

Univerzita Karlova
Pedagogická fakulta
Katedra psychologie

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Rizika a prevence stýskání dítěte při odloučení od rodiny na škole v přírodě
Risks and prevention of homesickness during multi-day stay out of home

Zuzana Švarcbachová

Vedoucí práce: PhDr. Klára Špačková, Ph.D.

Studijní program: Učitelství pro základní školy (M7503)

Studijní obor: Učitelství pro 1. stupeň základní školy (7503T047)

Odevzdáním této diplomové práce na téma Rizika a prevence stýskání dítěte při odloučení od rodiny na škole v přírodě potvrzuji, že jsem ji vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

V Praze dne 12. dubna 2021

Ráda bych poděkovala své vedoucí diplomové práce paní PhDr. Kláře Špačkové, Ph.D. za odborné vedení, konzultace, bohaté a cenné rady, a především za obětavou pomoc při vypracování diplomové práce.

Dále bych chtěla poděkovat Evě Kripnerové, která mi umožnila u ní ve škole zadat dotazníky do praktické části a za její čas.

V neposlední řadě bych ráda poděkovala svým rodičům a Tomášovi Frantíkovi za trpělivost a podporu během celého studia.

ABSTRAKT

Diplomová práce se zaměřila na problematiku zvládnání odloučení od rodiny. Konkrétně se zaměřila na tzv. homesickness (stýskání po domově) u dětí mladšího školního věku při účasti na několikadenním pobytu na škole v přírodě. Cílem práce bylo zmapovat rizikové faktory přispívající k horšímu prožívání odloučení dítěte od rodiny a sestavit základní doporučení pro učitele o tom, jaká opatření by měli společně s rodinou přijmout, aby dítěti společný pobyt mimo rodinu co nejvíce usnadnili. Na základě studia odborné literatury a výzkumných zpráv byl nejprve připraven a následně zadán dotazník pro rodiče, který by mohl pomoci učitelům vyhledávat rizikové děti, ale také upozornit na rizikové chování rodičů, které by mohlo obtíže při zvládnání odloučení prohlubovat. Záznamy o rizikových faktorech byly porovnávány se záznamy o prožívání a chování dětí při pobytu na škole v přírodě. Ty byly získány pomocí dotazníkového šetření žáků a strukturovaného dotazníku pro doprovázející učitele. V diplomové práci se podařilo stanovit pozitivní činnosti, které by rodiče měli volit před odjezdem dítěte na školu v přírodě. Výsledky výzkumného šetření potvrdily významnou souvislost mezi stýskáním a faktorem předchozí zkušenosti s pobytem mimo domov, věkem dítěte a užitím negativních, tedy nevhodných činností před odjezdem dítěte.

KLÍČOVÁ SLOVA

odloučení, mladší školní věk, rizikové faktory, stýskání, dítě, rodič, učitel

ABSTRACT

The diploma thesis focused on the issue of coping with separation from the family. Specifically, it focused on so-called homesickness in children of younger school age when participating in a several-day stay at school in nature. The aim of the work was to map the risk factors contributing to a worse experience of separation child from the family and to compile basic recommendations for teachers on what measures they should take together with the family to make it as easy as possible for the child to stay outside the family. Based on a study of the literature and research reports, a questionnaire for parents was first prepared and then submitted, which could help teachers find children at risk, but also draw attention to parents' risky behavior, which could exacerbate difficulties in coping. Records of risk factors were compared with records of children's experience and behavior during school stays in nature. These were obtained through a pupil questionnaire survey and a structured questionnaire for accompanying teachers. The diploma thesis managed to determine the positive activities that parents should choose before the child leaves for school in nature. The results of the research confirmed a significant connection between longing and the factor of previous experience with staying away from home, the child's age and the use of negative, ie inappropriate activities before the child leaves.

KEYWORDS

separation, younger school age, risk factors, homesickness, child, parent, teacher

Obsah

Úvod	7
1 Charakteristiky dítěte mladšího školního věku s důrazem na problematiku osamostatňování	8
1.1 Emoční vývoj dítěte mladšího školního věku.....	9
1.2 Osobnost a sociální vývoj dítěte s důrazem na problematiku osamostatňování ...	11
1.3 Rozmanitost vztahů u dítěte mladšího školního věku	14
1.3.1 Vztahy v rodině a jejich vliv na dítě.....	14
1.3.2 Vztahy s lidmi mimo rodinu.....	14
1.3.3 Třídní klima a vrstevnická skupina	15
1.3.4 Vztahy mezi vrstevníky a sociální připravenost.....	15
1.4 Dítě a zátěž.....	16
1.4.1 Úzkost a strach	17
1.4.2 Odolnost	18
1.4.3 Separační úzkost.....	19
1.4.1 Stresové reakce a následky stresu.....	20
2 Odloučení od rodiny a stesk po domově	21
2.1 Projevy stýskání u dětí, definice "Homesickness" - výzkumná šetření a nástroje měření	21
2.2 Rizikové a protektivní faktory u dětí při odloučení od rodiny	23
2.2.1 Zkušenostní faktor	23
2.2.2 Osobnostní faktor	23
2.2.3 Rodinný faktor a výchovné styly v rodině.....	24
2.2.4 Faktor postoje	25

3	Škola v přírodě jako specifická situace odloučení od rodiny	25
3.1	Důležité významy školy v přírodě na dítě	26
3.1.1	Význam vzdělávací a výchovný	26
3.1.2	Význam zdravotní.....	27
3.1.3	Sociální vývoj na škole v přírodě	27
4	Příprava na školu v přírodě – strategie pro zvládnání stresu a stýskání	27
4.1	Prevence dle Plummerové (2013).....	28
4.2	Prevence dle Waltona (2007).....	30
4.3	Prevence dle Thurbera a Sigmana (1998).....	34
5	Praktická část.....	34
5.1	Uvedení do problému.....	34
5.2	Cíl výzkumu.....	35
5.3	Metodologie práce	37
5.3.1	Výzkumný vzorek	37
5.3.2	Metody (použité nástroje).....	38
5.3.3	Dotazník pro rodiče	38
5.3.4	Dotazník pro děti	41
5.3.5	Dotazník pro učitele.....	43
5.4	Výsledky šetření	44
5.4.1	Výsledky měření dotazníku pro rodiče.....	44
5.4.2	Výsledky měření dětského dotazníku.....	56
5.4.3	Výsledky měření učitelského dotazníku.....	62
5.4.4	Korelační analýza – vztah mezi stýskáním a vybranými faktory	64
5.5	Zhodnocení výzkumných otázek a hypotéz a diskuze	66
	Závěr.....	70

Seznam použitých informačních zdrojů	72
Seznam příloh	74

Úvod

Diplomová práce se bude zaměřovat na rizika, které mohou nastat u dětí mladšího školního věku při odloučení na několikadenním pobytu bez rodiny, jako je škola v přírodě. Z pedagogického, ale i rodičovského hlediska je toto téma velice důležité, protože se může předejít nepříjemným zážitkům, zkušenostem, které by dítě poznamenalo i na celý život.

Přímo této problematice se u nás mnoho autorů v odborné literatuře nevěnuje, avšak hlavním zdrojem v tomto ohledu je proto zahraniční literatura, která řeší stesk u dětí mimo domov a preventivní činnosti před samotným odjezdem. V dostupné české literatuře je kladen důraz na školní zralost, emoční vývoj dítěte, návyky a dovednosti, které by dítě mělo zvládat při nástupu do školy apod. Tyto poznatky byly pro práci výchozím bodem, abychom pojmenovali definici důvodů stýskání u dětí, rizikové faktory a prevenci. Hlavním motivem pro sepsání diplomové práce je stanovit doporučení pro rodiče a pedagogy, co mají udělat před samotným odloučením tak, aby se eliminovaly rizikové faktory.

1 Charakteristiky dítěte mladšího školního věku s důrazem na problematiku osamostatňování

Toto období můžeme charakterizovat jako poměrně klidné a bez velkých dramatických změn. Začíná nástupem do školy, mezi šestým a sedmým rokem dítěte a končí nástupem pubescence, což je přibližně mezi jedenáctým a dvanáctým rokem. V uvedeném období u dětí dochází k velké psychické a sociální vývojové změně. Velký vliv na to mají jak školní povinnosti, tak i učitelé, vychovatelé a třídní kolektiv. Pro dítě je to velice náročné, protože musí zvládat relativně dlouhé odloučení od rodiny, přijímá novou autoritu a musí se začlenit do školního kolektivu. Během mladšího školního věku se dítě učí zcela novým věcem. Dítě začíná vnímat na stejné úrovni jako dospělý člověk, dokáže se orientovat a pohybovat v čase a prostoru. Je však stále závislé na dospělém člověku, kterému důvěřuje a chce poznávat své okolí. Dítě v mladším školním věku je aktivní a rádo spolupracuje. V tomto období se dítěti formuje jeho osobnost. Ve škole se dítě porovnává s ostatními, je hodnoceno učiteli a tím se vytváří jeho identita. Dítě se učí mít pod kontrolou své emoce, pocity, sebeovládání nebo úctu k druhým lidem. V tomto období se dítě učí i tomu, že může být odloučeno od rodiny na nějakou určitou dobu a zvládá být samostatné. (Vágnerová, 2012)

Podstatné je zmínit i návyky a dovednosti, které děti získají v předškolním věku. Podle Matějčka (2013) je mateřská škola z pedagogického, ale i psychologického hlediska přístupnější než běžná rodina. V mateřské škole dítě získá potřebné znalosti a zkušenosti, aby si osvojilo vhodné návyky a dovednosti, které jsou nezbytné při vstupu do školy – hygiena, samostatnost v oblékání, udržování pořádku, správné držení vidličky a nože, zacházení s tužkou, zacházení vhodně s pomůckami pro tvořivou práci apod.

Dále pak prostředí školky může pomoci dětem, které jsou úzkostné nebo nepřizpůsobivé. Takovým dětem toto prostředí pomůže v psychické smělosti a sebedůvěře. V předškolním věku se začíná u dítěte formovat osobnost kulturní a civilizovaná. Tím je myšleno, že si dítě utváří určité návyky, které jsou v dané společnosti platné a žádoucí. „*Psychologové dokonce říkají, že dítě v tomto věku „otiskuje své prostředí“, a usuzují podle toho na kulturní úroveň rodiny a na zvyky, režim, výchovné zásady a zvláštnosti, které tam panují.*“ (Matějček, 2013, s. 50)

1.1 Emoční vývoj dítěte mladšího školního věku

V tomto období je u dítěte důležitá zralost organismu (především centrální nervové soustavy). Taková zralost se projevuje emoční stabilitou a odolností vůči zátěži. Děti bývají převážně optimistické a snaží se vidět okolní svět optimisticky. U dítěte se rozvíjí emoční inteligence – schopnost orientovat se ve svých pocitech a chápat emoce i u jiných lidí. Dítě se učí s emocemi a pocity účelně zacházet. Tento rozvoj závisí na získaných zkušenostech. U dítěte se zároveň vyvíjí kognitivní schopnosti (vnímá svět kolem sebe, jedná, reaguje, zvládá různé úkoly nebo situace). V tomto období se u dítěte propojuje emoční hodnocení s racionálním uvažováním. Své emoce interpretují logičtější způsobem, ale zároveň je spojují se svým přáním, úvahou a očekáváním. Proto děti v mladším školním věku již dokáží svoje pocity a emoce pojmenovávat. Při odloučení od rodiny prožívají pozitivní i negativní emoce. Zažívají radost, pocit štěstí při překonání různých překážek, při vítězství v různých hrách, ale také prožívají smutek, strach, obavy, a především stesk po rodině. Tyto emoce dokáží rozlišovat, vnímat jejich intenzitu, délku trvání, kvalitu a rozumí i jejich souvislostem. Kolem desátého roku života dítě začíná chápat emoční ambivalenci. To, že pozitivní a negativní emoce se mohou vyskytnout současně a mohou se vztahovat ke stejnému zážitku či události. Tím si uvědomují, že lidé mohou prožívat smíšené nebo protikladné pocity. Například dítě má radost, že zvítězilo v soutěži, kterou prožilo na škole v přírodě a zároveň mu je líto, že jeho kamarád neuspěl. Začíná se právě u dětí projevovat a rozvíjet empatie. (Jedlička, 2017)

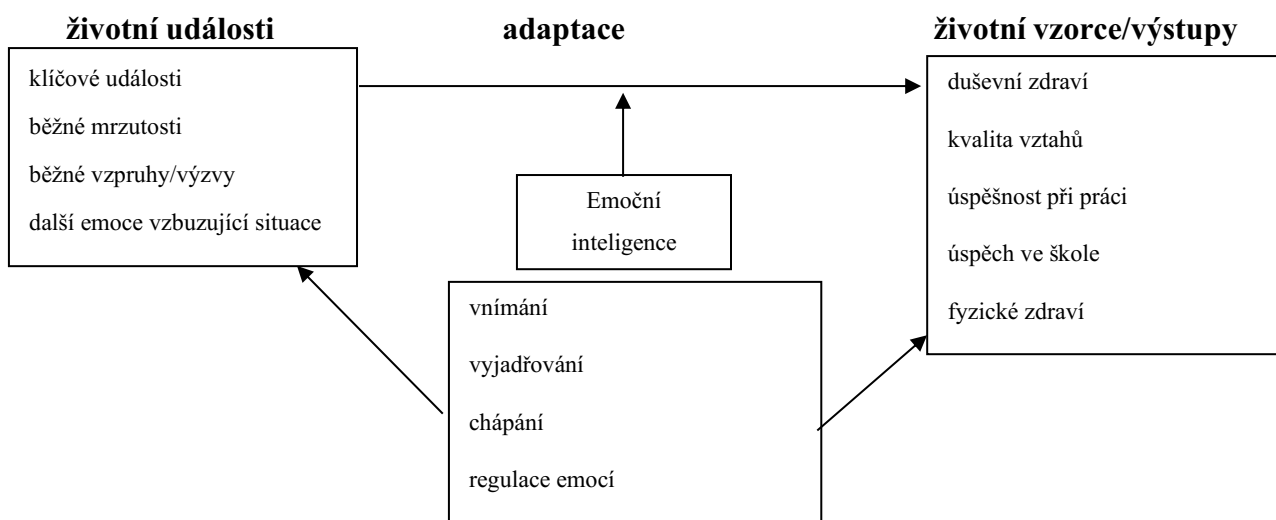
Empatie pomáhá vcítění se do pocitů někoho jiného, ale zároveň může dojít k ovlivnění a změně vlastních prožitků. Pokud se jednomu dítěti na škole v přírodě stýská a pláče, druhé dítě (většinou kamarád) se bude snažit vcítit do jeho situace a může si tak vyvolat sám stýskání a úzkostné stavy. Tímto způsobem dochází k přenosu emocí a pocitů z jednoho člověka na druhého. Proto je dobré s empatií u dětí pracovat a naučit je, že se nemají nechat ovlivnit negativními pocity někoho jiného. Důležité je pracovat i se schopnostmi ovládat vlastní emoce. Děti, které mají schopnost umět pracovat s empatičností a dokáží na pocity druhých přiměřeně reagovat, bývají v dětském kolektivu oblíbení. Podle Vágnerové (2012) jsou pozitivně laděné děti odolnější vůči stresu nebo negativním emocím jiných lidí a nedochází tak lehce k jejich přenosu.

Během období mladšího školního věku se rozvíjí pocity spojené s různými představami, že by mohlo být něco horší nebo naopak lepší, např. zklamání, lítost, úleva, smutek. Dále se pak u dětí rozvíjí schopnost mluvit o emocích druhých lidí. Dokáží popsat, co jim vadí na spolužácích, pojmenovat a odůvodnit jejich chování. Školáci hodnotí veškeré emoce, jak u sebe, tak i u ostatních osob za předpokladu, jak by je hodnotili jiní. Projevy úzkosti, strachu a stesku po domově jsou u vrstevníků posuzovány jako znaky nezralosti a selhání. U dětí se tak zdokonaluje emoční paměť, která se projevuje stabilizací očekávání – ve vztahu k situaci, osobě, chování. Vytváří se tak emoční zkušenost. Může se tak vytvořit pozitivní (těšení se na školu v přírodě či letní tábor, na nové zážitky a dobrodružství, vytvoření si nových kamarádských vazeb, ...) nebo negativní zkušenost (stesk po domově, hádka s kamarádem, prohra ve hře, ...). Tyto zkušenosti mohou ovlivnit vztah dítěte k dané činnosti, vztahu se třídním kolektivem nebo paní učitelkou. (Vágnerová, 2012)

U žáků mladšího školního věku by měl být kladen důraz na sebehodnocení emocí. Dítě by mělo být schopno pojmenovat, co prožívá a proč tomu tak je. Školní věk je obdobím, kdy si žák pojmenovává své kvality a nedostatky, se kterými je třeba do budoucna pracovat. Tím si dítě prohlubuje své sociální kompetence. Školáci oproti předškolákům dokážou odhadnout danou situaci a své emoce potlačit a nedávají tolik své emoce najevo a tím si utváří i svou společenskou normu. Potlačit vztek nebo zlost umí dítě již od nástupu do školy, ale na smutek nebo stesk obecně společnost neklade takový důraz, a proto se tato schopnost potlačení rozvíjí později. Ovládání strachu a stýskání vyžadují spíše vrstevníci. V dětském kolektivu platí pravidla, která určují, co je přípustné a co nikoliv. Děti se je snaží naučit a respektovat. Aby dítě vrstevníci přijali mezi sebe, musí se naučit potlačovat například vztek, závist, strach nebo úzkost. V kolektivu jsou oblíbené děti, které jsou dobře laděné a umí vytvořit zábavu. (Vágnerová, 2012)

Při nástupu do školy se může u dětí projevit úzkost a strach. Velkou roli v tom hraje emoční zralost. Ta usnadní přizpůsobení na nové prostředí a kolektiv.

Vliv emoční inteligence na každodenní život (Stuchlíková, 2005, s. 15)



Člověk zažívá denně mnoho emocí, např. zlost, strach, radost, smutek. Jsou to ústřední jevy našeho každodenního života. K emocionálnímu prožívání druhých osob nemá člověk žádný přístup. To znamená, pokud jedno dítě na škole v přírodě prožívá smutek z odloučení od rodiny, není jeho emoce dalším dětem zjevně přístupná stejným způsobem, jakým je přístupná dítěti, které tuto emoci prožívá. Ať už dítě nebo pedagog, jako pozorovatel, by měl existenci emoce u jiné osoby odkrýt a z předchozích zkušeností učinit závěr nebo domněnku o tom, jaké pocity daná osoba prožívá. (Stuchlíková, 1998)

1.2 Osobnost a sociální vývoj dítěte s důrazem na problematiku osamostatňování

Od narození si dítě buduje svou osobnost. Osobnost může být ovlivněna vrozenou náchylností nebo vlivy prostředí. U vytváření osobnosti je důležité myslet na jednotlivé složky:

- **Schopnost.** Je to základní a nezbytný předpoklad toho, co jedinec může dokázat, jaký výkon může podat, na co stačí a také, co je nad jeho síly.
- **Zaměřenost.** Zde si dítě vytváří svou orientaci, na jaké konkrétní zájmy bude cílit. V této složce je důležitá motivace, zájem o danou činnost, volní nasazení.
- **Charakter.** Určitá pravidla, kterými se dítě řídí, a které přijal za své.

- **Citové prožívání.** Pocity či chování v konkrétních situacích, jak dokáže dítě se svými pocity pracovat a mít nad nimi kontrolu – např. úzkost, radost, zloba, zklamání, ...
- **Odolnost.** Odolnost ve stresových situacích – neúspěch, zklamání. S tím úzce souvisí podpora od nejbližších. Pokud i tato podpora nefunguje, právě jeho vlastní odolnost dítěti může v těchto nelehkých situacích výrazně pomoci.
- **Sebepojetí a autoregulace.** Tato složka je pro vytváření osobnosti velice důležitá. Je jedním z nejdůležitějších znaků osobnosti jedince. Základem je sebepoznání, sebereflexe a seberealizace. Pokud toto dítě zvládne, dostává se z odkázanosti na druhé a může řídit sám sebe. Ať už to jsou myšlenky, postoje nebo chování. (Helus, 2015)

„Každá z uvedených položek osobnostní struktury se aktualizuje v závislosti na sociální situovanosti člověka, je více či méně podmíněna tím, v jakých vztazích a poměrech se jedinec jako osobnost vyvíjel a právě nachází.“ (Helus, 2015, s. 20). Podle Heluse (2015) je důležité nezapomínat na čtyři znaky, které z osobnostně psychologického hlediska dětství a dospívání charakterizují.

Jsou to: 1. odkázanost, 2. otevřené prožívání, 3. potenciality, 4. vývojové směřování. Tyto znaky jsou důležité pro to, abychom jako učitelé, vychovatelé nebo rodiče mohli uplatnit osobnostní přístup k dětem nebo dospívajícím.

