

Univerzita Karlova
Pedagogická fakulta
Katedra psychologie

RIGORÓZNÍ PRÁCE

Evaluace realizace programu Zippyho kamarádi u dětí mladšího školního věku

Evaluation of Zippy's friends for primary school age children

Bc. et Bc. Anna Masařová

Vedoucí práce: PhDr. Mgr. Veronika Pavlas Martanová, Ph.D.

Studijní program: Psychologie

Studijní obor: Psychologie

Univerzita Karlova
Pedagogická fakulta
Katedra psychologie

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Evaluace realizace programu Zippyho kamarádi u dětí mladšího školního věku

Evaluation of Zippy's friends for primary school age children

Bc. et Bc. Anna Masařová

Vedoucí práce: PhDr. Mgr. Veronika Pavlas Martanová, Ph.D.

Studijní program: Psychologie

Studijní obor: Psychologie

Odevzdáním této diplomové práce na téma Evaluace realizace programu Zipyho kamarádi u dětí mladšího školního věku 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 4. prosince 2021

Touto cestou bych chtěla poděkovat všem, kteří mě při psaní diplomové práce podporovali. Děkuji také mým respondentkám za čas, který mi věnovaly. Za velmi milé a profesionální vedení děkuji především vedoucí mé práce PhDr. Mgr. Veronice Pavlas Martanové, Ph.D.

ABSTRAKT

Diplomová práce se zabývá preventivním programem Zipyho kamarádi, který je zaměřen na podporu sociálních dovedností dětí ve věku 5–7 let. První část práce představuje teoretický rámec pro stěžejní praktickou část. Cílem bylo provést evaluaci realizace tohoto programu. Práce se zaměřuje na alternativní využití metodiky, zabývá se tím, kdo a jakým způsobem program při práci s dětmi využívá. Data byla získána prostřednictvím polostrukturovaného rozhovoru s pěti respondentkami. Z výzkumu vyplývá, že práce s metodikou není záležitostí pouze učitele v rámci školní třídy, ale týká se daleko širší sféry odborníků pracujících s dětmi. V praxi je metodika využívána nejen s dětmi ve věku 5–7 let, ale i mnohdy se staršími dětmi s nejrůznějšími specifiky. Jako efektivní se podle respondentek jeví určitá flexibilita při práci s metodikou a její přizpůsobení potřebám konkrétních dětí. Metodika Zipyho kamarádi je podle výpovědí dotazovaných velmi univerzální nástroj, který může být využit různými způsoby. Esence programu v podobě tzv. „Zlatého pravidla“ a příběhu Zipyho kamarádů však zůstává ve většině případů zachována. I přesto, že se žádná z již proběhlých evaluací doposud nezabývala přímo alternativním využitím, lze při porovnání výsledků s českou, irskou a nizozemskou evaluací nacházet určité shodné závěry.

KLÍČOVÁ SLOVA

evaluace, prevence, Zipyho kamarádi, copingové strategie, mladší školní věk

ABSTRACT

The thesis focuses on the Zippy's Friends prevention program, which is aimed at promoting social skills among children between 5–7 years of age. The first part of the thesis presents the theoretical framework for the main practical part. The goal was to conduct an evaluation of the implementation of this programme. The thesis is focused on alternative uses of the methodology and application. The data was obtained through semi-structured interviews with five respondents. The research shows that working with the methodology is not just a matter of the teacher within the classroom, but it involves a wider sphere of professionals working with children. In practice, the methodology is used not only for children between 5–7 years of age, but also for older children with various specificities. According to the respondents, some flexibility in working with the methodology and adapting it to the needs of specific children seems to be effective. According to interviewees, the Zippy's Friends methodology is a very versatile tool that can be used in different ways. However, the essence of the programme in the form of "Zippy Tips" and the Zippy's Friends story remains in most cases. Despite the fact that none of the evaluations conducted so far have dealt directly with alternative uses, some similar conclusions can be found when comparing the results with the Czech, Irish and Dutch evaluations.

KEYWORDS

evaluation, prevention, Zippy's friends, coping skills, primary school

Obsah

Úvod	8
1 Prevence ve školství	9
2 Rizikové chování	11
3 Efektivní primární prevence	12
4 Preventivní program Zipyho kamarádi	15
4.1 Obsah modulů preventivního programu Zipyho kamarádi	17
4.1.1 Modul 1: Pocity	17
4.1.2 Modul 2: Komunikace	17
4.1.3 Modul 3: Jak se vztahy tvoří a boří	17
4.1.4 Modul 4: Jak řešit konflikty	17
4.1.5 Modul 5: Jak se vyrovnat se změnou a ztrátou	18
4.1.6 Modul 6: Zvládáme obtížné situace	18
4.2 Copingové strategie u dětí	19
5 Evaluace preventivního programu Zipyho kamarádi	21
5.1 Evaluace Zipyho kamarádů v České republice	22
5.1.1 Výsledky studie	22
5.2 Evaluace Zipyho kamarádů v Irsku	24
5.2.1 Výsledky studie	25
5.3 Evaluace Zipyho kamarádů v Nizozemsku	27
5.3.1 Výsledky studie	28
6 Cíle výzkumu	29
6.1 Výzkumné otázky	29
7 Metodologie	30
7.1 Výzkumný vzorek	30

7.1.1	Představení respondentek a jejich cesty k metodice.....	30
7.2	Metoda sběru dat.....	32
7.3	Metoda zpracování a vyhodnocení dat	33
8	Analýza a interpretace dat	34
8.1	Univerzálnost metody	34
8.2	Variabilita cílové skupiny	35
8.3	Přizpůsobení jako důležitá součást práce s metodikou.....	37
8.4	Osobnost lektora jako klíčový faktor.....	39
8.5	Co na to děti?	41
8.6	Efekt u dětí, které prošly metodikou.....	43
8.7	Spolupráce s rodiči.....	45
8.8	Limity metodiky	47
8.9	Benefity metodiky.....	48
9	Shrnutí	51
10	Diskuse	56
	Závěr.....	60
	Seznam použitých informačních zdrojů	62
	Seznam příloh.....	65

Úvod

Diplomovou prací jsem se rozhodla věnovat preventivnímu programu Zipyho kamarádi, který je zaměřen na podporu sociálních dovedností dětí ve věku 5–7 let. Mou motivací pro výběr tématu bylo zejména to, že sama program při práci s dětmi již třetím rokem využívám.

Konkrétně se v práci zaměřím na alternativní využití metodiky Zipyho kamarádi. Jedná se o problematiku, které se zatím podrobněji nevěnovala žádná česká ani zahraniční studie. V klasickém případě pracuje s metodikou učitel v rámci školní třídy během jednoho školního roku. V ideálním případě se jedná o jednu 45minutou lekci za týden. Mým cílem bude zjistit, jaké různé podoby může práce s programem mít. Zaměřím se na to, kdo metodiku alternativním způsobem využívá, jak tento proces vypadá a jak na alternativní využití reagují děti. Dále mě budou zajímat limity a benefity programu z pohledu této specifické skupiny dotazovaných.

V teoretické části práce nejprve definuji pojem prevence, věnovat se budu i dalším oblastem, které s touto problematikou souvisejí. Následně se zaměřím na to, jaká kritéria by měl preventivní program splňovat proto, aby mohl být považován za efektivní. V jedné z dalších kapitol podrobněji představím preventivní program Zipyho kamarádi. Dále se zaměřím na již realizované evaluace v České republice i zahraničí. Popsány budou zejména jejich závěry, které mi budou v závěru práce sloužit k porovnání s mým výzkumným šetřením.

Jak již bylo výše zmíněno, v praktické části práce se zaměřím na proces realizace preventivního programu Zipyho kamarádi u odborníků, kteří metodiku využívají alternativním způsobem. Mým cílem bude zjistit, komu a jakým způsobem může metodika Zipyho kamarádi sloužit. Zároveň se zaměřím na benefity a limity programu. Vzhledem k cílům mého výzkumu si stanovím výzkumné otázky. Data budou získána prostřednictvím polostrukturovaného rozhovoru s několika odborníky, kteří při své práci s dětmi tuto metodiku využívají. Následně odpovím na stanovené výzkumné otázky a provedu diskusi, v níž porovnam své výsledky s odbornou literaturou a již realizovanými evaluacemi v České republice i zahraničí.

1 Prevence ve školství

První kapitola teoretické části diplomové práce bude věnována definování prevence a dalších pojmů, které se k této problematice vztahují. Vzhledem k tématu práce zaměřím svou pozornost především na prevenci v oblasti školství.

Slovo prevence, z latinského *praevenire*, v českém překladu znamená opatření, která byla učiněna předem, včasnou obranu nebo ochranu. (Nešpor et al., 1999) Prevenci lze tedy chápat jako soubor intervencí, jejichž cílem je zamezit či snížit výskyt a šíření rizikového chování. (Mioviský et al., 2010).

V 50. letech byla prevence rozdělena na primární a sekundární, zhruba od 60. let se navíc hovoří o prevenci terciární. (Nešpor et al., 1999) Primární prevence se zaměřuje na osoby, u kterých se ještě rizikové chování nevyskytlo a jejím cílem je předcházet jeho vzniku. Sekundární prevence už naopak cílí na jedince, kteří jsou rizikovým chováním ohroženi. V neposlední řadě terciární prevence, jejíž snahou je předejít zdravotním a sociálním důsledkům rizikového chování. (Pavlas Martanová, 2014a)

Primární prevence se může dále členit jednak na tzv. nespecifickou primární prevenci, která zahrnuje aktivity, jež nemají přímou souvislost s rizikovým chováním. Příkladem mohou být různé druhy volnočasových aktivit a další programy, které vedou ke zdravému rozvoji osobnosti. Další složkou primární prevence je tzv. specifická prevence, která se již zaměřuje na konkrétní formy rizikového chování a zahrnuje tedy programy a aktivity s ním související. Specifická primární prevence se ještě dále člení do tří úrovní: všeobecná primární prevence, selektivní primární prevence a indikovaná primární prevence. Všeobecná primární prevence cílí na běžnou populaci, a to bez rozdělení na více či méně rizikové skupiny. Do této oblasti jsou řazeny programy určené pro větší počet osob, příkladem může být třeba školní třída. Selektivní primární prevence cílí na osoby, u nichž jsou ve zvýšené míře přítomny rizikové faktory pro vznik rizikového chování. Na této úrovni prevence se pracuje již s menšími skupinami jedinců či s jednotlivci. Poslední úroveň všeobecné primární prevence je indikovaná primární prevence, která se zaměřuje na osoby, jež jsou vystaveny působení výrazně rizikových faktorů, případně se u nich již vyskytly projevy rizikového chování. Specifikem některých typů preventivních programů je, že se neomezují pouze na jednu úroveň specifické primární prevence, ale můžeme se s nimi

setkat na všech třech výše zmíněných úrovních. Naopak jiné programy jsou součástí jedné nebo dvou z uvedených úrovní. (Miovský et al., 2015)

Primární prevence dětí a mládeže je v působnosti Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy. Cílem prevence ve školství je předcházení vzniku rizika zdraví dětí a dospívajících a zároveň redukce dopadů v souvislosti s konkrétními projevy rizikového chování. (Miovský et al., 2015)

2 Rizikové chování

S prevencí velmi úzce souvisí pojem rizikové chování, kterým rozumíme „*chování, v jehož důsledku dochází k prokazatelnému nárůstu zdravotních, sociálních, výchovných a dalších rizik pro jedince nebo společnost*“. (Miovský et al., 2006, s. 28) Podstatné je zmínit, že se jedná o pojem posledních pár let. Rizikovému chování předcházela dnes již zastaralý pojem – sociálně patologické jevy. (Miovský et al., 2015)

V nejužším pojetí spadají pod tento pojem následující oblasti, o kterých můžeme hovořit jako o základních typech rizikového chování:

- a) záškoláctví,
- b) šikana a extrémní projevy agrese,
- c) extrémně rizikové sporty a rizikové chování v dopravě,
- d) rasismus a xenofobie,
- f) sexuální rizikové chování,
- g) závislostní chování.

V širším pojetí lze k těmto oblastem řadit ještě dva další okruhy, které ovšem nelze zahrnout do konceptu rizikového chování:

- h) okruh poruch a problémů spojených se syndromem týraného a zanedbávaného dítěte,
- i) spektrum poruch příjmu potravy. (Miovský et al., 2015)

Rozlišení má spíše didaktický a diagnostický význam. Podle Miovského (2015) bychom měli brát v potaz, že výše jmenované okruhy rizikového chování se v praxi velmi ojediněle vyskytují takto izolovaně. Ve většině případů jde spíše o kombinaci několika zmiňovaných typů rizikového chování nebo přecházení od jednoho k druhému, v souvislosti s tím lze o hovořit o tzv. „*syndromu problémového chování*“. Velmi zjednodušeně jde o to, že „*člověk, který se chová rizikově jedním způsobem, má tendenci chovat se rizikově i v dalších oblastech*“. (Miovský et al., 2015, s. 52)

3 Efektivní primární prevence

V této kapitole se zaměřím na obecná kritéria, která jsou klíčová proto, aby byla primární prevence ve školství efektivní. O efektivitě preventivního programu mluví tehdy, když je z výsledků provedených evaluací zřejmé, že tyto programy vedou ke snižování výskytu rizikového chování u jednotlivce nebo skupiny.

Kritéria, která budou níže popsána, byla zjištěna prostřednictvím různých výzkumných zpráv a praktických zkušeností. Jedná se o obecné zásady, které by měly realizované preventivní programy splňovat. (Miovský et al., 2015)

a. Komplexnost a kombinace mnohočetných strategií

Toto kritérium staví na tom, aby preventivní programy byly koncipovány komplexně jako souhrn několika faktorů. Dále je podstatná koordinovaná spolupráce různých institucí (rodina, škola, vrstevníci apod.).

b. Kontinuita působení a systematická plánování

Pro efektivní prevenci je důležité, aby jednotlivé preventivní programy na sebe navazovaly a vzájemně se doplňovaly. Preventivní působení by mělo být systematické a z hlediska času dlouhodobé. Mělo by jít o postupné budování důvěry mezi žáky a pedagogy, zároveň by se měla prohlubovat spolupráce mezi pedagogy a rodiči žáků. Na základě tohoto kritéria jsou autoři názoru, že jednorázové preventivní aktivity nepatří mezi efektivní.

c. Cílenost a adekvátnost informací

Obsah preventivního působení by měl být adekvátní z hlediska cílové populace. Zohledněn by měl být jednak věk, ale i demografické a sociokulturní charakteristiky. U každého preventivního programu je tedy nutné definovat, pro jakou cílovou skupinu je určen. Neméně podstatná je také forma předávání informací, která by měla být pro danou cílovou skupinu atraktivní.

d. Včasný začátek

Dalším faktorem je také včasný začátek preventivního působení. Ideální začátkem je s prevencí začít již od předškolního věku. Z výzkumů obecně vyplývá, že čím dříve prevence začíná, tím větší efekt přináší. Formy preventivního působení musí být samozřejmě značně přizpůsobeny věku a možnostem dětí z hlediska jejich vývoje.

e. Pozitivní orientace

Součástí preventivní práce by měla být také nabídka pozitivní alternativ k rizikovému chování. Pozornost by se měla soustředit na zdravý životní styl, posilování sebevědomí, rozvoj komunikace apod.

f. Využití „KAB“ modelu

Preventivní programy by neměly být orientovány pouze na předávání informací, ale především by se měly zaměřit na kvalitu postojů a změnu samotného chování. Prostřednictvím programů by studenti měli získat vhodné sociální dovednosti (př. nácvik asertivity, zkvalitnění sociální komunikace, adaptivní řešení problémových situací apod.).

g. Využití „peer“ prvku, důraz na interakci a aktivní zapojení

Dalším důležitým kritériem, který má vliv na efektivitu prevence, je aktivní účast cílové skupiny. Využívány by měly být nejrůznější prožitkové aktivity ve formě výtvarných, dramatických nebo pohybových technik. Role realizátorů preventivních programů by neměla mít podobu přednášejících, ale spíše moderátorů.

h. Denormalizace

Preventivní program by měl přispět k tomu, aby rizikové chování nebylo vnímané jako žádoucí, ale ani jako určitá společenská norma. Působení primární prevence by mělo přispět k vytvoření sociálního klimatu, které není příznivé k rozvoji rizikového chování.

i. Podpora protektivních faktorů

Cílem preventivních programů by mělo být vytváření podpůrného a pečujícího prostředí. V případě potřeby je součástí primární prevence také nabídka specializované péče a předání kontaktů na další odborníky.

j. Nepoužívání neúčinných prostředků

Jako neefektivní se ukázaly ty programy, ve kterých jde o pouhé předávání informací o rizikovém chování. Jako zcela neúčinné se dle výzkumů dají považovat programy, které jsou postavené na zastrašování, moralizování a přehánění následků. Zároveň se jedná o vše, co je v rozporu s výše zmíněnými kritérii. (Miovský et al., 2015)

Pavlas Martanová (2014b) píše o všech výše popsanych kritériích, ale zároveň zmiňuje i další. Jedním z nich je **jasný a strukturovaný program**, jehož součástí by měla být předem daná metodika, požadavky na vzdělávání lektorů, časový rámeček, vymezená témata a pravidla a v neposlední řadě také shrnující závěr. Dále také uvádí, že vliv na efektivitu programu má **velikost skupiny**, se kterou se pracuje. Ideálně by se mělo jednat o menší skupiny max. do 30 účastníků, spíše méně. Důležité je, aby zde probíhaly dialogy a interakce mezi jednotlivými členy skupiny. Uspořádání sezení by mělo mít podobu kruhu. Dalším důležitým prvkem je **nutnost reagovat na aktuální potřeby cílové skupiny**. K tomu je tedy nutné sledovat vývoj a trendy konkrétní skupiny a mít o ní potřebné informace.

