

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE

FILOZOFICKÁ FAKULTA

Katedra pedagogiky

Bakalářská práce

Denisa Frídová

**Pojetí psychické odolnosti dítěte předškolního věku
a jeho srovnání z pohledu rodiče a učitele**

**A Conception of preschool child's resilience
and its comparison from teacher's and parent's point of view**

Praha 2015

Vedoucí bakalářské práce: PhDr. Hana Krykorková, CSc.

Poděkování

Děkuji vedoucí práce PhDr. Haně Krykorkové, CSc., za laskavé a vstřícné vedení a veškeré rady a připomínky poskytované v průběhu vypracování bakalářské práce.

Děkuji také PhDr. Simoně Hoskovcové, Ph.D., za cenné rady ohledně psychické odolnosti dětí předškolního věku a za možnost využití dotazníku DECA-2.

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně, že jsem řádně citovala všechny použité prameny a literaturu a že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného či stejného titulu.

V Praze dne

Anotace bakalářské práce

Název práce:	Pojetí psychické odolnosti dítěte předškolního věku a jeho srovnání z pohledu rodiče a učitele
Jméno a příjmení:	Denisa Frídová
Katedra:	Katedra pedagogiky Filozofické fakulty UK v Praze
Obor:	pedagogika
Vedoucí bakalářské práce:	PhDr. Hana Krykorková, CSc.
Počet stran:	66
Rok obhajoby:	2015
Klíčová slova:	psychická odolnost resilience dítě předškolního věku seberegulace iniciativa vztahy/vazby

Abstrakt

Teoretická část

V teoretické části práce je vymezen pojem psychická odolnost, dále jsou zde představena různá pojetí psychické odolnosti. Práce seznamuje čtenáře s faktory psychické odolnosti, které jsou pro její vývoj nesmírně důležité. Samostatná kapitola je věnována charakteristice dítěte předškolního věku. Pozornost je zaměřena na nejdůležitější oblasti tohoto období, jimiž jsou socializace dítěte, hra, vývoj seberegulace a iniciativy, a také na mateřskou školu jako důležitou instituci v tomto období.

Empirická část

Cílem praktické části je zjistit, zda se liší pohled rodiče a učitele na pojetí psychické odolnosti dítěte předškolního věku. Vzhledem k tomu, že se psychická odolnost vyvíjí ve dvou základních prostředích – rodině a škole, jsou zde sledovány rozdíly v pohledu na pojetí psychické odolnosti rodiče a učitele. Byl použit standardizovaný dotazník DECA-2.

A Conception of pre-school child's resilience and its comparison from teacher's and parent's point of view

The key words:

- psychological resilience
- pre-school child
- initiative
- self-regulation
- attachment/relationships

Abstract

Theoretical part

In the theoretical part the term “psychic resilience” and various approaches to it will be established. The reader will be familiarized with the factors of psychic resilience that are of the utmost importance for its development. A self-contained chapter will be dedicated to the characteristics of the pre-school child with a focus on the most important areas of said age - socialization, play, the development of self-regulation and initiative. Kindergartens as important institutions throughout the pre-school age will also be targeted.

Practical part

The goal of the practical part is to determine whether the viewing angle and overall conception of a child's psychic resilience differ among a child's parents and a child's teachers. Given the fact that psychic resilience is being developed in two separate environments, family and school, disparities in the conception of psychic resilience from a parent and teacher's standpoint have been observed. The standardized DECA-2 form has been used.

OBSAH

1. ÚVOD	8
2. TEORETICKÁ ČÁST	9
2.1 Psychická odolnost.....	9
2.2 Faktory ovlivňující psychickou odolnost.....	10
2.2.1 Rizikové faktory.....	10
2.2.2 Ochranné faktory.....	12
2.2.3 Big Five.....	15
2.2.4 Citová vazba dítěte k matce či jiné blízké osobě.....	18
2.2.5 Odměny a tresty a jejich vliv na psychickou odolnost.....	20
2.2.6 Závislost psychické odolnosti na fyzickém zdraví.....	21
2.3 Charakteristika dítěte předškolního věku.....	21
2.3.1 Socializace dítěte předškolního věku.....	22
2.3.2 Vztahy.....	23
2.3.3 Iniciativa.....	24
2.3.4 Seberegulace.....	25
2.3.5 Hra.....	25
2.3.6 Mateřská škola.....	25
2.4 Rozvoj psychické odolnosti dítěte předškolního věku.....	29
3. EMPIRICKÁ ČÁST.....	31
3.1 Definice výzkumného cíle.....	31
3.2 Průběh předvýzkumu.....	31
3.3 Popis vzorku.....	32
3.4 Výzkumné otázky = hypotézy.....	33
3.5 Metody získávání dat.....	34
3.5.1 Pozorování.....	34
3.5.2 Devereux Early Childhood Assessment for Preschoolers, Second Edition (DECA-2).....	35
3.6 Zpracovávání dat z kvantitativního předvýzkumu.....	38
3.7 Výsledky analýzy dat.....	40
3.7.1 Září.....	40
3.7.2 Listopad.....	42
3.8 Konkrétní kazuistiky.....	44
3.8.1 Alice, 5 let, počet osob v domácnosti: 3, sourozenci: 0, bydliště: Praha 8.....	44
3.8.2 Oliver, 3 roky, počet osob v rodině: 5, sourozenci: 2 starší, bydliště: Praha.....	45

3.8.3	Kája, 5 let, počet osob v rodině: 4, sourozenci: 1, bydliště: Chabry	46
3.8.4	Bára, 4 roky, počet osob v rodině: 5, sourozenci: 2, bydliště: Zdiby	47
3.8.5	Jakub, 3 roky, počet osob v rodině: 5, sourozenci: 2, bydliště: Zdiby	48
3.9	Interpretace výsledků předvýzkumu vzhledem ke stanoveným hypotézám	50
4.	ZÁVĚR	52
5.	PŘÍLOHY	54
6.	SEZNAM LITERATURY	54

1. ÚVOD

„Žijeme v době, která otevírá nespočet možností. Máme materiální dostatek, věda dosahuje neuvěřitelných výsledků, technologie stárnou ve chvíli, kdy se dostanou do obchodů, z domova máme na dosah informace z celé zeměkoule. Můžeme cestovat, stát se čímkoliv, jen budeme-li dost chtít. A navzdory tomu se zdá, že máme kolem sebe čím dál tím více lidí, kteří propadají depresi a skepsi. Narážíme na lidi, kteří nedokážou vyřešit konflikt normálním rozhovorem a jednájí hned agresivně. Tito a jim podobní v kontaktu s životní realitou selhávají. Pro jaký svět vychováváme děti a jak zařídit, aby v něm uspěly?“¹

V dnešní době je velké množství ambiciózních rodičů, kteří chtějí své děti připravit na budoucí život co nejlépe. Neuvědomují si však, že dětem kradou dětství, berou jim prostor pro volnou hru, která je pro děti tak důležitá. V mateřské škole chtějí, aby se připravily na školu, naučily se téměř číst či psát. Děti žijící v dnešním světě jsou přehlceny požadavky rodičů. Pro předškolní děti by měla být nejdůležitější socializace a adaptace ve školce, volná hra, kde si vyzkoušejí hraní sociálních rolí, tvorba jejich fantazie a představivosti. Na druhou stranu mnozí rodiče nemají na děti čas, zásobují je pouze materiálně a dětem chybí láska a citové pouto. Děti, které nejsou psychicky odolné, snáze podléhají stresorům, drogám, alkoholu či jiným sociálně patologickým jevům. Seligman v knize *Psychická odolnost předškolního dítěte* od Simony Hoskovcové uvádí, že pro své děti toho chceme víc než jen zdravé tělo. Přejeme si, aby žily aktivní život plný přátelství a lásky. Mají být zvědavé a přijímat životní výzvy. Naše děti mají být vděčné za to, co jsme je naučili, ale také hrdé na ty schopnosti, kterých dosáhly samy. Mají být plné naděje do budoucnosti, naplněné podnikavým duchem a citem pro spravedlnost – a také natolik statečné, aby podle tohoto citu jednaly. Přejeme jim schopnost odolávat neúspěchům a prohrám, které dospívání s sebou přináší. A když dospějí, mají se stát dobrými rodiči. Stále doufáme, že kvalita jejich života bude vyšší než ta naše, a v tichosti se modlíme, aby děti od nás zdědily silné stránky, ale jen málo těch slabých. (Hoskovcová, 2006)

Zabývám se psychickou odolností dítěte předškolního věku jako významnou složkou osobnosti. Vzhledem k tomu, že psychická odolnost je utvářena především ve dvou základních prostředích – v rodině a v mateřské škole/školce, sleduji rozdíly v pohledu učitele a rodiče na psychickou odolnost dítěte standardizovaným dotazníkem.

¹ HOSKOVCOVÁ, Simona. *Psychická odolnost předškolního dítěte*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2006, 160 s. Psyché (Grada), s. 7.

2. TEORETICKÁ ČÁST

2.1 Psychická odolnost

Neexistuje jednotné pojmenování a shoda na jednom výrazu, kterým se označuje psychická odolnost. V zahraniční literatuře je nejrozšířenějším pojmem *resilience*, který se používá již také u nás. Také se setkáváme s pojmy „nezdolnost“, „umístění kontroly“, *self-efficacy*, „vnitřní soudržnost“ a další. V této práci se bude nejčastěji vyskytovat pojem odolnost a *resilience*. V literatuře je pojem psychická odolnost vykládán různě.

„Pojem resilience čili psychická odolnost zahrnuje veškeré síly, které člověka uschopňují ke zvládnutí života v dobrých i zlých časech.“²

Matějček definuje odolnost takto: *„Představte si gumu, kterou zmáčknete, a ona se zase vrátí do původního tvaru. Přeneseno do psychologie znamená resilience příznivý vývoj člověka za nepříznivých podmínek. Je to odolnost osobnosti vůči okolnostem, které jiného člověka poškodí, ublíží mu a špatně ho formují. Ten, kdo je schopen resilience, dovede zastavit špatné vlivy, umí se jim vnitřně bránit, postavit se jim a dokonce je obrátit v dobré.“³*

Matějček cituje americkou vědkyni, dětskou vývojovou psycholožku A. Mastenovou, která popisuje psychickou odolnost jako proces, schopnost i výsledek úspěšné adaptace člověka, vzdor nepříznivým či ohrožujícím podmínkám. *„Prof. Ph.D. Ann Mastenová to kdysi v časopisu Spiegel v článku na téma resilience vyjádřila velmi hezky a výstižně, když řekla: Největším překvapením na resilienci je to obyčejné. Schopnost myslet, smát se, doufat, jednat, požádat o pomoc, přijmout ji a dávat životu smysl. Bohužel právě to, co je obyčejné, často není vůbec snadné.“⁴*

„Různé životní situace vyžadují různé reakce. Psychickou odolnost bychom tudíž mohli definovat jako schopnost aktivovat a užívat pro každou situaci a souvislost tu pravou kombinaci aspektů psychické odolnosti čili resilience. Každý faktor psychické odolnosti je jako klíč, který zapadá právě do určitého zámku. Teprve kompletní residenční svazek klíčů

² GRUHL, Monika a Hugo KÖRBÄCHER. *Psychická odolnost v každodenním životě*. Vyd. 1. Překlad Petr Babka. Praha: Portál, 2013, s.10.

³ MATĚJČEK, Zdeněk. Jako pan Povondra v Čapkově Válce s mloky. *T deník rozhlas*, 2004, 36, s. 10–15.

⁴ MOURLANE, Denis. *Jak posílit svou odolnost a vnitřní sílu: cesta k úspěchu a spokojenosti*. 1. české vyd. Praha: Grada, 2013, s. 27.

nám umožňuje zvládat krize, změny a potíže tak, že z dlouhodobého hlediska dokonce ještě získáváme na vnitřní síle.“⁵

Psychická odolnost je v současné době většinou pojímána jako schopnost vyrovnávat se navenek i uvnitř se zátěží, aniž by bylo dlouhodobě narušeno fungování jedince. Jeho výsledkem je zotavení se, vrácení do původní podoby a případně obohacení jedince z této zkušenosti. Je to dynamický proces, na který má vliv velké množství faktorů a sil. Psychicky odolný může být člověk vůči všem typům zátěží. Lidem, kteří jsou psychicky odolní, se žije lépe, dokážou se snáze vyrovnat s problémy každodenního života i nástrahami, které nejsou úplně běžné. Tito lidé lépe zvládají stresové situace, jsou vyrovnanější, spokojenější a zdravější. Psychická odolnost z mého úhlu pohledu a také z pohledu toho, jakým směrem se bude tato práce ubírat, znamená, schopnost být iniciativní. Zkoušet a dělat věci samostatně. Být schopný seberegulace, mít silné city a dokázat je projevovat zdravým způsobem. Umět se ovládat, říct si o pomoc, a to vše v klidu. Dokázat navazovat vztahy s vrstevníky i dalšími lidmi, posilovat zdravé vazby, cítit se sám sebou, zkoušet nové věci a bez ostychu požádat přátele či dospělé o pomoc.

2.2 Faktory ovlivňující psychickou odolnost

„Odolnost dítěte vůči zátěži je výsledkem vyváženosti pomyslných vah, kdy na jedné straně jsou faktory rizikové a na druhé faktory ochranné. Tyto faktory mohou být: v dítěti samotném nebo vyplývají z jeho prostředí.“⁶

Rizikové faktory i ochranné faktory lze rozdělit na vnitřní a vnější.

2.2.1 Rizikové faktory

Rizikové faktory dítě ohrožují, znesnadňují mu život a občas je velmi obtížné jim čelit. *Rizikové faktory, rizika jsou environmentální stresory, které zvyšují u dítěte pravděpodobnost špatné adaptace nebo negativních důsledků v oblasti fyzického zdraví, mentálního zdraví, školního výkonu a sociálního přizpůsobení. Obvykle se jedná o traumatické životní události, socioekonomické znevýhodnění (chudoba), rodinný konflikt, dlouhodobé vystavení násilí,*

⁵ GRUHL, Monika a Hugo KÖRBÄCHER. *Psychická odolnost v každodenním životě*. Vyd. 1. Překlad Petr Babka. Praha: Portál, 2013, s. 128–129.

⁶ ŠULOVÁ, Lenka. *Problémové dítě a hra*. Praha: Josef Raabe, 2003, s. 3.

*a vážné problémy rodičů, jako je alkoholismus, závislost na drogách, kriminální jednání nebo duševní chudoba.*⁷

Vnitřní rizikové faktory

Vnitřní rizikové faktory můžeme ovlivnit jen z malé části. Jsou nám dány geneticky. *„Na straně rizikové se mohou ocitnout vnitřní rizikové faktory. Je to výbava, která je podmíněna geneticky. Mluví se o zranitelnosti. Některé děti jsou už od narození plačtivější, jsou citlivější ke změnám a různým podnětům z prostředí. Rizikový může být také temperament dítěte. Temperament je vrozenou charakteristikou, která se v průběhu života příliš nemění. Pro dítě je rizikem, pokud rodiče (vychovatelé) dítěte nedokážou přijmout jeho temperament nebo se na něj vyladit. Rizikem může být i snížená inteligence, která omezuje schopnost člověka řešit problémy. Tyto vnitřní rizikové faktory můžeme vyvažovat faktory ochrannými. Samy o sobě je nemůžeme příliš měnit.*⁸

Podle Hoskovcové (2009) je vnitřním rizikovým faktorem dítěte vulnerabilita neboli zranitelnost. Tento faktor zahrnuje například genetické dispozice, úroveň aktivity, utižitelnou, inteligenci.

Vnější rizikové faktory

Vedle vnitřních rizikových faktorů existují také rizikové faktory vnější. *„K vnějším rizikovým faktorům, závažím na rizikové misce vah, patří různé nepříznivé události, které přicházejí z prostředí dítěte. Nejčastěji je to z rodiny. Lze je shrnout do triády: rodiče nemohou-nechtějí-neumějí pečovat. U dětí je častá rodinná zátěž – psychická porucha rodiče, alkoholismus, zanedbávání dítěte. Mezi rizikovými faktory se také často objevuje nízká socioekonomická situace rodiny. Rizikové ale mohou být i změny, jako je rozvod rodičů, špatná škola, nemoc a celá řada dalších. Váhu vnějších rizikových faktorů můžeme snižovat. Pokud jde o rodinnou zátěž, v praxi se tak děje například umožněním pobytu dítěte mimo nepříznivé rodinné prostředí nebo ve vážných případech odejmutím dítěte a umístěním v náhradní rodinné péči. Dopad chudoby rodiny na dítě se snaží mírnit stát a různé organizace v rámci materiální i*

⁷ ŠOLCOVÁ, Iva. *Vývoj resilience v dětství a dospělosti*. 1. vyd. Praha: Grada, 2009, 102 s. Psyché (Grada), s. 13.

⁸ HOSKOVCOVÁ, Simona a Lucie SUCHOCHLEBOVÁ RYNTOVÁ. *Výchova k psychické odolnosti dítěte: silní pro život*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2009, Pro rodiče, s. 18–19.

*jiné pomoci rodinám. K prevenci rizik patří i dobrá příprava na rodičovství – téma v naší zemi stále ještě opomíjené.*⁹

Rizikové faktory z prostředí se označují pojmem stresory. Obsahují především:

- socioekonomickou situaci rodiny,
- rodinou zátěž (hádky mezi rodiči, nepříznivé životní události, přílišné nároky na děti ze strany rodičů).

Dalšími stresory pro dítě mohou být: změna bydliště, změna školky, rozvod rodičů, příchod nového člena rodiny, smrt rodinného příslušníka, absence matky či otce, narození sourozence.

2.2.2 Ochranné faktory

Rizikové faktory můžeme vyvažovat faktory ochrannými. „*Emmy Wernerová zjistila, že resilientní děti, jak je nazývala, mají určité ochranné faktory, které mírní dopad negativních okolností. Pojem resilience můžeme přeložit jako odolnost nebo nezdolnost. Resilientní děti se můžou opřít o stabilní vztah k nějaké osobě, která stojí mimo rozbitou rodinu. To byli například prarodiče, sousedé, oblíbený učitel, farář nebo také sourozenci. Tito lidé dodávají zneužívaným nebo zanedbaným dětem pocit, že mají nějakou hodnotu. Tito lidé působí jako sociální modely, které ukazují dítěti, jak s problémy zacházet konstruktivně. Výzkum¹⁰ také ukázal, že mezi sourozenci v jedné rodině byl větší časový interval, což znamenalo pro každé z nich větší šance být s matkou.*“¹¹

Podle Koukolíka a Drtilové (2006) existují vlivy, které podporují duševní a tělesné zdraví dětí a dospělých. Vlivy byly nazvány salutogenní (= zdraví vytvářející). Uzdravující

⁹ HOSKOVCOVÁ, Simona a Lucie SUCHOCHLEBOVÁ RYNTOVÁ. *Výchova k psychické odolnosti dítěte: silní pro život*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2009, Pro rodiče, s. 19.

