důležité co nejvíce dětem zachovat alespoň nějaké jistoty a jiné si společně s nimi budovat,“ radí experti na vzdělávání.



- Na často pokládané otázky níže odpovídají odbornice z Katedry psychologie FF UK:
doc. PhDr. **Lenka Krejčová**, Ph.D. (= LK)
Mgr. **Veronika Šporclová**, Ph.D. (= VŠ)

Co lze poradit rodičům, kteří mají v domácnosti školou povinné děti?

LK: Domácí samostudium je tak trochu šok pro všechny – učitele, rodiče i děti. Nikdo na to nebyl připraven, málokdo měl předchozí zkušenosti s takovým modelem výuky. Navíc celková společenská situace vyvolává spíše negativní pocity – nejistotu, stres, obavy...

Za takových okolností je důležité dětem zachovat co možná nejvíce alespoň nějaké jistoty a jiné si společně s nimi budovat. Jinými slovy, když jsou děti ze školy zvyklé na určité postupy práce, na používání konkrétních pomůcek, na konkrétní způsoby řešení úkolů, je dobré jim umožnit je i nadále využívat. Při učení je dobré vracet se k tomu, co už děti dělaly, ať si to procvičí nebo jen znovu prohlédnou. Mnohé mají opravdu radost, že narazily na něco, co už dobře znají, a pak se hned zvyšuje i jejich chuť do práce.

VŠ: Setkáváme se také s tím, že v této nečekané situaci rodiče přejímají zodpovědnost za děti i ve chvíli, kdy to není potřeba. Rodiče by měli podporovat své děti v jejich vlastní samostatnosti – rozdělit si úkoly (nejen ty školní), na které dítě stačí (kupříkladu připravit ostatním snídani, pomoci s obědem, uklidit...). Nevidím důvod, proč by třeba starší sourozenec nemohl pomoci s učením sourozenci mladšímu. Rozdělení prací a úkolů mezi jednotlivé členy rodiny může jednak posílit vzájemnou rodinnou soudržnost, ale rodiče mohou v dětech tímto způsobem posílit i jejich vlastní pocit důležitosti. A starší žáci si již mohou vzájemně vypomáhat mezi sebou podobně, jako se to děje ve škole, jen aktuálně jinou formou. A tato podpora může z dlouhodobějšího hlediska pomoci k upevnění kolektivu a posílení kamarádských vztahů.

Jak postupovat co neefektivněji, jak školáky doma motivovat?

LK: Když mají rodiče pocit, že děti pracují neefektivně, ale současně na takovém způsobu práce trvají, nemá příliš cenu dávat pokyny, ať pracují jinak. Dětem může pomoci, když jim rodiče ukážou, jak by úkol sami řešili, nebo jim naznačí, co by šlo ještě udělat. Na druhou stranu je stále nutné mít na paměti, že děti nemají znalosti a zkušenosti dospělých. Možná to, jak nyní pracují, je maximum, čeho mohou dosáhnout. To, co rodičům připadá extrémně jednoduché, může být pro děti matoucí a nepochopitelné, neboť se s podobným tématem ještě nesetkaly. Jeden příklad z praxe: maminka druháka se podívovala, že chlapec neví, že slovo „I“ v anglické větě znamená „já“. Měla dojem, že syn musí znát každé slovo, které říká. Když jsme si vysvětlili, že současné přístupy k výuce angličtiny využívají takzvanou komunikační metodu, děti znají celé fráze, slovní obraty, slovíčka spíše pro konkrétní jevy, které jsou pro ně dobře známé a pochopitelné, takže syn rozumí celé větě, ale neví, co znamenají konkrétní zájmena nebo předložky apod., uklidnilo ji to. Potřebovala pochopit, jak se potomek učí; co je a není v jeho věku a po jeho zkušenostech s učivem běžné.



Už jsme na iForu také psali:

[Home office s dětmi.](#)

[Když se venkovní drama přesune domů.](#)

Jaký máme dodržovat harmonogram – kdy se doma učit a neučit?

LK: Mezi nově budované jistoty bezpochyby patří stanovení pravidelného času na školní práci. Docela se vyplatí připravit s dětmi celotýdenní rozvrh – jako jsou zvyklé ze školy. To neznamená, že budou každý den ve stejnou hodinu dělat stejný vyučovací předmět, uspořádání výuky nutně závisí na dalších okolnostech rodinného života. Děti při samostudiu rozhodně nestráví učením tolik hodin jako ve škole (pokud se učí převážně s rodiči, pokud nemají on-line výuku, kterou musí sledovat). V nejisté době je klíčové mít alespoň nějaké jistoty, navíc pravidelný režim spíše povede k tomu, že děti část práce pak už zvládnou samy, protože vědí, co je čeká. A jednoznačně se tak oddělí čas na práci a na zábavu a odpočinek.

VŠ: Změna formy výuky je nyní jasně daná, ale stejně jako v běžném režimu se může stát, že dítě není schopno se do distanční výuky zapojit, nebo se rodina dostane do situace, kdy není schopna dítěti s učením pomoci. Pokud toto nastane, je důležité, aby rodina zůstala v kontaktu s vyučujícími, kteří jsou za výuku dětí zodpovědní, a společně se snažili hledat řešení.

Jaká jsou doporučení pro domácí výuku různých školáků, žáků a studentů?

