

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE
EVANGELICKÁ TEOLOGICKÁ FAKULTA



Bakalářská práce

Naplnění cílů zážitkového kurzu *Pojďte pane, budeme si hrát* pořádaného studenty Jaboku

Autor:	Kateřina Mostová
Katedra:	Sociální pedagogiky
Vedoucí práce:	Mgr. Michal Pařízek
Konzultant:	Bc. Pavel Kaplan
Studijní program:	B7502 Sociální práce
Studijní obor:	Sociální a pastorační práce
Přidělovaný akademický titul:	Bc.
Rok odevzdání:	2009

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou práci s názvem „Naplnění cílů zážitkového kurzu *Pojďte pane, budeme si hrát* pořádaného studenty Jaboku“ napsala samostatně a výhradně s použitím uvedených pramenů.

Souhlasím s tím, aby práce byla zveřejněna pro účely výzkumu a soukromého studia.

V Praze dne 5. června 2009

Kateřina Mostová

Bibliografická citace

Naplnění cílů zážitkového kurzu Poďte pane, budeme si hrát pořádaného studenty Jaboku: Bakalářská práce / Kateřina Mostová; vedoucí práce: Mgr. Michal Pařízek. - Praha, 2009. - 65 s.

Naplnění cílů zážitkového kurzu *Pojďte pane, budeme si hrát* pořádaného studenty Jaboku

Anotace

Tato práce se snaží přijít na to, jestli na zážitkovém kurzu pořádaném studenty Jaboku byly naplněny stanovené cíle. V teoretické části jsou popsány základní metody a principy v zážitkové pedagogice, jako je historie zážitkové pedagogiky, hra, Kolbův cyklus učení, zpětná vazba, dramaturgie, dobrovolnost, skupina a další. Práce obsahuje podrobný popis přípravy zážitkového kurzu. Nejprve teoreticky a následně v praktické části i konkrétně, podle toho jak se příprava kurzu ve skutečnosti odehrála. V praktické části je dále vyhodnocení naplnění stanovených cílů kurzu na základě dotazníků, které dostali účastníci tři měsíce po skončení kurzu. Práce může sloužit i jako pomůcka při přípravě víkendového zážitkového kurzu, jelikož obsahuje teoretickou základnu, ve které jsou důležité informace, které by měl instruktor znát při tvorbě kurzu. A praktickou část, ve které je popsán podrobný průběh příprav kurzu krok po kroku, jsou zde také popsány jednotlivé hry s pravidly, včetně vlivu na účastníky a tím i na naplnění cíle kurzu.

Klíčová slova

- ✓ zážitková pedagogika
- ✓ zážitkový kurz
- ✓ cíl kurzu
- ✓ skupina
- ✓ Kolbův cyklus učení
- ✓ zpětná vazba

Achieving goals of the experience course *Pojďte pane, budeme si hrát* organized by students Jabok

Summary

This thesis tries to come up with the explanation if the goals set for experience educational course organized by Jabok students were met. In theoretical section the basic methods and principles in experience education are described, such as the history of education experience, game, Kolb's learning cycle, feedback, dramaturgy, voluntary, groups and others. The work contains a detailed description of experience course setup. First in theory and then in practical and specific way, based on real course process. In practical part is the evaluation of the course goals based on questionnaires. Participants received these papers three months after the course. This thesis can serve as a manual for weekend experience course because it contains a theory each instructor should know when developing a course. Practical part describing detailed the course preparations process in detail. There are all games with rules and effects to participants described as well. That is the answer to goals meeting question.

Keywords

- ✓ experience education
- ✓ experiential education course
- ✓ goal of the course
- ✓ group
- ✓ Kolb's learning cycle
- ✓ feedback

Poděkování

Ráda bych poděkovala všem učitelům, kteří mi pomohli se zdárným dokončením mé práce za inspiraci, zajímavé podněty a trpělivost. Svým nejbližším za podporu během studia i při psaní práce. A v neposlední řadě všem účastníkům a instruktorům kurzu, díky kterým jsem mohla tuto práci vytvořit.

S životem je to jako se hrou. Nezáleží na tom, jak je dlouhá, nýbrž na tom, jak se hraje.

Lucius Annaeus Seneca

OBSAH

Úvod	9
1 ZÁŽITKOVÁ PEDAGOGIKA.....	10
1.1 Základní pojmy a definice	10
1.2 Historie.....	11
1.3 Metody a principy.....	13
1.4 Osobnost účastníka zážitkového kurzu.....	16
1.5 Skupina.....	19
2 KURZ ZÁŽITKOVÉ PEDAGOGIKY	21
2.1 Idea kurzu	21
2.2 Výběr instruktorů do týmu	21
2.3 Fáze přípravy kurzu	24
3 ZÁŽITKOVÝ VÍKEND „POJĎTE PANE, BUDEME SI HRÁT“	27
3.1 Představení kurzu	27
3.2 Příprava kurzu	27
3.3 Průběh kurzu	31
3.2 Závěr kurzu	40
4 VÝZKUM	43
4.1 Stanovené cíle	43
4.2 Hypotézy výzkumu.....	43
4.3 Vyhodnocení Dotazníků.....	43
4.4 Celkové vyhodnocení výzkumu	50
4.5 Zhodnocení hypotéz výzkumu	51
5 ZÁVĚR	52
6 SEZNAM LITERATURY	54
7 PŘÍLOHY.....	56

Úvod

Do té doby, než jsem se setkala se zážitkovou pedagogikou, jsem si myslela, že čas her pro mě již dávno skončil. Jakmile jsem ale zaslechla o tom, že i dospělí lidé si společně hrají v přírodě, nenechalo mě to v klidu. Podvědomě mě velice lákalo něco takového vyzkoušet. První mé bližší setkání proběhlo na seznamovacím kurzu na Jaboku. A od té doby je to jedna z oblastí, která mě zajímá a které bych se chtěla i v budoucnu zabývat. Přišlo mi zajímavé, že se člověk může naučit něco nového prostřednictvím hry a její následné reflexe. Postupem času jsem i já začala pracovat se zážitkovými technikami. Neustále mě to baví, i když pořád více už z té druhé strany.

V této práci bych chtěla představit blíže zážitkovou pedagogiku, pro mě jednu z nejzajímavějších oblastí práce s lidmi. Čtenář této práce se v teoretické části seznámí základními principy a metodami, které je potřeba znát při tvorbě zážitkového kurzu. V druhé části práce představím kurz *Pojďte pane, budeme si hrát*. Tento prožitkový kurz organizovala skupinka studentů Jaboku, kteří si zvolili výběrový předmět Zážitková pedagogika II, jejíž jsem také členem. Tato ukázka by měla sloužit pro lepší představu, jak se teoretická část aplikuje do praxe a také jak takový kurz vlastně vypadá.

Součástí této práce je výzkum, který se týká výše zmíněného kurzu. Budu se snažit přijít na to jestli byly naplněny cíle, které byly pro daný kurz vytyčeny. Jako výzkumnou metodu použiji dotazníky s otevřenými otázkami, které účastníci dostali zhruba čtvrt roku po skončení kurzu a částečně také z písemné reflexe, kterou psali bezprostředně po kurzu.

1 ZÁŽITKOVÁ PEDAGOGIKA

1.1 Základní pojmy a definice

Při využívání zážitkové pedagogiky jako výchovného prostředku, se můžeme setkat s několika základními pojmy a definicemi. Níže popisují ty nejdůležitější.

1.1.1 Prožitek, zážitek a zkušenost

Slovem **prožitek** se více zdůrazňuje aktivita než pasivita prožívání, hlavní je jeho přítomnostní charakter. Jedná se tedy o okamžik přítomné aktivity. Pakliže ale prožitek plyne do minulosti, a my se k němu posléze vracíme, jedná se o **zážitek**. Výchova prožitkem si dává za cíl získávání určité trvalejší podoby prožité události, jejíž výsledky může člověk uplatnit i v jiných situacích. Tuto formu můžeme nazývat **zkušeností**. Zkušenost, kterou máme, nezískáváme pouze přímým prožíváním. Ale naopak většina poznatků i zkušeností vychází ze sociálního sdílení a komunikace, z přejímání zkušeností ostatních.¹

1.1.2 Zážitková pedagogika

Pod pojmem zážitková pedagogika se skrývá teoretické postížení a analýza výchovných procesů, které pracují s navozováním, rozbořením a reflexí prožitkových událostí. Toto se provádí z důvodu získání nových zkušeností, které se dají přenést do dalšího života. Cíle těchto výchovných procesů mohou být stanoveny a dosaženy v různém prostředí, rozdílných sociálních skupinách a naplňovány nejrůznějšími prostředky. V zážitkové pedagogice je prožitek vždy jen pouhým prostředkem, ne však cílem. Cílem pro ni je všestranný rozvoj k harmonii směřující osobnosti.²

1.1.3 Hra

Jako základní prostředek zážitkové pedagogiky se využívá hra. „Jejím používáním navozujeme situace, příběhy, děje, role, ve kterých se jedinec či skupina rozvíjí a roste vědomostně, dovednostně, ale především zkušenostně. Hra je prostředkem, kterým ověřujeme své teoretické poznatky,

¹ Gymnasion 1/2003, s. 14

² Gymnasion 1/2003, s. 15

úroveň svých dovedností, životní zkušenost a provazujeme je s vědomím použitelnosti v životě.“³

Dělení her existuje velké množství. Jedním z nich může být dělení podle Francouzského antropologa a psychologa Roger Caillois (*1913 – 1978). Ten rozdělil hry na čtyři hlavní skupiny:

- *agon* – jde o výkon, vítězství (př. závod)
- *alea* – hry o štěstí a náhodě (př. karty, kostky)
- *mimikry* – předvádění jiných (hry na něco, na někoho, vžití se do rolí)
- *vertigo* – závratné zážitky, adrenalinové sporty⁴

Pro účely zážitkových kurzů se nejčastěji používá níže uvedené dělení podle Radka Hanuše (*1969, člen PŠL, přednáší na Fakultě tělesné kultury UP v Olomouci, spoluzakladatel Hnutí GO!, Lanového centra Proud a další). Vždy je důležité, aby se během kurzu typy her střídaly, proto aby byl kurz pestrý a zajímavý pro všechny. Hra může mít různé formy, které popisují podstatné a specifické znaky hry. Podle tohoto kritéria rozeznáváme hry:

- *Iniciativní hra* - jasně definovaný fyzický nebo duševní úkol, který má jedinec, skupina či tým splnit.
- *Simulační hra* - využívá simulovaného prostředí a atmosféry k vstupu účastníka do určité sociální role.
- *Inscenační hra* - účastníci jsou stavěni do situací, ve kterých je soupeřem každý jen sám sobě. Jsou to hry, v nichž účastník rozvíjí svou vlastní osobnost a zároveň poznává své vlastní limity a možnosti.
- *Dramatická hra* - založená na mezilidském kontaktu, komunikaci, setkávání jedinců, skupin v nejrůznějších situacích, kde na sebe vzájemně působí. Skupiny a jedinci vytvářejí děj, do kterého každý účastník různou měrou vstupuje a taktéž různou měrou vstupuje do konkrétní role.⁵

1.2 Historie

Zážitková pedagogika má své kořeny již v antice nebo v renesanci, ovšem její skutečné počátky začínají vznikat až v meziválečném období.

V té době měl **Kurt Hahn** (*1886–1974, německý učitel) ideu pedagogické práce, jež spočívala v tom, že své žáky konfrontoval s přírodou a problémovými aktivitami. Kurt Hahn tento styl práce uplatnil nejprve

³ Hanuš, s. 1

⁴ <http://peyraq.bloguje.cz/524264-o-stesti-a-smyslu-zivota-stav-plynuti.php>

⁵ Hanuš, s. 4–5

v Anglii, kam uprchl z rodného Německa před válkou. Jeho škola získávala stále na větší oblibě, ovšem vzniklá situace spojená s druhou světovou válkou nedovolovala naplňování všech částí školní výuky. Proto Kurt Hahn přemýšlel, jakým jiným směrem může využít svou pedagogickou práci.

Jako jednou z možností se ukázala **spolupráce s námořnictvem**, které mělo v té době velké potíže s nezkušeností a nesehraností, kvůli čemuž přicházelo mnoho branců o životy. Proto Kurt Hahn vytvořil kurz, díky kterému se ve velmi krátké době mladí námořníci naučili spolupráci. Tyto kurzy se nazývaly Outward Bound a Kurt Hahn se stal jejich zakladatelem.⁶

Termín "Outward Bound" charakterizuje v námořní angličtině loď opouštějící jistotu přístavů a vydávající se na moře s mnoha riziky. Metaforicky se tak vyjadřuje základní princip školy. Které jsou: člověk může dokázat mnohem víc, než si myslí a málokdo si uvědomuje, co lze dosáhnout vzájemnou pomocí a týmovou spoluprací⁷

Outward Bound je celosvětová organizace, která sdružuje organizace zabývající se zážitkovými kurzy a pracuje na jejich zkvalitňování a rozvíjení. Tato organizace má pobočky ve většině států, vedení se přesunulo do USA. Outward Bound začal vytvářet kurzy, na kterých přicházela mládež i dospělí do konfrontace s významy výchovy v přírodě, jako jsou lanové překážky, sjíždění divokých řek a výpravy divočinou.

Organizace **Project Adventure** se snažila hledat cesty jak využít principy zážitkové pedagogiky ve školních podmínkách. Lidé působící v této organizaci vypracovali v průběhu let originální aktivity na rozvoj týmové spolupráce a komplexní metodiku na využití zážitkové pedagogiky ve školní a terapeutické praxi.