Důležité je zmínit, že ačkoli jsou některé typy programů považovány za efektivní, tak vždy záleží na realizátorovi programu, zejména na jeho přípravě, způsobu provedení, vzdělání a dovednostech – „*i sebelepší typ programu, pokud není realizován správně, může být v lepším případě neefektivní, v horším případě dokonce škodlivý*“ (Miovský et al., 2015, s. 62-63)

4 Preventivní program Zipyho kamarádi

Preventivní program Zipyho kamarádi je zaměřen na podporu sociálních a emočních dovedností u dětí. Doporučenou cílovou skupinou jsou podle autorů metodiky děti ve věku 5–7 let. Práce s metodikou je v rukách proškoleného, většinou pedagogického pracovníka. Nejčastěji se jedná o učitele I. stupně, kteří ve své třídě během celého školního roku s programem pracují. Zároveň ale není výjimkou, že metodiku při své práci s dětmi využívají i další odborníci, příkladem může být třeba školní psycholog nebo speciální pedagog.

Za metodikou stojí britská charitativní organizace Partnership for Children, jejímž cílem je podpora duševního zdraví dětí z celého světa. Počátky programu Zipyho kamarádi spadají do roku 1998. Podnětem vzniku byla potřeba prevence sebevražedného chování. V současné době s metodikou pracují děti ve více než 30 zemích světa, do programu bylo zapojeno už přes milion dětí z různého kulturního prostředí. (Duševní zdraví dětí, 2012 – 2019a)

K tomu, aby člověk mohl s metodikou pracovat, je potřeba projít kurzem, jehož součástí je 17 vyučovací hodin. Prvních 8 hodin je věnováno podrobnému seznámení s metodikou a jejími východisky. Po absolvování této části kurzu absolventi obdrží metodiku Zipyho kamarádi, která obsahuje velmi podrobný popis jednotlivých lekcí. Zbývající část hodin má podobu metodických vedení, což jsou obvykle dvě až tři setkání, na nichž mohou účastníci programu reflektovat, pod vedením lektora, svou práci s programem. Celý kurz je akreditován MŠMT v rámci DVPP. (Duševní zdraví dětí, 2012 – 2019b)

Součástí programu je 6 tematických modulů, které na sebe vzájemně navazují. Každý z nich obsahuje 4 lekce, přičemž doporučená časová dotace jedné lekce je 45 minut, tedy jedna vyučovací hodina. Z toho vyplývá, že kompletní práce s metodikou zahrnuje celkem 24 lekcí. V ideálním případě se jedná o jednu hodinu Zipyho kamarádů týdně, což vychází zhruba na celý školní rok. (Duševní zdraví dětí, 2012 – 2019a)

Základní myšlenka programu stojí na „Zlatém pravidlu“, které by mělo dětem pomoci vypořádat se s každodenními obtížemi: *„Dobré řešení mi pomůže cítit se lépe a zároveň nikomu neublíží.“* Program Zipyho kamarádi pracuje s tzv. copingovými strategiemi, kterým se budu níže věnovat podrobněji. (Duševní zdraví dětí, 2012 – 2019a)

Spojujícím prvkem celého programu je příběh dvojčat Lenky a Tondy, kteří nastupují do první třídy. Ústředním postavou je také Tondův domácí mazlíček, strašilka jménem Zipy. Sourozenci prožívají v průběhu školního roku situace, které jsou dětem tohoto věku blízké. Každá hodina Zipyho kamarádů se drží určité struktury. Na začátku lekce jsou dětem zopakována pravidla. Následuje čtení příběhu, jehož oporou jsou barevné ilustrované obrázky. Příběhů je celkem šest, tedy ke každému modulu náleží právě jeden. V první lekci každého modulu se čte příběh celý, jeho části jsou pak opakovány ve zbylých třech hodinách. V metodice jsou k jednotlivým částem příběhu doporučeny otázky, jejichž cílem je navázat s dětmi diskusi na určité téma. Každá hodina zároveň obsahuje dvě interaktivní aktivity nejčastěji v podobě hraní her, výtvarných technik či dramatizace (hraní rolí). Jelikož je program cílen na děti už od 5 let, není k žádné z aktivit nutné, aby děti uměly číst a psát. V případě práce s dětmi se speciálními vzdělávacími potřebami lze využít tzv. Doplněk pro inkluzi, který obsahuje alternativní aktivity zaměřené právě na tuto cílovou skupinu. Všechny lekce by měly být ukončeny zpětnou vazbou, při níž děti popisují, jak se jim hodina líbila a jak se při ní cítily.

Podle autorů metodiky vyžaduje program Zipyho kamarádi celoškolní přístup. Čím větší počet pedagogů a dalšího personálu se zapojí, tím větší účinnost bude práce s metodikou mít. Důležitým prvkem je také spolupráce rodičů a dalších rodinných příslušníků. Součástí každého modulu je také jedna domácí aktivita, která se dotýká právě probíraného tématu. (Duševní zdraví dětí, 2012 – 2019a)

Preventivní program Zipyho kamarádi má i své pokračování. V roce 2016 byla představena navazující metodika s názvem Apple's Friends, v českém překladu Jablíkovi kamarádi, se kterou lze navázat na práci s metodikou Zipyho kamarádi nebo ji využít zcela samostatně. Jablíkovi kamarádi cílí na skupinu dětí ve věku 7-9 let. Princip programu je úplně stejný jako v případě Zipyho kamarádů. I v tomto případě se pracuje s příběhem Lenky a Tondy a jejich přátel. Důležitou postavou je také Tondův domácí mazlíček, tentokrát křeček jménem Jablík. Na rozdíl od Zipyho kamarádů mají tyto příběhy otevřený konec, který děti domýšlí na základě svých zkušeností nebo představ. (Duševní zdraví dětí, 2012 – 2019c)

4.1 Obsah modulů preventivního programu Zipyho kamarádi

V této podkapitole budou stručně popsána témata jednotlivých modulů programu Zipyho kamarádi. Jak bylo výše zmíněno, kompletní program obsahuje 6 modulů, přičemž každý z nich je složen ze 4 lekcí. (Duševní zdraví dětí, 2012 – 2019a)

4.1.1 Modul 1: Pocity

První modul preventivního programu Zipyho kamarádi je zaměřen na pocity. Cílem je zlepšit schopnost dětí rozpoznat emoce své a svých blízkých. Pozornost není věnována pouze jejich identifikaci, ale také strategiím, jak se s nimi vypořádat, s čímž může opět pomoci již výše zmiňované „Zlaté pravidlo“. Konkrétně se jedná o čtyři základní emoce – smutek (radost), zloba (naštvanost), žárlivost (závist) a nervozita. Každému z těchto pocitů je věnována jedna z lekcí modulu. (Zipyho kamarádi, 2018)

4.1.2 Modul 2: Komunikace

Na první modul, který byl věnovaný především rozpoznání emocí, navazuje modul dva, jehož hlavním cílem je zlepšit schopnost dětí hovořit o svých pocitech a naslouchat ostatním. První lekce tohoto modulu je věnována čtyřem krokům dobré komunikace, poskytuje tedy dětem „návod“, jak efektivně komunikovat se svým okolím. Děti se v tomto modulu učí naprosto zásadní dovednosti při komunikaci, a to je naslouchání ostatním. Jedna z lekcí u dětí rozvíjí schopnost požádat o pomoc. Děti se učí poznávat toho, kdo jim může pomoci v běžných situacích a zároveň jak o pomoc požádat. (Zipyho kamarádi, 2018)

4.1.3 Modul 3: Jak se vztahy tvoří a boří

Cílem třetího modulu programu Zipyho kamarádi je zlepšit schopnost dětí vytvářet přátelské vztahy a vyrovnávat se s pocitem odmítnutí a osamělosti. Jednotlivé lekce se zaměřují na to, jak poznat dobrá přátelství a jak být sám dobrým přítelem. Děti zde dostávají prostor k tomu, aby mluvily o svých kamarádech. Jedna z lekcí je také věnována tomu, jak řešit konflikty s kamarády, závěrečná část se pak věnuje způsobům, jak si kamarády najít. (Zipyho kamarádi, 2018)

4.1.4 Modul 4: Jak řešit konflikty

Čtvrtá část programu je zaměřena na řešení konfliktů, a to prostřednictvím situací, které děti běžně ve svém životě zažívají. Druhá lekce je přímo věnována problematice šikany

a tomu, co v takovém případě dělat. Konflikty jsou velmi často provázeny silnými emocemi jako je zloba a vztek, jedna z hodin tohoto modulu učí děti s těmito emocemi pracovat. Poslední lekce zase cílí na to, jak pomoci řešit problémy ostatním lidem ve svém okolí. (Zipyho kamarádi, 2018)

4.1.5 Modul 5: Jak se vyrovnat se změnou a ztrátou

Modul pět učí děti vyrovnávat se se změnou a ztrátou. Autoři metodiky pracují s tím, že je potřeba změny a ztráty přijmout jako nedílnou součást našich životů. Tyto změny mohou mít jak pozitivní, tak negativní dopad. V souvislosti s tímto tématem je část lekcí zaměřena na vyrovnání se se smrtí. I tato situace je ilustrována na příběhu Lenky a Tondy, jednoho dne totiž Tondovi zemře jeho domácí mazlíček strašilka Zipy. Tonda se musí vyrovnávat s velkým smutkem a pocity viny, s čímž mu pomáhá jeho rodina. Třetí hodina tohoto modulu je věnována návštěvě místního hřbitova. Podle zkušeností autorů metodiky jsou děti otevřené o tématu smrti hovořit a tato hodina a celý tento modul bývá pro děti velmi atraktivní a přínosný. (Zipyho kamarádi, 2018)

4.1.6 Modul 6: Zvládáme obtížné situace

Cílem posledního modulu programu Zipyho kamarádi je upevnit to, co se děti během práce s metodikou naučily. Děti mají zároveň možnost procvičit si nově získané dovednosti v různých situacích. Autoři metodiky rozlišují dva typy situací. V první typu se jedná o situace, které nemůžeme ovlivnit či změnit (př. úmrtí, přestěhování apod.), v těchto případech je potřeba se zaměřit na práci s negativními emocemi a snažit se nacházet podporu a úlevu. Druhým typem jsou takové situace, které máme možnost různými způsoby změnit (př. hádka s kamarádem, pocit osamělosti apod.), zde se pracuje se „Zlatým pravidlem“ a hledá se nejlepší řešení dané situace. Poslední lekce by měla být podle metodika pojatá jako oslava dokončení celého programu Zipyho kamarádi. Děti jsou vedeny k tomu, aby přemýšlely nad tím, co nového se naučily. Zároveň každé dítě obdrží diplom a korunku s pečeti Zipyho kamarádů, kterou si při hodině samo vyrobí. (Zipyho kamarádi, 2018)

4.2 Copingové strategie u dětí

Preventivní program Zipyho kamarádi pracuje s tzv. copingovými strategiemi. Podle Křivohlavého (2001) spadá pod termín coping problematika zvládání (čelení) stresu. Jedná se o téma, které je v posledních zhruba 50 letech předmětem mnoha výzkumných studií, za jedním z hlavních přístupů stojí Lazarus a Folkmanová. (Mishara, B. L., n.d.)

Každý z nás ve své životě čelí stresovým situacím, a to od drobných každodenních nepříjemností až po závažné situace jako je rozvod nebo třeba ztráta blízké osoby. Mnohé studie ukazují, že schopnost vybrat si z široké sféry copingových strategií je u dětí spojena s menšími problémy v oblasti duševního zdraví. Na základě výzkumu, který se věnoval přizpůsobení se stresovým změnám, je zřejmé, že určitá flexibilita při zvládání zátěžových situací je spojena s pozitivními výsledky při konfrontaci s obtížnými situacemi.

Velmi důležité je zmínit, že každý z nás považuje za stresovou situaci něco zcela jiného. Příkladem může být třeba seskok padákem, který může být pro některé stresující, pro jiné se může jednat o zábavnou volnočasovou aktivitu. Zásadní je tedy nejprve náš postoj k dané situaci. Velmi individuální je také to, jak každý z nás v této chvíli zareaguje. Je patrné, že některé strategie jsou účinnější než jiné. Není však možné kategorizovat strategie na dobré nebo špatné. (Mishara, B. L., n.d.)

Strategie zvládání se velmi často rozlišují na ty, které se zaměřují na snížení negativních pocitů, provázející člověka v obtížné situaci. Jedná se tzv. strategie zaměřené na emoce zahrnující vše, co člověk dělá proto, aby se cítil lépe. Zároveň ale nejsou zaměřeny na samotnou změnu situace. Příkladem může být návštěva kina, nakupování, běhání nebo třeba meditace. O strategiích, které se snaží o změnu nebo zlepšení situace, mluvíme o tzv. strategiích zaměřených na akci. Jedná se třeba o požádání o pomoc nebo radu. V tomto případě jde tedy o to, aby byl konflikt nebo problém vyřešen.

Program Zipyho kamarádi podporuje děti v tom, aby byly schopné volit pozitivní strategie zvládání každodenních obtíží. Za tímto účelem se v programu pracuje s tzv. Zlatým pravidlem, které by dětem mělo pomoci při rozhodování se v běžných situacích: *„Dobré řešení mi pomůže cítit se lépe a zároveň nikomu neublíží.“* Program Zipyho kamarádi je zároveň postaven na výzkumech, podle kterých jsou děti ve věku 5–7 let schopné osvojit si tyto pozitivní strategie. Práce s metodikou je postavena na tom, že si děti procvičují

hledání řešení pro různé situace. Jak již bylo výše zmíněno, není vhodné učit děti, že některá strategie je dobrá a jiná zase špatná. Cílem je děti podporovat v tom, aby byly schopné přicházet s různými řešeními situací a samy zvládly posoudit, která z nich bude pro ně v daný moment ta nejlepší. Prostřednictvím příběhu Zipyho kamarádů děti vidí, jak si jednotlivé postavy s různými situacemi dokáží poradit. Zároveň si mají možnost na vlastní kůži vyzkoušet řešení různých situací, například prostřednictvím hraní rolí a dalších interaktivních aktivit.

Podle autorů metodiky je klíčové, aby se děti naučily lépe zvládat problematické situace. Díky schopnosti nalézat pozitivní řešení mohou děti získat vyšší sebevědomí a sebeúctu. Zároveň je osvojení těchto dovedností důležité pro jejich duševní zdraví a pohodu. (Mishara, B. L., n.d.)

5 Evaluace preventivního programu Zipyho kamarádi

Preventivní program Zipyho kamarádi prošel od doby svého vzniku několika evaluacemi v různých zemích světa. V roce 2006 byly zveřejněny evaluační zprávy z výzkumů realizovaných v Litvě a Dánku. Další dvě studie byly provedeny v letech 2007–08 v Norku a Irsku, irská evaluační zpráva byla zveřejněna v roce 2010, norská v roce 2012. V roce 2016 vyšly hned dvě výzkumné zprávy, a to z nizozemské studie, která byla realizována v letech 2012-14, a české, jejíž sběr dat proběhl v roce 2015-16. V případě Nizozemska se jednalo se o první studii, která do svého výzkumu zahrnula současně s programem Zipyho kamarádi i navazující Jablíkovy kamarády. Ve Velké Británii proběhl prozatím poslední a největší evaluační výzkum programu Zipyho kamarádi, jehož součástí bylo 3904 dětí, zveřejněn byl v roce 2018. (Partnership for Children, n.d.)