Odkázanost je pro dítě zásadní. Představuje zde schopnost dítěte oddat se člověku, jako například učiteli, vychovateli či trenérovi. Zároveň se dítě na druhého člověka zcela spoléhá, na jeho péči a důvěřuje mu. Osoba by tak měla plnit potřeby dítěte. Můžeme rozlišovat dva typy odkázanosti. A) Odkázanost objektovou – život dítěte je organizován druhou osobou, učitelem nebo rodičem. B) Odkázanost subjektovou – dítě vyjadřuje své potřeby nebo přání. V tomto typu oddanosti by mělo dojít k sblížení dítěte a učitele, vychovatele a rodiče. Měl by nastat rovnocenný vztah. (Jedlička, 2017)

Dalším důležitým pojmem je otevřené prožívání, což je aktivní zájem dítěte o okolí. Dítě tak poukazuje na to, co ho doopravdy zajímá, je zvědavé, objevuje nové věci, klade otázky. Snaží se dosáhnout nové zkušenosti. V otevřeném prožívání je důležité, aby se dítě

mohlo spoolehnot na blízkou osobu. Dítě v objevování může dostat strach a znejistí. Pokud se nebude mít na koho obrátit, může tak ztratit o danou věc zájem. (Jedlička, 2017)

Pokud se začne dítě socializovat, tak to znamená nejen začleňovat se do kolektivu, ale také je důležité vymezit se vůči ostatním členům. Dítě by si mělo najít své místo v stratifikaci, najít si vlastní identitu a vytvořit si vlastní osobnost. Tento vývoj se tvoří již od narození. Některé děti jsou více aktivnější a mohou odmítat tělesný dotyk. Pokud děti nejsou mazlivé, může to snížit kvalitu s osobou, která se o něj stará. (Hoskovcová, 2006)

Pro socializaci v mladším školním věku je důležitý vstup do školy. Dítě se tak vymaní od hlavního vlivu rodiny a musí se naučit respektovat jasně dané hodnoty a normy. Škola děti rozvíjí specifickým způsobem, který nemusí být shodný s hodnotami rodiny. Při vstupu dítěte do školy hraje významnou roli školní připravenost. Hlavním faktorem při rozvoji schopností, dovedností a zkušeností má u dítěte rodina. Ta určuje, do jaké míry bude dítě například při odloučení samostatné a jak bude zvládat stres, úzkost a stesk v běžných situacích – prohra, hádka nebo celkově neúspěch. (Jedlička, 2017)

Podstatnou částí před odjezdem na školu v přírodě jsou nálady. Je třeba definovat rozdíl mezi emocí a náladou. Jedním z rozlišujících rysů je trvání. Nálada je přetrvávající a udržitelná emoční situace. Emoce je jen změna v dané situaci. Další rozdíl spočívá v intenzitě. Třetím rozlišovacím rysem je, že nálady postrádají objekt. Při popisování nálad většina lidí používá výrazy – všechno nebo nic, např. „Všechno mě tu štve.“ nebo „Nic mě nebaví.“ U nálad můžeme vyzorovat příčinu vzniku, např. dítě je posmutnělé a straní se kolektivu. Příčinou vzniku může být stýskání po rodině. Emoce se může proměnit v náladu nebo jí může podmínit. U dětí dochází k zobecňování rozlišení mezi dobrou a špatnou náladou. Nálada může sloužit jako nástroj hodnocení. To, že se dítěti stýská během pobytu a je smutné, má zásadní dopad na hodnocení celé školy v přírodě. Většina dětí tak hodnotí téměř všechno negativně – špatný kolektiv, jídlo, ubytování, program apod. Tím může docílit toho, že už na žádný vícedenní pobyt nepojede. (Stuchlíková, 2002)

1.3 Rozmanitost vztahů u dítěte mladšího školního věku

1.3.1 Vztahy v rodině a jejich vliv na dítě

První vazba, kterou si dítě vytváří, je vazba mezi matkou a jím již v porodnici. Vztah mezi matkou a novorozencem závisí i na tom, jaké má žena zkušenosti a prožitky mateřské péče z dob, kdy sama žena byla dítětem.

Důležitou rolí je pro budoucí nebo již novopečené rodiče podpora od širšího příbuzenstva. Pokud rodiče dají svou dceru nebo syna v brzkém věku do jeslí nebo mateřské školy, nevytvoří se mezi dítětem a rodiči pevné pouto. Někteří pracovně vytížení rodiče dávají své děti do jeslí již pár měsíců po porodu.

Po nástupu do školy je pro školáka rodina jakási identita. Rodinné zázemí je pro dítě velice důležité. Znamená to pro něj emoční podporu, oporu. Ve velké míře rodina uspokojuje všechny jeho potřeby. Rodina představuje základní vztahový rámec, protože zahrnuje rodiče, děti, sourozence, prarodiče a další členy rodiny. Součástí rodiny jsou i tzv. rodinné rituály, které rodinu spojují a mají pro všechny význam. To se může projevit i při odloučení od rodiny, kdy dítěti chybí naučené rodinné rituály, které jsou jeho součástí. Může to být například čtení pohádky nebo zpívání před usnutím, navyklý styl stolování apod. (Helus, 2015)

1.3.2 Vztahy s lidmi mimo rodinu

Již v předškolním věku se dítě učí zvládat odloučení od rodiny a navazovat nové vztahy. Už tříleté dítě dokáže přemoci bezpečnou zónu v rodinném zázemí a vstoupit do nového společenského prostoru, jako je například mateřská školka. Dítě se musí přizpůsobit nárokům, začne si osvojovat nové schopnosti a dovednosti, začne si vytvářet nové vazby a musí zvládnout pracovat a ovládat své pocity nebo projevy. (Vágnerová, 2012)

Při nástupu do základní školy si dítě rozvíjí vztahy s učiteli, kteří představují významnou autoritu, dále pak s vrstevníky (spolužáky) a vytváří si tak určité role. Podle Vágnerové (2012) jsou to právě tři oblasti:

- Rodina – Pro dítě je rodina základním sociálním a emočním zázemím. V rodině má pocit hlavního bezpečí a opory. → role syna/dcery, sestry/bratra, vnuka/vnučky,...

- Škola – Představuje významnou a důležitou instituci, kde platí jasně stanovená pravidla a také jasně dané normy chování. → role žáka/žačky
- Vrstevnická skupina – vrstevníci jsou pro dítě důležití z hlediska toho, že se ve vztahu s nimi rozvíjí jiné vlastnosti než s dospělými a jsou nedílnou součástí běžného života. → role kamaráda/kamarádky, spolužáka/spolužačky

1.3.3 Třídní klima a vrstevnická skupina

Vliv, který může mít na stýskání dítěte během školy v přírodě, je klima ve třídě. Pokud třída nefunguje tak jak má, může to mít negativní dopad na celý pobyt a prožitek dítěte. Školní třídu můžeme definovat jako sociální útvar se specifickými znaky, ale podléhající obecnějším zákonitostem skupiny. Rozlišujeme různé druhy tříd. Některé třídy poskytují ochranu a bezpečí úzkostným a méně úspěšným žákům, ale existují také třídy, kde převládá nerespektování předem stanovených pravidel, žáci se sobě navzájem posmívají, poukazují na nedostatky druhých. Úzkostné dítě, které v takové třídě je, vnímá odjezd na dlouhodobější pobyt jako trest. S takovými žáky se bude dítě několik dní potkávat neustále a nebude mít kam uniknout. To vyvolá velký stesk, který může mít dopad na počátek depresí a neovladatelných úzkostných stavů. Proto je dobré, aby se i samotný učitel podílel na pozitivním klimatu ve třídě.

Důležité je si stanovit pravidla, která se budou dodržovat a respektovat, ať to jsou pravidla během výuky ve škole nebo na škole v přírodě. Dobré je, když si učitel se žáky domluví i sankce, pokud se pravidla nebudou dodržovat. To může pomoci od negativních vlivů při třídní atmosféře na škole v přírodě. (Hrabal, 2002)

1.3.4 Vztahy mezi vrstevníky a sociální připravenost

Dítě mladšího školního věku má velkou potřebu porovnávat se se svými vrstevníky a následně se začlenit do kolektivu. Dítě si začíná tvořit několik velmi dobrých kamarádů. Začíná chápat a pojmenovávat pojem kamarádství. Kamarádství pomáhá dítěti chápat sebe samého. Dítěti kamarádství také pomáhá při řešení stresových situací. Při odloučení od rodiny se dítě může upnout na svého kamaráda a sdílet s ním své problémy a pocity. Dítě se může v blízkosti svého kamaráda cítit bezpečně a překonat tak stesk po domově či depresivní stavy. Umožňuje to trénovat prosociální chování. Dítě se tak může dostat do určitých postavení a rolí. To, jak si dítě stojí, můžeme zkoumat pomocí různých sociometrických

technik. Děti se mohou navzájem rozdělovat na oblíbené, odmítané, kontroverzní a přehlížené v kolektivu svých vrstevníků. (Vágnerová, 2012)

- Oblíbené dítě (prosociální) – ve škole má dobrý prospěch, je kooperativní, je sociálně zdatné, sebevědomé, umí vyjádřit svůj názor, umí adaptovat své chování v kolektivu, je to jakýsi ideál dítěte
- Oblíbené dítě (populární) – převažují chlapci, nemusí mít ve škole dobrý prospěch, mohou to být třídní „zlobilové“, což může být pro ostatní populární a takové dítě je v kolektivu oblíbené
- Odmítané dítě (agresivní) – je konfliktní, ostatní vrstevníci neví, jak mají s takovým dítětem jednat
- Odmítané dítě (pasivní) – je úzkostné, má nedostatek sebedůvěry, obává se kritiky druhých, většinou si takové dítě najde nepopulárního kamaráda
- Kontroverzní dítě – mohou se v sociálním chování projevovat negativně i pozitivně, takové dítě stojí na rozhraní oblíbených a neoblíbených dětí v kolektivu
- Přehlížené dítě – má stejné sociální chování jako ostatní děti, ale z nějakého důvodu jej děti přehlíží

Míru zvládnutí role školáka působí postoje a kompetence, které závisí na sociálních zkušenostech. Důležitý postoj tvoří rodina, ve které žák žije. Rodina udává školnímu vzdělávání a všemu, co se školy týče, určitou hodnotu. Nedostatečná připravenost dítěte na školní docházku a rozdílnosti hodnot a norem rodiny zvyšuje riziko neúspěšnosti ve všech oblastech školy. To je pro dítě velice těžké, protože se musí naučit příliš mnoho a nemá do jisté míry ani motivaci učit se něco, co se v jeho rodině nepovažuje za důležité. (Vágnerová, 2012)

1.4 Dítě a zátěž

Pro každého, ať je dospělý nebo dítě, není zátěž dobrá nebo špatná. Záleží na každém, jak se s ní vyrovná. Důležitý je postupný vývoj – postupné zatěžování. Pokud dítě není zvyklé na několika denní pobyt, je dobré ho postupně zvykat, například přespat jednu noc u kamaráda/kamarádky nebo prarodičů či jiných rodinných příslušníků. Dítě si tak zvykne na cizí prostředí. Dospělí si někdy nemusí uvědomit, co je pro dítě zátěží. Vždy se musí klást

důraz na individuální rozvoj dítěte. Některé dítě zvládne několikadenní pobyt již v 1. třídě a některé to zvládne až po několika letech školní docházky. U některých dětí může pomoci motivační faktor. Například: „Moje kamarádka byla na letním táboře a měla spousta zážitků. To musím zvládnout určitě taky.“ Naopak pokud ho rodiče do dlouhodobějších pobytů nutí, může se u dítěte vytvořit obranný mechanismus a tím se dítě pro další vývoj zablokuje. Je to nevědomá obrana proti ohrožujícím emocím. (Stuchlíková, 2005)

V průběhu školy v přírodě se u dětí mohou objevit zdravotní potíže, které však nemusí pramenit z fyzického původu. Takové potíže mohou být způsobené rodinnou situací nebo naopak při velkém stresu při odloučení od rodiny a domova, nebo také během konfliktů s kamarády. Stále častěji se můžeme setkávat s dětmi mladšího školního věku, u kterých se objevují psychosomatická onemocnění. Odloučení od rodiny je pro každé dítě velká psychická zátěž a každý na to může reagovat jinak. Na některé funkce orgánů to může mít velký vliv – střevní obtíže, obtíže s dýcháním, bolest hlavy aj. (Vymětal, 2004)

1.4.1 Úzkost a strach

Rozdíl mezi těmito dvěma pojmy je znatelný. Strach se váže na konkrétní věc – strach ze tmy, pavouků, separace od rodiny atd. Zatímco úzkost se nedá takto snadno popsat. Někdo, kdo pociťuje úzkost, nezná konkrétní příčinu. „*Strach je nepříjemný prožitek vázaný na určitý objekt nebo situaci, které v jedinci vyvolávají obavu z ohrožení. Je tedy reakcí na poznané nebezpečí a má signální a obrannou funkci. Prožitkově zahrnuje pocit napětí, neklidu, sevřenosti až ochromení. Pro úzkost je pak charakteristické, že si blíže neuvědomujeme konkrétní objekt nebo situaci, které ji vyvolávají, a proto bývá vedle napětí doprovázena bezradností, popř. panikou.*“ (Vymětal, 2004, s. 12) Strach a úzkost spolu úzce souvisí, protože úzkost může pramenit ze strachu a naopak. Vzájemně se prolínají. (Vymětal, 2004)

Můžeme rozlišovat různé podoby strachu. Tělo na strach nebo stres může reagovat různými způsoby. Nejčastějšími příznaky mohou být:

- Nespavost
- Malátnost
- Plačtivost

- Nesoustředěnost
- Nechuť k jiné aktivitě
- Nechutenství
- Zlozvyky – kousání nehtů, škrábání, ...
- Noční pomočování
- Zvracení
- Bolest hlavy, břicha, svalů
- Pocení, třes
- Alergické reakce
- Nesoustředěnost
- Stranění se kolektivu
- Výkyvy nálad - uzavřenost, agresivita, přehnané reakce
- Noční můry

U dětí je důležité zdůraznit, že strach je přirozený pocit a zažívají ho všichni lidé bez rozdílu věku, nebo dokonce i zvířata. Jako pozitivum strachu můžeme považovat to, že nám strach pomáhá rychleji se učit odstranit různé překážky a nutí nás k lepším výkonům. Pokud však máme strach dlouhodoběji, tak se vyvolá stres, který může mít na naše zdraví negativní dopad. (Krowatschek, Domsch, 2007)

1.4.2 Odolnost

U nástupu do školy se prověřuje psychická odolnost, kterou dítě získalo v předškolním věku. Ve školním věku jsou poznat určité rozdíly v psychické odolnosti. Pro některé děti může být škola spouštěčem stresu a není z ní tak snadné uniknout, jako tomu bylo v mateřské škole. Dítě by mělo být schopné mít své pocity, pozornost pod kontrolou. Musí zvládat dodržovat klid a plnit si své povinnosti. Je důležité, aby si dítě utvořilo představu o svém úspěchu nebo neúspěchu. Pokud budeme dětem takové věci vysvětlovat, tak u mladších školních dětí je vhodná forma hry a dramatizace. U starších dětí se může zvolit forma rozhovoru. Dítě se tak může lépe připravit na různé situace, ať už úspěšné či nikoli. Dítě si tak může zodpovědět různé otázky, např. jaké myšlenky mu v danou chvíli probíhaly v hlavě, co ho napadlo jako první, jak se v danou chvíli zachová. Může tak lépe předvídat různé situace. (Hoskovcková, Ryntová, 2009)

Děti, které jsou odolnější, se mohou v zátěžových situacích různě bránit. Jednou z možností je tzv. „šáškování“. Tím mohou vyvolat u pedagogů negativní dojem. Dále pak na sebe upozorňují různými hrdinskými kousky. U dětí, které jsou méně odolné, se mohou začít projevovat úzkostné stavy a začnou se stranit svých kamarádů nebo celého kolektivu a vyhýbají se školnímu prostředí tím, že začnou předstírat nemoc anebo úzkostnými stavy může dojít ke snížení imunity a je u nich opravdu zvýšená nemocnost. (Vymětal, 2004)

Nejen osobnostní charakteristika může osobám v různých nelehkých situacích pomoci, ale dále jim může pomoci sociální opora. Sociální oporu chápeme jako pomoc druhých lidí. Tato pomoc může člověku nelehkou situaci výrazně usnadnit. U dětí od narození je jeho oporou osoba, která se o něj stará. Jedná se většinou o matku, otce či jiného příbuzného. Tito lidé pokládají základní bod pro odolnost dítěte. Dítě tuto základnu chápe jako bezpečné místo, kam se při nepříznivých situacích může schovat. Sociální opora je pohyblivý proces a jeho forma se mění v čase, v situaci a životních událostech nebo věku osob. Takové působení může mít výsledek pozitivní, ale i negativní. (Hoskovcková, 2006)

1.4.3 Separační úzkost

Separační úzkost můžeme charakterizovat jako strach z odloučení od rodičů nebo jiných pečujících blízkých osob. Tato úzkost se obvykle projevuje pláčem, hysterickým křikem, agresivním chováním a silným rozrušením. Může se také projevovat strachem z cizích lidí nebo ze tmy, noční můry, nespavost, pomočování se, nebo dokonce pokálení, odmítání spát sám v místnosti nebo se mohou některé děti začít sebepoškozovat (kousání, škrábání, bouchání, ...). Tato úzkost se poprvé může projevit již u kojenců během osmého měsíce. Mnoho lékařů tuto úzkost bere jako normální jev, který se projeví při formování osobnosti dítěte. Dítě má nejsilnější pouto s pečující osobou – nejčastěji s matkou, otcem, ale může to být i s babičkou či dědečkem. S touto blízkou osobou si dítě vytvoří silné pouto a v jeho blízkosti se cítí bezpečně a spokojeně. Separační úzkost se projeví, když nastane odloučení od blízké osoby během delších aktivit (mateřská školka, základní škola, výlety, školy v přírodě, soustředění, dětské tábory, ...), při změně rodinných poměrů (rozvod, hádky v rodině), nástup do nové školy.

Anglický psychoanalytik John Bowlby (1969) rozdělil separační úzkost do tří fází, které jsou typické pro děti v raném stádiu vývoje. Tyto fáze však mohou přetrvávat až do mladšího školního věku.

1. Fáze protestu – trvá několik hodin nebo dnů, pláče a snaží se blízkou osobu přivolat
2. Fáze zoufalství – dítě ztrácí naději na návrat blízké osoby, uzavírá se do sebe
3. Fáze odpoutání od matky – dítě postupně potlačuje své pocity, může se upnout na jinou osobu

Dále pak podle Vymětala (2004) v dětství můžeme rozlišovat tři poruchy nepřiměřených dětských úzkostí a strachů.

Jedná se o:

- separační úzkostnou poruchu
- fobickou úzkostnou poruchu
- sociální úzkostnou poruchu

Děti, které trpí separační úzkostnou poruchou, se vyhýbají a mají strach z neznámých vrstevníků nebo dospělých osob. Tím dochází k jeho omezení rozvoje a běžného dění v životě. Děti, které mají tuto poruchu, jsou plaché a úzkostné. Tato porucha se diagnostikuje převážně v předškolním věku. Takové stavy pocitují převážně v neznámém prostředí anebo v prostředí známém, ale kde se nachází cizí osoby. Podle Vymětala (2004) se tato porucha vyskytuje více u děvčat než u chlapců. Při takové poruše se nedoporučuje, aby dítě odjelo samo na školu v přírodě nebo jiný takový pobyt. Projevy této poruchy jsou – pláč, zoufalství, neklidný spánek, bolení břicha, nechut' k jídlu, teplota nebo zvracení.

1.4.1 Stresové reakce a následky stresu

Tyto reakce jsou vyvolané negativními následky tlaku, které zažíváme během svého života. Zároveň stres je jedním z faktorů, který nás motivuje k úspěchu. Rozlišujeme dva druhy stresu – krátkodobý a dlouhodobý. Krátkodobý stres zlepšuje paměť a podporuje nás v učení se nových věcí. Dlouhodobý stres působí naopak. Míra stresu je u každého jiná. To, co jednomu dítěti může připadat dobrodružné a vzrušující, druhé dítě vnímá jako nebezpečné a stresující. Právě tak je u dětí rozdílné vnímání odjezdu na školu v přírodě. Někdo to bere jako veliké dobrodružství, při kterém zažije něco nového a pozná nové kamarády, druhé děti

naopak zažívají velkou míru stresu, kdy si mohou přehrávat nejhrůznější scénáře. (Plummerová, 2013)

Takové dlouhodobé stresy může mít negativní dopad na emoční a citovou pohodu jedince v pozdějším životě. Zhoršuje schopnost regulovat vlastní emoce a pocity. To má za následek přehnané reakce, neustálá nervozita z nebezpečí a problémů. (Plummerová, 2013)

Fobie školní úzce souvisí s nástupem do školy a může přetrvávat i během školní docházky. Dítě má nepřekonatelný strach z učitele, dětského kolektivu a celkově ze školního prostředí. Taková fobie může vzniknout z nějaké negativní zkušenosti, kterou dítě zažilo. Tento stav začíná už od probuzení, kdy si dítě může stěžovat na bolest břicha, hlavy, únavu. V této fázi hraje velkou roli psychosomatika, kdy zdravotně dítěti nic není, ale bolest opravdu cítí. Fobie sociální je strach ze situace, kde bude dítě porovnáváno druhou osobou. Opět se takové fobie mohou vyskytnout během školy v přírodě, kde se děti srovnávají nebo může dítě zažít ošklivou až traumatizující zkušenost. (Stuchlíková, 2005)

2 Odloučení od rodiny a stesk po domově

2.1 Projevy stýskání u dětí, definice "Homesickness" - výzkumná šetření a nástroje měření

Homesickness neboli stesk po domově můžeme chápat jako úzkostný stav při dlouhodobém, ale i krátkodobém odloučení dětí od rodičů. Mohou to být školní výlety, školy v přírodě, letní dětské tábory, ale dětem se může stýskat i u prarodičů nebo jiných rodinných příslušníků, kteří je hlídají. (Walton, 2007)

Jednou z hlavních příčin stesku po domově je absence domova, rodičů, domácích zvířat, pokrmů, na které jsou děti z domova zvyklé. Mezi primární znaky stesku jsou:

- pláč; někdy až hysterický a neutišitelný.
- uzavřenost
- nemluvnost
- ztráta zájmu
- stranění se kolektivu

V opačném případě mohou některé děti být agresivní. Může u nich převládat bojovná nálada doprovázena nadávkami a ničení cizích věcí. Stýskání může být doprovázeno dalšími emocionálními, kognitivními a fyzickými problémy. Při úzkostném stavu se u dítěte můžou vyvinout neovladatelné obavy, které můžou přerůst v deprese. Stesk po domově se projeví téměř u každého, kdo opouští dobře známé prostředí a ocitne se v prostředí, které je pro něj neznámé a nové. Nejvíce rizikovou skupinou jsou děti a mladiství, kteří jezdí například na letní tábory, školy v přírodě, jsou hospitalizováni v nemocnici nebo se přestěhují na internát či kolej. Snažila jsem se najít genderové a kulturní rozdíly při stýskání po domově, ale v žádné odborné literatuře není dokázáno, zda je větší míra stesku u dívek či chlapců. K této problematice se vrátíme ještě v praktické části. (Walton, 2007)

Bohužel se tématu stýskání u dětí po domově mnoho autorů nevěnuje a není tak dostupná vhodná literatura. Vycházeli jsme proto z odborného článku od Waltona (2007). Ten definuje stesk po domově jako úzkostné a funkční poškození, které je způsobené oddělením dítěte od domova a předmětů, na které je dítě zvyklé. Stesk po domově se také může klasifikovat jako porucha přizpůsobení se smíšenou s úzkostí a depresivní náladou. Tento druh úzkosti by Walton (2007) separoval od dalších druhů úzkostných stavů, nálad nebo dokonce poruch přizpůsobení v dospělém věku – odchod za prací, rozvod, vojna, vězení.

Podle E. Waltona (2007) byly zkoumány intenzity stesku u dětí. Děti, které odjely na letní tábor nebo byly hospitalizované v nemocnici, spadají do dvou skupin. U 80 % pozorovaných je jejich intenzita stesku po domově na nízké úrovni a tu si tak udržují po celou dobu pobytu. 20 % pozorovaných začíná pobyt se zvýšenou intenzitou stesku a ta se v průběhu ještě zvyšuje. Těsně před setkáním s rodiči intenzita stesku klesá. Musíme také rozlišit to, že děti, které jsou na letním táboře či škole v přírodě, jsou v méně stresujícím prostředí než děti, které jsou hospitalizované v nemocnici. U těchto dětí hraje velkou roli jejich zdravotní stav. U dětí, které absolvovaly školu v přírodě, soustředění či letní tábor, ovlivňuje jejich rozpoložení i program, který je pro ně připravený během dne. Dále pak i osoby, se kterými se při pobytu setkávají – pedagogové, vedoucí, trenéři. Během školy v přírodě nebo soustředění má dítě velkou výhodu, že odjíždí s lidmi, které dobře zná. Se spolužáky sdílí jednu třídu a s kamarády sdílí jeden tým. Na dětském letním táboře dítě

převážně nikoho nezná. Podstatnou součástí při stýskání u dětí mimo domov jsou tzv. rizikové faktory.

