



## PRÍPADOVÁ ŠTÚDIA:

### HOMESCHOOLING, HOME OFFICE...

Téma:	Zameranie:
syndróm vyhorenia, emócie, práca z domu, domáce vzdelávanie, duševná pohoda, rodičovstvo, komunikácia	<b>Psychologická disciplína:</b> pedagogická psychológia, vývinová psychológia, psychológia osobnosti <b>Odporúčaný odbor štúdia:</b> ekonómia a manažment, učiteľstvo a pedagogické vedy

1 Julián sa narodil ako prvorodené dieťa. Matka pracovala v reklamnej agentúre a otec v IT  
2 firme. Dieťa bolo počaté v rámci programu asistovanej reprodukcie. Gravidita matky bola síce  
3 sledovaná, ale prebehla bez komplikácií, rovnako ako pôrod. Zdravotný stav chlapca a jeho  
4 vývin prebiehal v norme. Pohybový vývin bol v porovnaní s rovesníkmi mierne rýchlejší, vývin  
5 reči naopak mierne oneskorený. Chlapec v dvoch rokoch hovoril len niekoľko slov. O okolie  
6 sa však zaujímal. Správne reagoval na rečové podnety rodičov, hral sa s hračkami, sledoval  
7 rozprávky v televízii, počúval čítanie básničiek a krátkych rozprávok. Bavili ho rôzne  
8 skladačky, postupne rozoznával farby a čísla. Najviac ho fascinovali veľké autá a stavebné  
9 stroje. Keď na prechádzke zbadal bager, dokázal pri ňom stráviť aj hodinu. Keď mal Julián tri  
10 roky, narodila sa mu sestra. Z tohto dôvodu nedostala rodina pre Juliána miesto v materskej  
11 škole, a tak ostal chlapec doma s matkou a sestrou. Chlapec bol pokojný, skôr tichý  
12 a introvertný. Postupne dobehol aj oneskorenie v rečovom vývine, ale pred cudzími ľuďmi  
13 naďalej hovoril málo. Rád kreslil svoje obľúbené stavebné stroje, dráhy,  
14 po ktorých jazdili, či rôzne mapy cestnej siete. Zaujímal sa tiež o rybičky a akvaristiku ako jeho  
15 otec. Spoločne navštevovali rôzne akvaristické výstavy a čítali knihy o rybách. Rodina celkovo  
16 trávila s deťmi čas aktívne, často cestovali, ponúkali deťom množstvo stimulov a rôznych  
17 záujmových aktivít. Do materskej školy Julián nastúpil ako päťročný. Vtedy už vedel čítať  
18 a čiastočne aj písať tlačeným písmom.

19 Prvé dni v materskej škole Julián plakal, nechcel ani jesť, ani spať po obede, pretože doma  
20 už nespával. Adaptačné problémy pretrvávali niekoľko týždňov aj vzhľadom na to, že Julián  
21 mal sklon k respiračným ochoreniam, a tak bol v škôlke často chorý. Po návrate z domácej  
22 liečby mal vždy problém opäť si zvyknúť na škôlku. Odmietal spolupracovať, kričal alebo si  
23 sadol do šatne a nechcel odísť. Učiteľka prejavila obavy, že chlapec môže ťažko zvládnuť  
24 nástup do školy, a rodičom odporučila, aby požiadali psychológa o konzultáciu. V Centre  
25 poradenstva a prevencie bol chlapcovi vyšetrený intelekt a potvrdilo sa intelektové nadanie  
26 (IQ = 137). Psychologička zároveň rodičov upozornila na autistické črty v správaní chlapca



1 a odporučila ďalšie vyšetrenie u klinického psychológa. Chlapcovi bola napokon  
2 diagnostikovaná porucha autistického spektra, tzv. Aspergerov syndróm. Na základe  
3 výsledkov vyšetrení a skúseností z materskej školy, kde sa chlapec začleňoval s ťažkosťami  
4 (nerád sa zapájal do niektorých aktivít, najmä vystúpení a spoločných organizovaných  
5 činností, radšej kreslil alebo sa hral sám), sa rodičia rozhodli zapísať ho do školy pre deti  
6 s intelektovým nadaním.

7 Rodičia školu s chlapcom najskôr niekoľkokrát navštívili, aby sa oboznámil s prostredím.  
8 Škola ponúkala žiakom možnosť navštíviť podľa potreby aj školskú psychologičku. V triede  
9 bolo maximálne 10 detí a k dispozícii bola stále aj asistentka učiteľa. Ak sa deti cítili unavené  
10 alebo potrebovali byť chvíľu mimo triedy, mohli navštíviť oddychové zóny. Tempo  
11 vyučovania sa prispôbovalo ich možnostiam. Okrem intelektového rozvoja boli do  
12 vzdelávacieho programu zaradené aj aktivity zamerané na sociálny a emočný rozvoj detí.  
13 Julián si v škole zvykal lepšie ako v materskej škole. V triede mal však spolužiakov  
14 s podobnými ťažkosťami. Keď niektorí z nich prežívali frustráciu alebo keď sa dostali do  
15 konfliktu so spolužiakmi, boli hluční alebo agresívni. Asi po mesiaci začal Julián opakovať  
16 niektoré prejavy ich správania, napríklad sa postavil na lavicu a začal kričať. Triedna učiteľka  
17 zavolať rodičov, ktorí ho zobrali domov. Po tomto incidente už nechcel ísť do školy. Podobné  
18 situácie sa zopakovali niekoľkokrát. Školská psychologička navrhla pre Juliána striedavé  
19 učenie sa, a to dva dni v týždni doma a tri dni v škole. Ale ani tento model nefungoval, Julián  
20 bol podráždený, plačlivý, občas reagoval agresívne aj na rodičov alebo na sestru a do školy  
21 chodiť nechcel. Po konzultácii so školou sa rodičia napokon rozhodli, že vyskúšajú domáce  
22 vzdelávanie.