Z velké části se jednalo o randomizované kontrolované studie, jejichž cílem bylo zjistit, zda a případně jaký efekt u dětí má implementace preventivního programu Zipyho kamarádi. Data byla získána prostřednictvím již existujících standardizovaných dotazníků. (Partnership for Children, n.d.) Pouze v případě České republiky byl za účelem studie vytvořen dotazník, který přímo sledoval jevy, na které se program Zipyho kamarádi zaměřuje. (Žufníček et al., 2016)

Všechny realizované studie poukazují na posun v sociálních dovednostech a v emoční gramotnosti dětí. Zároveň je z části výzkumů zřejmé, že děti se naučily lépe vyrovnávat s obtížnými životními situacemi prostřednictvím využití adaptivních copingových strategií. Některé výsledky hovoří o zlepšení třídního klimatu v podobě menšího počtu konfliktů a méně případů šikany. (Partnership for Children, n.d.)

V následující části práce se podrobněji zaměřím na některé z výše uvedených evaluačních zpráv. Tyto informace budou mým výchozím zdrojem při porovnání mého výzkumu s již realizovanými evaluacemi.

5.1 Evaluace Zipyho kamarádů v České republice

V letech 2015-16 byla v České republice realizována studie zaměřující se na účinnost preventivního programu Zipyho kamarádi. Jednalo se o randomizovanou kontrolovatelnou studii, jejímž cílem bylo zjistit, zda implementace programu Zipyho kamarádi přináší efekt u dětí předškolního věku, 1., 2. a 3. třídy základní školy. Do výzkumu bylo zapojeno 14 škol. Ty byly následně rozděleny na dvě poloviny, z nichž jedna pracovala s metodikou Zipyho kamarádi během školního roku 2015-16 (experimentální skupina), druhá polovina nikoliv, jednalo se skupinu kontrolní. Studie se zúčastnilo celkem 807 dětí, 466 ve skupině experimentální a 341 ve skupině kontrolní. (Žufníček, et al., 2016)

Za účelem výzkumu byl vytvořen dotazník, který se zaměřoval na oblasti, kterým se jednotlivé moduly programu Zipyho kamarádi věnují, zejména se jednalo o sociální dovednosti dětí. Dotazník zároveň sledoval i to, zda v průběhu implementace programu došlo u dětí k posunu v akademických dovednostech. Zvláštní pozornost byla věnována také žákům se speciálními vzdělávacími potřebami.

Počáteční úroveň sledovaných jevů u dětí z obou skupin byla zjištěna prostřednictvím pre-testu na začátku školního roku 2015-16. K tomu byl využit výše zmíněný dotazník, který vyplňovali učitelé. Ten samý dotazník byl v rámci post-testu opět zadán učitelům a zároveň také rodičům dětí. Na základě sebraných dat bylo na konci školního roku provedeno srovnání experimentální a kontrolní skupiny. Zároveň ti učitelé, kteří pracovali s metodikou Zipyho kamarádi, se během školního roku zúčastnili tří metodických setkání, kde své postřehy a zkušenosti sdíleli s ostatními pedagogy. (Žufníček, et al., 2016)

5.1.1 Výsledky studie

V případě srovnání kontrolní a experimentální skupiny byli žáci, kteří prošli kompletním programem Zipyho kamarádi v post-testu hodnoceni lépe téměř ve všech sledovaných oblastech. Statisticky významné rozdíly se ukázaly v následujících oblastech: **dovednosti sebeovládání** (dokáže odložit své potřeby, je samostatný, zvládá školní zátěž, udržuje pořádek, dokončuje práci včas, přizpůsobuje se novým situacím) a v **sociálních**

dovednostech (spolupracuje s vrstevníky, řekne si o pomoc, řeší konflikty dohodou, přijímá kritiku, poukáže na nespravedlnost a popíše své pocity).

Rozdíl se naopak neprojevil v experimentální ani kontrolní skupině u následujících jevů: pere se, je impulzivní, působí osaměle, ve skupině dětí je nervózní.

Autoři studie se zaměřili také na srovnání výsledků podle věku dětí. Bylo zjištěno, že v 1. a 2. ročníku došlo u dětí k nejvýraznějšímu posunu sledovaných jevů. Srovnání z hlediska pohlaví neukázalo žádné významné rozdíly mezi chlapci a dívkami. K patrnému posunu v případě experimentální skupiny došlo ovšem u žáků se speciálními vzdělávacími potřebami, kteří se hodnocením v post-testu přibližovali ostatním žákům ve třídě. Naopak u těchto žáků ze skupiny kontrolní se úroveň sledovaných jevů výrazně nezměnila. Jak již bylo v úvodní části zmíněno, studie se zaměřila také na případný posun v akademických dovednostech, který byl u dětí z experimentální skupiny potvrzen. Hodnocení dětí v post-testu se účastnili také jejich rodiče. V případě pohledu rodičů nebyl shledán rozdíl mezi kontrolní a experimentální skupinou, zároveň bylo patrné, že pohled rodičů a učitelů na jednotlivé děti je odlišný, což může být podle autorů způsobeno rozdílným prostředím.

Závěry studie tedy potvrdily výsledky zahraničních studií – u dětí, které prošly programem Zipyho kamarádi, došlo zejména ke zlepšení v dovednostech sebeovládání a posunu v sociálních dovednostech, (Žufníček et al., 2016)

Učitelé, kteří se svými žáky pracovali s metodikou Zipyho kamarádi, se zúčastnili tří metodických vedení, jejichž cílem bylo vzájemné sdílení zkušeností s dalšími pedagogy. Během prvních setkání vyjadřovali učitelé často obavy z časové náročnosti jednotlivých lekcí a celého programu. U nejmladších dětí mnozí spatřovali potíže s udržením pozornosti po dobu práce s programem. Některým se osvědčilo rozložit lekci do delšího časového úseku a proložit ji i jinými aktivitami. Na dalších metodických setkáních se však učitelé shodovali, že se jim lépe daří stihnout program lekce v daném čase, ve výjimečných případech dokončí lekci následující hodinu. Někteří pedagogové také pociťovali zlepšující se spolupráci s rodiči na domácích aktivitách, která jsou součástí programu. Téma smrti a ztráty, které je součástí jednoho z modulů programu, vyvolávalo u mnohých učitelů počáteční obavy, zpětná vazba

ale tyto obavy nepotvrdila. Podle nich děti toto téma hodnotily jako zajímavé a z jejich reakcí bylo zřejmé, že možnost sdílení tohoto mnohdy tabuizovaného tématu vítají.

Celkově lze říci, že učitelé, kteří byli součástí experimentální skupiny, vidí v programu Zipyho kamarádi smysl. Na prvky metodiky často odkazují v rámci řešení nejružnějších situací ve třídě. Práce s metodikou je podle pedagogů náročnější s těmi nejmladšími dětmi. Naopak ve druhém ročníku je podle nich implementace programu nejvhodnější.

Z výpovědí učitelů také vyplývá, že by rádi na práci s metodikou navazovali, a to prostřednictvím prohlubování získaných dovedností, zároveň by přivítali proškolení dalších kolegů ze svých škol. (Žufníček et al., 2016)

Součástí výzkumné zprávy jsou výroky jednotlivých učitelů, kteří s metodikou v rámci experimentální skupiny pracovali. (Žufníček et al., 2016, s. 20–21)

„Zjistila jsem, že malé děti mají úplně stejnou potřebu mluvit o svých pocitech a problémech jako dospělí.“ (Lucie, učitelka)

„Zipy dává šanci všem dětem vysvětlit různé životní situace, naučit se je předvídat a poradit si s nimi.“ (Jaroslava, učitelka)

„Využíváme techniky ze Zipyho i v běžném životě třídy, např. při řešení konfliktů.“ (Veronika, učitelka)

5.2 Evaluace Zipyho kamarádů v Irsku

Výzkumu, jehož cílem bylo ověřit účinnost preventivního programu Zipyho kamarádi, proběhl také v Irsku, a to v letech 2008-09.

Program Zipyho kamarádi byl implementován do 30 vybraných znevýhodněných škol v západním Irsku v rámci projektu Social Personal and Health Education, který cílí na mladší žáky a zaměřuje se na podporu sociálního, osobnostního a zdravotního vzdělávání. Práce s metodikou Zipyho kamarádi probíhala v průběhu dvou let. 12 lekcí bylo realizováno

od února do června roku 2008, zbývajících 12 od října do března roku 2009. (Clarke & Barry, 2010)

Cílem výzkumu bylo jednak zjistit, zda je možné program Zipyho kamarádi realizovat v místním kontextu znevýhodněných škol v západním Irsku. Dalším cílem bylo zhodnotit dopad programu na emoční pohodu dětí, jejich chování a zvládání problémových situací, což souvisí s tzv. copingovými strategiemi, na jejichž podporu se program zaměřuje. Autoři výzkumu se zabývali také procesem implementace programu.

I v případě této evaluace se jednalo o randomizovanou kontrolovatelnou studii, respondenty výzkumu byli žáci a jejich učitelé. Celkem se jednalo o 730 žáků a 42 učitelů. Oslovené školy byly rozděleny na dvě skupiny: experimentální a kontrolní. Experimentální skupina byla následně dělena do dalších dvou typů: intervence typu I a intervence typu II. Učitelé ve skupině intervence typu I pracovali s kompletní metodikou Zipyho kamarádi, učitelé z druhé skupiny využívali ve svých hodinách pouze prvky metodiky. Kontrolní skupina pokračovala v běžné výuce bez implementace programu. Sběr dat probíhal ve třech intervalech – před, v průběhu a po realizaci programu. K tomuto účelu byly využity jak kvantitativní, tak kvalitativní metody. (Clarke & Barry, 2010)

5.2.1 Výsledky studie

Na základě výzkumu vyplývá, že implementace programu Zipyho kamarádi byla přijata kladně, jak ze strany dětí, tak ze strany učitelů a zároveň vedla k řadě pozitivních efektů pro všechny zúčastněné. I vzhledem k tomu, že se jednalo o znevýhodněné školy, nebylo potřeba program nějakým způsobem upravovat. Práce s metodikou Zipyho kamarádi měla pozitivní vliv zejména na emoční gramotnost dětí. Výsledky studie ukazují, že u dětí, které prošly programem, došlo k významnému zlepšení v sebeuvědomění, seberegulaci, motivaci, empatii a v dalších sociálních dovednostech. Většina učitelů také pozorovala zlepšení výše zmíněných dovedností u dětí a zároveň posun v komunikačních dovednostech dětí a zvládání pocitů. Výsledky hovoří také o vlivu programu na copingové strategie dětí, přičemž děti z experimentální skupiny mají větší povědomí o těchto mechanismech a využívají je k přímému řešení problémů. V kontrolní skupině nebyly za toto období zjištěny žádné významné změny. U dětí, které prošly programem, došlo také ke snížení hyperaktivního chování.

Součástí studie byly také ohniskové skupiny, v nichž pedagogové pravidelně sdíleli své zkušenosti s implementací programu. Učitelé uváděli, že realizace programu nebyla náročná, a to díky jeho jasně stanovené struktuře jednotlivých lekcí. Překážkou implementace byl pouze problém s nalezením vhodného času na realizaci programu. Podle pedagogů by se měly strategie naučené v hodinách Zipyho kamarádů prolínat i do dalších předmětů v rámci celého dne. Část učitelů by doporučovala, aby byl program realizován v rámci jednoho školního roku.

Podle učitelů jsou příběhy Zipyho kamarádů velmi atraktivní, děti se dokázaly velmi často s postavami ztotožnit a s podobnými situacemi měla většina z nich již svou vlastní zkušenost. Zároveň učitelé oceňovali různorodé aktivity, které jsou součástí každé lekce. Většina těchto učitelů měla zkušenost s realizací programu ve více třídách, podle jejich zkušeností měly mladší děti (1. třída) problém s udržením pozornosti po dobu programu, naopak ve 2. třídě se byla schopná soustředit již velká část třídy. Podle jedné z dotazovaných byly děti ve 2. třídě vnímavější a otevřenější než v předešlém školním roce. Zároveň řada pedagogů, která měla zkušenost s realizací programu ve 3. třídě, hovoří o tom, že by u této věkové skupiny dětí mohl mít program větší efekt. Učitelka, která pracovala s programem od 1. do 4. třídy uvedla, že přínos programu vidí pro každou z těchto skupin. (Clarke & Barry, 2010)

Zjišťován byl také názor učitelů na to, zda u dětí sledují nějaké změny v důsledky programu. Podle výpovědí učitelů došlo ke zlepšení vzájemného vztahu mezi dětmi, děti se více starají o potřeby svých spolužáků. Dále jsou schopné hovořit o svých vlastních pocitech, s čímž měly před realizací programů potíže. Názory na to, u jakých dětí je efekt z programu největší, jsou různé. Někteří zaznamenali zlepšení u dětí, které měly problém se zvládnutím vzteku. Jiní učitelé zase pozorovali změny u introvertních dětí, které se díky programu více otevřely ostatním a získaly tak větší sebedůvěru. Většina učitelů také mluvila o tom, že díky programu došlo ke zlepšení vztahu učitel – žák, a to zejména díky vzájemnému sdílení svých zkušeností a pocitů. Podle učitelů je také velmi důležitá informovanost rodičů o programu, některé školy proto pořádaly „Rodičovské večery“, při kterých rodiče seznamovaly s programem. Učitelé uváděli, že pro efektivní práci s programem je potřeba informovat i další zaměstnance školy.

Z diskuse s učiteli vyplynula tři klíčová doporučení pro práci s programem. První z nich se týkalo toho, že by do jednotlivých lekcí mělo být zařazeno více praktických aktivit, při nichž by děti něco tvořily. Některé lekce jsou podle nich více „povídací“, což může být pro část dětí zdlouhavé. Další doporučení se týkalo toho, aby byl program realizován v rámci celé školy. Jeden z pedagogů zároveň mluvil o potřebě proškolení všech učitelů na škole, a to proto, aby bylo možné reagovat na situace prostřednictvím naučených strategií. Poslední doporučení se zaměřovalo na zapojení rodičů a nutnosti jejich informovanosti o programu. (Clarke & Barry, 2010)

5.3 Evaluace Zipyho kamarádů v Nizozemsku

Nizozemská evaluace preventivního programu Zipyho kamarádi probíhala od září roku 2012 do července roku 2014. Evaluační zpráva byla následně zveřejněna až v roce 2016. Rovněž se jednalo o randomizovanou kontrolovatelnou studii, jejímž cílem bylo zjistit účinnost implementace programů Zipyho kamarádi a navazujícího programu Jablíkovi kamarádi.

Pozornost byla věnována především vlivu programů na sociální a emoční dovednosti u dětí. I v případě této studie se autoři zaměřili na případný posun v akademických dovednostech dětí. Za účelem výzkumu byly osloveny školy, jejichž součástí je vysoké procento rodin s nízkým socioekonomickým statusem. Pro autory bylo tedy také zajímavé sledovat, jaký dopad má práce s metodikou na tuto skupinu dětí. (The Trimbos Institute, Netherlands Institute of Mental Health and Addiction, 2016)

Studie se zúčastnilo 29 škol, celkem se jednalo o 1177 dětí. Školy byly opět rozděleny na dvě poloviny. Jednalo se o skupinu experimentální, ve které byl implementován preventivní program Zipyho kamarádi, a následující rok navázal program Jablíkovi kamarádi a skupinu kontrolní bez jakékoliv implementace. Data byla sbírána ve třech časových obdobích: před účastí v programu Zipyho kamarádi, po projití programem Zipyho kamarádi a po absolvování programu Jablíkovi kamarádi. Respondenty výzkumu byli učitelé, rodiči a děti, a to ve všech třech výše zmíněných časových intervalech. Za účelem sběru dat byly využity standardizované dotazníkové metody, zaměřující se

na oblast sociálních a emočních dovedností. (The Trimbos Institute, Netherlands Institute of Mental Health and Addiction, 2016)

5.3.1 Výsledky studie

Výrazně lepších výsledků v dotaznících vyplňovaných samotnými dětmi dosáhly děti z experimentální skupiny, které prošly programem Zipyho kamarádi. Data získaná od rodičů značí také významný posun dětí v oblastech sociálních a emočních dovedností. Z dotazníků vyplňovaných rodiči vyplývá, že u dětí, které prošly programem Zipyho kamarádi, došlo ke snížení navenek se projevujícího problémového chování, a to zejména agresivní a hyperaktivní chování. Naopak data z dotazníků vyplňovaných učiteli neodhalila významné rozdíly mezi experimentální a kontrolní skupinou.