2.2 Rizikové a protektivní faktory u dětí při odloučení od rodiny

Při odloučení od rodiny může hrát roli několik rizikových faktorů. Z těchto rizikových faktorů můžeme vycházet a použít je pro prevenci u dětí, které jsou odloučené od rodiny po nějakou určitou dobu. Rizikové faktory podle Waltona (2007) můžeme rozdělit do několika kategorií: zkušenostní faktor, osobnostní faktor, rodinný faktor a faktor postoje.

2.2.1 Zkušenostní faktor

Za jeden ze zásadních bodů u zkušenostního faktoru můžeme považovat věk. Předpokládá se, že čím mladší dítě, tím má méně zkušeností s odloučením od rodiny. Nemusí to být však pravidlem. Například 9leté dítě, které je od mala zvyklé být u prarodičů či jezdit na různá soustředění, bude mít více zkušeností a bude mít menší míru stýskání než 13leté dítě, které není zvyklé jezdit bez rodičů mimo domov. Obecně zkušenost můžeme považovat za jednu z nejcennějších předpokladů, které dítěti pomohou zvládnout odloučení a následný stesk po domově.

2.2.2 Osobnostní faktor

V šestém roce života dítěte nastávají velké změny. Dítě již není pouze člen rodiny, ale začíná se začleňovat i do jiných nových skupin. Může být zvyklé z mateřské školy, kterou navštěvovalo alespoň jeden rok před tím, než nastoupilo na základní školu. Spousta dětí do školy přichází již s vytvořenými kamarádky a kamarádky, ale může se stát, že dítě nastupuje do úplně neznámého prostředí, kde nikoho nezná. To může být pro dítě frustrující a mohou se u něj projevit první úzkostné stavy. Dítě může přepadnout plno obav – zda si najde kamarády, zda ho paní učitelka přijme, zda se začlení do třídního kolektivu, zda zvládne nároky ve škole a nezklame tak své rodiče. Součástí povinné školní docházky jsou školní výlety nebo školy v přírodě. U dětí tak může nastat tzv. separační úzkost. Také může nastat obava z toho, jak bude pedagog nebo vychovatel reagovat na jeho projevy úzkosti při stýskání. Proto se děti mohou uzavírat do sebe a začnou se stranit kolektivu a her. Dalším osobnostním faktorem, který zvyšuje riziko stesku po domově je nízká vnímaná kontrola –

samotné odloučení nebo kontrola nad svým životem a také depresivní stav několika týdnů či měsíců před samotným odloučením.

2.2.3 Rodinný faktor a výchovné styly v rodině

Tento faktor je nejvíce zásadní při stýskání u dětí. S touto souvisí nízká míra rozhodování. Někteří rodiče nutí svou dceru nebo syna trávit jeho čas mimo domov. Tím dítě ztrácí kontrolu nad trávením svého volného času a cítí jen malou kontrolu při rozhodování, zda svůj čas chce takto trávit. V důsledku se může stát, že se mu při odloučení bude stýskat po domově. Dále pak může hrát velkou roli to, že rodiče či pečující osoba projeví strach, že to dítě nezvládne a bude se mu stýskat také. *„Ačkoliv se všeobecně má za to, že nedávná zkušenost – rozvod nebo podobně ničivá událost mohou dítě předurčit ke stýskání po domově, výzkum tento předpoklad nepodpořil. Je pravděpodobné, že pokud děti měly možnost si zpracovat a urovnat své myšlenky a emoce spojené s nedávnou negativní životní událostí, nehrozí jim zvýšené riziko stesku po domově.“* (E. Walton, 2007, s. 847). Velkou roli při stýskání u dětí může být i výchova v rodině.

1. Výchovný autoritářský (direktivní) styl

Pro tuto výchovu jsou charakteristické vysoký stupeň tuhosti, neohebnosti, strohost v jednání a mnoho příkazů. Chybí dostatečná komunikace mezi rodičem a dítětem. V tomto druhu výchovy převládají striktní zásady, trestání (psychické, ale i fyzické).

2. Výchovný povolující (permisivní) styl

V tomto typu výchovy má dítě maximální volnost. Požadavky, které jsou kladeny na dítě, jsou takřka minimální. Také potrestání se eliminuje na minimum. V této výchově se klade velký důraz na rozum dítěte. Dítě si ke správnému přístupu musí přijít samo a musí vědět, proč se tak v dané situaci zachovalo.

3. Výchovný styl opřený o autoritu

Oproti stylu autoritářskému se tento styl výchovy liší v tom, že rodiče s dítětem komunikují. Jasně jsou stanovená pravidla, která určují, co je správné a co ne. V této výchově rodič dominuje jako model, vzor, pomoc, kterou by dítě mělo následovat. (Vágnerová 2012)

2.2.4 Faktor postoje

Dítě může mít nabyt přesvědčení, že se mu bude stýskat a nebude se mu v novém prostředí líbit hned po prvním negativním dojmu nebo zkušenosti, k čemuž může přispívat i nízké očekávání nového prostředí. Někdy se může stát to, že se předpoklady a přesvědčení dítěte naplní. To pak může dělat problémy při dalším odloučení od rodiny. Dítě tak poukazuje na svojí negativní zkušenost a bojí se, že se to bude znovu opakovat. Tento faktor je úzce spjatý s faktorem zkušeností.

3 Škola v přírodě jako specifická situace odloučení od rodiny

Škola v přírodě může být definována jako zotavovací vícedenní pobyt ve zdravotně příznivém prostředí. Ročně vyjíždí na školu v přírodě přes 250 tisíc dětí. (IDNES.cz, ČTK) V žádné odborné literatuře nebo zdroji nebylo dohledatelné, jak se učitelé připravují se žáky na samotný pobyt. Dříve byla škola v přírodě organizována především pro žáky, kteří žili v lokalitách nebo velkých městech se znečištěným ovzduším. Je to tradiční forma výuky. Škola v přírodě je založena převážně na pohybových aktivitách. Dále pak rozvíjí žáky v oblasti sociální, kognitivní, ale i zdravotní. Školu v přírodě je vždy nutné organizovat v souladu se školním vzdělávacím plánem. (rvp.cz, metodický portál)

Podle Průchy (2003) je škola v přírodě školské zařízení umožňující pobyt dětí z předškolního zařízení a žáků škol primárního vzdělávání ve zdravotně příznivém prostředí bez přerušení školní vzdělávací práce nebo část školního roku, zpravidla v délce několika týdnů, kterou určitá škola tráví v takovém zařízení.

K nám se taková forma výuky dostala na počátku 20. století z Dánska a Německa. Zpočátku chodili žáci do přírody jen během několika předmětů – zkoumání života v přírodě. Během 20. let 20. století, kdy propukla v Praze tuberkulóza, začala jedna základní škola na Žižkově pořádat „třídy na vzduchu“. Během této výuky probíhala pohybová a dechová cvičení. Při dobrém počasí probíhal takový pobyt i pod stanem. Od roku 1945 trval takový pobyt čtyři týdny. V 90. letech byl pobyt zkrácený na 7-10 dní. Tento pobyt se koná v rámci vyučování. Škola v přírodě je pro žáky důležitá z hlediska klasické výuky, ale také k formě

odpočinku, relaxace, k utváření nových přátelských vztahů, hrám, stravování, procházkám v přírodě, zpívání a cvičení. (Ledvinka, 1998)

Škola v přírodě má tři významy:

- vzdělávací
- výchovný
- zdravotní

3.1 Důležité významy školy v přírodě na dítě

3.1.1 Význam vzdělávací a výchovný

Pro dítě je škola v přírodě jednou z výchovně vzdělávacích složek. Během pobytu na něj neustále působí. Vyučování žáků na školách v přírodě probíhá v upravených učebních ubytovacího zařízení. Některé školy volí formu školy v přírodě, kterou si organizují zcela sami. Učitelé na škole v přírodě mají odpovědnost za žáky nejen při výuce, ale i mimo ni.

Výuka je převážně strukturovaná tak, aby se mohla přizpůsobit prostředí – les, louka, pole apod. Předměty jako jsou výtvarná a tělesná výchova, mohou probíhat přímo na čerstvém vzduchu. Prvouka a vlastivěda může probíhat přímo v přirozeném prostředí a žáci si tak mohou výklad prakticky osahat. Výuka probíhá převážně v dopoledních hodinách. Po snídani do oběda. Po obědě následuje polední klid, kdy si žáci odpočinou. Odpoledne probíhá volnočasový program.

Některé školy organizují školu v přírodě přes agenturu. Agentura má k dispozici vychovatele, kteří se volnočasovým aktivitám věnují. Připraví pro děti například celopobytovou hru, při které během pobytu získávají za splněné úkoly body. Odpolední program se většinou týká pohybových aktivit – sportovní a pohybové hry. Žáci se během takového pobytu aklimatizují a zvykají si na nové prostředí. Některé děti jsou zvyklé, protože během letních prázdnin jezdí na letní tábory nebo na různá soustředění. Některé děti ale takový pobyt můžou snášet velice špatně. Nejsou zvyklé pobývat mimo domov několik dní a hlavně nocí. (Hublová, 2014)

3.1.2 Význam zdravotní

Škola v přírodě je pro žáky nedílnou součástí školní docházky. Žáci se naučí základním hygienickým návykům, samostatnosti, mají dostatek pohybové aktivity a tím si upevňují duševní zdatnost. Během pobytu zapomenou na každodenní starosti, které se mohou týkat dění přímo ve škole nebo rodinných záležitostí. Zažijí nejrůznější dobrodružství a tím si vytvoří psychickou pohodu. Takový pobyt má za cíl vytvořit si u žáků kladný vztah k přírodě, pohybu, ale také k samostatnosti a určitému sociálnímu rozvoji – učí se k toleranci, empatii, komunikaci a novým vlastnostem a dovednostem. Některým žákům škola v přírodě může pomoci poznat sebe samého. Dále pak pobyt může pomoci některým dětem se začleněním do třídního kolektivu. (Hublová, 2014)

3.1.3 Sociální vývoj na škole v přírodě

Během pobytu se převážně utvářejí vztahy mezi učitelem, žákem a třídním kolektivem. Samotný nástup do školy je pro dítě důležitým sociálním mezníkem. Získává novou roli – školák. Dítě je zvyklé z mateřské školy, že má dostatek volného pohybu, to však na základní škole možné není. Během výuky musí sedět klidně a potichu. Škola v přírodě naopak dostatek pohybu umožňuje. Pokud se dítěti na škole v přírodě stýská, tak pohyb mu v jeho smutných náladách může pomoci. Během her, kdy se dítě soustředí na výhru, pomoc svému týmu, zapomíná na to, co ho trápí. Mezi žáky a učiteli se vytvářejí a propojují sociální vztahy. Méně úspěšné děti si mohou během pobytu na škole v přírodě vytvořit lepší pozici v kolektivu na základě svých schopností a dovedností. (Hublová, 2014)

4 Příprava na školu v přírodě – strategie pro zvládnutí stresu a stýskání

Před tím, než dítě odjede na školu v přírodě, je důležité klást velký důraz na přípravu a prevenci, která může snížit riziko stýskání. Některé děti nesou odloučení od své rodiny, a především od matky velice špatně. Důležité je zahájit přípravu i několik měsíců předem, než dítě odjede. (Walton, 2007)

Inspirovat se lze v publikaci, která se zaměřuje na zvládnutí stresu. Autorkou je D. M. Plummerová (2013), která se zabývá celkovou prací s dětmi i dospělými. V této knize autorka nabízí praktické aktivity a strategie pro děti, které trpí různou intenzitou stresu a

namáhavě se vypořádávají se změnami v životě a tím na ně dopadá úzkost. Zejména věnuje pozornost na to, aby se děti naučily řešit problém pomocí své představivosti a získávaly sebedůvěru pomocí dílčích úspěchů.

Podle Plummerové (2013) je důležité, aby se strategie pro zvládnutí stresu zaměřovalo především:

- dokázat se vypořádat s daným problémem – dítě by si mělo pro sebe říct, že nechce dopustit, aby se v negativních situacích nacházelo, a bude se snažit tuto situaci změnit
- naučit se problém vnímat jinak – dítě si může negativní situaci vyložit jako pozitivum, ze kterého se může poučit a pokud znovu nastane, může se zachovat jinak
- naučit se problém tolerovat a přijmout ho – dítě vyhodnotí situaci sice negativně, ale podpoří se tím, že to zvládne

Dále pak podle Plummerové (2013) existuje celá řada metod, jak se vyrovnat se stresem. Pro zvládnutí stresu po domově na škole v přírodě, vybírám například tyto:

- Hra formou aktivní relaxace – při aktivní hře je dobré, aby tělo začalo produkovat takové látky, kdy se dítě cítí dobře, uvolněně a cítí radost.
- Kladný dotek – při fyzickém doteku, jako je objetí, mazlení s rodičem či oblíbenou hračkou, se cítí dítě bezpečně a spokojeně. To může mít i pozitivní dopad na empatii a toleranci.
- Představy – zvláště u dětí je představivost cenný zdroj kreativního myšlení. Dítě se může pomocí představ přenést do jiného světa, kde se cítí dobře a bezpečně.

4.1 Prevence dle Plummerové (2013)

Plummerová (2013) pomáhá dětem pochopit, že pocity nejsou správné ani špatné. Poté pomáhá si uvědomit, jak emoce mohou působit na jejich tělo a dále se mohou měnit a ovlivňovat. Volí i empatii k druhé osobě. Pracuje s konkrétní postavou, která jede do nového prostředí, ve kterém nikoho nezná a je nesmělá. Avšak to, že je nesmělá neznamená, že tomu je tak vždycky. Známe mnoho situací, kde se cítíme sebevědomě a bezpečně. Proto pobízí dítě k tomu, aby si vybavilo situace, kde zažívá různé pocity. Buď danou situaci popíše, nebo nakreslí obrázek. Dětem pomáhá doplňování konkrétních vět, např. Velmi odvážně jsem se

cítila, když..., Nervózní jsem byl/a, když.... Tím dítě popisuje přesně, jak se cítí a může se naučit pracovat se svými pocity. Pokud dítě bude zažívat negativní pocity, tak si uvědomí, že takový pocit nemusí zažívat a začne pracovat na tom, aby takový pocit odstranilo a cítilo se dobře.

Existuje široká škála aktivit, které jsou pro odloučení od rodiny pro děti klíčové. Mohou je se svými rodiči trénovat několik týdnů před odjezdem, ale i pedagog může taková cvičení dělat ve své třídě před tím, než odjedou na školu v přírodě. Cvičení pomáhá dětem pochopit, že změny patří přirozeně k životu. Mohou si osvojit takové vlastnosti, které jsou potřebné k úspěšnému zvládnutí změn. Dále si díky těmto aktivitám dítě může uvědomit, čeho přesně se v souvislosti se změnou obává, co ho znepokojuje a jak může zvýšit sebedůvěru pro zvládnutí změn. Některé změny se dají rozdělit na malé kroky tak, aby je dítě lépe zvládalo. Pokud dítě čeká určitá změna, právě odjezd na školu v přírodě nebo jiný pobyt, kde bude bez rodičů, je důležité s dítětem o změně mluvit, a to konkrétně. Je důležité změnu pojmenovat a popsat. Zároveň zapojit dítě do diskuze o změně. Rodič může vytvořit takové podmínky, aby o některých věcech rozhodlo dítě samo a tím se aktivně podílelo na změně. Dále je důležité dítě do celého procesu zapojit. Tím, že rodiče umožní dítěti, aby na to, co se děje, mělo alespoň malý vliv, zmírní to jeho úzkost z neznámého. Dětem může pomoci, když i pedagog se zapojí do příprav před samotným odjezdem. Může připravit pro celou třídu pracovní listy, kde se o jednotlivých dětech dozví více. Děti mohou odpovídat na různé otázky, např. „Jakou věc by ses chtěl na škole v přírodě naučit? Jaké kroky pro to musím udělat?“ Dále pak může celá třída společně balit kufr a domlouvat se na věcech, které si s sebou mohou vzít.

Plummerová (2013) dále doporučuje, aby si rodiče společně s dětmi schraňovali, co nejvíce informací o místě, kam dítě odjede. Můžou navštívit webové stránky, kde je plno fotografií a dítě tím může získat jistotu, že nepojede do neznáma. Plno areálů nabízí i virtuální prohlídku. Rodiče s dětmi mohou k takovému průzkumu připojit atlas nebo mapu. V nejlepším případě si rodina může udělat výlet a podívat se na místo osobně. Před samotným odjezdem si žáci s učitelem mohou povídat o tom, jak to na škole v přírodě bude probíhat a děti se tím mohou uklidnit. Mohou získat představu o tom, jaký bude během pobytu program, denní režim nebo s kým kdo bude sdílet pokoj. Do třídy může být pozvaný

i žák, který na škole v přírodě již byl a může být pro děti průvodce. Žáci tak uvidí, že někdo ze spolužáků má zkušenost a pobyt zvládl.

Pokud u dítěte propukne strach z odloučení ještě dřív, než odjede, může se pracovat s představami. Dítě se může přenést do situace, kdy má školu v přírodě za sebou. Může si zkusit zodpovědět na otázky, co se u něj změnilo, co se děje v téhle chvíli. Nebo může dítě napsat dopis sám sobě z budoucnosti. Popíše tak, co je potřeba, aby dosáhl svého cíle. Po příjezdu dopis znovu otevře a může zvládnutou situaci vyhodnotit. Dobré je pro dítě, aby pracovalo se svými myšlenkami. Pokud se jedná o negativní myšlenky, může si s nimi i povídat.

Plummerová (2013) radí, aby si rodiče s dítětem udělali plán pomocí různých situací a vyprávěli si o tom, jak se v nich zachovat. Dítě může mít své pocity a obavy více pod kontrolou. Také rodiče mohou být zapojeni do tréninku před svými obavami, jak dítě pobyt zvládne. Mohou si napsat své obavy na papír, stejně jako dítě. Rodič si tak obavy může porovnat a zkusit na strachu zapracovat.

Určitá míra stresu je prospěšná. Může dopomoci k nějakému úspěchu. Například navazování nového přátelství, být více samostatný, získat nové dovednosti při hrách. Širokou nabídku her můžeme naléznout právě v knize *Učíme děti zvládat úzkost, obavy a stres* od D. M. Plummerové (2013)

4.2 Prevence dle Waltona (2007)

Pro snížení stesku po domově je důležité mnoho faktorů. Walton (2007) hodnotí jako úspěšnou kombinaci psychoedukaci, sociální podporu, jasnou výuku zvládání, vzdělání pedagogů, dosavadní praxe mimo domov u dítěte a informace o prostředí, kde dítě žije. Vychází ze svého zkoumání, kdy děti od 8 do 16 let byly na dvoutýdenním pobytu na letním táboře.

Před plánovaným odloučením, jako je škola v přírodně nebo i dětský letní tábor doporučuje rodičům Walton (2007) následující:

- Zapojit děti do plánování času, který stráví mimo domov. Tím, že se dítě zúčastní plánování a rozhodování, byť toho nejmenšího, dostane do podvědomí to, že má nad

touto změnou kontrolu. Oproti tomu pocit nucení trávit čas mimo domov bez účasti na rozhodnutí často zvyšuje intenzitu stesku po domově.

- Dobré je dítě uklidňovat, že v tom není samo a každý si prožil určitou obavu nebo strach před odjezdem na více dnů. Téměř každému chybí něco z jeho domova, když odjede pryč a přepadne ho stýskání po domově a rodičích, tak je to naprosto normální. Rodiče by měli zdůraznit i to, že stýskání znamená, že dítě má doma spoustu osob a věcí, které má rádo. Dobrou zprávou pro dítě je, že existuje spousta věcí, na které může během pobytu myslet a můžou ho tak uklidňovat, právě když se mu stýská.
- Jako nácvik, aby dítě zvládlo pobyt na škole v přírodě, je dobré domluvit si víkend s příbuznými nebo kamarády a dítě u nich nechat 2 až 3 dny včetně noci. Tím se zvýší odolnost dítěte vůči stesku. Během těchto dní by se měl rodič vyvarovat telefonických hovorů s dítětem. Zároveň to může být dobrá příležitost pro psaní dopisů a pohledů, které později mohou rodiče i děti posílat během pobytu na škole v přírodě. Po takovém nácviku můžou rodiče s dítětem diskutovat nad tím, jak to zvládl, co prožil, jak se cítil. Dále mohou vycházet z toho, jaké strategie byly pro dítě dobré a čeho se naopak vyvarovat.
- Před odjezdem je potřebné procvičovat s dítětem základní korespondenci. Zajištění toho, aby dítě vědělo, jak psát dopisy, zvyšuje pravděpodobnost, že bude udržovat kontakt s domovem. Jako předejití rizika, že dítě nadepíše obálku špatně, mohou dětem obálky předepsat doma a dítě tak bude klidnější.
- Společně si před odjezdem projít místo, kde bude dítě trávit čas - webové stránky, informační prospekty, fotografie, recenze lidí, kteří školu v přírodě absolvovali. Obeznamení s prostředím snižuje úzkostné stavy.
- Jako další preventivní krok, který by pomohl dítěti překonat stesk po domově, je poznat nového kamaráda/učitele/trenéra dřív, než se odjede na nové místo. Znat alespoň jednoho dospělého nebo vrstevníka pomůže snížit stres při pobytu mimo domov. Je důležité, aby rodiče nebo pedagogové povzbuzovali děti v navazování nových přátelských vztahů. Zároveň bude dítě klidnější, když se v průběhu pobytu může obrátit na důvěryhodnou osobu a bude se mu moci svěřit se svým trápením nebo pocity.

- Rodiče by se měli zdržovat úzkostných komentářů nebo rozpolcených pocitů před tím, než dítě odjede. Měli by se vyvarovat negativních komentářů, např.: „Doufám, že vám budou na škole v přírodě dobře vařit a nebudeš mít neustále hlad. Doufám, že budeš v pořádku a nic se ti tam nepříhoda. Měj se tam hezky a snad si vzpomenu nakrmit tvého mazlíčka.“ Když rodič dá podnět, který bude dítě stresovat a bude nad ním neustále přemýšlet, zvýší se pravděpodobnost, že mu bude více chybět domov a bude se mu stýskat. V ideálním případě by měli rodiče vyjádřit nadšení a optimismus nad tím, že dítě pozná nové prostředí a nové kamarády. Pokud mají rodiče nějaké obavy, je vhodné sdílet je s dalšími rodiči a nikoli se svým dítětem.
- Je dobré vyznačit si společně s dítětem čas v kalendáři, aby přesně vidělo, za kolik dnů odjede a zdůraznit přesné dny, kdy bude dítě pryč. Povědět si, že se jedná o přesně stanovenou dobu. Kalendář si může dítě vzít s sebou a sledovat tak ubíhající čas. Dítě tak vidí, že se nejedná o nekonečný čas. Může si pomocí pastelek strávené dny vybarvovat. Lépe se bude v čase orientovat.

