

Metodika vedení třídnických hodin



Lenka Skácelová

U Č E B N Í T E X T Y

METODIKA VEDENÍ TŘÍDNICKÝCH HODIN

Univerzita Karlova
1. lékařská fakulta v Praze
a Všeobecná fakultní nemocnice v Praze
Klinika adiktologie

METODIKA VEDENÍ TŘÍDNICKÝCH HODIN

Autor
Lenka Skácelová

Recenzent:

PhDr. Mgr. Veronika Pavlas Martanová, Ph.D.

METODIKA VEDENÍ TŘÍDNICKÝCH HODIN

Autor: Lenka Skácelová

Vydala Klinika adiktologie, 1. lékařská fakulta Univerzity Karlovy v Praze a Všeobecná fakultní nemocnice v Praze, Apolinářská 4, Praha 2, ve vydavatelství TOGGA, spol. s r. o., Volutová 2524, Praha 5.

© Univerzita Karlova v Praze, 1. lékařská fakulta, Klinika adiktologie 1. LF a VFN v Praze, 2012

© TOGGA, 2012

Jazyková korektura: Světlana Pavlíková

Koncept obálky: Hana Valíhová

Typografie a sazba z písma Baskerville a John Sans: Jaroslav Průka

Vydání první, Praha 2012

Elektronická publikace

978-80-7476-006-8

NEPRODEJNÉ!

Všechna práva vyhrazena. Tato kniha ani její části nesmějí být žádným způsobem reprodukovány, ukládány či rozšiřovány bez písemného souhlasu vydavatele.

Obsah

<i>Úvod</i>	7
I. Třídnické hodiny (TH)	9
I.I Proč je dělat	9
I.II Jak vést TH	9
I.III Struktura TH	10
I.IV Následnost témat TH během roku	11
I.V Komunitní kruh jako součást TH	11
I.VI Využití her v rámci TH	15
I.VII SOS situace při TH	17
II. Jak na pravidla	19
II.I Jak začít?	20
II.II Jak pravidla formulovat?	21
II.III Jak podporovat fungování pravidel?	22
II.IV Kdy má smysl stanovovat nová pravidla nebo měnit ta stávající	25
II.V Jak reagovat na porušování pravidel	25
III. Manuál vybraných témat pro třídnické hodiny	29
III.I Aktivační hry, ledolamky	29
III.II Podpora zdravých vztahů ve třídě	32
III.III Aktuální problémy ve třídě	38
III.IV TH zaměřená na pravidla	42
III.V Sebepoznání	44
III.VI Komunikace	47
III.VII Spolupráce a tolerance	49
III.VIII Jak zacházet s internetem	51
IV. Učitelské „Radobraní“	55
V. Přílohy	59

Publikace vznikla a byla vydána pod odbornou záštitou a koordinací:

Kliniky adiktologie 1. LF UK v Praze a VFN v Praze



Klinika adiktologie

Díky finanční podpoře:

projektu Tvorba systému modulárního vzdělávání v oblasti prevence sociálně patologických jevů
pro pedagogické a poradenské pracovníky škol a školských zařízení na celostátní úrovni
CZ.1.07/1.3.00/08.0205 ESF OP VK



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky
a je spolufinancován z institucionální podpory na rozvoj výzkumné organizace, PRVOUK-P03/LF1/9.

Úvod

Vážení kolegové,
práci třídního učitele v tématech primární prevence vnímáme jako důležitý a základní článek pro předcházení a prvotní řešení rizikových projevů v chování žáků. Proto jsme rádi, že se Vám do rukou dostává Metodika vedení třídnických hodin ve vztahu k primárně preventivním aktivitám v práci třídního učitele.

Tato metodika byla vypracována ve spolupráci s učiteli a školními metodiky prevence ze základních a středních škol v Brně a blízkém okolí. Pokusili jsme se bez přílišných zásahů seřadit a utřídit množství jejich námětů a zkušeností tak, aby se mohly stát dobrým pomocníkem i inspirací při práci s dětmi. Předkládáme Vám tak materiál, který je stejně různorodý jako množství jeho tvůrců.

Děkujeme touto cestou všem zúčastněným za spolupráci při vytváření tohoto metodického materiálu.

V Brně, únor 2010
Lenka Skácelová
PPP, Brno, Hybešova 15
Odloučené pracoviště – Poradenské centrum,
Sládkova 45, Brno

I. Třídnické hodiny (TH)

I.I Proč je dělat?

Protože dlouhodobá a systematická práce se jeví jako nejvhodnější a nejužitečnější ☺.

A protože třídnické hodiny nabízí:

- ◆ možnost pravidelné práce se vztahy uvnitř třídy
- ◆ prostor pro podporu zdravých způsobů chování mezi dětmi
- ◆ prostor k rozvíjení osobnosti dětí i jejich sociálních dovedností
- ◆ možnost řešení aktuálních problémů třídy
- ◆ prostor pro práci s pravidly třídy (jejich stanovení i řešení jejich porušení)
- ◆ příležitost k vedení žáků k formulaci vlastních názorů a k vědomí toho, že mohou konstruktivně ovlivňovat své okolí
- ◆ možnost vedení dětí k samostatnosti při řešení problémů a k přijetí zodpovědnosti za tato řešení
- ◆ prevenci sociálně patologických jevů

I.II Jak vést TH

- ◆ Role učitele je „provázet a usměrňovat“ – vedeme děti k prezentaci vlastních názorů a k hledání vlastního řešení (předkládáme-li totiž dětem příliš rychle své návrhy a svá řešení, pak si jednoduše zvyknou na to, že jim problémy vždy vyřešíme), zároveň celý průběh hodiny korigujeme.

- ◆ Předem si stanovíme cíl, kterého chceme pomocí námi vybrané techniky dosáhnout a toho se držíme, k tomu děti směřujeme. (Jde o to, že každá technika jde vztáhnout k více tématům a námi zamýšlený efekt se může „vytratit“.) Ve chvíli, kdy vývoj dění či debaty přestává sloužit cílům hodiny, pak je vždy stopneme.
- ◆ Žáka, který se nechce některé z aktivit účastnit, se snažíme k činnosti pozitivně namotivovat, ale nenutíme jej a nebereme mu možnost účasti na aktivitách dalších.
- ◆ Na začátku společné práce je dobré domluvit si základní pravidla fungování hodiny, která vám usnadní společnou práci. Nám se osvědčilo pravidlo *Mluví jenom jeden a Vše až po dokončení instrukcí* (dotazy, příprava pomůcek, plnění jednotlivých úkolů).
- ◆ Po každé psychosociální technice by měla následovat reflexe – probrání toho, o čem aktivita byla, k čemu během ní žáci dospěli, co se jim osvědčilo, co naopak bránilo zdárnému průběhu techniky, kdy v praxi mohou použít dané chování... Jinak se může stát, že technika „vyzní naprázdno“ (vaši žáci nebudou rozumět tomu, co a proč vlastně děláte a žádoucí efekt se neprojeví). Plánujte tedy svou třídnickou hodinu tak, aby nedošlo k situaci, že reflexi nestihnete.
- ◆ Při sdílení dojmů, pocitů a nápadů ze hry vedeme žáky k tomu, aby mluvili sami za sebe a co nejvíce konkrétně (např. „Mně vadilo...“, „Já si myslím...“). Děti ani my bychom neměli unikat do obecností typu: „Ono se říká...“, „Měli bychom se chovat slušně...“

I.III Struktura TH

Jde o praktické a logické schéma, které lze „napasovat“ na jednu vyučovací hodinu:

1. na začátku je dobré shrnout uplynulé období a nastítnit, čemu budeme věnovat toto setkání
2. úvodní aktivita, „ledolamka“ – slouží k naladění, uvolnění atmosféry a zbavení se případných obav
3. hlavní technika – může sloužit k seznámení se, stmelování kolektivu, k pojmenování stávající nebo ideální situace, k dosažení náhledu, k naučení se nebo uvědomění si něčeho nového, ke specifické prevenci a v neposlední řadě i k zábavě
4. uzavření hodiny – cílem je upevnění získaných zkušeností a uzavření toho, co žákům hodina „dala“, poskytnutí vzájemné zpětné vazby

I.IV Následnost témat TH během roku

Níže předložený seznam možného harmonogramu řazení témat během školního roku je pouze inspirativní. Rozvržení obsahu třídnických hodin během školního roku je vždy závislé na konkrétní třídě a učiteli. A důležité je, že před jakýmkoli harmonogramem by měly mít vždy přednost aktuální potřeby a problémy třídy.

1. seznamovací hry – podpora vztahů mezi žáky a mezi pedagogem a třídou
2. aktivity na práci s pravidly školy
3. aktivity na tvorbu pravidel třídy (při tvorbě pravidel nutná propojenost s životem třídy!!), postupy při jejich porušování
4. aktivity na utváření identity třídy
5. aktivity na posílení vztahů a koheze ve třídě
6. aktivity na řešení záležitostí ve třídě
7. kdykoli během roku zařazujeme aktivity, jejichž cílem je se pobavit (aktivity, při kterých se děti baví a dělají je rádi, mohou posílit kamarádství a pomoci skupině více než několikero náročných psychosociálních technik, které hrozí zahlcením dětí neustálým rozebíráním vztahů a problémů ve třídě)

I.V Komunitní kruh jako součást TH

Název „komunitní kruh“ je odvozen od slova komunita, společenství. Jde tedy o společné setkání v kruhu všech členů nějaké skupiny, v našem případě třídy. Nejde o metodu výukovou, ale o velmi efektivní způsob budování bezpečného a důvěryhodného prostředí ve škole.

K čemu slouží

Pomůže nám navodit prožitek společenství, podpořit soudržnost a sounáležitost skupiny, přispívá k rozvoji vztahů a rozvíjí emocionální i sociální dovednosti dětí. Diskuse v komunitním kruhu pak velmi dobře zprostředkuje výměnu informací o názorech, postojích a pocitech jednotlivých účastníků. Nám přinese lepší poznání žáků i hlubší pochopení jejich vztahů a problémů. Zároveň komunitní kruh přirozeně snižuje množství konfliktů mezi dětmi, je dobrým nástrojem pro prevenci šikany i kázeňských potíží.

Pravidla komunitního kruhu

Pro vytvoření pocitu bezpečí u všech dětí má komunitní kruh čtyři základní pravidla. První dvě pravidla jsou stěžejní a zavedeme je již na začátku prvního sezení, s dalšími můžeme počkat na další setkání, abychom děti nezahltali. Mnohem účinnější pro budoucí dodržování těchto pravidel je vyvodit si je s dětmi, ne jim je pouze přednést. Velmi důležitou součástí těchto pravidel je jejich platnost pro všechny aktéry kruhu, tedy stejně pro učitele jako pro děti.

- 1. Právo mluvit** – mluví jen ten, kdo má v ruce symbol mluvení (zvolíme si jej s dětmi, může jít o kamínek, míček atp.; vybraná věc by však sama o sobě neměla příliš poutat pozornost dětí). Předmět si můžeme podávat po kruhu (nikoho tak nemine), může si jej někdo vyžádat nebo jej také můžeme nabídnout („Chce k tomu ještě někdo něco říct?“). Pomocí tohoto pravidla se učíme neskákat druhému do řeči, počkat, až na nás dojde řada (z vlastní zkušenosti musíme přiznat, že právě to je pro nás učitele a lektory často, v potřebě dětem věci komentovat a rámovat, dost náročné ☺).
- 2. Právo zdržet se** – ne vždy máme náladu mluvit před ostatními nebo jen k věci nemáme co říct, proto má každý, ke kterému v kruhu doputuje předmět značící mluvení, právo nemluvit, aniž by cokoli vysvětloval. A to i v případech, kdyby dítě nepromluvílo třeba celý rok. Učíme tak děti rozhodovat samy za sebe, umět aktivně odmítnout i respektovat postoj, vyjádření druhého.
- 3. Vzájemná úcta** – v komunitním kruhu vedeme děti k tomu, aby otevřeně vyjadřovaly své pocity a názory, zároveň je ale učíme i tomu, že se musíme projevovat tak, abychom nezraňovali druhé. Pro všechny tak platí: neposmívat se, neshazovat, nekritizovat. K těmto pravidlům společně přijdeme pomocí otázek typu: „Jak se cítíme, když nás někdo nebere vážně?“, „Jak se chová člověk, který si nás nevážší?“ a také si můžeme vymezit pozitivní chování, např.: „Co dělá člověk, který se chová přátelsky?“
- 4. Nevynášet** – všichni musí vědět, že cokoli se na komunitním kruhu řekne, nesmí být zneužito nebo sděleno dalším lidem. Neznamená to ale, že by děti nesměly vůbec mluvit o tom, co na komunitním kruhu zažily. Pokud o tom budou chtít mluvit, mohou dění popsat obecně, bez použití jmen (nejlépe bude zkusit si takové formulace společně, např. „Dnes jsme v komunitním kruhu mluvili o ...“, „Jeden kluk z naší třídy říkal...“).

Když s komunitním kruhem začínáme, je výhodné ztvárnit základní pravidla graficky a položit je do středu kruhu. Při porušování pak může kterýkoliv účastník kruhu jen beze slov ukázat na symbol porušovaného pravidla.

Aby komunitní kruh splnil své poslání, musíme při jeho užívání dodržovat nezbytné zásady:

- ◆ **otázky** formulujeme vždy **obecně**, tedy v 1. pádě množ. č. nebo s použitím výrazů děti, lidé (např. „Jak se pozná, že mají lidé radost?“, „Co nám přináší spolupráce?“, „Co tak děti dělají rády ve volném čase?“)
- ◆ je důležité, aby se děti na komunitní kruh těšily, proto se **ze začátku věnujeme** poměrně dlouho **pozitivním věcem** a k emočně náročnějším otázkám přejdeme až ve chvíli vzájemné důvěry ve skupině
- ◆ **problémy** v komunitním kruhu **řešíme vždy nepřímě**, pomocí obecných otázek (komunitní kruh by totiž měl být ostrovem bezpečí pro všechny, i pro ty, kteří chybují). Tedy vykřikuje-li Adélka v hodinách, můžeme se společně bavit o tom „Proč někdo někdy vykřikuje, i když ví, že se to nemá?“ nebo „Jak je člověku, který se potřebuje soustředit, a někdo jej při tom ruší?“. Následně se můžeme bavit o tom, co nám může pomoci, abychom nevykřikovali.
- ◆ během hovoru v komunitním kruhu děti **nepřerušujeme** ani **nenapomínáme**
- ◆ pokud někoho z **dětí jmenujeme**, pak by mělo jít o **vyjádření empatie** (např.: „Aleš, vidím, že toho máš hodně na srdci a je pro tebe těžké říct to pár větami,“ v případě, kdy se nám některé dítě hodně rozmluví a je to na úkor druhých)
- ◆ při hledání řešení a odpovědí na otázky by měly **první příležitost** dostat **děti**, učitel své řešení řekne, až na něj dojde řada (pro podporu osobnostního rozvoje dětí platí, že není třeba předkládat dětem v podobě hotových sdělení to, nač si mohou přijít samy)
- ◆ nikdy my ani děti **nenaléháme na toho, kdo ještě nepromluvil**
- ◆ musí se stát **pravidelnou součástí života třídy** (kdybychom jej totiž využívali jen, stane-li se něco výjimečného a vážného, dosáhneme pouze napjatého očekávání a obav, eventuálně se nám může proměnit v hledání a souzení viníka)
- ◆ na **závěr** oceníme děti za množství myšlenek, které zazněly, ale nic nehodnotíme ani neinterpretujeme. S tématy vešlými z komunitního

kruhu můžeme dál pracovat v diskusním kruhu (učitel moderuje) nebo při kooperativních činnostech a hrových technikách.

Problémové situace v komunitním kruhu

- ◆ **Dozvíme se závažné informace**, které si nemůžeme nechat pro sebe (např. šikana, zneužívání). Nejprve je však třeba promluvit si s žákem, kterého se to týká, a pak teprve začít podnikat další kroky (tj. postupujeme dle metodického pokynu, v případě potřeby kontaktujeme rodinu, doporučíme péči odborníků, zajistíme odbornou intervenci ve třídě (spolupráce s PPP, SVP, psychologem, etopedem), trestné činy nahlásíme).
- ◆ Ve třídě se **objeví nežádoucí chování** (konflikt, vyčleňování spolužáka, krádež) – dle zásad komunitního kruhu nemůžeme takovou situaci řešit v rámci kruhu přímo. Můžeme ale řešit věc individuálně s tím, koho se týká a s celou třídou pak nepřímo v komunitním kruhu.
- ◆ Někdo **mluví příliš dlouho** – dítě nesmíme v danou chvíli shodit či vyjádřit kritiku (mohli bychom tak negativně ovlivnit jeho další zapojení), můžeme dát najevo empatii (viz výše). Téma potřeby zajištění dostatečného času pro všechny pak můžeme otevřít při dalším sezení. Řešení jistě naleznete s dětmi (možností je například domluvit se na nějakém gestu, které mohou využívat děti i učitel).
- ◆ Máme **málo času** – nejprve můžeme zadat diskusi nad otázkou do dvojic, v komunitním kruhu si pak sdělíme to podstatné. Dalším řešením je zadání časového limitu („Máme jen 10 minut, budeme se tedy snažit o stručnost.“).
- ◆ Žák nebo žáci začnou **odmítat komunitní kruh nebo jej začnou zesměšňovat**. Tato situace může signalizovat nedostatečný pocit bezpečí, který žáci v kruhu mají – jde tedy v první řadě o signál pro nás, abychom si sami zrevidovali náš postup a dění v kruhu. Dalším krokem je vrácení tématu v podobě obecných otázek dětem (např.: „Co lidé potřebují, aby mohli před druhými otevřeně sdělit svůj názor?“) a osobní rozhovor s žáky, kterých se odmítání komunitního kruhu týká. Po celou dobu je nutno pamatovat na základní pravidla komunitního kruhu – nikoho nenutíme, nekritizujeme, nesoudíme.
- ◆ Děti v kruhu jen **opakují to, co řekl někdo před nimi**. Opět platí dění nekomentovat, dejte dětem čas, aby si na způsob práce zvykly.

Použité zdroje a podrobnější informace:

Nováčková, J.: Komunitní kruh. *Metodický portál: Články*. Dostupný z www: <http://clanky.rvp.cz/clanek/c/Z/424/KOMUNITNI-KRUH.html>

Kopřiva, P.: Komunitní kruh a škola. Časopis RATOLEST, únor 2000. Článek je dostupný na www.zkola.cz/respektovat

I.VI Využití her v rámci TH

Hry jsou pro nás zajímavé, zábavné (jsou zpestřením) a jejich prostřednictvím se můžeme mnohému naučit. Neznáme lepší způsob, jak děti zaujmout a zároveň jim zprostředkovat nové sebezvojové zážitky, informace a zkušenosti.

Stejně jako o každé oblasti lidského vědění, i o hrách je toho napsáno mnoho. Pro naše účely jsme však přistoupili ke stručnému shrnutí toho nejdůležitějšího.