V podobné době jako v USA vznikal Project Adventure se začíná v České Republice utvářet česká škola prožitkové pedagogiky, jejímž jádrem se stalo sdružení **Prázdninová škola Lipnice**, které vzniklo v roce 1977. Tato škola si v době komunismu vytvořila svoji originální metodiku, jelikož jí chyběl zdroj informací z okolního světa. Po roce 1989 se začala Prázdninová škola Lipnice intenzivně vyvíjet a stala se pobočkou Outward Bound. Tato jedinečná česká metodika má v zahraničí velký respekt.⁸

⁶ Sýkora, s. 6

⁷ http://cs.wikipedia.org/wiki/Outward_Bound

⁸ Činčera, s. 14–15

1.3 Metody a principy

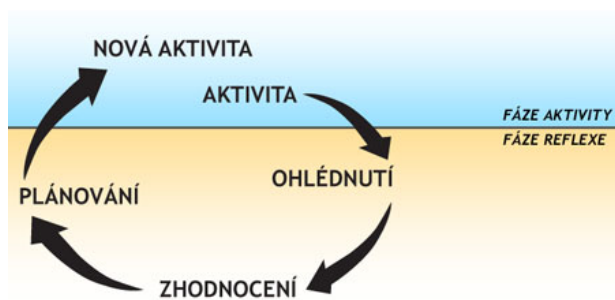
1.3.1 Kolbův cyklus učení

Jedná se o princip učení se z vlastní zkušenosti, který je platný podle David A. Kolba (*1939, americký psycholog) pro zhruba 80% lidských aktivit. Kolbův učební cyklus je teorie, která popisuje postup efektivního učení se. Je jedním ze základních východisek zážitkové pedagogiky.⁹

Učení podle této teorie probíhá ve čtyřech cyklech. K efektivnímu učení dochází tehdy, jestliže učící se projde všemi čtyřmi fázemi. Tento cyklus začíná obvykle situací, kdy člověk prožívá konkrétní zkušenost a nemůže použít to, co se naučil v minulosti. Nad takovou zkušeností přemýšlí a reflektuje jí. Díky tomuto zamyšlení člověk získává určitý náhled a vytvoří si hypotézy, které si chce ozkoušet opět v praxi.¹⁰

Kolbův cyklus má 4 fáze (viz obrázek č. 1):

1. *Aktivita* – zkušenost, může být plánovaná nebo náhodná
2. *Ohlédnutí* - přemýšlení, sledování, pozorování, uvažování, reflexe (co se stalo?)
3. *Zhodnocení* - utváření abstraktních konceptů a představ (rozšíření našeho poznání vypracováním teorie, popřípadě změnou teorie existující)
4. *Plánování* - aktivní experimentování, plánování, generalizace závěrů do nových konceptů, testování nových koncepcí (změny našeho poznání, nové zkušenosti, poučení ze zkušenosti). Testováním se získají nové konkrétní zkušenosti a cyklus se opakuje.¹¹



Obrázek č. 1.: Schéma Kolbova cyklu učení¹²

⁹ Seidlerová

¹⁰ Hroník, s. 47–48

¹¹ <http://www.andromedia.cz/andra.php?id=306>

¹² <http://www.julesajim.cz/cile-a-metody.php>

1.3.2 Zpětná vazba

Zpětná vazba je víceoborovým nástrojem od psychologie přes pedagogiku, andragogiku, psychoterapii až po nejrůznější volnočasové aktivity. Díky tomu má mnohá pojmenování.¹³ V zážitkové pedagogice se používá zejména termín reflexe. „Podle J. Neumana jde o řízený proces hodnocení aktivity, který využívá informací ze zpětné vazby k hledání širších souvislostí a významů“¹⁴

Zpětná vazba je na rozdíl od běžné komunikace něco, co je důležité pro náš vývoj. Tím, že dostaneme informaci od okolí, jak na něj působíme, můžeme lépe pochopit svou roli mezi ostatními, popřípadě ji posunout určitým směrem. Zpětná vazba je tedy v širším pojetí nástroj umožňující učit se ze svých vlastních chyb a opakovat úspěch. Cílená zpětná vazba může být označena za součást výchovy, tedy procesu, kdy se snažíme na základě nějakého záměru působit na chování jiných lidí.¹⁵ Zpětná vazba pracuje se zobecňováním prožitého nebo se srovnáním pocitů jednotlivce s prožíváním ostatních.¹⁶

1.3.3 Dramaturgie

Je metoda jak správně volit jednotlivé programy a jak je poskládat do vyšších tematických celků se záměrem dosáhnout v určitém čase kurzu nebo akce co nejlepšího účinku a efektu. Proto bychom mohli také dramaturgii rozumět jako hledání témat a práci s nimi. Zajímavé je, že většinou citelněji poznáme, když je dramaturgie špatně odvedena nebo vůbec, nežli když je práce dramaturga odvedena na jedničku. Dramaturgie velice zásadně ovlivní kvalit a podobu celého kurzu. Dobře odvedená dramaturgie se pozná tak, že účastníkovi po kurzu vše do sebe navzájem zapadne a vytvoří uzavřený a smysluplný celek.¹⁷

Dramaturgii lze rozdělit na dvě části:

Teoretická dramaturgie - prvotní fáze práce s tématy, hledání obsahu. Smyslem je shromáždit, vybrat, vymezit a pojmenovat jednotlivá témata, kterými by se chtěli tvůrci kurzu zabývat.

Praktická dramaturgie – další fáze, ve které se hledají jednotlivé odpovídající formy, je potřeba zpracovat jednotlivá abstraktní témata do

¹³ Reitmayerová, s. 11

¹⁴ Reitmayerová, s. 12

¹⁵ Reitmayerová, s. 10–13

¹⁶ Sýkora, s. 39

¹⁷ Gymnasion 1/2004, s. 85–86

podoby konkrétních programů. Konkretizují se zde myšlenky a témata a hledá se na ně vhodná forma a tvar, jak dané téma ztvárnit nejlépe do programu, hry atd.

Ještě než se začne vytvářet dramaturgie, je vždy potřeba si nejprve stanovit cíl kurzu. Úplným základem a smyslem cílené dramaturgie je, že nejprve musíme zvolit obsah – různá základní témata, jímž se chce kurz věnovat a které chce nabídnout účastníkům. Teprve poté pro tato témata hledá konkrétní formu, zcela konkrétní programy, hry umělecké a sportovní aktivity atd. a jejich vzájemné propojení.¹⁸

1.3.4 Bezpečnost

Při zážitkových akcích dochází k různým rizikům, se kterými se musíme vypořádat. Může jít jak o riziko fyzického zranění, ale také může dojít k újmě na úrovni sociální a emoční. Dobrodružné hry a aktivity se konají právě proto, aby se v bezpečném herním prostředí lidé učili různá rizika překonat a v pořádku zvládnout. Bezpečnost je v tomto vždy na prvním místě. Proto je povinností instruktora zajistit vše tak, aby bylo zranění účastníků vyloučeno. Proto je třeba pravidelně prohlížet hrací plochy, ze kterých je potřeba odstraňovat předměty, které mohou být nebezpečné. Před hrou je také dobré zkontrolovat všechny pomůcky a hrací předměty. Je také potřeba dopředu hráče upozornit na to co si mají vzít na sebe. Hry by se měly přizpůsobovat i počasí. Stupeň obtížnosti zvolené hry musí odpovídat schopnostem dané skupiny. Je třeba informovat účastníky o možném riziku, které je může během aktivity potkat, pomůže to předejít kolizím a úrazům. Máme snahu o to, aby se hráči vždy cítili bezpečně. Při různých aktivitách, zvláště při těch, kde jsou potřeba různé jistící prostředky, je potřeba, aby u nich byl přítomen odborník.¹⁹

Máme dva druhy rizik objektivní a subjektivní. **Objektivní riziko** je takové, které na kurzu reálně hrozí, ale snažíme se ho přístupem instruktorů a prací celého týmu co nejvíce zmenšit. Toto riziko můžeme maximálně minimalizovat. Nikdy se však nevyhneme náhodě, jako je například spadlý strom. **Subjektivním rizikem** se myslí riziko, které vnímá každý účastník sám za sebe, je individuální. Se subjektivním rizikem se dá pracovat. Některými účastníky může být objektivně bezpečná aktivita vnímána velice nebezpečně, proto je možné vysvětlit, jak vše funguje, a tím docílit toho aby

¹⁸ Gymnasion 1 - str. 88-89

¹⁹ Neuman 37-38

účastník aktivitu zvládl a tím si rozšířil svou komfortní zónu.²⁰ O komfortní zóně bude více napsáno později.

Nedílnou součástí vybavení by měla být dobře vybavená lékárnička na snadno přístupném místě.

1.3.5 Dobrovolnost

Podle jednoho novozélandského programu je princip dobrovolnosti definován jako zásada, podle které si „účastníci v podporujícím prostředí svých vrstevníků sami volí, jakou úroveň předpokládané výzvy přijmou“²¹. Instruktoři by měli být schopni díky tomuto principu zajistit, aby nebyli účastníci nuceni k účasti na aktivitě proti své vůli. Současně jsou ale účastníci odpovědní za to že budou přijímat psychicky i fyzicky přijatelné výzvy, podporovat v tom ostatní a bránit nátlaku na kteréhokoliv dalšího člena skupiny. Díky dodržování principu dobrovolnosti mají účastníci možnost přijmout potenciálně náročnou či nebezpečně vypadající výzvu v atmosféře podpory a porozumění. Zároveň mají šanci kdykoliv odstoupit, aniž by si tím uzavřeli dveře pro další pokus někdy v budoucnosti. Je důležité si uvědomit, že princip dobrovolnosti neznamená právo odejít a zabývat se během probíhající aktivity něčím zcela jiným. Účastník, který se dobrovolně rozhodl aktivity nezúčastnit, by měl být aktivně přítomen, může být zapojen například do jištění, morální podpory, technické pomoci atd.

1.4 Osobnost účastníka zážitkového kurzu

Když pracujeme s účastníky zážitkových kurzů, měli bychom mít na vědomí, že každý člověk má svoje hranice, které se snaží zážitková pedagogika rozšiřovat. Pojednává o tom model zón komfortu a stresu. Dále se každý člověk může nechat strhnout, tomu se říká tzv. stav plynutí neboli flow fenomén, tento stav se snaží kurzy navozovat a tím dávat člověku jeho život do širších souvislostí.

1.4.1 Model zón komfortu a stresu

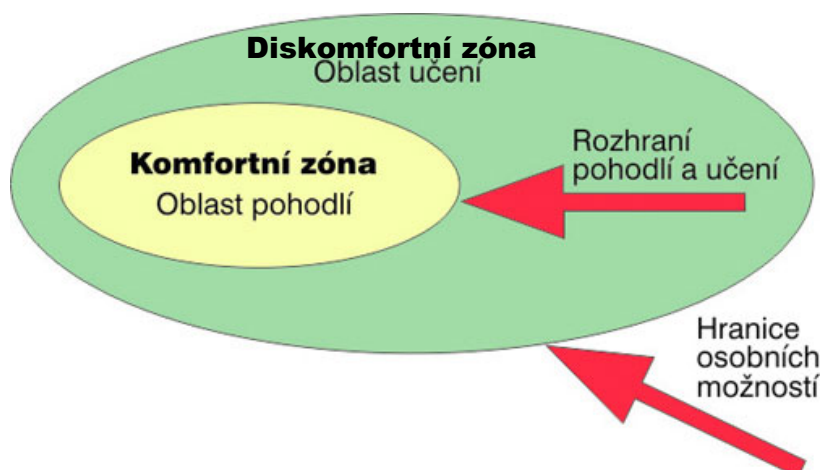
Model zón komfortu a stresu počítá s tím, že každý člověk je jedinečný a proto má každý i své vnitřní hranice nastavené jinak. Teorie komfortní zóny se užívá pro vyjádření individuálních rozdílů při přijímání výzev. Tato teorie říká, že každý člověk má svou komfortní zónu, v této zóně se nacházejí činnosti, které pro člověka nepředstavují žádný stres, ale ani žádnou výzvu, a

²⁰ Sýkora, s. 14

²¹ Činčera, s. 20

proto ani žádné učení. Po komfortní zóně následuje diskomfortní zóna, do které patří činnosti, které pro účastníka představují zvládnutelnou výzvu, ale vyžaduje od účastníka veliké vystoupení za hranice své komfortní zóny. Takže pokud účastník kurzu přijme výzvu a uspěje v ní, jeho komfortní zóna se v důsledku pozitivní zkušenosti a jeho dopadu na sebepojetí účastníka rozšíří. Za hranicemi osobních možností se nachází zóna nezvládnutelných aktivit, které představují pro účastníka takový stres, že je pravděpodobně nezvládne a hrozí zde situace, že neúspěch může vést i ke zmenšení vlastní komfortní zóny a zhoršení víry ve vlastní schopnosti.²² Dále hrozí i zranění jak v oblasti fyzické tak i psychické.

To co pro jednoho představuje stresovou situaci, může druhému připadat jako běžná věc, nebo dokonce jako legrace. Příkladem může být, když se vydá skupina lidí na vodu a zkušený vodáci se těší na jezy. Naopak ten, kdo je na vodě poprvé z toho může mít hrůzu. Jedním z cílů zážitkové pedagogiky, je rozšiřovat tuto komfortní zónu. Každý má své hranice někde jinde, dobré je, že se jimi dá posunovat, a že si je můžeme zvětšit, jelikož naše schopnosti leží daleko za hranicemi komfortní zóny²³



Obrázek č. 2.: Model zóny komfortu a stresu (Hanuš, in press)²⁴

1.4.2 Stav plynutí

„Plynutí je stav, při němž dochází k dokonalému zapojení emocí do služeb určité aktivity nebo učení. Emoce v tomto stavu nejsou jen obsaženy a ventilovány, ale jsou současně konstruktivní, plné energie a úzce spojené s

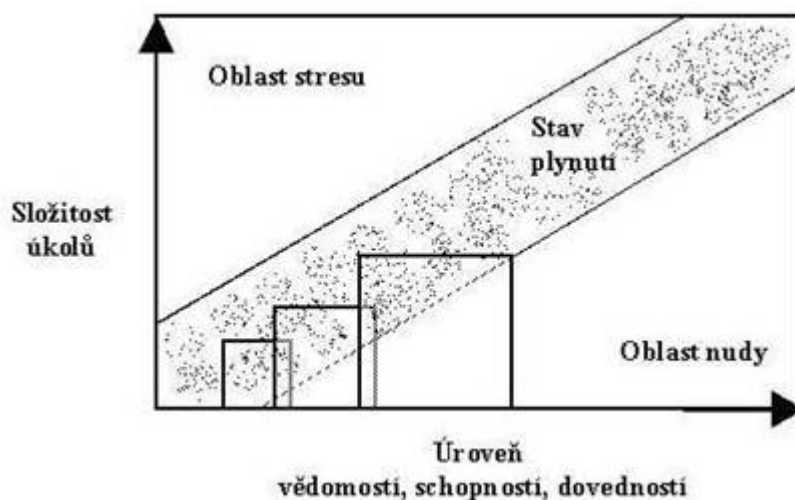
²² Činčera, s.19

²³ http://www.outdoor-echo.cz/metody_1.htm

²⁴ http://www.os-atmosfera.net/?id=zazitkova_pedagogika#2

činností. Stav plynutí vzniká jedině tehdy, když určitá aktivita plně zaměstnává všechny schopnosti člověka. Pokud je činnost příliš jednoduchá, nudíme se. Je-li naopak náročná, vzbuzuje v nás spíše úzkost. Stav plynutí vzniká někde v oblasti mezi nudou a úzkostí.²⁵ Na zážitkových kurzech je snahou instruktorů takovýto stav účastníkům navodit.

Veškeré aktivity, které jsou určené k navození zážitku plynutí, mají jedno společné a to, že nám poskytují pocit, že něco objevujeme, přinášejí nám tvořivý pocit, přivádějí nás k vyššímu výkonu. Utváří naše já tím, že ho činí komplexnějším a ucelenějším. Stav plynutí vedou k růstu a objevům. Pokud člověk vykonává nějakou činnost dlouho na určité úrovni, ztrácí z této činnosti radost. Člověk se poté začne nudit, anebo je frustrován. Proto ho touha, aby se znovu cítil dobře, popožene k tomu, aby rozšířil své dovednosti a znalosti. Pravidla her jsou sestavena tak, aby nám hra způsobila radost, ale jestli tomu tak bude, záleží pouze na nás. Pro mnohé lidi jsou běžné věci jako třeba práce či výchova dětí daleko větším zdrojem plynutí, než hraní her, nebo malování obrazů. Naučili se vnímat skryté možnosti ve všedních úkolech, které mohou jiní lidé přehlédnout.²⁶



Obrázek č. 3.: Stav plynutí (Másilka, 2003 upraveno dle Csikszentmihalyi, 1996)²⁷

²⁵ http://www.os-atmosfera.net/?id=zazitkova_pedagogika#2

²⁶ Csikszentmihalyi, s. 114–118

²⁷ http://www.os-atmosfera.net/?id=zazitkova_pedagogika

1.5 Skupina

V této kapitole nastíním vývojové fáze skupiny, se kterými by měl instruktor při své práci se skupinou na kurzech počítat a přihlížet k ní. Každá fáze vyžaduje trochu jiný přístup.

Sociální skupina je společenství dvou a více lidí, mezi nimiž existuje pocit sounáležitosti. Člověk je součástí mnoha sociálních skupin, v moderní společnosti je obrovské množství různých skupin. Základní znaky skupiny jsou existence vzájemného působení, komunikační síť, existence společné činnosti k dosažení cílů, uznávání společných hodnot, vědomí specifické identity, diferenciací rolí a pozic – jde jak o určitou dělbu práce v horizontálním pohledu, tak o rozdělení autority a vlivu.²⁸

1.5.1 Skupinová dynamika

Skupinová dynamika, je reakce lidí na vývoj vztahů ve skupině. Pokud instruktor vnímá jednotlivé fáze vývoje, může lépe pochopit potřeby týmu i jednotlivců v jednotlivých obdobích a lépe tím skupině pomoci ve zdravém vývoji a v produktivitě.²⁹ Některé fáze vývoje mohou proběhnout rychleji, jiné pomaleji.