Podle Waltona (2007) by měli být pedagogové, trenéři, vedoucí a zdravotníci poučeni o příznacích stesku po domově a nejúčinnější léčbě. Jako doporučení zmiňuje, že by tito pracovníci měli absolvovat různá školení, které se na stýskání po domově zaměřují, popřípadě na dětskou psychiku při odloučení od rodiny. Dále by rodiče měli pedagogy nebo zdravotníky předem upozornit, že jejich dítě inklinuje ke stýskání a strachu z odloučení. Pokud mají rodiče vyzkoušené strategie, které při stýskání u jejich dítěte pomáhají, měli by takový seznam předat těsně před odjezdem učitelům. Tím se i dítěti zpříjemní pobyt na škole v přírodě.

Pokud jsou již děti na škole v přírodě a zažívají stýskání po domově, doporučuje Walton (2007) následující:

- Pokud se začne dítěti stýskat, měl by s kamarády podniknout něco zábavného. Je to dobré pro rozptýlení a sociální spojení s okolím.
- Napsat domů dopis, pohled a popsat, co nového zažil nebo pokud má dítě s sebou rodinnou fotografii, tak se alespoň takto na dálku sblížit se svou rodinou.
- Dítě by mělo odjet na školu v přírodě s někým, koho dobře zná.

- Před i během školy v přírodě by dítě mělo myslet na to, co nového ho ještě čeká, např. aktivity, program, dobrodružství s kamarády a zároveň si v hlavě urovnat, že čas, který stráví mimo domov rychle utíká a je dokonce velice krátký.
- Pro dítě je nejlepší být co nejvíce zaměstnaný, aby neměl šanci myslet na domov.

Některé děti využívají negativní strategie k tomu, aby se dostali domů hned. Jsou to např. agresivní chování, odmítání a bojkotování veškerých doporučení od pedagogů nebo vedoucích během pobytu nebo dokonce ze školy v přírodě uniknout bez toho, aby dítě někomu sdělilo svůj plán. Proto je důležité mít takové děti pod velkým dozorem. Jako negativní strategii považuje Walton (2007) telefonické hovory nebo emailovou korespondenci (myšlena výměna rychlých a krátkých zpráv), které zvyšují intenzitu stesku dětí po domově, a zároveň narušuje samostatnost dítěte během pobytu.

Zde Walton (2007) zdůrazňuje, že tato strategie se stává negativní, pokud je pobyt kratší než 4 týdny. Je dobré rodiče na toto riziko upozornit a zdůraznit, že telefonní hovory mohou být negativní pro obě strany. Pedagog nebo vedoucí může rodičům nabídnout jinou variantu, jak s dítětem komunikovat. Během pobytu mohou rodiče a děti komunikovat přes dopisy a pohlednice. Této korespondenci totiž chybí emocionálně evokující kvalita, při které dítě slyší hlas jednoho z rodičů. Psaní dopisů nebo vedení deníku, kdy si dítě vede záznam o zážitcích, které na škole v přírodě prožil, může mít i terapeutickou funkci.

Další negativní strategií je, když rodiče slíbí dítěti, že pokud nebude na škole v přírodě spokojený a nebude se mu tam líbit, tak si pro něj přijedou. To zvyšuje mnohonásobně intenzitu stesku, protože dítě má vidinu toho, že si pro něj ihned rodič přijede. Tím dávají rodiče najevo svému dítěti, že pobyt samostatně nezvládne, nebude se mu tam líbit a v jeho nejistotě dítě ještě utvrzuje. Tyto strategie paralyzují pedagogy v dalším rozvoji dítěte, protože takové dítě může neustále opakovat, že si rodiče pro něj stejně přijedou a nemá důvod, aby na celý pobyt změnil názor. Tato situace pak dovádí rodiče k nelehkým rozhodnutím. Na jedné straně splnit slib a pro dítě si opravdu přijet. Tím ho ochudit o nové zkušenosti a zážitky. Nebo na straně druhé, vzdát se slibu a pro dítě si na školu v přírodě nepříjet. Tím se však naruší důvěra mezi rodičem a dítětem. Proto je dobré, aby učitelé před odjezdem rodiče od takových slibů odrazovali.

Pokud jsou obavy z obou stran opravdu velké, tak by rodiče měli plánovanou školu v přírodě odložit například na příští rok, až si budou jisti, že je na to jejich dítě připravené. Pokud si rodiče nejsou zralostí dítěte jisti, mohou využít konzultace s dětským pediatrem nebo psychologem. Ten pomůže posoudit připravenost dítěte na odloučení od rodiny. Pediatr může doporučit, který pobyt by byl pro jejich dítě vhodný. Odvíjí se to od jeho zájmů, dosažených schopností a vývojových potřeb. (Walton, 2007)

4.3 Prevence dle Thurbera a Sigmana (1998)

Pokud by učitel chtěl zkoumat, jak se dané dítě cítí například během školy v přírodě, lze čerpat z anglického článku od Ch. A. Thurbera a M. D. Sigmana z časopisu *Child Development*, Volum 69 z roku 1998. Článek se věnuje rizikovým a ochranným faktorům, které by měly pomoci eliminovat stesk u dětí, když jsou na dlouhodobějším pobytu mimo domov. V článku je představen i nástroj, ze kterého můžou rodiče nebo pedagogové zjistit, jaké pocity dítě zažívá v daný okamžik. Jsou zde popsány možnosti např. cítím se šťastně, cítím se smutně, cítím se uvolněně, pociťuji stesk. Pocity jsou řazeny náhodně. Dítě vybírá z bodové škály od 0 (vůbec ne) do 10 (mnoho). Tímto dotazníkem se mohou odhalit případné rizikové pocity, které by mohly stesk po domově ještě více prohlubovat.

Pokud bychom měli shrnout přípravu na školu v přírodě, pak v metodických příručkách pro učitele nebo odborné literatuře od českých autorů se s přípravou na školu v přírodě téměř nepracuje. Dobré je tedy vycházet z poznatků zahraniční literatury. Školy v přírodě jsou velmi specifickým pobyt, protože děti odjíždějí s osobami, které dobře znají. Důležitá je především komunikace mezi rodičem, žákem a učitelem.

5 Praktická část

5.1 Uvedení do problému

Odborná literatura a dosavadní výzkumy, např. od Waltona (2007) ukazují, že stýskání u dětí mladšího školního věku je přirozené, ale je potřeba dávat pozor na to, aby se dítě díky odloučení od rodiny a následnému stýskání nedostalo do úzkostných až depresivních stavů, které si ponese během svého života. Jistá míra stýskání je běžná a souvisí s běžným vývojem dítěte. Řada dětí však není zvyklá být například přes noc mimo domov,

například u příbuzných a kamarádů. Jak jsme si v teoretické části v kapitole „Strategie pro zvládání stresu a stýskání“ ukázali, stýskání u dětí jde do jisté míry ovlivnit různými preventivními činnostmi, na kterých se mohou podílet jak pedagogové, tak především rodiče. Především se tak rizikovým faktorům, které zvyšují intenzitu stesku po domově. Dosud u nás nebyl realizován výzkum, který by dané faktory ani projevy dětí ve vztahu k pobytu na škole v přírodě blíže zkoumal. Rozhodli jsme se proto realizovat výzkumnou sondu, která by měla prozkoumat, jaké faktory na straně rodiny, konkrétně pak zvyklosti, chování, přístupy volí rodiče před tím, než pošlou dítě na školu v přírodě a jak následně dítě pobyt zvládne.

5.2 Cíl výzkumu

Cílem praktické části bylo zjistit míru souvislosti mezi vybranými rizikovými faktory a projevy stýskání v rámci pobytu dětí mladšího školního věku na škole v přírodě (dále také „ŠVP“). Z faktorů zmíněných v teoretické části v kapitole „Rizikové a protektivní faktory u dětí při odloučení od rodiny“ jsme se konkrétně zaměřili na: dosavadní zkušenosti s přespáním, zkušenost dítěte s různými typy pobytů jako jsou např. letní dětské tábory, soustředění aj. Dále pak na samotnou přípravu dítěte před odjezdem na školu v přírodě. Pro účely výzkumného šetření byly sestaveny tři dotazníky, které byly inspirovány zahraničními výzkumy od E. Waltona a konzultovány s vedoucí práce i učiteli, kteří absolvovali školu v přírodě společně s dětmi.

Konkrétně jsme si stanovili tyto výzkumné otázky:

Popisný výzkum – výzkumné otázky (dále jako VO)

VO1 – Jaké jsou dosavadní zkušenosti žáků mladšího školního věku s pobytem mimo domov?

VO2 – Jaká probíhá v rodinách příprava na ŠVP?

VO3 – Jak se děti na škole v přírodě cítily a jaké pocity zažívaly?

Relační výzkum

Jaký je vztah mezi vybranými rizikovými a protektivními faktory a projevy stýskání při pobytu mimo domov (na ŠVP)?

Sledované faktory

Faktor dosavadní zkušenosti s pobytem mimo domov

Faktor postoje dítěte k pobytu na škole v přírodě

Rodinný faktor, který se dělí na:

- *Pozitivní činnosti rodičů před odjezdem dítěte na ŠVP*
- *Negativní činnosti rodičů před odjezdem dítěte na ŠVP*

Konkrétně byly stanoveny dílčí hypotézy (dále jako H)

H1 Mezi stýskáním a vybranými demografickými údaji je statisticky významný vztah.

H2 Mezi stýskáním a faktorem dosavadní zkušenosti dítěte s pobytem mimo domov je statisticky významný vztah.

H3 Mezi stýskáním a faktorem postoje dítěte k pobytu na škole v přírodě je statisticky významný vztah.

H4 Mezi stýskáním a rodinným faktorem pozitivních činností rodičů před odjezdem dítěte na ŠVP je statisticky významný vztah.

H5 Mezi stýskáním a rodinným faktorem negativních činností rodičů před odjezdem dítěte na ŠVP je statisticky významný vztah.

V praktické části bude popsáno poznání výrazných projevů stýskání u dětí a zároveň chování rodičů před tím, než jejich dítě odjede pryč. Jakou prevenci využívají rodiče a zda je pro děti účinná. Z tohoto výzkumu bude vyvozena vhodná prevence, která může snížit intenzitu stýskání u dětí na 1. stupni základní školy. Kromě záznamů o chování a prožívání dětí z místa odloučení (školy v přírodě) byly sledovány také činnosti rodičů, které volili před odjezdem dítěte na školu v přírodě. Také pedagogové pozorovali a zapisovali postřehy sledovaných dětí. To vše pomocí tří dotazníků pro děti na 1. stupni základní školy, jejich učitelů a rodičů. Tento výzkum je proveden na vzorku třiceti dětí, které absolvovaly školu v přírodě. Dále pak jejich rodičů a třídních učitelů.

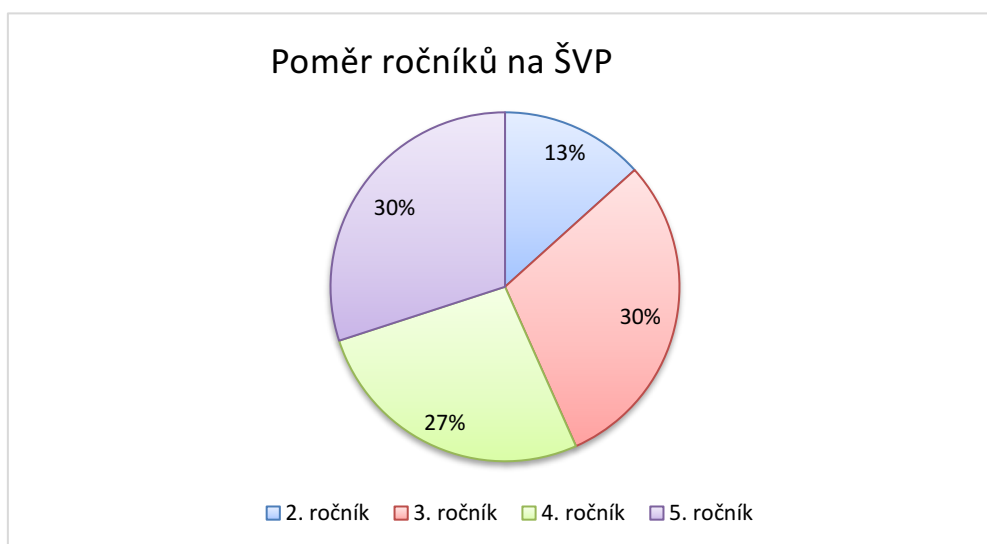
Všechny dotazníky a jejich zpracování byly prováděny se souhlasem respondentů nebo jejich zákonných zástupců a byly vyhodnoceny anonymně.

5.3 Metodologie práce

5.3.1 Výzkumný vzorek

Výzkum byl prováděn na jedné základní škole v malé obci v okrese Kladno. Škola byla vedena do minulého roku jako malotřídní. Od září tohoto školního roku je vedena jako škola pouze s prvním stupněm. Od první do páté třídy. V každém ročníku je pouze jedna třída. V tomto školním roce navštěvuje školu 72 žáků a vyučuje zde pět třídních učitelů. Dále jsou ve škole zaměstnání vychovatelé a asistenti pedagoga. Žáci jezdí na školu v přírodě od 2. ročníku, proto jsme zařadili žáky od 2. do 5. třídy. Věk žáků je v rozmezí 7 až 11 let. Průměrný věk žáků je 9, 67 let. Školy v přírodě se zúčastnilo 30 žáků z toho 14 chlapců a 16 dívek. Na školu v přírodě žáci odjeli na začátku září roku 2020, kdy probíhalo i samotné šetření. Pobyt trval 7 dní, tj. 6 nocí. Na poměr ročníků se můžete podívat v grafu 1 a na základní informace výzkumného vzorku v tabulce 1.

Graf 1 Poměr ročníků na škole v přírodě



Tab. 1 Základní informace výzkumného vzorku – poměr účastněných dětí na ŠVP – jejich ročník, věk a pohlaví

Ročník	Počet dětí v daném ročníku	Průměrný věk dětí v daném ročníku	Poměr pohlaví dětí v daném ročníku	Maximální věk dětí v daném ročníku	Minimální věk dětí v daném ročníku
2.	4	7,25	3 chlapci a 1 dívka	8 srpen 2012	7 červenec 2013
3.	9	8,67	3 chlapci a 6 dívek	9 srpen 2011	8 srpen 2012
4.	8	9,63	2 chlapci a 6 dívek	10 září 2010	9 duben 1011
5.	9	10,67	6 chlapců a 3 dívky	11 červen 2009	10 březen 2010
Celkový počet za všechny zkoumané ročníky	30	9,67	14 chlapců a 16 dívek	11 červen 2009	7 červenec 2013

5.3.2 Metody (použité nástroje)

Pro účely výzkumného šetření byly vytvořeny tři dotazníky – pro rodiče, děti a pedagogy. Nyní si dotazníky představíme.

5.3.3 Dotazník pro rodiče

Tento dotazník se skládá z dvanácti otázek a je rozdělen do čtyř oddílů.

1. oddíl – základní informace o dítěti

Tento oddíl byl zaměřen na zjištění základních demografických údajů a k získání informací o složení rodiny:

- Kolik dětí žije ve společné domácnosti?
- Je dítě ve střídavé péči?

Pro výzkumné šetření je podstatné, jestli je dítě jedináček nebo má sourozence. Tento údaj nám poskytuje informaci, jestli je dítě zvyklé od rodičů na výhradní pozornost. Dále, jestli má střídavou péči, protože takové dítě je zvyklé měnit častěji prostředí.

2. a 3. oddíl – faktor dosavadní zkušenosti – otázky mapující dosavadní zkušenosti dítěte s krátkodobým a dlouhodobějším pobytem mimo domov:

- Strávilo dítě někdy noc mimo domov, např. u kamaráda/kamarádky/prarodičů?

Jedná se o zmapování toho, že dítě zažilo alespoň jednu noc mimo domov bez rodičů. Má s tím již zkušenost.

- Bylo dítě někdy na několikadenním pobytu?

Tato otázka je uzavřena možnostmi ANO/NE. Pokud rodič odpoví ANO, rozděluje se tato otázka na dalších šest podotázek, které jsou z části otevřené a z části uzavřené. Tyto podotázky se zaměřují na to, kolikrát dítě bylo na několikadenním pobytu, zda měl rodič obavy o to, jestli to dítě zvládne, zda muselo dítě předčasně opustit pobyt z důvodu velkého stesku po domově, zda mělo dítě před odjezdem obavy a po návratu se jeho obavy vyplnily a zda dítě po návratu mluvilo o tom, že se mu stýskalo. Pokud rodič zvolí NE, je na výběr z několika možností, které vysvětlují, proč byla zvolena tato varianta. Jedná se o tyto možnosti – dítě nemělo dostatečný věk, z finančních důvodů, ze zdravotních důvodů, dítě samo dlouhodobější pobyt odmítlo, dítě mělo jiný program, obavy, že by dítě pobyt samo nezvládlo. Těmito důvody mapujeme, proč dítě nebylo na žádném pobytu a je to pro nás výchozí poznatek pro to, jak dítě školu v přírodě zvládlo.

- Stalo se, že dítě muselo z důvodu velkého stesku odjet?

Tato otázka zkoumá také dosavadní zkušenost. Dokazuje, jestli dítě pobyt z důvodu stesku pobyt zvládlo či nezvládlo.

- Doplnující otázky, např. Měli jste někdy obavy, že vaše dítě pobyt na škole v přírodě nezvládne?

Zde je zkoumán faktor postoje dítěte k pobytu na škole v přírodě.

4. oddíl – faktor postoje dítěte k pobytu na škole v přírodě a faktor rodinný, který se dělí na pozitivní a negativní činnosti rodičů před odjezdem dítěte na ŠVP – otázky, které se zaměřují na přípravy na samotnou školu v přírodě.

V tomto oddíle zkoumáme, jaké činnosti během příprav volí rodiče před odjezdem dítěte.

- Mohlo si dítě vybrat, zda na školu v přírodě pojedete?

Z nastudované odborné literatury od Waltona (2007) a Plummerové (2013) je zřejmé, že by rodiče měli nechat dítě podílet se na výběru a následném plánování před odjezdem na školu v přírodě. Dítě má tak své obavy více pod kontrolou. Proto byla zařazena tato otázka do čtvrtého oddílu, jako příprava na školu v přírodě. Je zkoumán faktor postoje, zda má dítě možnost výběru, jestli na ŠVP odjede nebo ne.

- Mluví dítě před odjezdem o tom, že se mu na škole v přírodě nebude líbit/nebude ho bavit program, aktivity/nebude se mít s kým kamarádit/bude se mu stýskat?

V této otázce mapujeme, jestli má dítě před odjezdem obavy a sdílí je se svými rodiči. Jsou zde odstupňované uzavřené možnosti STÁLE/VELMI/ČASTO/ČASTO/OBČAS/NIKDY. Jedná se o faktor postoje dítěte k pobytu na škole v přírodě. Tato otázka navazuje na otázku č. 8.

- Z nabízených činností a situací rodiče zvolí ty, které volí před odjezdem na školu v přírodě, jak se s dítětem na školu v přírodě připravují/na čem se s dítětem domlouvají.

Tato otázka je obsáhlejší. Zkoumá faktor rodinný. Má devět nabízených činností a strategií. Tyto možnosti byly sestaveny pomocí odborného článku od Waltona (2007), který tyto činnosti a strategie uvádí. Byly voleny, jak pozitivní, tak i negativní činnosti, protože ve výzkumu se zkoumají i negativní strategie, které mají na stýskání u dětí neblahý dopad.

Nabízené činnosti (strategie) jsou rozdělené na pozitiva a negativa. K pozitivním činnostem patří např. rodiče se ujistí, jestli pojedete jeho kamarád/kamarádka, předem se dítě domluví, s kým bude sdílet pokoj, navštíví webové stránky areálu, kam dítě pojedete. Mezi negativní činnosti patří např. rodiče slíbí dítěti, že pokud se mu na škole v přírodě nebude líbit, přijedou si pro něj nebo rodiče dítě uklidňují, že se mu stýskat nebude, protože je už velké.

Rozdíl v pozitivních a negativních činnostech je ten, že může mít kladný nebo záporný dopad na psychiku dítěte. Všechny činnosti, které měli rodiče na výběr, naleznete v příloze práce.

- Dále v dotazníku jsou nabízeny otázky, zda si dítě bere na školu v přírodě nějakou konkrétní věc (např. hračka, kniha apod.), která mu pomáhá překonat stesk, jestli si dítě bere telefon a bude v průběhu pobytu rodičům volat nebo rodič bude volat přímo učiteli, a tak rodič zvolí strategii kontroly dítěte přes pedagoga a své obavy sdílí s druhou osobou. V těchto otázkách se prolíná faktor rodinný pozitivních a negativních činností.

Pokyny pro zadávání

Dotazník nebyl časově omezený. Za každé dítě byl zadán jeden dotazník. Na školu v přírodě odjela pouze jedna sourozenecká dvojice. Rodičům se dotazník zadával týden před odjezdem při informativní třídní schůzce ohledně školy v přírodě. Bylo na rodičích, zda budou dotazník vyplňovat popořadě nebo budou přeskakovat a následně se k otázkám vrátí.

Vyhodnocování dotazníku

Data z prvního oddílu byla použita k popisu výzkumného vzorku (viz kapitola 5.3.1) a pro zmapování údajů o složení rodiny (viz kapitola 5.4.1). Vyhodnocoval se maximální, minimální a průměrný věk dětí, které absolvovaly školu v přírodě. To samé bylo uděláno s ročníky. Chlapců na škole v přírodě bylo 14 a dívek 16. U dalších otázek, kde byla možnost pouze ANO/NE, se udělovaly body (ANO – 1 bod, NE – 0 bodů), otázky dle intenzity byly vyhodnoceny také bodově (nejmenší míra má nejvíce bodů). Z vybraných možností se sčítaly počty konkrétních činností. Přesnému vyhodnocování jednotlivých otázek se budeme věnovat níže.