Výhody:

- ◆ seznámí se spolu i ti, co se „nebaví, neznají“
- ◆ nový prvek rozvíjející zvědavost a fantazii
- ◆ jsou zapojeni i „bojácni“
- ◆ všichni jsou na stejné úrovni
- ◆ dozví se, naučí nové a díky zážitku si lépe zapamatují
- ◆ každý má svoji pozici – zapojení většiny
- ◆ zapojení většiny je nenásilné

Nevýhody:

- ◆ hrají si na něco, někoho jiného – přetvářka
- ◆ mohou vzniknout konflikty
- ◆ „zašívání se“ žáků
- ◆ moc na tělo – narušování osobního prostoru
- ◆ ukáže se „nešikovost“
- ◆ projeví se negativní vlastnosti
- ◆ nespolupráce
- ◆ navázání se na někoho

Rizika:

- ◆ hra „jde na dřev“ – nenutit do hry za každou cenu
- ◆ objeví se „zatajené“
- ◆ zneužití zjištěných informací
- ◆ agresivita – úraz – poškození věcí
- ◆ nepochopení zadání
- ◆ odlišení – jazykové, zdravotní, socio-kulturní
- ◆ „označení“ (označkování) spolužáka
- ◆ podvádění – nedodržení pravidel
- ◆ s ním nechci, nebudu

Co dělat při nevhodném chování:

- ◆ stop – zastavit nevhodné chování, není nutné zastavit celou hru (podle situace)
- ◆ individuální rozbor – stopnout chování, příp. aktivitu, probrat si pak s žákem sám („Co se dělo? Mohlo by to být jinak? Co by pomohlo?“)
- ◆ pojmenovat, jak situaci vnímám, navést žáky k hledání řešení
- ◆ řízená diskuze o problému
- ◆ vytvořit chráněný prostor, nedopustit ubližování někomu
- ◆ vyloučit „původce“ nevhodného chování (podle situace – případně mu dát jiný úkol v souvislosti se hrou)

Na co nezapomenout:

- ◆ přiměřenost
- ◆ bezpečnost
- ◆ pravidla – dát a dodržet
- ◆ zhodnotit + pochvala + odměna
- ◆ reflexe, zpětná vazba
- ◆ zapojit i méně aktivní
- ◆ přítomnost odborníka (podle cíle a náplně plánovaných aktivit)
- ◆ ošetřit citlivé momenty

I.VII SOS situace při TH

- ◆ nízká aktivita dětí, nezájem, neochota spolupracovat
Vhodné je situaci pojmenovat a přímým dotazem otevřít: „Přijde mi, že dnes moc nereagujete. Co se děje? Zajímalo by mě – čím to je?“
- ◆ žáci na sebe navzájem negativně reagují, útočí na spolužáka
V takové chvíli přerušíme aktuálně probíhající činnost a vedeme žáky pomocí otevřených otázek k popisu toho, co se děje a co by bylo možné udělat jinak.
- ◆ žáci začnou „probírat“ nepřítomného spolužáka
Takové řeči zastavujeme se zdůvodněním, že to není vůči nepřítomnému fér, protože se nemůže bránit ani své chování vysvětlit. Může to být pro nás signálem, že by bylo vhodné zařadit mezi náměty třídnických hodin i téma „jak sdělovat konstruktivní kritiku“.
- ◆ zadaná aktivita se nezdaří
Interaktivní třídnické hodiny nás mohou přivést do situace, kdy se otevře jiné téma, než jsme předpokládali (děti se začnou hádat, odmítnou spolupracovat všichni se všemi, začnou na někoho útočit...). Pak je dobré s nimi společně popřemýšlet o tom, co jste viděli a o čem to pro ně vlastně bylo: „O čem pro vás tato aktivita byla?“, „Napadá vás něco, o čem byste v souvislosti s prožitou aktivitou chtěli mluvit?“, „Bylo něco, s čím jste byli nespokojeni?“, „Co by se muselo změnit, abyste spokojeni byli?“
Po pojmenování toho, co zapříčinilo nezdar v plnění zadaných instrukcí a co by mohlo ke zdaru pomoci, se nám osvědčilo zadat aktivitu znovu (i opakovaně) – dát dětem příležitost vyzkoušet si, že to dokážou. Občas se stává, že se nezdaří ani další pokus (pokusy). Pak zase komentujeme dění, jehož jsme byli svědky – můžeme ocenit pozitivní posun v chování jednotlivců i znovu upozornit na jevy, které zabránily úspěšnému provedení úkolu.
- ◆ rozvleklá reflexe
Předejdeme tomu používáním krátkých a rychlých typů reflexí zapojujících všechny žáky – škály (např. „teploměr“, kdy ruka nízko u země znamená chlad – špatné pocity, ruka ve výšce pasu znamená přiměřeně, „tak akorát“ a ruka ve výšce očí znamená teplo – dobré pocity); sdílením ve dvojicích; reflexí ve skupinách a formulací jednoho závěru a jeho následnou prezentací.
Pokud k dlouhé a na pozornost náročné reflexi opravdu dojde, nebojte se ji zastavit a posunout hodinu dál.

- ◆ stane se něco, na co jsme nebyli připraveni
Např. se někdo z účastníků urazí, odejde od skupiny a odmítá komunikovat, někdo nabírá do pláče, nebo někdo na někoho otevřeně zaútočí. V takových případech je vhodné jít za daným člověkem a nabídnout mu, zda by si (třeba ne hned, ale klidně někdy jindy) nechtěl o tom, co se stalo, promluvit. Dle našeho vyhodnocení situace můžeme pozastavit všechnu činnost a otevřít diskusi s celou třídou o tom, jak žáci sami vnímali to, co se stalo a co je k tomu napadá.

II. Jak na pravidla

Během společných setkání nad tématikou třídnických hodin jste jmenovali následující „krizové“ projevy chování dětí, které jako třídní učitelé potřebujete řešit:

- ◆ nepořádek ve třídě
- ◆ nekázeň
- ◆ nedodržování povinnosti přezouvání se
- ◆ užívání technických zařízení – mobil, mp3, kamera
- ◆ žvýkání, pití a jídlo ve vyučování
- ◆ posmívání se
- ◆ vulgarismy
- ◆ provokace
- ◆ pozdní příchody, záškoláctví
- ◆ poškozování školního i cizího majetku
- ◆ krádeže

Shodneme se jistě na tom, že všechny tyto body souvisí s **nastavením pravidel chování a soužití**. A protože třídnické hodiny jsou velmi dobrou možností k stanovování pravidel třídy i prostorem k řešení jejich porušování, zaměříme se nyní právě na toto téma. Tato část je spíše obecná, v tematickém manuálu pak naleznete návrh třídnické hodiny zaměřené na pravidla.

II.1 Jak začít?

Ještě než se do tématu pravidel pustíte se žáky, tak si sami pro sebe ujasněte několik otázek:

- ◆ Proč pravidla existují?
- ◆ Kdy mají pravidla smysl?
- ◆ Mohou lidé chtít pravidla dodržovat?
- ◆ Co pomáhá fungování pravidel a co je možné dělat, když dohodnutá pravidla nefungují?

Díky svým odpovědím si vybavíte vlastní zkušenosti s pravidly a ujasníte si, co znamenají pravidla pro vás. To vám pak při realizaci třídnické hodiny zaměřené na pravidla pomůže dětem klást otázky vztahující se k pravidlům srozumitelně a vést je tak k vlastní formulaci svých názorů a řešení.

Jak pracovat s pravidly již danými?

Obecně platí, že se lidé raději řídí pravidly, na jejichž tvorbě se mohli podílet, než těmi, které ovlivnit nemohli. Což plně využijeme při tvorbě vlastních pravidel soužití ve třídě. Ale jak přiblížit žákům pravidla daná školou?

Můžeme na to jít od lesa a seznámit své žáky nejprve s konkrétními cíli jednotlivých pravidel. Tento způsob je většinou mnohem individuálně přijatelnější, než pouhé sdělení pravidla a dává nám větší šanci dosáhnout toho, aby žáci porozuměli smyslu pravidel.

Př.: Naším cílem je mít ve škole čisté prostředí a zároveň bychom chtěli, aby nikdo nebyl obtěžován pachem potu ze zapařených bot. Proto máme ve škole zavedeno pravidlo, že se přezouváme. A to platí pro všechny žáky i učitele školy. Co vy na to?

K jakému cíli nám slouží pravidlo zákazu používání mobilních telefonů ve vyučování?...

Povinnosti už znám, co moje práva?

Jistě si říkáte, že mnozí z vašich žáků znají svá práva až moc dobře. Nicméně, má-li se člověk chovat podle nějakých pravidel, pak je dobré, když má současně povědomí i o svých právech. Myslíme si, že je dobré dát tímto způsobem žákům najevo, že škola není jen o povinnostech, zákazech a příkazech, ale že ve škole existuje i spousta věcí, které jsou jim plánovitě umožněny a nabízeny.

Př.: Každý žák naší školy může požádat kohokoli z dospělých lidí ve škole o to, jestli by si s ním nepopovídal o čemkoliv, o čem by chtěl mluvit.

Každý žák naší školy má právo požádat učitele ve škole o to, jestli by mu mohl pomoci se zvládnutím nějaké části učiva.

Jak tvořit pravidla soužití ve třídě?

Nejprve je třeba si říct, že pravidla soužití ve třídě by měla vzniknout na základě potřeb žáků. Abychom toho dosáhli, iniciujeme jejich tvorbu, ale samotnou aktivitu necháme na dětech.

Způsoby, jakými se dostaneme k tvorbě pravidel, mohou být následující:

- ◆ **Vedeme žáky k tomu, aby pojmenovali, s čím jsou nespokojeni** – učitel klade otázky umožňující žákům pojmenovat problém, na který ve svém kolektivu narážejí.
- ◆ **Umělé navození situací**, při kterých by žáci na základě vlastní zkušenosti měli dojít k tomu, že k jejich zvládnutí pravidla potřebují. Využít k tomu můžeme jakékoliv aktivity či techniky, při které žáci dělají něco společně dohromady.

II.II Jak pravidla formulovat?

- ◆ **konkrétně** – pravidlo by mělo přesně vyjadřovat, jaké chování zakazuje nebo vyžaduje.

Př.: Oslovujeme se křestními jmény nebo vyžádanou přezdívkou.

Mluví jenom jeden.

Příliš obecné znění pravidel neumožňuje jasné pochopení. Naopak každý si pod ním může představit, co chce.

Př.: Chováme se k sobě hezky.

Řekne-li nám dítě takové znění pravidla, pak je vždy potřeba vést je k přesnému pojmenování chování. Např.: Co dělá člověk, který se chová hezky? Jak se to projevuje v našem chování?

- ◆ **spíše pozitivně** – z výzkumů je známo, že pozitivní formulace nás daleko lépe oslovují, proto zkuste vaše pravidla co nejvíce formulovat pozitivně.

Př.: Oč lépe zní pravidlo „Chodím včas“ než pravidlo „Nechodím pozdě“.

Nutno však přiznat, že některá pravidla se pozitivně dají formulovat jen obtížně.

- ◆ **raději menší počet** – za efektivní lze ve třídě považovat max. 5 pravidel. Příliš velké množství doporučení, jak se chovat nebo nechovat, může způsobit, že s jejich dodržováním či porušováním nebudeme mocí pracovat (nezvládneme posilovat žádané chování ani zeslabovat nežádoucí projevy). U velkého množství pravidel je také silně pravděpodobné, že si je sami žáci nebudou schopni zapamatovat a osvojit.
- ◆ **společné vymezení možné reakce na porušení pravidla**
Jde o další konkretizaci chování. Společně s žáky stanovíme věty, kterými je možné na nedodržování pravidla reagovat. Vyplatí se zejména na prvním stupni ZŠ.
Př.: Když mi vadí, že mi někdo nadává, tak mu řeknu: „Honzo, to mi vadí, nedělej to.“

II.III Jak podporovat fungování pravidel?

- ◆ **zviditelnění**
Pravidla by měla být sepsána a vyvěšena na pro všechny žáky viditelném místě (toto místo by mělo být pro všechny viditelné při běžném rozsazení ve třídě). Cílem zviditelnění je i to, že na napsaná pravidla můžeme při práci se třídou lépe odkazovat.

Další formy zviditelnění:

- dopisování vět – k jednotlivým pravidlům můžeme dopsat věty, které lze užít ve chvíli, kdy někdo pravidlo poruší
- obrazové zpracování – k jednotlivým pravidlům vytvoříme symbolické obrazové vyjádření pravidla, které ve třídě viditelně umístíme. Tvorbu obrázků je užitečné nechat na žácích, například v hodinách výtvarné výchovy.
- slzy a úsměvy – na 1. stupni ZŠ můžeme dávat dětem najevo, zda pravidlo funguje či nefunguje pomocí domluveného systému: ve chvíli nefungování pravidla k němu umístíme odnímatelnou slzu, ve chvíli fungování k němu umístíme například úsměv. Nemusíte nutně používat slzy a úsměvy, varianta znaků samozřejmě záleží na vás a na vaší domluvě s dětmi.

◆ **dejte prostor dětem a jejich nápadům**

Poté, co dáte s dětmi dohromady svá pravidla soužití ve třídě, se jich zeptejte, jak můžete společně dosáhnout jejich fungování. (Děti často reagují návrhem trestů za nedodržování, ke kterým se dostaneme dále.) Přijatelné návrhy přijměte. Navrhujte i své nápady nebo se pokuste na další možnosti děti navést. Domluvte se společně, jaké metody budete k podpoře fungování pravidel používat.

◆ **správcovství jednotlivých pravidel**

K jednotlivým pravidlům můžeme jmenovat jejich správce. Správce pravidla představuje vždy skupina žáků, která bude o dané pravidlo pečovat. Pečovat znamená snažit se ho sám dodržovat a také reagovat na to, když je pravidlo někým porušeno.

Při volbě správců můžeme dát žákům vybrat, o které pravidlo se chtějí starat. Aby bylo jejich rozhodnutí „zpečetěno“, mohou se žáci ke „svým“ pravidlům připsat.

◆ **hraní situací**

Hraní situací, ve kterých někdo poruší jasně stanovené pravidlo a ostatní žáci s tím mají něco dělat, je velmi dobrým způsobem, jak naučit žáky dovednostem k řešení situace nefungování dohodnutých pravidel třídy.

Vhodnou aktivitou k zajištění toho, aby žáci opravdu dokázali ve chvílích porušování pravidla účinně reagovat, je například technika „Pravidlo pláče“. Žáci si v ní totiž přímo vyzkouší, jak se chovat ve chvílích nefungování daného pravidla.

◆ **ocenování za dodržování pravidel**

Práce s pravidly v sobě zahrnuje i posilování a ocenění výskytu chování, které je pravidlem vyžadováno. Komentář daného chování by měl opět být co nejvíce popisný a konkrétní.

Př.: Dnes mi udělalo velkou radost, že jste nevykřikovali.

Jirko, líbilo se mi, že ses omluvil Janě za to, žes ji oslovil přezdívkou, kterou nemá ráda.

Potěšilo mne, že jste se chovali hezky. – Příliš obecné, děti nevědí, ke kterému chování se učitel vyjadřuje.

◆ **upozorňování na nefungování pravidel**

Ideálně by mělo upozornění na porušení pravidla probíhat ihned při prvním výskytu takového chování. Pokud se tak nestane, mohou to žáci brát jako signál, že lze pravidla porušovat. Samozřejmě záleží vždy na kontextu dané situace – občas by učitel nedělal nic jiného, než že by upozorňoval na porušování

nějakého pravidla. Obecně ale platí, že pokud na nějaké chování nereagujeme, stává se většinou nepsanou normou, podle které se pak chová většina třídy. Je proto dobré vytvořit si vlastní systém reagování na porušení pravidla a dát žákovi jasně najevo, že svým chováním domluvené pravidlo porušuje.

My například při nedodržování pravidla „Mluví jenom jeden“ reagujeme tak, že zvedneme ruku nad hlavu a mlčky čekáme, až se k nám všichni žáci (mlčící a se zvednutou rukou) přidají. S pravidlem i naší reakcí na jeho nedodržení žáky samozřejmě seznamujeme ihned na začátku programu. Tato technika se nám osvědčila při práci se všemi žáky ZŠ.

◆ **kampaně na podporu jednotlivých pravidel**

Kampaní rozumíme kratší časové období, během kterého se zaměříme na fungování jednoho pravidla. Důvodem pro pořádání kampaně je nefunkčnost některého pravidla, ať už z pohledu žáků samotných, či z pohledu učitelů.

Jak na kampaň:

- na začátku kampaně by měli pravidlo znát všichni žáci, mělo by být napsáno na viditelném místě
- domluvíme se s žáky, že se po určitou dobu (např. 1 měsíc) na fungování daného pravidla zaměříme – to znamená, že se po celou dobu budeme snažit podle pravidla chovat
- probereme s žáky, jak se chovat ve chvíli, kdy někdo pravidlo poruší (můžeme použít např. výše zmíněné hraní situací)
- průběžně budeme sledovat, jak nám pravidlo funguje, případně budeme vymýšlet, jak jeho fungování zlepšit
- na konci období by mělo být společné zhodnocení toho, jak nám pravidlo fungovalo

Pozn.: Velmi účinné je, když se na probíhající kampani podílí všichni učitelé, kteří ve třídě učí. Což se nemusí vždycky podařit. Nicméně, čím více učitelů se do kampaně zapojí, tím větší efektu můžeme dosáhnout.

◆ **pravidla platí i pro učitele**

Jestliže jste si se svými žáky stanovili nějaká pravidla soužití, pak je užitečné, když budete dodržovat pravidla také. (Půjdete tak dětem příkladem, ale hlavně jim dáváte najevo, že i vy jste součástí třídy a že respektujete vaše společné dílo – vaše pravidla soužití.)

Pokud se stane, že nějaké pravidlo porušíte, nebojte se na to sami upozornit, případně vztáhněte domluvenou sankci i na sebe.

II.IV Kdy má smysl stanovovat nová pravidla nebo měnit ta stávající

- ◆ na začátku školní docházky, školního roku
- ◆ na konci nějaké velké zkušenosti – např. po velkém konfliktu, po absolvování seberozvojového kurzu; smyslem je zhodnocení nové zkušenosti
- ◆ před pořádáním nového typu akce – výlet, škola v přírodě
- ◆ protože třída je dlouhodobě existující sociální skupina vyvíjející se v čase, je vhodné dělat „revizi“ pravidel vždy po nějakém čase (např. po polovině školního roku). Výsledkem může být změna stávajících pravidel, přidání či zrušení některého z pravidel.

II.V Jak reagovat na porušování pravidel

1. Jednorázové porušení dohodnutého pravidla

Již dříve jsme si řekli, že na nedodržení pravidel je třeba upozorňovat, a dávat tak dětem zpětnou vazbu o jejich chování.

Uvádíme typy reakcí, které nevedou k nárůstu napětí:

- ◆ **popis situace**
Jednoduše popíšeme, co se stalo: Klára začala mluvit, když mluví Michal.
- ◆ **popis situace s odkazem na pravidlo**
Klára začala mluvit, když mluví Michal, a porušila tak jedno z našich pravidel.
- ◆ **komunikační zpětná vazba**
K popisu situace přidáme pocit, který v nás dané chování vyvolalo: Je mi nepříjemné, že Klára začala mluvit, když mluví Michal.
- ◆ **zastavení činnosti a vytvoření prostoru pro žáky**
Stop, co se nám tady teď děje? Co uděláme, aby se to nedělo?
Stop, které pravidlo nám tu teď pláče? Co uděláme s tím, aby neplakalo?

2. Opakované porušování dohodnutého pravidla

Následující postup vychází z principů efektivní symetrické komunikace. Jde o postup, který lze využít nejen při porušování dohodnutých pravidel, ale i při výskytu jakéhokoliv chování, které se nám nelíbí. Není časově náročný. A jeho

největším pozitivem je dle našeho mínění fakt, že je založen na symetrické, žáka neponižující komunikaci a dává žákům opakovaně prostor pro jejich iniciativu.

Musíme přiznat i jeho slabinu – oproti direktivním přístupům je časově náročnější. Ovšem pravděpodobnost dosažení trvalé změny chování žáka je při užití tohoto postupu mnohonásobně vyšší než u postupů direktivních.

Symetrický způsob řešení porušování pravidla se skládá z 5 kroků:

- ◆ zpětná vazba
- ◆ snaha porozumět chování žáka
- ◆ dohoda
- ◆ stanovení sankce
- ◆ naplnění sankce

Během vyučovací hodiny, kdy jsme tlačeni časem a výukovým cílem, lze použít nejméně první dva kroky postupu. Další kroky pak můžeme realizovat při individuálním rozhovoru s žákem.

K přiblížení jednotlivých kroků využíváme pro názornost a jasnost příkladu z publikace Projektu Odyssea Poznáváme, určujeme a dodržujeme základní pravidla chování ve třídě a ve škole.

