

UNIVERZITA KARLOVA v PRAZE

Pedagogická fakulta

Katedra biologie a environmentálních studií

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Fobie ze zvířat u dětí předškolního věku

Phobia of animals in pre-school children

Michaela Kralertová

Vedoucí bakalářské práce: PhDr. Kateřina Jančaříková, Ph.D.

Studijní program: Specializace v pedagogice

Studijní obor: Učitelství pro mateřské školy

Forma studia: prezenční

Bakalářská práce dokončena: červen 2016

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma „Fobie ze zvířat u dětí předškolního věku“ vypracovala pod vedením vedoucího bakalářské práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále prohlašuji, že tato bakalářská práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu a že odevzdaná elektronická verze BP je identická s její tištěnou podobou.

V Praze, dne 20. 6. 2016

.....

Michaela Kralertová

Poděkování

V úvodu bych chtěla poděkovat PhDr. Kateřině Jančaříkové, Ph.D., vedoucí mé bakalářské práce, za odborné vedení, cenné rady a podnětné připomínky. Dále pak paní ředitelce MŠ Semínko Magdaléně Kapuciánové a její zástupkyni Nikole Damkové a všem učitelkám z MŠ Dolinka a jejich vedoucí učitelce Kateřině Stárkové za možnost provedení výzkumu v jejich mateřských školách.

V neposlední řadě patří poděkování mojí rodině za veškerou podporu a trpělivost, kterou mi v průběhu mého studia projevovala.

Anotace

Bakalářská práce pojednává o fobiích ze zvířat u dětí předškolního věku.

Teoretická část zpracovává toto téma obecně. Zaměřuje se na teoretické poznatky o fobiích, vliv zvířat na dítě a jeho odcizování přírodě. Dále pak na možnosti vzdělávání, které tomuto problému předcházejí.

Praktická část se skládá z aktivit, které jsou zaměřené nejen na prevenci fobií (i strachu) ze zvířat, ale i na jejich zjištění a práci s nimi.

Výzkumná část zjišťuje obecný vztah dětí k předem zvoleným zvířatům a odhaluje určité tendence v jejich oblíbenosti. Dále pak zkoumá, jaký má na tento vztah vliv věk, pohlaví dětí a MŠ ve které jsou vzdělávány (běžná nebo ekologicky zaměřená).

Klíčová slova

fobie, specifické fobie, fobie ze zvířat, biofobie, biofilie, předškolní dítě, mateřská škola, zooterapie, environmentální výchova, lesní MŠ, odcizování přírodě

Abstract

The topic of this bachelor's thesis is animal phobias in pre-school children.

In the theoretical part, general information about the topic is provided, including theoretical findings about phobias, the way animals influence children and children's estrangement from nature. The theoretical part also focuses on types of education available to prevent this problem.

The practical part describes activities focusing on prevention of animal phobias (and fear) as well as on their identification and therapy.

In the research part, general attitude of children to pre-selected animals is identified and certain tendencies in their popularity is revealed. An analysis is then performed to determine how this relationship is influenced by the children's age and gender and by the kindergarten in which they are educated (standard or ecologically oriented kindergarten).

Key words

phobias, specific phobias, animal phobias, biophobia, biophilia, pre-school child, kindergarten, zotherapy, environmental education, forest kindergarten, estrangement from nature

OBSAH

ÚVOD	8
TEORETICKÁ ČÁST	10
1 Strach, úzkost	10
2 Fobie	11
2.1 Fobie x Strach	11
2.2 Projevy fobie	11
2.3 Příčiny vzniku fobie	12
2.4 Druhy fobií	14
2.5 Fobie ze zvířat	15
3 Strach a fobie u dětí	16
3.1 Výzkumy výskytu strachu u dětí	16
3.2 Příčiny vzniku fobie v raném dětství	17
3.3 Reakce dětí na strachový podnět	19
4 Dítě a zvíře	20
4.1 Vliv zvířete na dětský vývoj	20
4.2 Vývoj empatie a emocionální vazby dítěte v kontaktu se zvířete	21
5 Vztah dětí k přírodě	22
5.1 Odlišnosti ve vnímání přírody dětí od dospělých	22
5.2 Odcizování přírodě	24
6 Možnosti prohlubování vztahu dětí ke zvířatům v předškolním vzdělávání	28
6.1 Lesní MŠ	28
6.2 Další možné způsoby prohlubování vztahu dětí ke zvířatům v MŠ	29
PRAKTICKÁ ČÁST	32
7 Aktivity preventivní	33

8	Zjišťování vztahu dětí ke zvířatům	36
9	Práce s fobií	39
	VÝZKUMNÁ ČÁST	48
10	Cíle a hypotézy	49
11	Metodika a postup řešení	50
12	Výsledky výzkumu	52
12.1	Oblíbenost předem vybraných zvířat dětmi	52
12.2	Rozdíl ve vztahu k první skupině (pes, kočka, králík, andulka) a druhé skupině zvířat (tarantule, had, potkan, netopýr) u všech dětí	52
12.3	Rozdíl ve vztahu k první skupině (pes, kočka, králík, andulka) a druhé skupině zvířat (tarantule, had, potkan, netopýr) u dívek a chlapců	53
12.4	Rozdíl ve vztahu k první skupině (pes, kočka, králík, andulka) a druhé skupině zvířat (tarantule, had, potkan, netopýr) u dětí navštěvujících běžnou MŠ a dětí, které jsou vzdělávány v MŠ s environmentálním zaměřením	54
12.5	Vývoj vztahu dětí k první skupině (pes, kočka, králík, andulka) a druhé skupině zvířat (tarantule, had, potkan, netopýr) s rostoucím věkem	55
12.6	Potvrzení hypotéz	56
	DISKUZE	57
	ZÁVĚR	60
	SEZNAM POUŽITÝCH INFORMAČNÍCH ZDROJŮ	62
	PŘÍLOHY	67

ÚVOD

Tato práce se věnuje problematice vztahu dětí ke zvířatům se zaměřením na fobii ze zvířat u dětí předškolního věku.

V posledních desítkách let se stále více projevuje problém odcizování naší společnosti přírodě. Ne jinak je tomu i u dětí. Častěji se u nich objevuje strach z přírodního prostředí a živočichů v něm žijících. Proto bych se v této práci chtěla na tento problém a jeho následky zaměřit a díky prostudované literatuře si vytvořit teoretický základ pro více objektivní a erudované posouzení jeho závažnosti.

V teoretické části se nejprve věnuji fobii zcela obecně. Pokusím se tento termín trochu osvětlit (jeho definici, rozdíl mezi fobií a strachem, druhy apod.). Dále budu pokračovat již přímo fobií ze zvířat u dětí, u které opět popíši její základní specifika (příčiny, příznaky, průběh atd.). Na úvodní seznámení s definicemi a oblastmi fobie chci navázat kapitolou o vztahu dítěte se zvířetem. Považuji za důležité zdůraznit nezbytnost tohoto vztahu a jeho vliv na, možná až překvapivě, mnoho oblastí dětského vývoje. V neposlední řadě chci v teoretické části zmínit již zmiňovaný problém odcizování přírodě a nastínit možnosti podporování vzniku pozitivního přístupu dětí k ní a zvířatům v rámci předškolního vzdělávání.