5.3.4 Dotazník pro děti

Pro sestavení tohoto dotazníku byl výchozí odborný článek Preliminary Models of Risk and Protective Factors for Childhood Homesickness: Review and Empirical Synthesis od Ch. A. Thurbera a M. D. Sigmana. Poskytuje tabulku, kde se nachází široká škála různých pocitů, které jsou pozitivní nebo negativní. Např. cítím se – šťastně, smutně, opuštěně,

klidně, stýská se mi. Dotazovaný se má zamyslet nad tím, jak se v danou chvíli cítí a zvolí příslušnou možnost pomocí bodové stupnice od 0 do 10. Hodnota 0 je málo a 10 je velice.

Pro tento výzkum byly vybrány pouze čtyři možnosti. Dvě možnosti jsou negativní a dvě možnosti jsou pozitivní, z hlediska dobrých či špatných pocitů nebo nálad. Dotazník pro děti byl nazván „Jak se dnes cítíš?“ Tento dotazník dostaly děti během školy v přírodě. Na začátku, první den po příjezdu, poté uprostřed a na závěr, den před odjezdem. Byly zde zkoumané pocity a nálady v průběhu celého pobytu. Bylo důležité, jestli dítě má nálady a pocity kolísavé nebo ustálené a zda korespondují s tím, co uvedli rodiče ve svém dotazníku. Každá otázka má stanovené stupně od 1 do 5. Zprvu měla být stanovena bodová hranice od 1 do 10. Tuto možnost jsem konzultovala s paní učitelkou, která s dětmi odjela na školu v přírodě. Pro děti by bylo příliš obtížné odhadnout, jak se v danou chvíli cítí pomocí desetibodové stupnice, proto je lepší pro žáky 1. stupně základní školy volit nižší bodovou stupnici.

Nálady a pocity, které jsem v dotazníku zvolila:

- Těším se na to, co nového zažiju – nové zážitky. – pozitivní pocit, nálada.
- Jsem nervózní. Nevím, co mě čeká, co zažiju. – negativní pocit, nálada.
- Jsem veselý/á a spokojený/á. – pozitivní pocit, nálada.
- Jsem smutný/á a stýská se mi po domově. – negativní pocit, nálada.

Pokyny pro zadávání

Dotazník nebyl časově omezen. Žákům byl dotazník zadán jejich paní učitelkou jeden den po příjezdu, uprostřed a den před odjezdem. Dotazník dostávali žáci pouze jeden a do toho postupně zaznamenávali své pocity a nálady. Žáci byli upozorněni, že neexistuje správná nebo nesprávná odpověď a rozhodující je jejich přesný pocit nebo nálada.

Vyhodnocení dotazníku

Děti volily z pětibodové stupnice, jak se v průběhu školy v přírodě cítí. 1 – vůbec, 2, 3 – středně, 4, 5 – mnoho. Pokud má u pozitivních nálad volen pátý stupeň a negativních první stupeň, tak tento počet vypovídá o velmi dobrém zvládnutí stesku během školy v přírodě. V opačném případě dítě stesk nezvládá.

5.3.5 Dotazník pro učitele

Dotazník sloužil jako záznam o projevech dítěte na ŠVP, ve kterém pedagog shrnul chování jednotlivých dětí během školy v přírodě. Dotazník vyplnil učitel v závěru pobytu. Pro toto šetření bylo zvoleno pět uzavřených otázek, kde učitel volil z možnosti ANO/NE. Učitel je bezprostřední pozorovatel, který vnímá dítě jinak než rodič. Byly voleny takové otázky, které vypovídají o zvládnutí stesku dítěte na škole v přírodě.

S učiteli byl dotazník probraný a byly jim vysvětleny jednotlivé položky takto:

- Mluví o tom, že se mu stýská – učitelé byli instruováni, že se nejedná o pouhé jedno zmínění, ale konverzace dítěte se většinou týká domova, stýskání, negativní poznámky na pobyt, např. „Vůbec se mi tu nelíbí, protože tu nemám maminku nebo tatínka.
- Pláče – pláče během dne i před spaním, reaguje přehnaně na určité situace, např. prohraje v soutěži, situace není podle jeho představ.
- Straní se kolektivu – je v ústraní, nekomunikuje se svými spolužáky.
- Nechce se účastnit programu – odmítá se podílet, jakkoliv, na různých aktivitách, cvičeních. Dítě stagnuje.
- Nezvládá být samostatné – dítě nezvládá základní hygienické návyky, nedokáže se samo převléci, udržovat si pořádek ve svých věcech, není schopno si zabalit věci na výlet podle pokynů učitele, nezvládá základy stolování apod.

Pokyny pro zadávání

Dotazník nebyl časově omezený. Pedagogové po ukončení pobytu vyplnili krátký dotazník o jednotlivých žácích. Pouze volili mezi možnostmi ANO/NE.

Vyhodnocení dotazníku

Byl zvolen opět bodový systém. Hodnota možnosti ANO je 1 a hodnota možnosti NE je 0. Pokud má dotazník velký počet bodů, tak dítě stýskání nezvládlo a pokud má dotazník nízké bodové ohodnocení, dítě stesk zvládlo dobře.

5.4 Výsledky šetření

5.4.1 Výsledky měření dotazníku pro rodiče

V tomto dotazníku se zkoumalo několik faktorů – dosavadní zkušenosti s pobytem mimo domov, postoj dítěte k pobytu na škole v přírodě a rodinný faktor pozitivních a negativních činností. Dotazník se dělil na čtyři oddíly, které mapovaly základní informace o dítěti, aby se následně mohl spojit s dotazníkem od konkrétního dítěte, dále pak dosavadní zkušenosti s krátkodobým pobytem mimo domov, dosavadní zkušenost s dlouhodobým pobytem mimo domov a samotná příprava před odjezdem na školu v přírodě.

1. oddíl – základní informace

V tomto oddíle byl zásadní počet dětí v jedné domácnosti, a zda má dítě střídavou péči. Tato hodnota nám ukázala, jestli je dítě zvyklé sdílet domácnost se svými sourozenci a pokud má střídavou péči, je zvyklé častěji střídat různá prostředí. Tento oddíl se skládal ze tří otázek.

Výsledky ukazují, že průměrný počet dětí v jedné domácnosti jsou dvě. V České republice připadá na jednu domácnost 1,6 závislého dítěte (ČSÚ). Tím je myšleno, že dítě je závislé na rodičích. Jsou však výjimky, kdy je dítě jedináček nebo naopak je sourozenců více. Střídavá péče u těchto dětí neprevládá. Pouze pěti žáků má střídavou péči a jsou zvyklé častěji střídat prostředí. Viz tabulky 2, 3 a graf 2.

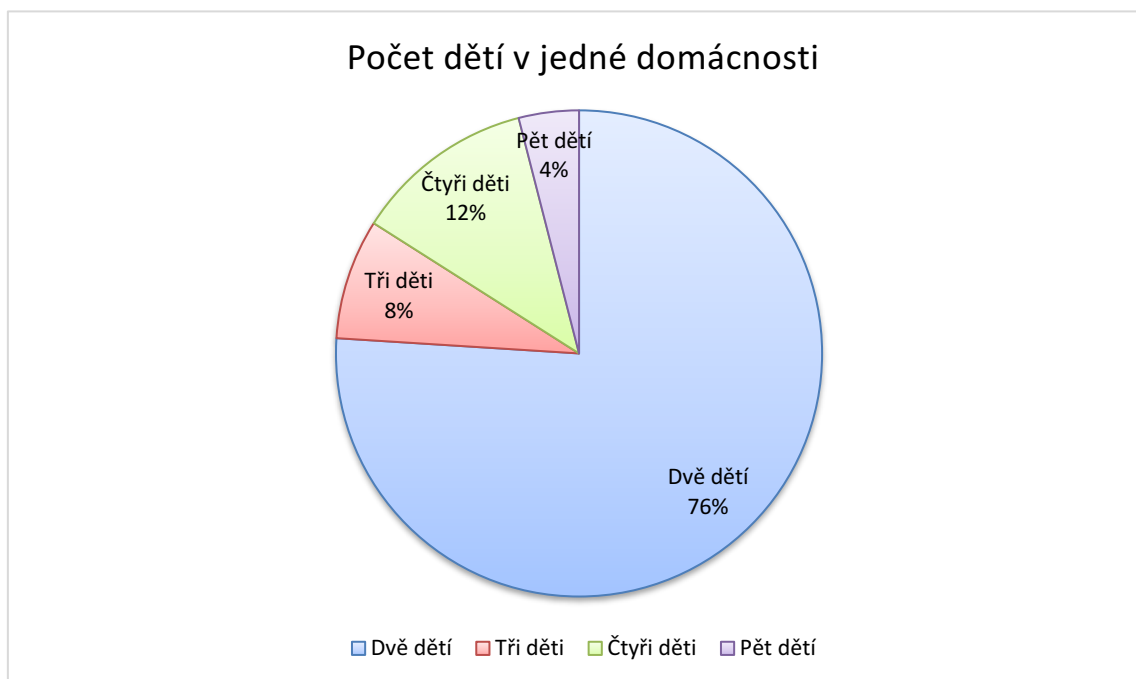
Tab. 2 Počet dětí ve střídavé péči

	Přesný počet/ v procentech	
	Ano	Ne
Počet dětí ve střídavé péči	6/20 %	24/80 %

Tab. 3 Počet dětí v jedné domácnosti

	Minimální hodnota	Maximální hodnota	Průměrná hodnota
Počet dětí v jedné domácnosti	1	5	2,2

Graf 2 Přehled počtu dětí v jedné domácnosti



2. a 3. oddíl – faktor dosavadní zkušenosti – otázky mapující dosavadní zkušenosti dítěte s krátkodobým a dlouhodobějším pobytem mimo domov

2. oddíl se týkal dosavadní zkušenosti dítěte s krátkodobým pobytem mimo domov. Tento oddíl obsahoval pouze jednu otázku. Zda dítě tráví někdy jednu noc mimo domov, např. u kamarádů, prarodičů nebo jiných rodinných příslušníků. Bylo předpokládáno, že dítě bylo přes noc bez rodičů. K této otázce byla přiřazena škála možností VÝJMĚČNĚ/OBČAS/PRAVIDELNĚ.

Výsledek ukazuje, že většina dětí má zkušenost s tím, že alespoň jednou strávilo noc mimo domov. Pouze několik žáků takovou zkušenost nemělo. Polovina dětí z celkového počtu dotazovaných pravidelně zažívá krátkodobý pobyt. 27 % občas přespí mimo domov a pouze pro minimum dětí je krátkodobý pobyt výjimečný. Viz tabulka 4.

Tab. 4 Dosavadní zkušenost s krátkodobým pobytem

	Přesný počet/v procentech			
	Ano			Ne
Dosavadní zkušenost s krátkodobým pobytem	26/87 %			4/13 %
Volená škála možností	Výjimečně	Občas	Pravidelně	
Přesný počet/v procentech	3/12 %	8/31 %	15/58 %	

3. oddíl se věnuje dosavadním zkušenostem, které má dítě s dlouhodobějším pobytem mimo domov a rodinu. V tomto oddíle je zahrnuta jedna otázka, která má však několik podotázek. Za dlouhodobější pobyty jsou považovány školy v přírodě, letní dětské tábory nebo soustředění. Mapujeme zde počet absolvovaných dlouhodobějších pobytů, obavy rodičů, jestli jejich dítě pobyt zvládne, zda se dítě muselo předčasně vrátit domů z důvodu velkého stesku po rodině, jestli dítě po návratu mluvilo o stýskání. Pokud dítě zatím neabsolvovalo žádný dlouhodobější pobyt, mapujeme, z jakého důvodu dítě nejelo. Zda se jedná o nedostatečný věk, zdravotní důvody, finanční důvody, obavy, že dítě pobyt nezvládne, dítě samo pobyt odmítlo nebo dítě mělo jiný program, např. rodinná dovolená aj. Rodiče mohli uvádět více možností.

Odpovědi ukazují, že více jak dvě třetiny dětí mají alespoň jednu zkušenost s dlouhodobějším pobytem. To můžeme vidět v tabulce 5. 27 % dětí nikdy nebylo na dlouhodobějším pobytu mimo domov a rodinu. Rozlišujeme počet absolvovaných mimoškolních pobytů a škol v přírodě. Počty absolvovaných pobytů na škole v přírodě se od mimoškolních pobytů patrně liší. Hodnoty mimoškolních pobytů nepotvrzují, že všechny tyto děti již školu v přírodě absolvovaly a naopak. Dvě děti absolvovaly

mimoškolní pobyt a na škole v přírodě doposud nebyly. Jedno dítě na škole v přírodě bylo, ale mimoškolní pobyt nikdy neabsolvovalo.

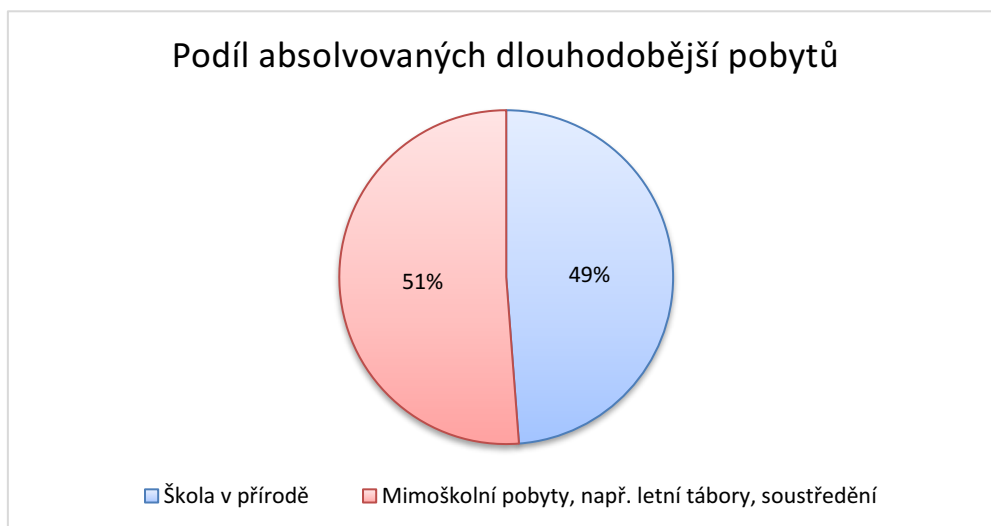
Více jak dvě třetiny dětí absolvovalo alespoň jeden letní tábor nebo soustředění. Maximální počet mimoškolních pobytů byl pět a uvedli ho rodiče pouze u jednoho dítěte.

Přesně dvě třetiny žáků byli alespoň jednou na škole v přírodě. Maximální počet absolvovaných škol v přírodě byly čtyři a uvedli ho rodiče u jednoho dítěte. Viz graf 3.

Tab. 5 Dosavadní zkušenost s dlouhodobějším pobytem

	Přesný počet/v procentech	
	Ano	Ne
Dosavadní zkušenost s dlouhodobějším pobytem (např. letní tábor/soustředění/škola v přírodě)	22/73 %	8/27 %

Graf 3 Podíl absolvovaných škol v přírodě a mimoškolních pobytů



Pouze 27 % rodičů v dotazníku uvedlo, že jejich dítě nemá dosavadní zkušenost se školou v přírodě ani mimoškolním pobytem. Nejčastěji uváděli rodiče, že dítě nemá žádnou zkušenost s dlouhodobějším pobytem z důvodu obavy, že by dítě pobyt

nezvládlo, dítě mělo jiný program, dítě pobyt samo odmítlo nebo dítě nemělo dostatečný věk, aby mohlo odjet. Tyto volby můžeme vidět v tabulce 6. Rodiče mohli volit více možností.

Tab. 6 Uvedené možnosti od rodičů pro neúčast dětí na dlouhodobějších pobytech mimo domov

Uvedené možnosti pro neúčast dětí na dlouhodobějším pobytu	Hodnoty – počet/procenta
Dítě nemělo dostatečný věk na dlouhodobější pobyt	3/38 %
Z finančních důvodů	0
Ze zdravotních důvodů	0
Dítě samo odmítlo dlouhodobější pobyt	4/50 %
Dítě mělo jiný program (dovolené, ...)	4/50 %
Z obavy, že by dítě pobyt nezvládlo	5/63 %

Nyní se zaměříme na informace o dětech, které s dlouhodobým pobytem mimo domov zkušenost mají. V dotazníku bylo uvedeno, že víc jak třetina rodičů, kteří své dítě na dlouhodobější pobyt poslali, měli obavu, že jejich dítě pobyt nezvládne. Dvě třetiny rodičů takovou obavu nemělo. To můžeme pozorovat v tabulce 7.

Tab. 7 Obava, že dítě pobyt nezvládne

	Přesný počet/ v procentech	
	Ano	Ne
Obava, že dítě pobyt nezvládne	8/36 %	14/63 %

Nyní se soustředíme na děti, které mají zkušenost s dlouhodobějším pobytem. Jedná se o dvacet dva žáků. U minima dětí, které byly na škole v přírodě nebo mimoškolním pobytu, se stalo, že musely předčasně odjet z pobytu kvůli velkému stesku po domově. V tabulce 8 můžeme vidět, že téměř polovina rodičů uvedla, že jejich dítě po návratu mluvilo o tom, že se jeho obavy ze stýskání vyplnily. Zde rodiče volili z možností – dítě

mluvilo převážně o stýskání (hlavní téma vyprávění), stýskání zmiňovalo občas nebo o stýskání nemluvilo vůbec. Tyto hodnoty jsou pro další zkoumání důležité. Je to určitá vypovídající hodnota, zda má dítě sklon ke stýskání či nikoli.

Tab. 8 Vyplnění obav ze stýskání dítěte po příjezdu

	Přesný počet/ v procentech		
	Mluvilo převážně o stýskání.	Stýskání zmiňovalo jen občas.	Stýskání vůbec nezmínilo.
Dítě mluvilo o tom, že se jeho obavy ze stýskání vyplnily.	3/14 %	10/45 %	9/41 %

4. oddíl – faktor postoje dítěte k pobytu na škole v přírodě a faktor rodinný, který se dělí na pozitivní a negativní činnosti rodičů před odjezdem dítěte na ŠVP – otázky, které se zaměřují na přípravu na samotnou školu v přírodě.

V tomto oddíle byla zkoumána samotná příprava rodičů a dětí před odjezdem na školu v přírodě. V tomto oddíle nalezneme sedm otázek. Pro výsledky zkoumání bylo důležité, jaké postoje, strategie, činnosti a prevence proti stýskání volí rodiče před tím, než jejich dítě odjede. Pro samotnou přípravu je důležité zjistit, jestli si dítě samo mohlo vybrat, zda pojedete na školu v přírodě a jestli před odjezdem mluví o tom, že se mu na škole v přírodě nebude líbit, nebude ho program bavit a bude se mu stýskat. Tím dává najevo negativní postoje a pocity ještě před tím, než vůbec na škole v přírodě je. Vyvolá si tak tyto pocity předčasně a může mít tak vsugerované, že pobyt nebude dobrý a bude se mu stýskat.

Rodičům byla poskytnutá široká škála devíti činností, které mohou volit, aby zabránili u dětí nadměrné intenzity stýskání. Avšak některé volené činnosti mohou mít negativní dopad pro dítě. Tyto možnosti jsou inspirované článkem od Waltona (2007), který přesně dané situace popisuje. Takový popis můžeme nalézt v teoretické části.

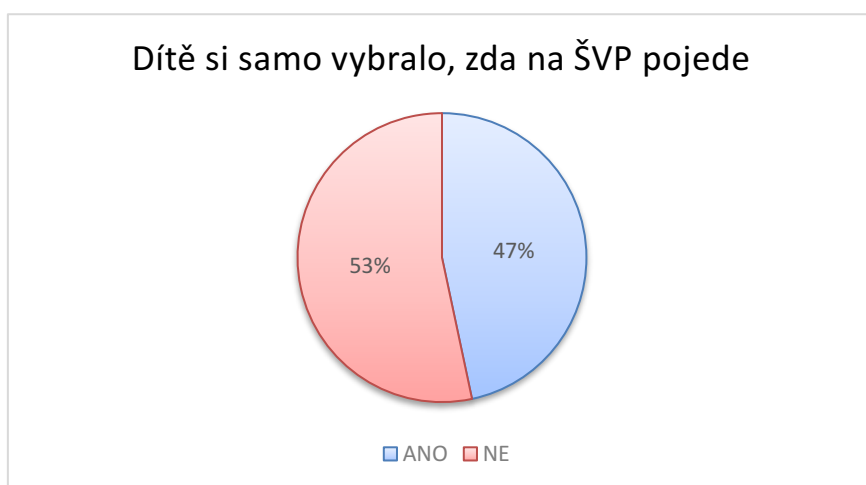
Jako samostatná otázka byla v tomto oddíle pokládána rodičům, zda si dítě bude na školu v přírodě brát nějakou konkrétní věc, která dítěti připomíná domov a pomůže mu tak

překonat stesk. Rodiče uváděli i o jakou konkrétní věc se jedná. Vzniká tak určitý vzorek konkrétních věcí, které si děti s sebou na školu v přírodě berou.

V tomto oddíle nalezneme i pozorující faktor rodinný, který dělíme na pozitivní a negativní činnosti rodičů před odjezdem dítěte na ŠVP. Rodiče volili, jak budou s dítětem během pobytu komunikovat. Jedna z možností bylo pomocí telefonických hovorů s dítětem nebo hovor s paní učitelkou. Tím rodič předejde, že si dítě vyvolá vzpomínku na rodinu a může se mu začít stýskat.

Výsledky v tomto oddíle ukazují, že na výběr, zda dítě pojedete na školu v přírodě, měla téměř polovina účastněných dětí. Viz graf 4. Více jak polovina dětí na výběr nemělo a rodiče tak rozhodli sami. Třetina rodičů, kteří zvolili variantu NE, doplnili svou volbu komentářem. V komentářích se shodují. Zdůvodňují to, že odjezd na školu v přírodě považují za samozřejmost a nenapadlo je s dítětem možnost prodiskutovat.