- ◆ **při výskytu chování porušujícího dané pravidlo dáme žákovi zpětnou vazbu:**

Př.:

Učitel: „Je mi nepříjemné, když přicházíš do hodiny zeměpisu po zvonění.“

Žák: „Zdržel jsem se na záchodě.“

Učitel: „Aleš, moc by mě potěšilo.“

Žák: „Ale já jsem se zdržel na záchodě.“

Učitel: „Byl bych rád, kdybys příště přišel včas a nerad bych teď o tom hovořil. Pokud k tomu něco máš, rád se o tom s tebou pobavím po hodině.“

- ◆ **chování se u žáka vyskytuje dále, proto se jej zeptáme, co ho k tomuto chování vede:**

Naším cílem je porozumět jeho chování (třeba najdeme něco, co můžeme odstranit a co povede ke změně žákova chování). Otázkou chceme dát žákovi prostor, proto pozor na dotazy, ve kterých je skrytá agrese a které vedou žáka do obrany (např. „Můžeš mi říct, proč Janičce ubližuješ?“).

Př.:

Učitel: „Nerozumím, Aleši, tomu, proč jsi na poslední tři hodiny zeměpisu přišel o několik minut později. Napadá tě k tomu něco?“

Žák: „Nestíhám se nasvačit a dojít si pak na záchod, bývá tam velká fronta.“

Jestliže první dva kroky řešíme v hodině a chceme v této chvíli zatím postup ukončit, pak je vhodné ke zpětné vazbě a pátrání po tom, co žáka k danému chování vede, přidat ještě popis toho, co bude následovat, bude-li žák ve svém chování pokračovat.

Př.: „Lukáši, musím říct, že mi vadí, když neustále mluvíš ve chvíli, kdy mluví někdo jiný. Chceš mi k tomu něco říct? Pokud bys, Lukáši, dál mluvil ve chvílích, kdy mluví někdo jiný, tak bychom se museli sejít po vyučování a pokusit se společně vymyslet, jak tuto situaci řešit.“

◆ vytvoření dohody mezi učitelem a žákem

V této chvíli chceme ovlivnit konkrétní chování, které porušuje dohodnuté pravidlo. Dohoda může být ústní nebo písemná. Ať už zvolíte kteroukoliv formu, měla by dohoda obsahovat, kdo s kým ji uzavírá, jakého konkrétního chování se týká a kdy se obě strany znovu sejdou k revizi toho, jak jim dohoda funguje.

Ve chvíli, kdy žákovo chování už bude v pořádku, pak dáte při domluveném setkání žákovi oceňující zpětnou vazbu: „Mám radost, že dohoda funguje.“

Př.:

Učitel: „To mne mrzí, že je tam fronta, přesto bych chtěl, abys byl na hodině včas.“

Žák: „A jak to mám udělat? To nemám jíst?“

Učitel: „Rozumím tomu, že se potřebuješ najíst a skočit si na záchod. Já zase potřebuji začínat hodiny včas a se všemi žáky. Napadá tě, jak by se naše potřeby daly skloubit?“ (Opět dáváme žákovi prostor.)

Žák: „To nejde stihnout.“

(Zde poskytování dalšího prostoru už nemá smysl, proto mu poskytneme nárys důsledků, které jeho chování příště způsobí.)

Učitel: „Pokud bys znovu přišel na zeměpis pozdě, museli bychom se znovu sejít a vymyslet společně nějakou sankci.“

Žák: „Tak já přijdu příště včas.“

Učitel: „Dobře, beru to tak, že jsem se dohodli na tom, že uděláš všechno pro to, abys došel příště na zeměpis včas. Za čtrnáct dní se ve čtvrtek po zeměpise sejdeme a pobavíme se o tom, jak nám naše dohoda funguje.“

◆ **pokud dohoda nefunguje, stanovíme sankce**

I při tomto kroku se snažíme dávat žákovi prostor. Ve chvíli, kdy ho žák nevyužívá konstruktivně, přebíráme iniciativu my.

Př.:

Učitel: „Aleši, dohodli jsme si dnes schůzku, abychom probrali, jak nám funguje naše dohoda.“

Žák: „Bolelo mě břicho, tak jsem byl na záchodě dýl a přišel jsem na hodinu pozdě.“

Učitel: „Dohodli jsme se, že když nám dohoda nebude fungovat, tak stanovíme nějakou sankci.“

Žák: „To mě nemůže bolet břicho?“

Učitel: „Mluvím teď o naší dohodě. Příklad, že tě bolí břicho, vyřešíme, až se dohodneme, co se stane, když naše dohoda nebude fungovat. Napadá tě, co s tím budeme dělat?“

Žák: „Tak já už budu chodit včas.“ *(Tento návrh nepřináší řešení, proto učitel přináší svůj vlastní nápad.)*

Učitel: „Dobře, pokud příště nebudeš včas na hodině, zpracuješ referát, který bude prohlubovat téma, o kterém mluvíme na začátku hodin, když tu nejsi. Máš nějaký jiný nápad?“

Žák: „Ne, nemám.“

Učitel: „Dobře, když nepříjdeš příště včas, zpracuješ referát. A kdyby se stalo, že referát nepřineseš, pozvu si do školy na schůzku tvé rodiče. Na schůzce budeme ty, já a tví rodiče a budeme se společně snažit dohodnout na tom, jak to uděláme, abys chodil na zeměpis včas.“

(Tím, že nastiňujeme důsledky případného neplnění dohody, dáváme žákovi na výběr, zda se mu jeho chování vyplatí. Vycházíme při tom z toho, že předem známá sankce působí vždy lépe, než sankce vymyšlená na místě.)

◆ **naplnění předem známých důsledků**

Pokud Aleš znovu nepříjde včas a nevytvoří referát, pozveme si na schůzku jeho rodiče. Na schůzce bude přítomen i Aleš a budeme se snažit vymyslet, co můžeme udělat pro to, aby chodil včas.

Podrobnější informace k tématu na www.odyssea.cz

III. Manuál vybraných témat pro třídnické hodiny

III.I Aktivační hry, ledolamky

Jednoduché, kratší, zábavné hry, které se hrají na začátku nějaké akce, hodiny. Cílem těchto her je uvolnit napětí účastníků, jinými slovy „prolomit ledy“, rozehrát a naladit na společnou práci. Zároveň slouží k vzájemnému seznámení (zjištění jmen a více informací o sobě) v nové skupině.

Živá sousoší (15 min)

Žáci jsou rozděleni do skupinek asi po 5–6 členech. Každá skupina vytváří ve vymezeném čase živé sousoší na téma, které si vylosuje. Každý člen skupiny musí být součástí sousoší. Na přípravu obvykle stačí několik málo minut, přípravu lze ohraničit hudbou. Stejně tak předvádění jednotlivých sousoší je dobré podbarvit hudbou. Témata soch mohou být jakákoliv: dopravní prostředky (vrtulník, vor, tank, balón), situace (transport raněného vrtulníkem, záchrana topícího se, příprava a konzumace hamburgeru, řezání a aranžování květin do vázy, utkání toreadora na býčích zápasech s býkem) případně jasně zacílená témata (sochy o lásce, emocích, marihuaně...). Po předvedení žáci hádají, co bylo námětem soch. Pokud se jim práce líbí, mohou si vzájemně zadávat a vymýšlet svá vlastní témata.

Pozdravy z různých zemí (5 min)

Kontaktní hra, kterou je možné používat na úvod další práce. Učitel žákům představí pozdrav vycházející z jiné kulturní tradice (lze vytvářet i vlastní další pozdravy), žáci pak procházejí po třídě a zdraví se se spolužáky zadaným způsobem. Doporučujeme použít po sobě asi tři různé pozdravy. V dalších hodinách je možné vyzkoušet další. Fázi zdraví je dobré podpořit příjemnou hudbou odpovídající dynamice pozdravů. Po ukončení se učitel ptá, které pozdravy se žákům líbily, byly příjemné, zda by si dokázali představit zapojení těchto pozdravů do běžného života, jaké to bylo se takto neobvykle zdravít.

Typy pozdravů:

Česko – lidé se zdraví podáním ruky, případně i s úsměvem.

Rusko – objetí a poplácání po ramenou – 3×.

Tichomoří – lehké – něžné ťuknutí do boku druhého člověka.

Afrika – kmeny nosí rozdílné účesy a liší se tvarem lebek; když se setkají v noci, nezbyvá než poznat kmenovou příslušnost ohmatáním hlavy druhého.

Tibet – lidé v Tibetu dokážou naslouchat svému vnitřnímu hlasu. Při setkání se pokoušejí zaslechnout duši druhého člověka. Pomalu přiložíme ucho na ucho a posloucháme.

(Další pozdravy viz Zlatý fond her II, vlastní tvorbě se meze nekladou.)

Koráby (10 min)

Žáci udělají 3–4 týmy, pokud možno stejně početné. Své židle naskládá každý tým do řady jednu vedle druhé, a to tak, aby se po nich dalo volně přecházet z jedné na druhou, opěradlo je tedy bokem, nehodí se židle s bočními područkami. Židle představují koráby. Žáci si vylezou na svůj koráb, každý na jednu židli. Jakmile začne hrát hudba, začíná závod korábů – cílem je dostat se na druhou stranu třídy. Pohyb korábu má následující pravidla: poslední člen řady židlí se musí přes ostatní přesunout bezpečně dopředu, a to tak, aby nikdo z korábu nespádl, ostatní během toho také posouvají jeho židli, jakmile je vpředu a má svoji židli, stává se jeho židle první, takto se koráb posouvá vpřed. Pravidlem je, že na cestě od zádi k přídí korábu může být vždy jediný člen týmu, tzn. další se může začít přesouvat až poté, co původně poslední člen skupiny stojí na své židli na začátku korábu. Učitel dohlíží na bezpečí; především je žákům třeba zdůraznit, aby se přidržovali, pomáhali si, že cílem je nespadnout, v případě pádu padat dopředu, ne dozadu přes opěradla. Opatrnost je třeba také při přesouvání židle, aby nedošlo např. ke zranění oka. Pokud se pravidla dobře vysvětlí, bývá hra bezpečná a velmi zábavná. V dalším kole, pokud si žáci troufají, je možné každému korábu ubrat židli, tzn. členů týmu je o jednoho více než židlí, cesta se tak stává na spolupráci náročnější. Takto lze ubírat židle, dokud to žáky baví.

Novinová válka (20–30 min)

Abreaktivní hra pro uvolnění psychického napětí, stresu, je vhodná pouze pro třídy s dobrými vztahy. Žáci mají za úkol přinést do školy každý alespoň 5 ks starých novin (opravdu noviny, např. Dnes, ne slabší typu Blesk). Noviny se dají doprostřed, na dynamickou hudbu je nejprve společným úkolem noviny natrhat na jednotlivé A4 a z nich zmačkat papírové koule, které se hází na jedinou hromadu. Poté se třída rozdělí na dva týmy, nějakým provazem se vymezí polovina prostoru. Jakmile začne hrát hudba (hodně dynamická, 2–3 min), je úkolem přemístit co nejvíce papírových koulí na polovinu soupeře. Všichni tedy hází papíry jeden přes druhého. Cílem není osobní novinová válka, tedy

házet koule po sobě. Po ukončení lze nechat prostor pro volnou hru, případně i válku v rámci dobrých mezí. Je možné udělat tzv. „sněžící“, žáci vyhodí co nejvíce novin nad sebe do vzduchu společně v jediný moment. Aktivita je hodně hravá a zajímavá, je potřeba počítat asi s 10 min na společný úklid, je dobré mít připravené velké plastové pytle. Na druhé straně je to silný zážitek a pro žáky něco velmi neobvyklého, mohou se kontaktovat a užít si svoji rozpustilost a hravost. Někdy bývá tato aktivita dobrá také na ukončení a odreagování. Nikdy by nemělo být primárním cílem a úkolem házet papírové koule proti sobě.

Teploměr – pocity (5–15 min)

Zdvihnutím jedné ruky je možné ukázat, jak se dnes mám, kolik mám energie, jak mám chuť se něčím zabývat, jak mě téma zajímá atd. Bývá užitečné, aby si žáci zavřeli oči, pak ruku umístili do polohy, která odpovídá tomu, jak se cítí a poté se společně podívali, jak na tom kdo je. Ruka směřující k nebi znamená nejvíce, ruka směřující k zemi znamená nejméně. Výhodou je, že technika je velmi rychlá, umožní dobré zmapování. Je pak někdy možné dále pracovat např. se skupinami těch, které to zajímá/nezajímá, kteří mají/nemají energii, atd., dát si vzájemnou zprávu, o čem jejich vztah k tématu či naladění je a co by pro další zabývání se tématem potřebovali. Někdy se rozvine hezká diskuze.

Duchové (5–15 min)

Každý dostane předkreslený papír, na němž jsou duchové vyjadřující různé stavy a nálady, žáci si vykreslí ducha, který nejlépe vyjadřuje to, jak se mají nyní. Pod něj je možné napsat datum, papír podepsat a nechat ho někde ve třídě (možná výzdoba). Lze pak společně sdílet, jak se žáci mají např. 1. září, před Vánoci, v lednu, před vysvědčením, prázdninami atd. Žáci se pak mohou najít v skupinkách podle duchů, které si daný den vykreslili a popovídat si, co vyjadřuje jejich stav, jaké to je, co by chtěli/nechtěli, jak se mají. Mohou dát poté za skupinu zprávu třídě a ostatním skupinám. Učitel by měl podpořit i žáky, kteří jsou sami, či kteří se necítí dobře. Může se jich zeptat, co by od ostatních potřebovali, je dobré jim dát také právo nemít třeba dobrou náladu, být smutný atd. Tedy nebojovat i s nepříjemnými pocity, ale dát jim tu své místo, zeptat se, co dělají ostatní, když se cítí podobně. Ukázat, že každý zážívá nejen radost, ale že jsme někdy i smutní, zklamaní atd.

Sloni a žirafy (5–10 min)

Rozestavíme se do kruhu. Jeden z hráčů (zpočátku nejlépe vedoucí) bude vždy uprostřed a bude ukazovat na hráče v kruhu se slovy „slon“ nebo „žirafa“. Ten, na koho ukáže, musí společně se svými sousedy zleva a zprava předvést sousoší představující zadané zvíře.

Podobu sousoší si domluvíme dopředu, např.:

Slon – zvolený člověk udělá chobot a sousedi mu spojenými pažemi vytvoří velké uši.

Žirafa – zvolený člověk si stoupne na špičky a natáhne krk jako žirafa, jeho sousedi mu pažemi spojenými do kruhů znázorňují kruhovitě skvrny na bocích. Pokud se trojici nepodaří zadané zvíře ztvárnit, prostřední z nich jde do středu.

Varianty: Vymyslíme si společně s dětmi další zvířata. Zvířata můžeme znázorňovat pohybem.

Další aktivační hry:

Z. Šimanovský, B. Šimanovská (2005). Hry pro rozvoj zdravé osobnosti. Prevence problémů s agresivitou, pasivitou a závislostí. Praha: Portál.

M. Valenta (2001). Dramaterapie. Praha: Portál.

Z. Šimanovský (2002). Hry pro zvládnutí agresivity a neklidu. Praha: Portál.

A. Hickson (2000). Dramatické a akční hry. Praha: Portál.

III.II Podpora zdravých vztahů ve třídě

Úvod

Téma vytváření a posilování zdravých vzájemných vztahů mezi žáky je aktuální po celou dobu existence školní třídy jako skupiny. Je proto i jedním ze základních úkolů třídního učitele se klimatu třídy aktivně věnovat. Nabízené techniky lze tedy použít jak při práci se vznikajícím novým třídním kolektivem, tak i s třídou, která již fází seznamování, utváření a bouření prošla.

Cíl

Nabízené aktivity jsou inspirací pro vytvoření několika třídnických hodin věnovaných rozvoji přátelského klimatu ve třídě.

Cílová skupina

Uvádíme vám zde příklady různorodých technik, proto nedoporučíme konkrétní věk žáků. Domníváme se však, že dle znalosti svých žáků a specifik jejich věku sami uvážíte jejich použití ve své třídě.

Motivace

Pro toto téma je vhodnou motivací pro žáky především patrný zájem učitele o to hrát si a věnovat se tématům vztahů a klimatu ve třídě. Budou-li žáci

vnímat, že i pro učitele jde o téma marginální, také mu nebudou připisovat význam a dávat do něj aktivně energii. Tedy poselství učitele, že třída a vztahy v ní jsou rostlinkou, o níž je třeba se starat, zalévat ji a rozvíjet, je to základní, co by měli žáci pro svoji motivaci vnímat. Pro motivaci žáků může být důležité i to, aby se do některých aktivit učitel se žáky sám pouštěl a aktivně a autenticky se do hry či diskuze zapojil.

Struktura

Každá hodina by měla mít jasnou strukturu: tady začít rozehrívací technikou, poté přejít k hlavní aktivitě a následnému uzavření. Ke každé z částí tohoto procesu nabízíme několik alternativ pro možnost vytvoření více hodin věnovaných tomuto klíčovému tématu. Nelekejte se časů u jednotlivých aktivit, zahrnují i rozbor a zpětnou vazbu. Vy si budete pro třídnickou hodinu vybírat jen jednu hlavní techniku, a budete tedy přesně vědět, kolik času jí můžete věnovat. Uhlídání daného času pak už bude na vás.

1. Rozehríváčka

Lze vybrat z nabídnutých ledolamek a aktivačních her. Vhodnými technikami pro toto téma jsou např. živá sousoší, tiché řady, koráby.

2. Hlavní technika

HRY NA PŘEDSTAVENÍ

Kresby jména (45–70 min)

Každý žák nakreslí svoje křestní jméno na čistou bílou A4. Cílem je kresbu pojmout hravě a zachytit do ní sám sebe, tak aby o mně něco ostatním vypovídala. Každý žák pak svůj obrázek krátce prezentuje a může obrázek nalepit ve třídě na místo, které se mu líbí. Obrázky tak mohou být hezkou a osobní částí a výzdobou třídy. Nevýhodou je větší časová náročnost kresby i představování. Lze počítat asi 15 min kresby a 2 min na žáka pro představení (čas lze ohraničit zvonečkem – každý se tak učí, že je součástí velkého celku a jako takový má určitá omezení a hranice).

Erb (45–70 min)

Ve středověku se dával za zásluhy, my jej využijeme pro přemýšlení o sobě a představení sebe sama. Každý žák si nakreslí obrázek erbu, ztvárnění je na něm. Erb by měl vyjadřovat, co je pro něj typické, co má rád, jaký je. Do erbu by měl začlenit svoje křestní jméno. Každý žák pak svůj erb nejprve krátce představí, poté ho může nalepit na nějaké místo ve třídě. Třída je pak jednak

hezky vyzdobena, jednak si z ní žáci vytváří svůj vlastní prostor, který mohou považovat za „jejich“. Posiluje se tak i jejich identita jako třídy. Erb je možné nechat zcela volně na zpracování žáky, případně je možné ho strukturovat, např.:

Představ se – hádej... (40 min)

Žáci dostanou několik otázek, hledají postupně odpovědi, které ostatním zveřejní. Ve třídě, kde se žáci znají (často stačí 2 společné týdny v nové třídě) je možné odpovědi napsat na papír, učitel je pak čte a žáci hádají, kdo odpovědi napsal. Tipy na otázky: co mám na sobě rád, jakou osobu mám rád, co bych nikdy neudělal, jídlo/film/kniha/hudba, které miluji, co bych si koupil za 100 000 Kč, kdybych je vyhrál, jaké bych měl jedno přání od kouzelné rybky, můj nesplněný sen... Otázky lze variovat především podle věku žáků.