¹⁰ Emmy Wernerová, americká vývojová psycholožka, a její tým sledovali po dobu 40 let asi 700 dětí, které se narodily roku 1955 na havajském ostrově Kauai. Vývoj dětí ve věku 1, 2, 10 a 18 let a dále v dospělosti ve věku 32 a 40 let sledovali psychologové, lékaři, zdravotní sestry a sociální pracovníci. Téměř třetina dětí (celkem 210) vyrůstala ve velmi těžkých podmínkách. Jejich dětství doprovázely chudoba, nemoc rodičů, zanedbávání, rozvody, zneužívání. Těmto rizikovým dětem věnovala Wernerová zvláštní pozornost: Jak se budou dál vyvíjet? Mají vůbec šanci na bezproblémový život? U dvou třetin dětí ze skupiny se špatnými podmínkami byly ve věku 10 až 18 let nápadné problémy se školním prospěchem a s chováním. Často se dostaly do křížku se zákonem nebo trpěly psychickými problémy. Ovšem třetina z 210 rizikových dětí se kupodivu vyvíjela pozitivně. Tým Emmy Wernerové u nich nenašel v žádném věku nápadnosti v chování: „Tito účastníci studie byli úspěšní ve škole, založili rodinu, byli zapojeni do života společnosti a kladli si realistické cíle. Ve věku 40 let nebyl nikdo z nich nezaměstnaný, neměl konflikty se zákonem a nikdo z nich nebyl odkázaný na podporu nějakého zařízení sociální péče.“ Takto shrnula výstupy své studie Emmy Wernerová na jednom kongresu. Její závěr zněl: „Výzkum resilience vyvrací předpoklad, že děti z vysoce rizikové rodiny nutně očekává bezúspěšná budoucnost.“

¹¹ HOSKOVCOVÁ, Simona a Lucie SUCHOCHLEBOVÁ RYNTOVÁ. *Výchova k psychické odolnosti dítěte: silní pro život*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2009. Pro rodiče, s. 20.

neboli ochranné faktory rozdělili na vlivy dané převážně dědičností a na vlivy dané převážně prostředím.

Vnitřní ochranné faktory

*„K vnitřním ochranným faktorům patří příznivý temperament nebo takový temperament, který dokážou vychovatelé dítěte přijmout. Dalším důležitým faktorem je úzký vztah k jedné osobě. Ovšem i děti, které v životě obstály navzdory nepříznivým okolnostem, a jejich rodiče nefungovali, měly ve svém životě někoho, za kým mohly zajít, požádat o radu a najít útěchu.“*¹² Podle Hoskovcové (2009) patří mezi ochranné faktory příznivý temperament dítěte, úzký vztah k jedné dospělé osobě, vnímaná osobní účinnost při zvládání zátěže, schopnost řešit problémy.

Podle Koukolíka a Drtilové (2006) skupina uzdravujících vlivů daná převážně dědičností:

- **Energické dítě** – Patří sem děti, které jsou plné energie, nevadí jim účelná námaha, děti, které rády pracují. Tyto děti zvládají více než jednu aktivitu, při škole chodí na brigádu, pomáhají sousedům, sportují, malují, hrají na hudební nástroj.
- **Úspěšné zvládání problémů** – Tyto děti úspěšně zvládají těžkou zátěž. Nepropadají panice, nevzdávají se při prvních obtížích či předem.
- **Dobrá kontrola impulzivity** – Tyto děti dobře zvládají své vlastní impulsy, dobře se soustředí, podráždí je až skutečně vydatný podnět. Jsou opakem dětí s ADHD či jedinců s antisociální poruchou chování.
- **Autonomie** – Autonomní děti jsou již velmi brzy samy sebou. Nenapodobují módu, vzory, vrstevníky, mají vlastní styl.
- **Dobře vyvinutá schopnost spolupracovat** – Dobrá schopnost spolupracovat je dalším velmi důležitým bodem v psychické odolnosti a přizpůsobivosti. Kooperativní děti dobře spolupracují s vrstevníky i dalšími lidmi. Navazují přátelské vztahy, mívají spíše přátele než pouhé známé. Přátelství si umějí udržet, uvědomují si jeho hodnotu, umí jej vytvořit, udržet i rozvíjet.

¹² HOSKOVCOVÁ, Simona a Lucie SUCHOCHLEBOVÁ RYNTOVÁ. *Výchova k psychické odolnosti dítěte: silní pro život*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2009. Pro rodiče, s. 19.

- **Sebeúcta** – Děti si jsou vědomy své vlastní hodnoty. Co se týče sebeúcty, tak zde hodně záleží na rodičích či dalších citově významných lidech, kteří svým dětem pocit sebeúcty a přiměřené vlastní hodnoty buď dají, anebo vezmou.
- **Intelektové schopnosti** – Projevují se obvykle dobrým prospěchem ve škole, zvědavostí, zvídavostí, chutí vyhledávat nové informace, schopností vyhledat pomoc a radu.
- **Zlepšování vlastní situace** – Chut' zvyšovat si kvalifikaci, rozšiřovat a zlepšovat dovednosti, které mám. Schopnost seberozvoje.
- **Sebekontrola** – Projevuje se až v pozdějším věku, zejména na počátku dospívání pocitem, že je jedinec schopen vzít život do vlastních rukou.
- **Koníčky a zvláštní zájmy** – Činnost dítěte v zájmovém spolku, turistickém či skautském oddíle, ve sportovním, výtvarném, hudebním kroužku.
- **Tvořivost** – jen nepatrný podíl odolných dětí byl v dospělosti hudebně, literárně nebo výtvarně tvořivý.

Vnější ochranné faktory

Vnější ochranné faktory můžeme ovlivnit nejvíce. Můžeme jimi vykompenzovat rizikové faktory. Můžeme vytvářet pozitivní rodinné klima, poskytovat dítěti oporu, využívat oporu přátel, rodiny, ale také například podporu státu. Podle Šulové (2003) do vnějších faktorů patří sociální opora poskytovaná širší rodinou, přáteli či obcí a pozitivní rodinné klima.

Podle Koukolíka a Drtilové (2006) skupina uzdravujících vlivů daná převážně prostředím:

- **Důvěřující a skutečně hluboký vztah alespoň k jednomu rodiči** – Velmi vřelý laskavý vztah a chápající vztah alespoň k jednomu z rodičů je často uváděn jako nejdůležitější zevní faktor.
- **Společné sdílené hodnoty** – Pro děti je důležité, aby převzaly od své rodiny či okolí hodnoty a normy, jako jsou nezávislost, pracovitost, svědomitost, schopnost poctivě pracovat, být odpovědní.
- **Jasná pravidla soužití a normy života v rodině** – Pevná stálá výchova, každý v rodině by měl vědět, jaká jsou zde práva a povinnosti. Každý ví, za co odpovídá a co jsou jeho závazky.
- **V rodině byly nanejvýš čtyři děti** – Větší počet dětí je obtížně zvládnutelný a na děti není dostatek času.

- **Otevřenost v rodině** – Vládne zde důvěra a otevřenost. Každý může říct své trápení či problém.
- **Další citově významný jedinec** – Když nefungují rodiče a příbuzní, tak dětem pomáhají jiní lidé, kteří jsou pro dítě významní a důležití, např. učitel, sousedé.
- **Další pečující jedinci mimo rodiče** – Děti, které mají nedobré vztahy s rodiči, mohou mít dobrý vztah s jiným příbuzným.
- **Matka, která má trvalé zaměstnání a pracuje mimo vlastní domácnost** – Tento fakt snižuje míru psychosociálního tlaku na dítě.
- **Skutečnost, že se jedná o jediné dítě nebo o nejstarší dítě** – Jestliže jsou rodinné zdroje omezené, je pro dítě výhodné být jedináček. Z výzkumů vyplývá, že rodiče věnují nejstaršímu dítěti více než jeho sourozencům.

Tyto faktory umožňují většině lidí v biologickém, psychologickém a sociálním tlaku zůstat zdraví a normální. O vlivech propůjčujících odolnost by měli vědět zejména budoucí a současní rodiče i prarodiče pečující o malé děti, učitelé a pedagogové všech stupňů škol, sportovní trenéři, kriminalisté a právníci, armádní důstojníci, lékaři i politici všech úrovní, všichni lidé, kteří odpovídají za jiné lidi.¹³

„Co je to láska, lze jen těžko vyjádřit, přesto však cítíme, co se tím míní. Kde chybí vřelost a něha v rodinném životě, tam se dítě častěji vyvíjí deviantní chování zvláště antisociálního typu.“¹⁴

2.2.3 Big Five

Matějček v knize *Krizové situace očima dítěte* hovoří o BIG FIVE – čili o „velké pěťce vlastností“. *„V odborné literatuře se vžil název Big Five pro pět vlastností, které v mnohých studiích vycházejí souhlasně tak, že s poměrně slušnou pravděpodobností předpovídají svému nositeli dobré společenské uplatnění, uspokojivou životní dráhu, a tedy i tzv. šťastný život. Do jisté míry jsou dány geneticky, takže se přenášejí z jedné generace na druhou. Navíc je tu ještě výchova a celá řada dalších vlivů, kterými se dá něco vylepšit, ale také něco zkazit.“¹⁵*

¹³ KOUKOLÍK, František a Jana DRTILOVÁ. *Vzpouza deprivantů: nestvůry, nástroje, obrana*. Nové, přeprac. vyd. Praha: Galén, 2006, Makropulos, s. 241–242.

¹⁴ MÍČEK, Libor. *Duševní hygiena*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1986, s. 74.

¹⁵ MATĚJČEK, Zdeněk a Zdeněk DYTRYCH. *Krizové situace v rodině očima dítěte*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2002, Pro rodiče, s. 11.

Co se týče psychické odolnosti, Matějček nejvíce vyzdvihuje citovou stabilitu, která se dá nazvat také pozitivní emocionalitou či dala by se definovat i negativně jako ne-neuroticismus. Jejími přívlastky jsou odolnost vůči nepříznivým podmínkám, ale také optimismus v pohledu na přítomnost a budoucnost. Takový člověk se nedá jen tak vyvést z míry, je vyrovnaný, klidný, není úzkostný či zlostný. Citovou stabilitu považuje za základní kámen psychické odolnosti. Tito lidé bývají velkou podporou pro ty, kteří mají citovou stabilitu nízkou, jsou neurotičtí, úzkostní, nevyrovnaní. (Matějček, 2004)

Test Big Five obsahuje pět následujících dimenzí, kterými jsou inteligence, svědomitost, extroverze, přívětivost a citová stabilita. Uvedu jejich stručnou charakteristiku.

Inteligence

- Z hlediska Big Five se nejedná o inteligenci, která se měří inteligenčními testy.
- Myslí se tím především jakási aktivní zvědavost či otevřenost vůči novým poznatkům a zkušenostem, schopnost vydávat se na dobrodružné výpravy za poznáním světa, schopnost to nové tvořivě, třeba i originálně zpracovat apod.
- Tyto děti nemusejí vždy vynikat ve škole, mít výborné vysvědčení.
- Matějček říká: „*Když přicházejí rodiče se žádostí, abychom, změřili inteligenci jejich dítěte, bereme to jako naivní projev jejich rodičovských ambicí. Snažíme se jim vysvětlit, že v inteligenci je ještě něco velmi podstatného, co odhalí až sám život, a ne naše, byť důmyslné a rafinované, inteligenční testy.*“¹⁶

Svědomitost

- Matějček zde znovu zdůrazňuje aktivitu, která vychází z nás a dotýká se druhých – a to tak, že těm druhým rozhodně nevadí, ale spíše prospívá.
- Zejména se jedná o tyto vlastnosti: spolehlivý, pracovitý, disciplinovaný, pečlivý, pilný, ale také cílevědomý, vytrvalý, rozhodný apod.
- Je-li na člověka spolehnutí, dává to lidem kolem něj pocit jistoty – a jak víme, pocit jistoty je jednou z našich základních psychických potřeb.

¹⁶ *Tamtéž*, s. 112.

Extroverze

- Matějček ji označuje také jako živost, znamená to, že je člověk více aktivní směrem ven než do sebe, je otevřený vůči lidské společnosti, snáze navazuje známosti, více mluví, projevuje se v kolektivu, nestydí se.
- Ve vývoji dítěte je někdy od počátku zřejmé, že směřuje jedním či druhým směrem. Někdy se však introverze s extroverzí střídají podle vývojových období. Dítě v předškolním věku bývá většinou ještě stydlivé, druhých dětí se straní a neodvází se samo do společnosti.

Přívětivost

- *„Toto je další položka v ochranné výbavě člověka – svým způsobem doplňuje tu předchozí a dává jí výraznější společenský ráz. Takoví lidé si dovedou snáze získat přátele a v nich i určitou životní oporu. Lidé kolem k nim mají spíše tzv. kladný vztah.“¹⁷*
- Lidé dobrosrdeční, snášenliví, poctiví, zdvořilí, tolerantní nemají rádi hádky, spory, dovedou s druhými vyjít, takže i těm druhým je s nimi dobře.
- Tyto děti jako by kolem sebe utvořily ochranný obal, kterým pak všichni nepřející a sobečtí útočníci jen těžko pronikají. Těžko jím proniknou i jiné těžké životní situace a nepříjemnosti života, např. rozvod rodičů, stěhování...

Citová stabilita

- Z Big Five je pro psychickou odolnost tou nejdůležitější vlastností.
- Označuje nervovou stabilitu či odolnost.
- Člověk s tímto druhem stability je navenek i uvnitř klidný a vyrovnaný, nedá se snadno vyvést z rovnováhy, něco vydrží a má i dost sebedůvěry a vnitřní jistoty.
- Člověk sám je méně zranitelný, rychleji se uzdraví z psychického úrazu.

„Cesta za těmito žádoucími vlastnostmi je totiž svým způsobem individuální vychovatelské umělecké dílo, které s každým dítětem vždy znovu originálně začínáme a vždy znovu končíme. Daří se tehdy, jestliže jsme ochotni dítěti v jeho originální individualitě porozumět a jestliže jsme ochotni na jeho cestě je provázet.“¹⁸

¹⁷ MATĚJČEK, Zdeněk a Zdeněk DYTRYCH. *Krizové situace v rodině očima dítěte*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2002, Pro rodiče, s. 114.

¹⁸ MATĚJČEK, Zdeněk a Zdeněk DYTRYCH. *Krizové situace v rodině očima dítěte*. Vyd. 1. Praha: Grada,

2.2.4 Citová vazba dítěte k matce či jiné blízké osobě

„Opuštěné dítě, budí se náhle, jeho pohled vylekaně po věcech se točí, však vidí pouze, že nikde nevidí vstřícné láskyplné oči.“ (George Eliotová)

Za jednu z nejdůležitějších věcí ohledně utváření psychické odolnosti u dětí se považuje vytvoření kvalitní, jisté citové vazby matce nebo k jiné blízké osobě. Citové vazbě se nejvíce věnuje J. Bowlby, který říká, že kladná citová vazba je pro správný vývoj dítěte zásadně důležitá.

„Citová vazba bývá definována jako trvalé emoční pouto, charakterizované potřebou vyhledávat a udržovat blízkost s určitou osobou, zejména v podmínkách stresu. J. Bowlby byl psychoanalyticky zaměřený psycholog a v roce 1944 studoval osudy čtyřiačtyřiceti mladistvých zlodějů a srovnal je s osudy čtyřiačtyřiceti svých pacientů, kteří neměli potíže se zákonem a jejichž inteligence byla srovnatelná s inteligencí výzkumného souboru. Pověšiml si shod v rodinném prostředí, ve kterém probandi z jeho výzkumné skupiny vyrůstali, kde se typicky vyskytovala časná separace od matky. Bowlby uzavřel, že předložené výsledky jasně doložily deformující vliv špatného rodinného prostředí v rané etapě vývoje dítěte.“¹⁹

J. Ainsworth s Bowlbym dělali experimentální pokusy, které nazvali *Infant Strange Situation* (matka + rok staré dítě + cizí člověk). Dítě bylo s matkou samo v místnosti, přišel tam cizí člověk a pak matka odešla, za pár minut se matka zas vrátila => zkoumali, jak bude dítě reagovat na odchod a příchod matky => rozlišili 4 attachmentové vazby:

- **Bezpečná (jistá) vazba** – Když se matka vrátí, dítě pláče, vrhá se na matku a nechá se rychle uklidnit. Vrací se ke hře, matka je pro dítě pořád dostupná, je pro dítě jistotou, může se na ni obrátit.
- **Úzkostná, vzdorující vazba** – Dítě pláče a trvá delší dobu, než se uklidní. Rodiče jsou dostupní, ale nespolehlivě. Dítě si není jisté, že když bude rodiče potřebovat, že rodiče přijdou. Rodiče nečtou dobře signály dítěte. Převládají zde potřeby rodičů, a ne dětí.
- **Úzkostná vazba vyhýbavá** – Dítě si při návratu matky nevšímá, zdá se, že je mu to jedno a nereaguje na to. Srdeční rytmus a tepová frekvence ale reaguje, je to vnitřně

2002, Pro rodiče, s. 115.

¹⁹ ŠOLCOVÁ, Iva. *Vývoj resilience v dětství a dospělosti*. 1. vyd. Praha: Grada, 2009, Psyché (Grada), s. 38.

skrytá emoce. Jsou to emočně chladní rodiče, nereagují na potřeby dítěte, nejsou vždy dostupní, jsou málo vnímaví či necitliví. U rodičů tohoto typu můžeme spatřovat verbální projevy bez doprovodné mimiky, obtížně se přizpůsobují vývojové úrovni dítěte.

- **Dezorganizovaná vazba** – Tato vazba byla přidána jako poslední. Reakce dítěte byla chaotická, dezorientovaná, podivné chování po návratu matky (děti ztuhly, byly neschopny pohybu, začaly chodit v kruhu, střídavě přišly a zase odešly). Po této reakci přijde jedna ze 3 zmíněných vazeb. V tomto vztahu a péči o dítě se vyskytuje patologie, ambivalentní vztah. (Vavrda, 2005)

„V psychologii neexistuje palčivější potřeba než potřeba pevně zakotvené teorie instinktů, na níž by pak bylo možné dále stavět. Avšak nic takového není...“ (Sigmund Freud)

„Tříleté dítě snáší krátkodobou nepřítomnost rodičů již dobře, pokud jsou uspokojeny jeho základní potřeby a je-li ve společnosti jiných dětí, případně dospělých. To lze dát do souvislosti se schopností paměti zprostředkovat zkušenost, že se matka vrátí, dále s rozvojem osobní autonomie a v neposlední řadě s možností domluvy s okolím. Vazba dětí k matkám má širší význam než zabezpečení výživy. Matky zajišťují dětem citové podněty, pocit přijímání druhými, bezpečí, něhy apod., což je pro zdravý psychický vývoj nezbytné.“²⁰

„Bowlby (1951) zdůrazňuje, že pro mentální zdraví dítěte je nutné, aby kojeneček a malé dítě zažívali hřejivé, blízké a nepřetržité vztahy se svou matkou. Nicméně Bowlby, přestože zdůrazňuje základní význam vztahu k jedné osobě (matce), přece jen považuje za vhodné, aby si děti zvykly také na to, že někdy o ně pečuje i jiný člověk. Jen tak mohou mít matky čas na osobní volno od dětí.“²¹

Zabývám se faktory, které ovlivňují kvalitu a úroveň psychické odolnosti. Jedná se o problém, který se v poslední době prezentuje jako důležitý, viz Matějčková analýza Big Five. S ohledem na širší vzdělávací kontext vstupují do popředí faktory, které jsou běžnou součástí výchovy – odměny a tresty.