1.5.2 Tuckmanův model

Fáze vývoje skupiny jsou časové úseky, kterými podle Bruce Tuckmana (*1938, americký psycholog) musí projít každá skupina. Během těchto fází se skupina vyvíjí a není možné bez nich pracovat efektivně. Tento model převzaly organizace zabývající se zážitkovou pedagogikou jako Outward Bound nebo u nás Prázdninová škola Lipnice. Obecně se uvádí, že existuje 4-6 fází³⁰

Fáze vývoje skupiny

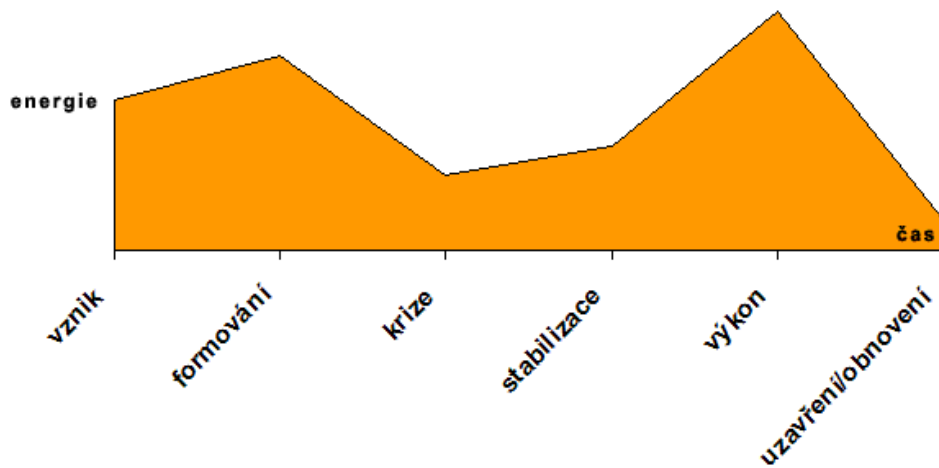
- *Vznik* – výběr vedoucího a členů skupiny, definice formálních rolí, stanovení pravidel
- *Formování* – jednotliví členové se seznamují, vyjasňování neformálních rolí, začátek práce
- *Krize* – vyjadřování rozdílných názorů, střety mezi nimi
- *Stabilizace* – stanovují se neformální role, stabilizuje se kultura skupiny, skupina ví jak řešit náročné situace, zaměření na efektivitu

²⁸ <http://www.vysokeskoly.cz/maturitniotazky/otazky/zaklspolved/SocialniSkupiny.doc>

²⁹ Zahradníčková, s. 51

³⁰ http://cs.wikipedia.org/wiki/F%C3%A1ze_v%C3%BDvoje_skupiny

- *Výkon* – skupina ví, kdy a proč dobře funguje, zaměření na cíl, souhra všech členů skupiny
- *Uzavření* – dokončení práce, hodnocení, loučení členů týmu, orientace mimo skupinu
- *Obnovení* – Zahradníčková uvádí ještě jednu fázi, která může nastat u dlouho trvajících týmů nebo skupin, které nemají časově omezený úkol. Fáze obnovení nastává v době, kdy práce jede dobře, lidé spolupracují, mají výsledky. Postupem času se ale práce stane známou, zaběhanou rutinou. Vysoká energie začne klesat, neboť není možné pracovat v takovémto tempu dlouhou dobu. Situaci takovéto skupiny velice dobře oživí prožitkové kurzy, expedice, aktivity zaměřené na tvořivost a překonávání stereotypů.³¹



Obrázek č. 4.: Fáze vývoje skupiny co do aktivity a energie účastníků³²

³¹ Zahradníčková, s. 53–68

³² http://cs.wikipedia.org/wiki/F%C3%A1ze_v%C3%BDvoje_skupiny

2 KURZ ZÁŽITKOVÉ PEDAGOGIKY

2.1 Idea kurzu

S ideou kurzu přichází obvykle šéf, často mívá hodně společného s jeho přesvědčením a zájmy. Idea kurzu se dá vyjádřit jednou nebo dvěma větami. Šéf by měl mít brzy jasno v koncepci kurzu, na základě níž si volí své spolupracovníky.³³

2.2 Výběr instruktorů do týmu

V každém týmu by měly být zastoupeny jednotlivé typové role, díky nimž bude zaručena veliká efektivita práce týmu. Dále musí být v týmu zastoupeny jednotlivé výkonné funkce. Instruktor zastává řadu individuálních rolí. Rozdělení týmových rolí je velké množství, já si vybrala dělení podle pana Dr. Mereditha Belbina (*1926, britský vědec a teoretik managementu), jelikož jsme si jeho test prováděli v přípravné fázi před kurzem.

Belbinovy týmové role

Tým by měl být především pestrý a vyvážený, to znamená ve většině případů pokud možno stejný počet mužů a žen, a aby byly zastoupeny všechny důležité týmové role.³⁴ Jednou z nejčastěji používaných typologií je belbinova, která popisuje osm rolí. Každá z těchto rolí je důležitá pro dobré fungování týmu. Ideálního vyvážení lze dosáhnout i při méně jak osmi lidech, jelikož každý člověk v týmu může zaujímat několik rolí. Tyto role bývají vrozené, nelze je proto nějak zásadně měnit, je ale důležité svoje role pojmenovat a snažit se pokrýt případné mezery.³⁵

Role jsou následující:

- *Předseda (vedoucí, koordinátor)* – dominantní, uznávaný, klidný, stabilní. Koordinuje tým, vede ho k dosažení cílů a ke spolupráci. Při diskusi není nejvýraznější, přispívá tím, že klade správné otázky. Má autoritu a osobní kouzlo, jeho vedení spočívá především v sociální rovině.

³³ Holec, s. 97

³⁴ Pelánek, s. 43

³⁵ Pelánek, s. 44

- *Navrhovatel (režisér, konstruktér)* – extrovertní, dominantní, činorodý, impulzivní. Navrhuje a řídí práci v týmu. Žene tým k nejvyšší produktivitě, vyžaduje akci. Je netrpělivý, temperamentní a společensky orientovaný.
- *Inovátor (chrlič nápadů)* – introvertní, individualistický, inteligentní, dominantní. Vyhledává problémy a originálním způsobem je řeší, přichází s novými podněty a nápady. Je zdrojem inspirace pro celý tým a má velkou představivost. Nezajímá se o detaily, ale o celek.
- *Upozorňovatel (ověřovatel, rejpal)* – stabilní, racionální, skeptický, inteligentní. Varuje před chybami, hodnotí nápady, posuzuje řešení. Je nejobjektivnějším členem týmu, možná i proto, že není příliš nadšený.
- *Organizátor (tahoun)* – svědomitý, výkonný, disciplinovaný, stabilní. Stará se o to, aby nápady a rozhodnutí byly převeditelné do konkrétních úloh a zajišťuje, aby byly realizovány. Má rád pevné struktury a pracuje systematicky.
- *Objevovatel (shánil, vyhledávač zdrojů)* - přátelský, dominantní, čilý, společenský. Navazuje kontakty, shromažďuje informace a nápady, získává podporu z venku. Rychle se nadchne, ale toto nadšení ho i rychle opouští. Nejlepší výkony podává pod tlakem. Dobře improvizuje.
- *Podporovatel (hasič, strážce pohody)* – extrovertní, citlivý, mírný, nedominantní, přátelský a vstřícný. Tlumí rozpory, umí dobře naslouchat, stará se o dobré vztahy v týmu. Všimá si potřeb a problémů ostatních, rozvíjí nápady.
- *Dokončovatel (dotahovač)* – introvertní, pečlivý, tichý, úzkostlivý. Má rád jasné pokyny. Stará se o dodržování časových plánů. Dává pozor, aby se na nic nezapomnělo, a vše kontroluje. Občas je až moc starostlivý.³⁶

Výkonné funkce

Na kurzu je třeba zastávat některé výkonné funkce, které zajistí hladký chod příprav i kurzu samotného. Tyto funkce je potřeba si rozdělit ještě před začátkem kurzu.

- *Ekonom* – vytváří rozpočet, provádí vyúčtování po skončení kurzu
- *Zdravotník* – má na starosti zásahy při úrazech a nemocech, dále má na starosti lékárničku a je potřeba, aby měl příslušnou kvalifikaci.
- *Designer* - stará se o výtvarnou stránku kurzu
- *Hudebník* – umí hrát na některý hudební nástroj a je schopen ostatní strhnout k muzicírování

³⁶ Pelánek, s. 44–45

- *Řidič auta* – řidič by měl být schopen řídit po celou dobu kurzu, je potřeba v případě zranění a také pro přesun materiálu či lidí během programu.
- *Technik* – měl by umět ovládat techniku potřebnou pro kurz, včetně údržby a oprav
- *Publicista* - publikuje informace o kurzu³⁷

Individuální role

Každý instruktor by měl ideálně zastávat každou z těchto individuálních rolí. Je jasné, že každý člověk je v něčem silnější a v něčem jiném zase slabší. Ale toto jsou vlastnosti, které by měl dobrý instruktor alespoň z části mít.

- *Pedagog* – měl by působit svým příkladem
- *Psycholog* – měl by znát přednosti i slabosti druhých, motivy jejich jednání, hranice jejich možností. Měl by umět pochopit druhé a naslouchat jim. Sleduje vazby vznikající v kolektivu, rozpoznává přirozené autority a využívat je, dává dostatek šancí i outsiderům.
- *Diplomat* – Jedná s nejrůznějšími institucemi v době příprav i v průběhu kurzu.
- *Rozhodčí* – rozhodčí zná dokonale pravidla a má poslední slovo. Hru by měl řídit citlivě a zároveň energicky.
- *Organizátor* – do této role se dostává každý instruktor, v situaci kdy má na starosti konkrétní program. Je na něm, aby zajistil hladký průběh aktivity včetně příprav, rozdělení rolí, načasování, materiálu, prostoru a všeho co s konkrétním programem souvisí. Pro hladký průběh je velice důležitá domácí příprava.
- *Účastník* – v některých situacích se dostává instruktor do role účastníka a to zejména tehdy, když je třeba doplnit počet hráčů. V tomto případě by měl vystupovat spíše nenápadně, nevymýšlet taktiku, zkrátka dát prostor ostatním. Druhý případ je, když je potřeba program rozhýbat, dát mu ten správný směr. Ke kýženému efektu se snaží program dotlačit nenápadnými zásahy zevnitř, o kterých samozřejmě účastníci nevědí. V žádném případě, však nehraje sám za sebe ale ve prospěch zdárného průběhu hry
- *Herec, řečník* – do této situace se člověk dostává pokaždé, když předstoupí před skupinku lidí a chce jim něco sdělit.

³⁷ Holec, s. 98–99

Provozní funkce

Je dobré si mezi instruktory rozdělit i provozní funkce, které usnadní hladký průběh celého programu.

- *Strážce času* – má na starost dodržování časového plánu, účastníky upozorňuje, kde mají kdy být. Musí být přísný jak na účastníky, tak na instruktory.
- *Správce materiálu* – správce má jediný právo půjčovat materiál, aby v něm zůstal pořádek, o vypůjčeném materiálu vede písemný záznam. Veškerý materiál, který je špinavý nebo mokrá je potřeba dát ihned do pořádku.
- *Zapisovač* – ten kdo zapisuje, jak kurz přesně proběhl, a jak dlouho program trval. Je to z důvodu, že mezi naplánovaným a realitou bývá často rozdíl a je dobré si o tom vést záznam, aby těchto informací mohli instruktoři využít na dalším kurzu.
- *Zlý muž* – je to někdo, kdo umí být nekompromisní a umí na lidi křiknout, pokud je to potřeba.
- *Mateřská duše* – může být jako protipól ke zlému muži. Je to člověk, kterému se účastníci mohou svěřit se starostmi.

Šéf tedy hledá do svého týmu takové lidi, kteří pokryjí jednotlivé role a funkce v týmu. Bude mít snahu, aby byl tým co nejpestřejší, co se týče věku, profesí i různých typů lidí. Jednotlivý členové týmu by měli umět spolupracovat a navzájem se respektovat.³⁸

2.3 Fáze přípravy kurzu

Nejprve musí vedoucí členy svého týmu seznámit s hlavní ideou kurzu a v ideálním případě je pro ni i nadchnout. Kurz je třeba připravit na dvou rovinách a to na materiální a programové. Zvláštní zřetel je třeba klást na místo, kde se bude celý kurz konat. Ideální je, pokud známe místo i jeho okolí již předem a v jeho blízkosti se nachází louky, lesy, řeka, skály a jiné přírodní zajímavosti.

2.3.1 Harmonogram příprav před kurzem

Toto je harmonogram, podle kterého pracuje Prázdninová škola Lipnice. Při dodržení tohoto plánu, by mělo být dostatek času na dotažení případných nedostatků.

³⁸ Holec, s. 99

- *8 měsíců před* – jmenování vedoucího kurzu, který vymyslí ideu a koncepci kurzu, vytvoří tým lidí a naváže s nimi kontakt.
- *7 měsíců před* – tým je v této fázi definitivní, probíhá první informativní schůzka, kde se členové týmu dozvědí o záměrech a koncepci, známe středisko.
- *6 měsíců před* – je stanoven rozpočet, začíná propagace, je písemně zformulován záměr kurzu, instruktoři si rozdělili zodpovědnost mezi sebe a znají své výkonné funkce.
- *5 měsíců před* – nyní je bezpodmínečně nutné znát místo konání, probíhá druhá schůzka týmu (pokud bude kurz probíhat na neznámém místě, schůzka by měla proběhnout ve středisku), kde se stanoví hlavní programy a programové oblasti, vytipovávají se lektoři, instruktoři ostatní seznamují se svou představou programu, který jim byl svěřen, stanoví se jak se bude komunikovat se zájemci, řeší se zajištění netypického materiálu
- *3 měsíce před* – přihlášení odstavají první dopis, zároveň se stanoví co bude v druhém dopise. Probíhá třetí schůzka týmu, kde se sestavuje definitivní scénář, ukončuje se výběr lektorů a měl by být jasný konečný materiál a způsob jeho zajištění.
- *2 měsíce před* – účastníci obdrží druhý dopis, kde by měly být podrobné informace a velká motivace na kurz.
- *1 měsíc před* – poslední schůzka před programem (ve středisku), dořešují se detaily, zkouší se na místě program z hlediska místa i času
- *1 den před* – instruktoři se sejdou na místě, připraví objekt a program na první den

Schůzek může v týmu proběhnout i více, záleží na zkušenostech, dobré organizovanosti týmu a hlavně na domácí přípravě, díky níž se ušetří spousta času, práce i starostí. V průběhu kurzu musí probíhat pravidelné porady, nejméně jednou denně, na kterých se probere předešlý den a zároveň se naplánuje den příští.³⁹

2.3.2 Po kurzu

Po každé akci by mělo proběhnout vyhodnocení naplnění vytyčených cílů, co se povedlo, co do příště změnit, ponaučit se z vlastních chyb, radovat se z toho co se podařilo. Neboli aplikovat Kolbův cyklus učení sám na sebe. Informace od účastníků můžeme získat buď osobním rozhovorem, nebo dotazníkem. V případě větších kurzů je dobré, když se organizátorský tým ještě jednou sejde po skončení celé akce.