Jedním z výsledků studie je také fakt, že v případě této studie nebyl prokázán významný vliv programu Zipyho kamarádi na zlepšení studijních výsledků. Autoři uvádí jako možné vysvětlení to, že se jednalo o velmi krátké časové období.

Na základě výsledků studie bylo prokázáno, že jako velmi účinná se jeví kombinace obou programů – Zipyho kamarádi a následně Jablíkovi kamarádi. (The Trimbos Institute, Netherlands Institute of Mental Health and Addiction, 2016)

6 Cíle výzkumu

Cílem mého výzkumu bylo provést evaluaci realizace preventivního programu Zipyho kamarádi. Konkrétně jsem se zaměřila na alternativní využití programu. Běžné využití se liší od toho alternativního tím, že s metodikou pracuje ve školní třídě přímo třídní učitel, a to ideálně během jednoho školního roku. Jedná se tedy o jednu vyučovací hodinu za týden, přičemž kompletní program obsahuje 24 lekcí. (Zipyho kamarádi, 2018)

Mým cílem bylo zjistit, komu a jakým způsobem může metodika Zipyho kamarádi sloužit. Zároveň jsem se zaměřila na benefity a limity programu.

6.1 Výzkumné otázky

Vzhledem k výše stanoveným cílům jsem zvolila následující výzkumné otázky.

VO1: *Jak vypadá alternativní využití preventivního programu Zipyho kamarádi?*

- *Kdo metodiku alternativním způsobem využívá?*

- *Jakou podobu má alternativní proces práce s metodikou?*

- *Jak na alternativní využití metodiky reagují děti?*

VO2: *Jaké jsou limity, a naopak benefity práce s metodikou?*

7 Metodologie

7.1 Výzkumný vzorek

Výzkumný vzorek je složen z pěti respondentek, které při práci s dětmi využívají preventivní program Zipyho kamarádi alternativním způsobem. Za účelem anonymizace dat byla jména dotazovaných změněna.

7.1.1 Představení respondentek a jejich cesty k metodice

Lucie

Lucie pracuje jako školní psychologka na menší škole za Prahou. Součástí této školy je mateřská škola a I. stupeň základní školy. V jedné třídě se zde vzdělává kolem 15 žáků, tudíž se jedná o poměrně malé skupinky dětí. Lucie má zároveň v Praze soukromou psychologickou praxi, kde poskytuje zejména poradenství a individuální psychoterapii dětem a dospívajícím.

K metodice Zipyho kamarádi se Lucie dostala přes školu. Velký benefit vidí v tom, že se jedná o krátkodobý kurz, který je sestaven jednak z teoretické části, ale současně na ni navazuje možnost sdílení zkušeností s kolegy. Dalším velkým pozitivem je podle Lenky přehledně, jednoduše a přitom důkladně zpracovaná metodika, která nevyžaduje dlouhé přípravy. Jak Lucie uvádí: „...*je to všechno jako velmi přehledný a je to všechno nachystaný, takže vlastně nemusím si to dlouho předpřipravovat a můžu jít v podstatě jenom chytnout ty desky a jít s nima do třídy.*“ Preventivní program Zipyho kamarádi využívá zejména při práci se třídami I. stupně, ale zároveň prvky metodiky začleňuje i v rámci individuálních setkání s dětmi.

Ivana

Ivana je vystudovaná psychologka. Pracuje jako metodik prevence v pražské pedagogicko – psychologické poradně, kde vede dětské skupiny a spolupracuje se školami v rámci preventivních témat. Ivana je zároveň školní psychologka na základní škole v Praze, jejíž součástí je rovněž mateřská škola.

K metodice Zipyho kamarádi se dostala přes osobu, která tento projekt přinesla do České republiky. Pro Ivanu to bylo něco zajímavého, protože jako metodik prevence chodí do škol a pracuje se třídami. „...protože já jsem, tedy u nás v poradně, metodik prevence, tak to pro mě bylo potenciálně zajímavý, protože chodím do škol, když je tam nějaká potíž a pracuju se třídama.“ Prvky preventivní programu Zipyho kamarádi využívá zejména při svých intervencích ve třídách. Ivana je také jedním ze školitelů nových lektorů programu Zipyho kamarádi.

Pavlína

Pavlína je pedagožka a projektová manažerka pro oblast vzdělávání v nadaci, která má sídlo v Praze a věnuje se péči o nadané děti.

K metodice Zipyho kamarádi se Pavlína dostala prostřednictvím konference, kde byla metoda prezentována. Pavlína zmiňuje: „...protože už v tu dobu jsem pracovala s dětmi předškolního věku a přišlo mi, že něco takového ještě s těmi materiály, které jsou k tomu velmi podrobně, důkladně zpracované, bych uvítala, abych to nemusela vlastně všechno vyrábět sama.“ I z této výpovědi vyplývá, že velkým benefitem metody jsou důkladně zpracované materiály, které nevyžadují další přípravy. Pavlína využívá preventivní program Zipyho kamarádi při práci s nadanými dětmi v rámci Objevitelských sobot, což je semestrální program, který je cílen na tuto skupinu dětí.

Markéta

Markéta je ředitelka mateřské školy Praze. O metodice Zipyho kamarádi se dozvěděla prostřednictvím obvodní protidrogové koordinátorky: „A při společné schůzce o tom vlastně tam mluvila, že to je vhodné takové jako školení, nebo vhodná možnost, jak se propracovat vlastně k dětem, právě přes ten příběh, přes tu strašilku, a že by nám vlastně to školení poskytli...“

Školením prošla nejprve Markéta jako ředitelka mateřské školy, následně se proškolily i další paní učitelky. Markéta tedy pracuje s dětmi předškolního věku. Zároveň

jako ředitelka koordinuje práci dalších pedagogů v tamní mateřské škole a metodiku Zipyho kamarádi se jí podařilo zaintegrovat do filozofie.

Jitka

Jitka pracuje v pedagogicko – psychologické poradně v Praze jako speciální pedagog. Ve své praxi se již několik let věnuje především dětem s ADHD. Metodika byla Jitce doporučena prostřednictvím pedagogů v souvislosti s tématem ADHD. „...a pedagogové mi tam říkali, že existuje taky úžasná publikace a metodika Zipyho kamarádi, takže to mám ten impuls na školení, kdy pedagogové o tom mluvili, takže jsem si říkala, že mě to moc zajímá.“ Prvky metodiky Jitka využívá při skupinové práci s dětmi s ADHD různého věku.

7.2 Metoda sběru dat

Data byla získána prostřednictvím polostrukturovaného rozhovoru s pěti odborníky, kteří při své práci s dětmi využívají preventivní program Zipyho kamarádi. Kontakty na respondenty mi poskytla vedoucí mé práce, PhDr. Veronika Pavlas Martanová, PhD., která je rovněž školitelkou nových lektorů programu Zipyho kamarádi. Konkrétně jsem se v rámci svého výzkumu zaměřila na to, jak v praxi vypadá alternativní práce s programem.

Mým cílem bylo zjistit, kdo a jakým způsobem s metodikou pracuje. Zaměřila jsem se také na to, jaká specifika obnáší práce s danou cílovou skupinou. Dále byla pozornost věnována limitům a benefitům programu Zipyho kamarádi.

Ještě před realizací rozhovorů jsem si připravila výčet témat, na která jsem se chtěla v průběhu rozhovoru zaměřit. Informace o programu jsem získala především na kurzu Zipyho kamarádů, který jsem absolvovala v roce 2019, zároveň pro mě byly cenné i mé zkušenosti při práci s metodikou v praxi. Důležitým zdrojem byly také výzkumné zprávy, zaměřené na evaluaci programu. Metodu polostrukturovaného rozhovoru jsem se rozhodla využít zejména proto, abych mohla pružně reagovat na odpovědi dotazovaných.

Vzhledem k pandemii koronaviru proběhla část rozhovorů online formou. Respondentky byly nejprve seznámeny se záměrem mého výzkumu. Následně jsem je ujistila, že veškerá data, která budou součástí mé práce, budou z důvodu zachování důvěrnosti anonymizována. Dotazovaných jsem se také ptala, zda by bylo možné za účelem zpracování dat pořídit z rozhovoru nahrávku, s čímž všechny respondentky souhlasily. Délka jednoho rozhovoru se pohybovala kolem 45 minut.

7.3 Metoda zpracování a vyhodnocení dat

Získaná data z rozhovorů byla podrobena kvalitativní analýze, jejímž cílem je organizování dat s cílem odhalit klíčová témata, pravidelnosti, kvality a vztahy. (Švaříček & Šed'ová, 2007) Kvalitativní metodologii jsem zvolila z důvodu, že mým cílem bylo porozumět dané problematice do hloubky a seznámit se s „příběhem“ Zipyho kamarádů prostřednictvím rozhovorů s oslovenými respondentkami.

V první fázi jsem se věnovala doslovnému přepisu jednotlivých rozhovorů. Za účelem analýzy dat jsem využila techniku otevřeného kódování, pomocí níž byla přešpaná data rozdělena na menší jednotky, kterým byly přiděleny příslušné kódy. Poté jsem se zaměřila na jejich systematickou kategorizaci. To znamená, že jsem jednotlivé kódy seskupila podle určité podobnosti nebo souvislosti. (Švaříček & Šed'ová, 2007) Na základě seskupení kódů vzniklo devět kategorií, které tvoří názvy jednotlivých kapitol v následující části práce, jež se věnuje analýze a interpretaci dat. Jedná se o kategorie, které popisují klíčová témata, limity a benefity práce s metodikou Zipyho kamarádi.

8 Analýza a interpretace dat

V této části práce se zaměřím na analýzu a interpretaci dat, která jsem získala prostřednictvím rozhovorů s pěti respondentkami, které mají zkušenost s vedením preventivního programu Zipyho kamarádi.

Získaná data jsem během jejich zpracování a vyhodnocování rozčlenila do devíti tematických okruhů.

1. Univerzálnost metody
2. Variabilita cílové skupiny
3. Přizpůsobení jako důležitá součást práce s metodikou
4. Osobnost lektora jako klíčový faktor
5. Co na to děti?
6. Efekt u dětí, které prošly metodikou
7. Spolupráce s rodiči
8. Limity metodiky
9. Benefity metodiky

8.1 Univerzálnost metody

Metodika Zipyho kamarádi je velmi univerzální nástroj, který může přispět ke zprostředkování kontaktu s dětmi, navození bezpečného prostředí, stanovení pravidel nebo k otevření citlivých témat. Markéta popisuje: „...věnování se těm dětem do nitra a vůbec jako prohlubování těch jako mezilidských vztahů mezi těma kamarádama a sebou.“ Zipyho kamarádi mohou tedy podle Markéty přispět obecně ke zlepšení vztahů, jak k sobě, tak k ostatním lidem, zároveň mohou být jakýmsi „vstupem“ do vnitřního světa dítěte. Pavlína zase hovoří o přijetí dítěte, které se nějakým způsobem liší od svých vrstevníků, ostatními dětmi, prostřednictvím práce s metodikou. „Dítě, které je nějakým způsobem sociálně slabé, nebo třeba je na nižší intelektové úrovni, mu to může jako poskytnou vlastně zažít ten pocit přijetí a toho, že má možnost vyjádřit svůj názor, aniž by se mu někdo posmíval, má možnost říct, jak se cítí, nebo co ho trápí...“

Jako základní kámen metodiky lze považovat „Zlaté pravidlo“, které by mělo dětem usnadnit správně se rozhodnout v situacích běžného života: „*Dobré řešení mi pomůže cítit se lépe a zároveň nikomu neublíží.*“ (Zipyho kamarádi, 2018). Jitka uvádí: „*Co je nosné, je třeba ten základní princip, to je to zlaté pravidlo, který se dá použít pro všechny děti, abych já byl v pohodě a neublížil, mé rozhodnutí neublížilo někomu jinému. To považuju za základní kámen, který jsme vlastně při všech situacích se k tomu stahovali a používali ho...velice často*“. Respondentky „Zlaté pravidlo“ vnímají jako univerzální princip a jeho využití může být pestré. Lucie, která pracuje zároveň jako psychologka, ho využívá i při individuálních konzultacích s dětmi. „*...zlatá pravidla, který mimochodem jsem dneska používala tady s nějakým sedmiletým chlapečkem, kterému jsem vysvětlovala cosi, a vlastně jsem to úplně vytrhla z kontextu...*“ Ivana, metodik prevence, mluví o tom, že „Zlaté pravidlo“ je něco, co velmi často při své práci s třídními kolektivy využívá. Rozmanité využití tohoto pravidla můžeme pozorovat i u Pavlíně, která „Zlaté pravidlo“ využívá jako jedno z pravidel na letních táborech.

8.2 Variabilita cílové skupiny

Cílovou skupinou, kterou doporučují autoři metodiky, jsou děti ve věku 5–7 let. (Zipyho kamarádi, 2018). V praxi se ovšem můžeme setkat s daleko větší variabilitou. Lucie jako školní psychologka pracuje na programu s III. třídou, tedy dětmi ve věku 9–10 let. Zároveň prvky metodiky využívá i při práci se staršími dětmi. To samé Ivana, která jako metodik prevence, aplikuje prvky Zipyho kamarádů i u podstatně starších dětí: „*Hmm, úplně různě, jako první až, jako nechci přehánět devátá třída asi ne, ale taky by to bylo použitelný. Vlastně pozor, vlastně teď jsem použila, já vedu seminář psychologie na gymplu pro maturanty, a použila jsem to vlastně i během semináře pro ně. Z tohoto výroku lze tedy soudit, že metodiku lze při úpravách využít napříč různými věkovými skupinami, třeba i u studentů středních škol.*

Variabilitu cílové skupiny můžeme pozorovat nejen z hlediska věku. Jitka využívá metodiku Zipyho kamarádi při práci s dětmi s ADHD, konkrétně se smíšenou skupinu dětí s ADHD, jejichž věk se pohybuje od mladšího školního věku až do konce povinné školní

docházky. „*Se smíšenou skupinou-děti s ADHD, protože oni jsou jakoby v té sociální oblasti, odpovídaj mladšímu věku, mentálnímu věku, tak jsme tam...*“ Jitka zde popisuje, že tato specifická skupina dětí má určité nedostatky v sociální oblasti. I když je tedy metodika doporučena pro mladší věk, je podle ní vhodná i pro tyto starší děti.

Využití metodiky Zipyho kamarádi se specifickou skupinou můžeme pozorovat i v případě Pavlíny, která pracuje s nadanými dětmi. To, co ji překvapilo při práci s těmito dětmi, byly nepředvídatelné otázky, které se velmi často přesouvaly do filozofických rovin. „*...a pak jsem velmi často musela reagovat na pro mě nepředvídatelné otázky, velmi často se mě děti...se děti zajímaly ne o to, jak a proč se cítí ten, komu je ubližováno, protože to je přesně pochopitelné, ale strašně chtěly rozebírat to, proč to vůbec někdo dělá...*“ Pavlína také mluví o tom, že aktivity, které jsou předepsané pro jednotlivé lekce, mají tyto děti poměrně rychle hotové a je třeba větší přizpůsobení a obohacení o další vhodné prvky. I přesto vidí Pavlína v práci s metodikou Zipyho kamarádi velký smysl. Nadané děti patří mezi děti se speciálními vzdělávacími potřebami a i u nich se můžeme setkat s tím, že mají určité limity v sociální oblasti, s čímž jim tento program může pomoci.

Svá specifika, jak popisují respondentky, má i práce s předškolními dětmi. Jedná se o děti, které z velké části neumí číst ani psát. Jak popisuje Markéta: „*...vy to musíte za ně všechno jako psát, oni vlastně jsou schopný to jenom namalovat, a pozor...jenom někteří.*“ Z toho vyplývá, že u těchto dětí je nutná značná dopomoc dospělého. Markéta se při práci s programem setkala s tím, že je pro tyto děti v některých případech velmi těžké pochopení toho, co se po nich chce. „*... u mnoha dětí je problém s porozuměním slova, vůbec, a vůbec jako řeči.*“ Zároveň je pro předškolní děti obtížné udržet po celou dobu lekce pozornost, sedět v kroužku, poslouchat paní učitelku a sdílení dalších dětí. Právě u této skupiny dětí vidí Markéta nutnost úpravy programu. Jsou ovšem i předškolní děti, které vše výše zmíněné zvládají bez větších potíží. Markéta o této skupince dětí mluví jako o zralém předškolním věku.