²⁰ PAULÍK, Karel. *Psychologie lidské odolnosti*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2010, Psyché (Grada), s. 112.

²¹ MÍČEK, Libor. *Duševní hygiena*. 1. vydání originálu. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1984, s. 75.

2.2.5 Odměny a tresty a jejich vliv na psychickou odolnost

„Pro psychickou odolnost je důležité citlivé zacházení s tresty. Nepřiměřené tresty, ať již psychické nebo fyzické, podřívají zvláště u větších dětí jejich sebevědomí, případně vzbudí potřebu se vzepřít. Tresty mají své místo ve výchově dítěte, ale měli bychom jich užívat jako šafránu a s rozvahou.“²²

Trest by měl následovat co nejdříve po činu a dítě by mělo vědět a rozumět tomu, za co a proč trest dostalo. Trest i odměna by měly být přiměřené a rozmanité. Následuje-li vždy stejná odměna nebo trest, dítě si na to zvykne a již si z toho nic nedělá. Musíme být v tomto ohledu vždy důslední. Nedůslednost snižuje roli vychovatele či rodiče a z toho by mohl vzniknout velký problém. U trestů nesmíme zapomenout na to, že po trestu následuje odpuštění.

Odměny a tresty nepůsobí okamžitě jen tím, že zastavují nějaké nevhodné chování a přispívají k tomu vhodnému, ale v zásadě přispívají k vytváření trvalejších postojů dítěte k určitým zásadám, ideálům, hodnotám a mravním normám.

V tomto předškolním věku se dětem taktéž vytváří svědomí, které v podstatě znázorňuje prožívání jejich vlastního vztahu k normám společenského chování a k normám mravnosti, které přijaly za své, které považují za vlastní a za správné a závazné. Odměny i tresty by měly být spravedlivé a především jako spravedlivé by to měly vnímat samy děti, které si trest či odměnu zařadí do škatulky spravedlnosti, která jim postupem času zvnitřní a stane se součástí jejich normy mravnosti. (Matějček, 2006)

„Je těžkým prohřeškem, je-li dítě trestáno za něco, zač nemůže – a je ve výchově zhoubné, je-li trestáno soustavně. Stejně tak je nesprávné, když dítě chválíme a odměňujeme za něco, co se stalo náhodou, anebo když oceňujeme jako kdovíjakou přednost nebo zásluhu to, co bylo jenom dílem jeho tělesné zdatnosti nebo příjemného zevnějšku. Nejsme zajisté ve všem zcela dokonalí a každý máme právo se někdy zmylit. Jde jen o to, abychom se nemýlili příliš často nebo abychom si ze svých pedagogických omylů neučinili zásadu.“²³

²² HOSKOVCOVÁ, Simona a Lucie SUCHOCHLEBOVÁ RYNTOVÁ. *Výchova k psychické odolnosti dítěte: silní pro život*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2009, Pro rodiče, s. 66.

²³ MATĚJČEK, Zdeněk. *Po dobrém, nebo po zlém?: o výchovných odměnách a trestech*. 4. vyd. Praha: Portál, 1995, s. 54.

2.2.6 Závislost psychické odolnosti na fyzickém zdraví

„Odolný může být jen odpočatý organismus. Spánek a odpočinek je už od raného dětství základem psychické odolnosti. Dítě, které má odmala nedostatek spánku, se těžko může vyrovnávat se zátěžovými situacemi. Výzkumy prokázaly, že nedostatek spánku snižuje schopnost kontrolovat emoce, chování a udržovat pozornost. Pediatr Stephen Sheldon, ředitel Sleep Medicine Centre při dětské nemocnici v Chicagu, řekl: ‚Unavené dítě má problémy s regulací svého chování. Jedna teorie tvrdí, že mozek a svaly dítěte nejsou synchronizovány a neunavují se ve stejný čas najednou. Často se stane, že mozek se unaví první a ztrácí kontrolu nad svalstvem, což vede k tomu, že velmi unavené děti paradoxně začnou chaoticky pobíhat a divočet.‘ Proto je tak těžké někdy rozpoznat, že ‚divoké‘ dítě je ve skutečnosti příliš unavené.“²⁴

Tento fakt je nesmírně cenný, ale mám za to, že velké množství lidí nemá povědomí o tom, že když dítě k večeru pobíhá, skáče a vypadá plné energie, je ve skutečnosti velmi unavené.

„Cokoliv co po nás život žádá, vyžaduje vždy specifickou konstelaci faktorů psychické odolnosti.“²⁵

2.3 Charakteristika dítěte předškolního věku

Předškolní věk bývá zpravidla vymežován od 3 do 6 let. Co se týče fyzického vývoje, tak pohyby dítěte jsou dokonalejší, a to jak v lokomoci, tak v manipulaci s míčem, hmotou či jinými materiály. Zdokonaluje se výslovnost, rozšiřuje se slovní zásoba. Děti vytvářejí souvětí, plynule hovoří a vzrůstá zájem o naslouchání příběhů, které jsou schopny převyprávět. Podle Piageta je kognitivní vývoj předškolního dítěte charakterizován názorným myšlením. Myšlení se plně řídí názorností, nikoliv logickými operacemi. Typický příklad pro toto myšlení je sklenička s korálky. I když dítě ví a vidí, že v obou skleničkách je korálků stejně, po přesypání korálků do užší nádoby spatřuje více korálků v užší nádobě. Předškolní věk je též obdobím velkého rozmachu her – doma, na hřišti i v mateřské školce – pohybové, konstrukční, napodobovací, hraní rolí aj. (Langmeier, Krejčířová, 2006)

²⁴ HOSKOVCOVÁ, Simona a Lucie SUCHOCHLEBOVÁ RYNTOVÁ. *Výchova k psychické odolnosti dítěte: silní pro život*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2009, Pro rodiče, s. 125.

²⁵ GRUHL, Monika a Hugo KÖRBÄCHER. *Psychická odolnost v každodenním životě*. Vyd. 1. Překlad Petr Babka. Praha: Portál, 2013, s. 128.

„Ve třech letech je dítě již svým způsobem osobnost. Má svou vlastní minulost, poznatky a zkušenosti. Ale okruh jeho zájmu se soustředí především na ně samotné, na domov, kde je nekorunovaným králem, a na ty, kdo doma žijí. Potřeby, které má tříleté dítě, jsou vlastně velmi jednoduché. Dítě potřebuje lásku, citové zázemí, důslednost, potřebuje, aby mu někdo naslouchal a pomáhal mu otevřít se vnějšímu světu. V tomto období se naučí nesmírné množství nových věcí – ovládat své chování, brát v úvahu také ostatní lidi, uvědomit si pohlavní příslušnost, odloučit se od matky, vyžrát a rozvíjet své dovednosti.“²⁶

Helus (2009) uvádí některé vývojové proměny, k nimž dochází v období mezi třetím a šestým rokem života a které opět charakterizují nově se otevírající možnosti, jichž je třeba využívat, i meze, které je třeba respektovat. Tyto proměny spočívají:

- a) v růstu obratnosti,
- b) v nových možnostech myšlení,
- c) v pokroku ve výtvarném projevu,
- d) v proměnách v sociálním životě,
- e) v hrách na sociální role,
- f) v expanzivní iniciativnosti,
- g) ve formování základů mravnosti.

2.3.1 Socializace dítěte předškolního věku

Za jedno z nejdůležitějších období, která čekají dítě předškolního věku, se považuje socializace. Tento proces je pro dítě velmi důležitý, a proto je potřeba jej nepodcenit.

„V předškolním období zůstává nejvýznamnějším prostředím, které zajišťuje primární socializaci dítěte, stále rodina. Dítě ovšem v tomto věku projevuje výrazný zájem o společnost druhých dětí a je schopné s nimi spolupracovat. Vrstevnická skupina je pro socializaci dítěte mimořádně důležitá. Do života dítěte vstupuje také instituce školky, která v naší kultuře zprostředkovává z velké části kontakt s vrstevníky, ale působí na dítě i specificky výchovně.“²⁷

Během socializace se také vyvíjí sociální reaktivita. Dítě si utváří bohatě diferencované emoční vztahy k lidem v bližším i vzdálenějším okolí. Vyvíjí se také sociální kontrola a hodnotová orientace. Především se jedná o vývoj norem, které si jedinec vytváří na základě

²⁶ BACUS-LINDROTH, Anne. *Vaše dítě ve věku od 3 do 6 let*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2004, s. 8.

²⁷ HOSKOVCOVÁ, Simona. *Psychická odolnost předškolního dítěte*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2006, Psyché (Grada), s. 31.

příkazů a zákazů rodičů a dalších mocných dospělých a které poté přijímá za své. Ty ho poté usměrňují do mezí určených společností. Dochází také k osvojení sociálních rolí, což jsou takové vzorce chování a postoje, které jsou od jedince očekávány ostatními členy společnosti, a to vzhledem k jeho věku, pohlaví, společenského postavení apod. Od dětí v předškolním věku se vyžaduje odlišné plnění rolí doma a v kolektivu dalších dětí. (Langmeier, Krejčířová, 2006) „*Funkční rodina je ideální prostředí jak pro rozvoj sebevědomí, tak i pro postupnou socializaci. Nezájem, neuspokojení v rámci sociálních vazeb k rodičovsky se chovajícím osobám pobývajícím v trvalé blízkosti blokuje optimální rozvoj osobnosti skutečně ve všech sférách.*“²⁸

„*Zaměstnanost rodičů a charakter jejich zaměstnání vede k tomu, že děti jsou ve vysokém procentu svěřovány školám i celodenně. Prostředí školky má rostoucí význam pro socializaci dítěte. Socializace dítěte a jeho výchova k sebevědomí a sociální kompetenci stále více leží v rukou učitelek mateřských škol. Jejich podíl je velmi významný pro pozitivní vývoj dítěte a zvládnutí problematického chování. Škola zprostředkovává nejen kontakt s vrstevníky, ale i je prostorem pro výchovné působení. Lze zde začít s preventivními programy, které se zaměřují na zvyšování sociálních kompetencí.*“²⁹

2.3.2 Vztahy

„*Můžeme si povšimnout, že v tomto předškolním věku naprostá většina dětí po společnosti druhých dětí vysloveně touží. Jsou celé šťastné, když si jich druhé děti všimnou, když je vezmou do hry, když se před nimi mohou trochu předvést a vytáhnout, a ze všeho snad nejvíce, když si mohou svou kamarádku či kamaráda přivést k sobě domů a ukázat je svým rodičům. Druhé děti vstoupí na vývojovou scénu našeho dítěte a už z ní neodejdou. Jeho vztahy k nim se budou rozvíjet, prohlubovat, rozšiřovat, měnit, ale nadále budou tvořit podstatnou součást jeho života*“³⁰ Děti v tomto věku navazují vztahy především se stejným pohlavím, s dětmi, které mají stejné zájmy a chování. Vztahy takto malých dětí jsou velmi proměnlivé. Někdy si společně hrají a jindy spolu soupeří. Na děti v předškolním věku jsou kladeny větší nároky, než tomu bylo v době batolete, očekává se od nich větší odpovědnost za

²⁸ NOVÁK, Tomáš. *Jak vychovat sebevědomé dítě*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2013, s. 36.

²⁹ HOSKOVCOVÁ, Simona. *Psychická odolnost předškolního dítěte*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2006, Psyché (Grada), s. 36.

³⁰ MATĚJČEK, Zdeněk. *Co, kdy a jak ve výchově dětí*. Vyd. 4. Praha: Portál, 2007, Rádci pro rodiče a vychovatele, s. 48.

své jednání. Pro dobrý vztah mezi rodiči a dětmi je podstatné, aby rodiče vystupovali před dítětem jednotně, byli sehraní a byli pro dítě vzorem, jejichž chování ono napodobuje. Např. do školky přichází matka s dcerkou, matka nepozdraví, ale dítěte se ptá, jestli neví, co se říká na pozdrav.

„V předškolním věku to začíná – a mateřská škola je k tomu velice vhodnou příležitostí. Ve vztahu k druhým dětem se tu rozvíjejí mnohé důležité vlastnosti, pro něž ve vztahu k dospělým, dokonce ani k sourozencům není tak vhodná půda. Je to především schopnost spolupráce – napřed jen ve hře a třeba na krátkou dobu, ale později čím dál vydatněji a déle, až jsou z toho velká společná díla. Jsou to však také vlastnosti, kterým se souhrnně říká pro--sociální, tj. takové, které člověku umožňují začlenění do různých lidských skupin, přijetí těmito skupinami a uplatnění v nich – družnost, solidarita, obětavost, tolerance, soucit, soustrast.“³¹

2.3.3 Iniciativa

„Iniciativa je intelektová činnost, vyvíjená bez zevního podnětu, nikoli jako reakce na situaci. Je to zdroj ve vnitřních podmínkách jednajícího. Má úzkou vazbu na představivost.“³²

Podle Eriksona se v předškolním období střetávají iniciativa x pocit viny. Dítě v předškolním období by za sebou mělo mít již navázanou důvěru k matce či jiné blízké osobě, která je stěžejní pro navazování vztahů po celý zbytek života, autonomii, která by měla směřovat k osamostatnění dítěte a navázání sebedůvěry ve vlastní činy. Předškolní věk přidává iniciativu, která ovlivňuje kvalitu podnikání, plánování a úsilí plnit úkoly s cílem být aktivní. Dítě i člověk potřebují iniciativu naprosto ke všemu, co v životě dělají. (Erikson, 1996) Iniciativní dítě zkouší a dělá věci samostatně, samostatně se rozhoduje. Projevuje důvěru ve své schopnosti, odmítá pomoc. Projevuje vytrvalost a zkouší různá řešení problémů. Inicjuje hru s ostatními dětmi, je tvůrčí, vymýšlí nová pravidla a postupy. Projevuje zájem naučit se něco nového, vybírá si úlohy, které jsou pro ně náročné. Iniciativa se začíná projevovat tak, že děti odmítají pomoc dospělého, i když se zdá, že ji ještě potřebují. Iniciativa také v tomto věku roste velmi rychle. Roste o to více, pokud je podporována ze strany rodičů.

³¹ MATĚJČEK, Zdeněk. *Co, kdy a jak ve výchově dětí*. Vyd. 4. Praha: Portál, 2007, Rádcí pro rodiče a vychovatele, s. 48.

³² HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Psychologický slovník*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2009 s. 131.

2.3.4 Seberegulace

Seberegulace je důležitá kompetence, která je základem pro dobré, záměrné a přemýšlivé chování. Naučit se ovládat se je důležitá dovednost pro všechny děti. Znamená to mít pod kontrolou vlastní impulzy, reakce a chování. Umět rozpoznat, co je dobré, a co špatné. Existuje stále více důkazů, že mnoha dětem (zejména předškolákům) chybí seberegulace. Tento fakt má negativní dopad na vývoj jejich psychické odolnosti a také na úspěšnost ve škole. Učitelé mateřských škol řadí seberegulaci k jedné z nejdůležitějších kompetencí v měření školní zralosti dítěte. Mnoho učitelů prvního stupně uvádí, že do jejich tříd přicházejí děti s velmi nízkou schopností seberegulace. K největšímu rozvoji seberegulace dochází při volné hře, ke které je příležitost v mateřské škole. Dříve na tom byly děti se seberegulací podstatně lépe, protože měly čas si hrát s dětmi na zahradě, ve školce, odpoledne doma na dvorku. V dnešní společnosti rodiče dětem příliš plánují a strukturují čas, děti nemají téměř žádné volno, mají hodně kroužků, aktivit, sledují počítače, televizi a nezbývá prostor na volnou hru, která je pro seberegulaci velmi důležitá. Při volné hře mají děti možnost uvědomit si, emoce, vztahy, vazby a důsledky svého chování. Pokud se děti umějí ovládat, umějí vám také říct, co jim vadí, v čem vidí problém, co je štvé. Umějí si říct o pomoc, když ji potřebují. Dokážou zvládnout frustraci, dokážou se uklidnit. Jsou více trpělivé a dokážou se podělit s ostatními. (<http://www.toolsofthemind.org>)

2.3.5 Hra

Významná úloha v předškolním období připadá hře. Hra je v tomto období hlavní činností dítěte. Definice hry není jednoznačná, nejčastěji se uvádí, že hra je činnost, která je vykonávána jenom proto, že je libá a že přináší dítěti uspokojení sama o sobě, bez vnějšího uloženého cíle. Děti využívají tělesných funkcí, konstruují jiné věci (stavby, modelování, kreslení apod.). Důležité je hraní rolí, které se projevuje v rolových hrách. Děti si hrají na rodinu, lékaře, prodavače, sousedy. Děti si zkoušejí různé způsoby a vzorce chování, které vidí ve svém okolí. (Langmeier, Krejčířová, 2006)

2.3.6 Mateřská škola

Mateřská škola hraje v životě předškolního dítěte velmi významnou roli. Ovlivňuje socializaci dítěte, jeho výchovu i vzdělávání. Stává se nedílnou součástí života dítěte. Má také velký vliv na vývoj psychické odolnosti dítěte. Dítě zde může psychickou odolnost získat či ztratit.