³⁹ Holec, s. 100

Kurz je třeba ukončit také z materiálního hlediska, tedy vyúčtování, navrácení materiálu atp.⁴⁰

⁴⁰ Pelánek, s. 51–52

3 ZÁŽITKOVÝ VÍKEND „POJĎTE PANE, BUDEME SI HRÁT“

3.1 Představení kurzu

Tento kurz proběhl v rámci výběrového semináře Zážitková pedagogika II. Do předmětu se zapsali většinou studenti třetího ročníku Jabku, včetně mě samotné. Naší společným výstupem a zároveň požadavkem pro zápočet, bylo uspořádat zážitkový víkend pro „opravdové“ účastníky. Vše probíhalo za dozoru vyučujících semináře, ale šlo především o to, abychom si vyzkoušeli realizaci celého víkendu sami.

Instruktoři

Instruktory a zároveň organizátory tohoto kurzu se stali studenti Jaboku, zapsaní do výběrového semináře. Všichni tito studenti jsou zároveň i absolventi volitelného předmětu Zážitková pedagogika I, kde se blíže seznámili s tímto směrem pedagogiky a vyzkoušeli si i uvádění jednotlivých her, ale zatím pouze sami na sobě. Během společných víkendů měli možnost se i lépe poznat, což jim dodalo motivace se společně přihlásit i do pokračování tohoto kurzu.

3.2 Příprava kurzu

První schůzka (čtyři a půl měsíce před akcí)

Na první společné schůzce jsme se sešli my studenti a vyučujících poprvé o víkendu v listopadu 2007. V sobotu jsme si nastínili teorii zážitkové pedagogiky, ve skupinkách jsme si připravili pro ostatní prezentaci klíčových témat zážitkové pedagogiky. Tyto prezentace fungovaly jako teoretické východisko pro naši budoucí praktickou práci. Celá příprava měla být na nás včetně výběru účastníků, místa konání, data, tématu, cíl atd.

Rozdělení rolí v týmu

Během první schůzky si každý sám za sebe vyplnil test Belbinových týmových rolí, který se skládá z několika otázek týkající se fungování člověka v týmu. Tento test pomohl každému si uvědomit, jak v týmu pracuje a čím může přispět, co jsou jeho silné a slabé stránky (bližší popis viz kapitola 2.2). Poté následovala tajná volba vedoucího skupiny, kde jsme se poměrně vzácně shodli na jednom člověku. Role vedoucího je náročná a zodpovědná,

vedoucí má na starosti organizaci a dobrý chod příprav i celé akce, má poslední slovo. Poté jsme si stanovili některé role a funkce, které budeme pro daný kurz potřebovat bez ohledu na to, jestli se jedná o individuální role či funkce výkonné či provozní. Klíčové pro nás bylo, že jsme si stanovili všechny, které budeme pro daný kurz potřebovat. Jednalo se o tyto role a funkce (bližší popis viz kapitola 2.2.):

✓ *zlý muž, utěšovatel, zdravotník, technik, skladník, ekonom + administrativní pracovník, hudebník, výtvarník, dokumentarista, řidič*

Volba účastníků

Poté následoval výběr vhodných účastníků kurzu. Již v té době jsem měla vizi, že bych chtěla psát tuto práci, a tak jsem ostatním navrhla, jestli by souhlasili s tím, kdyby jako účastníci jeli členové divadelního souboru, jehož jsem členem. Přišlo mi to jako dobrá příležitost, aby se jednotliví členové souboru mezi sebou ještě lépe poznali a naučili se lépe spolupracovat a komunikovat. Většina studentů s tím souhlasila už z toho důvodu, že mnou navrhovaná skupina spolu dlouhodobě pracuje a mohlo by to mít pozitivní dopad i na jejich budoucí fungování.

Účastníci

Pražský umělecký soubor Black Velvet byl založen v roce 2005. Je tvořen vesměs studenty středních a vysokých škol. V současné době vystupují s původním českým muzikálem Daniela Landy „Krysař“, který je také jejich první inscenací. Premiéra Krysaře se konala v srpnu 2006 v divadle v jihočeských Netolicích.⁴¹ V době, kdy se konal kurz, zrovna soubor nacvičoval nový muzikál Kleopatra.

Divadelní soubor má za sebou už všechny fáze formování skupiny, nyní se spíše nachází ve fázi oživení, kdy se většina členů dobře zná, jelikož jádro zakládajících členů je neměnné, a schází se spolu i mimo společnou práci. Soubor má za sebou splnění časově omezeného úkolu, což bylo nazkoušet a odehrát představení muzikálu Krysař. V době přípravy kurzu soubor pracoval na novém projektu, ale chvílemi bylo znát, že dochází v souboru ke stagnaci a poklesu energie. Toto občas naruší nebo oživí nebo nový člen souboru. Na kurzu byli dva noví členové souboru. Bohužel se nepodařilo získat pro kurz ještě další dva nové členy souboru.

Cíle kurzu

⁴¹ <http://www.black-velvet.estranky.cz/stranka/black-velvet-l>

Následoval nejdůležitější úkol, stanovit si cíl kurzu. Při stanovování cíle jsme hodně přihlíželi ke skupině účastníků. Ostatním jsem nastínila, o jakou skupinu se jedná a jaká jsou její specifika, abychom mohli stanovit cíl pro tyto účastníky co nejpřesněji. Cílů jsme vymysleli velké množství, nakonec nám vykrytalizoval **hlavní cíl** ve zenění:

„Umožnit sebepoznání a vzájemné bližší poznání členů skupiny. Stmelit skupinu, prohloubit spolupráci a komunikaci účastníků.“

Ze zbývajících cílů se staly **cíle dílčí**:

- umět získané zkušenosti využít v běžném životě
- poznání svých rolí ve skupině
- osobnostní rozvoj
- seberealizace
- tolerance, respektování jiných názorů
- aktivní rekreace
- umožnit poznání v jiných situacích než obvykle
- zábava

Závěr první schůzky

V dalším kroku jsme si stanovili víkend, který by měla naše akce proběhnout. Datum bylo určeno na 4. -6. dubna 2008, což znamená, že na přípravu zbývalo zhruba 4,5 měsíce. Nakonec jsme si rozdělili úkoly do příští schůzky a to:

- ✓ zjistit zda a případně kolik lidí by jelo na kurz.
- ✓ sesbírat možnosti lokalit kam by se dalo jet a přinést případné kontakty na ubytovací zařízení.
- ✓ promyslet jaké aktivity a jakou struktury by kurz měl mít vzhledem ke zvolenému cíli.

Druhá schůzka (týden po úvodní schůzce)

Na druhé schůzce se projednávali věci spíše technického charakteru, a to především místo kam se pojedě. Velkou roli hrály faktory jako je vzdálenost od Prahy a dostupnost, finanční náročnost, vnitřní prostory a vybavení a v neposlední řadě také okolí, ve kterém by se daly realizovat hry. Nakonec jsme se shodli na Spáleníšti, které všem těmto kritériím alespoň částečně vyhovovalo a navíc bylo výhodné, že to pro nás bylo již známé prostředí, z výběrového předmětu Zážitková pedagogika I. Díky tomu jsme mohli aktivity přizpůsobit podmínkám, které nás tam čekaly. Hned po skončení schůzky bylo Spáleníště zarezervováno. Spáleníště je Salesiánská chlupa

nacházející 2 km od Vysokého nad Jizerou. Bylo také nutné zajistit někoho, kdo by vařil pro všechny jídlo, aby se celý kurz nezdržoval tím, že by si musel každý vařit.

Třetí schůzka (4 měsíce před akcí)

Na třetí schůzce, která proběhla na začátku prosince, bylo již potvrzeno místo konání akce i kuchař. Také už jsme měli vyjádření od většiny účastníků, že se akce účastní. Dále bylo třeba vymyslet, v jakém duchu se celý kurz ponese. Bylo dobré, že jsme již věděli, s jakou skupinkou účastníků budeme pracovat, což nám v některých situacích usnadňovalo rozhodování. Nakonec jsme během schůzky vymysleli **název víkendu**, který zní:

„Pojďte pane, budeme si hrát“

a s tím související **motto**:

„Neva že nejste od Kolína, neb duch hráče ve vás dřímá“

Motto i název kurzu jsme použili v pozvánce (Příloha č. 4), která byla potřeba zhotovit do další schůzky. Předtím než jsme vytvořili pozvánku, bylo potřeba si stanovit, na kolik peněz účastníky kurz přijde. Dále se v pozvánce objevily důležité údaje jako – kdy a kde se kurz bude odehrávat, předpokládaná cena za stravu a ubytování; datum do kdy se podávají závazné přihlášky, spojení na kontaktní osobu a kdo ho pořádá. Následně jsme se rozdělili do skupinek podle tematických bloků. Vzniklo nám celkem pět skupinek po dvou až třech lidech. Každá skupinka měla na starosti jednu část programu. Samozřejmě jsme počítali s tím, že si budeme navzájem všemožně vypomáhat.

Program kurzu

Program jsme připravovali podle námi již ozkoušeného schématu z kurzu Zážitková pedagogika I. To znamená, že v pátek večer se konaly seznamovací hry a ice breaky, v sobotu dopoledně byla tvořivá hra s lehčím úkolem, odpoledne „orvavačka“, večer vyvrcholení kurzu a v neděli dopoledne hry na spolupráci a uzavírací rituály. Celý program jsme se snažili vytvořit našim budoucím účastníkům na míru. A také jsme se chtěli vyzkoušet některé nové hry, aby měl seminář přínos i pro nás.

Čtvrtá schůzka (2,5 měsíce před akcí)

Na této schůzce jednotlivé dílčí týmy představily ostatním své návrhy programu, ostatní je doplnili svými návrhy či nápady. Rozdělily se úkoly do příštího setkání.

Pátá schůzka (2 měsíce před akcí)

Zde byl dojednán harmonogram kurzu, včetně odjezdu a příjezdu. Všichni do další schůze dají dohromady seznam pomůcek, které budou potřebovat. Dále se rozdělily úkoly o tom, kdo zajistí nákup jídla, vyzvedne klíče od chalupy, zkontroluje lékárničku, zkontaktuje účastníky s informacemi o kurzu, zjistí speciální stravovací požadavky a nahlásí to kuchaři včetně celkového počtu strávníků.

Šestá schůzka (měsíc a půl před akcí)

Rozdělení toho, kdo jaké pomůcky má k dispozici a sežene je. Probraly se způsoby reflexe, které budou na kurzu u jednotlivých programů použity. Museli jsme si také určit, kdy a kdo bude v roli účastníků, abychom doplnili jejich počet.

Sedmá schůzka - poslední (14 dní před akcí)

Bylo dohodnuto, že na místo konání kurzu pojedou někteří instruktoři již den předem, aby si vyzkoušeli novou hru na večer, zbytek dorazí až v den začátku kurzu. Byly doladěny technické věci, jako kdy pojedou auto a co poveze, kdo vezme fotoaparát, kdo vytvoří nástěnku s denním programem. Dále byl vybrán člověk, v našem případě vedoucí kurzu, který bude mít úvodní slovo k účastníkům, ve kterém je přivítá a sdělí jim vše potřebné pro hladký průběh kurzu. Dále se dohodlo, co bude obsahovat posledním e-mail pro účastníky.

3.3 Průběh kurzu

PÁTEK VEČER

Začátek kurzu

Začátek kurzu byl naplánován na 18.30 hodin, což bylo úvodní slovo a společná večeře. Začátek herního bloku byl stanoven na 19.30 hodin. Účastníci dorazili na Spáleniště něco málo po sedmé hodině. Byli v celkem dobré náladě a plni očekávání. V tuto chvíli ještě nebyli všichni, měla dorazit ještě dvě auta po dvou lidech. Jedni dorazili v zápětí, druzí až v průběhu večerních aktivit. Naštěstí to nijak zvlášť nenarušilo chod programu.

3.3.1 Popis her

Společný pokřik

Cíl: Navzájem se na sebe naladit, zjistit co skupinu vystihuje, utužení společného ducha.

Pravidla: Účastníci mají za úkol, vymyslet si vlastní pokřik, který by nějak vystihoval jejich skupinu. Měl by být krátký výstižný, zapojit by se měl pokud možno každý.

Zhodnocení: Účastníci vymysleli něco společného, co je vystihuje a spojuje jenom je a žádnou jinou skupinu – skupinová identita.

Hra na jména – Dobrodružné hry a cvičení v přírodě; Jan Neuman; s.52

Cíl: Zbavení ostychu, seznámení se s jmény ostatních, pobavení.

Pravidla: Po příchodu na chalupu jsme požádali účastníky kurzu, aby si sehnali věc, která začíná na stejné písmenko jako jejich křestní jméno. Poté se všichni postavili do kroužku. V prvním kole se postupně každý představoval křestním jménem a přídavným jménem, které musí začínat stejným písmenkem jako jeho křestní jméno. Ve druhém kole musel každý říci své jméno, přídavné jméno a věc co si přinesl. Ve třetím kole každý představil člověka po pravici a pak sebe (i s přídavným jménem a věcí). Nakonec můžeme vyzvat účastníky, jestli si někdo troufne zopakovat všechna křestní jména, přídavná jména a věci.

Zhodnocení: Lidé se začali po této hře oslovovat jmény.

Rychle si vzpomeň – Kniha her a činnosti v klubovně i venku; Dušan Bartůněk; s. 18

Cíl: Procvičit si jména, pobavit se, postřeh, oční kontakt.

Pomůcky: Starý časopis nebo noviny.

Pravidla: Tato hra může sloužit jako seznamovací hra nebo na procvičování jmen. Všichni si sednou na židle do kruhu, nebo se postaví do kruhu a jeden hráč zůstane uprostřed. Jako pomůcku má srolované noviny. Vybere si jednoho sedícího a chce ho uhodit rolí papíru do hlavy. Vybraný jedinec může zachránit tím, že řekne jméno někoho jiného. Stihne-li to před úderem, hráč uprostřed musí vyrazit na nově označeného a situace se opakuje. Nestihne-li to, dostane ránu a vystřídá středového hráče.

Zhodnocení: Hra pobavila.

Vizitky – převzato ze semináře Vladimíra Mašáta Práce se skupinou v rámci VOŠ Jabok

Cíl: Dozvědět se o sobě něco nového, trénink paměti, simulace vzniku klepů.

Pomůcky: Kousky papíru vizitkového formátu, fixy, psací potřeby.

Pravidla: Na začátku si každý vyrobí na malý kousek papíru vizitku, kde bude jeho jméno (a ostatní detaily jsou už na něm). Poté si každý vymyslí na sebe tři věci, co jsou pro ně charakteristické, nebo co o nich platí (př. co mají za

zvíře, co dělají rádi, co mají rádi, kým by chtěli být...). Následně se rozptýlí po místnosti a začnou si vyměňovat vizitky. Hráč k někomu přijde a předá mu svou vizitku společně se třemi informacemi o sobě, zároveň ale převezme vizitku od toho druhého a vyslechne si informace o něm. V tento okamžik má v ruce vizitku toho, komu hráč dal svou vizitku. Teď musí předat vizitku, kterou má v ruce společně se 3 informacemi, které patří k autorovi vizitky zase někomu jinému a obdržet tak opět vizitku od někoho jiného atd., dokud lektor hry neukončí (cca 5 minut). Následně se opět sedne do kroužku a každý řekne čí má vizitku a jaké informace se k němu o jejím autorovi dostaly. Autor má poté možnost se k tomu vyjádřit, jestli je to dobře nebo špatně.

Zhodnocení: Při této hře se o sobě dozvěděli navzájem neznámé věci, obzvláště o novějších členech souboru. Někteří si uvědomili, že lidé by měli být kritičtější k informacím, které dostanou, a že je někdy lepší si je nejprve ověřit, než s nimi budou dále nakládat.

Tanec na kládě – Dobrodružné hry a cvičení v přírodě; Jan Neuman; s. 56

Cíl: Bližší kontakt, spolupráce, zbavení ostychu.