V mnohem větší míře se tomuto působení na dítě věnuji v praktické části, kterou jsem pojala jako soubor aktivit rozdělených na tři oblasti: prevence, zjištění a práce se vzniklou fobií či zatím pouze výrazným strachem. První část se tedy zabývá aktivitami, které jsou vhodné pro vytváření kladného vztahu dětí ke zvířatům (ale i přírodě obecně) a předcházení rozvoje nejistoty či strachu až ve fobii. V další části jsou popsány činnosti, které se dají využít pro zjištění vztahu dětí ke zvířatům a objevení jak možné fobie či výrazného strachu z určitého zvířete, tak i jeho výši/závažnost (zda je dítě pouze ostýchavé v přítomnosti zvířete, nebo se jedná přímo o fobii). Poslední část pak shromažďuje aktivity, které se mohou využít při práci s dětmi, které trpí fobií ze zvířat. Popisuji zde jak relaxační techniky, které pomohou dítěti s uklidněním v krizové situaci, tak činnosti na postupné odstranění fobie a vyrovnání se s ní (samozřejmě zde zároveň zdůrazňuji nutnou intervenci psychologa).

Ve výzkumné části jsem si nejprve chtěla zjistit obecný vztah dětí k mnou vybraným zvířatům. Vybrala jsem k tomuto účelu jednu z aktivit umístěnou v praktické části (činnosti na zjištění vztahu ke zvířatům). Zvolila jsem několik zvířat, na kterých jsem nejprve pozorovala jejich oblíbenost a následně, jak se tento vztah k nim u dětí mění v závislosti na pohlaví, věku a mateřské škole, ve které jsou vzdělávány (běžná / ekologicky zaměřená). Zároveň jsem si chtěla ověřit, zda jsou nějaké tendence v oblíbenosti určitých zvířat (jestli jsou některá zvířata všeobecně více/méně oblíbená).

Cílem bakalářské práce bylo poskytnout čtenáři odborný náhled na daný problém (strach ze zvířat u dětí) a následně diskutovat možnosti jeho řešení v praxi, a zda existují určité faktory, které jeho výskyt ovlivňují.

TEORETICKÁ ČÁST

1 Strach, úzkost

Strach je často považován za emoci příbuznou úzkosti, avšak i přesto je mezi těmito dvěma stavy několik nepatrných odlišností, které je třeba zmínit. Beck (2005) ve své publikaci uvádí, že strach je aktivován v momentě, kdy je člověk vystavený (ať už psychicky nebo fyziologicky) situaci, kterou považuje za nebezpečnou.

Poté, co je strach aktivován, jedinec začne prožívat úzkost. Rozdíl mezi těmito dvěma koncepty je pro mnoho lidí nejasný. Obecné definice jsou, že strach je reakce na očividné nebezpečí, úzkost je oproti tomu popisována jako rozptýlený, neobjektivní, těžko popsateľný pocit. Zároveň začala být úzkost v poslední době používána jako odborný psychologický termín označující psychickou poruchu (Barlow, 1988).

Strach je popisován jako přirozená reakce jedince na stav ohrožení. „*Patří mezi základní emoce, které nám pomáhají přežít v situacích, kde je potřebné mobilizovat energii na obranu, útěk nebo únik*“ (Praško, 2008, s. 38). Dle Hellströma (1996) je doprovázena vnějšími projevy chování a změnami v psychickém prožívání (zvýšení srdeční činnosti, svalové napětí, plná zaměřenost vědomí na spouštěč strachu). „*Jediným cílem těchto emocí je ochránit organismus. Tělo je aktivováno adrenalinem, mozek noradrenalinem. I v dnešní moderní době, kdy na nás běžně neútočí šavlozubí tygři a stres je vyvolán spíše spěchem a nadměrnými nároky na výkon, je to důležitý mechanismus. Kdybychom se nebáli, nebyli bychom schopni rychle uskočit před řítícím se autem, jezdili bychom nebezpečně rychle na kole, pohybovali bychom se v nebezpečných výškách, prostě bychom neuváženě riskovali život*“ (Praško, 2008, s. 38).

Po staletí byla schopnost vnímat tuto emoci (strach) pro lidský druh nepostradatelnou podmínkou přežití. S nejvyšší pravděpodobností jsme dokonce geneticky naprogramováni k tomu, abychom byli schopni se strachu učit (Torgersen, 1983). Je pravděpodobné, že během evoluce se u nás vytvořil přirozený strach k nebezpečným objektům, se kterými se lidé nejčastěji setkávali (jedovatí hadi a pavouci, výšky, uzavřená místa). Strach z těchto předmětů je u nás stále poměrně rozvinutý i přesto, že v dnešní době již tyto podněty pro jedince nepředstavují tak významné nebezpečí. Naopak objekty, které jsou pro nás v

současnosti nejvíce rizikové (auta, zbraně) u nás jen zřídka vyvolávají tak přehnaný strach (Barlow, 1988).

Strach, který přerůstá do takových rozměrů, že zasahuje do běžného života jedince, nazýváme fobií.

2 Fobie

Fobie je popisována jako přehnaný iracionální strach z určitého objektu. Tento strach je natolik významný, že zasahuje do běžného života jedince. *„Tento strach je iracionální a člověk s fobií je schopen si ho přiznat, pokud je od fobického podnětu daleko. Obvykle také netrpí příznaky strachu, pokud není ve fobické situaci ani ji neočekává. I když je spouštěcí reakce nenápadná, může její přítomnost vyvolat paniku“* (Praško, 2008, s. 12).

2.1 Fobie x Strach

Mnoho lidí má tendenci strach za fobii zaměňovat. Abychom mohli strach z určité situace nazvat fobií, musí nějakým způsobem zasahovat do života člověka nebo mu způsobovat výrazný stres. Např. člověk, který má strach ze psů, hadů, pavouků, ale nijak ho to v životě neomezuje, chodí do práce, do parku, cestuje do přírody, jen je opatrnější a na zvířata nesáhá, nebude mít fobii, jde jen o strach. Ale člověk, který přestane chodit na procházky do parku, protože by tam mohl potkat psa, pravděpodobně fobií trpí (Praško, 2008).

Každý člověk trpící fobií se však nemusí situacím nutně vyhýbat, ale snáší je s vysokou úzkostí a vedou k jeho výrazné nepohodě, či zasahují do jeho každodenního života (Praško, 2008).