Zkušenost s předškolními dětmi má i Lucie, která také hovoří o problému s pozorností a nepochopením smyslu: „*A to teda jako musím říct, že letos jsem to zkoušela s předškoláky pětiletými a jako zjistila jsem, že to není...že to je moc abstraktní, že oni u toho nevydrží s pozorností a bylo pro mě těžký vysvětlovat některý věci...*“ Jako cílový věk

metodiky považuje tedy spíše starší děti, pro předškolní věk Lucie vidí větší efekt v jiných podobných programech, které jsou ovšem pro ně srozumitelnější.

Na tom, že základní principy a pravidla Zipyho kamarádů jsou velmi univerzální a vhodná nejen pro děti ve věku 5–7 let, se shodují všechny respondentky. Jak popisuje v rozhovoru Markéta: „*No, myslím si, že to je fajn jo, že tady toho Zipyho kdyby si tak jako zvnitřnili všichni lidi, vlastně dospěli, tak by nám vlastně bylo asi na světě krásně...*“

8.3 Přizpůsobení jako důležitá součást práce s metodikou

Metodika k programu Zipyho kamarádi je velmi podrobně zpracovaná, což všechny dotazované velmi oceňují. U každé z lekcí se můžeme setkat s předepsanými aktivitami a návodnými otázkami. Zároveň je vše doplněno doporučenou časovou dotací. (Zipyho kamarádi, 2018) Z rozhovorů však vyplývá, že k efektivní práci s programem je nutné určité přizpůsobení potřebám dané cílové skupiny.

Ivana v rozhovoru popisuje svou zkušenost, kdy byla přítomna na hodinách Zipyho kamarádů u paní učitelky, jejíž snahou bylo přesné dodržení předepsaných pokynů a aktivit k jednotlivým lekcím. „*...takže ona to měla na minuty a všechno stihla, se zvoněním začali, se zvoněním skončili a jako fajn. Ale jela teda jak fretka, vlastně trošku neempaticky vůči těm dětem, takhle na úkor těch dětí zvládla tu lekci naprosto perfektně.*“ Následně je naopak popsána zkušenost na hodinách, jejichž obsah byl přizpůsobený potřebám daných dětí. Podle Ivany dochází v těchto případech k lepšímu navázání kontaktu s lektorem a tím i k významnějšímu efektu u dětí.

Všechny respondentky vidí nutnost přizpůsobení v podobě doplnění lekce o další aktivity, zejména ty, které cílí na zklidnění nebo naopak na aktivizaci dětí. Příkladem může být Lucie, která do svých lekcí vkládá krátké relaxace. Pavlína zase obohacuje své hodiny o prvky dramatické výchovy ve formě nácviku různých sociálních situací, zároveň lekce velmi často doplňuje o pohybové aktivity. Jak popisuje Markéta, značné přizpůsobení z hlediska aktivit vyžaduje i práce s předškolními dětmi: „*Takže určitě já jsem si to i poupravovala tak, aby mi to vyhovovalo, abych to byla schopna zvládnout s dětma dobře.*“ Každou z lekcí

Markéta doplňuje o kreslení zážitku podle aktuálně probíraného tématu. V lekcích se objevuje zároveň více aktivizačních her.

Jak již bylo výše zmíněno, ke každé lekci jsou zároveň předepsané návodné otázky. Markéta v rozhovoru mluví o tom, že pro ni bylo důležité a zároveň časově náročné přizpůsobit si tyto věty svému jazyku: „...vždycky jsem si vlastně vypsala ty třeba věty, tak jak bych je řekla já, protože děti jsou zvyklý na moje povídání a tam ta metodika je napsaná takovou jinou řečí trošku, takže v tom to pro mě bylo jako pracnější...“

Všechny respondentky také popisují, že prostřednictvím svých lekcí Zipyho kamarádů velmi často reagovaly na problémy a situace, které byly pro dané děti momentálně aktuální. Lucie popisuje situaci, kdy dětem ze dne na den odešla paní učitelka z důvodu rizikového těhotenství na mateřskou dovolenou, a to během distanční výuky. Pro děti to byla velká změna a bylo potřeba je podpořit. Lucie v této situaci využila modul, který se věnuje změnám a ztrátám. Při svých intervencích ve třídách využívá vhodné prvky metodiky i Ivana, pomocí nichž reaguje na problematickou situaci ve třídě. Jitka také při své práci vybírá části programu, které jsou pro děti s ADHD zrovna aktuální: „...my jsme nepoužívali kompletně metodiku, ale používali jsme z toho ty věci, které byly potřeba aktuálně zpracovávat...jestli to byla práce s emocemi, řešení šikany, odmítnutí, nácvik sociálních dovedností.“

Další přizpůsobení práce s metodikou je patrné z hlediska frekvence lekcí. Doporučený model je jedna 45minutová lekce za týden (Zipyho kamarádi, 2018). V praxi se však můžeme opět setkat s daleko větší variabilitou. Některé respondentky pracují pouze s jednotlivými částmi programu. U Pavlíny, která pracuje s nadanými dětmi, můžeme pozorovat také značně odlišný formát: „protože tím že jsem ten program vlastně dělala v rámci *Objevitelských sobot Centra pro talentovanou mládež, což je vlastně takových pět sobot v rámci pololetí...*“ Tyto děti měly tedy sobotní dvouhodinové lekce Zipyho kamarádů pětkrát za pololetí. Pavlína také zmiňuje, že na základě tohoto rozložení slučovala dvě až tři lekce do jedné. Značným specifikem jsou zde dlouhé intervaly mezi jednotlivými lekcemi, tudíž část hodiny byla vždy doplněna o připomenutí informací z té předchozí. Lucie a Markéta dodržují předepsaný formát, tedy jedna 45minutová lekce za týden.

V metodice jsou podrobně popsány jednotlivé aktivity včetně jejich časového rámce, přičemž doporučený čas na jednu lekci Zipyho kamarádů je 45 minut. Většina dotazovaných se shoduje na tom, že na práci potřebují více času. Lucie popisuje, že občas rozdělí jednu lekci Zipyho kamarádů do dvou až tří hodin: „...že já jsem třeba někdy opravdu ještě tu jednu lekci rozdělila na třeba na dvě, nebo jsme ještě k něčemu se vraceli, když jsem zjistila, že tam něco ještě bylo pro ně.“ Zároveň vracení se k jednotlivým tématům souvisí s výše zmíněným reagováním na aktuálně vzniklé situace v třídním kolektivu. Ivana je také toho názoru, že ne vždy lze doporučenou časovou dotaci dodržet: „Ve většině případů si myslím, že se to stihnout nedá, no. Záleží podle mě na počtu dětí ve třídě...“ Jako klíčový faktor, který s tímto souvisí, vidí v počtu dětí ve skupině. To samé Jitka, která říká: „Takže opravdu to chce větší časovej limit pro mě než těch 45 minut, je to nabité. Protože když pojedou přesně podle 45 minut, tak se nedostanu k těm dětem, k těm, které by to některé potřebovaly.“ Podle Jitky je tedy podstatné poskytnout všem dětem dostatečný čas ke sdílení, což není v tomto časovém rozsahu možné. Podobný pohled na tuto problematiku má i Pavlína, jejíž rozvržení lekcí je zcela odlišné. Přesto ale mluví o tom, že si nedovede představit, že vždy je možné celou lekci stihnout za doporučených 45 minut. Zároveň oceňuje, že součástí metodiky jsou u jednotlivých aktivit doporučené časové dotace: „Je teda moc fajn, že v té metodice jsou i nějaké předpokládané časové dotace, protože člověk si o tom udělá nějaký jako rámeček, protože stejně potom ta praxe, ta praktická část vám ukáže, co ta skupina potřebuje nejvíc...“ Jediná z respondentek, které se daří dodržovat doporučený časový formát, je Markéta, přičemž obsah jednotlivých aktivit v lekcích je přizpůsoben potřebám předškolních dětí.

8.4 Osobnost lektora jako klíčový faktor

Jako klíčový faktor, který má vliv na průběh programu, vidí všechny dotazované v přístupu lektora. Příkladem může být výrok Jitky: „Ono to máte 20 % technika metodiky, zbytek je ten, kdo to dělá...“ Podle Ivany je důležité, aby byl lektor flexibilní a reagoval na potřeby dětí, se kterými zrovna pracuje. Lucie zase popisuje, jak podstatná je víra v benefity metodiky: „...když to bude dělat, tak pravděpodobně tomu věří, týhle metodě, pravděpodobně nějak dohlíží, co v tom všechno vlastně je za ty pozitiva.“ Na to navazuje

s myšlenkou, proč je vhodné, aby s metodikou pracovali samotní učitelé. Podle Lucie může v případě externího lektora dojít k tomu, že učitel nebude programu připisovat takovou důležitost a zároveň nebude na metodiku navazovat mimo lekce Zipyho kamarádů: „...jo, kdežto takhle když tam chodíte jako externí lektor, tak se můžete setkat s tím, že ten učitel vlastně tomu nedává tu váhu, nebo to tak jako bere: „Hm, to je něco tady.“ Ale že v tom potom nepokračuje...“ Ivana vidí jako ideální stav situaci, kdy by lekci vedl třídní učitel ve spolupráci s někým, kdo není s dětmi v každodenním kontaktu a má tedy určitý nadhled, příkladem může být třeba školní psycholog: „...že samozřejmě jako značka ideál je, když s tou metodikou tam v té třídě je třídní učitel a třeba ještě školní psycholog, což taky v některých případech nastává, ale jako vlastně dost ojediněle, a můžou na tom dělat spolu, že tam je člověk, kterej má nadhled, není s tou třídou furt, a zároveň ten třídní učitel...“

Podle Markéty je také důležité zapojení lektora, ve smyslu, že se bude s dětmi naplno účastnit různých aktivit. „...já tam opravdu jako potom jsem teda upustila uzdu a tam jsem se snažila, aby opravdu jako...oni totiž když viděj mě, že tam něco zahraju, tak se jim to samozřejmě strašně líbí...“ Zároveň je pro děti obohacující, když ten, kdo s metodikou pracuje, sdílí s nimi své zkušenosti a zážitky: „...nebo jim řeknu nějakou svůj zážitek, oni jako kdyby se toho přestanou bát, jo že viděj, že i já s tím mám nějakou zkušenost.“ Z toho, co Markéta v rozhovoru popisuje, je zjevné, že je pro ni důležité, aby byl člověk při práci s metodikou otevřený a sám sebou. S tím souvisí i výše zmíněné přeformulování doporučených otázek tak, aby dotazování bylo pro děti autentické. (viz kapitola Přizpůsobení jako důležitá součást práce s metodikou)

V průběhu rozhovoru s dotazovanými jsme narazily také na obsah modulu 5, jehož ústředním motivem je téma smrti. Všechny respondentky vidí otevření této problematiky jako jeden z benefitů programu Zipyho kamarádi. Vzhledem k aktuální situaci ohledně pandemie koronaviru považují tuto část metodiky jako velmi přínosnou. Jednou z lekcí tohoto modulu je i návštěva hřbitova. Svou zkušenost popisuje Lucie: „...já si myslím, že to bylo přínosný, že to bylo vlastně jako moc hezký, ale musím říct, čím víc se ta lekce blížila, že já jsem byla nervóznější, ač v době, kdy jsem si to jako četla, tak mně to připadalo, že je to jako skvělý...“ Lze tedy říci, že se jedná o velmi křehké téma, které může vyvolávat v lektorovi nejrůznější pocity, a to i v případě, že je tématu otevřený.

8.5 Co na to děti?

Všechny respondentky se shodují na tom, že práce s programem Zipyho kamarádi je něčím, co děti baví a jejich reakce jsou převážně pozitivní. Zároveň je ale patrné, že jsou části programu, které jsou pro děti více atraktivnější než jiné. Většina dotazovaných řadí mezi oblíbené aktivity ty, kde nejde o pouhé povídání. Pavlína uvádí: „...protože jsem zjistila, že ve chvíli, kdy ta hodina je dynamická, není jenom sezení v kroužku a rozebírání, ale vlastně mají možnost se vyjádřit na základě pohybu nebo prostě jiným způsobem, tak ty hodiny je i víc bavily...“ Zajímavou věc zmiňuje Ivana, která je toho názoru, že prevence nemusí být vždy zábavná, ale klíčová je její účinnost: „Ale já zase se točím jakoby na tom, že prevence nemusí být zábavná, že jako spíš jako je potřeba, aby byla účinná, jo.“ Zároveň také ona popisuje, že děti více oceňují, když jsou aktivity živější. Podle Ivany souvisí reakce dětí na „povídací“ aktivity s úrovní jejich pozornosti.

Mezi oblíbené aktivity patří zejména pohybové činnosti a dramatizace. Svou zkušenost popisuje Lucie: „Třeba s těma třetákama třeba jsem...ty to bavilo, ty to hodně bavilo a hrozně moc je bavily ty dramatický jako scénky, kdy vlastně přehrávali nějaký ty divadla, což je třeba něco, co jsem s těma předškolákama mi vůbec nefungovalo ještě, tam jsme nějak tomu nebyli schopný, nebo to úplně sklouzávalo k jiným věcem...“ Zároveň Lucie zmiňuje, že s předškolními dětmi jí tento druh činnosti nefungoval tak, jak by si přála. Naopak svou pozitivní zkušenost s prvky dramatizace u předškolních dětí má Markéta, která říká, že tento typ činnosti děti velmi baví a má pocit, že si děti z těchto aktivit odnáší to podstatné. Zároveň je ale toho názoru, že velmi důležitá je v tomto případě aktivní účast lektora: „...já tam opravdu jako potom jsem teda upustila uzdu a tam jsem se snažila, aby opravdu jako...oni totiž když viděj mě, že tam něco zahraju, tak se jim to samozřejmě strašně líbí, a teď chtěj oni, že jo, tam jako různě spolu ty věci děláme a oni se tomu někdy samozřejmě smějou, maj z toho legraci, ale pochopěj, o co tam ve skutečnosti jde...“ Je zde tedy patrné, že reakce dětí velmi úzce souvisí s osobností a přístupem lektora, což zmiňuje i Jitka, která říká: „Ono to máte 20 % technika metodiky, zbytek je ten, kdo to dělá, takže když dokážu mezi tím pracovat, tak jakákoliv situace, která je docela nepříjemná, se dá nějakým způsobem podat tak, aby to bylo pro děti přijatelný...“

Práce s metodikou Zipyho kamarádi zahrnuje 24 lekcí. (Zipyho kamarádi, 2018) Z toho je patrné, že se jedná o delší proces, který se nějakým způsobem vyvíjí. Svou zkušenost popisuje Pavlína, která zpočátku měla pocit, že se jí od dětí nedostává zpětná vazba: „...tenhle typ dětí z velké části funguje s takovým jako poker face, tak na začátku, když mě přišlo, že ten příběh je jako zajímavý, tak oni tam všichni tak jako seděly, a lehce se usmívaly a poslouchaly způsobně, já jsem třeba doufala, že tam bude nějaká akce nebo jako reakce zpětná...“ Dále ale hovoří o tom, že situace se během několika lekcí změnila a bylo patrné, že děti práce s metodikou baví. Podle Pavlíny bylo pro tuto specifickou skupinu dětí nutné pochopit smysl toho, proč se těmito věcmi zabývají: „...že oni to prostě jenom potřebují zanalyzovat, že potřebují první jako vidět ten komplex a ten důvod proč dělají to co dělají, nebo proč čteme to co čteme a pak jsou schopny povolit, popustit nějaké jako emoční známky navenek...“ V závěru pak bylo zjevné, že se děti na lekce Zipyho kamarádů těší, zejména na možnost sdílet to, jak se cítí a co se jim během té doby přihodilo. Zároveň se Pavlína setkala s tím, že děti velmi často připodobňovaly své situace příběhu, který provází jednotlivé lekce. „...a ta gradace ke konci má jako význam, ale tady oni se těšily, pak už ke konci, na to setkávání a na to, že budou moct říct v té skupině, jak se skutečně cítí, jak se skutečně měly, jestli se jim stalo něco hloupého, nebo dobrého a připodobňovaly to vlastně k tomu příběhu těch tří kamarádu...“

Odlišnou zkušenost má Markéta, podle které bylo u dětí patrné počáteční nadšení a zájem, který postupem času mírně klesal. „...a vlastně potom postupem času jako si na to jako zvykly, tak pak už docházelo trošku jako k tomu, kdy už je to trochu nebavilo jako kdyby, joo...“ V této fázi se začaly u části dětí projevovat problémy s pozorností a kázní, což podle Markéty souvisí také s nezralostí některých dětí. Zároveň Markéta pozoruje u dětí, které se zprvu potýkaly s určitým nepochopením, posun a postupné „otevírání se“ skupině ve smyslu sdílení svých emocí a zážitků.