Velmi důležitá je adaptace na školku. Prostředí mateřské školy je pro dítě úplně novým prostředím, naprosto odlišným od prostředí rodinného, na které je dítě zvyklé. Tato velká změna může být pro dítě nesmírnou zátěží, může zažívat stres, obavy, starost, úzkost. Záleží na mnoha faktorech, jak dítě tuto zátěž zvládne a nakolik bude jeho adaptace do mateřské školy úspěšná. „Většina těchto zařízení jsou budovy velké jako větší rodinný dům. Obvykle mají provozní hodiny od šesti hodin ráno do pěti hodin odpoledne nebo i déle. Poskytují pravidelnou celodenní péči nebo péči jen na několik hodin denně a také péči občasnou. Počet výchovných pracovníků a dětí, rozloha vnitřní a venkovní plochy, vybavení WC a jiné věci musejí odpovídat předpisům.“³³

Většina autorů se shoduje na tom, že mateřská škola je pro dítě velmi důležitá, např. Matějček (*Co, kdy a jak ve výchově dětí*, 2006) je zastáncem toho, že mateřská škola je pro dítě nenahraditelná zejména pro jeho zdravý socioemocionální vývoj. Dítě se zde setkává s vrstevníky, širším společenským okolím, učí se zastávat nové sociální role či zvyká si na jinou autoritu. Avšak na druhé straně se setkáváme s názorem, že mateřská škola pro dítě není nutností, např. Špaňhelová (*Dítě v předškolním období*, 2004), ale zastává názor, že by dítě mělo jistě poznat svět svých vrstevníků, mělo by znát pravidla, práva a povinnosti žít s jinými dětmi. Když se rodič z nějakého důvodu rozhodne, že dítě do mateřské školy neumístí, nic se neděje, ale musí to umět dítěti vynahradit, např. najít vhodné mateřské centrum, zájmový kroužek.

Nástup dítěte do mateřské školy znamená pro dítě velkou změnu, proto bychom měli věnovat zvýšenou pozornost dobré adaptaci dítěte do MŠ. „Protože nástup do mateřské školy představuje první skutečnou separaci od matky, je velmi důležité na něj dítě připravit. Je nezbytné navštívit školku a začít s pobytem v ní po částech.“³⁴

Simona Kořátková sestavila pro rodiče desatero, kterému by se měli věnovat před vstupem do školky „Doporučující desatero – Co bychom mohli udělat, aby vstup do mateřské školy nebyl pro dítě traumatem:

- 1) chodit s ním mezi děti,
- 2) nechat dítě na určitou dobu v péči jiného známého,
- 3) zaměřit se na dovednosti sebeobsluhy,
- 4) rozvrhnout čas tak, abychom na dítě nemuseli spěchat, má-li věci udělat samo,

³³ BIDDULPH, Steve. *Tajemství výchovy šťastných dětí*. Vyd. 3. Překlad Eliška Neckařová. Praha: Portál, 2009, Rádci pro rodiče a vychovatele, s. 83.

³⁴ BACUS, Anne. *Mé dítě si věří*. Praha: Portál, s.r.o, 2007, s. 116.

- 5) *udělat si čas na každodenní společnou chvíli u hry,*
- 6) *udělat si čas na čtenou pohádku,*
- 7) *během dne využívat možností si s dítětem povídat,*
- 8) *krátce a srozumitelně oceňovat, co se dítěti daří, povzbuzovat ho, když mu něco nejde, ale i jasně odmítnout nevhodné chování a vysvětlit proč,*
- 9) *vyvarovat se výhrůžek typu „Počkej, až budeš ve školce!“*
- 10) *opatrně zacházet i s vychvalováním školky.*³⁵

Mnohé mateřské školy se snaží společně s rodiči nástup dětí a jejich adaptaci co nejvíce zjednodušit. Simona Hoskovcová (2011) vymyslela desatero před nástupem do mateřské školy. Toto desatero leckteré mateřské školy přejaly, drobně si ho přepracovaly a používají ho. Autorka formulovala body, které se jí zdály být nejdůležitější pro to, aby dítě co nejlépe zvládlo osamostatnění a nástup do školky. Autorka dala svolení k použití těchto svých myšlenek a nápadů do interních materiálů školky pro rodiče. Mateřská škola, ve které působím, má tato pravidla nepsaná, při zápisu či zájmu rodičů o mateřskou školu s nimi tato pravidla probíráme ústně.

1) Mluvte s dítětem

Dítě potřebuje mluvit o tom, co se ve školce děje a jaké to tam je. Důležité je ale vyhnout se negativním popisům, jako např. „tam tě naučí poslouchat“, „tam budeš mít smůlu, tam se s tebou nikdo dohadovat nebude“.

2) Zvykejte dítě na odloučení

Při odchodu např. do divadla, do kina láskyplně řekněte dítěti, že odcházíte, ale ujistěte ho, že zase přijдете. Dítě potřebuje získat jistotu, že se pro něj zase vrátíte. Chybou je tajně odejít z domu, vyplížit se, to dítě často vnímá jako zradu.

3) Ved'te dítě k samostatnosti

Důležitá je samostatnost především v hygieně, oblékání a jídle. Když dítě bude všechny tyto dovednosti ovládat, nebude zažívat špatné pocity spojené s tím, že je jediné, kdo si neumí dojít na WC či obout boty.

³⁵ KOŽÁTKOVÁ, Soňa. *Dítě a mateřská škola: co by měli rodiče znát, učitelé respektovat a rozvíjet*. 2., rozš. a aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2014, Pedagogika (Grada), s. 91–93.

4) Dejte dítěti najevo, že rozumíte jeho případným obavám z nástupu do školky

Zároveň také dítěte ujistěte, že mu věříte a že to určitě zvládne. Zvýšíte tak sebedůvěru dítěte. Nikdy školkou dítěti nevyhrožujte! Velmi důležité je, aby si dítě ke školce vytvořilo kladný vztah, a ten nevznikne, pokud budete dítě školkou strašit.

5) Pokud bude dítě plakat, buďte přívětiví, ale rozhodní

Rozloučení by se nemělo příliš protahovat, ale neodcházejte ani bez rozloučení nebo tajně.

6) Dejte dítěti s sebou něco důvěrného, něco, co má rádo a je na to zvyklé

(hračka, plyšák, oblíbená lahev, polštářek).

7) Plňte své sliby

Když řeknete, že přijдете po obědě, měli byste přijít po obědě, když slíbíte přijít v pět, přijďte v pět. Ze své praxe zažívám, že neplnění slibů rodičů je opravdu velký problém.

8) Udělejte si jasno v tom, jak prožíváte nastávající situaci vy

Děti dokážou velmi přesně rozpoznat projevy strachu a úzkosti u rodičů. Když zbavíte své úzkosti a strachu sebe, zbavíte toho i své dítě. Pokud si nejste skutečně jisti, že své dítě chcete do mateřské školky dát, měli byste své přesvědčení promyslet a nástup dítěte to školky přehodnotit. Dobré je se domluvit na tom, že dítě bude do školky vodit ten rodič, který s tím má menší problém.

9) Za pobyt ve školce neslibujte dítěti odměny předem

Dítě prožívá stres nejen z toho, že je ve školce samo a je odloučeno od rodičů, je v novém prostředí, ale ještě z toho, že selže a nedostane odměnu. Pokud den ve školce proběhne v pořádku, můžete jej jít oslavit do cukrárny nebo koupit malou odměnu, ale rozhodně by se toto nemělo stát pravidlem, protože dítě poté bude vyžadovat odměnu každý den.

10) Promluvte si s učitelkou o možnostech postupné adaptace dítěte

Každá mateřská škola má nastavená jiná pravidla, co se týče způsobu adaptace, ale je dobré si vyjasnit podmínky s paní učitelkou či ředitelkou hned na začátku při vstupu do školky, zda můžete s dítětem přijít ze začátku jen na pár hodin, na celé dopoledne a jak často. V mateřské školce, kde pracuji, je velmi individuální přístup ke každému dítěti. Vždy jednotlivě s každou

rodinou se domlouváme na jiném postupu při adaptaci dítěte tak, aby to vyhovovalo jak nám, tak rodičům, a především dítěti.

„Ze zkušeností byly odpozorovány a shrnuty určité zákonitosti v dětském přizpůsobování se podmínkám mimo rodinu. Vývoj chování byl pozorován při hospitalizaci dětí, ale byl ověřován i při adaptaci dětí na mateřskou školu. Říčan (1989), Vágnerová (2005) uvádějí tři stadia reagování dítěte mladšího předškolního věku na přerušování kontaktů s rodinou:

- 1) **Stadium protestů** – dítě reaguje vytrvalým pláčem, dožaduje se rodiče, nechce s novým prostředím komunikovat, odmítá hračky, hraní.
- 2) **Stadium zoufalství** – dítě již nenaříká, je uzavřené, sporadicky komunikuje, vybere si nebo přijme hračku, ale bez zájmu s ní manipuluje a pozoruje okolí.
- 3) **Stadium odpoutání od matky** – připoutává pozornost k náhradní osobě, chování komunikace se blíží normálu, dítě si začíná bezstarostně hrát.

Jak dlouho trvají jednotlivá stadia, je velmi individuální. Na základě tohoto rozčlenění se však můžeme poučeněji ptát na chování dítěte během dne v mateřské škole a uvědomit si, kde se dítě v tomto zákonitém postupu adaptace právě nachází“³⁶

„Mateřskou školu mohou navštěvovat všechny děti od tří do šesti let, jediným omezením je kapacita předškolního zařízení. Naopak nerozhoduje barva pleti, národnost ani společenská třída, ze které pochází. Ve Francii chodí do školky zhruba 95 % dětí mezi třetím a čtvrtým rokem, v České republice je to zhruba 76 % tříletých dětí, 91 % čtyřletých a 95 % pětiletých.“³⁷

2.4 Rozvoj psychické odolnosti dítěte předškolního věku

Podle Simony Horákové Hoskocové (2006) stojí vývoj psychické odolnosti u dětí na třech základních kamenech. Prvním je vrozená dispozice – tu lze ovlivnit v prenatálním období tím, že se matka na dítě těší, radostně ho očekává, žije zdravým životním stylem, povídá si s dítětem apod. Bohužel nelze ovlivnit genetickou výbavu dítěte. Dalším kamenem je

³⁶ KOŤÁTKOVÁ, Soňa. *Dítě a mateřská škola: co by měli rodiče znát, učitelé respektovat a rozvíjet*. 2., rozš. a aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2014, Pedagogika (Grada), s. 97.

³⁷ BACUS-LINDROTH, Anne. *Vaše dítě ve věku od 3 do 6 let*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2004, s. 15.

temperament dítěte, který je možný vymezit jako energetickou základnu psychických vlastností. S temperamentem také nemůžeme nic udělat, je vrozený, má biologický základ a závisí na reaktivnosti nervové soustavy. Temperament vyjadřuje způsob reaktivity, vzrušivosti a aktivity. Pokud budeme temperament dítěte s láskou přijímat a respektovat, bude to mít na dítě pozitivní dopad. Posledním důležitým kamenem je kladný a pozitivní vztah k dítěti.

Téměř každý rodič i pedagog by si měl klást otázku, co můžeme udělat pro rozvoj psychické odolnosti u dětí. Jak již bylo zmíněno, za jeden z nejdůležitějších faktorů je považována kladná citová vazba alespoň k jedné blízké osobě, nejlépe matce. Zakládat bychom si měli také na vytvoření příjemného rodinného prostředí, kde se dítě bude cítit hezky, uvolněně a bude to zde mít rádo. Za velmi přínosné je považováno vytvoření rodinných rituálů, které rodinu spojují a tvoří ji výjimečnou. Může jít například o oslavy narozenin, svátků, výlety či zvyky, které si rodina vytvoří. Pro dětskou jistotu je třeba mít vytvořený řád a hranice, které dítě zná. Když řád a vytyčené mantinely fungují, dávají dítěti jistotu, což je pro dítě velmi důležité.

Za podporující faktor, který zvyšuje psychickou odolnost u dětí, se považuje pořízení domácího zvířete. Dítě ho opečovává, stará se o něj a zvíře mu to oplácí svou láskou, vřelostí. Tento vztah posiluje sebevědomí a psychickou odolnost dětí. Za další velmi důležitý bod je považován vřelý vztah dítěte s prarodiči. Pobyt u prarodičů je pro dítě nenahraditelnou zkušeností. Dítě vidí život a fungování jiné generace, je to pro něj přínosné z velkého množství hledisek. Získává od nich jak poznání, zvyky, náhled do minulosti, tak také lásku, vřelost, náklonnost. Samozřejmostí by měl být zájem rodičů o dítě. Jejich zájem by neměl patřit jen školce, škole, aktivitám, ale měli by se zajímat o to, jak se dítě cítí, jaké má kamarády, jak se mu líbí v zájmových aktivitách, zda má všechno, co potřebuje, což je spojené s uspokojováním potřeb dítěte. Pro pedagogy je i rodiče je možné využít velké množství her³⁸, které slouží k posílení psychické odolnosti dítěte. (Hoskovcová, Ryntová, 2009)

³⁸ Hry v příloze.

3. EMPIRICKÁ ČÁST

3.1 Definice výzkumného cíle

Cílem následného výzkumného šetření je ověřit problematiku pojetí psychické odolnosti z pohledu rodiče a učitele. Vzhledem k tomu, že toto téma považuji za nesmírně důležité a zajímavé, hodlám se jím nadále v budoucnu zabývat při psaní své diplomové práce.

Toto výzkumné šetření vzhledem k počtu „pozorovaných“ dětí má předvýzkumný charakter. Cílem tohoto předvýzkumu je zjistit rozdíl mezi pohledem rodiče a učitele na pojetí psychické odolnosti dětí předškolního věku. Klíčovým pojmem se zde stává psychická odolnost jako schopnost účinně se vyrovnat se stresem a nepřízní, schopnost být iniciativní, dokázat se ovládat, navazovat přátelské vztahy, umět se příznivě chovat v kolektivu, vykazovat co nejméně znaků nápadného chování.³⁹ Zajímalo mne, jaké se vyskytnou rozdíly v chování dětí před zraky rodičů a pedagogů. Z vlastní zkušenosti vím, že učitelky občas čelí situaci, kdy dítě ráno ustavičně pláče a nechce nechat matku odejít ze dveří školky, avšak brzy po jejím odchodu se dítě uklidní, usměje a jde si spokojeně hrát, zatímco matka se ještě pár hodin poté trápí pomyšlením, jak to její dítě ve školce zvládá. Obdobné situace nastávají i odpoledne, kdy se dítě hystericky vzteká a naopak nechce jít s rodičem domů, i když ve školce se takovýto případ vzdoru nikdy neprojevil.

Tyto skutečnosti mne velmi motivovaly k vytvoření tohoto výzkumného šetření, zda pohled na vlastnosti psychické odolnosti dítěte předškolního věku bude z hlediska rodiče a učitele stejný či odlišný. Při tomto předvýzkumu byla zvolena metoda pozorování, a to jak rodiči, tak učitelkami v mateřské škole. Použila jsem dotazník Devereux Early Childhood Assessment for Preschoolers (DECA-P2)⁴⁰, který je díky katedře psychologie přeložen do češtiny. Dotazník zjišťuje míru iniciativy, seberegulace, kvalitu vztahů či nápadné chování (obtěžující, nežádoucí, neslušné).

3.2 Průběh předvýzkumu

Děti zapojené do tohoto předvýzkumu byly pozorovány v mateřské škole pedagogem a doma rodiči. První pozorování a vyplnění dotazníků bylo provedeno na konci září, další

³⁹ Nápadné chování vysvětleno na s. 37.

⁴⁰ K nahlédnutí v příloze na s. 57-58.

následovalo na konci listopadu. Druhé šetření bylo provedeno proto, že jsem chtěla zjistit, zda delší doba pobytu ve školce bude mít vliv na změnu chování a osobnost dítěte.

Tento předvýzkum jsem prováděla v mateřské školce, kde již čtvrtým rokem působím. Pozorování v mateřské škole bylo prováděno při běžné práci s dětmi. Během pozorování probíhal standardní denní režim bez jakýchkoliv změn.

3.3 Popis vzorku

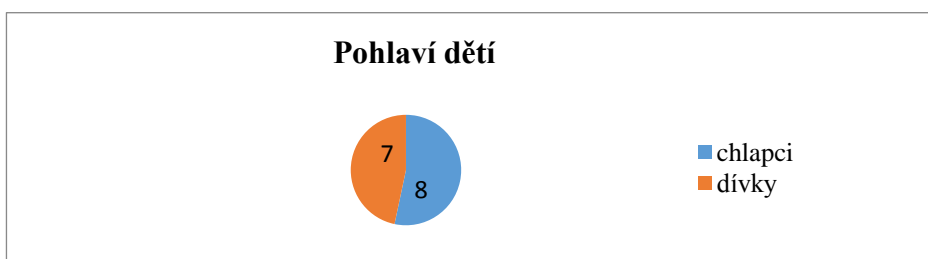
Tento předvýzkum probíhal v soukromé mateřské školce v Kobylisích. Jedná se o školku malého, rodinného typu, s maximální kapacitou dvacet dětí. Panuje zde milé, pozitivní, rodinné klima. Školka splňuje veškeré standardy mateřských škol, je akreditována MŠMT. Pracuje se podle vytvořeného ŠVP Motýlek letící za poznáním.⁴¹ Školka garantuje individuální přístup pedagogického personálu ke každému dítěti, čemuž odpovídá i počet našich pedagogů. Na jednoho pedagoga připadá max. 6 dětí. Jedním pedagogem je anglický rodilý mluvčí. Na začátku září, kdy se pozorování začínalo, zde bylo 15 dětí, jejichž všichni rodiče souhlasili s pozorováním a následným vyplněním dotazníku. Maximální kapacita školky je 20 dětí. Naším dětem chceme umožnit co nejpříjemnější vstup a pobyt v první etapě školního života pracujeme s desaterem před nástupem do mateřské školy od Simony Hoskovcové.⁴² Během školního roku usilujeme o správný rozvoj dovedností každého dítěte. Vše svévolnými metodami – bez nátlaku na jedince.

Velký důraz je kladen na spolupráci s rodiči. Školka je pro rodiče vždy otevřena, protože společná pozitivní komunikace je jedním z hlavních principů našeho zařízení. Prostředí, které je příjemné pro děti, rodiče i pedagogy, je základem spokojeného a naplněného dětství.

⁴¹ Ke stažení na www.skolkapraha.eu

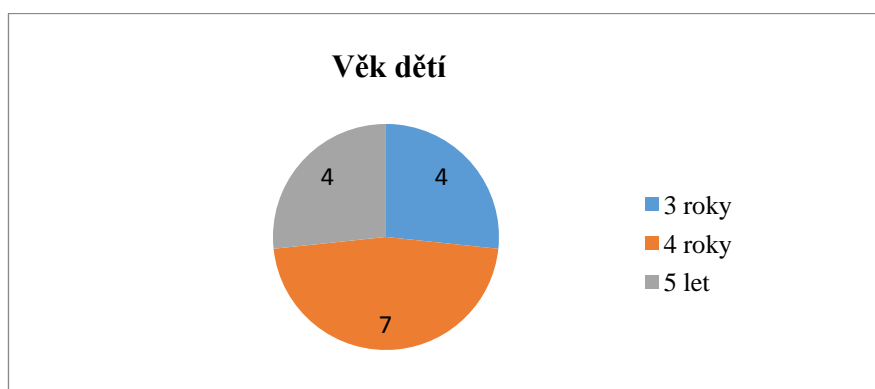
⁴² Viz s. 27-28.

Výzkumu se zúčastnilo 15 dětí, z toho 7 dívek a 8 chlapců.