2.2 Projevy fobie

Barlow (1981) ve své knize upozorňuje, že kvalitativně se projev fobické úzkosti od nefobické - spontánní úzkosti ničím neliší. V podstatě se jedná o psychofyzilogickou odpověď, která je charakteristická náhlým zrychlením srdeční frekvence, změnami aktivity trávicí a vylučovací soustavy, dušností, zástavou (zatajením) dechu. U některých jedinců se též objevuje celkový pocit slabosti – „na omdlení“, či dojde k chvilkové ztrátě

vědomí. Zároveň můžeme pozorovat rozšíření zornic, zčervenání ve tváři, pocení pokožky a nervovou paralýzu či celkové chvění.

At' už jde o jakýkoliv druh fobie, skládá se tento stav zpravidla z těchto tří složek:

- a. typických tělesných příznaků úzkosti,
- b. obavných myšlenek,
- c. vyhýbání se podnětu, který strach vyvolává (Praško, 2008).

2.3 Příčiny vzniku fobie

Přesná příčina vzniku fobií není známa, ale obecně jsou fobie považovány za naučené strachy získané přímým nebo zástupným podmíněním, při němž se jedinec strach naučí (Praško, 2008).

Tyto naučené strachy mohou mít původ:

- **sociální (nepřímý)**
 - pozorování projevů strachu u druhých (především rodičů a jiných rodinných příslušníků),
 - přijetí informací od někoho jiného (např. verbálním předáním) – poučení o nebezpečnosti situace,
- **traumatický** – vzniká na základě silného traumatického zážitku spojeného se stresem.

Typickým příkladem naučeného strachu je pokus s malým Albertem a bíle zbarvenými živočichy, který provedli Watson a jeho studentka Raynerová (1920)¹. Tento proces naučení strachu nazývaný kognitivní teorie je považován za zásadní mechanismus, během

¹ „V zimě 1919-1920 vyvolali John Watson a jeho studentka Rosalie Raynerová podmíněnou reakci strachu u jedenáctiměsíčního chlapce jménem Albert B. V rámci experimentu umísťovali poblíž chlapce nejprve bílou krysu, následně ale i další bíle srstnaté předměty. Současně se však při každé expozici ozval také nepříjemný silný úder kladiva do železné tyče. Pokus probíhal asi 3 měsíce a za tu dobu se u malého chlapce vytvořila podmíněná reakce - strach z bílé krysy a následně i z kožešinového kabátu, králíka apod. S touto studií byl také velmi diskutovaný etický rozměr celého experimentu, neboť Watson a Raynerová již neudělali nic proto, aby chlapce jeho strachu zpět odnaučili,“ (Studium psychologie, 2016).

kterého fobie vznikají. Podle této teorie může spojení neutrálního stimulu s negativním stimulem přerůst až ve vznik nového strachu (Marks, 1987).

Literatura udává i příčiny, které se nedají příliš doložit, avšak na jejich vliv se také často bere zřetel. Jsou to příčiny:

- **Biologické** - např. tzv. „hawk-effect“, který prvně popsali Konrad Lorenz a Nikolaas Tinbergen. Tento jev byl pozorovaný u kachen a jedná se o přirozený útek a schování do bezpečí v momentě, kdy spatří něco, co připomíná dravce. Tato reakce se objevuje u mláďat již bezprostředně po vylíhnutí, proto se předpokládá, že tento strach patří k jejich přirozeným a tedy vrozeným instinktům. V návaznosti na tento jev se začalo diskutovat i o podobných vrozených stresových reakcích u člověka.

S tímto názorem souvisí i teorie Martina Seligmana, který tvrdí, že naše fobie jsou zafixované strachy z pro nás potenciálně nebezpečných objektů v minulosti. Praško (2008) ve své knize však konstatuje, že tato teorie „přípravenosti“ by mohla platit u fobií z malých zvířat, nemocí, či zranění, bouřek, výšek, tmy, vody, zraněním, nemocemi apod. Obecně k fobiím tohoto typu máme mnohem větší sklony než k strachu ze situací, které jsou ale ve skutečnosti pro člověka mnohem nebezpečnější (např. auta, střelné zbraně apod.). Seligmanova teorie nám sice může pomoci vysvětlit celou řadu fobií, ale naopak mnoho dalších fobií (např. z věcí, se kterými lidé v minulosti neměli možnost se setkat, protože prostě neexistovaly) nikoli.

- Dále se také zmiňují **vrozené predispozice** pro vznik určité fobie (nejčastěji zděděné po rodičích s danou fobií) – samozřejmě je více pravděpodobné, že se dítě strach od rodičů spíše naučí během jejich výchovy, ale je vědecky dokázané, že geneticky zděděné předpoklady mají též určitý vliv (Marks, 1987).

2.4 Druhy fobií

Praško (2008) rozděluje fobie do dvou hlavních kategorií:

Komplexní fobie

- **Sociální fobie** – strach a následné vyhýbání se situacím, v nichž může být člověk pozorován a posuzován druhými lidmi. Člověk trpící sociální fobií je přesvědčen, že si druzí všímají jeho potíží a nedokonalostí a podle toho jej hodnotí. Toto přesvědčení jeho úzkost dále zvyšuje.
- **Agorafobie** – v doslovném překladu znamená „strach z tržiště“. Projevuje se strachem pobývat na místech, kde v případě nevolnosti nebo panického záchvatu není rychle dostupná pomoc. Jedinci trpící agorafobií si stěžují na strach z toho, že je potká nějaké neštěstí, když jsou daleko od bezpečí domova, a že jim nikdo nepomůže.

Specifické fobie

Tento druh fobie je charakterizován nadměrným strachem z určitého objektu, zvířete nebo specifické situace (fobie, specifické fobie).

Specifické fobie dělíme na subtypy (podle Americké psychiatrické asociace):

- a. **přírodní** (např. bouřka, voda, výšky),
- b. **ze zvířat** (např. bodavý hmyz, psi),
- c. **z injekcí, krve, zranění,**
- d. **z určitých míst** – situační fobie (např. letadla, výtah, auto, uzavřený prostor),
- e. **jiné** (např. ze zvracení, zakuckání se, z nemoci, hlasitých zvuků).

Specifické fobie obvykle vznikají v dětství nebo v rané dospělosti, a pokud nejsou léčeny, mohou se jejich následky zvyšovat a přetrvávat desítky let. Závažnost následného omezení záleží na tom, jak je postižený schopen vyhýbat se fobickým situacím (Praško, 2008).

Velmi časté jsou fobie v raném dětství, běžně se u dětí setkáváme s nadměrným strachem ze tmy, zvířat či doktorů, ale většina z nich přibližně do šesti let vymizí. Nicméně věk

počátku fobie se může u jednotlivých typů specifických fobií lišit. Například fobie ze zvířat patří k fobiím projevující se ve velmi raném věku (průměrně 4,4 let), zatímco situační fobie se mohou u člověka objevit až v adolescenci (průměrně 22,7 let). Řada postižených vnímá svoji fobii jako samozřejmou, opodstatněnou, berou ji jako součást své osobnosti, navíc většině fobických situací se dá v běžném životě poměrně snadno vyhnout, proto jen malé procento postižených vyhledá léčbu. Lidé trpící fobií jsou si vědomi toho, že jejich strach je přehnaný, avšak když se dostanou do fobické situace, toto racionální odůvodnění bezpečnosti situace jim nepomůže ke zmírnění stresu (Praško, 2008).

