

# Metodický list – Manuál neúspechu



Financované  
Európskou úniou  
NextGenerationEU

OZ CESTA MLADÝCH

PLÁN [OBNOVY]

## Práca s neúspechom

**Teoretické východisko:** Naučiť sa a vedieť pracovať s neúspechom je pri práci s deťmi a mládežou nevyhnutné. Tlak na výkon a výsledky v súčasnej dobe je tak silný, že v prípade, že sa nám nedarí, tak ako si predstavujeme alebo sa od nás očakáva máme pocit zlyhania. Jeho spracovanie môže byť miestami veľmi náročné. Je dôležité si nielen racionálne uvedomiť, ale aj prežiť na emočnej úrovni, že zlyhanie je v poriadku a je to bežná súčasť života. Napriek tomu, že toto slovo samo o sebe má negatívnu konotáciu, v skutočnosti sa vďaka zlyhaniam učíme na našich chybách a môžeme skvalitňovať našu prácu do budúcnosti.

Je potrebné, aby doučovateľia mali reálne očakávania od svojho pôsobenia, vďaka čomu sa dá predísť zbytočným sklamaniam a poklesu motivácie pri ich doučovaní. Takisto je dôležité odtabuizovať a znormalizovať túto tému, čo môže napomôcť triezvejším a účinnejším reakciám, keď sa reálne dostaví.

Ak sa doučovateľia dostanú do situácie, kedy budú mať pocit, že sa im nedarí, ponúkame návod na možný postup.

**Tip:** Pomocou psychoterapeutickej techniky, paradoxnej intencie od V. Frankla, si môžeme najhorší scenár akého sa obávame úmyselne vizualizovať ešte predtým než sa vôbec stane. V prípade, že k nemu reálne dôjde človek rýchlejšie dokáže prekonať fázu tzv. „zamrznutia“, dokáže promptne a efektne reagovať na vzniknutú situáciu a zároveň sa dostať do emočného komfortu.

**Príklad:** Ak má doučujúci najväčší strach z toho, že žiak sa na doučovaní nič nenaučí a následne prepadne, môžem s ním viesť cielené rozhovory o tom, ako by sa cítil keby sa to reálne stalo, k popisu emócií a ich motivácii. Následne môžete spolu vytvoriť niečo ako krízový plán, ktorý si s ním opäť podľa potreby budete prechádzať.

# MANUÁL “NEÚSPECHU”

Mám pocit, že sa mi nedarí tak ako by som si to predstavoval, chcel. Žiak z môjho pohľadu nespolupracuje, nerobí pokroky, neviem si k nemu nájsť cestu...Čo mám robiť?

1. Skús sa zamyslieť. Nestalo sa v poslednom období v živote žiaka niečo nezvyčajné? Nezažíva distres, eustres? Môžeš po tom popátrať v jeho okolí, ale napr. aj citlivo položenými otázkami priamo žiakovi.
2. Deje sa niečo v mojom živote? Som v pohode? Ak nie, je dosť možné, že tenziu nevedome prenášam aj na žiaka. Neboj sa mu povedať, ak nie si okej. Dieťa aj tak všetko vycíti.
3. Zmena je život. Ak vidím, že doučovanie nejde smerom, akým by malo, neboj sa výjsť zo zabehnutej rutiny a vyskúšať niečo iné, nové, čo by mohlo žiaka zaujať a nakopnúť.
4. Zpracuj na vašom osobnom vzťahu. To, aký máš so žiakom vzťah ovplyvňuje celú vašu spoluprácu. Neboj sa ho k sebe pustiť a ukázať trochu aj tvoju osobnú stránku. V dieťati to posilní pocit dôležitosti, zároveň si ťa bude vedieť viac „poludštiť“ a otvoriť sa ti, keď ho bude niečo trápiť.
5. To, čo ty vnímaš ako neúspech, žiak možno vníma úplne inak. Neboj sa túto tému otvoriť. Pýtaj sa dieťaťa ako je spokojný s pokrokmi, ktoré robíte, či s vašou spoluprácou. Možno zistíš, že si vediete lepšie než si si myslel. :)
6. Netlač na pílu. Stretnutia so žiakom, kedy len zdieľate svoje aktuálne prežívanie, problémy, či radosti sú okej, ba dokonca žiadúce. Budovanie vzťahu je niekedy viac než pracovný výsledok.
7. Ak je to možné, nechaj sa viesť žiakom. On najlepšie vie, čo potrebuje.
8. Oceňuješ žiaka vhodným spôsobom? Ak ho chváliš za výsledky, žiak môže nadobudnúť dojem, že bez nich nemá žiadnu hodnotu, čo môže uňho viesť k zníženiu motivácie a záujem o spoluprácu. Je dôležité oceňovať na princípoch nehodnotiacej komunikácie. (**Ako nie:** No ty si šikovný, že si dostal jednotku z matiky! **Ako áno:** V tejto písomke si ukázal, že už ovládaš ....- pomenujeme konkrétnu tému/zručnosť/vedomosť-!“)
9. Ak máš pocit, že sa ti napriek všetkému nedarí, skús osloviť a pozdieľaj sa s ostatnými doučujúcimi, čo funguje im. Kolegovci vedia byť veľmi dobrou inšpiráciou.

**10.** Neboj sa osloviť supervízora a človeka, ktorý zastrešuje metodickú podporu. Nehryzie a nie je to hanba. 😊 Je tu na to, aby ti pomohol.