23 Pre rodinu to bola veľká zmena. Mladšia dcéra už chodila do materskej školy a obaja rodičia  
24 chodili do práce. Starí rodičia bývali v inom meste a nemohli rodine pomáhať. Navyše nemali  
25 vždy pochopenie pre niektoré prejavy Juliánovho správania a zastávali názor, že potrebuje  
26 prísnejšiu výchovu a nie individuálny prístup spočívajúci v prispôbovaní podmienok jeho  
27 „manierom“. Napokon sa matka rozhodla v zamestnaní požiadať o možnosť pracovať  
28 z domu, aby sa mohla synovi venovať. S podporou zamestnávateľa i školy začala matka  
29 Juliána učiť doma. Neskôr chodili do školy na pravidelné konzultácie a komisionálne skúšky  
30 a po dvoch rokoch vyskúšali striedavý režim dvoch dní v škole a troch dní doma. Napokon sa  
31 vo štvrtom ročníku Julián vrátil k bežnej školskej dochádzke. Občas mali aj náročnejšie dni,  
32 ale Julián si na školu a deti v triede postupne zvykol. Dnes má 14 rokov a v škole je celkom  
33 spokojný. Darí sa mu najmä v biológii a informatike.



## 1 Aké je to zladať homeschooling a homeoffice očami Juliánovej matky Katky?

2 „Na začiatku to bol šok. Úplne iný životný štýl, než na aký som si pamätala z detstva. Kým som  
3 bola na materskej a rodičovskej dovolenke, tak som nepracovala. Proste som sa venovala deťom,  
4 chodili sme na výlety, na ihrisko, do materského centra. Zvládnuť domácnosť bolo sem-tam  
5 náročnejšie, ale pomohli sme si s manželom a všetko sa nejako dalo.

6 Homeschooling a homeoffice – to bolo niečo iné a nové. Stíhať štandardnú výchovu detí,  
7 domácnosť, ale aj robotu a domáce učenie – to už je iná káva. Manžel robil klasicky osem hodín  
8 v práci, plus cesta z druhého konca mesta... Väčšinu dňa som na to bola sama. Navyše som  
9 spoločenská osoba, do práce som sa po tých rokoch doma s deťmi aj celkom tešila. Ale iná  
10 možnosť nebola. July to v škole proste nedával a mali sme hypotéku na byt, tak som nemohla  
11 ostať úplne bez práce a príjmu a venovať sa len jemu.

12 Ako správna manažérka som si všetko najskôr rozvrhla, naplánovala čas na domácnosť, na  
13 prácu, na učenie s Juliánom. Vyzeralo to dobre, ale postupne pribúdali dni, keď to proste  
14 nevychádzalo. Nie som až taká zdatná učiteľka, občas sme sa na niečom zasekli a už mi  
15 vyzváňala pripomienka porady na Zoome. Porada sa natiahla a boli sme bez obeda. Jediné  
16 šťastie bolo, že July sa vie celkom zabaviť sám s knižkami, kreslením alebo puzzle. Ale na prvé  
17 preskúšanie som s ním išla s malou dušičkou, ako to zvládne. Našťastie to dopadlo dobre  
18 a nejako sme si našli systém.

19 V robote si tiež mysleli, že mi je hej robiť z domu – ranné porady občas začínali asi takto: „Tak čo,  
20 už si sa prezliekla z pyžama? To sa niekomu žije...“ Chcela som všetko stíhať, aby mi nič  
21 nevyčítali, tak som dorábala veci v domácnosti aj do práce po nociach. Po čase som bola unavená  
22 a podráždená viac, ako keby som chodila do práce. Všimol si to aj manžel a do našej pohodovej  
23 domácnosti začali vstupovať aj konflikty. Po roku som bola tak vyčerpaná, až mi došlo, že musím  
24 niekde poľaviť. Skrátila som si trochu úväzok v práci a s manželom som sa dohodla, že si dám  
25 raz za dva týždne „day off“ od detí a domácnosti, zbehnem do práce alebo von  
26 s kamarátkami. Trochu sa to zlepšilo, ale stále to vnímam ako jedno z najnáročnejších období  
27 môjho života. Veľkou oporou pre mňa bola Juliánova triedna učiteľka a školská psychologička,  
28 s ktorými sme konzultovali postup vzdelávania, chodili na preskúšania a napokon aj našli cestu,  
29 ako sa mohol July postupne vrátiť do školy.

### Ako citovať tento učebný materiál:

Lemešová, M., Minarovičová, K., Sokolová, L., & Zacharová, Z. (2024). Homeschooling, home office. In: Dvorská, D., Sokolová, L., Karolčík, Š., Dovičák, M., Griguš, S., & Hrcán, Z.: Učiteľská akadémia UK [webová stránka]. Získané z <https://www.ucitelskaakademia.sk/pripady-a-pribehy/psychologia-x-krat-inak/homeschooling,-homeoffice>

### Prípadové štúdie a zadania sú súčasťou publikácie:

Lemešová, M., Minarovičová, K., Sokolová, L., & Zacharová, Z. (2024). *Psychológia x-krát inak*. Univerzita Komenského v Bratislave. ISBN 978-80-223-5955-9.