„Když zkoumáme obsah fobie, snadno zjistíme, že strach zpravidla není úplně neopodstatněný. Mít strach z vos, hluboké vody, velkých výšek, mostů, psů, blesků, tunelů, výtahů či uzavřených prostor je sice přehnané, ale každá z fobických situací může skrývat nějaké riziko. Vosa může píchnout do jazyka, v hloubce je možné se utopit, z výšky spadnout, most nebo výtah se může zřítit, pes může pokousat i usmrtit, blesk uhodit do člověka. Pravděpodobnost je ovšem tak malá, že většina lidí se těmito situacím beze strachu vystaví. Člověk s fobií výrazně přehání možnost ohrožení, a je-li mu vystaven, prožívá strach neúměrný reálnému riziku“ (Praško, 2008).

2.5 Fobie ze zvířat

Mezi nejčastější fobie patří, dle Praška (2008), fobie ze zvířat (především ze psů, hadů, hmyzu a myši). Pro tuto fobii je typické, že vzniká dříve než jiné fobie (nejčastěji již v dětství). Určitý strach ze zvířat se objevuje u dětí velmi často a je to zcela běžné, tento strach však většinou kolem šestého roku dítěte vymizí.

Když strachové reakce u dítěte pokračují i po šestém věku a přetrvávají i do puberty, je velmi pravděpodobné, že se rozvine fobická porucha, která má pak tendenci přetrvávat roky a vléct se životem člověka, který je pak určitým způsobem ve svém životě svojí fobií omezován (Hanzlovský, 2011).

Obecně pak strach za fobii pokládáme, když je velmi intenzivní, výrazně zasahuje do života jedince a přetrvává více než 6 měsíců (Praško, 2008).

3 Strach a fobie u dětí

3.1 Výzkumy výskytu strachu u dětí

Dětský strach a jeho příčiny byly v historii zkoumány z mnoha různých pohledů. Za zmínění stojí například dlouhodobý výzkum, který ve své knize zmiňuje King (1988). Tento výzkum měl za cíl poskytnutí strukturovaného prostředí k určení specifického stimulu, který vyvolává u dětí strach. Na začátku byli požádáni rodiče zkoumaných dětí o verbální, či písemný popis potenciálních stimulů dětského strachu. Následně měly děti za úkol určit, který z daných předmětů u nich vyvolává strach.

Jak se dalo předpokládat, výzkum ukázal, že dětské strachy jsou skutečně častým problémem. Na úplném počátku studií bylo zjištěno Hagmanem (v roce 1932), že u předškolních dětí je průměrný počet strachů ze specifických objektů 2,7. Jersild a Holmes následně v roce 1935 zjistili, že děti ve věku 2 – 6 let mají průměrně 4,6 různých strachů a jsou těmto stresovým objektům vystavovány přibližně každý čtvrtý den svého života. Další výzkum, který prováděl (v roce 1945) u venkovských dětí Pratt, bylo zjištěno, že průměrný počet dětských strachů je až 7,5. Při studii 482 dětí, Lapouse a Monk (roku 1959) zjistili, že 43% matek tvrdí, že jejich dítě má 7 nebo více druhů strachu.

Přičemž bylo již v předchozím výzkumu (roku 1897) zjištěno Hallem, že mezi nejčastějšími stimuly patří: bouřka, tma, plazi, neznámí lidé, oheň, smrt, divoká zvířata, voda a další. Co se týče běžně vyskytujících se stimulů, byl nejčastěji zmiňován strach ze psů, doktorů, hluboké vody a tmy (výzkum Hagmana, 1932).

Celkově tyto výzkumy dokazují, že specifický strach je u dětí běžná záležitost. Objevuje se mnoho různých druhů „strachových“ stimulů a děti se s nimi poměrně často setkávají.

Zmíněné výzkumy se povětšinou týkají poměrně běžného strachu, se kterým dítě bez problému funguje a nemá problém s konáním činností a zvládnutím situací běžného života. Proto chci zmínit ještě jeden obecný výzkum výskytu fobií či přehnaného strachu u dětí, který byl proveden v roce 1974 Millerem. Tento výzkum byl prováděn u dětí od 7-12 let. Miller vytvořil tři stupně možného strachu u dětí:

- žádný strach,

- normální, nebo očekávatelný strach,
- nadměrný, přehnaný strach.

Nadměrný, či přehnaný strach se objevoval u 5% zkoumaných dětí. V roce 1979 Ollendick odhadl, že se tento nadměrný strach nachází přibližně u 3-8% populace (King, 1988).

Fakt, že se fobie objevují již u takto malých dětí, nám mimo jiné poukazuje na to, že se u nich musel strach prohlubovat od velmi raného věku.

3.2 Příčiny vzniku fobie v raném dětství

Jak bylo výše zmíněno, mnoho fobií vzniká v raném dětství. V tomto období se dítě učí vše o okolním světě a převážnou část informací přejímá od rodičů a nejbližší rodiny.

Jelikož je fobie považována za převážně naučený strach, jsou děti poměrně výrazně ohroženy vznikem určitých fobií, které mohou okoukat od svého okolí (sociální původ). Dítě je výrazně ovlivňováno chováním rodičů a má samozřejmě tendenci jejich návyky přejímat a během primární socializace zvnitřňovat. Toto může být velkým úskalím v případě fobií. Rodiče a zároveň učitelé, kteří trpí nějakou fobií, či i jen přehnaným strachem z určitého objektu, by se měli snažit vyvarovat výrazných projevů emocí, když s daným stresorem přijdou do kontaktu. Dítě si tuto reakci na podnět, kterou opakovaně vidá, vykládá za přirozenou a odpovídající situaci a přejímá ji postupem času za svou.

„Za svého působení ve vězeňském ústavu jsem se setkal s mužem, který byl obviněn z několikanásobného vloupání a ublížení na zdraví. Vzezřením to byl takřkajíc chlap jak hora, sebevědomý a nebezpečně vyhlížející na celé své okolí. Avšak stačilo, aby se při jednom našem sezení objevil na zemi malý pavouček a tento neohrožený muž s brekem vylezl na stůl a bílý jak stěna mě žádal o okamžité ukončení sezení. Při dalším rozhovoru jsem zjistil, že jeho maminka se vždy bála pavouků. Už od narození si pamatuje jak vždy, když nějakého zahlédla, s křikem utekla do jiného pokoje a odmítala se vrátit, dokud nepřišel otec, který jej zabil. Tato reakce maminky se dítěti vryla do paměti a postupem času si ji zvnitřnil natolik, že toto převzaté chování považoval za přirozenou součást své osobnosti“ (Panamá, 2015).