Podle odpovědí dotazovaných většina dětí také reaguje pozitivně na příběhy Lenky a Tondy, které provází celý program. Všechny respondentky se shodují na tom, že tyto příběhy jsou dětem velmi blízké. Svou zkušenost popisuje i Jitka: „Jsou to věci, bych řekla, z jejich života, který také prožívají. Setkávají se s odmítnutím, s nepochopením, takže i na to téma smrti dneska přichází.“ Jedná se tedy o situace, se kterými se děti ve svém životě běžně

setkávají. Podle Markéty je čtení příběhu částí programu, kdy se děti zklidní a poslouchají. „*Je tam obrázek u toho, že jo, takže oni takhle jsou schopni tu chvilku poslouchat vlastně, vžít se do toho příběhu. To bych řekla, že tam je jako hodně důležitý...*“ V rámci jednoho modulu jsou části jednoho příběhu čteny dohromady ve 4 lekcích, což může být pro některé děti, jak popisuje Markéta, zdlouhavé a nudné: „*...že už přece jenom věděly, znaly ten příběh, on se několikrát opakuje vlastně během těch lekcí, takže některý ty děti potom už začaly u toho trošku i jako vyrušovat...*“ Něco podobného zažila i Pavlína, která se velmi často setkávala s tím, že děti chtěly pokračovat ve čtení příběhu a byly zvědavé, jak dopadne. Na tuto situaci se ale vždy snažila pohotově reagovat různými doplňujícími aktivitami. S těmito situacemi se potýkala také Markéta, a to při práci s předškolními i staršími dětmi. „*No, a to teda chtěj všichni, to teda chtěj dokonce i, no, já...a ty školkový jako, mně připadalo že úplně, ty chtěly vědět, co bude dál.*“

Pavlína a Lucie mají také velmi pozitivní zkušenost s modulem 5, který se dotýká smrti. Z jejich zkušenosti lze říci, že většina dětí oceňuje, že se s nimi někdo o tomto tématu baví. Zvláště zajímavá je jedna z lekcí, jejíž součástí je návštěva hřbitova. Pavlína popisuje, že se děti právě na tuto lekci velmi těšily a pečlivě se na ni připravily: „*No, děcka úplně se strašně těšily, měly jako...to bylo hrozně vtipný, protože oni si přinesly s sebou v batůžkách i baterky.*“ S kladnými reakcemi dětí má zkušenost i Lucie, která říká: „*Bylo to...já si myslím, že to bylo přínosný, že to bylo vlastně jako moc hezký...*“

8.6 Efekt u dětí, které prošly metodikou

Z rozhovorů vyplývá, že práci s metodikou Zipyho kamarádi považují dotazované za užitečně strávený čas. Část z nich se ale shoduje na tom, že změny jsou pro ně u dětí, které prošly programem, těžko pozorovatelné, a to z různých důvodů. Příkladem může být Pavlína, která se s dětmi vidí pouze jednu sobotu v měsíci, tudíž nemá dostatek prostoru k tomu, aby mohla nějaký efekt zaznamenat. „*No, mně přijde, že tím, že se nejedná o skupinu, se kterou bych se viděla denně, nebo aspoň týdně, takže ty změny jsou hodně těžko pozorovatelné, že já je natolik dobře neznám, natolik s nima netrávim dostatek času...*“ Zároveň ale mluví o tom, že postupem času u dětí pozorovala, že jsou schopny konstruktivně

zhodnotit sebe i ostatní a ocenit druhé. Dále je podle Petry patrné zlepšení ve vyjadřovacích schopnostech těchto dětí. „...ale posun třeba jsem viděla ve schopnosti nějakého sebehodnocení, anebo ve schopnosti pozitivním způsobem ehm...říct kritiku vůči někomu dalšímu, případně někoho ocenit. To...to bylo patrné jako markantně. Vlastně ty vyjadřovací schopnosti...“ Také Markéta, která pracuje s předškolními dětmi, má pocit, že nelze hovořit o nějakém výrazně pozorovatelném efektu, ale lze si podle ní všimnout různých drobností, třeba že si některé děti mezi sebou více pomáhají. „A to ten efekt samozřejmě má, protože si tam ukazujeme, jak se dá pomáhat, žejo, jak ty děti mezi sebou můžou být ohleduplný. A pak se mi opravdu dařilo, že třeba najednou některý dítě někomu přineslo bačkůrky.“

Podle Markéty je pro většinu těchto dětí obtížné uplatňovat to, co se naučily i mimo lekce Zipyho kamarádů. „...oni jsou dost jako chytrý ty děti, uměj to vlastně všechno vám říct, ale potom když jde o ten, o to jako vlastní chování v té třídě, tak tam nejsou moc schopný to jako...“ Velmi podobnou zkušenost má Lucie, která také mluví o tom, že aplikaci pravidel Zipyho kamarádů mimo jednotlivé lekce nelze u velké části předškoláků pozorovat: „...že opravdu je to něco co, ale já mám pocit, že je to u těch starších dětí až, že to tolik nevidím u těch malinkých, nebo oni to nějak jako pojmenujou a onálepkují, ale nemám pocit, že tomu jako vnitřně rozumí...“ Zároveň Markéta ale říká, že u starších dětí lze v tomto smyslu mluvit o určitém efektu, konkrétně se jedná třeba o aplikaci různých „návodů“ na řešení obtížných situací. Jitka, speciální pedagožka, která není s dětmi v každodenním kontaktu, přesto dostává od pedagogů pozitivní zpětné vazby: „...a musím říct, že dostáváme zpětné vazby, že to dítě se posouvá, že si lépe ví rady v tom třídnickém kolektivu. Dokáže ty situace lépe řešit, už je více odolnější a má techniky, jak řešit situace.“

Podle většiny respondentek je podstatné zaměřit se na to, aby děti byly schopné aplikovat pravidla a poznatky z programu v běžném životě. Jak říká Markéta: „A pak my třeba i jako hodně o tom mluvíme nejen v rámci té lekce, ale i během toho dne.“ S tímto výrokiem souhlasí i Lucie, která také vidí jako důležité odkazovat na metodiku i mimo lekce: „...nejenom učit Zipyho kamarády, ale vlastně se i nějakým způsobem podle toho chovat, nebo na ty pravidla odkazovat...odkazovat i to, i vlastně jinde jako v tom reálném životě.“ V případě Pavlínky, která pracuje s nadanými dětmi, je velmi zajímavý fakt, že samotné děti si zkoušely pravidla aplikovat v praxi: „A pak co je hodně bavilo, že vlastně měly, oni tomu

řikaly misi, (smích) udělaly si takovou misi, že zkoušely třeba zlaté pravidlo, nebo to, co se dozvěděly na té hodině, aplikovat ve školkách a někteří vlastně v prvních třídách“.

Ivana popisuje svou nedávnou zkušenost, kdy se po několika letech ptala dětí, které prošly Zipyho kamarády, zda si z programu něco pamatují: „...ale když jsem se na to zeptala, tak někteří si pamatovali, většina jako explicitně si nepamatovala ten příběh, nebo a co v první třídě nevěděli, ale když jsem pak zmínila třeba zlatý pravidlo, tak jako naskakovali rychleji do té komunikace tohodle typu.“ Z této zkušenosti je tedy patrné, že se dá hovořit i o dlouhodobější efektu.

8.7 Spolupráce s rodiči

Dalším podstatným prvkem, který může přispět k efektivní práci s metodikou, je spolupráce s rodiči dětí, což je podle Ivany jedna z klíčových věcí: „*Myslím si, že je to taková i jako významná pointa, a když ten program inzerujeme, tak je to o tom, že tam je nějaká jako spolupráce, nebo nakontaktovaný ty rodiče, myslím si, že to je dobrý.*“

Většina respondentek v rozhovoru mluví o tom, že ještě před začátkem první lekce navázaly kontakt s rodiči a předaly jim informace o programu. Svou zkušenost popisuje Lucie: „*Rodiče jsme o tom informovali, napsali jsme, jako o čem to jako bude, čeho se ty moduly týkají, kdyby potřebovali informace, tak ať mě kontaktujou.*“ Na tuto informaci v případě Lucie reagovali někteří rodiče s tím, že jsou rádi, že se s dětmi takovýmto způsobem pracuje. Autoři metodiky nabízejí také informační brožuru určenou přímo pro rodiče, kterou při své práci využila Markéta: „*A co se týče rodičů, tak těm jsem to vlastně vysvětlila, že vlastně tady s dětmi tenhle program budeme dělat každý týden...rozdali jsme jim k tomu i ty letáčky, takže oni dobře byli informovaní, věděli, o co jde...*“ Reakce rodičů na informace o programu byly v případě Moniky buď neutrální, nebo pozitivní. Zkušenost s informováním rodičů a využitím brožury má i Ivana, která rodiče seznamovala s programem v rámci třídních schůzek. Zároveň dala možnost rodičům ptát se na otázky, které s programem souvisí.

Součástí programu je již zmíněný modul, který otevírá téma smrti. „*Ale myslím si, že je dobrý, je s tím programem seznámit vhodnou formou, že může být jako velice riskantní,*

když by představovala ten program paní učitelka, která sama má například obavu z modulu pět a z reakce rodičů...“ Podle Ivany je proto dobré, aby sám lektor neměl obavy otevírat tato témata ve skupině dětí. Jednou z lekcí tohoto modulu je také návštěva hřbitova, která může vyvolat mezi rodiči diskusi, a je tedy potřeba, aby lektor byl připraven na případné obavy a s tím související otázky rodičů. Svou zkušenost má Lucie a Pavlína, které návštěvu hřbitova s dětmi absolvovaly. Lucie ještě před samotnou lekcí informovala rodiče, u kterých se s žádným odporem nesetkala: „Než jsme šli na hřbitov, protože tam je lekce s téma ztrátama, tak to jsem teda rodičům napsala, protože vim, že s tímhle někdo může mít problém. A nebyla teda žádná to. I si děti nějak jako snad i svíčky nějaký přinesly...“ Velmi podobnou zkušenost s informováním rodičů v případě této lekce má i Pavlína, která se ze strany rodičů také nesetkala s negativní zpětnou vazbou. Spolupráci s rodiči v průběhu programu zmiňuje v rozhovoru Jitka, která kontaktovala rodiče ve chvíli, když cítila potřebu se k danému tématu vrátit a poskytnout dítěti podporu a pomoc i ze strany rodičů: „Když bylo potřeba a zjistili jsme, že nějaké téma je hlubší, tak jsme informovali rodiče, aby těm dětem pomohli se na to podívat a vrátili se k tématu.“

Součástí metodiky Zipyho kamarádi jsou připravené domácí úkoly, které v případě některých lekcí může lektor při své práci s dětmi využít. Žádná z dotazovaných však pravidelně s úkoly nepracuje. Jako hlavní důvod uvádí zejména to, že v případě jeho zadání úkol donese pouze část dětí. Tento fakt popisuje Markéta: „My s tím nemáme úplně dobrou zkušenost, protože ty věci se nám vracej z poloviny a potom to stejně jako dovysvětlovat těm dětem, spíš si jako v rámci školky tyhle věci všechny děláme samy.“ Podobou zkušeností má i Pavlína, které se setkávala s tím, že část dětí vypracovávala úkoly společně s rodiči a část samostatně. „...pak se začalo stávat, že my jsem se vždycky k těm úkolům vracely, že i ta část dětí, která vlastně, se kterou to ty rodiče dělat nechtěli nebo nemohli, tak pak nosila vyplněnou alespoň tu svojí část.“ Většina úkolů je však koncipována tak, že by je dítě mělo vypracovávat ve spolupráci s blízkou osobou, přičemž se nemusí jednat pouze o rodiče, ale může to být třeba starší sourozenec nebo kamarád.

Ivana, která je školitelkou nových lektorů Zipyho kamarádů, na svých kurzech všeobecně doporučuje, aby tyto domácí aktivity nebyly pojímány jako klasické úkoly, a to ve smyslu, že je nutné je podepsat a učitel si je následně vybere a oznámkuje. „...já bych si

je nenechávala podepisovat a nevybírala bych je, ale ať si je děti dají to toho svého portfolia, nebo nalepějí do toho sešitu, ale není to...jako není to věc, která by se známkovala, pokud jí to dítě nedonese, tak abych ho jako nekárala za to.“ Obsahem těchto úkolů jsou věci, které se týkají osobních věcí dítěte a rodiče, tudíž není podle Ivany vhodné, aby si je četl někdo jiný.

8.8 Limity metodiky

Markéta a Lucie, které mají zkušenosti s prací s předškoláky, mluví o tom, že pro tyto malé děti může být metodika v některých případech nesrozumitelná, a to i přesto, že je původně pro tento věk doporučena. Jak popisuje Lucie: „...že to je moc abstraktní, že oni u toho nevydrží s pozorností a bylo pro mě těžké vysvětlovat některé věci, myslím si, že jako jsou metody třeba, já nevím, Ferda a jeho kamarádi, který tady vlastně mám, kteří jsou pro ně...pro ten předškolní věk takový srozumitelnější...“ Lucie tedy zmiňuje, že by při práci s předškolními dětmi zvolila jiné metody, které také cílí na rozvoj sociálních dovedností. Podle Markéty se metodika Zipyho kamarádů dá efektivně využít pro zralý předškolní věk a I. a II. třídu: „Tak Zipyho bych si fakt myslela předškolní děti, zralý, zralý předškolní děti a první, druhá třída.“

Další věcí je, že jednotlivé lekce jsou poměrně náročné na pozornost, což zmiňuje i Ivana, podle které jsou některé lekce příliš „povídací“ a kladou velké nároky na udržení pozornosti: „...některý, jako některý ty hodiny mi připadají být hodně povídací, že si myslím, že ty děti u toho neudrží takovou pozornost, jaká se očekává.“ V tomto případě je vhodné, aby lektor přizpůsobil práci s metodikou potřebám jednotlivých dětí. (viz kapitola Přizpůsobení jako důležitá součást práce s metodikou)

V rámci jednoho modulu, který obsahuje čtyři lekce, se čte jeden a ten samý příběh několikrát dokola a lektor se s dětmi zastavuje v momentech, které jsou v té konkrétní lekci klíčové. (Zipyho kamarádi, 2018) S tím, že pro některé děti byl tento proces zdlouhavý, se v praxi setkala Lucie a Pavlína. Lucie říká: „To opakování tam vidím spíš jako na škodu, že bych tam, že si myslím, že je možný vymyslet jako spoustu dalších situací, kde se to totéž jako vlastně promítne, ta stejná věc, ale zároveň se furt nevracíte jako k tomu jednomu...“ Pavlína, která se setkávala s tím, že děti byly zvědavé a nedočkavé, jak příběh dopadne,

dávala dětem za úkol převyprávět dosavadní příběh do největších detailů, zároveň vymýšlela různé kreativní techniky, pomocí nichž děti vymýšlely pokračování. Opět se tedy dá říct, že jde o skutečnost, se kterou může lektor nejrůznějšími způsoby pracovat.

Podle Ivany jsou některé lekce metodiky svým obsahem „silnější“ a některé zase „slabší“: „...*spíš jako mi přijdou bejt některý lekce jako silnější a některý slabší napříč těma modulama.*“ Zároveň Ivana zmiňuje, že jako nejméně přínosný vidí poslední modul, který shrnuje a upevňuje to, co se děti v celém programu naučily: „*A modul, kterej už mi připadá bejt takovej, že, nevim, já taky s tím bojuju, no... že, že asi by se třeba nestalo tolik, když by tam chyběl, tak mi asi přijde ten poslední, ale ten tam má zas takovou tu funkci jako uzavírací, no.*“ Zároveň zmiňuje, že i tento modul má v celém kontextu práce s metodikou své místo, a to díky své uzavírací funkci.