Graf č. 1 Pohlaví dětí

V této mateřské škole funguje heterogenní, věkově smíšená skupina ve věku od 3–6 let. Výzkumu se zúčastnily 4 děti tříleté, 7 dětí čtyřletých a 4 děti pětileté. Velmi se osvědčila věkově smíšená třída. Děti jsou k sobě ohleduplné, pomáhají si, mladší děti se učí od starších, dělají velké pokroky. Na některé vzdělávací aktivity jsou děti rozděleny do dvou skupin podle věku, zejména na předškolní přípravu, grafomotorické listy či náročnější aktivity.



Graf č. 2 Věk dětí

3.4 Výzkumné otázky = hypotézy

Při stanovování hypotéz jsem vycházela z výzkumného záměru této práce. Cílem hypotéz je zjistit, zda se rodiče a učitelé liší v pohledu na vlastnosti psychické odolnosti v září i listopadu, zda se děti před svými rodiči chovají jinak než před pedagogy či v jakém pásmu psychické odolnosti se vyskytne většina pozorovaných dětí.⁴³

⁴³ Pásma skórování viz s. 39.

H1 – Předpokládám, že pohled na vlastnosti psychické odolnosti dítěte předškolního věku se bude v prvním (září) i druhém (listopad) čase mezi učitelem a rodičem lišit.

- Dynamika rozdílů mezi rodičem a učitelem je uvedena v grafech.

H2 – Předpokládám, že děti jsou před svými rodiči iniciativnější než před učitelem.⁴⁴

H3 – Předpokládám, že děti před zraky rodičů vykazují více nápadnějšího chování než před učitelem.⁴⁵

H4 – Domnívám se, že v mateřské škole dochází k větší seberegulaci dítěte než s rodiči.⁴⁶

H5 – Předpokládám, že většina pozorovaných dětí skončí ve středním pásmu skórování rodiče a učitele (skóroval/a typicky).⁴⁷

3.5 Metody získávání dat

3.5.1 Pozorování

Pozorování je jednou z nejběžnějších a nejstarších výzkumných metod. Cílem tohoto pozorování je zjistit, jak se děti chovají před pedagogy v MŠ a jak před rodiči. Učitelky děti sledují při běžných činnostech ve školce, rodiče doma či v rodinném prostředí. První pozorování proběhlo v září a druhé v listopadu. Sledujeme u dětí míru jejich iniciativy, seberegulaci, vztahy s ostatními či nápadné chování. S těmito osobnostními charakteristikami dále pracuje dotazník Devereux Early Childhood Assessment for Preschoolers (DECA-P2)⁴⁸. Pozorování bylo zúčastněné, protože učitelky i rodiče byli s dětmi v neustálém kontaktu a také pozorovali děti v prostředí, kde se dané osobnostní charakteristiky projevovaly. Při běžných situacích také docházelo k interakci učitelky i rodičů s dětmi. Jednalo se též o pozorování přímé, protože jako jedna z učitelky v MŠ jsem se ocitla v přímém terénu mateřské školy, kde tento předvýzkum probíhal. Pozorování bylo strukturované, hledaly se odpovědi na předem vymezené jevy a otázky z dotazníku DECA-2. (Švaříček, Šed'ová, 2006)

⁴⁴ Iniciativa viz s. 24.

⁴⁵ Nápadné chování viz s.37.

⁴⁶ Seberegulace viz s. 25.

⁴⁷ Viz přílohy Child profile, s. 59.

⁴⁸ Viz s. 57-58.

3.5.2 Devereux Early Childhood Assessment for Preschoolers, Second Edition (DECA-2)

Dotazník DECA-2 se do češtiny překládá jako Devereuxská škála raného dětství. Tento dotazník je určený pro děti od 2 do 6 let. Mohou ho používat jak ředitelé MŠ, pedagogové MŠ, tak rodiče k hodnocení vlastností psychické odolnosti. Dotazník je rozdělen do dvou dimenzí – protektivní (ochranné) faktory a nápadné chování. Obsahuje 38 položek, které jsou rozděleny do čtyř skupin. Každá skupina je zaměřena na jiné vlastnosti psychické odolnosti.

1. Iniciativa
2. Seberegulace
3. Vztahy/vazby
4. Nápadné chování

Protektivní faktory zahrnují iniciativu, seberegulaci a vztahy/vazby. Přehled nápadného chování zahrnuje pomoc vyhledávat děti s nově vznikajícími výchovnými problémy.

Položky na škále iniciativy hodnotí použití dětské iniciativy, nezávislost myšlení a schopnost projevit své potřeby. Je to měřeno například pomocí položek jako „začíná či organizuje hru s ostatními“ nebo „zkouší či vyžaduje nové věci či aktivity“. Iniciativní děti velmi často odmítají pomoc, zkoušejí dělat nové věci samy, i když jim to ještě moc nejde. Děti se snaží být samostatné. Jsou vytrvalé, iniciují hru s ostatními kamarády.

INICIATIVA
Projevuje důvěru ve své schopnosti (říká například: „Já to umím.“
I přes počáteční nezdár se nevzdává. (Projevuje vytrvalost.)
Zkouší různé způsoby řešení problému.
Zkouší či vyžaduje nové věci a činnosti.
Iniciuje či organizuje hru s ostatními dětmi.
Projevuje zájem naučit se něco nového.
Samostatně se rozhoduje.
Vybírá si úlohy, které jsou pro něj/ni náročné.
Pamatuje si podstatné informace.

Seberegulace zahrnuje položky obsahující dětskou schopnost přiměřeně projevovat své pocity, použít vhodná slova a způsoby chování. Položky jsou například: „přijme jinou možnost, pokud nelze splnit jeho původní volbu“ a „dokáže se uklidnit“. Dítě se umí ovládat, když se mu něco nelíbí či s něčím nesouhlasí, řekne to. Umí reagovat přiměřeně situaci, došlo k závěru, že je lepší se domluvit, říct si o pomoc a nevzdávat se.

SEBEREGULACE
Naslouchá ostatním či jim prokazuje úctu.
Ovládá svůj hněv.
Projevuje trpělivost.
Dokáže se podělit s ostatními dětmi.
Dokáže zvládnout frustraci.
Přijme jinou možnost, pokud nelze splnit jeho původní volbu.
Spolupracuje s ostatními.
Dokáže se uklidnit.
Umí si hrát s ostatními.

Položky týkající se vztahů/vazeb zjišťují, zda má dítě vytvořený oboustranný, silný, dlouhotrvající vztah s ostatními dětmi a dospělými. Jsou to například: „vypadá šťastně či nadšeně, vidí-li své rodiče či opatrovníky“ nebo „důvěřuje blízkým osobám a věří tomu, co říkají“. Díky dobrým vztahům a vazbám k dalším osobám se dítě lépe cítí samo sebou. Důvěřuje dospělým, nebojí se požádat o pomoc. (Sandra Prince-Embury, Donald H, 2013)

VZTAHY/VAZBY
Chová se tak, že dospělí se na něj/ni usmívají či o něj/ni projevují zájem.
Vypadá šťastně či nadšeně, vidí-li své rodiče či opatrovníky.
Projevuje city k blízkým osobám.
Žádá dospělé, aby si s ním hráli nebo mu četli.
Důvěřuje blízkým osobám a věří tomu, co říkají.
Je-li třeba, vyhledá pomoc ostatních dětí či dospělých.
Při hře s ostatními působí šťastně.
Těší se na činnosti doma či ve škole (například na výlet či oslavu narozenin).
Dává najevo preferenci určité dospělé osobě (má nějakou osobu oblíbenou) – např. některá učitelka či rodič.

Jak již bylo řečeno výše, položky ve škále nápadného chování pomáhají vyhledávat děti, které vykazují známky nevhodného nápadného chování. Na zřetel zde musíme brát věk dítěte, protože určité znaky nápadného chování jsou pro určitý věk normální, například vzdor během věku 3 let. Do této skupiny bychom mohli zařadit všechny negativní jevy chování, jako jsou fyzické násilí, slovní útoky, záchvaty vzteku, urážlivé jednání, ničení věcí, nesoustředěnost, netečnost.

NÁPADNÉ CHOVÁNÍ
Působí smutně či netečně, i když se děje něco veselého.
Mívá záchvaty vzteku.
Působí, jako by jej/ji ostatní děti či dospělí nezajímali.
Používá neslušné či urážlivé výrazy.
Ničí nebo poškozuje věci.
Nedokáže se déle soustředit.
Pere se s ostatními dětmi.
Snadno se rozruší nebo dá do pláče.
Ublížíje ostatním slovně či fyzicky.
Dotýká se ostatních dětí či dospělých způsobem, který vám připadá nevhodný.

Všechny tyto položky byly vytvořeny na základě literatury o psychické odolnosti a na základě poznatků odborníků a rodičů věnujících se dětem. Pracovní skupina z katedry psychologie pod vedením PhDr. Simony Hoskovcové přeložila tento dotazník pro své potřeby do českého jazyka. Překlad je doslovný, původní význam otázek zůstal zachován

„Hlavní cíle testu DECA-P2:

- *Měří a popisuje nápadnosti v chování a potřeby dítěte v souvislosti s protektivními faktory. Individuální profil dítěte může být použit k identifikaci dětí, které vykazují nápadnosti v chování vztahující se k nedostatku resilience, popřípadě u dětí, u kterých se dá předpokládat nedostatek ochranných faktorů.*
- *Měří a popisuje nápadnosti v chování a potřeby dětí v souvislosti s protektivními faktory. Výsledky testu umožňují vytvořit profil skupiny nebo třídy, která vykazuje nápadnosti nebo potřebuje podporu.*

- *Vede k rozvoji a realizaci strategií v rámci podpory odolnosti u dětí. Informace, které poskytuje výsledný profil, napomáhají k vytvoření strategie podporující zdravý emoční a sociální rozvoj.*
- *Díky škále posuzující nápadnosti v chování lze identifikovat děti, které mohou mít obtíže v chování nebo emoční obtíže.*
- *V souladu s výsledky ukazujícími na obtíže v chování mohou být zahájena intervenční opatření zacílená na změnu chování.*
- *Podporuje spolupráci rodičů a učitelů.*
- *DECA-P2 poskytuje speciální techniky k porovnání skóre dítěte vyplněných učitelem a rodičem. Umožňuje porovnání konsistence nebo variability chování dítěte v různém prostředí.*
- *Vyhodnocuje účinnost programů vytvořených s cílem podpořit sociální a emoční kompetence a odolnost.*⁴⁹

V práci využiji především tento cíl dotazníku: *DECA-P2 poskytuje speciální techniky k porovnání skóre dítěte vyplněných učitelem a rodičem. Umožňuje porovnání konzistence nebo variability chování dítěte v různém prostředí.* Právě tato oblast je v této práci stěžejní.

3.6 Zpracovávání dat z kvantitativního předvýzkumu

Získala jsem od rodičů 15 vyplněných dotazníků DECA-2 v září a 15 vyplněných dotazníků DECA-2 v listopadu. Sama jsem také 15 dotazníků v obou uvedených termínech vyplnila jako pedagog MŠ, ve které předvýzkum probíhal. K vyhodnocení dotazníků jsem použila DECA-P2 Individual Child Profile.⁵⁰ Každá položka v dotazníku se mohla obodovat:

	Nikdy	Výjimečně	Občas	Často	Velmi často
Ovládá svůj hněv	0	1	2	3	4

Pro každou skupinu (iniciativa, seberegulace, vztahy, nápadné chování) tak vyšel součet čísel, který se v konečné fázi (po sečtení všech položek z dané skupiny) umístil buď v zóně podpory, typického chování či v zóně silná stránka.

⁴⁹ ZRADIČKOVÁ ŠAFRÁNKOVÁ, K. (2015). Osobnost dítěte a zahájení docházky do mateřské školy (Rigorózní práce). Univerzita Karlova v Praze, Filozofická fakulta, Praha, s. 88.

⁵⁰ Viz s. 59.

Dotazník má tři možnosti skórování podle počtu získaných bodů tzv. T skóre.⁵¹

Protektivní faktory se hodnotí v následujících třech zónách. Nápadné chování má zóny pouze dvě – zóna typického chování a zóna silné stránky.

Zóna podpory – pokud se dítě umístí v nejnižším pásmu, v zóně podpory, znamená to, že v dané oblasti není silné. Mohou se zde vyskytovat emoční či sociální obtíže. Měli bychom se zaměřit na slabou stránku dítěte a vymyslet podpurný postup, jak dítěti zlepšit danou situaci. Dítě se nejeví dostatečně psychicky odolné, zejména pokud se v tomto pásmu umístí ve více oblastech (iniciativa, seberegulace, vztahy, nápadné chování).

	Iniciativa	Seberegulace	Vztahy/Vazby	Nápadné chování
Rodičovské hodnocení	< 13–22	< 11–20	< 22–27	16–27 <
Učitelské hodnocení	< 8–17	< 8–17	< 12–21	18–30 <

Zóna typického chování – pokud se dítě umístí ve středním pásmu, znamená to, že jeho chování ve vztahu k psychické odolnosti je označované jako typické. Tyto děti bývají průměrné a bývá jich většina.

	Iniciativa	Seberegulace	Vztahy/Vazby	Nápadné chování
Rodičovské hodnocení	23–31	21–29	28–34	< 2–15
Učitelské hodnocení	18–29	18–29	22–31	0–17

Zóna silné stránky – pokud se dítě umístí v nejvyšším pásmu, v zóně silné stránky, znamená to, že dítě je v dané oblasti opravdu silné, jisté. Pro dítě to má velmi pozitivní dopad, je však potřeba tyto vlastnosti i nadále rozvíjet. Dítě se skóre silné stránky můžeme považovat za psychicky odolné.

	Iniciativa	Seberegulace	Vztahy/Vazby
Rodičovské hodnocení	32–36	30–36	35–36
Učitelské hodnocení	30–35	30–36	32–36

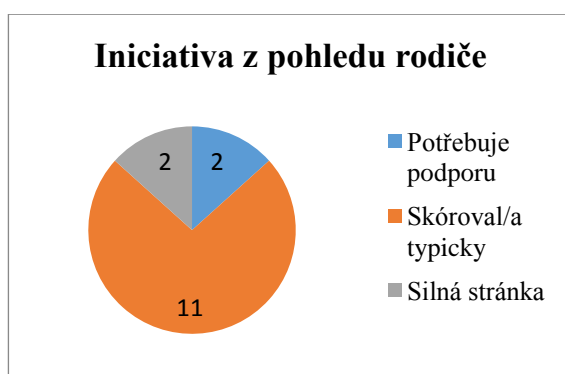
⁵¹ Viz s. 59.

3.7 Výsledky analýzy dat

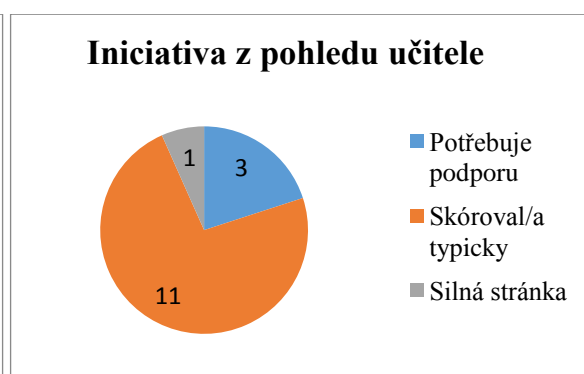
3.7.1 Září

Iniciativa – září

V září se ukázalo, že z pohledu rodiče potřebují podporu v rámci iniciativy 2 děti. 11 dětí se umístilo v pásmu skóroval/a typicky. Iniciativu jako silnou stránku dítěte vnímají 2 rodiče. Z pohledu učitele, skórovalo typicky 11 dětí. Tři děti potřebují v této oblasti podporu a u jednoho dítěte vnímá učitel iniciativu jako silnou stránku.



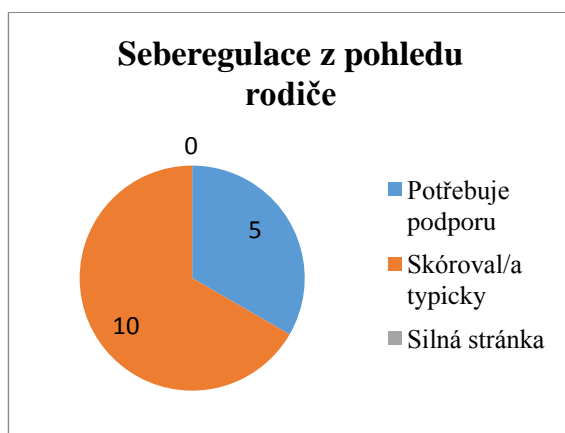
Graf č. 3



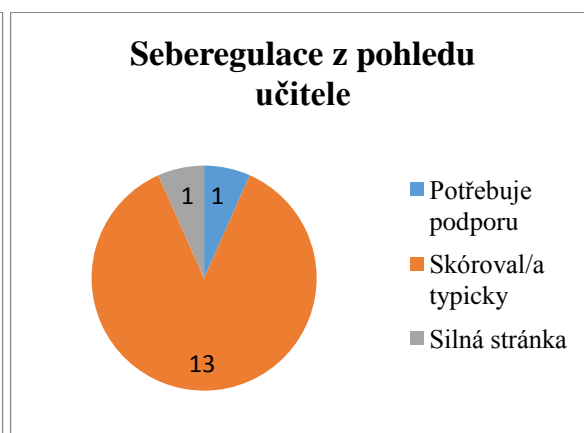
Graf č. 4

Seberegulace – září

Z pohledu rodiče potřebuje 5 dětí podporu v oblasti seberegulace. 10 dětí se umístilo v zóně „skóroval/a typicky“. Z pohledu učitele potřebuje podporu v seberegulaci pouze jedno dítě, 13 dětí se umístilo v zóně „skóroval/a typicky“ a pro jedno dítě je seberegulace silnou stránkou.