Další velmi významný původce fobie je traumatický zážitek. I ten může být dítětem ještě výrazněji prožívaný, než v případě dospělého jedince. Dítě se nejlépe učí a ukládá do paměti, když má nějaký zážitek spojený s určitou emocí (ať už pozitivní nebo negativní). Pokud v dětství prožijeme výrazný traumatický šok a s tímto faktem se dále nepracuje, může na nás tato událost zanechat velké následky. K tomuto může dojít i v momentě, kdy se stresová situace nezdá tak silná.

Př1.: Malé dítě si hraje se psem, kterému na čumák sedne moucha, pes se po ní ožene a dítě se lekne. Při dalším setkání má již dítě ze psa respekt. Rodiče si toho všimnou. Vidí, že je dítěti kontakt se psem nepříjemný a snaží se tedy jakékoliv následné setkání se psi, tedy vystavení dítěte stresové situaci, omezit. Onen respekt však postupně přerůstá ve strach, který se s dospíváním stupňuje. Může být zvýšen ještě nějakou další nepřímou zkušeností, např. reportáží ve zprávách o muži, který byl pokousán nebezpečným psem. Již dospělý jedinec se začne psům raději úplně vyhýbat a setkání s nimi si dobarvuje děsivými představami. Např.: Kdybych potkal psa, pozná, že se ho bojím, skočil by na mne a pokousal mě (Praško, 2008).

Fobie však může vzniknout i ve spojení s traumatickým zážitkem, kde fobický podnět vůbec nemusí hrát hlavní roli, jako tomu bylo v předchozím příkladu.

Př2: *„Léčil jsem kdysi pána, který byl významným zoologem. Miloval zvířata. Neměl strach jít do výběhu s nosorožci, které dlouho studoval a jednoduše, měl ke všem zvířatům velmi vřelý vztah. Avšak tato láska měla jednu výjimku, a tím byly slepice. Tento muž přišel ke mně do ordinace úplně nešťastný. Tvrdil mi, že svou práci nemůže plně vykonávat. V momentě, kdy spatří, i na velkou vzdálenost, slepici, začne se mu špatně dýchat, buší mu srdce a je mu na omdlení. Po několika sezeních a pátrání po spouštěči této fobie jsem se dozvěděl, že tento muž zažil jako malý chlapec autonehodu. Jeho otec měl mikrospánek a narazil do zděného plotu jednoho domu. Když chlapec vylezl z vraku auta, všude kolem pobíhaly slepice, které byly v zahradě domu. Tento obraz si dítě natolik spojilo s traumatickým zážitkem, že se u něj nevědomky na zvíře vytvořila fobie“* (Panamá, 2015).

Třetím z nejčastějších důvodů vzniku fobie je na základě získání informací od někoho, komu věříme.

Př3.: „Bud' opatrný.“ Klasickým příkladem tohoto druhu naučeného strachu je poučení dítěte, aby nechodilo do lesa bez bot, protože by je mohla uštknout zmijs (Hellström, 1996).

3.3 Reakce dětí na strachový podnět

Jak již bylo zmíněno, mozek člověka reaguje na stresový podnět dvěma způsoby – boj, nebo útek. Obě tyto reakce se objevují především u dospělých jedinců, zatímco děti, které se vyskytnou před zdrojem svého strachu, nejčastěji volí útek. Málokteré dítě se rozhodne potenciálnímu nebezpečí čelit.

Tento útek však nemusí mít vždy podobu jakéhosi úprku před daným podnětem. Může se projevat i tzv. utíkáním do choroby. Toto vyhýbavé chování volí děti nejčastěji při strachu ze školy (či navštěvování zájmového kroužku, nebo určitého místa), ale může mít spojitost téměř s jakýmkoliv strachovým podnětem.

„Nikdy jsem si u svého syna nevšimla, že by měl nějak výrazný strach ze psů. Sice je pravda, že vždy když jsme nějakého na ulici potkali, Petr zbystřel, chytl se mě za ruku a obešel ho velkým obloukem. I přesto jsem nikdy tento fakt nepovažovala za problém, který by ho mohl nějakým způsobem omezovat v jeho životě. My doma psy nemáme, ale moje sestra si ho jednoho dne koupila (plemeno rotvajlera) a pozvala nás, abychom se na něj přišli podívat. Syn byl po celou dobu návštěvy zaražený a už od začátku mne prosil, ať už jdeme domů. Nebyl mi však schopný vysvětlit proč. Když jsem poté asi po dvou týdnech chtěla sestru se synem navštívit znovu, syn si začal stěžovat, že ho bolí břicho a že by raději zůstal doma. Když se tento scénář opakoval už po několikáté, začala jsem mít podezření, že syn nemoc jen předstírá a až po dlouhé době jsem z něj nakonec dostala, že je to právě kvůli onomu psu. Báł se s ním být v uzavřeném prostoru, protože by prý neměl kam utéct, kdyby na něj zaútočil“ (matka, 2015).

Rodiče a učitelé by měli být v podobných případech úniku nanejvýš na pozoru. Děti totiž dost často ani nejsou schopny pojmenovat, čeho se bojí, nebo i samotnou emoci strachu. Je důležité, aby příčina strachu byla objevena dříve, než s postupem času a dalším vyhýbavým chováním přeroste ve fobii.

4 Dítě a zvíře

I přes určité výjimky mají děti ke zvířatům již od raného věku většinou hezký vztah. Mají o ně zájem. Rádi si je pohladí, nakrmí je, hrají si s nimi. Přítomnost zvířete však není přínosem pouze v oblasti zábavy, či vzdělávání, avšak má velký vliv i na vývoj jedince.

4.1 Vliv zvířete na dětský vývoj

Již mnoho let se zkoumá vliv zvířat na psychický (především emocionální a morální) dětí. Mnoho vědců tvrdí, že určitá souvislost tady je. I laikovi musí být jasné, že dítě se s příchodem zvířete do rodiny učí mnoha novým věcem, prohlubují se u něj důležité vlastnosti a prožívá zase nový druh lásky a přátelství. Avšak bohužel není zcela objasněno, jak přesně k tomuto vývoji dochází a proto nemůže být tento vliv vědecky podložen.

„Gail F. Melsonová navrhla pro studium vlivu společenských zvířat na dětský vývoj v Tokiu 2007 pracovní rámec „situačního učení“ jako formu vzdělávání na základě zkušenosti, pozorování a praxe. Tento rámec nám umožňuje vidět věci v kontextu prostředí, identifikovat klíčové procesy, kterými domácí zvířata na děti působí, a odhalovat, jakými způsoby rodiče, učitelé, terapeuti a jiní dospělí ovlivňují dětské zkušenosti se zvířaty, a tím i děti samotné“ (Galajdová, Galajdová, 2011, s. 85).