Pomůcky: Širší kláda nebo lavice.

Pravidla: Vybídneme skupinu, aby se postavila na lavici v libovolném pořadí. Poté jim řekneme, aby se přemístili tak, aby vytvořili lajnu, ve které budou seřazeni abecedně podle prvního písmena křestního jména. To znamená, že první vlevo bude stát např. Adam a vpravo na konci bude Zora. Zároveň platí ještě jedno další pravidlo. Po celou dobu přesunování musí zůstat celá skupina na lavici. Každý dotyk země bude penalizován nebo se daná osoba či celá skupina vrátí zpět do výchozího postavení. Úkol je splněn tehdy, když všichni členové skupiny dosáhnou správného zařazení bez pádu a hlasitě jeden po druhém řeknou svá křestní jména v abecedním pořádku (lze zvolit data narození, velikost místa narození, velikost nohy, barva vlasů atd.).

Zhodnocení: Jednotliví členové se k sobě dostali již poměrně fyzicky blízko. Touto hrou se snížil ostych a lidé poté měli menší problém se sebe navzájem dotýkat.

Lidský stroj – převzato z primárních prevencí Proxima Sociale

Cíl: Pobavení, spolupráce, rozvoj fantazie.

Pravidla: Hráče rozpočítáme na čtyři skupinky, například názvy vymyšlených strojů (Pidlibus, Hadrabus, Krokobus, Bublibus). Každé skupině je tajně sdělen jeden stroj a jejím úkolem je pantomimicky znázornit tento stroj ostatním. Nezúčastněné skupinky hádají, co by to mohlo být. Příkladem

strojů může být gramofon, mikrovlnka, kombajn, mrazák atd. V dalším kole můžete nechat skupinky, ať si vymyslí stroj sami.

Zhodnocení: Hra pobavila.

Kolektivní empatie – „Posilování pozitivních životních hodnot“ – Manuál KPPP, s. 16/II. část

Cíl: Naladit se na ostatní členy skupiny, pobavit se.

Pomůcky: Papír a tužka pro každého.

Pravidla: Nyní vám budu říkat jednotlivé položky a vaším úkolem bude napsat to, co pravděpodobně napíše většina z vás. Například, když řeknu „barva“, vyberte a napište tu barvu, o které si myslíte, že ji napíše ostatní. Po zodpovězení všech otázek se test vyhodnocuje. Většinová odpověď vyhrává, ten kdo ji má, napíše si tolik bodů, kolik lidí se na odpovědi shodlo. Typy na položky: barva, zvíře, nápoj, část oblečení, celebrita, pohádka atd.

Zhodnocení: Účastníci se museli na chvíli zklidnit a zkusit se vcítit do druhých. Povedlo se jim poměrně často shodnout, čímž se utužilo to, že jsou podobně naladěni.

Karty – převzato z kurzu Zážitková pedagogika I v rámci VOŠ Jabok

Cíl: Odbourání ostychu, pobavení, soutěživost.

Pomůcky: Karty, židle v kruhu pro každého.

Pravidla: Hráči se posadí do kruhu na židle. Hraje se s kartami na prší. Každý hráč dostane jednu kartu a musí si zapamatovat svou barvu. Smyslem hry je, že jedna osoba stojí uprostřed kruhu a náhodně losuje z balíčku karet. Příklad, když vytáhne červenou, každý v kruhu, kdo má barvu červenou, se posunuje o jedno místo doprava. Cílem této hry je takto obejít celý kruh a dostat se na své původní místo, ovšem nikdo jiný na něm nesmí sedět. A také pokud je vytažena vaše barva a někdo na vás sedí, nemůžete se přemístit a musíte počkat, až bude vaše barva opět vytažena a na vás nebude nikdo sedět.

Zhodnocení: V průběhu této hry většina lidí ztratila poslední ostych a pustit si ostatní lidi do své intimní zóny.

Létající koberec – „Posilování pozitivních životních hodnot“ – Manuál KPPP s. 15-16/II. část

Cíl: Vzájemná spolupráce, komunikace, blízký kontakt, synchronizace.

Pomůcky: Prostěradlo.

Pravidla: Skupina si vezme prostěradlo a rozprostře ho na zem. Nyní si všichni členové skupiny stoupnou na prostěradlo. Jejich úkolem je převrátit

prostěradlo tou staranou co se původně dotýkala zemně na vrch. – tzn. prostěradlo bude ležet naruby. Aby to ale nebylo tak jednoduché, nikdo při tom nesmí z prostěradla sestoupit, vyskočit ani přešlápnout. Hráči se mohou mezi sebou domlouvat.

Zhodnocení: Hra byla velice náročná a jen těžko proveditelná, přesto se všichni velice snažili, aby tento úkol splnili. Byli na sebe namačkaní, šlapali si po nohou a ztráceli rovnováhu, ale přesto to chtěli dokázat. Tato technika ukázala, že pokud chtějí něčeho dosáhnout, tak pro to udělají maximum i za cenu obětování vlastního pohodlí. Z časových důvodů se ale nepodařilo úkol splnit.

Zmatkovací – <http://www.hranostaj.cz/hra513>

Cíl: Pobavit, rozptýlit.

Pomůcky: Papírky s rolemi, píšťalka (na oznámení konce).

Pravidla: Hra probíhá ve tmě. Nejdříve se sesedne do kroužku a každý si vytáhne od instruktora hry jeden lísteček z klobouku. Ten rozbálí a na něm bude mít napsáno jméno postavy a úkol, který má během hrací doby splnit. Úkoly se dosti překrývají a odporují si, což ale účastníci ze začátku netuší. Následně se hráči rozmístí po místnosti a se zhasnutím hra začíná, každý se snaží plnit svůj úkol. Hra končí nějakým velmi výrazným zásahem organizátora do hry. Hra by měla trvat cca 3–7 minut, dle podmínek.

Zhodnocení: Hra odvedla pozornost od neúspěchu, rozptýlila a pobavila.

SOBOTA DOPOLEDNE

Snídaně se zavázanýma očima – převzato ze semináře *Zážitková pedagogika I v rámci VOŠ Jabok*

Cíl: Vzájemná spolupráce, komunikace.

Pomůcky: Šátek pro každého, potraviny různého druhu.

Pravidla: Účastníci jsou přivedeni do místnosti, usazeni k prázdnému stolu a jsou jim zavázány oči. Poté je před ně na stůl nanášeno jídlo na talířích a v mísách. Úkolem účastníků je se najíst se zavázanýma očima, jak to je na nich. Po nějaké době, kdy lidé dojírají, mohou instruktoři vyzvat k tomu aby, si již šátky sundali a v klidu dojedli, plynule na to navazuje reflexe.

Zhodnocení: Tato aktivita účastníky naladila poměrně negativně, neviděli v ní smysl. Bylo jim to nepříjemné a nedovedli se pořádně mezi sebou domluvit, proto někteří jedli suchý chleba. Někteří ocenili, že si na konci mohli rozvázat oči a v klidu se najíst. Některé části stolu mezi sebou komunikovali lépe, chovali se k sobě hezky a snídaně jim nečinila větší problém. Jiní rezignovali a jedli jenom to co leželo před nimi. Pár lidí i ocenilo, že si jídlo vychutnávali

intenzivněji. Zajímavé bylo, že když na sebe lidé nevidí, nemají potřebu si povídat, což ale bylo v tomto případě spíše na škodu.

Zvířetník profesora Péráka – „Zlatý fond her II“, Hrkal J., Hanuš R., s. 150

Cíl: Spolupráce ve skupinkách, rozvoj fantazie, vystupování před ostatními, pobavení.

Pomůcky: Pastelky, papír, psací potřeby, případně fotoaparáty, notebook, projektor.

Pravidla: Profesor Pérák seznamuje velectěné auditorium s výsledky svého bádání o objevech nových, do této doby nepoznaných zástupců fauny a flóry. Např. Kýval Kmitavý – náš jediný rostlino-pták z čeledi fytopteridae. Účastníci jsou rozděleni podle předem stanoveného klíče do 4–5 výzkumných týmů. Jejich úkolem je do 60 minut pojmenovat, nakreslit a popsat nový živočišný druh, zaznamenat jeho místo výskytu, způsob obživy, množení atd. (počet druhů je závislý na invenci týmů). Poté následuje kongres, kde jednotlivé týmy seznamují posluchače se svými objevy. Přednášky mohou být doplněny zvukovými nahrávkami či dokumentárním filmem (sehrání scénky).

Zhodnocení: Hra působila dobře na spolupráci v jednotlivých malých týmech, účastníci měli prostor popustit uzdu fantazii a natrénovat si brainstorming. Při zpětné vazbě vyšlo najevo, že někteří se nechali zcela strhnout hrou. Jiní měli trochu ostych vystupovat před ostatními s improvizovaným textem, ale všichni to velice dobře překonali.

SOBOTA ODPOLEDNE

Sedmičky

Cíl: Trénink paměti a strategie, aktivní relaxace v přírodě, případná kooperace.

Pomůcky: Sedm předepsaných karet, sedm tužek, napínáčky, provázek.

Pravidla: Nejprve je potřeba si připravit 7 čtvrtek A4. Každá čtvrtka bude mít své číslo (od 1 do 7) a tolik řádků, kolik je soutěžících, dále bude mít dva sloupce. Levý bude předem vyplněný, pravý budou doplňovat soutěžící. Do levého sloupce napište slova z jedné oblasti (př. ovoce, chemické sloučeniny, stát atd.) podle počtu soutěžících – jeden soutěžící = jedno slovo. Každá ze čtvrtek bude mít v levém sloupci slova z určité oblasti. V praxi to znamená, že pokud budeme mít 10 hráčů, musíme vymyslet celkem 70 slov ze sedmi různých oblastí. Karty rozmístíme po krajině, v dostatečné vzdálenosti od sebe v nahodilém číselném pořadí (tak aby na sebe nenavazovaly a z dálky nebylo vidět číslo karty) společně s obyčejnou tužkou. Hráči budou vyplňovat karty tím způsobem, že bude mít každý hráč přidělený jeden řádek – jedno

číslo řádku a musí z karty číslo jedna z levého sloupce přepsat své slovo do karty číslo dva do pravého sloupce, dále z karty číslo dva do karty číslo tři... z karty číslo sedm do karty číslo jedna. S hráči před zahájením soutěže projdeme všechna stanoviště, ukážeme jim kde jsou karty, ale neukážeme jim čísla karet. Poté se vrátíme do místa startu a můžeme zahájit celou hru. Hráči vybíhají společně. Hráč dobíhá do cíle tehdy, když má vyplněny všechny své řádky. Hodnotí se rychlost i přesnost.

Zhodnocení: Hra účastníky nadchla, bylo jim příjemné se venku proběhnout a zároveň si moci určovat tempo sami, nebo si zasoutěžit. Bylo taky zajímavější se účastníci poznali i z hlediska fyzické zdatnosti a paměti, jelikož do takovéto situace se spolu běžně nedostávají.

Lenoráj – „Zlatý fond her III“ Daniela Zounková, s. 73

Cíl: Odpočinout si, pobavit se.

Pomůcky: Kancelářské sponky, háčky, připínáčky, potraviny v širokém spektru druhů podle denní doby /pro snídani, oběd, svačinu...

Pravidla: Instruktor převlečený za Hloupého Honzu spí v peřinách na peci (stole, louce, pařezu...). Když se kolem něj shromáždí hráči, probudí se, chvíli volá mámu, aby jej otočila na peci. Pak hráčům vypráví příběh o zemi, kde jsou všechny věci, rostliny, stromy, kmeny, tekutiny apod. jedlé a lepší než v „normálním „ světě (viz pohádka od Jana Drdy *Jak šel Honza do Lenoráje*).

Po dokončení příběhu se vydá Hloupý Honza a hráči takovou zem hledat. Nachází ji nedaleko (cesta je pohodlná a cílem není hráče utahat). Nachází tam nejroztodivnější rostliny, stromy a věci, kde je rozmístěno jídlo. Hloupý Honza provede všechny hráče křížem krážem skrz Lenoráj a pak je vyzve, aby si taky trochu užili téhle vysněné zemně. Zdůrazní, že se zde ale NESMÍ pracovat, jinak bude dotyčná osoba z Lenoráje okamžitě vypovězena! Tím motivuje hráče, aby se pokud možno co nejméně hýbali a vymýšleli nejkurióznější řešení, jak se najíst a přitom se nenamáhat. V centru či vedle Lenoráje je připraven prostor na sezení či ležení, kde se mohou hráči ukládat k odpočinku po námaze z kousání jídla a v klidu konverzovat. Hra končí tím, že Hloupý Honza začne naříkat, že je prochlady a že chce odnést zpátky na pec.

Zhodnocení: Při hře účastníci načerpali síly a pobavili se.

SOBOTA VEČER

Zrcadlo pravdy – hra vznikla úpravou některých starších her speciálně pro kurz „Pojďte pane budeme si hrát“, autory jsou studenti Jaboku)

Cíl: Hra by měla sloužit k hlubšímu porozumění sám sobě, dát hráčům čas a příležitost se zamyslet se sám na sebou, jaký byl je a kam směřuje jejich život. Hra dává prostor pro utřídění si toho co je pro člověka v životě důležité a stanovení si vlastních priorit.

Pomůcky: Hudba, 4 velké svíce, velké množství čajových svíček, sklenice (na svíce), černé oblečení, světlo k zrcadlu, zrcadlo v truhle, nádoba na vodu, lopatka pro zakopání, hračky, věci stáří a budoucnost, velká kniha pro osud – černý samet, klíče – svazek velkých klíčů, látky velké a tmavé, 3 lana

Pravidla: Pravidla hry jsou v příloze č. 1, jelikož hra je dlouhá a zabírala by zde příliš místa.

Zhodnocení: Hra měla na většinu zúčastněných silnější dopad. Probíhala individuálně a každý si sám za sebe mohl hodnotit co je, bylo a bude v jejich životě důležité. Při reflexi další den ráno se vyjadřovali ke hře jako k přínosné. Oceňovali, že měli prostor pro zamyšlení se nad svým životem, lépe poznali kam směřují a jací jsou.

NEDĚLE DOPOLEDNE

Čelorožci

Cíl: Pobavení, rozhýbání se, aktivizace skupiny.

Pomůcky: Nafukovací balónky, připínáčky, lepenka, provázky, nůžky.

Pravidla: Každý z hráčů má na čele pomocí lepenky připevněný napínáček a nafukovací balónek přivázaný na zadní část těla. Hráči běhají po čtyřech po vyznačeném prostoru a snaží se pomocí špendlíku prasknout spoluhráčům balónky. Komu balónek prasknul, ten vypadl ze hry.

Zhodnocení: Hra pobavila.

Architekti – přejato ze zážitkového kurzu Dobro a zlo pořádaného Královehradeckou diecézí

Cíl: Komunikace, spolupráce na společném cíli, sehrání skupiny.

Pomůcky: Dětské dřevěné kostičky, gumička do vlasů s navázanými provázky, pro každého hráče jeden.

Pravidla: Všichni stojí v kruhu, každý drží konec provázku navázaný na gumičce a snaží se společně postavit z kostek, co jsou uprostřed, co nejvyšší věž.

Zhodnocení: Při této hře se projeví některé vůdčí osoby, které do té doby zanikali. Ostatní překvapili svými nápady a schopností je aplikovat v praxi.

Naopak jiní, kteří jsou obvykle vůdčími, se při této hře stáhli do pozadí. Pro většinu lidí bylo zajímavé si tyto role vyměnit a poznat se navzájem v jiné situaci. Tato hra přispěla k většímu vcitění se do opačných rolí a pozic ve skupině a k bližšímu poznání lidí ve skupině.