Kdyby moje kolo mohlo mluvit (20 min)

Jaké by to bylo, kdyby věci, které denně používáme, o nás mohly něco prozradit? Zadáme pět takovýchto věcí, např. boty, televize, mobil, propiska, hrneček, hračka. Věci by měly být přiměřené věku žáků. Každý žák pak zpracuje sám za sebe jednu větu, kterou by o něm řekla příslušná věc. Při této samostatné práci může hrát hudba, je dobré, když učitel dá svolení a vyzývá ke tvořivosti a hravosti. Poté následuje kolo pro každou věc, v němž každý z žáků říká, co by o něm daná věc mohla říci. Vydařené věty je možné využít, a tak může např. každý žák vybrat svůj nejzajímavější výrok, který lze použít do osobního profilu ve vzkazovníku (viz dále).

Žá za 20 let (10–30 min)

Žáci vytvoří dvojice. Bez přípravy dostanou zadáno téma, o němž má nejprve jeden druhému povídat, druhý má pozorně naslouchat. Tématem je následující otázka: Jak bude asi vypadat můj život za 20 (dle věku žáků upravit) let? Vymezený čas na povídání je 3–5 min. Pro žáka, který naslouchá, je cílem vyslechnout a poté převyprávět zpět, co slyšel, případně dát krátkou zprávu třídě. Cílem je rozvoj schopnosti naslouchat druhému, zároveň se o sobě něco zajímavého a netradičního dozvědět.

KOOPERATIVNÍ HRY

Tiché řady (10–15 min)

Hrát je možné na židlích nebo na provázku, židle jsou pochopitelně zajímavější. Základním cílem je dávat na sebe pozor, pomáhat si, nedovolit, aby někdo spadl. Žáci nesmí mluvit, židle jsou v půlkruhu, žáci stojí na nich. Jejich úkolem je seřadit se na židli podle zadaného kritéria, např. podle data narození

(jen den a měsíc – ne rok), podle barvy očí, atd. Důležité je žáky motivovat ke vzájemné spolupráci, aktivitu lze opět podpořit hudbou. Při porušování pravidel je možné odebrat žákům židle v místě, kde se ozval hluk, tím se ztěžuje splnění úkolu. Zadávaná kritéria by měla být bezpečná, tzn. nikdy se neřadit podle výsledků ve škole, podle fyzické výšky, podle toho, jak komu něco jde. Po seřazení se nejprve rozebírá proces, tzn. jak se jim spolupracovalo, co zažili, jaké to bylo. Teprve poté se kontroluje výkon, který je sekundární, při neúspěchu žáky podpořit s tím, že cílem je si hrát, dát např. další kolo, neoznačovat učitelem něco jako chybu či neúspěch.

Klubíčko (20 min)

Žáci si sednou na zem těsně vedle sebe. Jeden z nich dostane klubíčko, konec si nechá a klubíčko hodí někomu, komu by chtěl říct něco hezkého, co se mu na něm líbí, kompliment, co se mu povedlo. Je důležité dbát na to, aby žáci byli osobní, mluvili k sobě, ne o někom (dávám to tobě, Pavle, nikoliv dávám to Pavlovi). Postupně se vytváří síť vzájemných vazeb a vztahů. Motivovat žáky, aby to neházeli jen svým kamarádům, ale udělali hustou vzájemnou síť. Učitel by měl sledovat před přechodem do případného druhého kola, zda klubíčko dostali už všichni, tzn. zda jsou všichni připojeni ke společné síti. Po vytvoření sítě mluvit o symbolu a paralelách pro jejich vztahy. Je-li provázek pevný, může si jeden z žáků na síť lehnut, ostatní ji pak společně nadzvednou. Ostatní pak vidí, jak každý je součástí celku a co mohou společně dokázat. Případně je možné nafouknout plážový balón a žáci si společnými pohyby sítě s ním pinkají. Je možné si nastavit cíl, kolika úderů chtějí žáci bez pádu dosáhnout. Doporučujeme asi 10.

Sed důvěry (5–10 min)

Žáci si stoupnou do kruhu, těsně jeden vedle druhého, aby se dotýkali rameny, poté udělají vpravo vbok a malý krok směrem do středu kruhu, aby si byli blíž a stáli těsně za sebou. Jejich úkolem bude sednout si pomalu všichni společně v jediný propojený sed. Hra je o důvěře v druhé, o schopnosti oddat se skupině. Důležité je mít nohy při sedu u sebe, aby si ten, kdo si sedá přede mnou, mohl sednout na má stehna. Pokud se sed zdaří a je pevný, je možné vyzkoušet společně v jediný okamžik i společný krok domluvenou nohou. Pokud se sed nepodaří napoprvé, je třeba pokus opakovat. Důležité je také, aby si žáci opravdu sedli na stehna za sebou a nesnažili se držet sed nohama – svaly – takto dochází často k pádu. Dalším úskalím bývá to, že si žáci sedají zadkem do boku, tedy mimo stehna spolužáka, který je za ním. Zdařený sed může dobře podpořit pozitivní skupinovou identitu.

Pletenec (10 min)

Žáci se rozdělí do skupin po asi 10 členech, stoupnou si do kruhu jeden vedle druhého. Zavřou si oči a dají ruku doprostřed, hledají jinou ruku, se kterou se chytanou, to stejné se opakuje s druhou rukou. Pak mohou oči otevřít. Úkolem je vzájemný propletenec rukou rozplést tak, aby se nemuseli žáci pouštět. Je to hra vyžadující společné přemýšlení a hledání řešení, aktivní spolupráci a komunikaci.

Vláčky (20 min)

Žáci utvoří skupiny po trojicích, stoupnou si za sebe. Budou představovat jednotlivé části lokomotivy. Žák vpředu je nárazník, dá si ruce dopředu dlaněmi směrem ven jako nárazník. Prostřední žák je motor, drží žáka před sebou za rameny, zároveň je držen za ramena žákem za sebou. Motor vyluzuje zvuk „ššš“ a předává informace, které dostal nárazníku. Žák vzadu je strojvedoucí, jediný vidí, ostatní mají zavřené oči. Strojvedoucí vláček řídí, dává pokyny přes ramena o směru jízdy: dopředu, vzad, vlevo, vpravo. Úkolem je spolupracovat tak, aby vláček jel a nedocházelo ke srážkám s ostatními. Hru je dobré podpořit hudbou. Po asi 2 minutách v jedné roli následuje výměna, aby každý zažil všechny pozice. Poté každý uvažuje, ve které pozici mu bylo nejlépe a žáci vytvoří podle tohoto kritéria skupiny. Přemýšlí, zda to o nich něco vypovídá, následuje diskuze. Lze předpokládat, že žáci vpředu rádi riskují, vrhají se do věci po hlavě, nemají příliš rádi rozhodování a odpovědnost za ostatní. Žáci uprostřed jsou výkonní, komunikátoři, nejsou ani výrazné vůdčí typy ani nemají rádi velké riziko. Žáci preferující pozici strojvedoucího rádi organizují, mají nad věcmi kontrolu, přebírají odpovědnost. Lze dále diskutovat o spolupráci mezi sebou v rámci třídy.

Výzdoba třídy

Pro podporu pozitivní skupinové identity třídy je možné žáky zapojit do většího projektu. Mohou si navrhnout a diskutovat o tom, jak by měla vypadat jejich třída, aby se v ní cítili dobře (od vymalování stěn, dveří, atd. až po výzdobu). Dalším krokem pak může být praktická realizace. Někdy může být pro učitele obtížné prosadit takový krok u vedení školy, ale důležitým argumentem je to, že škola se takto stává více osobní, z pohledu žáků je více jejich. Určitě si budou více vážit prostoru, který je jejich. Napadá mě přirovnání: je snadné poničit cizí zahrádku, ale rozkopat něco, na čem jsem sám strávil čas a energii, to je úplně něco jiného. Zároveň žáci dostanou pocit že jsou spoluautorem školy, že mají možnost se podílet a že nejsou jen objekty, kdy někdo dospělý rozhoduje za ně.

Vytvoření vzkazovníku a nápadovníku

Pro podporu zdravých vztahů ve třídě i přátelské a osobní atmosféry je možné společně vytvořit vizuálně zajímavý vzkazovník, na němž by měl prostor každý žák třídy. Je možné např. aby tam měl každý svoji fotku nebo fotku z dětství nebo cokoliv ke svému jménu. Na vzkazovníku by měla být kapsa, třeba z papíru, do níž je možné vkládat vzájemné vzkazy. Používání vzkazů by mělo mít svá pravidla, která by žáci měli sami navrhnout a vizuálně do vzkazovníku začlenit. Svě místo může mít také tzv. nápadovník – papír, na nějž lze volně psát nějaké inspirace, myšlenky, nápady na společné činnosti atd. Např. kam jet na výlet, nebo že v sobotu by si mohli jít společně zabobovat. Tyto nástroje podporují otevřenou, přátelskou a tvůrčí atmosféru ve třídě. Obdobně je možné výtvarně ztvárnit základní pravidla chování, která by sami žáci chtěli mezi sebou v této třídě dodržovat. Znovu platí: co si žáci vytvoří sami, má pro ně větší účinnost, závaznost i hodnotu, což samozřejmě neznamená, že by škola a učitelé neměli vyžadovat dodržování „svých“ norem.

Rizika

Při práci s těmito technikami by měl učitel zajišťovat především dodržování vzájemného respektu. Tedy aby nikdo nevtipkoval na cizí účet, neponižoval, neurážel. U technik je třeba také podporovat začlenění žáků, kteří se dostávají nebo už jsou na okraji třídy. Při práci ve skupinách by žáci měli rotovat, skupiny by měly být heterogenní z mnoha faktorů: pohlaví, školních výsledků, vlivu ve třídě atd.

3. Závěr, poselství

Každá technika i třídnická hodina by měla dostat také místo pro uzavření. Každý žák např. může říct na závěr nějaké slovo nebo větu, která ho nyní napadá, o čem přemýšlí, s čím bude odcházet. Stejně tak učitel by měl i za sebe říci něco osobního. Reflektovat je dobré i vzájemný proces spolupráce, tedy jak nám to šlo, jak se nám společně pracovalo, případně jestli nám to bylo nějak užitečné a jak.

Učitel, který považuje klima ve třídě za důležité, kterému záleží na osobnosti každého z žáků a nejen na vzdělávání jakožto předávání hotových informací, může své žáky naučit pro skutečný každodenní život nejvíce. Stále mi na mysli přichází památné „Jen ten, kdo sám hoří, může zapalovat“.

Použité zdroje

Techniky využívají při své práci psychologové Poradenského centra.

Další zajímavé zdroje:

<http://www.odyssea.cz/>

G. Pike, D. Selby (1994). Globální výchova. Grada, Praha.

J. Hrkal, R. Hanuš (1998). Zlatý fond her II. Portál, Praha.

H. Payneová (1999). Kreativní pohyb a tanec. Portál, Praha.

III.III Aktuální problémy ve třídě

Úvod

Tím, že umožníme svým žákům pravidelně sdělovat, co se jim líbí a co ne, můžeme podchytit problémové jevy v jejich počátcích a předejít tak řadě velkých potíží. Navíc tak u žáků rozvíjíme jejich schopnost formulovat své názory a konstruktivně řešit problémy. Toto téma je možno zařadit prakticky kdykoliv poté, co se děti ve skupině více poznají a jsou ochotné před sebou nahlas vyjadřovat své názory. Pokud svou třídu od počátku vedeme k tomuto typu práce, nebude problém hodinu věnovanou aktuálním problémům zařadit vždy, když bude potřeba.

Cíl

Reflektovat s dětmi aktuální dění ve třídě. Vést je k prezentaci vlastních názorů, vzájemné diskusi, k samostatnosti při hledání a realizování možných řešení.

Cílová skupina

Společnému pojmenování konkrétních potíží třídy a hledání jejich řešení je užitečné učit děti co nejdříve. Stačí jen obtížnost a časovou náročnost technik přizpůsobit jejich věku.

Motivace

Nejvhodnější je s dětmi mluvit otevřeně a téma nezastírat (jsou-li děti na podobný způsob práce zvyklé, otevřou téma samy). Zároveň je však třeba dát si pozor na formulace, kterými hodinu uvádíme, aby u dětí nedošlo k přesvědčení, že jsou „problémová“ třída.

Vhodný je například úvod typu: „Už jsme spolu nějakou dobu a mě by zajímalo, jak naši třídu vidíte, co se vám líbí, co byste naopak zlepšili.“ Ve fázi, kdy

se s dětmi mluvit o dění ve třídě teprve učíme, je vhodné dostatečně dlouhou dobu věnovat pozitivním věcem (tomu, co se nám líbí, co chceme zachovat). Situace tak nebude ohrožující a plná napětí.

Struktura

Nám se líbí rámcový návrh třídnické hodiny zaměřené na řešení aktuálních problémů Michala Dubce z Projektu Odyssea. Sám autor píše, že nejde o žádné dogma, ale jen o možné schéma hodiny, které lze dle potřeby měnit a rozvíjet. Berte tedy níže popsanou strukturu hodiny jako návrh logické struktury a inspiraci. Nebojte se na základě svých zkušeností a aktuální situace ve třídě podobu hodiny věnované řešení aktuálních potíží tvořivě měnit.

Jednotlivé kroky:

1. Definování toho, co bychom mohli společně řešit (návrhy žáků i učitele)
2. Sběr nápadů na řešení konkrétní věci
3. Výběr řešení
4. Podpora skutečného fungování dohodnutého řešení, pravidla

K realizaci těchto kroků můžeme využít různé metody, jež naplňují cíl daného kroku. My vám níže předkládáme jednu z mnoha možností. U jednotlivých technik neudáváme konkrétní časy, jejich časování záleží do jisté míry na vás (jaký čas žákům pro splnění úkolu stanovíte a především, jak jeho dodržení ohlídáte) a také na vaší časové dotaci. Řešíte-li něco závažného, poskytněte dětem i sobě dostatek času (podstatné je dojít k nějakým závěrům).

1. *Burza problémů*

Úkolem každého žáka je napsat na papírek konkrétní věc, která mu ve třídě vadí. Vysvětlíme dětem, že nechceme nic vyšetřovat, ale spíše hledat možnosti, jak by to mohlo fungovat lépe.

Dáme jim několik konkrétních příkladů: „Vadí mi, když mě někdo pomlouvá“, „Vadí mi, když mi někdo pořád schovává pouzdro“... a také upřesníme, že bavit se můžeme pouze o věcech, které mají děti mezi sebou a které společně můžete ovlivnit (jistě např. neovlivníte nespravedlnost učitele biologie při zkoušení). A na závěr ještě upozorníme, že to, co napíšete, budou i zveřejňovat.

Ve chvíli, kdy mají všichni stručně napsáno, co jim vadí, vyzveme je, aby pro svůj problém vymysleli obecnou skupinu, do které by jej mohli zařadit. Zobecnování si můžeme „natrénovat“ tak, že se s několika žáky pokusíme to, co napsali, zobecnit všichni společně. (Dojdeme tak patrně k obecným skupinám typu Posmívání se, Fyzické ubližování, Naschvály, Braní věcí apod.)

Ve chvíli, kdy mají všichni žáci napsánu obecnou skupinu, do které jejich problém patří, pak je vyzveme, aby se pokusili mezi spolužáky najít ty, kteří mají stejné nebo obdobné obecné vymezení problému. Žáci tedy chodí po třídě a navzájem si představují své obecné skupiny. Jakmile někdo nalezne člověka se stejnou nebo podobnou skupinou, přidruží se k němu a dál pokračují v hledání spolu. Tímto způsobem nám vzniknou skupiny problémů, na které se dále můžeme zaměřit.

2.

A) Dále můžeme pracovat na jedné vybrané oblasti (např. velikosti skupin ukazují na potíže, která vadí nejvíce a je tedy třeba se jí věnovat jako první, nebo si děti samy jeden z problémů vyberou hlasováním):

Vybraný problém přepíšeme na tabuli do formy otevřené otázky, např.: Co uděláme v naší třídě pro to, abychom si navzájem nebrali věci bez dovození?

Následuje sběr nápadů, jak je možné danou věc v rámci třídy řešit. Sběr nápadů můžeme dělat najednou s celou třídou (nápady jsou učitelem nebo autorem nápadu zapisovány na tabuli) nebo mohou žáci pracovat samostatně v menších skupinách a své návrhy si poté přednesou.

B) Pokud je potíží k řešení menší počet nebo pokud jsou žáci na podobný způsob práce zvyklí, pak můžeme najednou pracovat na možnostech řešení více potíží. V takovém případě žáky rozdělíme do skupin. Úkolem každé skupiny bude pracovat na jednom problému – na čtvrtku papíru nebo flip budou psát co nejvíce nápadů na jeho řešení. Po předem dané době se papíry mezi skupinami vymění. Každá skupina tak dostane papír s novým problémem a s napsanými nápady skupiny předešlé. Úkolem nyní je doplnit další možné způsoby řešení. Výměny papírů mezi jednotlivými skupinami probíhají tak dlouho, dokud se papír nedostane do své původní skupiny.

3. Dostáváme se ke způsobu výběru řešení a zase si můžete vybrat jednu ze dvou variant:

A) Velmi jednoduché a poměrně rychlé je vytvoření „galerie návrhů řešení“, a to tak, že jednotlivé nápady vyvěsíme po třídě. Pak vyzveme děti, aby během předem stanovené doby chodily po třídě, seznamovaly se s jednotlivými nápady a pokud budou mít, tak připisovaly nápady další. Po uplynutí stanovené doby má každý žák možnost přidělit fixem dva hlasy metodě, která se mu nejvíce zamlouvá. Tyto dva hlasy může dát jednomu nápadu nebo je rozdělit mezi dva. V závěru díky sečtení bodů dostaneme řešení, které je dětem nejvíce blízké.

B) Další varianta je hodně o společném domlouvání se a vylučuje to, že by se děti bránily řešení přijmout, „protože je silnější skupina přehlasovala“. Princip

techniky je jednoduchý – postupně zvětšujeme počet lidí, kteří se mají vždy shodnout na jednom řešení.

Nejprve tedy opět vyvěsíme nebo vypíšeme všechny návrhy řešení na přehledné místo. Poté řekneme žákům, aby si každý sám za sebe vybral tu nejlepší variantu řešení. Následně se na společné jedné variantě domlouvají žáci ve dvojicích, dále ve čtveřicích, osmicích... Slučování pokračuje až do vytvoření jedné velké skupiny ze všech přítomných žáků. Úkol pro tuto skupinu je stále stejný – domluvit se společně na jedné variantě řešení přijatelné pro všechny.

Ať už ale pro výběr řešení použijeme jakoukoliv techniku, tak by na závěr mělo vždy proběhnout shrnutí toho, na čem se třída dohodla. Můžeme děti třeba vyzvat k tomu, aby samy vysvětlily, jak rozumí tomu, co bylo třídou vybráno. Naším cílem je dojít k jednoznačné a konkrétní formulaci toho, co budeme nyní dělat, např.:

Když si od někoho chceme něco půjčit, vždy ho o to požádáme.

Oslovujeme se křestním jménem nebo vyžádanou přezdívkou.

Tuto dohodu (nové pravidlo) vyvěsíme ve třídě tak, aby byla od této chvíle všem na očích.

4. Na závěr je vždy dobré si domluvit určitou dobu (týden, čtrnáct dní), po které se celá třída sejde a pobaví se o tom, jak jim společně vymyšlené pravidlo (pravidla) funguje.

K rychlému neverbálnímu shrnutí můžeme použít „teploměr“, při kterém děti umísťují svou ruku na předem stanovené škále od zimy (=nedaří se vůbec, ruka je u země), přes 0 (=tak napůl, ruka ve výšce pasu) až k teplu (=daří se skvěle, ruka je ve výšce hlavy). Ruka může být samozřejmě umístěna na jakémkoliv místě celé škály, nejen na třech předem námi daných bodech.