Graf č. 5

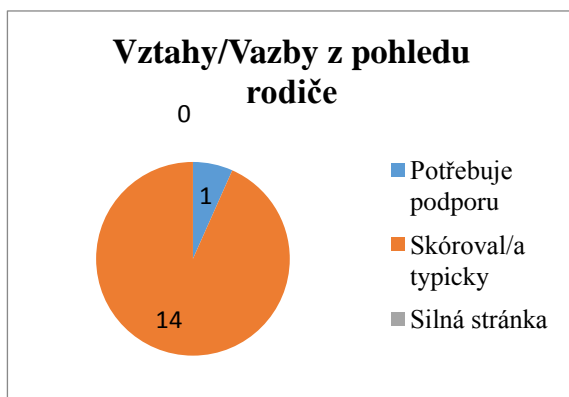


Graf č. 6

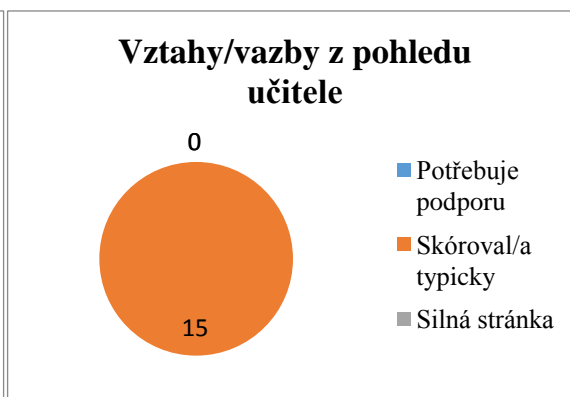
Vztahy – září

Z pohledu rodiče se v září pouze jedno dítě umístilo v zóně „potřebuje podporu“. Zbylých 14 dětí se umístilo v zóně „skóroval/a typicky“. V zóně „toto je má silná stránka“ se neumístil nikdo.

Z pohledu učitele se v září všechny děti v oblasti vztahů a vazeb umístily v zóně „skóroval/a typicky“.



Graf č. 7

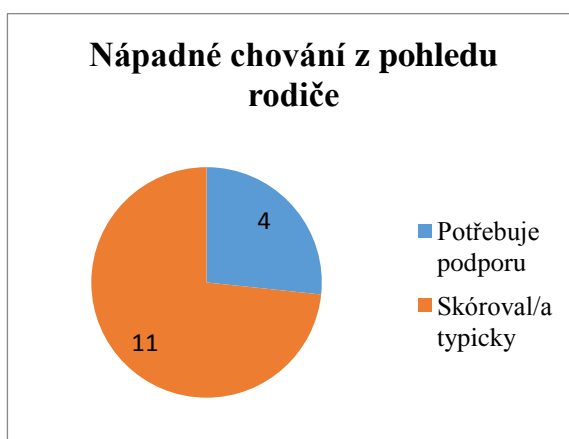


Graf č. 8

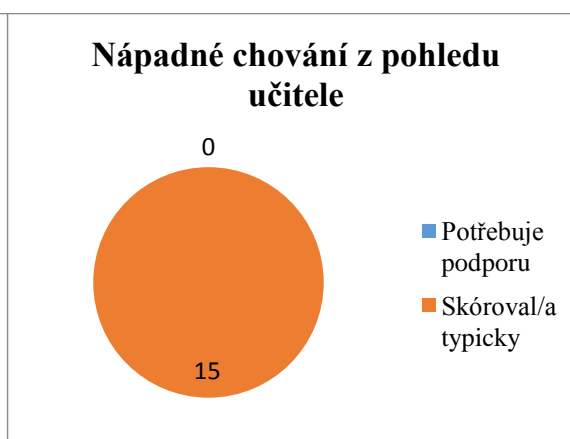
Nápadné chování – září

Z pohledu rodiče potřebují 4 děti podporu v oblasti nápadného chování. 11 dětí se umístilo v zóně „skóroval/a typicky“, v zóně „silná stránka“ se neumístilo žádné dítě..

Z pohledu učitele se žádné dítě neumístilo v zóně „potřebuje podporu“ ani v zóně „silná stránka“. Všech 15 dětí se umístilo v zóně „skóroval/a typicky“.



Graf č. 9



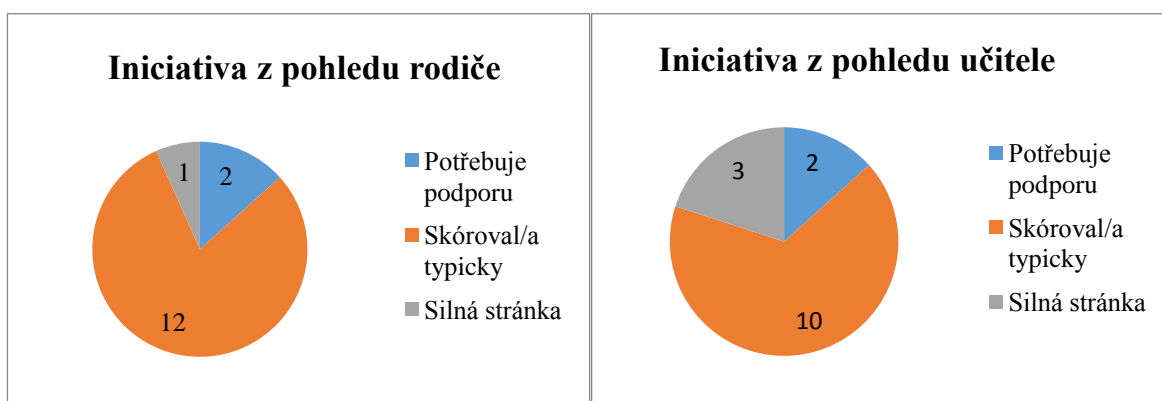
Graf č. 10

3.7.2 Listopad

Iniciativa – listopad

Z pohledu rodiče se v oblasti iniciativy umístily dvě děti v zóně „potřebuje podporu“, 12 dětí se umístilo v zóně „skóroval/a typicky“ a jedno dítě v zóně „silná stránka“.

Z pohledu učitele se dvě děti umístily v zóně „potřebuje podporu“, 10 dětí se umístilo v zóně „skóroval/a typicky“ a tři děti v zóně „toto je má silná stránka“.



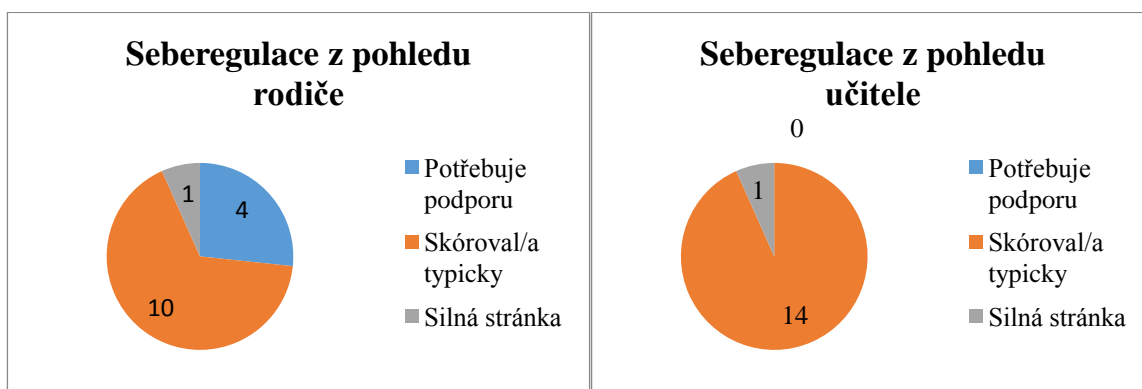
Graf č. 11

Graf č. 12

Seberegulace – listopad

Z pohledu rodiče se umístily 4 děti v zóně „potřebuji podporu“, 10 dětí se umístilo v zóně „skóroval/a typicky“ a jedno dítě se umístilo v zóně „toto je má silná stránka“.

Z pohledu učitele se v oblasti seberegulace nevyskytlo žádné dítě, které by potřebovalo v této oblasti podporu. 14 dětí se umístilo v zóně „skóroval/a typicky“ a pro jedno dítě je seberegulace silnou stránkou.



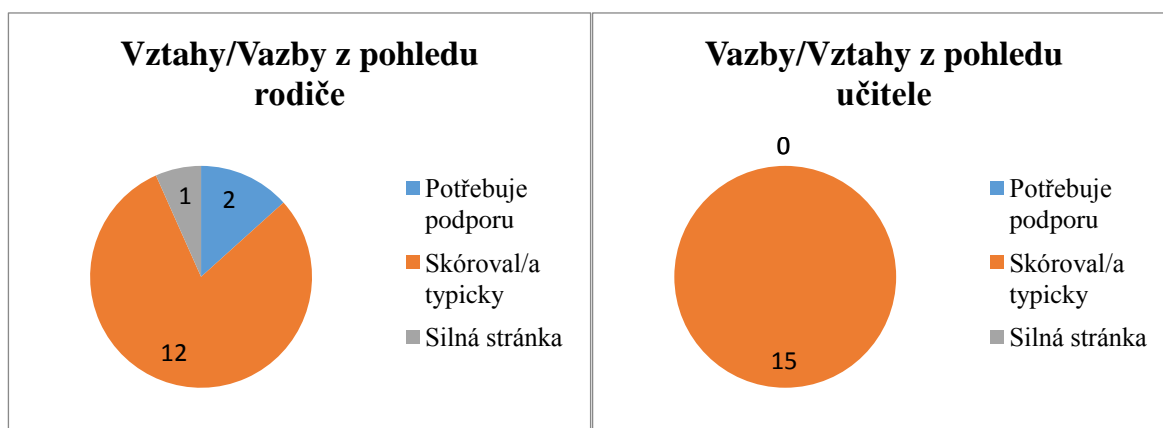
Graf č. 13

Graf č. 14

Vztahy – listopad

Z pohledu rodiče se dvě děti umístily v zóně „potřebuje podporu“, 12 dětí se umístilo v oblasti vztahů v zóně „skóroval/a typicky“ a jedno dítě se umístilo v zóně, která považuje jeho vztahy/vazby za jeho silnou stránku.

Z pohledu učitele se nevyskytlo žádné dítě v oblasti „potřebuje podporu“ ani v oblasti „toto je moje silná stránka“. Všechny 15 dětí umístilo v zóně „skóroval/a typicky“.



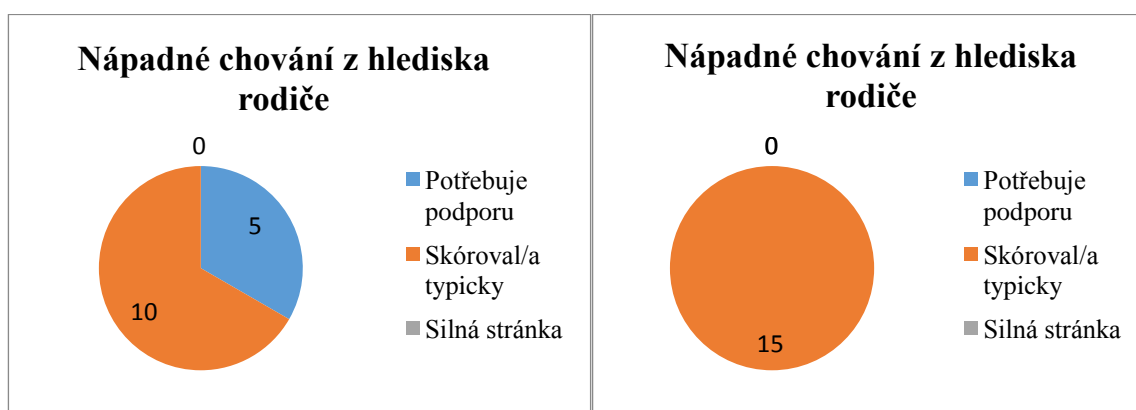
Graf č. 15

Graf č. 16

Nápadné chování – listopad

Z pohledu rodiče se 5 dětí umístilo v zóně „potřebuje podporu“, 10 dětí v zóně „skóroval/a typicky“ a žádné dítě se neumístilo v zóně „toto je moje silná stránka“.

Z pohledu učitele se žádné dítě neumístilo v zóně „potřebuje podporu“ ani v zóně „toto je má silná stránka“. Všechny 15 dětí se umístilo v zóně „skóroval/a typicky“.



Graf č. 17

Graf č. 18

3.8 Konkrétní kazuistiky

Vybrala jsem si pět dětí, u kterých podrobněji zpracuji jejich kazuistiku a pohled na jejich psychickou odolnost z hlediska rodiče a učitele. Výsledky ostatních dětí jsou zpracovány v tabulce v příloze.⁵²

3.8.1 Alice, 5 let, počet osob v domácnosti: 3, sourozenci: 0, bydliště: Praha 8

Alice je bystrá, inteligentní dívka, která v únoru oslavila své páté narozeniny. Ve školce se jeví jako naprosto bezproblémové, psychicky velmi odolné dítě. Je velmi iniciativní, organizuje hru, je vůdčí typ. Nemá problém s nasloucháním, pomocí ostatním. Pro ostatní děti je příkladem, je vždy nápomocná mladším, ostatním je vzorem. Prohru, neúspěch či kritiku zvládne přijmout bez větších potíží. Ovládá svůj hněv, projevuje trpělivost. Dodržuje pravidla, chová se slušně, zkouší různá řešení problémů. Je velmi aktivní, projevuje zájem naučit se nové věci, pamatuje si podstatné informace a dokáže je využít. Učitelkám v MŠ se jeví jako velmi psychicky odolné dítě.

Jak je uvedeno v následující tabulce, před rodiči se Alice chová naprosto jinak. Doma či v přítomnosti rodičů má Alice problém se seberegulací a také vykazuje známky nápadného chování. Vzteká se, není schopná přijmout jinou volbu, pokud nelze splnit tu její. Neposlouchá rodiče, myslí si, že má vždy pravdu ona. Také často hovoří o tom, že její rodiče nic neumějí a že ona je ve všem lepší než oni. U činností doma je netrpělivá, nechce se věnovat aktivitám sama, vyžaduje přítomnost rodičů a jejich neustálou pozornost. Snadno se rozpláče, pokud není splněn její požadavek, ne vždy se rychle uklidní.

Na konci září byli rodiče velmi překvapeni takto kladným hodnocením ze strany mateřské školy. Bylo pro ně velmi překvapivé zjištění, že se Alice bez jejich přítomnosti chová diametrálně odlišně. Z pohledu rodičů se Alice nejeví jako psychicky odolné dítě. Na konci listopadu se podle učitelek ještě více zdokonalila v iniciativě a označily iniciativu za Alicinu silnou stránku. Rodiče na konci listopadu zhodnotili zlepšení v oblastech seberegulace a nápadného chování. Všechny oblasti na konci listopadu byly ve středním pásmu „skórovala typicky“.

Alice je příkladem dítěte, kdy je pohled na pojetí psychické odolnosti rodiče a učitele naprosto odlišný. Důvodem podle mého názoru je jiná autorita v mateřské škole, ke které Alice vzhlíží jinak než k rodičům. Dalším důvodem je kolektiv dětí, který je mocný čaroděj.

⁵² Tabulka viz s. 60 – 63.

Většina dětí se chová v dětském kolektivu, a ještě k tomu bez rodičů, poněkud jinak než s rodiči.

Alice září

Jméno	Rodič/učitel	Iniciativa	Seberegulace	Vztahy	Nápadné chování
Alice	rodič	skórovala typicky	potřebuje podporu	skórovala typicky	potřebuje podporu
	učitel	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky

Alice listopad

Jméno	Rodič/učitel	Iniciativa	Seberegulace	Vztahy	Nápadné chování
Alice	rodič	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky
	učitel	toto je silná stránka	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky

3.8.2 Oliver, 3 roky, počet osob v rodině: 5, sourozenci: 2 starší, bydliště: Praha

Oliver je tříletý chlapec, který nastoupil do školky tento rok nově. Tato mateřská škola je jeho prvním zařízením, které navštěvuje. Je to nejmladší dítě z rodiny, má dva bratry, jednoho 5letého a jednoho nevlastního dospělého. Oliver dobře zvládl adaptační období, do školky začal chodit o prázdninách a po několika dnech si zde dobře zvykl. Nicméně zpočátku se téměř vůbec neúčastnil programu, pouze pozoroval. Nevyvíjel vůbec žádnou iniciativu, neorganizoval hru, nechtěl se přidávat k ostatním, neprojevoval vytrvalost ani soustředění na jakoukoliv činnost. Nejevil vůbec žádnou chuť naučit se něco nového, vyzkoušet si aktivity ani se do nich připojit. Toto období trvalo zhruba dva až tři měsíce.

Jak je uvedeno níže, jeho matka ho již v září považovala za velmi iniciativního. Občas ve školce docházelo k rozepřím, když se Oliver neúčastnil nějaké aktivity (keramika, vyrábění, anglické hry) a jeho matka to nedokázala pochopit. Když se takto malé dítě nechce účastnit aktivit, dáváme mu ve školce prostor pro to, dostatečně si zde zvyknout a poté se málokdy stává, že se nějaké dítě nechce aktivit účastnit. Bohužel matka, která ho zná jako iniciativního, pedagožkám často nevěřila, že dítě opravdu nechtělo, a nedokázala to pochopit. Dokonce řekla, že Oliver se bude účastnit všech aktivit, i když nebude mít zájem.

Co se týče iniciativy, tak se pohledy rodiče a učitele naprosto lišily. Rodič viděl Oliverovu iniciativu jako silnou stránku, učitelka jako místo, ve které potřebuje Oliver podporu. Oblast seberegulace a navazování vztahů a vazeb viděli rodiče i učitelky stejně, na rozdíl od nápadného chování, které Oliver vykazoval před rodiči v obou dvou časech měření stejně (září i listopad). Před matkou se často vzteká, nechce přijmout její názor či volbu. Pozornost si často vymáhá pláčem. Ve školce známky tohoto chování nevykazuje.

Při měření v druhém testovacím termínu (listopadu) již rodiče i učitelky viděli Oliverovu iniciativu v zóně „skóroval typicky“. Domnívám se, že se jeho psychická odolnost zvyšovala s dobou strávenou v mateřské škole. Podle mého názoru matka vnímá Olivera více psychicky odolného než učitelky v MŠ, ale zároveň před matkou dítě vykazuje mnohem více známek nápadného chování.

Oliver září

Jméno	Rodič/učitel	Iniciativa	Seberegulace	Vztahy	Nápadné chování
Oliver	Rodič	toto je silná stránka	skóroval typicky	skóroval typicky	potřebuje podporu
	Učitel	potřebuje podporu	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky

Oliver listopad

Jméno	Rodič/učitel	Iniciativa	Seberegulace	Vztahy	Nápadné chování
Oliver	Rodič	skóroval typicky	skóroval typicky	toto je silná stránka	potřebuje podporu
	Učitel	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky

3.8.3 Kája, 5 let, počet osob v rodině: 4, sourozenci: 1, bydliště: Chabry

Kája je velmi temperamentní, osobitá, pětiletá holčička, které se teprve před 9 měsíci narodil mladší bratr. Podle mých dosavadních zkušeností je Kája jedním z mála dětí, které narození mladšího sourozence nijak negativně nepoznamenalo. Zřejmě je to výsledkem skvělého přístupu obou jejích rodičů. Karolína se ve školce chová velmi iniciativně, je ráda středem pozornosti, ráda organizuje hru i ostatní děti. Působí velmi sebejistě a projevuje důvěru ve své schopnosti. V činnostech projevuje vytrvalost, zkouší různá řešení problémů.