Situační učení má několik principů, avšak základními znaky je aktivnost a dynamičnost, odehrávají se vždy v kontextu. Mezi nejdůležitější prvky učení patří sociální a interaktivní komponenty (zvířecí i lidské), které na dítě reagují. Učení je vyvozováno žákem, na základě předchozí zkušenosti, zahrnuje pozorování, průzkum, manipulaci atd. Dítě při něm využívá mnoho smyslů (Galajdová, Galajdová, 2011). Když přijde dítě do styku se zvířetem, dochází mezi nimi k určité interakci a zákonitě probíhá situační učení.

Galajdová (2011) ve své knize mluví o tom, že existuje mnoho důkazů, že si děti na zvířata vytvářejí emocionální vazby a domácí mazlíček je pro ně jakousi sociální podporou. *„Z hlediska teorie rané vazby zase domácí mazlíček dítěti poskytuje „bezpečnou základnu“ v okamžicích ohrožení. Avšak asi nejvhodnější je popsat domácí společníky jako „flexibilní spojence“, měnící svou roli podle situace, tedy jako*

spoluhráče, společníky, kamarády na celý život, zábavné rozptýlení...“ (Galajdová, Galajdová, 2011, s. 86).

Zvíře v rodině dítěti v neposlední řadě poskytuje také pocit - že ho někdo potřebuje ke „svému přežití“, jinak řečeno je na něm prakticky závislý. Dítě je neustále zvyklé, že je to právě ono, o koho je potřeba se postarat, že je ten nejmenší a nejméně schopný člen rodiny a že se v každé situaci může obrátit na dospělého, který mu vždy pomůže. Avšak s příchodem zvířete se do rodiny dostává člen, který se o sebe sám zcela nepostará a dítě je schopno tuto práci zastat (na rozdíl od péče např. o mladšího sourozence, kdy je to spíše na rodičích). Dítě tak získává nejen pocit zodpovědnosti, ale také si výrazně utužuje sebevědomí. Nyní je to poprvé ono, kdo si má v nouzi vědět rady a kdo se o pejska, či jiného mazlíčka postará. Ovšem je nutné si dát pozor, aby si např. opomíjené dítě na zvířeti neléčilo své komplexy. *„Měli jsme případ, kdy nám samotářské dítě v nestřežené chvíli málem zardousilo pejsánka, a měli jsme i mrtvé morče... proč? Odpověď zněla pokaždé přibližně stejně: Jeho má každý rád, mě nemá nikdo rád“ (Galajdová, Galajdová, 2011).*

„Ve vztahu ke zvířeti se dítě učí, že existuje také odlišný živý tvor, a rozvíjí svoje sociální dovednosti, aby bylo tolerantní, trpělivé a poskytovalo péči. Více než 80 % rodičů si myslí, že pes může u dítěte podporovat pocit zodpovědnosti, a tři čtvrtiny rodičů se domnívají, že pořízením psa se u dítěte vyvine větší zodpovědnost vůči přírodě. Pokud srovnáme očekávání rodičů s názory dětí, musíme konstatovat, že pes má mnohem větší vliv na dětskou fantazii a imaginativnost, než si toho jsou rodiče vědomi. Pro děti od deseti do čtrnácti let je pes navíc významným faktorem sociální prestiže u kamarádů“ (Hučín, Straková, 2000).

4.2 Vývoj empatie a emocionální vazby dítěte v kontaktu se zvířete

Děti si ke zvířeti často vybudují velmi silné vazby a jejich utvoření je pro ně mnohdy jednodušší než navázání vztahu s cizím člověkem. *„Z několika výzkumů vyplývá, že komunikace mezi člověkem a psem je daleko úspěšnější než mezi člověkem a jeho vlastním dítětem. Psi jsou bráni jako naprosto otevření a čestní partneři bez racionálního vysvětlování a vedlejších motivů. Problémy, které se objevují v komunikaci mezi lidmi,*

jsou zde minimalizovány. Psi mají podstatný význam v procesu nonverbální komunikace, a to proto, že vyvolávají důvěru, jistotu a pocit sebedůvěry a zároveň zmenšují pocit nedůvěry, odcizení a nízkého sebeocení. Výzkumná potvrzení důležitosti nonverbální komunikace ve vývoji člověka – oční kontakt, dotyk, mimika a gestikulace – vedly k použití psů na psychiatrických klinikách v případech nedostatku komunikativních dovedností anebo odmítání kontaktu u pacientů“ (Hučín, Straková, 2000).

Z toho důvodu zvíře zároveň může velmi pomoci i v terapii. Viz případy psychiatra Borise Levinsona, který zcela náhodou zjistil, že zvíře může fungovat jako prostředník mezi dítětem a terapeutem.

Co se týče rozvoje empatie u dětí v souvislosti s vlastnictvím psa, povětšinou převažuje přesvědčení, že tento fakt má na rozvoj empatie určitý vliv. Avšak studie ukazují poměrně protichůdné výsledky, včetně těch, které tvrdí, že je nulový rozdíl mezi vlastníky a nevlastníky domácích zvířat. „Dnes se víceméně uznává, že nikoli momentální vlastnictví domácího zvířete, ale vlastnictví v minulosti, a zejména kvalita vztahu člověk-zvíře jsou faktory vysvětlující rozdíly v empatii“ (Galajdová, Galajdová, 2011, s. 88).

5 Vztah dětí k přírodě

5.1 Odlišnosti ve vnímání přírody dětí od dospělých

Předpokládá se, že děti mají geneticky predisponovanou tendenci k neustálému objevování a vazbě k přírodnímu světu. Dobrý vztah k přírodě je pro ně naprosto přirozený a není pro ně těžké si ho udržet až do dospělosti, pokud mají k dispozici podporu od okolí a dostatečně podnětné prostředí. Je však důležité zmínit, že děti vnímají přírodu naprosto jiným způsobem než dospělý jedinec.

Dospělí většinou přírodu vnímají jako pouhé pozadí pro jejich činnosti, na které se primárně soustředí. Příroda zde hraje roli spíše vizuální a estetickou. Naopak pro dítě je příroda jedním z hlavních stimulů pro jejich prožívání a získávání zkušeností. Děti nehodnotí přírodu podle měřítka estetičnosti (jako to dělají dospělí), mnohem více je pro ně důležitá nabídka možné interakce a bohatost smyslových podnětů v ní. Pokud však

dítěti tato interakce není dovolena již v raném věku, může se tento přístup rapidně změnit a přerůst až v biofobii či averzi k přírodnímu prostředí (White, Stoecklin, 2008).

Pokud píšeme o biofobii, je nezbytné zmínit i její opak – biofilii a význam těchto termínů. Biofilie je definována, jako biologicky vrozená dispozice člověka, na jejímž základě se buduje pozitivní vztah k živé i neživé přírodě a která vytváří potřebu být s ní v těsném kontaktu. Naopak biofobie se může pohybovat od prostého pocitu nepohodlí v přírodě až po aktivní opovrhování toho, co není člověkem vytvořené, upravené či kontrolované. Může se projevit i tím způsobem, že člověk považuje přírodu jen za pouhý zdroj, se kterým může volně disponovat (Franěk In Jančaříková, 2005).