Dále je dobré udržovat fungování pravidla pomocí ocenění nebo upozornění na nedodržení – dětem rozdáme lístečky, na které mohou napsat soukromé ocenění, nebo naopak upozornění související s dodržováním či porušováním pravidla. Lísteček je vždy adresován konkrétnímu spolužákovi. Předem děti upozorníme na to, že lístečky slouží jen k předání vzkazů týkajících se fungování daného pravidla a také si ujasníme, že smyslem ocenění je poděkovat spolužákovi za jeho dodržování a smyslem upozornění je sdělit spolužákovi, že mi vadí, když se společná dohoda porušuje. Při zadávání je opět dobré využít konkrétní příklady.

Pokud některé děti nic nenapadá vzhledem k danému pravidlu, pak je vyzveme k tomu, že mohou napsat ocenění nebo upozornění vztahující se k jakémukoliv pravidlu, které jsme si ve třídě stanovili.

III.IV Třídnická hodina zaměřená na pravidla

Úvod

Priznejme si to – pravidla řešíme s dětmi v jednom kuse, ve škole jsou na každém kroku. Funkční přitom je, když děti chápou důvod a podstatu pravidla (nejlépe, když si ho samy vytvoří, formulují), když pravidel není příliš (držme se faktu, že najednou jsme si schopni zapamatovat 7 +/- 2 prvků, za vhodné považujeme vytvořit 5–6 pravidel) a samozřejmě, když je dodržujeme také.

Cíl

Chceme vás zde seznámit s naším návrhem třídnické hodiny, jejímž jedním cílem bylo naladit žáky na téma potřeby dodržování pravidel a druhým pak bylo zorientování se v jejich názorech a postojích k pravidlům. Tuto hodinu jsme brali jako „startovací“ a informace, které jsme z ní získali, se nám staly východiskem pro další práci s pravidly v rámci třídnických hodin.

Celá hodina je koncipována tak, aby se žákům dostalo co největšího prostoru k vyjádření jejich myšlenek a postojů.

Cílová skupina

Náš návrh je pro žáky 6. třídy, pro jiné věkové kategorie žáků můžete jednotlivé techniky modifikovat nebo zvolit úplně jiné (vám například příjemnější či vámi vyzkoušené a osvědčené), které budou naplňovat stejný cíl.

Motivace

Hodinu můžeme uvést obecněji (např. tím, že se společně budeme věnovat naší třídě a tomu, jak se v ní společně máme, jak se nám daří). K pravidlům samotným se pak dostaneme díky první hře – děti vlastně téma objeví samy.

Struktura

1. „Ledolamka“ sloužící ke zcitlivění na téma
2. Hlavní technika zaměřená na téma pravidel
3. Shrnutí a zviditelnění pro žáky nejdůležitějších pravidel
4. Závěrečné zhodnocení tématu, získání zpětné vazby od žáků

A nyní konkrétně:

1. *Had (5–10 minut)*

V našem případě chceme využít rozehřívací hru nejen na aktivizování a navození dobré nálady, ale chceme díky ní také upozornit na potřebnost fungování pravidel.

Pro tyto účely jsme zvolili honičku „had“, při které jeden je „hlava hada“ a chytá, chycené děti se řadí za hada a tvoří tak jeho ocas. Ten, kdo je chycen a připojen do ocasu, stává se součástí hada. Sám nechytá, ale jeho úkolem je pořádně se držet člověka před sebou tak, aby se ocas hada neroztrhl, protože v takové chvíli hlava hada nemůže chytat. Honění žáci nemohou probíhat tělem hada, ani se nemohou nikde schovávat či překračovat hranice prostoru vymezeného pro hru. Učitel sleduje průběh hry a v případě roztržení hadího těla jen upozorní, že had zrovna nemůže nikoho chytit, dokud se znovu nespojí.

Až děti hru dokončí (v případě, že by chycení všech žáků trvalo hadovi dlouho a zabralo by tak příliš velkou část hodiny, hru sami zastavíme), tak se společně v kruhu probírají důvody, proč se jim hra zdařila (v případě, že dokončí hru rychle a pravidla dodržují), či proč jim naopak nešla. Pomocí dotazů vedeme žáky k tomu, aby odhalili, že důvodem bylo právě dodržování či nedodržování pravidel.

Pozn.: Hra má i aspekt spolupráce a domlouvání se ve skupině (pokud se hlava domluví na spolupráci se svým ocasem, může ocas zatarasit cestu ještě nechyceným hráčům a usnadnit tak hlavě jejich chycení), ale toto téma nyní není naší prioritou, proto se mu nebudeme věnovat.

2. Společná práce s tématem – diskuse, domluva, výběr (15 minut)

Díky předchozí hře jsme se dostali k tématu potřeby fungování pravidel. Nyní rozdělíme žáky do skupin (dle počtu žáků ve třídě do skupin po 2–4 žácích) a zadáme jim soutěžní úkol: napište co nejvíce pravidel, která dodržíte a vysvětlíte, proč považujete jejich dodržování za správné a důležité. Během práce obcházejme jednotlivé skupiny a vedeme žáky k co nejvíce konkrétnímu vyjadřování. Po předem dané době (měla by být dostatečně dlouhá, aby žáci napsali co nejvíce pravidel) zastavíme práci a vyzveme jednotlivé skupiny k prezentaci své práce. Během čtení můžeme upozorňovat na originalitu či opakující se pravidla (to, že je pravidlo dodržováno více lidmi, potvrzuje jeho důležitost). Skupinu, která má nejvíce pravidel, oceníme potleskem (šlo přece o soutěž).

V další fázi vyzveme žáky k tomu, aby v každé skupině společně vybrali 3 nejdůležitější pravidla a zdůvodnili pro ostatní jejich výběr. Po prezentaci každé skupiny vyzveme zbytek žáků, aby dali zvednutím ruky najevo, zda mají některé pravidlo/některá pravidla shodná (je to způsob, jak udržet pozornost ostatních i ve chvíli, kdy své názory prezentuje jiná skupina).

3. Seznam pravidel (10 minut)

Všechny trojice zapisujeme na flip. Zvýrazníme opakující se pravidla – tedy ta pro žáky nejdůležitější, přidáme svůj komentář – co považujeme za důležité my a proč. Nyní máme přehled těch pro své žáky nejdůležitějších pravidel, se kterými můžeme dál pracovat. Oceníme žáky za jejich názory a domluvíme se

s nimi, že budeme v tématu dál pokračovat (např. výběr pravidel, která jsou důležitá pro soužití ve třídě; proč jsou důležitá; zda jsou ve třídě občas porušována; jakým způsobem se bude reagovat na jejich nedodržování...). Získaný seznam pravidel necháme pověšený ve třídě na viditelném místě – bude žákům připomínat jejich práci i domluvu o příštím tématu třídnické hodiny.

4. Erb (10 minut)

Na závěr hodiny ještě zadáme dětem zpětnou vazbu např. formou techniky „erb“ (jde o techniku používanou k sebeprezentaci a bližšímu vzájemnému poznání žáků v kolektivu, my ji ale používáme i jako variantu zpětné vazby a jako závěrečnou uzavírací techniku). Ujistíme žáky, že nás jejich názor zajímá, že erby budeme číst jenom my a že jim je vrátíme, pokud budou chtít. Požádáme je také, aby se ke svému erbu podepsali (můžeme argumentovat tím, že každý by si přece měl za svým názorem stát, nikoho ale nenutíme). Po této hodině jsme žákům kladli následující otázky:

- Které pravidlo je podle tebe úplně nejdůležitější?
- Které pravidlo tě štve a proč?
- Kdo tě během této hodiny nejvíc překvapil?
- Které pravidlo chceš ode dneška opravdu dodržovat?
- O čem naše třídnická hodina podle tebe byla?

Odpovědi na jednotlivé otázky vpisují děti do jednotlivých částí erbu, poslední odpověď má své místo pod erbem. Opět získáváme cenné informace, se kterými můžeme dál pracovat.

III.V Sebepoznání

Úvod

Ne všechny společné hodiny musí být zaměřeny na třídu jako kolektiv. Stejně důležité je přemýšlet o sobě samém a zároveň i poznávat, jak se vidí druzí. Takové téma je vhodné nabídnout žákům ve chvíli, kdy se již delší dobu znají, a ve skupině panuje vzájemná důvěra. Vydařená hodina, při které jsou děti ochotny před sebou mluvit samy o sobě a naslouchat si, má pozitivní vliv na atmosféru třídy a poskytuje nám informaci o dobrých vztazích ve třídě.

Cíl

Zaměřit se na sebe – jak se vidím. Podpořit kladnou sociální interakci, umožnit dětem získat o sobě více informací.

Cílová skupina

Hlavní aktivita je vhodná od 12 let, tuto hodinu tak můžeme využít na druhém stupni ZŠ. Pro starší žáky bude vhodné hry obměnit, přizpůsobit jejich věku.

Motivace

Dětem vysvětlíme, že dnešní hodinu se budeme věnovat hodně sami sobě, tomu, jací jsme. Ubezpečíme je o tom, že nikdo nebude do ničeho nucen a podpoříme děti tím, že sami vyjádříme svůj pozitivní postoj a očekávání („Věřím tomu, že to bude hodina příjemná a už se na ni těším.“).

Struktura

1. Rozehřívačka
2. Hlavní technika
3. Reflexe, závěr

1. Máš rád lidi? (5–10 min)

Hráči se rozestaví do velkého kruhu a chytí se za ruce. Vedoucí zůstává uprostřed a vysvětlí dětem, že až zakřičí: „Raz, dva, tři“, mají odpovědět: „Máš rád lidi?“. Vedoucí pak odpovídá: „Ano, zvláště když nosí tenisky.“ Všichni, kdo mají na nohou tenisky, si vymění místa. Toho využije vedoucí a také se zapojí na volné místo v kruhu. Uprostřed tak zůstane jeden z hráčů a hra pokračuje. Můžeme uvádět city, vlastnosti nebo situace, např.:

Světlé vlasy
Dnes ráno si vyčistil zuby
Má rád někoho z přítomných
Pohádal se s rodiči
Už dostal jedničku
Už se někdy cítil sám

Pozn.: Je třeba, aby děti důsledně dodržovaly rozmístění v kruhu, tedy aby v kruhu nevznikala nová místa a nedocházelo k tomu, že uprostřed nikdo nezůstane.

Omezení aktivity: potřeba většího prostoru; nutno uzpůsobit osobám s omezenou pohyblivostí nebo se specifickými potřebami.

2. Podobnost (20–25 min)

V této aktivitě přemýšlíme o své podobnosti něčemu, někomu (Jaký vlastně jsem?). Můžeme dojít k poznání, že přirovnání někoho k něčemu může být nepříjemné.

Před vlastní aktivitou mluvíme o tom, že některé podobnosti máme rádi a jiné ne. Přiblížíme to dětem pomocí konkrétních příkladů (např. „Třeba když

vám někdo řekne, že jste podobní svému bratrovi nebo sestře – komu by se to líbilo a komu ne?“).

Jiné ale je, když si můžeme sami zvolit, čemu se podle vlastního názoru vlastně podobáme. Každý z nás se může srovnávat s věcmi kolem sebe. Některé věci mají přece stejné vlastnosti jako my.

Poté předložíme dětem následující formulář, ve kterém mají během určitého časového limitu (my k limitování času užíváme hudební skladby – „Máte čas dvou písniček.“) vyjádřit srovnání, která se jim vybaví:

1. Které zvíře je jako ty? V čem spočívá tato podoba?
2. Které ovoce je jako ty? V čem vidíš tuto podobu?
3. Jaké číslo je jako ty? Proč?
4. Jaké počasí je jako ty? Proč?
5. Která květina či rostlina má v sobě něco, co je ti podobné?
V čem tato podobnost spočívá?

Na závěr děti vyzveme k nakreslení svého vlastního obrazu, ve kterém využijí ovoce, číslo, květ, rostlinu a zvíře uvedené jimi ve formuláři.

3. Závěrečná reflexe (10–15 min)

Po ukončení práce si sedneme s dětmi do kruhu a zeptáme se jich, zda se chtějí s ostatními o své myšlenky a kresbu podělit. Nikoho nenutíme. Namotivovat je můžeme tak, že nejprve představíme vlastní formulář a kresbu. Pokud nastane situace, že o sobě nebude nikdo chtít nic říct, pak můžeme vyjádřit své pocity: „Myslím si, že je to škoda, mě by vaše myšlenky hodně zajímaly“, ale budeme rozhodnutí dětí respektovat. Pro nás je to informace o možné nízké úrovni důvěry mezi dětmi a tedy i možné téma další třídnické hodiny.

Varianta reflexe také je, že se udělá výstavka z nepodepsaných kreseb a ostatní žáci tipují, čí kresba by to mohla být. Děti tak dostanou informaci, jak je vnímá okolí.

Při reflexi můžeme využít následující dotazy:

Jak se vám cvičení líbilo?

Je obtížné o sobě takto přemýšlet?

Co mě překvapilo?

Co bylo příjemné a co nepříjemné?

S jakými dalšími věcmi jde člověka srovnávat?

Kdy je nevhodné a nebezpečné někoho k něčemu přirovnávat?

Zdroj

Karnsová, M.: Jak budovat dobrý vztah mezi učitelem a žákem
Herlichová, S.: Hry pro život 2

III.VI Komunikace

Úvod

O důležitosti rozvoje komunikačních dovedností se zde nemusíme bavit. Opakovaně s dětmi řešíme to, že si skáčou do řeči, mluví najednou, neposlouchají, křičí, neumí se vyjádřit... Proč je tedy névést k osvojení správných reakcí hrou a pro ně lépe přijatelnou formou?

Cíl

Rozvoj pozorného naslouchání a naladění se na partnera. Uvědomění si toho, jaké je, když všichni mluví a nikdo neposlouchá.

Cílová skupina

Níže uvedené hry jsou pro žáky 4.–5. třídy ZŠ.

Motivace

Jsme stále mezi lidmi, a to znamená, že spolu mluvíme, domlouváme se. Je mezi námi někdo, kdo dnes s nikým nemluvil? Mluvíme všichni – jsme na mluvení trochu odborníci. Můžeme se tedy věnovat tomu, JAK si spolu povídáme.

Struktura

Klasická struktura třídnické hodiny, v případě dostatku času zařazené ověřovací techniky na závěr.

1. *Jedním dechem (5–10 min)*

Všichni se ve stejné chvíli maximálně nadechnou. Na znamení začnou všichni hlasitě mluvit a nepřestávají, dokud jim stačí dech. Mohou říkat cokoli včetně čísel, jazykolamů nebo opakování stejných slov, rozhodující je délka projevu. Nikdo nesmí přidechovat nebo se znova nadechnout. Vyhrává ten, kdo vydržel mluvit na jediný nádech ze všech nejdéle. Můžeme několikrát opakovat a zjistit, zda si vítěz v prvním kole své vítězství potvrdí.

Hrou se nejen dobře odreagujeme a vykřičíme, ale také si můžeme uvědomit, jaké to je, když nás nikdo neposlouchá.

Pozn.: Jedná se o hodně hlasitou aktivitu.

2. *Hluché uši (15–20 min)*

Hru můžeme uvést dotazem, jak na děti působila hra předchozí – Byla jim příjemná, nebo nepříjemná?, Jak se děti v nastalém hluku cítily?, Jaké to bylo, když mluvili všichni „přes sebe“? Po probrání těchto dotazů nasměrujeme děti k podstatě hlavní techniky – Neznají náhodou podobné situace z vlastní zkušenosti? Kdy zažily situace, při které mluvili všichni nebo více lidí najednou? Co takové rozhovory, ve kterých si každý „vede svou“ a nereaguje na to, co řekl druhý, je ke slově druhého hluchý?

Př.: Petr: „Půjdeš si odpoledne hrát ven?“ Jana: „Táta mi včera koupil nové DVD.“ Petr: „Mám nové kvarteto.“ Jana: „Všem se to DVD děsně líbí.“ Petr: „Tak půjdeš si hrát?“ Jana: „Co pořád chceš, znáš ten film nebo ne?“

Upozorníme na to, že každý z hovořících pokračuje ve svých úvahách zcela nezávisle na druhém. Pak mají děti 10 minut na napsání vlastního příkladu. Hotové rozhovory děti přečtou nebo mohou zahrát.

3. *Reflexe (10–15 min)*

V rámci reflexe se s dětmi můžeme věnovat následujícím otázkám:

Co pro vás bylo obtížné, co se naopak dařilo velmi dobře?

Myslíte si, že umíte naslouchat druhým?

Kdy je těžké druhým naslouchat?

Jak se může stát, že někdo druhému nenaslouchá?

Jak poznám, že mi někdo nenaslouchá?

Jak pozná vedoucí (učitel), že mu děti naslouchají?

Jaké je řešení takové situace? Co můžete udělat, když máte pocit, že váš rozhovor vypadá podobně jako ty, které jsme si právě předvedli?

Pokud nám zbude čas, tak si můžeme zkusit pozorné naslouchání druhého procvičit nebo se k tématu příště vrátit (využít jde i hodinu českého jazyka):

Následná (ověřovací) technika: Povídka na pokračování (10–20 min)

Děti si sednou do kruhu. Vedoucí začne vyprávět povídku. Řekne jednu větu a vyzve souseda po levici, aby ve vyprávění pokračoval – jeho úkolem je doplnit povídku o jednu větu. Ostatní děti po řadě pokračují. Je dobré upozornit děti na úkol předem a zdůraznit, že věty musí na sebe navazovat, musí mít vnitřní souvislost. Když někoho nic nenapadne, řekne pouze „němá ryba“, a tím předá své pořadí dalšímu. Vedoucí začíná: „Pojedeme spolu na dlouhou cestu.“ Ve vyprávění se pokračuje, dokud děti projeví zájem. Ve chvíli, kdy zájem opadá, dá vedoucí vhodným způsobem znamení k ukončení práce. Osvědčené začátky povídek: „rodiče odešli z bytu“, „jedeme na prázdniny na vesnici“, „jedeme do neznámé krajiny“ atd.

Po ukončení techniky (příběh se dostane ke zdárnému konci, nebo se naopak nikam neposouvá a děti ztrácí zájem) se společně pobavíme nad tím, jak se dětem společný příběh líbil (jak by ho ohodnotily). Co pro ně bylo při vyprávění příběhu obtížné, dokázaly se celou dobu soustředit? Proč je vlastně důležité věnovat si navzájem pozornost? Kdy je v životě naslouchání důležité?... Můžeme jim zrcadlit, co jsme viděli my.

Rizika: nedostatečná představitost

Zdroj

Šimanovský, Z.: Hry pro zvládnání agresivity a neklidu

Hermochová, S.: Hry pro život; Sociálně psychologické hry pro děti a mládež

III.VII Spolupráce a tolerance

Úvod

Další ze základních kamenů pro budování zdravých vztahů ve třídě. Škola sama o sobě je postavena na stálém porovnávání dosažených výsledků a souměření, proto je třeba pro posilování kooperace a vzájemné tolerance využít každou vhodnou chvíli. Budování dobrých vztahů mezi žáky a práci na pozitivní atmosféře třídy děláme zároveň to nejlepší pro prevenci výskytu sociálně patologických jevů.

Cíl

Rozvoj týmové spolupráce, upozornění na to, že jeden člověk často nezvládne náročný úkol sám a že každý z nás je v něčem dobrý (má výhodu) a v něčem ne (má handicap), proto se vyplatí spolupracovat.

Cílová skupina

Aktivity jsou vhodné pro 1. stupeň ZŠ. Po úpravě zadání a v kombinaci s dalšími technikami využitelné i u starších.

Motivace

Můžeme např. využít jednoduché metafory třídy a lodi: Ve třídě jsme na jedné lodi, máme spolu doplnout do ... třídy a to představuje nějaký čas strávený spolu. Aby se nám spolu plulo dobře, musíme si společně umět poradit i s nejnáročnými úkoly. Vyzkoušíme si tedy, co vše spolu zvládneme.

Struktura

Klasická struktura třídnické hodiny.