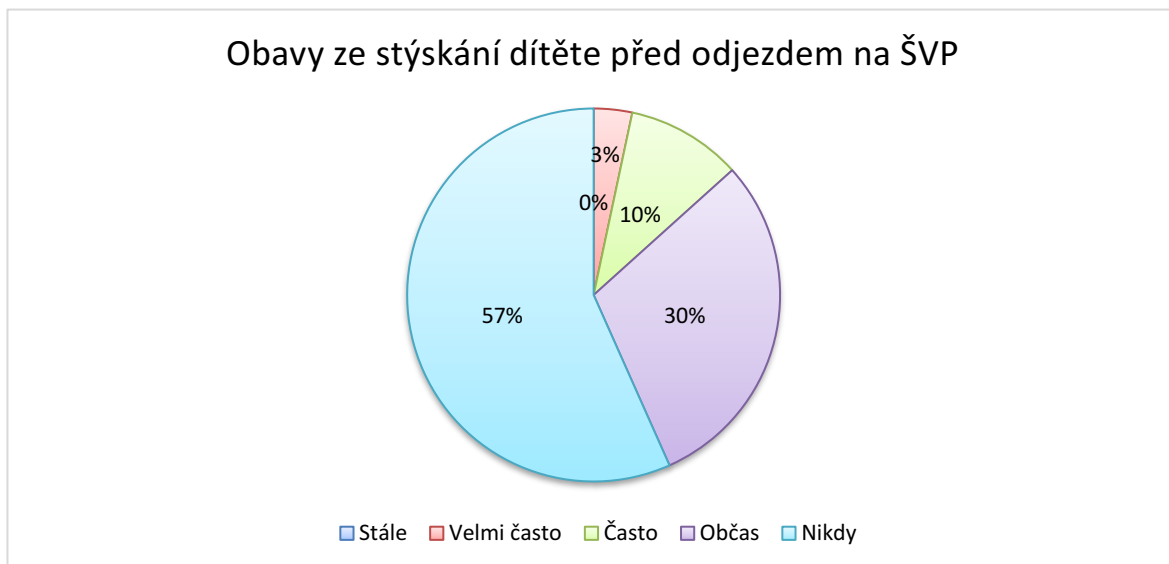
Graf 4 Možnost volby dítěte, zda pojedete na ŠVP



Otázka, u které rodiče měli zhodnotit, jestli jejich dítě před odjezdem mluvilo o tom, že se mu na škole v přírodě nebude líbit, obsáhla téměř všechny možnosti. Na výběr bylo z pěti možností – STÁLE/VELMI ČASTO/ČASTO/OBČAS/NIKDY. Žádný rodič nezvolil možnost, že by jeho dítě stále mluvilo o tom, že se mu na škole v přírodě nebude líbit a bude se mu stýskat. Pouze naprosté minimum rodičů však uvedlo, že jeho dítě velmi často mluvilo o tom, že se mu bude stýskat. Jedna desetina rodičů uvedla často zmiňované stýskání před odjezdem. Třetina rodičů uvedlo, že občas a víc jak polovina rodičů zvolilo odpověď, že

jejich dítě nikdy nezmínilo, že by se mu na škole v přírodě mělo stýskat a nebude se mu tam líbit. Průměrně vychází odpověď, že děti občas zmiňují, že se jim bude stýskat. Pokud bychom tyto hodnoty převedli na procenta, bylo by tomu takto:

Graf 5 Obavy ze stýskání dítěte před odjezdem na ŠVP



Tento výsledek ukazuje, že více jak polovina dětí před odjezdem na školu v přírodě s rodiči nemluví o tom, že by se mu na škole v přírodě nelíbilo, nebude ho bavit program a bude se mu stýskat. Necelá třetina dětí občas připustí, že by se mu během pobytu mohlo stýskat. Do rizikového faktoru spadají ti žáci, kteří zmiňují stýskání před odjezdem často nebo velmi často. To je víc jak desetina respondentů. Ti jsou v dalším zkoumání nejdůležitější, protože z jejich záznamu a záznamu od paní učitelek vyzorujeme, zda se jejich obavy naplnily. Viz graf 5.

Výsledky, jaké činnosti a strategie rodiče volí jako prevenci před tím, aby jejich dítě pobyt zvládlo bez většího stesku, jsou různorodé. Možností bylo devět. Pět možností mají mít pozitivní vliv na dítě, aby pobyt zvládlo bez velkého stýskání. Čtyři možnosti mají mít podle odborníků a dosavadních výzkumných zjištění negativní dopad na stýskání dětí. Tyto možnosti ještě více prohloubí nejistotu a obavy dítěte před odjezdem. Tyto činnosti a situace mapují rodinný faktor. Rodiče mohli volit více variant. Rozdělení pozitivních a negativních možností vidíme v tabulce 9.

Tab. 9 Pozitivní a negativní činnosti/situace jako prevence proti stesku po domově

Pozitivní činnosti a situace	Ujištění se s ostatními rodiči kamarádů/kamarádek, že na ŠVP také pojedou.	Před odjezdem se dítě domluví, s kým bude sdílet pokoj	Návštěva webových stránek pobytového areálu	Vyznačení pobytu mimo domov v kalendáři	Rodiče podporují dítě v tom, ať píše dopisy a pohledy.
Negativní činnosti a situace	Ujištění dítěte, že pokud se mu na ŠVP nebude líbit, rodiče si pro něj přijedou.	Rodiče dítěti ukážou, že to jsou oni, komu se bude stýskat.	Ujištění dítěte, že se mu nebude stýskat, protože je už velké.	Pokud je to možné, ať dítě zavolá.	

Víc jak dvě třetiny uvedly, že před odjezdem se ujišťují s ostatními rodiči kamarádů a kamarádek, že také posílají své dítě na školu v přírodě. Ovšem variantu, že se dítě před odjezdem na školu v přírodě domluví s kamarády a bude s nimi sdílet pokoj, uvedli téměř všichni ze třiceti dotazovaných rodičů. Tyto varianty jsou pozitivní z toho hlediska, že dítě je pak jistější, že se obklopí kamarády, nebude tak během pobytu sám a nebude mít strach z neznámého. Téměř dvě třetiny rodičů uvedly, že se před samotným odjezdem podívají s dítětem na webové stránky areálu, kam pojedou a zkouší hledat pozitiva, např. okolní příroda, ubytování, jídelna, program. Méně zastoupená byla varianta, že si rodiče s dítětem vyznačí v kalendáři čas, kdy dítě bude pryč, aby si ukázali, že dítě odjede pouze na omezený čas. Tuto variantu řadíme mezi pozitivní činnosti. Dítě se ujistí, že nebude na škole v přírodě nekonečně dlouhou dobu a přesně ví, kdy odjede a kdy se vrátí zpět domů. Tím se může dítě uklidnit. Většina rodičů uvedla, že dítěti klade na srdce, aby hodně psalo dopisy a pohledy. To dítěti poskytuje vidinu, že je neustále napojeno na rodinu a může s nimi sdílet na dálku své pocity, nálady nebo emoce. Zároveň píše i své zážitky, které během školy v přírodě prožil.

Přecházíme do negativních situací a činností. Téměř jedna třetina rodičů uvedla, že pokud se jejich dítěti nebude na škole v přírodě líbit, tak si pro něj přijedou. Touto činností mohou mít rodiče dojem, že dítě touto frází uklidní, avšak rodiče tím dávají najevo, že se tam dítě nebude cítit dobře a bude se mu stýskat. Dítě si tak utvoří představu, že pokud se mu bude stýskat a bude celý pobyt vnímat negativně, tak si pro něj rodiče okamžitě přijedou.

Nebude mít tak snahu, aby si pobyt užil a prožil nová dobrodružství. O těchto rizicích píše Plummerová (2013) nebo Walton (2007). Při volbě negativní činnosti, kdy se rodiče snaží dítě přesvědčit, že to budou oni, komu se bude stýskat a chlácholí ho frázemi např. „Určitě si pobyt užiješ, ale nevím, jak to tu bez tebe zvládneme.“, tak tím rodič přenechává zodpovědnost dítěti, které se může cítit smutně a zodpovědně za to, že rodičům bude smutno, zatímco ono bude na škole v přírodě. Tuto činnost využívají před odjezdem dítěte pouze 13 % dotazovaných. Kolem poloviny rodičů napsalo, že přesvědčuje své dítě tím, že se mu stýskat nebude, protože je už velké. Tím opět klade rodič odpovědnost na dítě. Dítě může mít tak vsugerované, že pokud se mu bude stýskat a bude mu chybět domov, je to ostuda, protože už nemá věk, aby plakalo nebo jinak projevovalo své emoce, když se mu stýská. V takové situaci se dítě může uzavřít a stranit kolektivu.

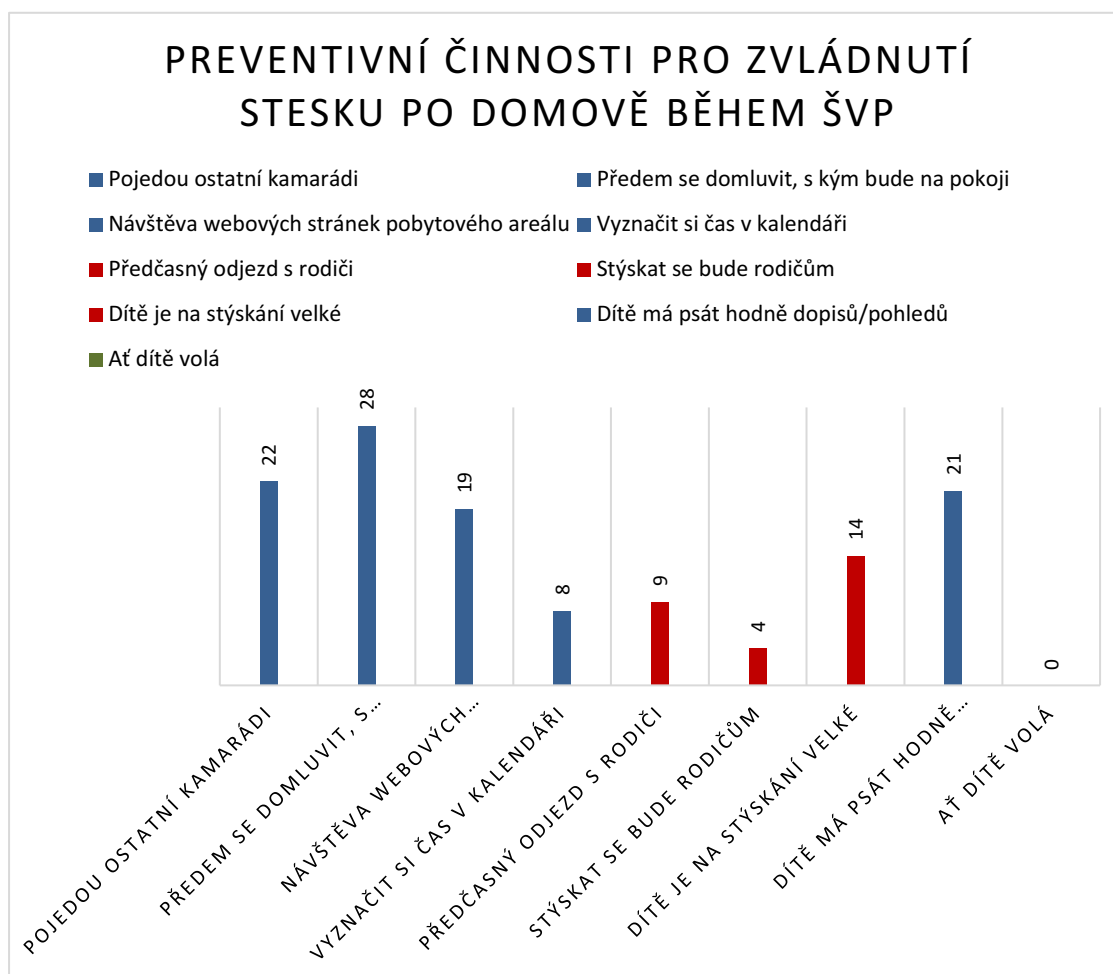
Pokud je to možné, ať dítě zavolá, nevedl žádný z rodičů. Na škole v přírodě nebylo povoleno, aby děti měly s sebou mobilní telefon.

Rodiče mohli volit více variant. Modře vyznačené křivky jsou pozitivní činnosti a strategie a červeně vyznačené křivky jsou negativní činnosti. Přesný počet volených možností rodičů vidíme v tabulce 10 a grafu 6.

Tab. 10 Možnosti převedeny na procenta

Preventivní činnosti	Hodnoty v procentech
Pojedou ostatní kamarádi	73 %
Předem se domluvit, s kým bude na pokoji	93 %
Návštěva webových stránek pobytového areálu	63 %
Vyznačit si čas v kalendáři	27 %
Předčasný odjezd s rodiči	30 %
Stýskat se bude rodičům	13 %
Dítě je na stýskání velké	47 %
Dítě má psát hodně dopisů/pohledů	70 %
Ať dítě volá	0 %

Graf 6 Preventivní činnosti pro zvládnutí stesku po domově během ŠVP



Z tohoto výsledku můžeme usuzovat, že převážná část rodičů volí pozitivní činnosti a situace, které pomohou dítěti zvládnout stesk a strach z neznámého. Avšak téměř polovina rodičů se domnívá, že fráze „Jsi už velký/velká.“ pomůže dítěti při stesku. Pro rodiče je důležité volené činnosti a situace dobře promyslet a zvolit takové, aby to nemělo na dítě negativní dopad. Podle Waltona (2007) si rodiče mohou promluvit i s pediatrem či psychologem a probrat s ním následné rizikové faktory.

Pro výzkum bylo podstatné, jestli si dítě bere na školu v přírodě nějakou konkrétní věc, která mu pomáhá zvládat stesk po domově. Rodiče také uváděli, o jakou věc se jedná. Téměř jedna třetina rodičů uvedla, že si jejich dítě na školu v přírodě nebere žádnou věc, která by mu pomáhala zvládat stesk. Jednalo se o dvě dívky a šest chlapců. Více jak dvě třetiny dotazovaných uvedlo, že si jejich dítě bere nějakou konkrétní věc, která mu připomíná

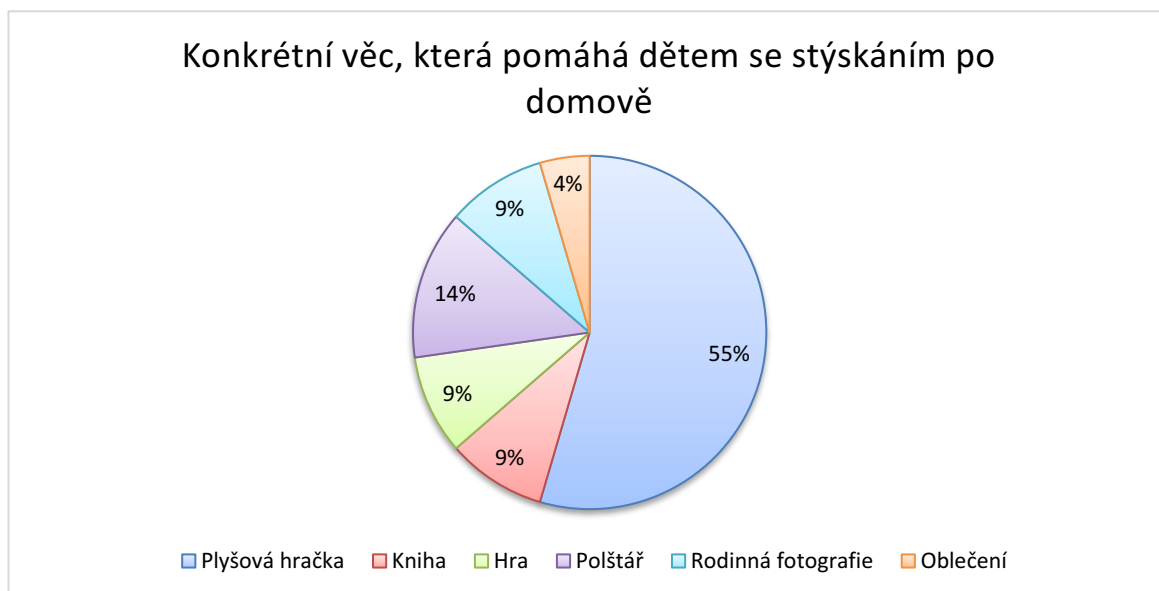
domov a pomáhá mu, aby se mu nestýskalo. Z toho se může usuzovat, že dětem pomáhá si s sebou vzít nějakou věc, která jim domov připomíná a lépe tak zvládají stesk. Viz tabulka 11.

Tab. 11 Kolik dětí si bere s sebou na ŠVP konkrétní věc

	Přesný počet/v procentech	
	ANO	NE
Konkrétní věc	22/73 %	8/27 %

Bylo zkoumáno, o jakou konkrétní věc se jedná. Ukazuje to určitý vzorek konkrétních věcí, které si děti s sebou na školu v přírodě nebo na nějaký dlouhodobější pobyt obecně berou. Ve velké míře se jedná o plyšové hračky, malé polštáře, knihy, rodinnou fotografii, hry nebo konkrétní kus oblečení. Procentuálně viz graf 7.

Graf 7 Konkrétní věc, která pomáhá dětem se stýskáním po domově



Dále pak dotazovaní měli uvádět, zda se chystají děti volat nebo kontaktovat paní učitelku, která je s dětmi na škole v přírodě. Škola zásadně nedoporučovala, aby si děti s sebou braly mobilní telefony. Žádné z dětí s sebou nemělo žádnou elektroniku vč.

mobilního telefonu. Děti s rodinou komunikovaly pouze pomocí dopisů a pohlednic. Rodiče měli možnost předat u odjezdu pedagogům pohledy a dopisy, aby se dětem dostala zpráva dříve, než by je doručila pošta.

To, zda rodiče plánují kontaktovat učitele během školy v přírodě, např. jak se dítěti daří, uvedlo pouze minimum rodičů. V tomto ohledu rodiče své obavy nesdílejí se samotným dítětem, ale přes druhou dospělou osobu. Tím se mohou rodiče ujistit, jestli se dítěti daří dobře a jejich dítě se nemusí dozvědět, že je rodiče takto kontrolovali. Může se tím předejít následným úzkostným stavům ze stýskání u dětí. Viz tabulka 12.

Tab. 12 Plánování rodičů kontaktovat učitele

	Přesný počet/v procentech	
	ANO	NE
Rodiče plánují kontaktovat rodiče pedagogy z důvodů obavy, jestli pobyt jejich dítě zvládá.	5/17 %	25/83 %

V poslední otázce byla uvedena možnost napsat doplňující komentář. Pouze čtyři rodiče tuto možnost využili. Z toho u jednoho případu se jednalo o sourozeneckou dvojici. Tato rodina uvedla, že v době příprav na školu v přírodě řešili rodinné problémy, konkrétně rozvod a tento pobyt byl v pozadí. Jeden rodič uvedl, že se bojí, jak to jejich dítě zvládne s usnutím, protože je doposud zvyklé usínat v přítomnosti rodiče. Poslední doplňující komentář uváděl, že dítě jede na školu v přírodě se sestřenicí, proto nejsou téměř žádné obavy.

5.4.2 Výsledky měření dětského dotazníku

Tento dotazník mapuje pocity a nálady během školy v přírodě u účastněných dětí. Žáci dostávali tento dotazník třikrát, zpočátku pobytu, v prostředku a na závěr pobytu. Zaznamenávali, jak se v danou chvíli cítili. Dotazník dostávali v závěru dne. Tento dotazník se pak přidělil k dotazníku, který vyplnili jejich rodiče.

Dotazník se skládal ze čtyř otázek. Dvě otázky jsou pozitivně laděné a dvě otázky negativně. Tento počet byl volen tak, aby pro všechny děti nebyl příliš náročný a byl srozumitelný. Děti své odpovědi zaznamenávaly pomocí bodové stupnice od 1 (vůbec) do 5 (mnoho).

1. „Těším se na to, co zažiju – nové zážitky.“

Záznam z počátku pobytu

Záznam odevzdalo 30 dětí, které na školu v přírodě odjelo. V první otázce, která se týká těšení se na nové zážitky, se ukazuje, že víc jak polovina dětí se na nová dobrodružství těší mnoho. 17 % dětí těšení ohodnotilo na stupnici 4. Ve středu byla zaznamenána pětina dětí. Hodnotou 2, která zaznamenává nízkou intenzitu těšení, zvolilo malé množství dětí. Naprosté minimum zaznamenalo, že se vůbec netěší na nové zážitky.

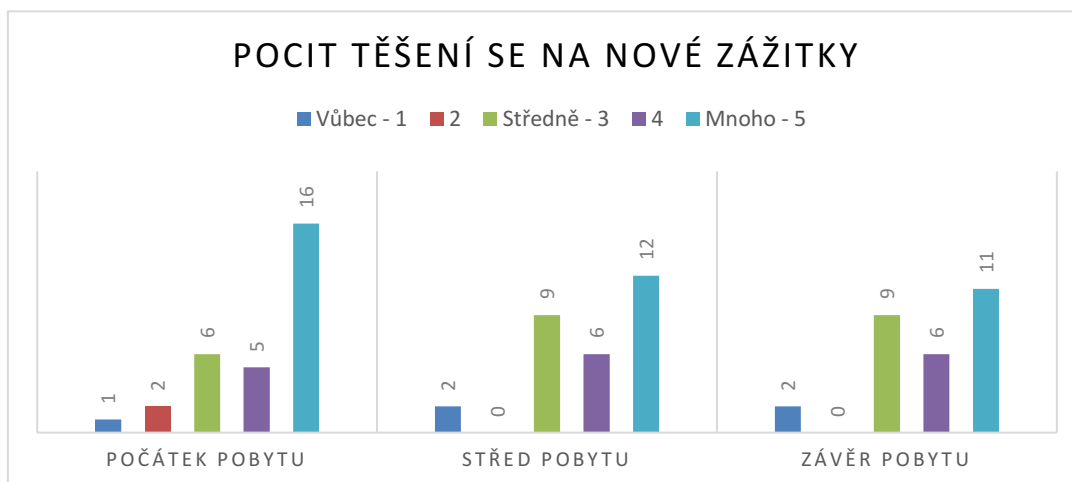
Záznam v prostředí pobytu

V průběhu pár dní pobytu jedno dítě odjelo. Bylo to právě dítě, které na začátku pobytu ohodnotilo těšení se na nové zážitky bodem 1. Záznam tak odevzdalo dvacet devět dětí. Víc jak jedna třetina dětí stále uvádí, že se těší na nové zážitky. Pětina ohodnotila tuto otázku čtyřkou. Střed zaznamenala téměř jedna třetina dětí. Dvojku na stupnici ne zvolil nikdo. Hodnotu 1 zvolilo minimum dětí. Ve středu týdne může u dětí nastat krize, kdy jim začíná chybět domov. Proto počáteční těšení začíná ochabovat.

Záznam z konce pobytu

Před koncem pobytu odjelo ještě jedno dítě. Jednalo se o předem domluvený odjezd z důvodu rodinné dovolené. Hodnoty se téměř shodují s hodnotami uprostřed pobytu. Pouze u hodnoty 5 je zaznamenáno 11 dětí. Zbylé hodnoty se shodují. Viz graf 8.