Jeden z největších problémů většiny environmentálních vzdělávacích programů je právě to, že se dětem snažíme zprostředkovat informace o přírodě ještě před tím, než bylo dítěti umožněno si vytvořit s přírodou jejich vlastní a přirozený vztah. Zároveň tyto informace předáváme způsobem chápání přírody z pohledu dospělého, který se od přístupu dítěte zásadně liší. Na tato fakta bychom při našem vzdělávání neměli zapomínat a měli bychom se dětem snažit předat informace pro ně co nejpřirozenější cestou – ideálně vlastním prožitkem.

White a Stoecklin (2008) ve svém článku zmiňují základní rozdělení environmentálního vývoje dětí a jejich možného vzdělávání v tomto směru:

- **rané dětství** (3 – 7 let) – empatická fáze,
- **období základní školy** (7 – 11 let) – explorativní fáze,
- **období adolescence** (12 - 17 let) – fáze sociální interakce.

Jelikož se zaměřuji především na děti předškolního věku, blíže popíši jen empatickou fázi, která probíhá v raném dětství. V tomto období je doporučeno zaměření environmentální výchovy na vytvoření vztahu dítěte s přírodou. Dítě by mělo mít možnost si v přírodním prostředí hrát a prozkoumávat ho. Jeden z nejlepších způsobů jak u dítěte vytvořit empatický vztah k přírodě je na základě vztahu se zvířetem v domácnosti. Děti se zvířaty interagují naprosto přirozeně – povídají si s nimi, hrají si apod. (White, Stoecklin, 2008). „*Poměrně málo známý fakt o vztahu dětí a zvířat se dovídáme z výzkumu snů dětí předškolního věku – až 90% dětských snů je o zvířatech*“ (White, Stoecklin, 2008).

Když se u dětí snažíme vytvářet dobrý vztah ke zvířatům, měli bychom zároveň myslet na to, abychom u dětí nevědomky nevytvářeli nereálnou představu, že všechna zvířata jsou hodná a nemohou jim ublížit. U dětí se dost často objevují dva přístupy ke zvířatům a ani jeden není úplně ideální. Buď svého domácího mazlíčka berou jako svého kamaráda, který se od něj samotného příliš neliší, nebo ho považují za svého „plyšáka na hraní“ (Galajdová, Galajdová, 2011).

První případ na první pohled nemusí znít tak špatně, avšak je zde problém s tím, že dítě dostatečně nerozlišuje to, jak se chová ke svému kamarádovi ze školky a např. k psovi jeho babičky. Oběma těmito přístupům předejdeme poměrně jednoduše, a to správnou přípravou dítěte na setkání se zvířetem. Když u dětí správný přístup ke zvířatům včas rozvineme, budou se k němu dobře chovat, a tudíž můžeme očekávat i stejnou reakci od zvířete. Lehce se tak vyhneme špatné zkušenosti, která by mohla zapříčinit vznik fobie.

5.2 Odcizování přírodě

Velmi aktuální téma současnosti je problém odcizování člověka přírodě. Současný „moderní“ člověk je neustále vystavován obrovské nabídce nejrůznějších způsobů trávení volného času. Volnočasové agentury nám dávají možnost fyzického i psychického „vybití“, ať už jsou to sportovní aktivity, či např. umělecky zaměřené kurzy. Zejména lidé z větších měst jsou tímto způsobem zahlceni spoustou zajímavých aktivit, které většinou provozují v centru města, blízko svého bydliště a tráví jimi svůj veškerý volný čas. Procházka lesem, či výlet do hor potom většinou nepříjde jako příliš zajímavý způsob zábavy, nebo to považuje za příliš náročné z časového či organizačního hlediska. Do kontaktu s přírodou se tedy dostane pouze výjimečně a v důsledku toho se jí neustále vzdaluje.

Nejintenzivněji jsou tomuto problému vystaveny děti. *„Zatímco starší generace si s sebou nese vzpomínky a zážitky z dětství a mládí, kdy si svůj vztah k přírodě utvářela, přirozený svět dnešních dětí se i vlivem nabídky virtuálních světů a častějšího života ve městech výrazně změnil“* (Krajhanzl a kol., 2009).

Tuto změnu ve vnímání přírody můžeme vidět již v předškolních zařízeních. Každá mateřská škola se snaží získat do svých tříd co nejvíce dětí, čehož zpravidla dosáhnou tím, že si zajistí co největší pozornost rodičů. Tu si získají velkým množstvím kroužků a zájmových aktivit, na které děti mohou docházet a dále se tak rozvíjet a (většinou odpoledne) zabavit. V programech mateřských škol můžeme tedy vidět výtvarné kroužky, lekce angličtiny či aerobiku a další spoustu činností, které děti mohou za příplatek provádět. Děti tedy zůstávají až do odpoledních hodin v prostorách školy a ve venkovním prostředí tráví minimum času.

„Právě v městských mateřských školách se setkáváme s tím, že se děti do kontaktu s přírodou dostávají jen zřídka. Málokdy jdou do lesa či parku a dokážou správně pojmenovat jen málo rostlin a zvířat. A při kontaktu s různými přírodninami mají strach. Mnoho dětí ani neví, jaké to je dotknout se mokré louky, na kterou padla mlha. Nedovede vysvětlit, z čeho jsou mraky a netroufá si projít pod větvemi visícími nízko nad zemí“ (Kasinová In Strejčková, 2005, s. 29).

Takový přístup dítěte k přírodě se však u dětí neobjevuje přirozeně. Je to způsobeno především nesprávným přístupem rodiny a pedagogů. *„Dítě se v přírodě od narození pohybuje naprosto přirozeně, ale je také závislé na svém dospělém průvodci přírodou v tomto období. Je důležité si uvědomit, jaké signály dítěti dáváme, jaký slovník používáme. Jestli bereme pobyt venku, jako naprostou samozřejmost a přirozenost, nebo v horším případě jako zbytečnost a nutnost. Často je pobyt dítěte venku odvislý od pohodlnosti či lenosti dospělých. Posadit už malé dítě k televizi nebo počítači je samozřejmě jednodušší, než ho obléknout a vyrazit do přírody. Je běžné, že dospělý s dítětem si vytvoří podivné pravidlo, že se chodí jen jednou denně ven, před obědem nebo po obědě“* (Kasinová In Strejčková, 2005, s. 27).