1. *Dupání po kruhu (10 min)*

Stojíme v kruhu a vytváříme nepřerušovaný rytmus tak, že dupeme jeden za druhým: první hráč začne pravou, nato levou nohou, navazuje jeho soused vlevo svou pravou a pak levou atd. Tedy ve schématu: P–L–P–L–P... Dupnutí koluje po kruhu ve stejnoměrném rytmu. Necháme ho oběhnout dvakrát-třikrát a pak můžeme použít varianty:

- poněkud zrychlíme tempo
- kterýkoli hráč, když na něj přijde řada, smí pravou nohou dupnout dvakrát. Tím obrací směr a navazuje na něj předchozí hráč, který má stejně jako všichni v kruhu možnost volby obou směrů.
- dupání po kruhu zesilujeme, zeslabujeme, zrychlujeme, zpomalujeme a kombinujeme

Varianty:

- hrajeme vsedě a odklepáváme rukama položenýma na stole
- hrajeme vsedě a odklepáváme rukama položenýma na bližším kolenech spoluhráče v kruhu nalevo a napravo. Každý má tak ruce zkřížené s oběma nejbližšími hráči.
- která ruka se splete nebo zapomene, ta vypadává ze hry

2. *Kreslení s handicapem*

Skupinka hráčů obdrží od organizátora čtvrtku papíru a zadání tématu své výtvarné práce. Např.: nakreslete domeček, který má modrou střechu, oranžovou omítku, deset oken ve tvaru pravoúhlých trojúhelníků, plot s ostnatým drátem a na zahrádce tři vzrostlé baobaby. Všechny objekty musí být obtaženy fixem.

Následně je každému výtvarníkovi přidělen handicap (např.: nesmí používat pastelku té či oné barvy, nesmí používat fixu, je němý, nesmí vstát od stolu, nemá ruce, je slepý...) nebo výsada (např. pouze on jediný může používat žlutou pastelku, jedině on smí vstát od stolu...). Každého účastníka obdaříme několika handicapem nebo výsadami. Skupina má na práci omezený čas. Po vypršení limitu zhodnotíme výsledné dílo a hlavně spolupráci v týmu.

Jednodušší varianta: Každý z hráčů dostane jen handicap či výsadu.

Pozn.: Zadání techniky je možné přizpůsobit jakémukoli věku.

Je dobré, když organizátor účastníky hry zná a přiděluje jim omezení a výsady podle jejich chování v týmu, např. rozeného vůdce nechá oněmět, outsiderovi přidělí právo jediného uživatele zásadní barvy, z nespolupracujícího živilu

udělá slepce odkázaného na to, aby mu někdo vedl ruku s fixou, kterou smí používat jen on atd.

Důležité: Aby měla smysl výsada vstávání od stolu, je dobré veškeré pastelky a fixy odnést někam daleko od onoho stolu, příp. je rozmístit na různá místa třídy.

3. *Reflexe a závěr*

Můžete zadat krátkou reflexi ve skupinách, při které by si žáci měli sdělit, jak se kdo během hry cítil, co pro ně bylo obtížné, co naopak snadné, co jim pomáhalo k tomu, aby splnili zadání úkolu. Po krátké chvíli si v kruhu své závěry sdělí všechny skupiny. Vedoucí se snaží pomocí dotazů děti přivést především k pojmenování toho, co se jim při plnění úkolu osvědčilo (domluva na taktice, jeden vedoucí člověk, společná komunikace...), co naopak produktivní nebylo (hádky, osočování druhých, účast „každý sám za sebe“, pasivita a nezájem některého z hráčů). Vedeme děti také k tomu, aby si samy řekly, která reálná situace z jejich života se úkolu podobá a kdy mohou v realitě použít právě získané informace.

Zdroj

Šimanovský, Z.: Hry s hudbou a techniky muzikoterapie
neznámý

III.VIII Jak zacházet s internetem (bezpečí na internetu)

Úvod

„Jen necelá polovina (49 %) českých dětí považuje setkání s cizím člověkem zprostředkované internetem za rozhodně nebo spíše nebezpečné. Jen 63 % z českých dětí někdy slyšelo o možných hrozbách při seznamování se po internetu.

Celkem 66 % dětí v Česku někdy dostalo pozvání na schůzky s neznámými prostřednictvím instant messagingu (ICQ, MSN Messenger apod.). V Česku přijmou taková pozvání téměř dvě ze tří oslovených dětí. Navíc až 70 % dětí šlo na schůzku samo.“

<http://www.itbiz.cz/mobil-internet-hrozby>

Internet je v současnosti fenoménem, který většina dětí poznává a setkává se s ním již od doby nástupu na ZŠ. Zároveň technická počítačová gramotnost dětí a orientace v problematice někdy překonává orientaci dospělých. Technická kompetence dětí a přístupnost nejrůznějších obsahů internetu však je v naprostém protikladu s jejich osobnostní zralostí. Na internetu je dnes možné volně i nelegálně stahovat nejrůznější obsahy: hudbu, filmy, pornografii, návody k nelegální činnosti, programy, kterými lze vytvářet viry sledující počítače jiných lidí, vydávat se za jiné osoby, oddávat se virtuální realitě s jinou identitou např. ve hře Second Life.

Cíl

Podpořit u žáků kompetenci zacházet s internetem bezpečně, uvažovat i o rizikových aspektech fenoménu internetu a virtuální reality, s nimiž jsou v každodenním kontaktu.

Cílová skupina

Žáci 2. stupně ZŠ.

Motivace

Dobrou motivací by mohlo být ukázání toho, jak moc se téma žáků dotýká. Mohou tedy např. na jednu stranu třídy jít všichni, kdo byli na internetu v posledním týdnu, včera, kdo užívá ICQ či obdobné komunikační síťové programy, jehož rodiče používají internetové bankovníctví, kdo si někdy povídal přes internet s člověkem, kterého nikdy neviděl, kdo si někdy stahoval přes internet hudbu nebo film, vyhledával nějaké nové informace...

Bylo by možné také např. zadat ještě před třídnickou hodinou nějaké skupině referát např. o vzniku a historii internetu, další skupině o jeho rozšíření (např. kolik lidí je na něj připojeno, denně se na něj připojuje atd., případně dle věku i dalších specifických tématech – cenzura na internetu (Google v Číně), internetové šikany a pronásledování, fenoménu Facebook atd.

Struktura

Klasická struktura třídnické hodiny.

1. Navození tématu, brainstorming (10–15 min)

Žáci rozdělení do menších skupinek po max. 6 členech v zadaném čase volně sepisují metodou brainstormingu vše, co je napadá k tématu internet. V dalším kroku dvěma barvami vyznačí pojmy, které považují v oblasti internetu jako pro sebe užitečné, jinou barvou pojmy, které představují riziko. Každá skupina představí svoji práci, učitel moderuje krátkou navazující diskuzi.

2. *Tvorba příběhu, diskuse a pravidla bezpečného internetu (20–25 min)*

Žáci vytváří v malých skupinách příběhy o vybraném rizikovém aspektu internetu. Mělo by jít o příběh někoho jim věkově blízkého. Po vytvoření příběhu jednotlivé skupiny prezentují. Následuje diskuse moderovaná učitelem. Nakonec mohou společně nebo ve skupinách žáci vytvářet pravidla, která by měla vést k bezpečí na internetu.

3. *Závěr, poselství (5–10 min)*

Můžeme využít metodu komunitního kruhu, kdy se každý vyjádří k otázce, co si z hodiny odnáší, co jej zaujalo.

Žáci by všemi aktivitami a diskuzí měli dospět k závěru, že o internetu je dobré a zajímavé přemýšlet a nejen jej slepě konzumovat. Případně zvážít vhodnou mezipředmětovou návaznost: člověk a společnost, informatika, dějepis, zdravý životní styl.

Rizika

Téma nevytváří významnější rizika vzhledem k atmosféře třídy a vztahu mezi žáky.

Učitel by měl být autentický a pravdivý k žákům, co se týká jeho znalosti a vztahu k internetu, v opačném případě by mohl být vnímán jako nekompetentní a od tématu a života žáků příliš vzdálený.

Použité zdroje

<http://www.itbiz.cz/mobil-internet-hrozby>

Další zajímavé zdroje

<http://www.itbiz.cz/cina-brani-cenzuru-internetu>

<http://www.itbiz.cz/Internet-predstavuje-prostredek-ke-zneuzivani-deti>

<http://www.modernivyuka.cz/spravce/SecCur/html/etusivu.htm>

IV. UČITELSKÉ „RADOBRANÍ“

Předkládáme vám zde několik rad a myšlenek, týkajících se řešení problémového chování žáků, ke kterým se při práci s třídními kolektivy a při následném rozhovoru a učiteli často dostáváme. Pozornému čtenáři jistě neunikne, že některá doporučení byla v textu zmíněna již dříve. Ale držíme se výroku klasika, že opakování je matka moudrosti, a proto je uvádíme všechna.

- ◆ Vzhledem k tomu, že každý z nás jsme individualita s jinak nastavenými hranicemi vnímání i tolerance a možných potíží s chováním žáků se může vyskytnout spousta, pak je jasné, že nejsme schopni reagovat úplně na vše, event. hrozí, že nás naopak hlídání všech možných rušivých projevů chování dětí zcela zahltí. Stanovte si proto sami pro sebe své cíle výchovného působení – konkrétně si řekněte, které chování vám vadí a které jste ještě ochotni/na v jisté míře tolerovat.
- ◆ Sdělte svým žákům, jaké chování se vám nelíbí a dávejte jim jasně najevo, že takové projevy nehodláte tolerovat.
- ◆ Rozhodnutí, že nebudete ignorovat chování, které považujete za nevhodné, vám umožní chovat se v problémových situacích pro žáky citelně a zejména stabilně v čase – žáci tak získají ve vašem chování jistotu, budou si vědomi hranic.
- ◆ Při volbě svého přístupu k žákům vezměte v úvahu fakt, že velká míra direktivity často vede k tomu, že vzorně fungující žáci se při absenci autority začnou chovat jako „utržení ze řetězu“. Důvodem je, že pravidla chování jsou přijímána bez porozumění a respektována jsou pouze ze strachu před trestem od autority.
- ◆ Vždy dopředu vyjasněte žákům následky nevhodného chování. Formulujte jasná a vynutitelná pravidla.
- ◆ Pamatujte, že pokud to jen jde, tak by sankce měly přímo vyplývat z chování, za které jsou udělovány, jinak klesá jejich dlouhodobá účinnost. Vzpomeňte si na příklad Aleše, který chodil opakovaně pozdě do hodiny zeměpisu. Trestem pro něj byl referát rozpracovávající téma, které bylo

na začátku hodiny probíráno (viz část věnovaná symetrickému způsobu řešení dlouhodobého porušování pravidel).

- ◆ Na problémové projevy reagujte ihned, komentujte je jasně a výstižně (konkrétně pojmenujte to, co vidíte a sdělte, že se vám to nelíbí).
- ◆ Vyhněte se příliš obecným a nic neříkajícím formulacím, které nic neřeší nebo nevhodné chování jen posílí. Jde o věty typu:
 - „Chovej se jako dospělý!“
 - „Kdyby sis mě vážil, tak bys to neudělal.“
 - „Já přece chci jen, abyste dodržovali zásady slušného chování.“
 - „Dvakrát si to rozmysli, než to uděláš znovu!“
 - „Řekni mi pravdu.“
 - „Proč jsi to udělal?“
 - „Proč se pořád pereš?“
- ◆ Pamatujte, že je třeba oddělovat projevy chování žáka od jeho osobnosti. Př.: Když sdělím Karlovi: „No jasně, to je prostě Karel, co jiného bych tak od tebe mohl čekat“, tak hodnotím jeho osobnost a dávám mu najevo, že je špatný. Úplně jiné poselství nese věta: „Karle, to co jsi teď udělal, se mi opravdu nelíbilo. Víím, že to dokážeš i jiným způsobem.“
- ◆ Dejte problémovým žákům šanci být v něčem dobří, umožněte jim zažít úspěch.
- ◆ Oceněním pozitivních projevů chování a dáváním najevo toho, že jste si jich všimli a líbí se vám to, toto chování posilujete.
- ◆ Pokud už jste nějaký problém jednou vyřešili, už se k tomu nevracejte, nepřipomínejte jej.
- ◆ Pokuste se nedávat žákům nálepky typu „to je ten, co se pořád pere“, vědomě se zkuste zaměřit i na jiné stránky jejich osobnosti. Přemýšlejte o příčinách jeho chování.
- ◆ Snažte se poznat své emoce a nenechte se vytočit (vždyť i to může být jedním z cílů nevhodného chování žáků). Zkuste si sami pro sebe udělat malou revizi – Které chování vás spolehlivě „dostane“? Jak na ně reagujete? Nenahráváte tak „protivníkovi“, neočekává náhodou naši reakci? Pamatujte, že pokud znáte svou slabinu (např.: vytáčí mě opakující se drzé poznámky a ostentativně prezentovaná neochota ke spolupráci, často pak takového žáka napomínám, nedám mu prostor pro spolupráci, ironizuji jej a naše interakce se mění v boj), pak si můžete lépe uvědomit situaci, kdy „začínáte vřít“ a můžete se zaměřit na své projevy (př.: vidím, že provokuješ a začínáš mě štvát, ale nenechám se vytočit, tyhle drobné

začáteční provokace přejdu bez povšimnutí, ocením jej ve chvíli, kdy bude chvíli klidný a dám najevo zájem o jeho názor).

- ◆ V kontaktu se třídou buďte opravdoví, nepřetvařujte se a nedělejte věci jen proto, že se musí – žádná z výše jmenovaných zásad nebude fungovat, pokud s ní vnitřně nesouhlasíte.
- ◆ A především mějte na paměti to, že i učitelé jsou jen lidé a nemusí vše vždy okamžitě umět vyřešit a zvládnout. Při práci se třídou nedovolte, aby se vaše činnost zúžila jen na řešení problémů. Pokuste se zaměřit na pozitivní věci ve třídě, pochvalte se za své pedagogické úspěchy a neúspěchy berte jako možnost ještě se zlepšit.
- ◆ Věnujte se sami sobě, relaxujte pomocí činností vám milých, zajímejte se o techniky zvládnání stresu. Učitel, který je „v pohodě“, totiž dokáže pohodu kolem sebe šířit, dokáže být v kontaktu s dětmi opravdový a upřímný a věřte tomu, že děti to opravdu dokážou poznat a ocenit.

V. Přílohy

Příloha 1 – Návrhy kartiček k tématu „Šikana“

VRÁŽENÍ ŠPENDLÍKŮ APOD. DO KŮŽE

ČASTÉ POSMĚŠKY

URÁŽENÍ RODIČŮ OBĚTI

ČASTÉ VULGÁRNÍ NADÁVKY

SCHOVÁVÁNÍ VĚCÍ

NIČENÍ ŠKOLNÍCH POMŮCEK

VYHROŽOVÁNÍ – SLOVNÍ VÝHRŮŽKY, GESTA, UKÁZANÍ NOŽE...

OBĚŤ JE DONUCENA K PRÁCI ZA JINÉHO

SVALOVÁNÍ VINY NA OBĚŤ

„MRTVOLNÉ“ TICHŮ VŮČI OBĚTI

POLÉVÁNÍ A PLIVÁNÍ NA VĚCI OBĚTI

ZABAVENÍ PENĚZ, SVAČINY, POMŮCEK

OBTĚŽOVÁNÍ MOBILEM – PROZVÁNĚNÍ, SMS

PŘITISKNUTÍ ROZŽHAVENÉHO KOVU

PÁLENÍ CIGARETOU

STRKÁNÍ, ŠLAPÁNÍ NA NOHY

HROMADNÉ KOPÁNÍ + TZV. „ULIČKA“

VYHAZOVÁNÍ (I JAKO) OBĚTI Z OKNA

SEXUÁLNÍ NÁSILÍ – „JEN JAKO“ I SKUTEČNÉ

Příloha 2 – Charakteristiky agresora a oběti



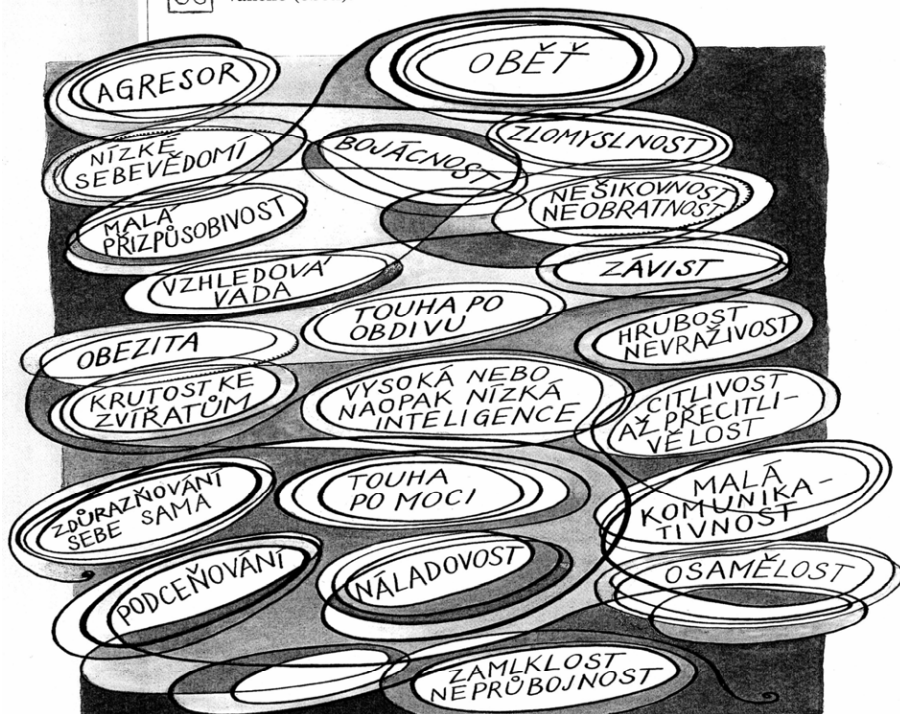
OSOBNÍ BEZPEČÍ



Už víš, co znamená slovo agresivní.
Viš, kdo je to agresor?



Zkus rozluštit charakteristické vlastnosti agresora a vlastnosti šikanovaného (oběti).



Podobáš se svými vlastnostmi agresorovi či oběti?
V čem?



Navrhni trest pro agresora.

Shrnutí:



Šikana je velmi vážným společenským jevem. Oběť šikany nevyřeší svou situaci sama. Pomoc najde u rodičů, u učitele, na lince bezpečí.

Příloha 3 – Karta hry „Protidrogová komise“

Základní charakteristiky hry/techniky a možnosti jejího využití v primární prevenci

Název : *Protidrogová komise*

Cíl : *Uvedení do problematiky, ovlivnění postoje, pozitivní naladění.*

Dítě se uvede do problematiky nenásilnou formou. Je to jedna z mála her, kdy není objektem prevence, ale stává se jejím „tvůrcem“. Dalším cílem je ovlivnění postoje, dítě je vlastně nenásilně uvedeno na stranu těch, kteří jsou proti návykovým látkám. Aniž bychom mu čímkoliv argumentovali. Atmosféra této hry vytváří pozitivní a humornou náladu.

Časová náročnost : *45 minut.*

Od kolika let je aplikace vhodná : *Od 13 let až do dospělosti*

Instrukce k realizaci : *Je na první stránce.*

Následná práce se skupinou : *Doporučujeme následný rozbor v diskusi se zaměřením, jak je to v realitě a co by opravdu pomohlo.*

Otázky: *Co by pomohlo prevenci v realitě? Co by na Vás zapůsobilo nejlépe? Co si myslíte o současné prevenci? Co si myslíte o prevenci, kterou jste prošli? Kde vnímáte problém?*

Případná rizika spojená s aplikací : *Jako riziková se může vnímat třída, která má abnormální komunikaci. Potom celá hra neslouží prevenci návykových látek, ale k obnažení stavu komunikace ve třídě. Může tak zafungovat v diagnostice tohoto stavu. Občasným rizikem může být i neadekvátní zlehčování. I když je třeba upozornit, že určitá míra humoru je zde na místě.*

Jiné poznámky : *Tuto hru, lze aplikovat též na jiné sociálně patologické jevy /šikana, kriminalita, záškoláctví/.*

V případě použití hry u dospělých ji lze přetvořit na lehkou, společenskou hru s erotickým podtextem, jejím použitím třeba na řešení prostituce na E 55.