8.9 Benefity metodiky

Jedním z hlavních benefitů programu Zipyho kamarádi je podle dotazovaných to, že se jedná o velmi důkladně zpracovanou metodiku. Tento fakt popisuje Lucie, která říká: „...*a vlastně co se mi jako hodně líbilo, je, jak je ta metodika opravdu jako pečlivě zpracovaná, je to všechno jako velmi přehledný a je to všechno nachystaný, takže vlastně nemusím si to dlouho předpřipravovat a můžu jít v podstatě jenom chytnout ty desky a jít s nima do třídy.*“ Také ostatní respondentky velmi oceňují podrobné zpracování, a tedy pro ně snadnou implementaci programu. Příkladem může být Pavlína, která mluví o třech velkých benefitech programu, z nichž tím prvním je právě důkladně připravená metodika, kterou si může lektor přizpůsobovat podle svých potřeb: „*První jsou ty materiály, který jsou vlastně zpracovaný hodně dopodrobna, názorně, z velké části vlastně jsou to rovnou třeba připravené pracovní listy, že si nemusí člověk vytvářet svoje. Zároveň když ten pedagog je dostatečně kreativní, tak je schopen si vlastně ty jednotlivé aktivity, nebo témata přizpůsobovat.*“

Všechny dotazované vidí jako velký benefit příběh Zipyho kamarádů, který je dětem tohoto věku velmi blízký a otevírá témata, která samy děti ve své běžném životě zažívají. To je zjevné i z výpovědi Jitky: „*Jsou to věci, bych řekla, z jejich života, který také prožívají.*“

Setkávají se s odmítnutím, s nepochopením, takže i na to téma smrti dneska přichází.“ Zároveň, jak zmiňuje Lucie a některé další, na příběh lze navazovat i z hlediska aktuálně řešených situací v kolektivu.

Také již několikrát zmíněný modul, který se věnuje tématu smrti, považují lektorky za velmi přínosný. Podle nich se jedná o téma, kterému by se neměli dospělí při komunikaci s dětmi vyhýbat. Lucie v rozhovoru říká: *„... já si obecně myslím, že je dobrý o smrti mluvit, a že je to fakt tabu, který není dobrý a obzvlášť v týchle době, kdy teda potom umírá hodně těch lidí, nebo hodně lidí přišlo o nějaký třeba prarodiče, takže vlastně to může být naopak jako velmi léčivý, jako o tom mluvit, že vlastně najednou se udělá ten prostor...“* Lucie a Pavlína mají také velmi pozitivní zkušenost s lekcí, která je věnována návštěvě místního hřbitova.

Pavlína na programu Zipyho kamarádi oceňuje, že lektor není veden k tomu, aby dítě diagnostikoval nebo mu poskytoval terapii: *„Jo, a to se mi vlastně líbí, že vlastně ten lektor a učitel není podporovaný v tom, aby se nimral a diagnostikoval a terapeuticky přistupoval k těm žákům...“* Lektor primárně nabízí dítěti pomoc a podporu.

Velkým benefitem programu Zipyho kamarádi je, že nabízí různé možnosti využití. Jedná se o velmi univerzální metodu, kterou lze použít při práci s různými cílovými skupinami. (viz kapitola Variabilita cílové skupiny) Zároveň je možné využít buď kompletní metodiku nebo pouze její části. Lucie, která pracuje jako psychologka, využívá prvky metodiky i při individuální práci s dětmi. Některé respondentky zase uplatňují části programu na letních táborech nebo při svých intervencích ve školních třídách.

Práce s programem může být prostředkem k vytvoření bezpečného prostředí v kolektivu dětí a k nastavení jasných hranic a pravidel. Pavlína v rozhovoru říká: *„Myslím si, že...dokáže ten pedagog vlastně díky té metodice velmi brzy a v podstatě snadno vytvořit bezpečné prostředí pro tu skupinu, která má jasná pravidla, má nějaké jasné hranice a jsou stejné jak pro toho pedagoga, tak pro ty děti navzájem...“*

Jedná se tedy o metodiku, jejíž součástí jsou velmi důkladně zpracované materiály. Jak je z rozhovorů zjevné, tak program Zipyho kamarádi lektori využívají různými způsoby a při práci s variabilní cílovou skupinou, jejíž věkové rozmezí se nepohybuje pouze od 5 do 7

let, jak doporučují autoři metodiky. Jak říká v rozhovoru jedna z respondentek: „...*kdyby si tak jako zvnitřnili všichni lidi, vlastně dospělí, tak by nám vlastně bylo asi na světě krásně...*“

9 Shrnutí

Tato kapitola bude věnována shrnutí získaných informací z mého výše popsaného výzkumu, jehož cílem bylo zaměřit se na to, jak vypadá alternativní práce s preventivním programem Zipyho kamarádi. Konkrétně se zaměřím na zodpovězení výzkumných otázek.

VO1: *Jak vypadá alternativní využití preventivního programu Zipyho kamarádi?*

- Kdo metodiku alternativním způsobem využívá?

Z mého výzkumu vyplývá, že práce s metodikou Zipyho kamarádi není záležitostí pouze učitele, jak je tomu v klasickém pojetí, ale v praxi má své místo i u dalších odborníků. Jednou z mých respondentek byla školní psycholožka, která s metodikou pracuje jak ve škole, tak i v případě individuálních konzultací ve své soukromé psychologické praxi. Při svých intervencích ve školních třídách využívá prvky programu Zipyho kamarádi psycholožka, která pracuje v pedagogicko – psychologické poradně jako metodik prevence. S nadanými dětmi využívá metodiku také pedagožka a projektová manažerka pro oblast vzdělávání v nadaci, která se věnuje právě této cílové skupině. Dalším specifickým odborníkem je ředitelka mateřské školy, které se podařilo integrovat program do filozofie mateřské školy, a jako ředitelka koordinuje při práci s metodikou ostatní pedagogy. Dalším, kdo implementuje prvky metodiky Zipyho kamarádi, je speciální pedagožka, která pracuje v pedagogicko – psychologické poradně a věnuje se zejména dětem s ADHD.

- Jakou podobu má alternativní proces práce s metodikou?

Alternativní proces práce s metodikou Zipyho kamarádi se od klasické formy liší v několik ohledech. Zásadní rozdíl je patrný zejména v tom, že metodika není mnohdy využívána v kompletní formě, ale lektor vybírá pouze určité prvky programu, které se dotýkají aktuálně řešených témat. Jednou z dotazovaných byla psycholožka, která pracuje jako metodik prevence v pedagogicko – psychologické poradně a využívá části programu při svých intervencích ve třídách. Další názorným příkladem je školní psycholožka, která za pomoci metodiky reaguje na aktuálně vzniklé situace v dětském kolektivu. Zároveň je jí

metodika inspirací i při individuálních setkáních s dětmi. Prvky programu při práci se skupinou dětí s ADHD využívá také speciální pedagožka.

Další odlišností je frekvence lekcí. V klasické formě se jedná o jednu vyučovací hodinu za týden. I zde je patrná určitá modifikace, která zároveň může souviset s tím, zda je program implementován jako celek nebo pouze jeho příslušné části. Zároveň ale i při kompletní verzi programu je z hlediska frekvence lekcí zřejmá odlišnost. Příkladem může být má respondentka, která s dětmi pracuje na programu jedno sobotní dopoledne v měsíci. S tím souvisí i další rozdíl, a to je délka jednotlivých lekcí a doporučená časová dotace k jednotlivým aktivitám, kdy část lektorek s tímto pracuje velmi flexibilně dle své potřeby.

Alternativní využití práce s metodikou je také patrné z hlediska cílové skupiny. Autoři doporučují program pro děti ve věku 5–7 let. V praxi se však můžeme setkat s daleko větší variabilitou. Většina respondentek využívá prvky metodiky i v případě výrazně starších dětí, přičemž je zde nutná modifikace. Z mého výzkumu je také patrné, že ne vždy se jedná o školní třídu, jak je tomu v klasickém pojetí. Názorným příkladem je skupinová práce s dětmi s ADHD nebo dětmi nadanými.

Zároveň je z rozhovoru patrné, že lektori přizpůsobují aktivity jednotlivých lekcí skupinám dětí, se kterými právě pracují. Velmi patrná je modifikace programu v případě práce s předškolními dětmi, pro které je v některých případech náročné udržet po dobu lekce pozornost. Domácí aktivity, které jsou součástí metodiky, nepoužívá ve své práci s programem žádná z dotazovaných. Jako hlavní důvod uvádí zejména to, že v případě jeho zadání úkol donese pouze část dětí.

Ve všech zmíněných odlišnostech lze ale pozorovat, že podstata a filozofie programu zůstává stále stejná. Esencí práce s metodikou je tzv. Zlaté pravidlo: *„Dobré řešení mi pomůže cítit se lépe a zároveň nikomu neublíží.“* (Zipyho kamarádi, 2018). S tímto základním principem pracují všechny dotazované, a to bez ohledu na to, zda využívají program v kompletní podobě nebo pouze jeho části. Dále je to v některých případech také příběh Lenky a Tondy, který je spojujícím prvek celého programu. I zde je patrné, že všechny dotazované s alespoň určitými částmi tohoto příběhu pracují.

- Jak na alternativní využití metodiky reagují děti?

Reakce dětí na alternativní využití programu Zipyho kamarádi jsou podle respondentek převážně pozitivní. Z jejich výpovědí vyplývá, že pro děti je velmi důležitým prvkem právě příběh, který jim je v mnoha ohledech velmi blízký. Zároveň se dotazované shodují na tom, že v rámci jednotlivých lekcí jsou aktivity, které děti baví více než jiné. Velmi oblíbené jsou především pohybové činnosti a dramatizace. Naopak „povídací“ aktivity kladou na děti větší nárok v podobě udržení pozornosti, což pro některé může být náročné. Dotazované se zároveň shodují na tom, že velmi podstatným faktorem je osobnost a přístup lektora, který do značné míry určuje, jak na program budou děti reagovat. Jako osvědčený způsob vidí respondentky v jeho aktivním zapojení a sdílení zážitků a zkušeností. Zároveň je důležité, aby lektor reagoval flexibilně na potřeby dětí.

Z pohledu dotazovaných není efekt u dětí, které prošly programem, vždy zcela zřejmý, a to z různých důvodů. Některé dotazované nejsou s dětmi v každodenním kontaktu, což jim neumožňuje pozorovat je v situacích běžného života a sledovat případný posun. Podle jedné z respondentek jsou děti schopné větší sebereflexe a ocenění druhých. Zároveň podle ní dochází k posunu ve vyjadřovacích schopnostech dětí. Některé také mluví o tom, že děti jsou více otevřené mluvit o svých vlastních pocitech. Dotazovaná, která pracuje s předškoláky, říká, že významný efekt u dětí, které prošly programem, nevnímá. Podle jejích zkušeností je pro velkou část dětí předškolního věku obtížné převést naučené strategie do praxe. Podobnou zkušenost má i školní psychologka, která taktéž zkoušela program implementovat v mateřské škole. Obě dotazované se shodují na tom, že větší efekt je možný pozorovat spíše v případě starších dětí, které jsou schopny aplikovat naučené „návody“ na řešení různých situací i mimo jednotlivé lekce Zipyho kamarádů. Speciální pedagožka, která pracuje v pedagogicko – psychologické poradně se skupinou dětí s ADHD, dostává od učitelů pozitivní zpětné vazby, na základě nichž je zřejmé, že jsou tyto děti více odolnější při řešení různých situací ve třídě, dokáží si lépe poradit a využívat naučené techniky. Podle respondentek je důležité odkazovat na naučené dovednosti z programu i mimo jednotlivé lekce a vést děti k využití strategií v praxi.

Důležitým prvkem, který může přispět k efektivnější práci s metodikou, je podle dotazovaných spolupráce s rodiči. Většina respondentek ještě před začátkem první lekce

s nimi navázala kontakt a předala jim informace o programu. Některé k tomuto účelu využily informační brožuru určenou pro rodiče. Dotazované, které mají zkušenost s modulem 5 a lekcí, jejíž součástí je návštěva hřbitova, informovali před její realizací rodiče dětí. Spolupráce v rámci zadávání domácích aktivit se neosvědčila u žádné z respondentek. Psycholožka, která je zároveň školitelkou nových lektorů programu, mluví o potřebě celoškolského přístupu, jenž by umožňoval odkazovat na naučené strategie v různých situacích ve škole.

VO2: *Jaké jsou limity, a naopak benefity práce s metodikou?*

Respondentky, které mají zkušenost s realizací programu s předškolními dětmi, mluví o tom, že pro část těchto dětí je práce s metodikou nesrozumitelná, a to i přesto, že je pro tento věk určena. Podle jedné z dotazovaných jsou pro tento věk vhodnější jiné metody, které taktéž cílí na rozvoj sociálních dovedností. Další věcí je, že některé lekce jsou podle některých respondentek příliš „povídací“ a kladou velké nároky na udržení pozornosti, čehož nejsou všechny děti tohoto věku schopné. Dvě dotazované mají zkušenost s tím, že pro některé děti bylo zdlouhavé poslouchat v rámci jednoho modulu, čtyř lekcí, jeden a ten samý příběh. Děti byly zvědavé a nedočkavé na jeho další pokračování. Jedna z nich na tuto situaci reagovala tím, že vymýšlela různé kreativní techniky, prostřednictvím nichž děti vymýšlely, jak příběh bude pokračovat dál. Psycholožka, která školí nové lektory programu, je toho názoru, že některé lekce jsou svým obsahem a aktivitami „silnější“ a jiné zase „slabší“. Většina dotazovaných se shoduje v tom, že pro děti jsou atraktivnější lekce, jejichž součástí jsou různé pohybové aktivity či hraní rolí.

Největší benefit vidí většina dotazovaných v tom, že se jedná o velmi podrobně zpracovanou metodiku, která nevyžaduje další přípravu. Zároveň se jedná o univerzální metodu, kterou si lze přizpůsobovat dle vlastních potřeb. Oceňovaný je také příběh Zipyho kamarádů, který otevírá témata, která jsou dětem tohoto věku blízká. Jedna z respondentek také zmiňuje, že je možné na příběh odkazovat i v případě reagování na aktuální situace ve skupině dětí. Další dotazovaná zase oceňuje přístup k dětem v rámci Zipyho kamarádů,

který stojí na pomoci a podpoře, přičemž lektor není veden k tomu, aby dítěti poskytoval terapii nebo diagnostiku.

Za velmi přínosný považují respondentky také modul, který otevírá téma smrti. Podle dotazovaných je důležité s dětmi o tomto tématu mluvit. Dvě z nich, které mají s těmito lekcemi zkušenost, mluví o tom, že právě tato část programu může být pro děti obzvlášť přínosná.

Velkým benefitem programu je zejména jeho univerzálnost. Metodiku lze využít variabilně a s různými cílovými skupinami, ať už z hlediska věku, nebo jiných specifík. Zároveň lze pracovat s kompletním programem nebo využít pouze jeho příslušné části. Jedna z dotazovaných, která pracuje jako školní psychologka, využívá prvky metodiky i při individuálních konzultacích s dětmi. Některé respondentky zase uplatňují příslušné části programu při svých intervencích ve školních třídách nebo na letních táborech. Práce s programem Zipyho kamarádi může sloužit také jako nástroj k vytvoření bezpečného prostředí v kolektivu dětí, k nastavení jasných hranic a pravidel.

10 Diskuse

Výsledky výzkumu přinášejí kvalitativní data o implementaci preventivního programu Zipyho kamarádi v souvislosti s jeho alternativním využitím. Cílem této kapitoly je porovnat tyto závěry s dostupnou literaturou, a především s výzkumy zaměřenými na tuto problematiku.