Plavba přes oceán – „Posilování pozitivních životních hodnot“ – Manuál KPPP, s. 18-19/II. část

Cíl: Spolupráce, komunikace.

Pomůcky: Pevná židle pro každého.

Pravidla: Jste rozděleni do dvou skupin. Každý z Vás má k dispozici jednu židli. Seřadte se nyní každá skupina do řady i se židlemi tak, aby skupiny byly naproti sobě a mezi nimi byl celý prostor vyklizené místnosti. Vaším úkolem je, v co nejkratším čase se dopravit na druhou stranu místnosti, aniž byste šlápli nohou na zem, tedy nesmíte ze židle seskočit, ani spadnout. Pokud by se Vám to stalo, musí skupinka kde někdo spadne, vše absolvovat znovu ze startovní pozice. Za celou dobu plavby nesmíte vydat jediný hlasitý zvuk, aby vás nesežrali žraloci, tzn. nemluvit, nevydávat žádné zvuky a se židlemi manipulovat naprosto tiše, neslyšně. Pokud bude někdo z vaší skupiny hlučet, bude mu žralokem – instruktorem odebrána židle. Vyhrává ta skupina, která se dostane na druhou stranu jako první.

Zhodnocení: Hra nebyla z časových důvodů zařazena.

Tichá dohoda – http://herka.deka.cz/index.php/Tich%C3%A1_dohoda

Cíl: Komunikace, spolupráce, porozumění, pobavení.

Pomůcky: Připravené jednoduché úkoly – vyjádřené jednou větou, které bude třeba splnit.

Pravidla: Každému členu skupinky řekneme kousek věty (např. "dejte si pravou", "ruku za hlavu", "stoupněte si na levou", "nohu a", "tříkrát dupněte"). Po zaznění startovního signálu musí skupinka úkol co nejrychleji splnit. Ale nesmí u toho mluvit ani psát. Musí si tedy společně nějak sdělit zadání a pak se domluvit na plnění.

Zhodnocení: Hra nebyla z časových důvodů zařazena.

Dobíjení baterek – <http://www.hranostaj.cz/hra71>

Cíl: Vzájemná podpora a „pohlazení“ mezi členy skupiny, prostor pro to sdělit si něco hezkého.

Pomůcky: Papír A3 a tužka pro každého, lepenka.

Postup: Každý si na papír obtáhne svá vlastní chodidla a tento papír se mu pak připevní na záda. Vzájemně si pak každý každému napíše nějakou pozitivní stopu, kterou v nich konkrétní člověk zanechal.

Zhodnocení: Většina lidí přivítala prostor moci sdělit ostatním lidem něco pozitivního, příjemného. Bylo vidět, že do očí si to často neříkají, a proto byl toto ideální způsob jak druhého za něco pochválit, nebo mu poděkovat. O této aktivitě hovořili účastníci ještě dlouho po kurzu, díky tomu že na sebe dostal každý pozitivní zpětnou vazbu.

Rituál na konec

Cíl: Vytvořit společné dílo, které vystihne skupinu i kurz, zamyslet se jaké to bylo a přenést to na papír.

Pomůcky: Velký papír a na něm velký kruh, různé nejedovaté tekuté barvy, dlaně účastníků.

Pravidla: Všichni obtisknou společně a barevně své dlaně na papír do kruhu, kolikrát budou chtít a jak barevně budou chtít. Tím vznikne společná mandala. Účastníky můžeme vyzvat k tichu při práci.

Zhodnocení: Většina účastníků malovala s nadšením a užívala si hru s barvami, jiní po chvíli odstoupili a sledovali dílo z povzdálí. Během tvorby se nepodařilo, aby bylo úplné ticho, účastníci se mezi sebou občas domlouvali, často to ale bylo proto, aby si navzájem nenarušili svoje dílo. Myslím že se úplně nezdařilo, aby tento výtvar brali jako jejich společné závěrečné dílo.

3.2 Závěr kurzu

Závěrečná reflexe

Závěrečná reflexe probíhala jak písemnou formou (Dotazník č. 1) tak i ústní. Nejprve proběhla písemná, která byla zařazena z toho důvodu, aby každý účastník sám za sebe měl čas a možnost se zamyslet nad uplynulým víkendem a také proto, aby měli instruktoři možnost zhodnotit úspěšnost kurzu.

Při ústní reflexi se účastníci vyjadřovali celkově kladně k celému kurzu, bylo z nich znát, že jsou nadšeni a plni zážitků. Většina z nich měla potřebu ostatním sdělit svou spokojenost s kurzem. Nejvíce vyzdvihovali především přínos pro soubor a v neposlední řadě také zábavu, kterou zažili.

Výsledky písemné reflexe

Pokusím se z každé otázky vystihnout to podstatné a zajímavé. Soustředím se při tom hlavně na hlavní cíl, který byl pro tento kurz stanoven. Někdy se účastník rozepsal v jedné odpovědi o více cílech, což znamená, že počet výpovědí neodpovídá počtu respondentů. V závorce za otázkou je počet odpovědí, jelikož ne každý odpověděl na všechny otázky.

1. **Jaká si měl/a očekávání od kurzu?** (celkem 14 odpovědí)

- 10 výpovědí – bližší seznámení se s členy souboru
- 5 výpovědí – užiji si srandu
- 2 výpovědi – stmelení kolektivu

2. **Jak se očekávání naplnila?** (14 odpovědí)

- 7 výpovědí – bližší poznání členů souboru
- 5 výpovědí – zábava
- 3 výpovědi – stmelení kolektivu

3. **Měl tento kurz podle tebe vliv na skupinu?** (13 odpovědí)

13 lidí odpovědělo Ano

- 7 výpovědí – stmelení kolektivu
- 4 výpovědi – zlepšení komunikace
- 2 výpovědi – zlepšení spolupráce
- 1 výpověď – bližší poznání členů souboru

4. **Co tě překvapilo?** (16 odpovědí)

- 7 výpovědí – bližší poznání členů souboru
- 3 výpovědi – stmelení kolektivu
- 1 výpověď – sebezpoznání
- 1 výpověď – zlepšení spolupráce

5. **Co ti kurz dal?** (16 odpovědí)

- 7 výpovědí - bližší poznání členů souboru
- 6 výpovědí – sebezpoznání
- 3 výpovědi - stmelení kolektivu
- 1 výpověď - zlepšení komunikace

6. **Co ti kurz vzal?** (16 odpovědí)

Nejčastěji se zde objevovalo, že energii a čas. Přesto toho nikdo nelitoval. Objevila se i odpověď, že vzal pár předsudků.

7. Překvapil tě někdo? (16 odpovědí)

Pět lidí se vyjádřilo tak, že ho nikdo nepřekvapil, ostatní poznali některé členy souboru blíže a z jiné stránky.

8. Co dodat? (11 odpovědí)

Poslední otázka zůstala volná, kdyby chtěl někdo ještě sdělit něco, na co nebyl prostor.

Tuto otázku účastníci většinou využili k chvále a díkům za kurz, někteří oceňovali, že poznali blíže své kolegy ze souboru, jiní si stěžovali na snídani se zavázanýma očima.

Zdá se dle těchto výpovědí, že kurz měl podle účastníků největší úspěch hlavně v bližším seznámení se mezi členy souboru, poté si taky pochvalovali větší stmelení kolektivu a v neposlední řadě hodně lidí oceňovalo bližší sebezpoznání. Trochu méně lidí zmiňovalo zlepšení komunikace a spolupráce. Rozhodně se na ale na kurzu všichni pobavili, zažili něco společného, na co mohou později vzpomínat. Podle výpovědí v tomto dotazníku bylo vidět, že bezprostředně po skončení kurzu byli plni pozitivních zážitků a pocitu větší sounáležitosti s těmi, co se také kurzu zúčastnili.

Konec kurzu

Kurz oficiálně skončil v neděli po obědě. Myslím, že velmi přínosné bylo, že dobu před odchodem na autobus účastníci využili k tomu, aby si společně sedli a bavili se o souboru. O tom co se na kurzu naučili a jak to využít dále. Zjistili, že to jde, aby spolu navzájem ještě lépe spolupracovali a komunikovali. Hledali společně možnosti jak si tuto zkušenost přenést do reality a do dalšího společného projektu.

4 VÝZKUM

Název mé práce je „Naplnění cílů prožitkového kurzu pořádaného studenty Jaboku“, z toho plyne i cíl mé práce a to přijít na to, jestli byly naplněny cíle kurzu, které jsme si vytyčili. Přijít se na to budu snažit pomocí analýzy Dotazníku č. 2 (viz příloha č. 3), který účastníci obdrželi e-mailem zhruba tři měsíce po skončení kurzu a zároveň částečně z reflexe (Dotazník č. 1. – viz příloha č. 2), kterou účastníci vyplňovali písemně po skončení kurzu.

4.1 Stanovené cíle

Pro tento prožitkový kurz jsme si vytyčili následující cíle. Při jejich stanovování jsme se snažili přihlídnout na specifika dané skupiny.

Hlavní cíl:

„Umožnit sebepoznání a vzájemné bližší poznání členů skupiny. Stmelit skupinu, prohloubit spolupráci a komunikaci účastníků.“

Cíl jsem rozpracovala do pěti bodů, aby se mi lépe vyhodnocovalo to, jaké cíle a z jaké části byly naplněny.

- 1) sebepoznání
- 2) bližší poznání členů skupiny
- 3) stmelení kolektivu
- 4) prohloubit spolupráci
- 5) prohloubit komunikaci

4.2 Hypotézy výzkumu

1. Podařilo se naplnit z velké části hlavní cíl
2. Kurz byl pro účastníky celkově přínosný

4.3 Vyhodnocení Dotazníků (čtvrt roku po akci)

V dotazníku bylo celkem 14 otázek (viz příloha č. 3: Dotazník č. 2), účastníci ho obdrželi zhruba po třech měsících od skončení akce e-mailem, díky tomu nebyla návratnost stoprocentní. Dotazník vyplnilo 12 účastníků z 16, což může mít vliv na výsledek výzkumu, jelikož každý nevyužil možnosti se ke kurzu vyjádřit. Mohlo by to mít vliv na výsledky výzkumu také proto, že nejspíš neodpověděli právě Ti, na které kurz zapůsobil

pravděpodobně nejméně. Je možné, že tito účastníci neměli vůbec motivaci dotazník vyplňovat.

Pokusím se analýzou dotazníku přijít na to, jaký měl kurz vliv na skupinu z hlediska dlouhodobějšího působení. Zároveň se tím také pokusím přijít na to, jestli byly stanovené cíle naplněny, nenaplněny nebo z jaké části. Pro větší přehlednost jsem zaznamenávala výsledky z jednotlivých otázek do tabulky, kde jsou ve sloupcích vypsány výsledky kladné, záporné a ostatní s příslušným počtem odpovědí. V některých případech jsou v horním řádku jiné kategorie výsledků a to podle typu otázky. Pod tím je prostor pro vypsání konkrétních odpovědí. Když se některé odpovědi opakovaly, je na začátku řádku napsáno kolikrát. Někdy se stane že, ve sloupci pod nějakou odpovědí neodpovídá počet konkrétních výpovědí, to je z toho důvodu, že to byly odpovědi stručné, o ničem dalším nevypovídající.

4.3.1 Z Dotazníku č. 2 plynou následující závěry:

1. Jak jsi s kurzem spokojený (líbil se ti)?

Výsledek	Ano	Ne	Ostatní
Kolikrát	12x	0x	0x
Konkrétně	odreagoval/a jsem se únavné, ale stálo to za to lepší než jsem čekal/a zajímavá zkušenost škoda, že netrval déle		

2. Byl kurz přínosem?

Výsledek	Ano	Ne	Ostatní
Kolikrát	10x	1x	1x
Konkrétně	3x osobní přínos stmelení zjistil/a jsem, jak se lidé chovají v různých situacích prospěl nováčkům pro rozkoukání	k hodně lidem ve skupině už mám vztah vytvořený	ano, ale větší přínos by byl, kdyby jeli všichni ze souboru

3. Vidíš nějaký rozdíl po absolvování kurzu? Pokud ano v čem?

Výsledek	Ano	Ne	Ostatní
Kolikrát	8x	3x	1x
Konkrétně	3x některé jsem poznal/a více 2x s některými se bavím více jsme si blíží stmelení posílení jádra	jen příjemná zkušenost znala jsem je už dříve	rozdíl nevidím, ale nemyslím si, že to nemělo smysl

4. Měl kurz nějaký vliv na fungování skupiny?

Výsledek	Ano	Ne	Ostatní
Kolikrát	6x	3x	3x
Konkrétně	2x lepší spolupráce lepší komunikace bližší vzájemné poznání stmelení	skupina už dříve fungovala	jen více společných zážitků jen si máme o čem povídat

5. Změnilo se v něčem tvé vnímání skupiny?

Výsledek	Ano	Ne	Ostatní
Kolikrát	7x	4x	1x
Konkrétně	4x u některých lidí prohloubily se vztahy vnímám nás jako skupinu		ne radikálně, spíše jiným vnímáním členů a tím i skupiny

6. Zjistil/a jsi tu o ostatních lidech něco nového?

Výsledek	Ano	Ne	Ostatní
Kolikrát	8x	3x	1x
Konkrétně	2x o někom ano jak se ostatní chovají v neobvyklých situacích	už jsme se znali	

7. Poznal/a jsi tu lidi blíže? Pokud ano v čem?

Výsledek	Ano	Ne	Ostatní
Kolikrát	9x	1x	2x
Konkrétně	3x někoho lépe	většina lidí se tolik	některé bych chtěl/a poznat blíže
	jsou to fajn lidi	neotevřela	ne, jen jsem se s některými lidmi bavil/a více
	jak vnímají různé věci		
	jak se chovají v jiných situacích		
	jaké mají záliby		

8. Vnímáš nějaký rozdíl mezi členy souboru, kteří se kurzu zúčastnili a těmi co se nezúčastnili?

Výsledek	Ano	Ne	Ostatní
Kolikrát	6x	2x	4x
Konkrétně	ti, co se neúčastnili, neznají některé hlášky	přišli o zážitky	2x po čase se to srovná
	k těm, co nebyli na kurzu, jsem si nenašel/a takovou cestu porozumění	je škoda, že tam nebyli	některé lidi co nejeli ani neznám
	posílení jádra	všichni	
	ti, co se neúčastnili, jsou z kolektivu trochu stranou		
	není to zásadní		
	jen u jednotlivců		

9. Pokud jsi se na kurzu něco nového naučil/a, využíváš to i v kontaktu s těmi co se kurzu nezúčastnili?

Výsledek	Ano	Ne	Ostatní
Kolikrát	4x	4x	4x
Konkrétně	přestal/a jsem hodnotit lidi na první pohled		spíše podvědomě
	více vnímám lidi, jak se chovají ke mně a k druhým		
	přejímání komunikačního stylu skupiny		

10. Myslíš, že tento kurz přispěl k začlenění všech členů do skupiny, i těch co se kurzu nezúčastnili?

Výsledek	Ano	Ne	Ostatní
Kolikrát	1x	7x	4x
Konkrétně	Jestli si každý z kurzu odnesl něco, pomocí čeho může blíže, či snáze pochopit druhého, k začlenění to přispět může	2x těm co nejeli, to chybí, podle mě měli jet všichni	2x ti co tam byli, to stmelilo možná že někdo nejel, protože se necítí být členem

11. Jaký byl tvůj nejsilnější zážitek na kurzu?

Výsledek	Noční hra	Ostatní
Kolikrát	9x	3x
Konkrétně	sáhl/a jsem si do nitra, což je vždy emotivní dostalo mě to	pozitivní stopa skvělé večery sedmičky

12. Co jsi se o sobě na kurzu dozvěděl/a?

Výsledek	O sobě	Nic	Ostatní
Kolikrát	5x	3x	4x
Konkrétně	více se vnitřně vnímat a sledovat sám sebe podíval/a jsem se do své osoby, to mi pomohlo, pár věcí si ve svém životě uvědomit překvapivě i nějaké dobré věci některé věci o sobě jsem si ujasnil/a	3x nic nového	dokážu žít se souborem nemám rád hraní si na efekt a na emoce spíš o ostatních

13. Získal/a jsi nové zkušenosti nebo dovednosti na kurzu? Pokud ano jaké?

Výsledek	Ano	Ne	Ostatní
Kolikrát	4x	4x	5x
Konkrétně	<p>lepší porozumění ostatním</p> <p>zbavil/a jsem se zlovyku, hodnotit lidi na první pohled</p> <p>vytvořil/a jsem si důvěru k lidem které neznám, myslel/a jsem, že to nedokážu</p> <p>větší empatie</p>		2x zkušenost s tím jak může takový kurz vypadat

14. Změnilo se tvé vnímání sebe sama? Pokud ano v čem?

Výsledek	Ano	Ne	Ostatní
Kolikrát	3x	6x	3x
Konkrétně	<p>měl/a jsem čas o sobě víc přemýšlet, ujasnil/a jsem si pár věcí</p> <p>malinko jsem si začal/a vážit některých věcí</p> <p>některé poznatky mi to určitě přineslo.</p>		<p>ve větší skupině nemůžu být sám/a sebou a tam se mi podařilo být, aspoň na chvíli.</p> <p>dozvěděl/a jsem se na sebe něco negativního, což je vlastně přínosné</p>

4.3.2 Zhodnocení naplnění cílů

Na základě Dotazníku č. 2 se pokusím zhodnotit naplnění cílů prožitkového kurzu „Pojďte, pane, budeme si hrát“. U každé části cíle jsem zhodnotila jeho naplnění tím, že jsem si přečetla otázky směřující k určitému cíli a na základě množství výpovědí jsem stanovila, jestli byl cíl naplněn, nenaplněn nebo z jaké části.