POZOR: *Při této hře se preventista neúčastní, sedí mimo kruh a aniž by zasahoval, pouze sleduje děj.*

Připomínám, že toto zpracování je s použitím nadsázky pro konkrétní realizaci.

Vlastní prožitek hry/techniky:

Dne:

Protidrogová komise

Toto zadání je nadsázkou zlehčeno pro setkání v Sl. Prosim, dětem zadání nečtete doslova.

A/ Složení komise :

Starosta pan Našel *Starosta je funkce, která se určuje. Volíme žáka nebo žákyni, která má dovednost komunikačně třídu zvládnout. Má za úkol vést komisi až ke zdárnému konci. S místostarostou si stanoví formu vedení a kritéria výběru.*

Místostarosta pan Ztratil *Má především funkci kázeňskou, vznáší doplňující dotazy. Měl by být kamarádem starosty, aby se dovedli dohodnout. Také bývá určen. Ostatní role si děti volí sami.*

Ředitel školského odboru PaedDr. Inkoust *Je důkladný, přesně ví co chce, ví jak to má vypadat, vždy připraven poučit přítomné.*

Náčelník policie ppl. Maisner *Prosazuje represí, kdyby to bylo podle něj, rázně by s problémem zatočil.*

Ředitel pedagogicko-psychologické poradny PhDr. Všeználek *Akurátní pan ředitel, který bere ohled na děti a chtěl by, aby nebraly drogy. Pochopitelně ví jak problém vyřešit.*

Zástupce preventivní organizace Dr. Snaživá *Předsedkyně sdružení, která vytváří programy prevence a je zaskočena tím kolik má kolem sebe odborníků, protože si až doposud myslela, že jediný, kdo zná tuto problematiku, je ona.*

Ředitel Psychiatrie Doc. Chocholoušek *Potřebuje zvýšit náklady psychiatrického oddělení, kde se Ti, kteří prošli prevencí, mají léčit.*

Poslanec JUDr. Rejpal *Ten, kdo sice problematice opravdu vůbec nerozumí, ale o to více je aktivní, protože se blíží volby. Během komise má za úkol do všeho rejpat a zpochybnovat to. Protože, kdyby byl zvolen on a jeho strana..., k ničemu takovému by pochopitelně nedošlo.*

Zástupce léčených toxikomanů pan Světák *Ten, který sice závislostí prošel, ale pro ostatní nebývá směrodatný. Do fikce vnáší moc nevhodné reality. Mívá dobré nápady těžce je prosazuje. Myslí si, že problematice rozumí pouze on. V každém případě ví, jaké to opravdu je.*

Novinář z místních novin „Rozhledy“ pan Egon *Jediný, kdo problematice nerozumí a na rozdíl od ostatních se nebojí to přiznat. Má za úkol jednoduchými větami zaznamenat co se na komisi děje a těsně po ní přečíst účastníkům co o nich druhý den vyjde v jeho novinách. Je dobré psát citace vět, které zazní.*

Pokud je více dětí lze přidat zástupce Romské iniciativy, Zástupce místní církve.

B/ Instrukce:

V malém městečku před časem proběhl velký průzkum týkající se návykových látek. Ukázalo se, že situace je velmi vážná. Nezletilé děti kouří, pijí alkohol a ve zvýšené míře experimentují s drogami. Na náměstích a diskotékách se prodávají drogy. Dealeři se volně pohybují po městě. Děti jsou neošetřené v oblasti prevence. Stav je po všech stránkách velmi vážný. Městečko dostalo mimořádnou dotaci ve výši 500 000,- Kč., na řešení této situace.

V městečku se pravidelně schází komise, již jste vy. Minule jste si dohodli, že každá organizace připraví svůj projekt na řešení dané situace vlastními silami. Součástí projektu jsou i jeho nutné náklady. Na dnešní komisi se rozhodne, komu budou peníze přiděleny, komu nikoliv, zda bude organizací více, či jen jedna. Cílem je co nejlépe řešit danou situaci. Máte na přípravu 10-15 minut. Potom bude komise zasedat. Děti, které se o žádnou roli nepřihlásily a jich je většina, se volně přidruží ke komukoliv. Každý zástupce organizace si napíše před sebe na papír svou funkci a své jméno.

Příloha 4 – Dotazník o drogách

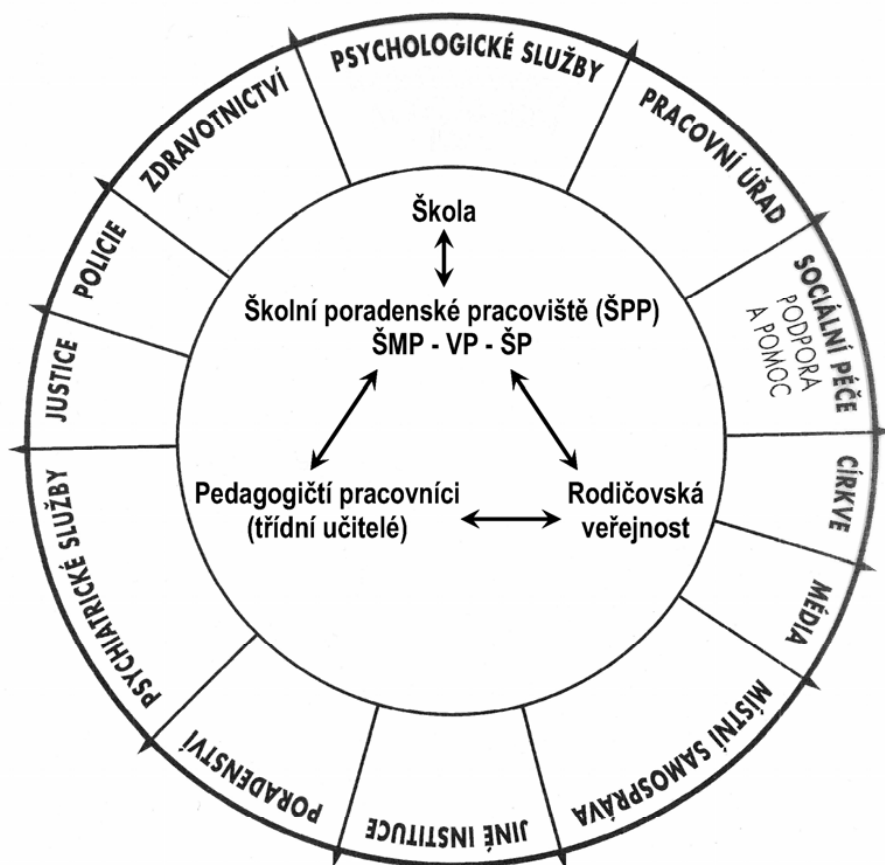
DOTAZNÍK O DROGÁCH

1. Uveďte všechny látky, o nichž si myslíte, že jsou drogy.
2. Napište drogy, o nichž si myslíte, že jsou nejnebezpečnější a určete jejich pořadí.
3. Uveďte důvody, proč si myslíte, že lidé berou drogy.
4. Napište větu: Brát drogy je
5. Myslíte si, že brání drog souvisí s rozumem toho, kdo drogu bere? Myslíte si, že jsou tito lidé duševně zaostalí nebo nějak rozumově poškození? Odpovzte: ano – ne – nevím.
6. Co byste dělali, kdyby vám přítel, přítelkyně, kamarád či kamarádka oznámil/a, že bere drogy? Vyberte řešení, které by vám bylo nejbližší. Můžete uvést i své vlastní řešení a odpověď doplnit svým komentářem:
 - a. pomohl bych mu sám a snažil bych se spojit s nějakým odborníkem
 - b. zkusil bych to s ním, jaké to je
 - c. pomohl bych mu sám a nikomu bych to neříkal
 - d. nechal bych ho, protože je to jeho věc
 - e. někam bych to oznámil, protože nás ohrožuje
 - f. jiné řešení
7. Setkali jste se ve svém okolí s někým, kdo:
(Na všechny otázky v sedmé otázce odpovídejte: ano–ne)
 - a. pije pravidelně alkohol a má s tím problémy (nebo jeho okolí)?
 - b. čichá těkavé látky?
 - c. zneužívá nějaké léky nebo s nimi na sobě experimentuje?
 - d. kouří marihuanu?
 - e. užívá tzv. tvrdé drogy?
8. Napište, co si představujete pod pojmem závislost na drogách.
9. Napište, zda a jak mohou být nebezpečné hry na výherních a hracích automatech.
10. Myslíte-li si, že společnost brání některým drogám, napište důvody, proč to dělá. Myslíte-li si, že nebrání, napište, proč si to myslíte.
11. Napište, jak drogy poškozují lidské zdraví, které orgány poškozují a které nemoci způsobují.
12. Napište, co všechno byste o tomto tématu chtěli vědět.

Příloha 5 – Model spolupráce škol a institucí

Spolupráce škol a institucí v rámci prevence sociálně nežádoucích jevů

- škola (systém prevence)
- spektrum pomáhajících institucí



Příloha 6 – Vybrané zásady práce s třídním kolektivem



Pedagogicko-psychologická poradna, Brno,
Poradenské centrum pro drogové a jiné závislosti, Sládkova 45, Brno

www.poradenskecentrum.cz
tel. 548 526 802



Klíčové publikace projektu:

**Tvorba systému modulárního vzdělávání v oblasti prevence sociálně patologických jevů pro pedagogické a poradenské pracovníky škol a školských zařízení na celostátní úrovni
CZ.1.07/1.3.00/08.0205 ESF OP VK.
(VYNSPI)**

Miovský, M. a kol. (2012)

Výkladový slovník základních pojmů školské prevence rizikového chování.

Praha: Univerzita Karlova v Praze & Togga

Výkladový slovník překračuje oblast školní primární prevence rizikového chování. Je první publikací, která se věnuje výhradně preventivní terminologii a snaží se překlenout úskalí její mezioborovosti a meziresortnosti. Předpokládáme, že publikace najde využití v pregraduální výuce různých oborů, stejně tak v oblasti celoživotního vzdělávání v prevenci rizikového chování. Preventivní pracovníci nestátních neziskových organizací mohou používat výkladový slovník jako podklady při strukturování a vývoji vlastních preventivních intervencí, při psaní dotačních žádostí na dotčené dotační agentury a resorty, při vyhodnocování efektivity preventivních intervencí, při zvyšování vlastních znalostí atd.

Publikace obsahuje celkem 28 klíčových (primárních) hesel. Základní hesla relevantní pro primární prevenci rizikového chování mají abecední řazení. Všechna hlavní hesla výkladového slovníku jsou opatřena anglickým ekvivalentem pro usnadnění práce s anglicky psanou odbornou literaturou.

Miovský, M., Skácelová, L., Čablová, L., Veselá, M., Zapletalová, J. (2012)

Návrh doporučené struktury Minimálního preventivního programu prevence rizikového chování pro základní školy.

Praha: Univerzita Karlova v Praze & Togga

Publikace představuje ucelený pokus o návrh doporučené struktury, obsahu a rozsahu Minimálního preventivního programu (MPP) v České republice. Jde de facto o návrh uceleného komplexního preventivního programu pro ZŠ, který splňuje přísná kritéria kladená na školní programy prevence rizikového chování. Návrh vychází jednak ze současného stavu výzkumu v této oblasti a jednak z praxe provádění programů v ČR. Smyslem textu je nabídnout podnět k diskusi o možnostech a podobách MPP, nikoli vytvořit jeho uniformní model. Autoři si kladou za cíl podpořit diskusi o dalším směřování a vývoji MPP u nás a současně do této diskuse přispět skutečně konkrétním a jasným návrhem. Klíčové pro diskusi o tomto návrhu je ale správné pochopení základních principů, na kterých je vystavěn. Tedy že nejde o výčet konkrétních programů, ale o návrh obecného rámce začínajícího pravidly bezpečné školy a jdoucího přes další nespecifické preventivní aktivity (dovednosti pro život) až k aktivitám (intervencím) specifickým. Důležitý přitom je aplikovaný model spirály, tedy postupného navazování dílčích částí na sebe v závislosti na věkových skupinách žáků a vazbě dílčích témat mezi sebou. Celý popis je založen na specifikaci výstupních deskriptorů: znalostí, dovedností a kompetencí. Jinými slovy, návrh umožňuje škole strukturu vyplnit libovolnými vhodně zvolenými programy v závislosti na jejich personálních, ekonomických a dalších možnostech a závazně pro ni by v tomto smyslu bylo pouze to, aby žáci na konci daného věkového období měli potřebné znalosti, dovednosti a kompetence. To zpětně posiluje roli školního metodika prevence, školního poradenského pracoviště i ředitele a respektuje individuální povahu a reálné možnosti každé školy.

Současně návrh ukazuje, že pokud škola dobře implementovala princip rámcových vzdělávacích programů, pak zvládnout navržený komplexní program v rozsahu 86 hodin (1.–9. třída ZŠ) pro ni nemůže být zásadním problémem. Průnik s vyučovanými předměty (biologie, občanská nauka či rodná výchova atd.) je tak zásadní, že předložený návrh vyžaduje jen velmi malý nárok na uvolnění potřebných hodin pro realizaci preventivních programů nad tento rámec.

Pavlas Martanová, V. (ed.) (2012)
Standardy odborné způsobilosti poskytovatelů programů
školské primární prevence rizikového chování.
Praha: Univerzita Karlova v Praze & Togga

Certifikace odborné způsobilosti poskytovatelů programů školské primární prevence je posouzení a formální uznání, že program odpovídá stanoveným kritériím kvality a komplexnosti. Jde o proces posouzení služby podle kritérií stanovených schválenými Standardy a udělení či neudělení certifikátu o jejich naplnění.

Standardy jsou rozsáhlým dokumentem revidovaným a přijatým ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy v letech 2005 a 2008, v roce 2012 pak v rámci projektu VYNSPI (Projekt CZ.1.07/1.3.00/08.0205 ESF OP VK) rozšířeným na všechny typy rizikového chování. Standardy ve své obecné a speciální části definují základní pojmy, cílové skupiny preventivních programů a zásady efektivit primárně preventivního působení. Dále pak v podobě bodovatelných kategorií vymezují charakteristiky, které by měl kvalitní program obecně splňovat, například: dostupnost, zacílenost, respekt k právu klientů, hodnocení potřeb klienta, adekvátní personální a organizační zabezpečení programů, odpovídající materiálně – technické zázemí a další. Od roku 2012 si Standardy pokládají za cíl možnost posouzení kvality programů zaměřených na jakýkoli typ rizikového chování a ve své speciální části rozlišují tři typy přímého preventivního působení, tedy tři typy programů: programy všeobecné, selektivní a indikované školské primární prevence rizikového chování.

Pavlas Martanová, V. (2012)
Certifikační řád a metodika místního šetření pro proces certifikace
dle Standardů odborné způsobilosti poskytovatelů programů
školské primární prevence rizikového chování.
Praha: Univerzita Karlova v Praze & Togga

Certifikace odborné způsobilosti poskytovatelů programů školské primární prevence je posouzení a formální uznání, že program odpovídá stanoveným kritériím kvality a komplexnosti. Jde o proces posouzení služby podle kritérií stanovených schválenými Standardy a udělení či neudělení certifikátu o jejich naplnění.

Tyto dva texty, certifikační řád a metodika místního šetření, upravují podmínky pro certifikaci programů školské primární prevence dle Standardů odborné způsobilosti poskytovatelů programů školské primární prevence rizikového chování z roku 2012. Vymezují základní pojmy, cíle a principy certifikace a popisují úkoly jednotlivých subjektů účastnících se celého procesu i proces samotný na různé úrovni obecnosti. Certifikační řád je základním obecným ustanovením a metodika místního šetření pak nástrojem praktické realizace procesu certifikace. Dokument obsahuje též formuláře závěrečné zprávy a protokolu z místního šetření.

Pavlas Martanová, V. a kol. (2012)

Manuál certifikátora: nástroj k praktické realizaci procesu certifikace dle Certifikačního řádu a metodiky místního šetření v souladu se Standardy odborné způsobilosti poskytovatelů programů školské primární prevence rizikového chování. Praha: Univerzita Karlova v Praze & Togga.

Certifikace odborné způsobilosti poskytovatelů programů školské primární prevence je posouzení a formální uznání, že program odpovídá stanoveným kritériím kvality a komplexnosti. Jde o proces posouzení služby podle kritérií stanovených schválenými Standardy a udělení či neudělení certifikátu o jejich naplnění.

Manuál certifikátora je praktickým nástrojem, podle kterého postupuje certifikační agentura při realizaci místních šetření v zařízeních, která o certifikaci žádají. Manuál se zabývá konkrétní náplní práce certifikátorů v jednotlivých fázích certifikačního procesu a řeší též technické aspekty jejich práce. V přílohové části lze nalézt celou řadu formulářů používaných v certifikačním procesu a při místním šetření, etický kodex certifikátora, žádost a závaznou objednávku certifikačního šetření, záznamový arch hospitace v programu specifické školské primární prevence a další.

Charvát, M., Jurystová, L., Miovský, M. (2012)

Čtyřúrovňový model kvalifikačních stupňů pro pracovníky v primární prevenci rizikového chování ve školství. Praha: Univerzita Karlova v Praze & Togga

Model představuje návrh klasifikace kvalifikačních stupňů pro pracovníky v primární prevenci rizikového chování (PPRCH) ve školství. Vychází z potřeby koordinovaného vzdělávání pracovníků v PPRCH nejen u pedagogických pracovníků, ale také u všech dalších profesí vstupujících v rámci preventivních aktivit do škol, případně majících vliv na podobu těchto preventivních aktivit.

Navrhovaný model prezentuje čtyři hierarchicky seřazené stupně odbornosti preventivního pracovníka (od tzv. preventivního minima až po expertní úroveň), přičemž jednotlivé úrovně jsou odstupňovány podle náročnosti prováděných preventivních aktivit a především podle úrovně znalostí, dovedností a dalších kompetencí potřebných pro jejich realizaci. Požadavky na odbornost preventivních pracovníků jsou podstatné i z hlediska možného iatrogenního vlivu preventivních aktivit při jejich neodborném provádění. Navrhované kvalifikační předpoklady (znalosti, dovednosti a kompetence) jsou navíc v modelu jasně vymezeny a jsou ověřitelné (hodnotitelné).

Model zároveň zohledňuje existující pozice ve školství, jak je definuje zákon a prováděcí vyhlášky, a stejně tak i neformální, spontánně vzniklou strukturu složenou z odborníků, kteří se problematice primární prevence věnují v terénu. Integrální součástí modelu je i návrh postupu uznávání jednotlivých úrovní kvalifikačních předpokladů u pracovníků, kteří v prevenci již léta působí a prošli různými vzdělávacími aktivitami. Vzdělávání je i v tomto modelu koordinováno MŠMT a naplňováno jím pověřenými akreditovanými vzdělávacími institucemi a autorizovanými osobami. Svou celkovou koncepcí se návrh drží zásady neměnit, co je funkční, a přitom citlivě zavádět nová systémová opatření s cílem zvýšení kvality a dostupnosti funkční primární prevence ve školství.

Miovský, M., Skácelová, L., Zapletalová, J., Novák, P. (Eds.) (2010)

Primární prevence rizikového chování ve školství.

Praha: Sdružení SCAN, Univerzita Karlova v Praze & Togga

Kniha je zaměřena oblast prevence rizikového chování ve školství z hlediska základní teorie i praxe, včetně legislativních otázek. Školní prevence rizikového chování je v České republice nejvíce rozvinutou oblastí. Školy a školská zařízení umožňují realizátorům prevence snadný přístup k cílovým skupinám, v prostředí, které je pro realizaci preventivních programů bezpečné. Takto pojatá původní publikace je v oblasti školní prevence rizikového chování v České republice první svého druhu. Snahou editorů bylo ve spolupráci s autory dílčích kapitol sestavit soubor textů, které by v ucelené formě na jednom místě shrnovaly současný stav prevence rizikového chování v prostředí českého školství. Kniha obsahuje standardní údaje, které mají za cíl usnadnit čtenáři orientaci v textu (použitá literatura, použité zkratky, jmenný rejstřík, věcný rejstřík, seznam obrázků a seznam tabulek).