LK: Čím jsou děti starší, tím je důležitější, aby část kompetencí byla předána jim. Oni mohou rozhodnout o studijním plánu dne i týdne, dospělí především sledují, jestli týdenní „rozvrh“ domácí školy pokrývá vše, co se dítě má naučit a jestli je vůbec reálné, aby své plány dítě zvládlo realizovat. Když se rozhodne, že vše udělá v pondělí a úterý, aby mělo zbytek týdne volno, je vysoce pravděpodobné, že se setká s neúspěchem hned první dny, což ho odradí a demotivuje. Když děti některé učivo zvládají samostatně, je to vždy úleva a není nutné vše pečlivě hlídat. Někdy je pro dítě důležitá prostá přítomnost dospělého. Může pomoci, když sedí spolu u stolu, nebo každý v jedné části místnosti a pracují na svých úkolech. Děti vidí, že i rodiče musí doma plnit povinnosti. Je to mnohdy stejné jako s dospělými na pracovišti (totéž ostatně funguje i ve škole, když je více žáků pohromadě), pracovní atmosféra a pozorování druhých, když soustředěně pracují, více motivuje k vlastní práci. Naopak je-li dítě zavřené v jedné místnosti a musí se učit, zatímco v jiné místnosti probíhá hra sourozenců, nebo slyší, jak rodič s ostatními členy domácnosti konverzují, je pro dítě velmi náročné zkoncentrovat se na práci. Současná práce více členů domácnosti může pomoci. Někdy je ale důležité učivum se potomkovi říct, jakou práci vykonávají ti ostatní – na první pohled může mít dojem, že ostatní se baví, jen on musí pracovat.



Nemůžou být děti a studenti učivem zahlceni, přetížení? Co potom?

LK: Na jednu stranu se někdy učivo stihne rychleji než ve škole, na druhou stranu někdy ze školy přijde takové množství úkolů, že je nereálné je všechny zvládnout (kombinace s prací rodičů, přítomností dalších sourozenců, zejména těch, kteří nejsou školou povinni, řešení mnohých aktuálně vzniklých situací, a to vše v jedné domácnosti, z níž není možné příliš často odcházet, představuje velkou zátěž). Má-li to smysl, je dobré, když rodiče učitelům, kteří práci zadali, sdělí, že bylo úkolů příliš. Ani učitelé to vždy nemusí přesně odhadnout, neznamená to, že na všem trvají. Někdy je dobré se rovnou zeptat, co je nutné zvládnout, které učivo stačí stihnout později, nebo která cvičení je možné vynechat. To, že se doma nedá vše stihnout, je problém, který je třeba řešit s učiteli. Ti mohou doporučit, jak práci zefektivnit, nebo jednoduše redukovat její množství. Je nutné s nimi o tom mluvit. To platí i pro situace, když si dítě s učením neví vůbec rady. A pokud rodiče zjistí, že děti předchozí učivo, které tvoří východisko stávajícího, neovládají, nemá smysl nové učivo procházet. Je nutné se vrátit zpět, což je další téma k hovoru s učiteli; to děti za dospělé nevyřeší.

Nač být při „domácí škole“ ještě připraven?

LK: Je mnoho situací, které mohou při domácím učení nastat, s nimiž si rodiče a děti nebudou umět sami poradit. Právě proto je vhodné mít stále na paměti, že když se něco nestihne, nedaří, vyvolává zoufalství, nemá smysl to „lámat přes koleno“. Je vysoce pravděpodobné, že několikátý denní pauza od školního učení, nepovede k tomu, že z této generace žáků budou neznalí ignoranté. Možná zjistíme, kolik učení je ve škole navíc, vůbec nevádí, když se neprobere. Mnohem důležitější je ve stávající situaci vzájemná podpora, co nejvíce klidných momentů při společném domácím soužití a společný smích dětí a rodičů. Děti se mnohé naučí, když budou s rodiči na procházce, pomohou jim vařit, nebo osazovat záhony na zahradě. Jen je dobré tyto situace vytěžít a společně si povídat o tom, co vidíme, co děláme, jak věci plánujeme, proč určité činnosti kombinujeme a podobně.

A naopak: jak mohou vzdálenou výuku pojímat kantoři, co jim lze doporučit?

VŠ: Učitelé se dostali stejně jako děti a rodiče do situace, na kterou nebyli připraveni. Z toho, co vidím a slyším kolem sebe, usuzuji, že po počátečních rozpacích a hledání (možná i trochu tápání) si školy a pedagogové nastavili vyhovující způsob distančního vzdělávání žáků. Nelze zapomenout, že pedagogové jsou často i rodiče a musí zvládat všechny povinnosti – kromě péče o své děti jsou zodpovědní také za výuku „svých“ školních dětí. Proto i pro ně platí všechna doporučení pro rodiče (výše uvedená). V roli pedagogické by měli umět dostatečně dbát na dodržování hranic mezi osobním a pracovním životem, naučit se přepínat mezi rolemi. Pochopitelně pomůže kolegiální podpora a sdílení zkušeností, povzbudivé vedení školy i podpora (a leckdy i nutná shovívavost a trpělivost) rodičů. Všem učitelům, kteří před touto obtížnou zkouškou nerezignovali, přizpůsobili se a zcela zásadním způsobem změnili svůj styl práce – často zažitý několik let – i svůj režim, patří velký obdiv i poděkování.

• Na iForu už také s psychology FF vyšlo:

[Snažte se v karanténě dodržovat strukturu času](#)