Graf 8 Pocit těšení se na nové zážitky



2. „Jsem nervózní. Nevím, co mě čeká, co zažiju.“

Záznam z počátku pobytu

Záznam odevzdalo 30 dětí. 37 % dětí uvedlo, že jsou velice nervózní z neznáma. Málo dětí ohodnotilo tuto otázku bodem 4. Středně se cítilo 23 % respondentů. Naprosté minimum dotazující hodnotilo stupněm 2. 27 % dětí necítilo žádnou nervozitu ani strach, co nového zažijí. Tato otázka navazovala na to, zda už dítě má nějakou dosavadní zkušenost s dlouhodobějším pobytem mimo domov. Potvrzuje se, že nervózní nebyly ty děti, které mají již zkušenost s nějakým dlouhodobějším pobytem, jako je škola v přírodě nebo mimoškolní pobyty. Avšak i některé děti, co byly již na škole v přírodě byly na začátku pobytu nervózní a měly strach. Jednalo se o děti, co byly na škole v přírodě pouze jednou nebo vůbec, ale absolvovaly nějaký mimoškolní pobyt, tudíž neměly velkou zkušenost se školou v přírodě.

Záznam v prostředku pobytu

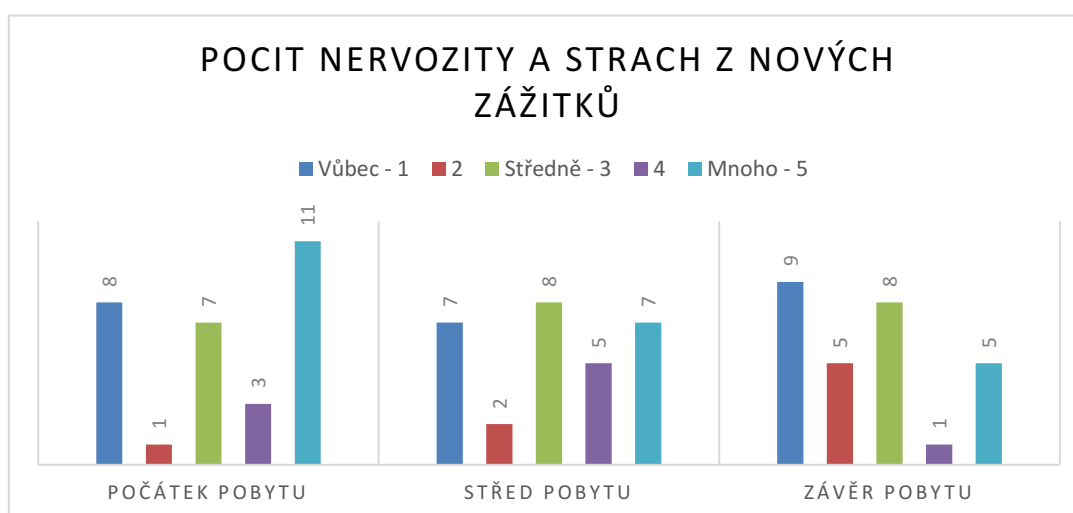
Záznam odevzdalo 29 dětí. Výsledky ukazují, že strach a nervozita začínají v průběhu pobytu klesat. 24 % dětí uvedlo, že je stále nervózní a má obavy. Téměř u jedné šestiny dětí se objevila intenzita 4. Ve středu se pohybuje 28 % respondentů. Minimálně byla uváděna intenzita nervozity 2. Stejný počet dětí jako počet uváděné intenzity 5 neprožívá žádnou nervozitu nebo obavu z toho, co nového zažijí.

Záznam z konce pobytu

Intenzita nervozity stále v průběhu pobytu klesala. Může se jednat o fakt, že se blížil konec pobytu a děti začínaly mít vidinu toho, že pobyt zvládnou a brzy uvidí své rodiče. Také to mohlo být tím, že si děti zvykly na tamní režim. Dotazník vyplnilo dvacet osm dětí. Pouze necelá šestina dětí se stále cítí nervózně. Naprosté minimum uvedlo intenzitu o jeden stupeň nižší. Ve středu je stejný počet jako v prostředku pobytu. 18 % respondentů uvedlo stupeň dva. Největší počet dětí uvedlo, že necítí žádnou nervozitu nebo obavy.

Výsledky ukazují, že na počátku pobytu se cítilo nervózně a mělo strach z nových zážitků poměrně velký počet dětí. Postupem času se obavy vytrácely a děti si byly více jistější. Viz graf 9.

Graf 9 Pocit nervozity a strach z nových zážitků



3. „Jsem veselý/á a spokojený/á.“

Záznam z počátku pobytu

Dotazník vyplnilo 30 žáků. Tato otázka mapuje pozitivní postoj k celkovému prožitku na škole v přírodě. Jestli se dítě cítí vesele a spokojeně, je to důkaz, že si pobyt užívá a netrápí ho různé negativní dopady, např. nadměrný stesk po domově. Více jak jedna třetina dětí uvedla, že se na počátku pobytu cítí vesele a spokojeně. Menší množství dětí se

cítilo dobře, avšak hodnotilo stupněm 4. 27 % dětí pociťuje veselost a spokojenost střední intenzitou. Pětina dotazovaných uvedla pocit veselí jen hodnotou dva. Pouze jeden respondent zvolil, že se necítí vůbec vesele a spokojeně. Bylo to dítě, které předčasně odjelo domů.

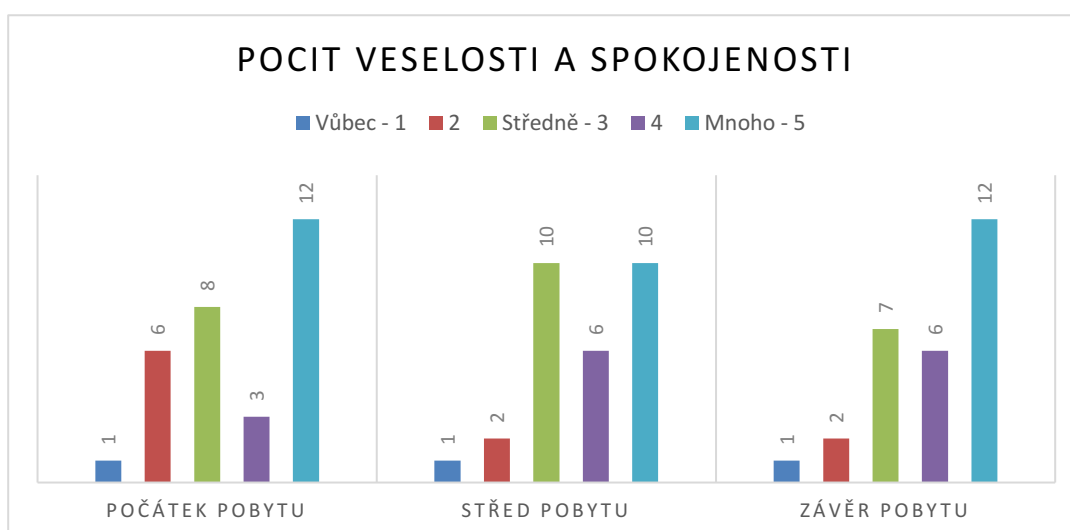
Záznam v prostředí pobytu

V průběhu pobytu se zvyšovala intenzita veselosti a spokojenosti u dětí. Třetina uvedla, že se cítí naprosto spokojeně. Další pětina dětí se také cítila spokojeně a vesele. Ohodnotila bodem 4. Ve středu pobytu přibyly dvě děti, počet se dostal na jednu třetinu. Hodnota dva se shoduje s počátkem pobytu. Dítě, které odjelo, tento dotazník nevyplnilo, avšak hodnotu 1 vyplnilo jedno dítě. Jednalo se o dítě, které na počátku pobytu uvedlo, že se cítí zcela vesele a spokojeně. Paní učitelka uvedla, že ten den nastal konflikt mezi dotyčným dítětem a jeho kamarádem. Mohlo se tedy jednat jen o dočasný pocit nebo náladu.

Záznam z konce pobytu

Intenzita veselosti a spokojenosti u dětí na konci pobytu sílila. 43 % dětí uvedlo intenzitu 5. Necelá pětina dětí uvedla intenzitu čtyři. Ve středu se pohybovalo 25 % respondentů. Pouze 7 % zvolilo intenzitu 2. Jedno dítě uvedlo, že se necítí vůbec vesele a spokojeně. Toto dítě se pohybovalo celý pobyt kolem střední intenzity veselosti a spokojenosti. Všechny výsledky můžeme pozorovat v grafu 10.

Graf 10 Pocit veselosti a spokojenosti



4. „Jsem smutný/á a stýská se mi po domově.“

Záznam z počátku pobytu

Tento dotazník vyplnilo 30 účastněných dětí. V tomto dotazníku se prolíná faktor postoje dítěte k pobytu na škole v přírodě a faktor rodinný pozitivních a negativních činností rodičů. Zde se může ukázat, zda volené preventivní činnosti a strategie od rodičů měly dopad pozitivní nebo negativní na jejich dítě.

Dohromady celá jedna třetina dětí uvedla, že jsou smutní a stýská se jim. Šestina dětí uvedla mnoho a další šestina dětí zvolila intenzitu 4. Tyto pocity prožívalo středně 27 % dětí. Žádné z dětí nezvolilo intenzitu 2. Více jak jedna třetina respondentů uvedla, že se vůbec necítí smutně a nestýská se jim.

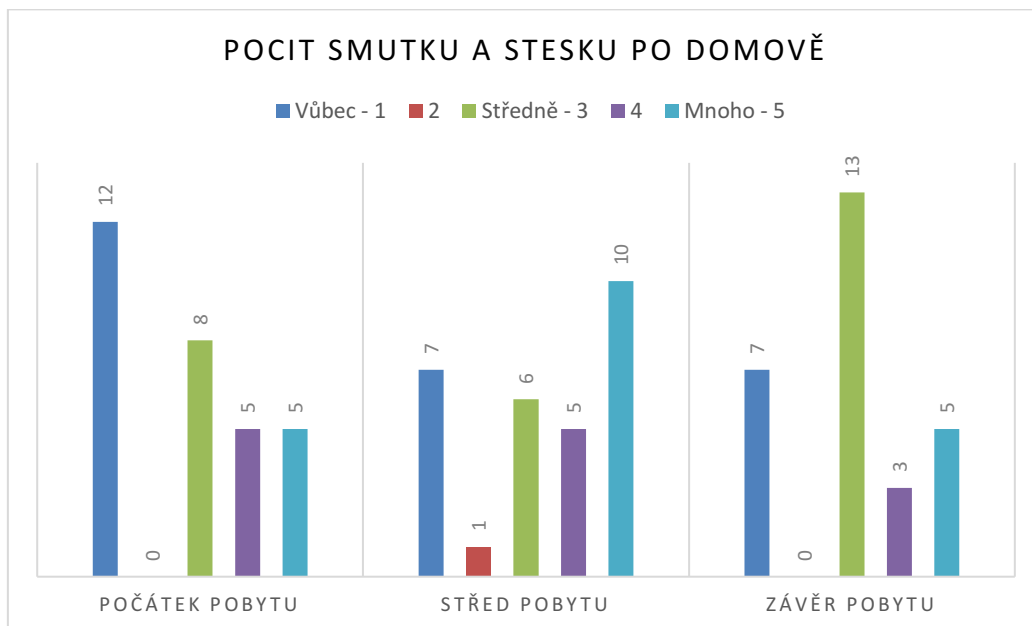
Záznam v prostředku pobytu

Uprostřed pobytu začala intenzita stesku sílit. O polovinu se zvýšil počet dětí, které se cítily velmi smutně, a začalo se jim stýskat. Intenzitu 4 uvedl stejný počet dětí, jako na začátku pobytu. Klesl počet dětí, které tyto pocity prožívaly středně. Jedná se o necelou jednu pětinu dětí. Hodnotu 2 zvolilo malé množství respondentů. Žádný smutek ani stesk neprožívalo 24 % dětí. Zvýšená intenzita stesku může být dána tím, že jsou děti již delší čas mimo domov a stesk na ně začíná pomalu dopadat. Dotazník vyplnilo 29 dětí.

Záznam z konce pobytu

Na konci pobytu uvedla téměř šestina dětí, že stále zažívají smutek a stesk po domově. Malé množství respondentů udalo intenzitu stesku hodnotou 4. Poměrně zvýšený pocit stesku je ve středu stupnice. Jedná se o 46 % dětí. Intenzitu 2 neuvodlo žádné dítě. Čtvrtina dotazovaných uvedlo, že nepocítuje žádný smutek nebo stesk po domově. Celkové výsledky můžeme pozorovat v grafu 11.

Graf 11 Pocit smutku a stesku po domově



5.4.3 Výsledky měření učitelského dotazníku

Dotazník mapuje pohledy učitelů, kteří byli s dětmi na škole v přírodě, jak to jednotlivé děti zvládly. Tento dotazník byl sestaven velice jednoduše. Skládá se z pěti otázek, které mapují negativní projevy dětí, které signalizují, že děti pobyt mimo domov hůře zvládají. Jednalo se o činnosti nebo tvrzení, které dokazují, že děti pobyt nezvládly. Mapování se zaměřilo na to, zda dítě často plakalo, mluvilo o stýskání, stranilo se kolektivu, nechtělo se účastnit programu během dne, nezvládalo být samostatné. Tato tvrzení byla uzavřenou odpovědí ANO/NE. Za každou zvolenou odpověď ANO, získalo dítě jeden bod. Pokud za celý dotazník dítě získalo pět bodů, dokazuje to, že pobyt nezvládlo vůbec. Pokud dítě dostalo od učitele nulový zisk bodů, pobyt zvládlo bez sebemenších problémů.

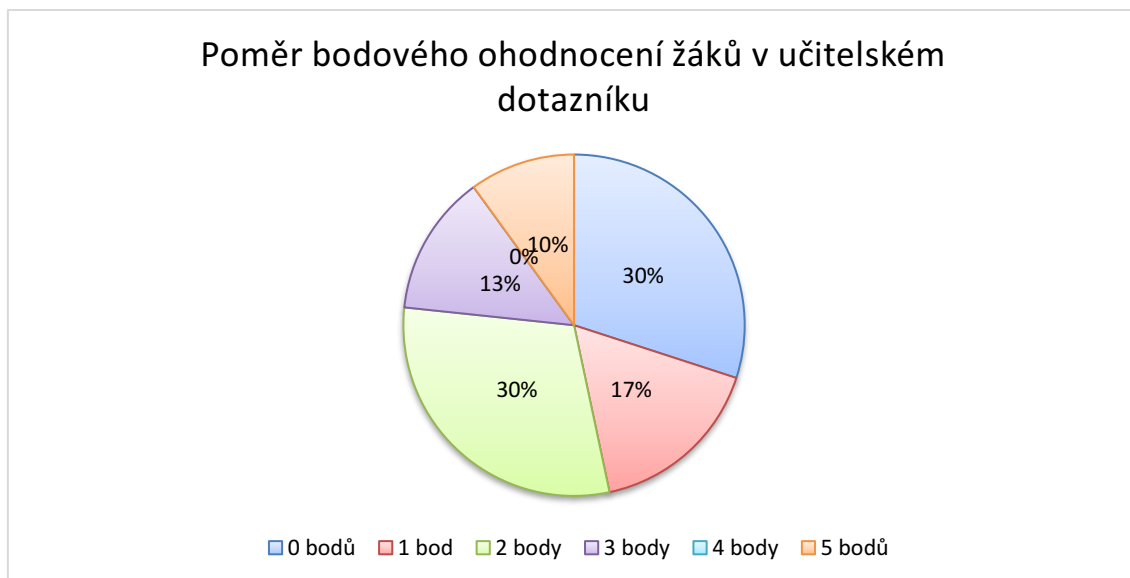
Dotazník vyplnili tři učitelé na konci celého pobytu. Jednotlivě se poté dotazník od učitelů přiřazoval ke konkrétnímu dotazníku od rodiče a dítěte.

Tab. 13 Hodnoty zvládnutí negativních činností u žáků během ŠVP

	ANO	NE
	Počet celkem (počet z 2. a 3. ročníku/počet z 4. a 5. ročníku)	
	Procenta	
Stýskání	20 (10/10) 66, 67 %	10 (3/7) 33, 33 %
Pláč	17 (8/9) 56, 67 %	13 (5/8) 43, 33 %
Stranění se kolektivu	3 (1/2) 10 %	27 (12/15) 90 %
Neúčast na programu	4 (2/2) 13, 33 %	26 (11/15) 86, 67 %
Samostatnost	6 (3/3) 20 %	24 (10/14) 80 %

Z výsledku je patrné, že se dvě třetiny dětí během pobytu zmínily, že se jim stýská. Více jak 30 % stýskání buď nezmínilo, nebo se jim doopravdy nestýskalo. V průběhu pobytu plakala více jak polovina dětí. Minimum dětí se stranilo kolektivu, ale téměř všechny děti v kolektivu normálně fungovaly. To samé se dá říct o neúčasti na programu během dne. Téměř všichni se účastnili veškerých aktivit. Pětina dětí nezvládla základní samostatnost. Tím je myšlena hygiena, základy stolování apod. Věk v tomhle případě nhrál roli. Tyto výsledky můžeme pozorovat v grafu 12.

Graf 12 Poměr bodového ohodnocení u žáků



Když data převedeme do grafu, můžeme vidět, že poměr 0 bodů a 2 bodů je totožný a tyto hodnoty jsou v grafu nejvíce zastoupené. Po těchto hodnotách následuje počet dětí, které získaly 1 bod. Čtyři děti dostaly bodové ohodnocení 3. Jedna desetina však dosáhla na 5 bodů, což naznačuje, že pobyt v těchto ohledech zcela nezvládlo. 4 body nedostal nikdo, proto je v grafu zmíněno 0 %.

5.4.4 Korelační analýza – vztah mezi stýskáním a vybranými faktory

Při tomto porovnávání byl použit výpočet Spearmanova korelačního koeficientu. Tento koeficient udává statistickou závislost, tedy korelaci, mezi dvěma veličinami. Korelace byla provedena pouze u některých odpovědí jednotlivých dotazníků, ve kterých se očekával vztah. V přesném popisu byla provedena korelace s vyhodnocenými body dětí v učitelském dotazníku, jako míra stýskání, v porovnání s věkem dítěte, ročníkem, pohlavím, počtem sourozenců, střídavou péčí, zkušeností dětí s pobytem mimo domov, obavami dítěte před odjezdem. Dále pak učitelský dotazník v porovnání s pozitivně a negativně volenými činnostmi/strategiemi od rodičů. Poté jsme sledovali učitelský dotazník a odpovědi dětí na otázku, zda jsou smutné a stýská se jim, jak na začátku pobytu, v průběhu a na konci pobytu. Jako hladinu statistické významnosti jsme si určili hodnotu 0,05. V našem

případě, kdy vyšla hodnota korelace menší než 0,05, je souvislost dvou porovnávaných veličin statisticky významná.

Z výsledků, které můžeme pozorovat v tabulce 14, je zřejmé, že velkou roli hraje při stýskání to, zda má dítě nějakou zkušenost s pobytem mimo domov a také, jak často mimo domov dítě pobývá. Pokud má dítě nějakou zkušenost s pobytem mimo domov, tak se ukazuje, že intenzita stesku není příliš velká. Dále pak do jisté míry záleží i na věku dítěte. Pokud je dítě starší, zvládá stesk po domově lépe. Pokud se podíváme do tabulky 14, můžeme pozorovat několik korelací, kdy hladina p klesla pod 0,01. Z těchto dat můžeme usuzovat, že pokud rodiče volili negativní činnosti před odjezdem na školu v přírodě v domnění, že dítěti pomohou, tak dítě inklinovalo ke stýskání více než dítě, které neprožilo ze strany rodičů žádné negativní činnosti. Je zřejmé, že učitelé děti ve své třídě dobře znají, protože jejich pohled, jak jednotlivé děti pobyt zvládli, se shoduje s daným pocitem dítěte během školy v přírodě.

Velmi slabou souvislost můžeme pozorovat při korelaci učitelského dotazníku a pohlaví. Potvrzuje se tedy to, co zmiňoval ve svém článku Walton (2007). Rozdíl v intenzitě stesku mezi dívkami a chlapci není zřejmý. Dále pak v počtu sourozenců a střídavé péči. U těchto dětí nastává stesk ve stejné míře jako u ostatních. Nezáleží tedy na tom, zda mají střídavou péči nebo jeli se sourozencem. V interpretacích musíme být opatrní. Vzhledem k dichotomnímu typu dat je vhodnější použít jiný typ výpočtu korelačního koeficientu (bodově-biseriální korelační koeficient).

Tab. 14 Korelace stýskání (měřeno učitelským dotazníkem) s vybranými faktory

Proměnná	Sledovaný faktor	r	p
Věk dítěte	Demografický údaj	0,382	0,037
Ročník, který dítě navštěvuje	Demografický údaj	-0,305	0,101
Pohlaví dítěte	Demografický údaj	-0,040	0,834
Počet sourozenců v domácnosti	Demografický údaj	0,147	0,437
Střídavá péče	Dosavadní zkušenost	0,030	0,876
Zkušenost dítěte s pobytem	Dosavadní zkušenost	-0,433	0,017
Pravidelnost pobytů	Dosavadní zkušenost	-0,463	0,010
Obavy dítěte před odjezdem	Postoj dítěte k odjezdu na ŠVP	-0,355	0,054
Pozitivní činnosti rodiče	Rodinný – pozitivní činnosti	0,277	0,139
Negativní činnosti rodiče	Rodinný – negativní činnosti	0,562	0,001
Stýskání dítěte během ŠVP (začátek)	Emoční prožívání	0,518	0,003
Stýskání dítěte během ŠVP (střed)	Emoční prožívání	0,845	0,000
Stýskání dítěte během ŠVP (konec)	Emoční prožívání	0,775	0,000

5.5 Zhodnocení výzkumných otázek a hypotéz a diskuze

VO1 – Jaké jsou dosavadní zkušenosti žáků mladšího školního věku s pobytem mimo domov?

Na základě získaných údajů lze zodpovědět výzkumné otázky z popisného výzkumu a dále výzkumné hypotézy z relačního výzkumu a sestavit doporučení pro rodiče nebo učitele. V popisném výzkumu, ve kterém jsme zjišťovali, zda mají děti zkušenost s pobytem mimo domov, vyplývá, že většina dětí má již zkušenost s nějakou formou pobytu mimo domov. Jedná se především o krátkodobější pobyt. Některé děti měly zkušenost se stýskáním, avšak míra stesku nebyla vysoká. Občas pocítili i stesk po domově. Převážná část

volí přesání u známých osob. Podobný počet je i u dlouhodobějších pobytů. Ti, kteří na škole v přírodě ještě nebyli, byly převážně děti, které neměly dostatečný věk.

VO2 – Jaká probíhá v rodinách příprava na ŠVP?

Dotazníkovém šetření se vyskytoval nepatrný počet rodičů, kteří měli obavy, že jejich dítě pobyt nezvládne a stejný pocit zažívalo i samotné dítě. Téměř polovina dětí měla na výběr, zda se zúčastní školy v přírodě. Druhá polovina dětí nedostala možnost rozhodnutí. Rodiče považovali pobyt na škole v přírodě za samozřejmost. Jako nejčastější pozitivní činnost volili rodiče tu, kdy před odjezdem se dítě domluví, s kým bude sdílet pokoj. Nejčastěji volená negativní činnost byla ta, kdy rodiče ujišťovali dítě, že je na stýskání velké.