Publikace může sloužit jako učebnice v pregraduální výuce různých oborů (zejm. pedagogie, adiktologie, psychologie), stejně tak v rámci celoživotního vzdělávání, včetně specializačních kurzů. Jako cenný zdroj informací může sloužit začínajícím preventivním odborníkům na regionální i oblastní úrovni, koordinátorům prevence, pedagogům – školním metodikům prevence, ale i ostatním pracovníkům školy.

Širůčková, M., Miovský, M., Skácelová, L., Gabrhelík, R. a kol. (2012)

Příklady dobré praxe programů školské prevence rizikového chování.

Praha: Univerzita Karlova v Praze & Togga

Manuál obsahuje vybrané prověřené a osvědčené programy z oblasti primární prevence na třech úrovních provádění z hlediska cílové skupiny, tj. všeobecná, selektivní a indikovaná prevence. Specifikace každého programu je uvedena vždy jednotně v přehledové tabulce, která obsahuje informace: Úroveň provádění (všeobecná, selektivní a indikovaná), Oblast zaměření (nespecifická, specifická), Cílová skupina (např. předškolní děti, rodiče), Forma (např. interaktivní), Délka programu (krátko-, středně-, dlouhodobý program), Poskytovatel (kontaktní informace o realizátorovi). Popis každého programu má jednotnou, předem definovanou strukturu. Povinně obsahuje: název preventivního programu, anotaci programu, popis teoretických východisek programu, cílů programu, popis cílové skupiny, popis časové struktury, obsah programu, personální nároky, kontraindikace a omezení, způsob hodnocení efektivit programu, materiální požadavky a pomůcky, prostorové požadavky, návaznosti a vhodné kombinace, podpůrné materiály (např. Internet), přibližná cena programu, plné kontakty na realizátora. Cílem autorů je v budoucnu Manuál aktualizovat a rozšiřovat o další programy, které se v oblasti prevence rizikového chování objeví a iniciovat projekt, v jehož rámci by mohly další autorské kolektivy a organizace přidávat do manuálu své programy, které by tam mohly být sdíleny dalšími odborníky z praxe.

**Všechny publikace jsou dostupné v elektronické podobě ve formátu *.pdf na stránkách
Kliniky adiktologie: <http://www.adiktologie.cz>. V plné verzi jsou texty umístěny
v kategorii „Publikace“, v sekci „Monografie“.**

V tištěné podobě byly knihy vydány v omezeném nákladu a jsou již prakticky nedostupné.

Vznik těchto publikací byl finančně podpořen projektem
Tvorba systému modulárního vzdělávání v oblasti prevence sociálně patologických jevů
pro pedagogické a poradenské pracovníky škol a školských zařízení na celostátní úrovni
CZ.1.07/1.3.00/08.0205 ESF OP VK



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky
a je spolufinancován z institucionální podpory na rozvoj výzkumné organizace, PRVOUK-P03/LF1/9.



Klinika adiktologie

Klinika adiktologie

**1. lékařská fakulta Univerzity Karlovy v Praze
a Všeobecná fakulní nemocnice v Praze**

Apolinářská 4, 128 00 Praha 2

tel./fax: +420 224 965 035

www.adiktologie.cz / info@adiktologie.cz

Klinika adiktologie je odborné pracoviště 1. LF UK v Praze a VFN v Praze. Vznikla k 1. 1. 2012 spojením Centra adiktologie Psychiatrické kliniky 1. LF UK a VFN v Praze a Oddělení pro léčbu závislostí VFN v Praze. Jde na tomto poli o zcela unikátní spojení dvou doposud samostatných pracovišť, zahrnujících jak lékařskou, tak nelékařskou část profesí, pohybujících se v tomto nově se konstituujícím oboru.

Klinika adiktologie se zaměřuje na klinický lůžkový provoz a na výuku a výzkum v adiktologii, oboru zkoumajícím rizikové prostředí užívání návykových látek a závislostní chování. Hlavní činnost kliniky je rozdělena do celkem čtyř oblastí:

- a) *klinický provoz zahrnuje 7 současných oddělení OPZ VFN v Praze:*
 - ◆ Lůžkové oddělení muži
 - ◆ Lůžkové oddělení ženy
 - ◆ Detoxifikační oddělení
 - ◆ Centrum metadonové substituce
 - ◆ Ambulance pro alkoholové závislosti
 - ◆ Ambulance pro nealkoholové závislosti
 - ◆ Centrum pro psychoterapii a rodinnou terapii
- b) *pregraduální výukové programy:*
 - ◆ výuka studentů medicíny a stomatology v oboru adiktologie včetně širšího rámce oboru psychiatrie
 - ◆ pregraduální výuka v bakalářském oboru adiktologie (prezenční a kombinovaná forma výuky v českém jazyce)
 - ◆ pregraduální výuka v magisterském oboru adiktologie (prezenční a kombinovaná forma výuky v českém jazyce)
- c) *vědeckovýzkumná činnost a postgraduální výuka v oboru adiktologie (ve fázi akreditace), včetně zahraniční spolupráce v této oblasti; dnes existují čtyři centra:*
 - ◆ Centrum primární prevence užívání návykových látek a souvisejícího rizikového chování
 - ◆ Centrum pro teorii a praxi diagnostiky, terapie a rehabilitace poruch a onemocnění spojených s užíváním návykových látek
 - ◆ Centrum pro teorii a praxi intervencí „harm reduction“ a „risk reduction“
 - ◆ Centrum pro teorii a praxi trestněprávních a kriminologických souvislostí s užíváním návykových látek
- d) *celoživotní vzdělávání a rozvojové projekty v oboru adiktologie*

Kliniku adiktologie tvoří tým odborníků v oboru adiktologie, psychologie, psychiatrie, práva, epidemiologie, sociální práce, ekonomie, kriminologie a speciální pedagogiky, kteří mají zkušenosti s léčbou závislostí, domácím i mezinárodním výzkumem, rozvojovými projekty a vysokoškolskou výukou.

**Zajímá tě role návykových látek ve společnosti a programy protidrogové politiky, které ji ovlivňují?
Chceš být adiktologem, tedy odborníkem na závislosti, který rozumí základům práva, sociologie,
sociální práce, psychologie a zdravotní vědy?**

**Máš chuť během studia a po něm pracovat s lidmi, kteří se chovají rizikově,
a motivovat je ke změně?**

Odpověď je bakalářské studium adiktologie!

www.adiktologie.cz/studium

Najdi si studium adiktologie na Facebooku!

BAKALÁŘSKÉ STUDIUM ADIKTOLOGIE

- zajímavý nelékařský zdravotnický obor na 1. LF UK v prezenční a kombinované formě
 - mezioborové vzdělání s kvalifikací pro samostatnou práci ve zdravotnictví
 - pestré studium vyučované předními odborníky v oboru adiktologie
 - studium v prezenční nebo v distanční podobě při zaměstnání
 - možnost pokračovat v magisterském stupni studia

O studiu: Bakalářské studium adiktologie je rozvrženo do 3 let studia. V prvním roce je kladen důraz především na osvojení znalostí v základních medicínských oborech, jež jsou doplněny o úvod do studia adiktologie. Od druhého ročníku se studium soustředí na odborné adiktologické předměty s mezioborovým přesahem do oblasti psychologie, sociální práce, sociologie, práva nebo kriminologie. Závěr studia je zaměřen na praktickou přípravu, která zahrnuje zvládnutí základních poradenských a terapeutických dovedností. Studium je zakončeno státní závěrečnou zkouškou a obhájením odborné práce na aktuální adiktologické téma v České republice. Studenti oboru adiktologie mají možnost strávit část studia na zahraničních partnerských univerzitách a také dále pokračovat v navazujícím magisterském studiu adiktologie na 1. LF UK. Bakalářský program adiktologie je možné studovat také v kombinované podobě, což umožňuje doplnit si odborné VŠ vzdělání při zaměstnání.

Uplatnění absolventů: Absolventi oboru adiktologie se uplatňují zejména jako pracovníci preventivních programů užívání návykových látek a pracovníci služeb pro uživatele drog (zdravotnických i nezdravotnických, státních i nestátních), a dále jako pracovníci veřejné správy koordinující systém péče pro uživatele drog a prevence rizikového chování. Osvojené znalosti a dovednosti mohou uplatnit v širokém spektru multidisciplinárních týmů, jež se zabývají řešením problémů spojených s užíváním návykových látek v různých pracovních prostředích – např. nízkoprahové zařízení pro uživatele drog, terapeutická komunita, zařízení sociálních služeb nebo speciálního školství, vězeňská služba, policie či soukromý sektor. Profese adiktologa je zařazena mezi nelékařská zdravotnická povolání, a to novelou zákona č. 96/2004 Sb., adiktolog tak může provádět samostatnou práci ve zdravotnictví.

Požadavky na uchazeče: Studium je vhodné pro všechny, kdo se zajímají o interdisciplinární obor adiktologie nebo v něm pracují a kdo dokončili úplné středoškolské vzdělání s maturitou. Příjímací řízení se skládá ze dvou částí, písemné a ústní zkoušky, jež mají povinnou a dobrovolnou část. Uchazeč bude ke studiu přijat, pokud úspěšně zvládne obě jejich povinné části zaměřené na znalosti v oboru adiktologie, biologie, chemie a fyziky v rozsahu dostupných modelových otázek. V dobrovolné části uchazeč dokládá svou motivaci ke studiu odbornou praxí nebo písemnou práci v oboru adiktologie.

Termín pro zaslání přihlášek k přijímacímu řízení je 28. únor daného roku. Zájemci o studium musí ve stanoveném termínu zaslat vyplněnou přihlášku k přijímacímu řízení (ke stažení na <http://is.cuni.cz/studium>), potvrzení od praktického lékaře a potvrzení o zaplacení poplatku za úkony spojené s přijímacím řízením a úspěšně složit přijímací zkoušky.

Zajímá tě problematika veřejného a duševního zdraví v kontextu dalších oborů, jako je právo, sociologie, sociální práce, psychologie nebo ekonomie?

Baví tě výzkum v oblasti společenských věd a zajímá tě jeho využití v praktické protidrogové politice? Chceš se podílet na obrazu návykových látek ve společnosti, programech pro jejich uživatele a na koordinaci těchto programů?

Odpověď je magisterské studium adiktologie!

www.adiktologie.cz/studium

Najdi si adiktologii na Facebooku!

MAGISTERSKÉ STUDIUM ADIKTOLOGIE

- navazující magisterský obor na 1. lékařské fakultě UK v prezenční a kombinované formě
- mezioborové vzdělání s kvalifikací pro samostatnou práci ve zdravotnictví
- pestré studium vyučované předními odborníky v oboru adiktologie

O studiu: Navazující magisterské studium adiktologie je rozvrženo do 2 let studia. Studium absolventy vybaví teoretickými poznatky a praktickými dovednostmi z oblasti prevence a léčby závislostí a protidrogové politiky. Program současně rozvíjí dvě samostatné studijní linie představované koncepty duševního zdraví (mental health) a veřejného zdraví (public health). Do studijního programu jsou zařazeny dvě odborné stáže. Velký důraz je kladen na položení základů vědeckovýzkumné práce. Studijní program adiktologie vychází z rozvíjeného moderního mezioborového přístupu, který nenabízí žádný z doposud existujících studijních oborů a o který je v praxi stále větší zájem. Absolventi jsou vybaveni pro další pokračování v doktorském studijním programu.

Uplatnění absolventů: Absolventi magisterského oboru adiktologie se uplatní v oblasti preventivních programů užívání návykových látek, ve službách pro uživatele drog (zdravotnických i nezávratnických, státních i nestátních), v oblasti výzkumu a vzdělávání, ve veřejné správě koordinující systém péče o uživatele drog a prevence rizikového chování nebo v oblasti vymáhání práva (police, vězeňská služba), a to zejména na manažerských a koordinačních pozicích. Kombinace hlavních pilířů studia vytváří unikátní studijní profil, splňující jak nároky spojené s dovednostmi v oboru adiktologie a všech jeho aplikačních oblastech, tak možnost uplatnit se mimo oblast zdravotnictví všude tam, kde je po aplikaci konceptů duševního zdraví a veřejného zdraví v posledních letech stále silnější poptávka (školství, speciální školství, sociální péče, rozvoj preventivních strategií a programů, soukromý sektor atd.). Profese adiktologa je zařazena mezi nelékařská zdravotnická povolání, a to novelou zákona č. 96/2004 Sb., adiktolog tak může provádět samostatnou práci ve zdravotnictví. Tato kvalifikace je podmíněna absolvováním bakalářského studijního programu adiktologie nebo splněním kvalifikačního kurzu.

Požadavky na uchazeče: Studium je vhodné pro absolventy VŠ bakalářských studijních programů, včetně studijního programu Adiktologie. Absolventi jiných oborů než bakalářského studijního programu Adiktologie mají možnost doplnit si znalosti a dovednosti z oboru adiktologie v rámci kvalifikačního kurzu akreditovaného u Ministerstva zdravotnictví ČR, který je zároveň podmínkou pro získání kvalifikace adiktologa (a tím pádem samostatnou práci ve zdravotnických službách). Přijímací řízení k magisterskému studiu adiktologie se skládá ze znalostního testu v oboru adiktologie v rozsahu, který odpovídá náplni bakalářského programu adiktologie. Přijímací zkoušky probíhají v písemné a následně ústní formě. V ústní části přijímacího řízení je kromě výsledků písemného testu zohledněno také vypracování odborné práce v oboru adiktologie nebo doložená praxe v oboru adiktologie.

Termín pro zaslání přihlášek k přijímacímu řízení je 28. únor daného roku. Zájemci o studium musí ve stanoveném termínu zaslat vyplněnou přihlášku k přijímacímu řízení (ke stažení na <http://is.cuni.cz/studium>), potvrzení od praktického lékaře a potvrzení o zaplacení poplatku za úkony spojené s přijímacím řízením a úspěšně složit přijímací zkoušky.

**Chcete realizovat špičkový výzkum v oblasti veřejného a duševního zdraví v kontextu dalších oborů, jako je právo, sociologie, sociální práce, psychologie nebo ekonomie?
Zajímá vás výzkumná práce zaměřená na klinické faktory úspěšné léčby závislostí?
Máte zájem připravovat svou výzkumnou práci podklady pro dynamicky se rozvíjející politiku v oblasti minimalizace rizikového prostředí užívání návykových látek?**

Odpověď je doktorské studium adiktologie!

www.adiktologie.cz

DOKTORSKÉ STUDIUM ADIKTOLOGIE

- čtyřleté doktorské studium na 1. lékařské fakultě UK v Praze
 - v prezenční a v kombinované formě
- transdisciplinární výukový a výzkumný program vedený předními odborníky v oboru adiktologie
 - program zaměřený na zajímavá výzkumná a klinická témata s přesahem do oblasti veřejného a duševního zdraví

O studiu: Doktorský studijní program adiktologie je rozvržen do 4 let studia. Program vede studenty k osvojení schopností a dovedností nezbytných k analýze různých faktorů rizikového prostředí pro škodlivé užívání návykových látek a pro závislostní chování. Jádrem programu je klinický výzkum a praxe, zaměřené na oblast duševního zdraví a dále potom výzkum v oblasti veřejného zdraví, jejichž výstupy představují podklady pro na důkazech založené rozhodování ve zdravotní politice v souvislosti s užíváním návykových látek. Jádrem programu je metodologické vedení k transdisciplinárnímu výzkumu v oboru adiktologie a kombinace kvantitativních a kvalitativních výzkumných metod, které jsou v oboru adiktologie sjednoceny do komplexního epistemologického rámce.

Uplatnění absolventů: Kombinace tří pilířů studia (expertiza v rizikovém prostředí, klinická excelence a veřejnozdravotní analýza) si klade za cíl poskytnout absolventům programu odborné kompetence pro transdisciplinární adiktologický výzkum aplikovaný mj. na oblast klinického hodnocení efektivity veřejnozdravotních politik. Díky tomu budou absolventi programu dobře připraveni na potřeby praxe v oboru vědy a výzkumu, stejně jako na expertní pozice ve veřejném i v soukromém sektoru. Jejich transdisciplinární východiska jim umožní spolupracovat s kolegy z celé řady disciplín, komunikovat výsledky svého výzkumu manažerům a decision-makerům na mezioborové úrovni, a ujmát se např. vedoucích pozic na vysokém stupni odbornosti a/nebo se profilovat jako vědeckovýzkumní pracovníci na tuzemských či zahraničních univerzitách.

Požadavky na uchazeče: Studium je vhodné pro absolventy VŠ magisterských studijních programů ze souvisejících studijních oborů (medicína, zdravotnické obory, psychologie aj., včetně studijního programu Adiktologie). Ústní přijímací pohovor následně prověří: (i) motivaci ke studiu; (ii) znalosti z oboru adiktologie, (iii) fundamentální znalosti z metodologie, z oborů biologie člověka a společenských věd; dále (iv) uchazeč představí projekt své disertační práce v anglickém jazyce, v anglickém jazyce reaguje na případné dotazy; před podáním je vhodné zamýšlený projekt konzultovat s možným školitelem či konzultantem; projekt by měl být tematicky v souladu se zaměřením výzkumné činnosti pracoviště (Klinika adiktologie 1. LF UK v Praze a VFN v Praze) či partnera studijního programu (Psychologický ústav AV ČR). Projekt odevzdává v české a anglické verzi (každá jazyková verze v rozsahu min. 4 normostran). Výhodou při přijímacím řízení je vlastní doložená praxe v oboru (např. člen řešitelského výzkumného týmu, dobrovolnická pomoc, stáž v zařízení atd.).

Termín pro zaslání přihlášek k přijímacímu řízení je 28. únor daného roku. Zájemci o studium musí ve stanoveném termínu zaslat vyplněnou přihlášku k přijímacímu řízení (ke stažení na <http://is.cuni.cz/studium>), potvrzení od praktického lékaře a potvrzení o zaplacení poplatku za úkony spojené s přijímacím řízením a úspěšně složit přijímací zkoušky.

Konference

PRIMÁRNÍ PREVENCE RIZIKOVÉHO CHOVÁNÍ (PPRCH)

Od roku 2004 se každoročně na podzim koná konference
Primární prevence rizikového chování,
na které se pravidelně schází více než 300 odborníků
z oblasti prevence rizikového chování.

Konferenci organizuje:

**Klinika adiktologie, 1. lékařská fakulta Univerzity Karlovy v Praze
a Všeobecná fakultní nemocnice v Praze**

ve spolupráci s hlavními partnery:

**Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy ČR
Hlavní město Praha
Katedra psychologie PedF, Univerzita Karlova v Praze**

Během každé konference je vedle hlavního tématu věnován prostor
tematickým blokům z oblasti rizikového chování:

- agrese a šikana
- rizikové sporty a rizikové chování v dopravě
 - poruchy příjmu potravy
 - rasismus a xenofobie
 - negativní působení sekt
 - sexuální rizikové chování
- závislostní chování (adiktologie)
- systémový přístup v primární prevenci

Na konferenci zaznívají **jak příspěvky teoretické, koncepční, tak praktické,
vycházející ze zkušeností a podmínek v České republice**
(kazuistiky, příklady dobré praxe).

Bližší informace o konferenci lze nalézt zde:

www.pprch.cz

KLINIKA ADIKTOLOGIE 1. LÉKAŘSKÁ FAKULTA
UNIVERZITY KARLOVY V PRAZE
A VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE
WWW.ADIKTOLOGIE.CZ

ISBN 978-80-7476-006-8



NEPRODEJNÉ



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