Sebepoznání

Analýzou otázek 2, 9, 11, 12, 13 a 14 jsem přišla k závěru, že v oblasti „sebepoznání“ byl cíl z velké části naplněn, obzvláště díky večerní hře *Zrcadlo pravdy*, při které hodně lidí ocenilo možnost zamyslet se nad sebou a urovnat si myšlenky. Kladných ohlasů, které svedší o tom, že byl cíl naplněn, je celkem 19.

Nejčastěji účastníci vyzdvihovali následující:

- „zbavil/a jsem se zlovyku, hodnotit lidi na první pohled“(2x)
- „více vnímám lidi, jak se chovají ke mně a k druhým“
- „sáhl/a jsem si do nitra, což je vždy emotivní“
- „více se vnitřně vnímám a sleduji sám sebe“,
- „podíval/a jsem se do své osoby, to mi pomohlo, pár věcí si ve svém životě uvědomit“
- „některé věci o sobě jsem si ujasnil/a“
- „lepší porozumění ostatním“
- „vytvořil/a jsem si důvěru k lidem které neznám, myslel/a jsem, že to nedokážu“
- „měl/a jsem čas o sobě víc přemýšlet“
- „ujasnily/a jsem si pár věcí“
- „malinko jsem si začal/a vážit některých věcí“

Bližší poznání členů skupiny

Po rozboru otázek č. 2, 3, 4, 5, 6, 7 a 8 jsem došla k závěru, že i cíl „*bližší poznání členů skupiny*“ byl z velké části naplněn, kladných výpovědí k němu bylo celkem 18.

Nejčastěji oceňovali následující:

- „některé jsem poznal/a více“(6x)
- „zjistil/a jsem, jak se ostatní chovají v jiných situacích“ (3x)
- „s některými se bavím více“(2x)
- „bližší vzájemné poznání“
- „prohloubily se vztahy“
- „vnímám nás jako skupinu“
- „jiným vnímáním členů a tím i skupiny“
- „zjistil/a jsem, že to jsou fajn lidi“
- „jak ostatní vnímají různé věci“
- „jaké mají záliby“

Stmelení kolektivu

Na základě otázek č. 2, 3, 4 a 10 jsem došla k závěru, že cíl „*stmelení kolektivu*“ byl naplněn z části, celkově se k tomuto cíli vztahovalo 6 výpovědí.

Výpovědi, které se vyskytly:

- „prospěl nováčkům pro rozkoukání“
- „jsme si blíží“
- „ti co tam byli, to stmelilo“

Podle otázky č. 8 je patrné, že na účastníky v tomto směru kurz zapůsobil dobře. Spíše měl ze začátku neblahý vliv na ty, co se kurzu nezúčastnili.

Soudím tak dle výpovědí:

- „ti, co se neúčastnili, tak neznají, některé hlášky“,
- „k těm, co nebyli na kurzu, jsem si nenašel/a takovou cestu porozumění“
- „posílení jádra“,
- „ti, co se neúčastnili, jsou z kolektivu trochu stranou“.

Hodně lidí projevovalo zájem na tom, aby se kurzu zúčastnili všichni členové souboru, což bohužel nebylo v našich silách zajistit. Myslím, že se to také projevuje na naplnění tohoto cíle, jelikož účastníci vnímají skupinu jako celý soubor a ne jen ty co byli na kurzu.

Prohloubit spolupráci

Cíl „*prohloubit spolupráci*“ se podařilo naplnit z menší části, alespoň podle výpovědí účastníků. Kladné ohlasy vypovídající přímo o tomto cíli byly pouze dva a to v otázce č. 4. Je možné, že v tomto ohledu již skupina dobře spolupracovala dříve, jelikož v době kurzu měla za sebou společně již hodně práce, při které museli navzájem spolupracovat a vycházet si vstříc. Proto možná většina lidí v tomto ohledu nevnímala kurz jako výrazně přínosný. Také je možné, že v tomto směru vnímají cíl jako přínosný, ale popsali to jinými slovy. Často totiž hovoří o stmelení kolektivu, což má určitě taky kladný vliv na spolupráci skupiny.

Prohloubit komunikaci

Ohlas účastníků na cíl „*prohloubit komunikaci*“ nebyl příliš výrazný, výpovědi se ukázaly pouze v otázce č. 3, 4 a 9, tento cíl byl podle účastníků naplněn jen z menší části.

Kladné výpovědi se objevily celkem 4 a to hlavně:

- „s některými se bavím více,..“(2x)

Je otázkou jestli kurz v tomto měl skutečně tak malý přínos, nebo to účastníci nevnímají, či nepotřebovali vylepšit. Další možnost je, že ostatní cíle zastřely tento cíl. Je také možné, že popsali naplnění tohoto cíle jinými slovy, třeba tak že se v souboru stmelil kolektiv.

4.4 Celkové vyhodnocení výzkumu

Závěrem výzkumu se dá říci, že v oblasti sebepoznání byl cíl naplněn velice dobře, v oblasti bližšího poznání skupiny také, stmelení kolektivu bylo

naplněno zhruba na půl a prohloubení spolupráce a komunikace spíše z menší části, i když ne zanedbatelní. Z toho plyne, že hlavní cíl kurzu „**Umožnit sebepoznání a vzájemné bližší poznání členů skupiny. Stmelit skupinu, prohloubit spolupráci a komunikaci účastníků.**“ byl z velké části naplněn.

4.5 Zhodnocení hypotéz výzkumu

Hypotéza č. 1.: Podařilo se naplnit z velké části hlavní cíl

Tato hypotéza se naplnila, kurz pořádaný studenty Jaboku dovedl z velké části naplnit cíle, které si před kurzem vytyčili.

Hypotéza č. 2.: Kurz byl pro účastníky celkově přínosný

Tato hypotéza se také potvrdila, hlavně v oblasti sebepoznání a bližším poznání se navzájem. Jako velký přínos hodnotili účastníci prostor pro zamyšlení se nad svým životem a také větší sblížení se s ostatními účastníky. V neposlední řadě to pro ně byl zábavný víkend, na který i po čase rádi vzpomínají. Potvrzuje to i Dotazník č. 2, ve kterém si kurz většina účastníků chválila.

Z mého výzkumu plyne, že obě hypotézy byly potvrzeny. Cíl, který byl stanoven pro tento kurz, byl z velké části naplněn. Účastníci i po třech měsících hodnotili kurz jako přínosný pro ně samotné a hlavně pro soubor Black Velvet. Už na začátku mi bylo jasné, že je velmi těžké naplnit všechny části cíle na maximum, proto tento výsledek hodnotím jako velice dobrý.

5 ZÁVĚR

Ve své práci jsem si dala za cíl zjistit, jak byly naplněny cíle zážitkového kurzu *Pojďte pane, budeme si hrát*, pořádaného studenty Jaboku. V kapitole číslo 1 a 2, obsahující teoretickou část, jsem se snažila přiblížit metodu zážitkové pedagogiky jako celku, což se mi myslím z větší části podařilo. Bylo ovšem těžké vměstnat teorii na pár stránek. Proto mi přijde, že občas je teoretická část poněkud zestručňující, ale pro tuto práci dostačující.

Ve 3. kapitole popisuji přípravu a samotný průběh kurzu *Pojďte pane, budeme si hrát*. Snažila jsem se přiblížit, jak taková tvorba kurzu probíhá. Zajímavá pro mě byla při psaní této kapitoly především konfrontace s teorií. Při tvorbě kurzu, jsme se snažili postupovat svědomitě, ale dnes už vidím, že to mělo určité nedostatky, především z důvodu nevědomosti. Určitě pro mě bylo přínosem porovnat přípravu kurzu s literaturou. I přesto si ale myslím, že tato práce by mohla být praktickým pomocníkem pro ostatní začínající instruktory při organizování zážitkových kurzů, jelikož je tu návod přípravy zážitkového kurzu krok po kroku s popsány jednotlivými hrami a praktickou ukázkou. Poněkud mě také zaskočilo zjištění, že spousta her se již dostala do povědomí instruktorů a běžně je používají, aniž by byl dohledatelný jejich zdroj.

Bylo pro mě zajímavé zamýšlet se nad tím, jaký měly jednotlivé hry dopad na účastníky. Hlavně z toho důvodu, že jsem měla většinou možnost se zapojit jako zúčastněný pozorovatel. Bylo to jiné, než si zahrát hru a nechat jí pouze na sebe působit. Musela jsem se zpětně zamýšlet nad tím, jak hra zapůsobila na skupinu i jednotlivce, což pro sebe hodnotím jako přínosné, jelikož jsem se ještě nikdy takhle zpětně hluboce nezamýšlela nad proběhlým kurzem.

Ve 4 kapitole podrobně popisuji průběh a výsledky výzkumu. Z tohoto šetření vyplývá, že cíle kurzu byly z velké části naplněny. Musím přiznat, že mě tyto výsledky mile překvapily. Výpovědi v dotaznících hovořily skoro ve všech případech velmi kladně o kurzu. Při práci mě trochu zaskočilo, jak těžké pro mě občas bylo získat výsledky z dotazníků. Dotazníky totiž obsahovaly otevřené otázky a otázky nebyly směřovány přímo na cíle kurzu. Učinila jsem tak, abych získala od účastníků plný náhled na kurz, ale občas bohužel na úkor snadného vyhodnocení dotazníků. Díky tomu už vím, že dobře vypracovaný dotazník může velmi usnadnit práci při vyhodnocování.

Obě moje hypotézy výzkumu byly naplněny. Čímž se potvrdilo, že kurz byl pro účastníky z velké části přínosný. Myslím, že je to celkem zajímavé zjištění, jelikož kurz pořádali studenti, kteří většinou s organizováním zážitkových kurzu nemají bohaté zkušenosti. Potvrdilo se tím také to, že nadšení a nasazení instruktoů má velký vliv na úspěch zážitkového kurzu.

6 SEZNAM LITERATURY

LITERATURA

- BARTŮŇEK, Dušan, ***Kniha her a činnosti v klubovně i venku***, Praha: Portál, 2002
- BERNARDOVÁ, Ivana a kol., ***Posilování pozitivních životních hodnot a postojů***, Praha: KPPP, 2007
- CSIKSZENTMIHALYI, Mihaly, ***O štěstí a smyslu života***, Praha: Lidové noviny, 1996
- ČINČERA, Jan, ***Práce s hrou pro profesionály***, Praha: Grada Publishing, 2007
- HOLEC, Ota a kol., ***Instruktorský slabikář***, Uherské Hradiště: Prázdninová škola Lipnice, 1994
- HRKAL, Jan, HANUŠ, Radek, ***Zlatý fond her II***, Praha: Portál, 2007
- HRONÍK, František, ***Rozvoj a vzdělávání pracovníků***, Praha: Grada Publishing, 2006
- NEUMAN, Jan, ***Dobrodružné hry a cvičení v přírodě***, Praha: Portál, 1998
- PELÁNEK, Radek, ***Příručka instruktora zážitkových akcí***, Praha: Portál, 2008
- REITMAYEROVÁ, Eva, BROUMOVÁ, Věra, ***Cílená zpětná vazba, Matody pro vedoucí skupin a učitele***, Praha: Portál, 2007
- ZOUNKOVÁ, Daniela, ***Zlatý fond her III***, Praha: Portál, 2007
- SEIDLEROVÁ, Lenka, ***Kolbův učební cyklus***, Seminární práce, Ostrava: Pedagogická fakulta, 2006
- SÝKORA, Jan, ***Zážitkový kurz jako nástroj pedagoga volného času***, Hradec Králové, GAUDEAMUS, 2006
- ZAHRADNÍČKOVÁ, Eva, ***Teambuilding – cesta k efektivní spolupráci***, Praha: Portál, 2005

INTERNETOVÉ ZDROJE

- HANUŠ, Radek, *Hra a její dělení*, [online], (cit. 23. března 2009), URL: www.projectoutdoor.cz/content/download/1151/5898/file/Hra%20a%20její%20dělení.pdf
- PÍRKO, Martin, *O štěstí a smyslu života – Stav plynutí* [online], (cit. 5. dubna 2009), URL: <http://peyraq.bloguje.cz/524264-o-stesti-a-smyslu-zivota-stav-plynuti.php>
- Andragogický slovník* [online], (cit. 23. března 2009), URL: <http://www.andromedia.cz/andra.php?id=306>
- Black Velvet*, [online], (cit. 6. června 2009), URL: <http://www.black-velvet.estranky.cz/stranka/black-velvet-l>
- Co je zážitková pedagogika*, [online], (cit. 17. května 2009), URL: http://www.os-atmosfera.net/?id=zazitkova_pedagogika#2
- Dobíjení baterek*, [online], (cit. 5. března 2009), <http://www.hranostaj.cz/hra71>
- Fáze vývoje skupiny*, [online], (cit. 30. června 2009), URL: http://cs.wikipedia.org/wiki/F%C3%A1ze_v%C3%BDvoje_skupiny
- Kolbův cyklus učení*, [online], (cit. 21. listopadu 2008), URL: <http://www.ceskacesta.cz/stranka.pv?ids=STR0000000000000034>
- Outward Bound*, [online], (cit. 15. května 09), URL: http://cs.wikipedia.org/wiki/Outward_Bound
- Sociální skupiny*, [online], (cit. 30. června 2008), URL: <http://www.vysokeskoly.cz/maturitniotazky/otazky/zaklspolved/SocialniSkupiny.doc>
- Tichá dohoda*, [online], (cit. 5. března 2009), URL: http://herka.deka.cz/index.php/Tich%C3%A1_dohoda
- Učení zážitkem*, [online], (cit. 12. června 2008), URL: http://www.outdoor-echo.cz/metody_1.htm
- Zmatkovací* [online], (cit. 5. března 2009), URL: <http://www.hranostaj.cz/hra513>

ČASOPISY

- JIRÁSEK, Ivo, *Vymezení pojmu zážitková pedagogika*, *Gymnasion* 1/2003, 6–16
- PAULUSOVÁ, Zuzana, *Smysl a význam dramaturgie při přípravě akcí zážitkové pedagogiky*, *Gymnasion*; 1/2004, 84–89

7 PŘÍLOHY

Seznam příloh

Příloha č.1 - Pravidla hry – Zrcadlo pravdy

Příloha č.2 - Dotazník č. 1 - otázky položené při písemné zpětné vazbě

Příloha č. 3 - Dotazník č. 2 - účastníci vyplnili čtvrt roku po skončení kurzu

Příloha č. 4 - Pozvánka na kurz

Příloha č. 1 – Zrcadlo pravdy – pravidla hry

Úvodní scéna

Ticho, přítmí, světlo svíček – tři větší svíčky pro každou z postav, více menších pro viditelnost, může hrát klidnější hudba než začne jedna z postav hovořit. Hráči sedí v půlkruhu v teplé a pohodlné místnosti a před nimi se odehrává scéna.