Po důkladném prostudování metodiky Zipyho kamarádi a získání dalších informací od respondentek, je program v souladu se všemi kritérii efektivního programu primární prevence podle MŠMT. (Miovský et al., 2015) Tyto obecné zásady jsou uvedeny a podrobněji rozvedeny v teoretické části práce. (Kapitola 3) Pavlas Martanová (2014) mluví ještě o dalších kritériích, z nichž jedním z nich je potřeba jasného a strukturovaného programu, jehož součástí je důkladně zpracovaná metodika, požadavky na vzdělávání lektorů, časový rámec, vymezená témata, pravidla a shrnující závěr. I tento bod program Zipyho kamarádi splňuje. Všechny dotazované vidí jako velký benefit programu právě důkladně zpracovanou metodiku, jejíž součástí je velmi podrobný popis všech lekcí a veškeré potřebné informace včetně časového rámce jednotlivých aktivit. Z rozhovorů také vyplývá, že tato skutečnost je u většiny respondentek jedním z důvodů, proč se rozhodly s metodikou pracovat. Podle Pavlas Martanové (2014) je také podstatné, aby byl program schopný reagovat na aktuální potřeby cílové skupiny. S tím souvisí to, že metodika zahrnuje spoustu témat, jejichž spojujícím prvkem je příběh Zipyho kamarádů, se kterým se děti velmi často ztotožňují. V případě potřeby, některé respondentky vybírají pouze prvky, tj. části příběhu, které jsou pro děti momentálně aktuální nebo se vrací k již prošlým částem. Gabrhelík (in Miovský et al., 2015) zmiňuje, že vždy záleží především na osobě, která s programem pracuje. Důležitá je jeho příprava, způsob provedení, vzdělání a dovednosti. K tomu, aby člověk mohl pracovat s metodikou Zipyho kamarádi, je potřeba absolvovat vzdělávací kurz, který může přispět k tomu, aby lektor získal potřebné znalosti a dovednosti pro realizaci programu. (Duševní zdraví dětí, 2012 – 2019b) Všechny respondentky tento fakt v rozhovoru oceňovaly a kurz považovaly za přínosný. Zároveň i ony si uvědomují, že jde „pouze“ o metodiku, jejíž efekt je závislý na tom, kdo a jakým způsobem s ní pracuje.

Všechny výzkumy, zaměřující se na účinnost programu Zipyho kamarádi, pracují s klasickým pojetím programu, při němž s metodikou pracuje učitel v rámci školní třídy. I přesto, že se můj výzkum zaměřoval na alternativní využití metodiky, lze sledovat v rámci porovnání zjištěných závěrů podobné trendy.

První z nich se týká cílové skupiny programu z hlediska věku. Dotazované, které mají zkušenost s dětmi předškolního věku, se setkaly s tím, že pro děti bylo velmi náročné udržet po dobu programu pozornost. Tyto potíže jsou zřejmé i z výpovědí učitelů v rámci české evaluace. (Žufníček et al., 2016) Podobný problém zaznamenali i pedagogové, kteří se účastnili irské evaluace programu. Podle nich byly patrné obtíže se soustředím v případě 1. třídy, ve 2. třídě došlo ke zlepšení a pozornost zvládla udržet velká část dětí. (Clarke & Barry, 2010) Učitelé, kteří byli součástí české studie, se shodují na tom, že implementace programu je nejvhodnější ve 2. ročníku, přičemž práce s mladšími dětmi klade na lektora velké nároky a je nutné program upravovat dle potřeb dětí. (Žufníček et al., 2016) Jedna z mých respondentek, která implementuje program v prostředí mateřské školy, také hovoří o náročnosti této práce a nutnosti přizpůsobení programu. Další dotazovaná, školní psychologka, považuje pro předškolní věk jako vhodnější jiné metody, které taktéž cílí na rozvoj sociálních dovedností.

S výše zmíněným souvisí také velké téma, které se týká přizpůsobení programu potřebám dané cílové skupiny. Všechny respondentky se shodují na tom, že pro efektivní práci s metodikou je potřeba doplnit lekce o další aktivity, které vedou ke zklidnění nebo k aktivizaci dětí. Podobnou zkušenost mají i účastníci české studie, kteří taktéž hovoří o nutnosti určité modifikace. (Žufníček et al., 2016) Z rozhovorů také vyplývá, že část dotazovaných považuje některé lekce za příliš „povídací“, o čemž mluví i učitelé v případě irské evaluace. (Clarke & Barry, 2010) V souvislosti s tímto se shodují také na tom, že je potřeba program doplnit o další aktivity. Většina respondentek má zkušenost s tím, že velmi oblíbené jsou mezi dětmi interaktivní činnosti, konkrétně pohybové a ty, jejíž součástí je hraní rolí. Irští pedagogové mají dobrou zkušenost s praktickými aktivitami, při kterých děti něco tvoří. (Clarke & Barry, 2010)

Jednou z nejdůležitějších částí každé lekce je příběh Zipyho kamarádů, který je spojujícím prvkem celého programu. Respondentky mluví o tom, že právě příběh je pro děti

v rámci programu velmi důležitý a atraktivní. S pozitivními reakcemi dětí se setkali i učitelé z Irska, kteří mají zkušenost s tím, že se děti s jednotlivými postavami dokázaly ztotožnit a s podobnými situacemi se již v průběhu svého života setkaly. (Clarke & Barry, 2010) Z mého výzkumu také vyplývá, že dotazované, které mají zkušenost s modulem 5, zaměřující se na téma změny a ztráty, považují tuto část programu za velmi přínosnou a dětmi pozitivně přijímanou, což se shoduje i s výsledky české evaluace. (Žufníček et al., 2016)

Důležitým prvkem, který může přispět k efektivní práci s metodikou, je spolupráce s rodiči. Podle jedné z mých dotazovaných je právě spolupráce s rodiči důležitá pointa tohoto programu. Všechny mé respondentky ještě před začátkem první lekce navázaly kontakt s rodiči dětí a informovaly je o programu. V případě implementace v irských školách učitelé uspořádávali setkání, při nichž předávali rodičům potřebné informace. (Clarke & Barry, 2010) Součástí metodiky jsou také domácí aktivity, které by měly tuto spolupráci podporovat. Žádná z respondentek však s těmito úkoly pravidelně nepracuje. Jako hlavní důvod uvádí zejména to, že v případě jeho zadání úkol donese pouze část dětí. Pedagogové, kteří byli součástí české evaluace, zaznamenali, že spolupráce s rodiči v souvislosti s domácími úkoly se v průběhu zlepšovala. (Žufníček et al., 2016)

Z mého výzkumu je zřejmé, že všechny respondentky považují za klíčové odkazování na naučené strategie i mimo lekce Zipyho kamarádů. Jedna z dotazovaných mluví o tom, že ideální by bylo, kdyby do „filozofie“ programu byla zasvěcená celá škola, a to zejména proto, aby bylo možné reagovat na běžné školní situace prostřednictvím naučených postupů a technik z programu. O potřebě realizace programu v rámci celé školy hovoří také učitelé z Irska. (Clarke & Barry, 2010) Proškolení dalších pedagogů vidí jako důležité i učitelé, kteří se účastnili české evaluace. (Žufníček et al., 2016)

Co se týče účinnosti programu, tak se část respondentek shoduje na tom, že efekt u dětí je pro ně těžko pozorovatelný. Hlavním důvodem je fakt, že většina z nich není s dětmi v každodenním kontaktu, jak je to v situaci, když s programem pracuje přímo učitel. Zároveň ale i ony hovoří o určitých zlepšeních, zejména v oblastech sociálních dovedností, což potvrzují výsledky proběhlých evaluací. (Partnership for Children, n.d.) Děti jsou schopné větší sebereflexe, dokáží ocenit druhé a všimnout si jejich potřeb. Některé dotazované

sledují také posun ve vyjadřovacích schopnostech dětí, o čemž hovoří i učitelé v rámci irské evaluace. (Clarke & Barry, 2010) Zároveň jsou děti více schopné a ochotné hovořit o svých pocitech a otevírat se ostatním.

Z proběhlých evaluací a z mého výzkumu vyplývá, že ti, kteří pracují s programem Zipyho kamarádi, vnímají tuto činnost jako smysluplnou, implementace programu může podle nich přinést efekt všem zúčastněným. Můj výzkum zároveň poukazuje na fakt, že práce s metodikou není pouze záležitostí učitele v rámci školní třídy, ale své místo má i u dalších odborníků pracujících s různými skupinami dětí, ať už z hlediska věku nebo jiných specifik. Další odlišnost je patrné v tom, že někteří využívají pouze části metodiky nebo komplexní práci s metodikou přizpůsobují svým potřebám. Prostřednictvím jednotlivých modulů tak mnozí reagují na aktuální situace v dětském kolektivu. Přesto však je důležité zmínit, že i za těchto okolností ve většině případů zůstává zachována esence programu v podobě „Zlatého pravidla“ a příběhu Zipyho kamarádů.

Rozšíření mého výzkumného šetření vidím zejména v získání většího výzkumného vzorku. Bylo by jistě zajímavé získat výpovědi i dalších odborníků, jejichž práce s metodikou se liší od klasického pojetí. Domnívám se, že využití metodiky bude v praxi ještě daleko pestřejší, a to zejména díky její velké univerzálnosti.

Závěr

Cílem mé práce bylo zaměřit se na proces realizace preventivního programu Zipyho kamarádi a provést jeho evaluaci. Můj výzkumný vzorek tvořily respondentky, jejichž práce s metodikou se od klasického pojetí liší hned v několika ohledech. V tradičním pojetí pracuje s metodikou učitel v rámci školní třídy během jednoho školního roku, v ideálním případě se jedná o jednu 45minutovou lekci týdně. V praktické části jsem se tedy věnovala tomu, jak vypadá alternativní využití programu – kdo metodiku alternativním způsobem využívá, jak tento proces vypadá a jaké jsou reakce dětí. Dále jsem pozornost věnovala limitům a naopak benefitům programu z pohledu této specifické skupiny dotazovaných.

V teoretické části práce jsem se nejprve zaměřila na prevenci v oblasti školství, a to z toho důvodu, že Zipyho kamarádi představují preventivní program pro děti ve věku 5–7 let a jeho realizace probíhá velmi často v rámci preventivních aktivit na školách. Dále jsem se zabývala problematikou rizikového chování, která s prevencí velmi úzce souvisí. Jednu z kapitol jsem věnovala obecným zásadám, které by měl splňovat preventivní program k tomu, aby mohl být považován za efektivní. Aby se čtenář dokázal orientovat v praktické části práce, považuji za stěžejní kapitolu, která popisuje program Zipyho kamarádi. Mým cílem zde bylo uvést všechny podstatné informace a představit jednotlivé části programu. Proto, abych mohla výsledky svého výzkumného šetření porovnat, bylo pro mě klíčové seznámit se s již proběhlými evaluacemi v České republice i v zahraničí. Podrobněji jsou v práci popsány závěry z české evaluace, zároveň jsem zvolila další dvě rozsáhlé studie, které byly realizovány v Irsku a Nizozemsku.

V praktické části práce jsem se zaměřila na alternativní využití metodiky Zipyho kamarádi. Prostřednictvím rozhovorů s pěti respondentkami jsem získala velmi hodnotná data, která vypovídají o pestrém využití metodiky. Ze složení mého výzkumného vzorku je zřejmé, že práce s programem není záležitostí pouze učitele v rámci školní třídy, ale týká se široké škály odborníků pracujících s dětmi. Z výzkumu také vyplývá, že v praxi je metodika využívána nejen s dětmi ve věku 5–7 let, ale i mnohdy s mnohem staršími žáky s nejrůznějšími specifiky. Jako efektivní se podle respondentek jeví určitá flexibilita při práci s metodikou a její přizpůsobení potřebám konkrétních dětí. Část respondentek také nepracuje s kompletní metodikou, která zahrnuje 24 lekcí, ale využívá pouze její příslušné

části v návaznosti na aktuálně řešené situace. Z celého mého výzkumu vyplývá, že metodika Zipyho kamarádi je velmi univerzální nástroj, který lze využívat nejrůznějšími způsoby.

Svou práci hodnotím jako přínosnou, a to zejména z toho důvodu, že doposud nebyla realizována žádná z evaluací, která by se přímo zaměřovala na alternativní využití metodiky Zipyho kamarádi. Myslím si, že můj výzkum poukazuje na velký potenciál využití této metodiky pro odborníky pracující s dětmi. Celá tato práce byla pro mě velmi cennou zkušeností, jelikož já sama při své práci s dětmi program již třetím rokem využívám. S mnohými výpověďmi respondentek jsem se tak dokázala ztotožnit, některé mi naopak přinesly nový náhled a inspiraci k další práci.

Seznam použitých informačních zdrojů

Knížní zdroje

Hendl, J. (2016). *Kvalitativní výzkum: základní teorie, metody a aplikace* (Čtvrté, přepracované a rozšířené vydání). Portál.

Křivohlavý, J. (2009). *Psychologie zdraví* (Vydání třetí). Praha: Portál.

Miovský, M., Skácelová, L., Zapletalová, J., Novák, P., Barták, M., Bártík, P., Budinská, L., Čablová, L., Černý, M., Doležalová, P., Gabrhelík, R., Holická, N., Charvát, M., Jindrová, M., Jurystová, L., Kolář, M., Majtnerová, Kolářová, S., Kubů, P., Macková, L., ... & Veselá, M. (2015). *Prevence rizikového chování ve školství* (Druhé, přepracované a doplněné vydání). Praha: Klinika adiktologie 1. LF UK v Praze a VFN v Praze.

Nešpor, K., Csémy, L., & Pernicová, H. (1999). *Zásady efektivní primární prevence*. Praha: Sportpropag, 40, 2-3.

Pavlas Martanová, V., Běhounková, L., Exnerová, M., Charvát, M., Jurystová, L., Kaufová, Krajíčková, S., Miovský, M., Pacnerová, H., Skácelová, L., Širůčková, M., Šťastná, L. (2012). *Standardy odborné způsobilosti poskytovatelů programů školské primární prevence rizikového chování*. Praha: Univerzita Karlova v Praze & Togga.

Širůčková, M., Miovský, M., Skácelová, L., & Gabrhelík, R. (2012). *Příklady dobré praxe programů školní prevence rizikového chování*. Praha: Klinika adiktologie, 1.

Švaříček, R., & Šed'ová, K. (2007). *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Portál.

Zipyho kamarádi, Učíme se sociální dovednosti a řešit obtížné životní situace. (2018). Partnership for Children.

Elektronické zdroje

Clarke, A. M., & Barry, M. M. (2010). *An evaluation of the Zippy's Friends emotional wellbeing programme for primary schools in Ireland*. Health Promotion Research Centre, NUI Galway. https://www.researchgate.net/publication/236150971_An_evaluation_of_the_Zippy%27s_Friends_emotional_wellbeing_programme_for_primary_schools_in_Ireland

Duševní zdraví dětí. (© 2012 – 2019a). *Zipyho kamarádi*. <https://zipyhokamaradi.cz/zipyho-kamaradi/>

Duševní zdraví dětí (© 2012 – 2019b). *Kurz Zipyho kamarádi*. <https://zipyhokamaradi.cz/kurz-zipyho-kamaradi/>

Duševní zdraví dětí (© 2012 – 2019c). *Jablkovi kamarádi*. <https://zipyhokamaradi.cz/jablkovi-kamaradi/>

Mishara, B. L. (n.d.). *The theory behind our programmes*. Partnership for Children. <https://www.partnershipforchildren.org.uk/what-we-do/programmes-for-schools/the-theory-behind-zippys-friends-the-concept-of-coping.html>

Partnership for Children. (n.d.) *Summaries of Evaluation Studies*. <https://www.partnershipforchildren.org.uk/our-impact/evidence-and-impact/summaries-of-evaluation-studies.html>

Pavlas Martanová, V. (2014a). *O primární prevenci rizikového chování*. Národní ústav pro vzdělávání. <http://www.nuv.cz/t/co-je-skolska-primarni-prevence-rizikoveho-chovani>

Pavlas Martanová, V. (2014b). *Co je efektivní ve školské primární prevence?*. Národní ústav pro vzdělávání. <http://www.nuv.cz/t/co-je-skolska-primarni-prevence-rizikoveho-chovani/co-je-efektivni-ve-skolske-primarni-prevenci>

Sloan, S., Gildea, A., Miller, S., & Thurston, A. (2018). *Zippy's Friends, Evaluation report and executive summary*. Education Endowment Foundation. https://d2tic4wvo1iusb.cloudfront.net/documents/projects/Zippys_Friends.pdf

The Trimbos Institute, Netherlands Institute of Mental Health and Addiction. (2016). *An evaluation of the Zippy's Friends and Apple's Friends programmes*. <https://www.partnershipforchildren.org.uk/uploads/Files/evaluation/Trimbos%20Evaluation.pdf>

Žufníček, J., Gricová, J., Běláček, J., Dosoudil, P., Čermáková, M., & Papežová, H. (2016). *Zpráva z evaluace programu Zipyho kamarádi v ČR*. <https://zipyhokamaradi.cz/vyzkumne-studie-ucinnosti/>

Seznam příloh

Příloha 1 – Rozhovor s Lucií

Příloha 2 – Rozhovor s Ivanou

Příloha 3 – Rozhovor s Pavlínou

Příloha 4 – Rozhovor s Markétou

Příloha 5 – Rozhovor s Jitkou