Ráda zkouší nové věci a aktivity. Je samostatná, samostatně se rozhoduje, má vlastní názor, za kterým si jako jedna z mála dětí opravdu stojí. V reflexi dokáže říct kritiku na hru či aktivitu, i když ji ostatní děti chválí. Pohled rodiče i učitele na míru Kájiny psychické odolnosti se shoduje v obou dvou časech. V září i v listopadu zůstávají všechny hodnoty stejné. Obě dvě strany hodnotí Kájinu iniciativu jako silnou stránku. Iniciativa je oblast, ve které Kája opravdu vyniká. Seberegulace, vztahy i nápadné chování byly v normě. Káju považují za psychicky velmi odolné dítě. Umí si říct, co jí vadí, ovládá svůj hněv, zvládne překonat frustraci, odloučení od rodičů, je aktivní, ráda zkouší nové věci a pamatuje si podstatné informace.

Kája září

Jméno	Rodič/učitel	Iniciativa	Seberegulace	Vztahy	Nápadné chování
Kája	rodič	toto je silná stránka	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky
	učitel	toto je silná stránka	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky

Kája listopad

Jméno	Rodič/učitel	Iniciativa	Seberegulace	Vztahy	Nápadné chování
Kája	rodič	toto je silná stránka	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky
	učitel	toto je silná stránka	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky

3.8.4 Bára, 4 roky, počet osob v rodině: 5, sourozenci: 2, bydliště: Zdiby

Bára je nejstarší ze tří dětí. Má dva mladší bratry, tříletého Kubu a čerstvě narozeného Honzíka. Do školky chodí i se svým bratrem Kubou. Oba nastoupili do školky tento rok nově. Barbora předtím navštěvovala mateřskou školu, ve které prošla velmi obtížnou adaptací. Rovněž v naší mateřské škole trvala Báře adaptace delší dobu. Zpočátku byla málo iniciativní, netroufla si organizovat hru s dětmi, moc se nezapojovala do aktivit. Bára málo komunikovala a celkově reagovala na pokyny velmi zpomaleně. Neprojevovala zájem o nové informace, o aktivity ani zapojení do činností. Byla velmi tichá a spíše se stranila kolektivu. Nápadné chování se občas vyskytlo, ale ještě bylo v zóně „skórovala typicky“. Ve svých 4 letech se

občas naschvál pomočila, nikomu nic neřekla, působila, jako by ji ostatní děti či učitelé nezajímali. Snadno se rozrušila nebo dala do pláče.

Vztahy a seberegulaci vnímaly učitelky běžně – v zóně „skórovala typicky“. Podle její matky potřebuje podporu v oblasti vztahů. Na otázku, zda se Bára chová tak, že se dospělí na ni usmívají či o ni projevují zájem, odpověděla „občas“. Podle mého názoru zde není dobře navázaná jistá vazba s matkou, odkud pramení ostatní potíže. Také u nich v rodině vládne respektující výchova bez hranic, která podle mého mínění má na Báru negativní vliv. Narození dalšího bratra zřejmě vedlo k dalšímu zhoršení vztahu s matkou. V dotazování na konci listopadu se Bára výrazně zlepšila v oblasti iniciativy. V současné době občas zvládne organizovat hru s dětmi, zapojuje se do všech aktivit, více komunikuje. Občas ale stále působí, jako by ji děti či pedagogové nezajímali. Pohledy učitele i rodiče na Bářinu psychickou odolnost se celkem shodují. Báru považuji za psychicky méně odolné dítě.

Bára září

Jméno	Rodič/učitel	Iniciativa	Seberegulace	Vztahy	Nápadné chování
Bára	rodič	skórovala typicky	skórovala typicky	potřebuje podporu	skórovala typicky
	učitel	potřebuje podporu	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky

Bára listopad

Jméno	Rodič/učitel	Iniciativa	Seberegulace	Vztahy	Nápadné chování
Bára	rodič	skórovala typicky	skórovala typicky	potřebuje podporu	skórovala typicky
	učitel	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky

3.8.5 Jakub, 3 roky, počet osob v rodině: 5, sourozenci: 2, bydliště: Zdiby

Jakub je bratrem Barbory, jejíž kazuistika je uvedena výše. Je druhorozený syn, má starší sestru a čerstvě narozeného mladšího bratra. Naše školka byla pro Jakuba úplně prvním zařízením, které navštěvoval. Adaptace trvala déle než u jiných dětí, byl plačtivý a těžce zvládal odloučení od matky. Kuba po zvládnutí adaptačního období nevykazoval známky nápadného chování, neměl problém se seberegulací či navazováním vztahů. Ve všech těchto

oblastech se učitelkám jevil v zóně „skóroval/a typicky“. V iniciativě a seberegulaci skóroval těsně nad hranicí „potřebuje podporu“ Podle jeho matky potřeboval v období na konci září podporu v iniciativě a seberegulaci. V období na konci listopadu skóroval podle učitelek v iniciativě v zóně „potřebuje podporu“ V ostatních oblastech skóroval typicky. Jakub se ve školce chová podle pravidel, spolupracuje s ostatními dětmi. Avšak nikdy neorganizuje hru, nevyvíjí sám aktivitu, musí se hodně motivovat a zapojovat. Pozornost či soustředěnost udrží chvíli, ale to je zapříčiněno i věkem. Občas působí tak, jako by ho ostatní děti ani učitelé nezajímali, ignoruje pokyny. S dětmi má přátelské vztahy.

Podle své matky potřebuje podporu v iniciativě, v seberegulaci a v nápadném chování. Co se týče navazování vztahů a vazeb, tak skóroval těsně nad hranicí „potřebuje podporu“

Matka uvedla, že Jakub doma výjimečně projevuje vytrvalost, trpělivost. Téměř nikdy se nesnaží o organizaci či iniciativu při nějaké hře s ostatními dětmi. Pouze občas naslouchá ostatním a dává jim najevo respekt. Výjimečně ovládne svůj hněv a často mívá záchvaty vzteku. Často se před zraky rodičů rozruší a rozpláče. Velmi často se stává, že Jakub své rodiče ignoruje a dělá si „co chce“ Obě dvě děti, Kuba i Bára, podle mého názoru žárlí na nově narozeného sourozence a matka, která je velice úzkostná, s tím neumí pracovat.

Jak jsem uvedla výše, tyto problémy a „slabé“ oblasti pravděpodobně vyplývají z nejisté vazby k matce a z přehnaně respektující výchovy, která nemá žádné hranice. S Jakubovou, či Bářinou ignorací rodičů se ve školce setkávám téměř denně. Překvapilo mne, že ho jeho matka vidí ještě méně psychicky odolného než učitelky v MŠ. Rodičovský přístup k oběma dětem lze velmi dobře ilustrovat na příkladu od Hoskovcové (2006):

„Příběh z autobusu. Dívka asi čtyřletá seděla na klíně matce, kopala nohama a botami špinila kabát naproti sedícímu staršímu pánovi. Pán se na dítě obrátil: ‚Holčičko, nekopej mi do kabátu, bude špinavý.‘ Na to matka: ‚Nenadávejte jí, má dcera prochází bezstresovou výchovou!‘ Starší pán zaraženě mlčel. Nato se zvedl mladík asi patnáctiletý, nalepil matce na brýle žvýkačku s komentářem: ‚Taky jsem tím prošel,‘ a vystoupil.“

„Existuje-li něco, co chcete změnit u svého dítěte, zamyslete se nejprve, zda to není něco, co byste měli změnit u sebe.“ (Carl Jung)

Jakub září

Jméno	Rodič/učitel	Iniciativa	Seberegulace	Vztahy	Nápadné chování
Jakub	rodič	potřebuje podporu	potřebuje podporu	skóroval typicky	skóroval typicky
	učitel	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky

Jakub listopad

Jméno	Rodič/učitel	Iniciativa	Seberegulace	Vztahy	Nápadné chování
Jakub	rodič	potřebuje podporu	potřebuje podporu	skóroval typicky	potřebuje podporu
	učitel	potřebuje podporu	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky

3.9 Interpretace výsledků předvýzkumu vzhledem ke stanoveným hypotézám

H1 – Předpokládám, že pohled na vlastnosti psychické odolnosti dítěte předškolního věku se bude v prvním (září) i druhém (listopad) období mezi učitelem a rodičem lišit.

Hypotéza se potvrdila. Celkové grafy ukazují, že pohled rodiče a učitele na vlastnosti psychické odolnosti se jasně liší. Nejvíce je to patrné v oblasti nápadného chování a seberegulace, ale celkový odlišný pohled se projevil naprosto ve všech oblastech psychické odolnosti. U některých dětí se však v hodnocení jejich psychické odolnosti rodiče i učitel shodli. Jsou to tyto děti, viz příloha.⁵³

Září: Martin, Valentýna, Olivka, Kája, Tobík, Tom.

Listopad: Martin, Valentýna, Barča P., Kája, Tobík, Tom.

H2 – Předpokládám, že děti jsou před svými rodiči iniciativnější než před učitelem.

Tato hypotéza se potvrdila pouze pro první testování, provedené v září, kdy rodiče vnímali děti jako, více iniciativnější, než jak je vnímaly učitelky. Při druhém testování projevovaly děti více iniciativy před pedagogy. Vysvětlují si to tím, že v září probíhala adaptace na

⁵³ Příloha s. 60 – 63.

prostředí mateřské školy, děti nebyly dostatečně zadaptovány, a tudíž neprojevovaly tolik iniciativy, jako tomu bylo později, v listopadu.

H3 – Předpokládám, že děti v přítomnosti rodičů vykazují více nápadnějšího chování než před učitelem.

Tato hypotéza se potvrdila. Při obou testováních (září i listopad) se děti v oblasti nápadného chování z pohledu učitele umístily v zóně „skóroval/a typicky“. Znamená to, že se děti před učitelem chovají standardně a nevykazují známky nápadného chování. V září ohodnotili chování svého dítěte jako nápadné 4 rodiče z 15 a v listopadu 5 rodičů. Z pohledu učitele nepotřebuje v této oblasti podporu žádné dítě, z pohledu rodiče v září čtyři děti a v listopadu pět dětí.

H4 – Domnívám se, že v mateřské škole dochází k větší seberegulaci dítěte než s rodiči.⁵⁴

Tato hypotéza se potvrdila. Děti se ve školce před učitelkami ovládají o dost více než před rodiči. Před učitelkami ovládají svůj hněv, naslouchají ostatním, uposlechnou pokyny, zvládnou frustraci, dokážou se uklidnit. Z pohledu učitelky se v září umístilo 13 dětí v zóně „skóroval/a typicky“, jedno dítě v zóně potřebuje podporu a jedno dítě v zóně „toto je moje silná stránka“. V listopadu se 14 dětí umístilo v zóně „skóroval/a typicky“ a jedno dítě v zóně „toto je moje silná stránka“. Naopak z pohledu rodičů v září potřebovalo 5 dětí podporu a v listopadu potřebovaly podporu 4 děti.

H5 – Domnívám se, že většina pozorovaných dětí se umístí ve středním pásmu skórování rodiče a učitele (skóroval/a typicky).⁵⁵

Tato hypotéza se potvrdila. V každé oblasti (iniciativa, seberegulace, vztahy/vazby, nápadné chování) se umístilo vždy nejméně deset dětí v zóně „skóroval/a typicky“, a to jak z pohledu rodiče, tak učitele. Domnívám se, že z 15 pozorovaných dětí je to standardní výsledek podle Gaussovy křivky.

⁵⁴ Seberegulace viz s. 25.

⁵⁵ Viz dotazník Deca s. 57 – 58.

4. ZÁVĚR

Teoretická část seznamuje čtenáře s pojmy, které se vážou k pojetí psychické odolnosti dítěte předškolního věku. Představuji zde různá pojetí psychické odolnosti a vyjadřuji svou vlastní definici psychické odolnosti. Popisují vnější i vnitřní faktory, které psychickou odolnost velmi ovlivňují. Samostatná kapitola je věnována charakteristice dětí předškolního věku a zaměřuje se na nejdůležitější momenty v tomto období, jako jsou socializace dítěte, vývoj seberegulace, iniciativy, hry a také na mateřskou školu jako důležitou instituci v tomto období života dítěte.

Psychickou odolnost chápu jako soubor vlastností, které pomáhají překonat obtíže, vyrovnat se se stresem a zvládnout tíživé situace a odolávat shonu a stresu, který je negativním rysem dnešního způsobu života. Protože dnešní společnost je převážně zaměřena na výkon, požadavky na jedince stále rostou, technologie i věda jdou neustále dopředu, je potřeba, aby z dětí vyrůstala silné, duševně stabilní osobnosti, které budou schopné obstát v těchto podmínkách. Pouze člověk schopný vyrovnat se s těmito faktory může vést šťastný a spokojený život. Psychická odolnost znamená příznivý vývoj člověka za nepříznivých podmínek. Je to odolnost vůči okolnostem, které jiný člověk nezvládne, ublíží mu, uškodí, zanechají na něm negativní následky. Psychicky odolný člověk se těmito vlivům dokáže bránit, zátěžové situace dokáže zvládat a leckdy je dokáže obrátit i v dobré. *„Nikdo nemá psychickou odolnost natrvalo, jako cosi hotového. Každá nová životní situace po nás žádá aktivaci těch sil a schopností, které jsou právě pro ni podstatné.“*⁵⁶

Cílem empirické části práce bylo zjistit, zda se liší pohled rodiče a učitele na pojetí psychické odolnosti dítěte předškolního věku. Pozorování probíhalo v soukromé mateřské škole v Kobyliších, a to ve dvou etapách – září a listopad. Z předvýzkumu, jehož se zúčastnilo 15 dětí, bylo zjištěno, že se pohled rodiče a učitele na pojetí psychické odolnosti dítěte předškolního věku se ve většině případů liší. Pouze u šesti dětí z patnácti došlo k naprosté shodě mezi rodičem a učitelem v obou termínech. Leckdy byly rozdíly velmi znatelné. Nejvýraznější příklady jsou popsány v osobních kazuistikách.

„Naše děti potřebují naléhavě určitou dávku odolnosti proti stresu. Vlastní vnitřní sílu, ochranný kryt, který některé věci odrazí. Děti musí být silné a odolné, přesvědčené o tom, že mají život ve svých rukou. Pak si budou schopny ve frustrujících situacích samy dodávat odvahu a nebudou se pasovat do role oběti. Pozitivní myšlení je způsob, jakým se lze vyrovnat

⁵⁶ GRUHL, Monika a Hugo KÖRBÄCHER. *Psychická odolnost v každodenním životě*. Vyd. 1. Překlad Petr Babka. Praha: Portál, 2013, s. 140.

s frustrací. Důvěru ve vlastní schopnosti kombinovanou s řádnou dávkou zdravého humoru – to je recept na úspěch, kterým bychom měli své děti vybavit.“⁵⁷

Cílem této bakalářské práce je poukázat na důležitost psychické odolnosti u dětí předškolního věku. Jedná se o téma bezesporu velmi důležité, ale bohužel u dětí předškolního věku je často opomíjeno a zanedbáváno. Je nutno říci, že i u takto malých dětí se dá pozorovat vývoj psychické odolnosti. Většinou se o ní hovoří až v dospělosti, ale v období dětství to není téma úplně propracované. Předvýzkum ukazuje, že pedagogové mají zpravidla jiný pohled na vlastnosti psychické odolnosti nežli rodiče. Je to tím, že se děti chovají v odlišných prostředích různě.

„Pravdou zůstává, že žádné životní období nemá na život člověka takový vliv jako to, co prožije do svých šesti let nebo sedmi let, a to v jakékoli oblasti, především ovšem v oblasti duševní.“⁵⁸

⁵⁷ MURPHYOVÁ-WITTOVÁ, Monika a Petra STAMEROVÁ-BRANDTOVÁ. S příspěvkem prognostika Matthiase HORXE a [přeložila Jitka KOUBKOVÁ]. *Připravte své dítě do života: osm klíčových dovedností – jak je můžete svému dítěti zprostředkovat a jak si je může dítě s vaší pomocí osvojit*. 1. vyd. Praha: Grada, 2007, s. 8.

⁵⁸ BACUS-LINDROTH, Anne. *Vaše dítě ve věku od 3 do 6 let*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2004, s. 7.

5. SEZNAM LITERATURY

BACUS, Anne. *Mé dítě si věří*. Praha: Portál, s.r.o, 2007. ISBN 978-80-7367-296-6.

BACUS-LINDROTH, Anne. *Vaše dítě ve věku od 3 do 6 let*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2004, 174 s. ISBN 80-717-8862-7.

BIDDULPH, Steve. *Tajemství výchovy šťastných dětí*. Vyd. 3. Překlad Eliška Neckařová. Praha: Portál, 2009, 133 s. Rádci pro rodiče a vychovatele. ISBN 978-807-3676-513.

ERIKSON, E. H. *Osm věků člověka*. Praha: Propsy, 1996.

GRUHL, Monika a Hugo KÖRBÄCHER. *Psychická odolnost v každodenním životě*. Vyd. 1. Překlad Petr Babka. Praha: Portál, 2013, 141 s. ISBN 978-802-6203-452.

HELUS, Zdeněk. *Dítě v osobnostním pojetí: obrat k dítěti jako výzva a úkol pro učitele i rodiče*. 2., přeprac. a rozš. vyd. Praha: Portál, 2009, 286 s. Pedagogická praxe. ISBN 978-807-3676-285.

HOSKOVCOVÁ, Simona. *Psychická odolnost předškolního dítěte*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2006, 160 s. Psyché (Grada). ISBN 978-802-4714-240.

HOSKOVCOVÁ, Simona a Lucie SUCHOCHLEBOVÁ RYNTOVÁ. *Výchova k psychické odolnosti dítěte: silní pro život*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2009, 218 s. Pro rodiče. ISBN 978-802-4722-061.

KOŤÁTKOVÁ, Soňa. *Dítě a mateřská škola: co by měli rodiče znát, učitelé respektovat a rozvíjet*. 2., rozš. a aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2014, 256 s. Pedagogika (Grada). ISBN 978-802-4744-353.

KOUKOLÍK, František a Jana DRTILOVÁ. *Vzpouora deprivantů: nestvůry, nástroje, obrana*. Nové, přeprac. vyd. Praha: Galén, 2006, 327 s. Makropulos. ISBN 978-807-4921-209.

LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. 2., aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2006, 368 s. Psyché (Grada). ISBN 80-247-1284-9.

MATĚJČEK, Zdeněk. *Co, kdy a jak ve výchově dětí*. Vyd. 4. Praha: Portál, 2007, 143 s. Rádci pro rodiče a vychovatele. ISBN 978-807-3673-253.

