

Jak pracovat s žákem/žákyní, který/á jeví známky mentální anorexie/bulimie nebo jiné poruchy příjmu potravy

autorka: Mgr. Marie Novotná, sociální pracovnice KC Anabell Praha
© Centrum Anabell, z. ú., 2018

- * Vždy přistupujte k žákovi individuálně a dle jeho potřeb --- Počítejte s tím, že jste často první osobou, které se žák svěří.
- * Se souhlasem a v přítomnosti žáka řešte danou situaci s rodinou, třídou nebo školním psychologem.
- * Zajímejte se o problematiku poruch příjmu potravy --- Zjišťujte, jakým způsobem žákovi nejlépe pomoci (odborné knihy, konzultace se školním psychologem, Linka Anabell, internetové poradenství Centra Anabell, odborné poradenství v Kontaktních centrech Anabell v Brně, Praze a v Ostravě).
- * Je důležité si uvědomit, že sami problém za žáka nevyřešíte. Je jen na něm, jak se rozhodne.
Je důležité žáka podpořit ve vyhledání odborné pomoci.
- * Snažte se zachovat důvěrný vztah mezi vámi a žákem.
- * Pokuste se být trpělivý/á --- Zachovávejte klidný přístup, snažte se být diplomatický/ká, mluvejte s žákem klidně a bez výčitek.
- * Vyvarujte se obviňování, nucení k jídlu/léčbě (nevhodné jsou věty: „Vždyť se normálně najež, nic na tom není!“, „Zatní zuby a sněz to!“).
- * Pokud žák o problému mluví, nechte jej vypovídat, nevyslovujte hned své názory a soudy.
- * Nesnažte se vyvracet žákův strach a vidění svého těla, nedělejte narážky na vzhled („Vždyť jsi krásně hubená, pár kilo navíc by ti neublížilo!“).
- * Respektujte žákův strach z „tloušťky“, nezlehčujte jej.
- * Pokud se bude žák ptát na svou postavu, zdali si myslíte, že má nadváhu, odpovězte například takto: „Proč to chceš vědět? Máme tě rádi takového, jaký jsi, tvou postavu neřešíme, jsme rádi, jak vynikáš ve fotbale, hře na klavír, malování, keramice.“
- * Zkuste se vyvarovat výrazům „chápu tě“, „vím, jak se cítíš“ (to může hodnotit pouze ten, kdo takovou zkušenost opravdu má).
- * Nepodřizujte se žakovým potřebám, nevytvářejte „sterilní“ prostředí, o problému mluvejte a stanovte si pravidla v komunikaci.
- * Mluvejte o problému velmi citlivě, nepředstírejte, že jej nevidíte nebo že vůbec není, přestože to bude velmi nepříjemné. Opakujte zdravotní následky poruchy příjmu potravy, ale nestrašte.
- * Často můžete být vzorem. Informace o léčbě a zdravotních rizicích od vás žák vezme lépe než od rodičů.
- * Hledejte motivaci, proč by měl žák pravidelně jíst a přibrat (vrátit se zpátky k oblíbené činnosti, kterou může být sportovní aktivita, hra na klavír, malování, keramika, zpěv...).
- * Hledejte k rozhovoru i jiná témata než je pouze jídlo a léčba.
- * Oceňujte žáka, pochvalte jej za určitou činnost, kterou udělal – nemělo by jít však o věci, týkající se jenom jídla („To je dobře, že jsi to celé snědl/a!“).
- * Pokuste se s ostatními pedagogy a hlavně rodinou zachovat jednotný přístup k žákovi.
- * Nehledejte viníka problému, situace se tím nezlepší a vede to pouze k neshodám. Nezaobírejte se tedy historií, to nechte na psychoterapeutovi a řešte, co je „teď a tady“.
- * I pro vás je důležité mít někoho, komu se můžete svěřit, nebuďte na situaci sami. Požádejte o podporu těch, kteří se v tématu orientují.