Tři postavy – dítě, dospělý, stařec – hlavní svíčky stojí dostatečně od sebe v trojúhelníku u každé je jedna z postav – Dospělý je na vrcholu trojúhelníku – tak, že prochází mezi Starcem a Dospělým – před nimi je půlkruh hráčů. Každá postava je sama pro sebe nijak na sebe nereagují, stojí „samostatně“.

Dítě začíná na zemi, sedí – po dobu scény se postupně zvedá a na konci klečí s pohledem vzhůru.

Dospělý stojí po celou dobu, většinu času rychle pobíhá sem a tam, dívá se doprava, doleva – navozuje pocit, že nic nestíhá. Jeho oblečení může být oblek pro muže nebo něco podobného pro ženu.

Stařec začíná ve stoje, po dobu scény postupně klesá k zemi, shrbuje se, kloní až klečí.

Každý vede monolog, mluví však vždy jen jeden – „krátké věty“ ...:

Text scény:

Dítě: *Sedí na zadku, rozhlídne se kolem, najednou uvidí autíčko v „dálce“ aniž by se zvedlo ze sedu, jednou rukou plácne o zem, aby se podepřelo a druhou se natáhne pro auto s radostí řekne: „**auoooo**“(auto - jako malý), fascinovaně se s ním projede kolem sebe sem a tam, zvedne se ze sedu do mírného kleku (sednout si na paty) podívá se na auto a radostně řekne: „**Když budu chtít tak s tím autem pojedu přes celý svět, všechno uvidím a všechno poznám.**“*

Ve chvíli kdy promluví dospělý, skloní hlavu.

Dospělý: *Jakmile Dítě dořekne větu, Dospělý začne s razantní chůzí, významně máchne rukou a říká: „**Tohle přeci nejde, na takové výmysly není čas, na to se mi každé vykašle, nemůžu se zastavit. Nemůžu ztratit ani minutu, v té minutě se totiž vždycky objeví někdo, kdo mi hned sebere všechno, a já nebudu mít nic!!**“*

Zmlkne, zastaví se, klesne mu hlava na hrud’.

Dítě: „Včera jsem slyšela Madlu, jak říká, že jsem hloupá kráva“. posadí se pořádně na paty: „Jsem ráda, že už vedle ní nemusím sedět, stejně si ode mě pořád jen něco půjčuje a už mi to nevrátí. A mě už to neba, já nejsem hloupá...“

Dospělý: klepe prstem do diářem a říká někomu druhému: „Moment, moment, to musíme prověřit. Zítra k tomu přizvete odborníky, ať nám něco neproklouzne mezi prsty!“

Skloní hlavu nad diářem.

Stařec: Stojí, podívá se „do dálky“ a říká: „Jakoby to bylo včera, vše tak rychle uteklo... spěchal jsem? Kam? Co teď vlastně mám z toho, jen mnoho otázek. Kolik mám ještě času na jejich zodpovězení?“

Jeho pohled zmrzne.

Dospělý: projde se rychle kolem Starce a mluví do mobilního telefonu: „Prosím vás, už žádné otázky! Tady to mám černé na bílém, váš klient tu smlouvu podepsal, o tom není pochyb a proto je povinen do dvaceti dnů dlužnou částku splatit.“

Zavěsí a zamrzne.

Stařec: Zvedne hlavu, přitom si klekne a podívá se vzhůru, rukou se opírá o hůl: „Zbývá mi dvacet dnů nebo několik let? Spěchal jsem až sem a za čím? Jaký život jsem zde žil, jaký jsem byl člověk?“ klečí a podívá se vzhůru a zvolá: „Kdo vlastně jsem?“

Dítě: klečí, podívá se na Starce pak vzhůru: „Já přeci nejsem hloupá kráva, že ne?“ zvolá: „Kdo já vlastně jsem?“

Dospělý: „Co si ten člověk vůbec myslí, dávat mi takovýchle otázky, kdo si myslíte, že ste, kdo si myslíte že jste??? Zničil jste mi život! Jak já bych mu mohl zničit život? Každý svého štěstí strůjce. Já se o svůj život starám, mám peníze, byt, auto, práci, rodinu...kdo jsem, kdo jsem...to snad...to je...přeci...eh...jasna věc ...ne?“ Skloní se a podívá se na Starce, pak na Dítě, jakoby od nich čekal odpověď „...no ne? na Dítě Ne??“

Scénka je u konce, postavy sfouknou svíce. Začne hrát hudba. Přichází Osud, tři postavy odchází. Osud se postaví za stůl na kterém je svíce, bere do ruky knihu Života. Poté, co tři postavy odejdou, ztiší se hudba a Osud promluví.

Osud:

„To jediné, co člověk ve svém životě opravdu má je jeho čas. Vše ostatní se odehrává v neustálé změně - vzniku a zániku, daru a ztráty, příchodu a odchodu. Proto, aby zjistil, zda existuje něco stálého, je třeba se ve víru neustálých proměn zastavit. Zastavit a hledat. Kolik času máme záleží v tom, jak ho užíváme.

Právě dnes večer přichází výjimečná chvíle. Brána času se otevírá a vy skrze ni smíte projít. Zastavit se a nahlédnout svou vlastní jedinečnou skutečnost. Vydat se na Cestu Pravdy.

Čekají vás mnohá rozhodnutí. Každé rozhodnutí si žádá svůj čas. Ten však není neomezen. Proto s ním neotálejte. V tichosti se rozhodněte a pokračujte ve své Cestě dál.

Ke každé pravdě je však třeba klíč.“

Osud domluví, chvíli je ticho. Na dveře zabuší Klíčník Quasimodo. Vejde dovnitř a cinká svazkem klíčů.

Klíčník: „Jsem zde, v pravdě Ti podřízen, pane.“

Osud: „Nyní nadešel čas, kdy se první z Vás vydá na Cestu.“

Osud si sám vybírá, kdo kdy půjde. Bere v úvahu situaci a jak kdo to tam může/nemůže vydržet.

Osud: „Vstaň a pojd', Tvůj čas se naplnil.“

Osud chodí kol kolem pomalu a potichu, než si přijde Klíčník pro dalšího Cestovatele.(interval: 3\5 min)

Klíčník za dveřmi předává 6 prázdných karet osudu (čtvrťka)

Klíčník: „Zde Ti předávám šest nepopsaných karet osudu, vydej se (tudy) sám na svou Cestu pravdy.Následuj (červenou) nit života.“

První část

Tři stanoviště – stejné jako tři postavy – mohly by být v patře (protože se pohybujeme v „představách“ a budeme se vracet zpět na zem – do reality, kde bude ony představy opouštět.

Na půdě by mohly být ohraničeny kruhem – lanem, dostatečně od sebe, nevdí bude-li z jednoho na druhé vidět. Každé bude náležitě vybaveno artefakty daného období.

Bude tam přítmí, ale dostatečné světlo – tzn. světlo svíček všude kolem a u každého stanoviště jedna, aby tam bylo vidět na to, co bude úkolem. Svíčky musí být zabezpečeny – tj. ve skleničkách apod. Cesta může být vedena provázkem-červená nit – Nit života.

I. Dětství (téma:Kdo jsi byl?)

Pergamen s instrukcemi:

„Dej prostor své fantazii, skus být chvíli znovu dítětem. Vzpomínáš si kým jsi chtěl být? Jaké byly Tvé sny?

Jednoslovně nyní pojmenuj dva své sny nebo svá přání, které jsi tehdy měl a napiš každé z nich na jednu kartu osudu.“

II. Dospělost (téma: Kým jsi teď?)

Pergamen s instrukcemi:

„Jak rosteš, Tvé role se mění. Zamysli se zde nad tím, kdo jsi teď v tuto chvíli. Vytvoř zde z živé hlíny to jak sám sebe vidíš. Poté jednoslovně pojmenuj KDO JSI na dalších dvou kartách osudu.“

III. Stáří (téma:Kým chceš být?Co očekáváš?)

Pergamen s instrukcemi:

„Už zbývá jen jedna otázka. Quo Vadis? Kam kráčíš? Co očekáváš, jaká je Tvá představa Tvé budoucnosti? Pojmenuj to. Zbyly Ti poslední dvě karty osudu.

Nyní Tě čeká cesta do pozemské skutečnosti. Sestup proto dolů a vyjdi ven pod širé nebe. Tvá Cesta pokračuje...“

Druhá část

Čtyři elementy – Zde se budou postupně zbavovat „papírků“, které popsaly na třech stanovištích. Je-li jich šest každému elementu dva odevzdají.

Druhá část se odehrává v přízemí, dle počasí venku či vevnitř (bude-li venku, mají snazší přístup zpět do domu – např. do výchozí místnosti k zamyšlení – důležité, aby byl někdo kdo jim po projití všeho tj. konec, poví co teď, ideální je se sejít po plném skončení + nějaký čas navíc, v jedné místnosti a něco jako společný závěr ať se to nerozplyne, ale zároveň ještě nereflektuje.

Je třeba omezit čas pobytu jednotlivců u jednotlivých stanovišť, aby nemuseli čekat. Bude dobré, když se limit bude rovnat intervalu jejich vyslání na Cestu Pravdy. Je potřeba, aby věděli kudy jít a nějak vyznačit cestu.

I. **Voda** – kád' s vodou a kamínky, zabalí do dvou vybraných „papírků“ kamínky a vhodí je do kádě. (není-li kád' – vykopat jámu, igelit a naplnit vodou – dobře osvítit svíčkami)

Pergamen s instrukcemi:

„V životě se musíme často rozhodovat v tom, co je pro nás důležitější a čeho se vzdát. Proto zde nyní odevzdej vodě dvě ze svých karet osudu a zabal do nich kámen. Voda je pro nás nepostradatelná, jsme z ní živi, v mnohém nám pomáhá, mnohému se od ní můžeme naučit, zároveň dokáže ve své síle mnohé zničit. Proto v úctě odevzdej vodě.“

II. **Země** – půda/hlína a lopatka, zahrabou do hlíny dva vybrané „papírky“.

Pergamen s instrukcemi:

„V životě se musíme často rozhodovat v tom, co je pro nás důležitější a čeho se vzdát. Proto zde nyní odevzdej zemi dvě ze svých karet osudu. Země je naším místem pro život, místem kde také po jeho konci spočineme. Dává nám úrodu, ze které jsme živi, máme tedy důvody proč se o ni také starat, přesto není nevyčerpatelná. Také dokáže svou silou změnit či ukončit životy mnoha lidem. Proto v úctě odevzdej zemi další dvě své Karty Osudu.“

III. **Oheň** – vhodí do ohně, popř. spálí a vhodí do písku (bude-li ve vnitř) dva poslední „papírky“

Pergamen s instrukcemi:

„V životě se musíme často rozhodovat v tom, co je pro nás důležitější a čeho se vzdát. Proto zde nyní odevzdej ohni dvě ze svých karet osudu. Oheň nám poskytuje teplo a světlo. Je naším pomocníkem. Je ale také nevyzpytatelný a má velikou moc. Je rychlý a dokáže strávit vše, co mu přijde do cesty. Proto zde v úctě odevzdej poslední dvě své karty osudu“

VI. **Zrcadlo** Je potřeba, aby zde bylo dost světla, aby viděli v zrcadle odraz i nápis. Zrcadlo taky musí ukazovat skutečný odraz a ne zdeformovaný, to by mohlo mít skryté negativní účinky.

Pergamen s instrukcemi:

„Stejně jako strom, který ve větru, dešti, mraze a suchu stojí, má svůj život pevně ve svých základech. Tak i ty se podívej pravdě do očí. Nech odváť vše, co není potřeba. Vše co potřebuješ, V SOBĚ máš. Je

jen na Tobě, jak se rozhodneš, jak svůj život naplníš. Jak pevně budeš stát. Běž, je to Tvá Cesta.

Po cestě zpět by mělo proběhnout sdělení o společném setkání, až všichni cestu dokončí. Např. papír A4 na polovinu – nakreslit na jednu stranu, jaké to bylo před „vyjitím na Cestu pravdy“ a na druhou „jaké je to teď po jejím dokončení.“ (pocitově) Vše v místnosti, ze které se vycházelo.

Příloha č. 2: Dotazník č. 1

1. Jaká jsi měl očekávání od kurzu?
2. Jak se očekávání naplnila?
3. Měl tento kurz podle tebe vliv na skupinu?
4. Co tě překvapilo?
5. Co ti kurz dal?
6. Co ti vzal?
7. Překvapil tě někdo?
8. Co dodat?

Příloha č.3.: Dotazník č. 2

- 1) Jak jsi s kurzem spokojený (líbil se ti)?
- 2) Byl kurz přínosem?
- 3) Vidíš nějaký rozdíl po absolvování kurzu? Pokud ano v čem?
- 4) Měl kurz nějaký vliv na fungování skupiny?
- 5) Změnilo se v něčem tvé vnímání skupiny?
- 6) Zjistil/a jsi tu o ostatních lidech něco nového?
- 7) Poznal/a jsi tu lidi blíže? Pokud ano v čem?
- 8) Vnímáš nějaký rozdíl mezi členy souboru, kteří se kurzu zúčastnili a těmi co se nezúčastnili?
- 9) Pokud jsi se na kurzu něco nového naučil/a, využíváš to i v kontaktu s těmi co se kurzu nezúčastnili?
- 10) Myslíš, že tento kurz přispěl k začlenění všech členů do skupiny, i těch co se kurzu nezúčastnili?
- 11) Jaký byl tvůj nejsilnější zážitek na kurzu?
- 12) Co jsi se o sobě na kurzu dozvěděl/a?
- 13) Získal/a jsi nové zkušenosti nebo dovednosti na kurzu? Pokud ano jaké?
- 14) Změnilo se tvé vnímání sebe sama? Pokud ano v čem?

Příloha č. 4.: Pozvánka na víkend

Pozvánka pro divadelní soubor Black Velvet

POJĎTE, PANE, BUDEME SI HRÁT!



Poslouchejte, pane,
vy máte ale mlsný a
vypečený hry!



To si pište, pane!
A co takhle si zahrát
na mašinky a dojet až
na Spáleniště?

„Neva, že nejste od Kolína,
neb duch hráče ve vás dřímá!“

Zveme Tě na víkendový kurz plný nevšedních zážitků, her a přírody!

- Termín: 4. - 6. duben 2008
- Kde: Spáleniště
- Pořádají: Studenti VOŠ Jabok
- Předpokládaná cena: 400kč (za stravu a ubytování)

Máš - li zájem zúčastnit se víkendového kurzu

► PŘIHLAŠ SE **!!!DO 15. LEDNA!!!** u Katky Mostové na e-mailu:

KacMostik@centrum.cz

Po přihlášení Ti budou poslány další podrobnější informace!

Více informací u Katky na tel.: 721 907 949