- MATĚJČEK, Zdeněk. *Jako pan Povondra v Čapkově Válce s mloky*. T deník rozhlas. 36.
- MATĚJČEK, Zdeněk. *Po dobrém, nebo po zlém?: O výchovných odměnách a trestech*. 4. vyd. Praha: Portál, 1995, 109 s. ISBN 80-852-8200-3.
- MATĚJČEK, Zdeněk. *Psychologické eseje: (z konce kariéry)*. Vyd. 1. Praha: Karolinum, 2004, 209 s. ISBN 80-246-0892-8.
- MATĚJČEK, Zdeněk a Zdeněk DYTRYCH. *Krizové situace v rodině očima dítěte*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2002, 128 s. Pro rodiče. ISBN 8024703327.
- MÍČEK, Libor. *Duševní hygiena*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1986. ISBN 14-400-86.
- MOURLANE, Denis. *Jak posílit svou odolnost a vnitřní sílu: cesta k úspěchu a spokojenosti*. 1. české vyd. Praha: Grada, 2013, 220 s. ISBN 978-80-247-4873-3.
- MURPHYOVÁ-WITTOVÁ, Monika a Petra STAMEROVÁ-BRANDTOVÁ, S příspěvkem prognostika Matthiase HORXE [přeložila Jitka KOUBKOVÁ]. *Připravte své dítě do života: osm klíčových dovedností – jak je můžete svému dítěti zprostředkovat a jak si je může dítě s vaší pomocí osvojit*. 1. vyd. Praha: Grada, 2007. ISBN 80-247-2082-5.
- NOVÁK, Tomáš. *Jak vychovat sebevědomé dítě*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2013, 133 s. ISBN 9788024745220.
- PAULÍK, Karel. *Psychologie lidské odolnosti*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2010, 240 s. Psyché (Grada). ISBN 978-802-4729-596.
- ROSE, Angie a Lynn WEISS. *Rozvíjíme sebedůvěru dětí*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2003, 162 s. Nápady – hry – tvořivost. ISBN 80-7178-775-2.
- SANDRA PRINCE-EMBURY, Donald H. *Resilience in children, adolescents, and adults: translating research into practice*. New York [u.a.]: Springer Verlag, 2013. ISBN 9781461449386.
- ŠOLCOVÁ, Iva. *Vývoj resilience v dětství a dospělosti*. 1. vyd. Praha: Grada, 2009, 102 s. Psyché (Grada). ISBN 978-802-4729-473
- ŠPAŇHELOVÁ, Ilona. *Dítě v předškolním období*. 1. vyd. Praha: Mladá fronta, 2004, 71 s. Žijeme s dětmi, sv. 13. ISBN 80-204-1187-9
- ŠULOVÁ, Lenka. *Problémové dítě a hra*. Praha: Josef Raabe, 2003. ISBN 80-863-0715-8.

ŠVAŘÍČEK, Roman a Klára ŠEĎOVÁ. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007, 377 s. ISBN 978-80-7367-313-0.

VAVRDA, Vladimír. *Otázky soudobé psychoanalýzy: tradice a současnost*. Vyd. 1. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 2005, 223 s. ISBN 80-710-6672-9.

ZRADIČKOVÁ ŠAFRÁNKOVÁ, K. (2015). *Osobnost dítěte a zahájení docházky do mateřské školy (Rigorózní práce)*. Univerzita Karlova v Praze, Filozofická fakulta, Praha

Self-Regulation. <http://www.toolsofthemind.org/> [online]. 2015 [cit. 2015-03-30]. Dostupné z: <http://www.toolsofthemind.org/philosophy/self-regulation/>

6. PŘÍLOHY

Příloha 1 – Dotazník DECA-2

The Devereux Early Childhood Assessment (DECA)

(for children ages 2 through 5 years)

Paul A. LeBuffe, Jack A. Naglieri

Devereuxská škála raného dětství

Jméno (kód) dítěte:

Pohlaví: Věk: Bydliště (místo, např. Praha 4, Lhotka apod.):

Počet osob v domácnosti: Počet sourozenců a jejich věk:

Dotazník vyplnil/a (role – učitelka, rodič):

Datum vyplnění:

Tento dotazník popisuje určité způsoby chování dětí. Přečtěte si je a zaznamenejte znaménkem **X**, jak často v posledních 4 týdnech se u dítěte toto chování objevilo. Nejsou tu ani správné ani chybné odpovědi.

Pokud chcete udělat opravu své odpovědi, přeškrtněte odpověď a zvolte novou odpověď.

	Nikdy	Výjimečně	Občas	Často	Velmi často
1. Chová se tak, že dospělí se na něj/ni usmívají či o něj/ni projevují zájem.					
2. Naslouchá ostatním či jim prokazuje úctu.					
3. Ovládá svůj hněv.					
4. Působí smutně či netečně, i když se děje něco veselého.					
5. Projevuje důvěru ve své schopnosti (říká například: „Já to umím.“).					
6. Mívá záchvaty vzteku.					
7. I přes počáteční nezdary se nevzdává. (Projevuje vytrvalost.)					
8. Působí, jako by jej/ji ostatní děti či dospělí nezajímali.					
9. Používá neslušné či urážlivé výrazy.					
10. Zkouší různé způsoby řešení problému.					
11. Vypadá šťastně či nadšeně, vidí-li své rodiče či opatrovníky.					
12. Ničí nebo poškozuje věci.					
13. Zkouší či vyžaduje nové věci a činnosti.					
14. Projevuje city k blízkým dospělým osobám.					
15. Iniciuje či organizuje hru s ostatními dětmi.					
16. Projevuje trpělivost.					
17. Žádá dospělé, aby si s ním hráli nebo mu četli.					
18. Nedokáže se déle soustředit.					

Tento dotazník popisuje určité způsoby chování dětí. Přečtěte si je a zaznamenejte znaménkem **X**, jak často v posledních 4 týdnech se u dítěte toto chování objevilo. Nejsou tu ani správné ani chybné odpovědi. Pokud chcete udělat opravu své odpovědi, přeškrtněte odpověď a zvolte novou odpověď.

	Nikdy	Výjimečně	Občas	Často	Velmi často
19. Dokáže se podělit s ostatními dětmi.					
20. Dokáže zvládnout frustraci.					
21. Pere se s ostatními dětmi.					
22. Snadno se rozruší nebo se dá do pláče.					
23. Projevuje zájem naučit se něco nového.					
24. Důvěřuje blízkým osobám a věří tomu, co říkají.					
25. Přijme jinou možnost, pokud nelze splnit jeho původní volbu.					
26. Je-li třeba, vyhledá pomoc ostatních dětí či dospělých.					
27. Ublíží ostatním slovně či fyzicky.					
28. Spolupracuje s ostatními.					
29. Dokáže se uklidnit.					
30. Je roztěkaný.					
31. Samostatně se rozhoduje.					
32. Při hře s ostatními působí šťastně.					
33. Vybírá si úlohy, které jsou pro něj/ni náročné.					
34. Těší se na činnosti doma či ve škole (například na výlet či oslavu narozenin).					
35. Dotýká se ostatních dětí či dospělých způsobem, který vám připadá nevhodný.					
36. Dává najevo preferenci určité dospělé osobě (má nějakou osobu oblíbenou) – např. některá učitelka či rodič.					
37. Umí si hrát s ostatními.					
38. Pamatuje si podstatné informace.					

Příloha 2 – DECA-P2 Individual Child Profile

Parent's Name: _____ Date: _____

Child's Name: _____

Teacher's Name: _____ Date: _____

DECA-P2 Individual Child Profile

Parent's Name: _____ Date: _____		Teacher's Name: _____ Date: _____				
T-score	Initiative	Self-Regulation	Attachment/Relationships	Total Protective Factors	Behavioral Concerns	Percentile Rank
72	36	36	36	202 & above	27 & above	99
71	35	35	35	198-201	26	98
70	34	34	34	196-197	25	98
69	33	33	33	194-195	24	97
68	32	32	32	192-193	23	96
67	31	31	31	190-191	22	96
66	30	30	30	188-189	21	95
65	29	29	29	187-187	20	93
64	28	28	28	185-186	19	92
63	27	27	27	182-184	18	90
62	26	26	26	180-181	17	88
61	25	25	25	177-179	16	86
60	24	24	24	175-176	15	84
59	23	23	23	172-174	14	82
58	22	22	22	170-171	13	79
57	21	21	21	167-169	12	76
56	20	20	20	165-166	11	73
55	19	19	19	162-164	10	69
54	18	18	18	160-161	9	66
53	17	17	17	158-159	8	62
52	16	16	16	155-157	7	58
51	15	15	15	153-154	6	54
50	14	14	14	151-152	5	50
49	13	13	13	148-150	4	46
48	12	12	12	145-147	3	42
47	11	11	11	142-144	2	38
46	10	10	10	140-141	1	34
45	9	9	9	138-139	0	31
44	8	8	8	136-137	0	27
43	7	7	7	133-135	0	24
42	6	6	6	130-132	0	21
41	5	5	5	127-129	0	18
40	4	4	4	124-126	0	16
39	3	3	3	121-123	0	14
38	2	2	2	118-120	0	12
37	1	1	1	115-117	0	10
36	0	0	0	111-114	0	8
35	0	0	0	108-110	0	7
34	0	0	0	106-107	0	5
33	0	0	0	103-105	0	4
32	0	0	0	101-102	0	4
31	0	0	0	98-100	0	3
30	0	0	0	95-97	0	2
29	0	0	0	92-94	0	2
28	0	0	0	91 & below	2 & below	1

Parent's Name: _____ Date: _____		Teacher's Name: _____ Date: _____				
T-score	Initiative	Self-Regulation	Attachment/Relationships	Total Protective Factors	Behavioral Concerns	Percentile Rank
72	35 & above	35 & above	35 & above	205 & above	30 & above	99
71	34	34	34	203-204	29	98
70	33	33	33	201-202	28	98
69	32	32	32	199-200	27	97
68	31	31	31	197-198	26	96
67	30	30	30	195-196	25	96
66	29	29	29	192-194	24	95
65	28	28	28	189-191	23	93
64	27	27	27	186-188	22	92
63	26	26	26	183-185	21	90
62	25	25	25	180-182	20	88
61	24	24	24	177-179	19	86
60	23	23	23	174-176	18	84
59	22	22	22	171-173	17	82
58	21	21	21	169-170	16	79
57	20	20	20	166-168	15	76
56	19	19	19	164-165	14	73
55	18	18	18	161-163	13	69
54	17	17	17	158-160	12	66
53	16	16	16	156-157	11	62
52	15	15	15	154-155	10	58
51	14	14	14	152-153	9	54
50	13	13	13	150-151	8	50
49	12	12	12	147-149	7	46
48	11	11	11	145-146	6	42
47	10	10	10	143-144	5	38
46	9	9	9	140-142	4	34
45	8	8	8	137-139	3	31
44	7	7	7	134-136	2	27
43	6	6	6	131-133	1	24
42	5	5	5	128-130	0	21
41	4	4	4	125-127	0	18
40	3	3	3	123-124	0	16
39	2	2	2	120-122	0	14
38	1	1	1	118-119	0	12
37	0	0	0	115-117	0	10
36	0	0	0	113-114	0	8
35	0	0	0	111-112	0	7
34	0	0	0	108-110	0	5
33	0	0	0	105-107	0	4
32	0	0	0	103-104	0	4
31	0	0	0	100-102	0	3
30	0	0	0	98-99	0	2
29	0	0	0	95-97	0	2
28	0	0	0	94 & below	0	1

For the Protective Factor Scales:

- T-scores of 60 and above indicate a strength.
- T-scores of 41 through 59 indicate an area of need.

For the Behavioral Concerns Scale:

- T-scores of 60 and above indicate an area of need.
- T-scores of 40 and below indicate an area of need.

Příloha 3 – Výsledky z pohledu rodiče a učitele – září

Jméno	Rodič/učitel	Iniciativa	Seberegulace	Vztahy	Nápadné chování
Alice	rodič	skórovala typicky	potřebuje podporu	skórovala typicky	potřebuje podporu
	učitel	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky
Bára F.	rodič	skórovala typicky	skórovala typicky	potřebuje podporu	skórovala typicky
	učitel	potřebuje podporu	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky
Ondra	rodič	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky
	učitel	skóroval typicky	toto je silná stránka	skóroval typicky	skóroval typicky
Martin	rodič	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky
	učitel	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky
Valentýna	rodič	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky
	učitel	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky
Oliver	rodič	toto je silná stránka	skóroval typicky	skóroval typicky	potřebuje podporu
	učitel	potřebuje podporu	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky
Bertík	rodič	potřebuje podporu	skóroval typicky	skóroval typicky	potřebuje podporu
	učitel	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky
Olivka	rodič	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky
	učitel	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky
Jakub	rodič	potřebuje podporu	potřebuje podporu	skóroval typicky	skóroval typicky
	učitel	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky
Barča P.	rodič	skórovala typicky	potřebuje podporu	skórovala typicky	skórovala typicky
	učitel	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky

Tomáš H.	rodič	skóroval typicky	potřebuje podporu	skóroval typicky	potřebuje podporu
	učitel	potřebuje podporu	potřebuje podporu	skóroval typicky	skóroval typicky
Kája	rodič	toto je silná stránka	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky
	učitel	toto je silná stránka	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky
Tobiáš	rodič	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky
	učitel	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky
Eliška	rodič	skórovala typicky	potřebuje podporu	skóroval typicky	skóroval typicky
	učitel	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky
Tom G.	rodič	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky
	učitel	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky

Příloha 4 – Výsledky z pohledu rodiče a učitele – listopad

Jméno	Rodič/učitel	Iniciativa	Seberegulace	Vztahy	Nápadné chování
Alice	rodič	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky
	učitel	toto je silná stránka	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky
Bára F.	rodič	skórovala typicky	skórovala typicky	potřebuje podporu	skórovala typicky
	učitel	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky
Ondra	rodič	skóroval typicky	toto je silná stránka	skóroval typicky	skóroval typicky
	učitel	toto je silná stránka	toto je silná stránka	skóroval typicky	skóroval typicky
Martin	rodič	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky
	učitel	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky
Valentýna	rodič	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky
	učitel	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky
Oliver	rodič	skóroval typicky	skóroval typicky	toto je silná stránka	potřebuje podporu
	učitel	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky
Bertík	rodič	potřebuje podporu	skóroval typicky	skóroval typicky	potřebuje podporu
	učitel	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky
Olivka	rodič	skórovala typicky	potřebuje podporu	potřebuje podporu	potřebuje podporu
	učitel	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky
Jakub	rodič	potřebuje podporu	potřebuje podporu	skóroval typicky	potřebuje podporu
	učitel	potřebuje podporu	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky
Barča P.	rodič	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky
	učitel	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky

Tomáš H.	rodič	skóroval typicky	potřebuje podporu	skóroval typicky	potřebuje podporu
	učitel	potřebuje podporu	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky
Kája	rodič	toto je silná stránka	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky
	učitel	toto je silná stránka	skórovala typicky	skórovala typicky	skórovala typicky
Tobiáš	rodič	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky
	učitel	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky
Eliška	rodič	skórovala typicky	potřebuje podporu	skóroval typicky	skóroval typicky
	učitel	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky
Tom G.	rodič	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky
	učitel	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky	skóroval typicky

Příloha 5 – Hry na posílení psychické odolnosti pro děti

Skupina prvních čtyř her je od Simony Hoskovcové a Lucie Ryntové (2009)

1) Hra na zbavení se strachu

Odfouknout strach

- Dítěte se zeptáme: „Kdepak ten strach cítíš, kde ti sedí?“ (v bříšku, v hlavě, na srdíčku). „Teď si zavři oči, soustřeď se na to místo a pořádně se nadechni...“ (Hlasitě se zároveň s dítětem nadechujeme.) „A teď ten strach z toho místa úplně vyfoukni, odfoukni ho někam pryč. A ještě jednou...“ Nádech a výdech opakujeme 3–5 krát. Cvičení se nesmí přehnat, mohlo by dojít k překysličení mozku, což se projeví motáním hlavy.

2) Hry na zvládání a uvědomování si vlastního vzteku

Vybubnuj se z hněvu

- Rytmické bubnování rukama není obtížné ani pro malé děti a pomáhá uvolňovat napětí. Bubnování více dětí na různé bubínky nebo na jeden velký pomáhá v komunikaci beze slov a v urovnávání drobných sporů. Rozhádané děti můžeme proti sobě posadit a říci jim, ať se pohádají jen bubnováním.

Vztekačí krabice

- Vztekací krabice je velká krabice naplněná menšími kartony. Dítě, které se vzteká, jde do krabice a tam rozdupává krabičky a trhá papíry, dokud ho to nepřejde.

3) Hry na zdravé sebevědomí a na sebeuvědomění

Výroba masek

- Děti mají za úkol namalovat svoji tvář – menší děti prstovými barvami malují na papírový talíř, větší děti mohou vytvářet odlitky obličeje ze sádry. Způsob, jakým dítě ztvární svůj obličej a jak se k němu vztahuje, nám může dát cenné informace o vnitřním dění ve vztahu k sobě. Můžeme si (spolu s dítětem) položit následující otázky: Je dítě se svým obličejem spokojené? Co na něm

mám nejradši? Dělá si z něj legraci? Radši ho znetvoří, než aby se na něj muselo dívat?

4) **Hry na pocit uvolnění a relaxace**

Nácvik relaxace

- Vyprávíme různé relaxační pohádky, volíme slovní doprovod, který pomůže dítěti dosáhnout svalového uvolnění „Lehni si do pohodlné polohy, pomalu se nadechuj, než napočítáš do pěti. Při nádechu si představuj, jak ti vzduch prochází do plic a celé je vyplňuje...“ Použit můžeme velká množství relaxačních pohádek, příběhů, hudby.

Následující hry jsou od Angie Roseové a Lynn Weissové (1997)

5) **Hra na rozvoj sebevědomí a sebedůvěry**

- Zdravé sebevědomí dítěte se rozvíjí v činnostech, ve kterých může uplatnit své dovednosti a svou zdatnost.

Hra s těstem

- Společně si vyrobíme slané těsto z mouky. Dítě bude pomáhat, měřit suroviny, poznávat, jaké suroviny používáme. Hotové těsto dáme dítěti na hraní. Může si udělat kouli o velikosti pomeranče a paličkou či jiným nástrojem do těsta bouchat, krájet. Hra s těstem umožňuje dítěti tvořivost, dáme mu k dispozici různá vykrajovátká a pomůcky. Dítě zapojuje svou fantazii a kreativitu.

6) **Hra na rozvoj sebekontroly**

Děti získávají sebekontrolu tím, že se učí vyjadřovat své city společensky ždaným způsobem. Velmi důležitá je nápodoba.

Projevujte své pocity

- Mluvte s dětmi o svých pocitech a emocích, rozebírejte, proč jste se v dané situaci zachovali zrovna takto. Důležité je vytvářet dítěti model chování v různých situacích. Prohlížejte si fotografie a mluvte o tom, jak se lidi na nich cítí a proč.