VO3 – Jak se děti na škole v přírodě cítily a jaké pocity zažívaly?

Během školy v přírodě můžeme u dětí pozorovat, že zpočátku se velká část dětí na nové zážitky těší, avšak tato intenzita mírně klesá. Pocit nervozity zpočátku byl u respondentů vysoký a v průběhu pobytu křivka klesala. Můžeme to považovat za to, že si děti začaly zvykat, prostředí začaly vnímat jako známé. Pocit veselosti se během školy v přírodě zvyšoval. Může to být dané tím, že na konci pobytu děti měly vidinu toho, že pobyt zvládly a brzy se uvidí se svými rodiči. Na druhé straně je zjevné, že během pobytu se začala zvyšovat i intenzita stesku. Z grafu lze pozorovat, že uprostřed pobytu stýskání prožívalo poměrně velké množství dětí. Důvodem může být to, že děti jsou již vícero dní bez rodičů a pořád vnímají, že jsou teprve v půlce pobytu. Intenzita stesku ke konci pobytu začínala klesat. Opět to můžeme přičítat k tomu, že se pobyt chýlil ke konci.

Jaký je vztah mezi vybranými rizikovými a protektivními faktory a projevy stýskání při pobytu mimo domov (na ŠVP)?

H1 Mezi stýskáním a vybranými demografickými údaji je statisticky významný vztah.

H2 Mezi stýskáním a faktorem dosavadní zkušenosti dítěte s pobyttem mimo domov je statisticky významný vztah.

H3 Mezi stýskáním a faktorem postoje dítěte k pobytu na škole v přírodě je statisticky významný vztah.

H4 Mezi stýskáním a rodinným faktorem pozitivních činností rodičů před odjezdem dítěte na ŠVP je statisticky významný vztah.

H5 Mezi stýskáním a rodinným faktorem negativních činností rodičů před odjezdem dítěte na ŠVP je statisticky významný vztah.

Pro relační výzkum bylo zásadní několik faktorů – faktor dosavadní zkušenosti s pobytem mimo domov, faktor postoje dítěte k pobytu na škole v přírodě, faktor rodinný, který se dělil na pozitivní a negativní činnosti rodičů před odjezdem dítěte na ŠVP. Na souvislost mezi stýskáním a vybranými faktory poukázal Walton (2007) a rozbor těchto faktorů se nachází v teoretické části. Navíc byly porovnávány demografické údaje rodiny, jestli mají vliv na stesk u dětí mimo domov. Dle výsledků korelačních analýz můžeme usoudit, že vliv na stýskání má dosavadní zkušenost dítěte s pobytem mimo domov. Dítěti, které mělo zkušenost s pobytem, se stýskalo méně než dítěti, které takovou zkušenost nemělo.

Z výzkumu vyplývá, že vhodnou prevencí může být i to, že má dítě plánování pod kontrolou a podílí se na přípravách. Úzce s tím souvisí faktor postoje dítěte k pobytu na škole v přírodě. Walton (2007) uvádí, že vliv na stýskání může mít i to, že rodiče projeví před dítětem své obavy, že pobyt nezvládne. Ve výsledcích se také do jisté míry toto pravidlo potvrdilo. Pokud rodiče uvedli, že měli již v předchozích zkušenostech obavu, tak jejich dítě během školy v přírodě vykazovalo vyšší intenzitu stesku. Dokonce v některých případech rodiče uvažovali, že budou během pobytu kontaktovat paní učitelku. Ve dvou uvedených případech tak i učinili.

Podle rozlišení na negativní a pozitivní činnosti můžeme pozorovat – dítěti, jehož rodič volí negativní činnosti, se při dlouhodobějším pobytu bude více stýskat a nebude mít žádnou snahu o zlepšení špatných pocitů. Rodiče, kteří by měli velké obavy, se ve výzkumu téměř neobjevovali. Pouze jedno dítě ze stesku muselo odjet předčasně domů. Dítě plakalo, nechtělo se účastnit programu a stranilo se kolektivu. Zajímavé je, že toto dítě pochází z rodiny, kde je nejvíce uvedených sourozenců a dítě má střídavou péči. Na škole v přírodě však nikdy nebylo, i když chodí do 5. třídy. Za překvapivé můžeme považovat zjištění, že vždy nemusí platit, že dítě, které má střídavou péči nebo má více sourozenců, a je tedy zvyklé častěji měnit prostředí, dokáže zvládat stesk a nemá přílišnou odolnost. V České republice

je podle dostupných statistik k roku 2016 svěřeno do střídavé péče 2805 dětí. Toto číslo každoročně stoupá, a proto je dobré tento faktor sledovat a zvažovat, zda střídavá péče nemůže být rizikovým činitelem stýskání u mladších školních dětí. (Redakce portálu Šance Dětem, 2017). Dle názoru Waltona (2007) zmíněného v teoretické části je důležité, aby rodiče volili vhodné strategie nebo činnosti jako prevenci před stýskáním.

Rodiče také uváděli, zda si dítě bude s sebou brát nějakou konkrétní věc. Vyhodnocení ukázalo, že pokud si dítě bere s sebou rodinnou fotografii, má větší sklon ke stýskání než dítě, které si bere plyšovou hračku. Může to být tím, že pokud má dítě nějakou věc, která mu pouze připomíná domov, vypořádá se se steskem lépe než dítě, které vidí konkrétně celou rodinu na obrázku. Můžeme si tedy položit otázku, zda rodinná fotografie je vhodnou prevencí před steskem po domově?

Z výsledků vyplývá, že se rodiče dobře orientují v negativních a pozitivních činnostech, které volí jako prevenci, aby dítě dlouhodobější pobyt zvládlo. Nejčastěji užívanou negativní činností zaznamenanou u rodičů dětí bylo, že když dítěti budou připomínat, že je na stýskání velké, tak mu touto frází nepomůžou. Tuto činnost volilo poměrně velké množství rodičů. Může to být právě tím, že se rodiče domnívají, že dítě tím povzbudí a už si neuvědomují, jaké to může mít důsledky nebo jak se dítě cítí.

Pokud bychom srovnali článek od Waltona (2007), tak se potvrzuje to, že je přirozené, že občasné postesknutí po domově je přirozené. Dokonce se ukazuje, že u většiny dětí je intenzita stesku na nízké úrovni a ta se drží po celou dobu pobytu. U dětí, které prožívají vyšší intenzitu stesku hned od počátku pobytu, se tato hodnota v průběhu školy v přírodě ještě více stupňuje. Obecně se ale intenzita před návratem domů u dětí snižuje.

V nelehké době, kdy panuje mnoho proti covidových opatření, jsme byli rádi, že se škola v přírodě mohla uskutečnit. Vzhledem k malému vzorku respondentů nelze výsledky zobecňovat, ale nastiňují možnosti dalšího bádání. Pro další výzkumné šetření by byl dobrý větší reprezentativní vzorek z různých koutů České republiky nebo různých školských zařízení. Původně bylo v plánu porovnat stýskání u mladších školních dětí na školách v přírodě a na mimoškolních pobytech, např. letní tábor nebo soustředění. Bohužel z důvodu nepříznivé epidemiologické situace se naplánovaný letní tábor neuskutečnil.

Závěr

Diplomová práce se zabývá rizikovými faktory a prevencí stýskání dítěte při odloučení od rodiny na škole v přírodě. Hlavním cílem diplomové práce bylo zjistit míru kontextu mezi vybranými rizikovými faktory a projevy stýskání v rámci pobytu dětí mladšího školního věku na škole v přírodě a volené působení rodičů, jako prevence proti stýskání. Na základě tohoto zjištění jsme chtěli stanovit doporučení pro rodiče a pedagogy, co mají udělat před samotným odloučením tak, aby se eliminovaly rizikové faktory.

Všechny hypotézy byly ověřeny pomocí tří dotazníků, které byly sestaveny s pomocí odborníků a nastudované odborné literatury. Výzkumné šetření bylo provedeno pomocí tří skupin – rodiče, žáci, učitelé. Rodiče uváděli dosavadní zkušenosti dítěte s pobytem mimo domov, postoje k přípravám na školu v přírodě. Děti ve svém dotazníku volily své pocity během celého pobytu. Učitelé na závěr zhodnotili jednotlivé děti, jak školu v přírodě zvládly z hlediska stýskání a samostatnosti.

Během celého procesu jsme se snažili odpovědět na stanovené otázky, které jsme si pokládali hned v úvodu praktické části. Zásadní poznatek pro diplomovou práci je, že se dají stanovit doporučení a vhodné prevence před tím, než dítě odjede na krátkodobější nebo dlouhodobější pobyt. Na základě teoretické části a části výzkumné bylo zjištěno, že každé dítě potřebuje individuální přístup a může mu vyhovovat něco jiného. Avšak z obecného hlediska je důležité zaměřit se na takovou prevenci, která je pro dítě pozitivní. Pokud je prevence nevhodně zvolena a převažují negativní faktory, může to mít fatální dopad na dítě. Takové dopady můžou dítě doprovázet celý život. Vhodná je komunikace nejen s dítětem, ale také s jeho učitelem. Předejde se tak nežádoucím jevům. Jeden ze zásadních poznatků diplomové práce je, že by se dítě mělo podílet na přípravách a plánování před školou v přírodě. Tento druh pobytu je pro dítě výhodou oproti jiným pobytům, protože dítě sice může jet do neznámého prostředí, ale jede s osobami, které dobře zná. Oproti letním táborům, kde nemusí nikoho znát. Je rovněž dobré, aby dítě školu v přírodě absolvovalo, protože se během pobytu mohou utužit vztahy ve třídě. Dítě se může také přesvědčit o tom, že pokud by nastal nějaký problém, vždy mu někdo pomůže. Důležitou prevencí jsou různé hry, činnosti a komunikace. Téma stýskání je důležité i pro vztahy ve třídě. Žák, který situaci nezvládá může mít v kolektivu problémy se začleněním a přijetím.

Téměř všechna doporučení z odborné literatury se potvrdila. Především poznatky od Waltona (2007) nebo Plummerové (2013) opravdu potvrzují to, co dětem může pomoci nebo naopak co může mít negativní dopad v prevenci proti stýskání.

Seznam použitých informačních zdrojů

HELUS, Zdeněk. Sociální psychologie pro pedagogy. 2., přepracované a doplněné vydání. Praha: Grada, 2015. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-4674-6.

HOSKOVCOVÁ, Simona a Lucie SUCHOCHLEBOVÁ RYNTOVÁ. Výchova k psychické odolnosti dítěte: silní pro život. Praha: Grada, 2009. Pro rodiče. ISBN 978-80-247-2206-1.

HOSKOVCOVÁ, Simona. Psychická odolnost předškolního dítěte. Praha: Grada, 2006. Psyché (Grada). ISBN 80-247-1424-8.

HRABAL, Vladimír. Sociální psychologie pro učitele: vybraná témata. 2. vyd. Praha: Karolinum, 2002. Učební texty Univerzity Karlovy v Praze. ISBN 80-246-0436-1.

JEDLIČKA, Richard. Psychický vývoj dítěte a výchova: jak porozumět socializačním obtížím. Praha: Grada, 2017. Psyché (Grada). ISBN 978-80-271-0096-5.

KROWATSCHEK, Dieter a Holger DOMSCH. Do školy beze strachu: [jak překonat obavy dětí z nepříjemných zážitků : rady pro rodiče dětí od 1. třídy do maturity]. Brno: Computer Press, 2007. ISBN 9-788025-117675.

MATĚJČEK, Zdeněk. Co, kdy a jak ve výchově dětí. Vyd. 6. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0519-7.

PLUMMER, Deborah. Učíme děti zvládat úzkost, obavy a stres: cvičení pro mladší školní věk. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0377-3.

Pražský sborník historický. Praha: Pražská informační služba, 1964-. ISBN 80-85917-58-0. ISSN 0555-0238.

PROKEŠOVÁ, Ludmila, STUHLÍKOVÁ, Iva, ed. Zvládání emočních problémů školáků. Praha: Portál, 2005. Pedagogická praxe. ISBN 80-7178-534-2.

PRŮCHA, Jan, Eliška WALTEROVÁ a Jiří MAREŠ. Pedagogický slovník. 7., aktualiz. a rozš. vyd. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0403-9.

SIEGEL, Daniel J. a Tina Payne BRYSON. Rozvíjejte u dětí odvahu, zvědavost a odolnost. Přeložil Jakub GONER. V Brně: CPress, 2018. ISBN 978-80-264-2240-2.

STUHLÍKOVÁ, Iva. Úvod do psychologie emocí. České Budějovice: Jihočeská univerzita, 1998. ISBN 80-7040-266-0.

STUHLÍKOVÁ, Iva. Základy psychologie emocí. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-553-9.

Thurber CA, Walton E; American Academy of Pediatrics Council on School Health. Preventing and treating homesickness. Pediatrics. 2007;119(1):192-201. doi:10.1542/peds.2006-2781

VÁGNEROVÁ, Marie. Vývojová psychologie: dětství a dospívání. Vyd. 2., dopl. a přeprac. Praha: Karolinum, 2012. ISBN 978-80-246-2153-1.

VYMĚTAL, Jan. Úzkost a strach u dětí: [jak jim předcházet a jak je překonávat]. Praha: Portál, 2004. ISBN 80-7178-830-9.

Internetové zdroje

http://wiki.rvp.cz/Knihovna/1.Pedagogick%C3%BD_lexikon/S/%C5%A0kola_v_p%C5%99%C3%ADrod%C4%9B

<http://.rvp.cz/>

<http://idnes.cz>

<https://www.sancedetem.cz/graf-statistika-sverovani-deti-do-stridave-pece-v-cr>

Český statistický úřad

Periodika

LEDVINKA, Tomáš (1998). Škola v přírodě. Moderní vyučování, roč. IV, č. 4, s. 4-6. Praha: Portál. ISSN 1211-1775.

THURBER, Christopher A. a SIGMAN Marian D.. Child Development, Volume 69, Numeber 4, p. 903-934, 1998

Seznam příloh

Příloha 1 – Rodičovský dotazník

Příloha 2 – Dětský dotazník

Příloha 3- Učitelův dotazník

Příloha 1

Rodičovský dotazník

Informovaný souhlas

Základní informace o dítěti	
1. Jméno dítěte:	
2. Kolik dětí žije ve vaší domácnosti?	
3. Je vaše dítě ve střídavé péči?	Ano - Ne
Dosavadní zkušenosti dítěte s krátkodobým pobytem mimo domov a rodinu	
4. Strávilo/tráví někdy vaše dítě noc mimo domov, např. u kamaráda/kamarádky/prarodičů? Výjimečně - Občas - Ne - Ano(zaškrtněte jak často): Pravidelně	
Dosavadní zkušenosti dítěte s dlouhodobějším pobytem mimo domov a rodinu	
5. Bylo vaše dítě někdy na několika denním pobytu (např. letním táboře/sportovním soustředění? Pokud Ano, prosím upřesněte další údaje: Kolik letních táborů/sportovních soustředění se dítě přibližně účastnilo? Kolikrát se účastnilo školy v přírodě? Měli jste někdy obavy, že vaše dítě pobyt na škole v přírodě nezvládne?	Ano - Ne
Stalo se někdy, že se vaše dítě muselo ze školy v přírodě/tábora/sportovního soustředění vrátit předčasně z důvodu velkého stesku?	Ano - Ne
Mluvilo vaše dítě po návratu ze školy v přírodě/tábora/sportovního soustředění o tom, že se mu jeho obavy, že se mu bude stýskat, vyplnily?	Ano - Ne
Po příjezdu (zaškrtněte): mluvilo převážně o stýskání (hlavní téma <input type="checkbox"/> vyprávění) <input type="checkbox"/> občas zmiňovalo stýskání (vyprávěl o dění, ale občas podotkl, že se mu stýskalo) o stýskání se nezmínilo (vyprávělo o dění, o nových kamarádech) <input type="checkbox"/> kamarádech) <input type="checkbox"/> jiné:	

Pokud NE, zaškrtněte všechny možnosti, se kterými se ztotožňujete:

- Dítě nemělo dostatečný věk na dlouhodobější pobyt
- Z finančních důvodů
- Ze zdravotních důvodů
- Dítě samo odmítlo
- dlouhodobější pobyt
- Dítě mělo jiný program (dovolené, ...)
- Z obavy, že by dítě pobyt nezvládlo
- Jiné:

Přípravy na ŠVP

- | | | |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
| 6. | Mohlo si vaše dítě vybrat, zda na školu v přírodě pojedete?
Pokud chcete, můžete doplnit komentářem. | Ano - Ne |
| 7. | Mluví vaše dítě před odjezdem o tom, že se mu na škole v přírodě nebude líbit/nebude ho bavit např. program, aktivity/nebude se mít s kým kamarádit/bude se mu stýskat?
Stále - Velmi často - často - občas - nikdy | |
| 8. | Z nabízených činností a situací zaškrtněte prosím ty, které se u Vás doma před odjezdem na školu v přírodě odehrávají - jak se s dítětem na školu v přírodě připravujete/na čem se domlouváte: <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Před přihlášením dítěte na ŠVP se ujišťujeme s rodiči jeho kamarádů/kamarádek, že na školu v přírodě pojedou<input type="checkbox"/> Před tím, než dítě odjede na školu v přírodě, si domluví, s kým bude sdílet pokoj.<input type="checkbox"/> S dítětem se díváme na webové stránky areálu, zkusíme hledat pozitivní věci (příroda, pokoje, jídelnu, program)<input type="checkbox"/> Společně s dítětem si na kalendáři vyznačíme čas, kdy bude na škole v přírodě, abychom si ukázali, že odjede pryč pouze na omezený čas.<input type="checkbox"/> Dítě ujišťuji, že pokud se mu tam nebude líbit, tak si pro něj přijedu.<input type="checkbox"/> Snažím se dítěti ukázat, že to budeme my, komu se bude stýskat – „Školu v přírodě si určitě užiješ! Nevím ale, jak to zvládnu já/zvládneme my bez tebe.“<input type="checkbox"/> Dítě ujišťuji, že se mu nebude stýskat, že už je velký/velká.<input type="checkbox"/> Kladu dítěti na srdce, ať hodně píše dopisy/ pohledy.<input type="checkbox"/> Pokud je to možné, ať zavolá. | |

9.	Bude si vaše dítě brát s sebou nějakou konkrétní věc, která mu připomíná domov a pomáhá mu, aby se mu nestýskalo? Pokud Ano, jakou?	Ano - Ne
10.	Plánujete během školy v přírodě volat paní učitelce, jak to syn/dcera zvládá?	Ano - Ne
11.	Plánujete dát s sebou dítěti mobilní telefon a volat si s ním?	Ano - Ne
12.	Zde je prostor na vaše doplňující komentáře	

Vážení rodiče,

jsem studentkou 5. ročníku Pedagogické fakulty Univerzity Karlovy oboru učitelství pro 1. stupeň základní školy. Pracuji na své diplomové práci, která se bude týkat rizikových faktorů odloučení dětí od rodiny při krátkodobých a dlouhodobějších pobytech mimo domov. Má diplomová práce má sloužit jako prevence před těmito rizikovými faktory jak pro rodiče, tak i pro učitele. Pro účely mé diplomové práce prosím o vyplnění stručného dotazníku. Pro své vyhodnocení potřebuji jméno a příjmení vašeho dítěte. V celkovém zpracování, vyhodnocení a v popisu mé diplomové práce budou údaje zcela anonymní, jméno a příjmení vašeho dítěte nikde uvedeny nebudou.

Předem děkuji za Váš čas a spolupráci.

Zuzana Švarbachová

Informovaný souhlas zákonného zástupce

Jméno a příjmení dítěte:

Datum narození:

Jméno a příjmení zákonného zástupce:

.....

Dávám tímto souhlas se zařazením dítětedo výzkumné studie, která je součástí diplomové práce s názvem „Rizika a prevence stýskání dítěte při odloučení od rodiny na školách v přírodě“, jejíž autorkou je Zuzana Švarcbachová.

Souhlasím s anonymním zpracováním výsledků pro účely této studie.

Podpis zákonného zástupce.....

V.....dne.....

Příloha 2

Dětský dotazník

	Vůbec		Středně		Mnoho
Jak se cítíš?	1	2	3	4	5
Těším se na to, co zažiju - nové zážitky.					
Jsem nervózní. Nevím, co mě čeká, co zažiju.					
Jsem veselý/á a spokojený/á.					
Jsem smutný/á a stýská se mi po domově.					

Příloha 3

Učitel'ský dotazník

Jak dítě zvládá ŠVP?		
Mluví o tom, že se mu stýská.	ANO	NE
Pláče.	ANO	NE
Straní se kolektivu.	ANO	NE
Nechce se účastnit programu.	ANO	NE
Nezvládá být samostatné.	ANO	NE

Seznam tabulek

Tab. 1 Základní informace výzkumného vzorku-poměr účastněných dětí na ŠVP – jejich ročník, věk a pohlaví

Tab. 2 Počet dětí ve střídavé péči

Tab. 3 Počet dětí v jedné domácnosti

Tab. 4 Dosavadní zkušenost s krátkodobým pobytem

Tab. 5 Dosavadní zkušenost s dlouhodobějším pobytem

Tab. 6 Uvedené možnosti od rodičů pro neúčast dětí na dlouhodobějších pobytech mimo domov

Tab. 7 Obava, že dítě pobyt nezvládne

Tab. 8 Vyplnění obav ze stýskání dítěte po příjezdu

Tab. 9 Pozitivní a negativní činnosti/situace jako prevence proti stesku po domově

Tab. 10 Možnosti převedeny na procenta

Tab. 11 Kolik dětí si bere s sebou na ŠVP konkrétní věc

Tab. 12 Plánování rodičů kontaktovat učitele

Tab. 13 Hodnoty zvládnutí negativních činností u žáků během ŠVP

Tab. 14 Korelace stýskání (měřeno učitel'ským dotazníkem) s vybranými faktory

Seznam grafů

Graf 1 Poměr ročníků na škole v přírodě

Graf 2 Přehled počtu dětí v jedné domácnosti

Graf 3 Podíl absolvovaných škol v přírodě a mimoškolních pobytů

Graf 4 Možnost volby dítěte, zda pojedete na ŠVP

Graf 5 Obavy ze stýskání dítěte před odjezdem na ŠVP

Graf 6 Preventivní činnosti a situace pro zvládnutí stesku po domově během ŠVP

Graf 7 Konkrétní věc, která pomáhá dětem se stýskáním po domově

Graf 8 Pocit těšení se na nové zážitky

Graf 9 Pocit nervozity a strach z nových zážitků

Graf 10 Pocit veselosti a spokojenosti

Graf 11 Pocit smutku a stesku po domově

Graf 12 Poměr bodového ohodnocení u žáků