Takto to samozřejmě běžně chodí i v mateřských školách. Na dopoledne je naplánována řízená činnost v prostorách školy a po ní se zpravidla před obědem jde na hodinu ven, přičemž venkem je zde míněn opět pozemek školky (většinou zahrada, či hřiště). Ten je pro dítě již natolik známý, že nemá příležitost k objevování nových, jemu neznámých věcí a experimentování s nejrůznějšími přírodninami. Na oplocené zahradě mateřské školy se setká nanejvýš s prostorem pro „volnou“ hru, která je však do jisté míry limitovaná již předpřipravenými a všeobecně schválenými pomůckami a hračkami. V lese

je dítě naopak nuceno plně zapojit svou fantazii a tvořivost a pomocí nich si vytvořit vlastní materiál a prostředí pro hru. Avšak vycházky mimo mateřskou školu, jsou většinou bohužel dost ojedinělé. Jedním z hlavních důvodů, proč tomu tak je, je fakt, že pedagogové z nich mají často obavy. Jak zmiňuje E. Kasinová: „*Důležitá je odvaha dospělého při pobytu s dítětem v přírodě. Odvahu myslím samozřejmě jako takovou, dovolit dítěti pokusit se např. zdolat brod, strom, skálu. Odvahu je třeba mít i v oblékání dětí (jak hodně je např. rozšířené radši ho obléknu víc, než třeba svetr dát do batohu...), v jídle dětí (nemusíme přeci vždycky najít restauraci, rohlík na cestách je také velkým zážitkem...).* Odvaha je také v tom troufnout si, že dítě také už mnohé zvládne, že třeba už úplně malé dítě může spát pod stanem nebo širákem, že může nést batoh, že se prostě už samo z části umí orientovat v přírodě“ (Kasinová In Strejčková, 2005, s. 27).

Dalším z problémů, ze kterého plyne odcizení dětí přírodě je současný způsob vzdělávání. Jak jsem již popisovala výše, je často založen pouze na zkušenosti zprostředkované někým jiným, ať už slovně či audiovizuálně. Nejenže je tato zkušenost již zabarvena vnímáním druhé osoby, ale zároveň tento způsob učení postrádá aktivitu dítěte a vlastní emocionální prožitek, který je několikanásobně zvýšen při přímé zkušenosti. Když má dítě možnost si něco samo prožít, uchovává se mu z tohoto zážitku mnohem více informací, než když pouze poslouchá vyprávění někoho jiného. Ani seznámení s přírodou (environmentální výchova) ve školách není od tohoto přístupu k výuce oproštěno (viz kap. 5. Vztah dětí k přírodě).

Tento fakt je i jedním z častých příčin vzniku fobie. Zprostředkovanou zkušeností někým jiným, si může dítě snadno zvnitřnit jeho vnímání dané situace. Např. slyší tatínka vyprávět o tom, jak ho píchla vosa do jazyka a ten mu natekl, tudíž nemohl dýchat a musel do nemocnice. Po takovéto historce si dítě velmi jednoduše vytváří dojem, že pokud ho píchne vosa, bude to velmi vážné a pojedje do nemocnice. Z toho přirozeně plyne pocíťování strachu z potenciálního nebezpečí, a při nedostatku intervence či prožití vlastní zkušenosti i postupný vznik fobie.

Odcizení přírodě má značné dopady na vývoj jedince. Ve výzkumu který byl proveden v 90. letech 20. století na sídlišti Robert Taylor Homes v Chicagu bylo zjištěno, že nepřítomnost zeleně v místě jejich bydliště má na ně jistý negativní vliv. Pozornost byla věnována především úrovni životní spokojenosti, sociálního chování a mezilidských

vztahů. Ve všech těchto oblastech vyšli lidé pobývající v prostředí, kde se zároveň vyskytuje zezeň, lépe než v části sídliště, která byla pokryta betonem. Ve výzkumu byly pozorovány i odlišnosti ve hře dětí v takovémto prostředí. „Ukázalo se, že ve venkovním prostředí se stromy trávilý děti dvakrát více času než v prostředí beze stromů. V nezelené části si děti hrály jednoduché hry, které měly svá jasně daná pravidla (např. fotbal či karetní hry). Oproti tomu děti, které se pohybovaly v prostředí se stromy, hrály více hry, které můžeme označit za kreativní. Jednalo se například o hry s panenkou nebo různé formy společné hry se skákáním přes švihadlo či vytváření jednoduchých písni doprovázených rytmickým tleskáním. Navíc děti hrající si mezi stromy měly rovněž častější kontakty s dospělými, protože dospělí rovněž trávilý více času venku před svými domy ve srovnání s obyvateli domů bez zeleně“ (Franěk In Krajhanzl a kol. 2009).

V závěrečné práci výzkumného projektu Strejčkové (2005) Vostradovská a Klonfarová zmiňují důsledků odcizení dětí přírodě hned několik:

- 1) **osobní** (vztahující se k osobnímu zdraví)
 - a. **zdravotní** (alergie, nemoci dýchací soustavy, poruchy imunity, obezita...),
 - b. **psychické** (pobyt v přírodě napomáhá zdravému psychickému vývoji),
 - c. **fyzická zdatnost a obratnost při pohybu v terénu** - „Pozoruj, že u většiny dětí fyzická zdatnost klesá, a to u všech věkových kategorií. Děti z MŠ obcházejí statek s domácími zvířaty a sedají si na každou lavičku a každý pařez u cesty. Projdou-li celou naučnou stezku, říkají, že je bolí nohy“ (Kopecká In Strejčková, 2005, s. 13). Zároveň se u dětí objevuje neschopnost koordinovaného pohybu na nerovném terénu – zakopávání přes kořeny, uklouznutí po vlhké trávě.
- 2) **týkající se celé společnosti a jejího rozvoje**
 - a. **sociální patologie** (děti často dávají přednost virtuální realitě –snižování empatie k živočichům; především děti v MŠ často chápou zvířata spíše jako plyšáky na hraní, než živé bytosti, které cítí bolest),
 - b. **ekologická deprivace** (podobné jako citová deprivace u dětí, kterémají v rodině nedostatek lásky a pocitu bezpečí; „Ekologičtí deprivanti nezohledňují souvislosti a děje a svým konáním postupují proti trvale

udržitelnému rozvoji“ (Vostradovská, Konfarová In Strejčková, 2005, s. 89),

- c. **ekonomické** (nárůst nákladů na zdravotnictví, nákladů na odstraňování škod na životním prostředí...).

6 Možnosti prohlubování vztahu dětí ke zvířatům v předškolním vzdělávání

6.1 Lesní MŠ

V předchozí kapitole jsem mluvila o tom, jaký může mít na dítě dopad nesprávný přístup ke vzdělávání a absence aktivit v přírodním prostředí v režimu dne. Nyní bych se ráda věnovala druhu mateřských škol, jehož způsob vzdělávání je založen na neustálém kontaktu a propojení s přírodou a tím je – Lesní mateřská škola. Pokusím se zde obsáhnout její hlavní myšlenky. Na úkor toho jsem se rozhodla vynechat některé základní informace (např. legislativa, Standardy kvality apod.), které jsou lehko dohledatelné na stránkách Asociace lesních MŠ.

„Lesní mateřská škola je založena na myšlence „s dětmi venku za každého počasí bez zdí a plotů.“ Věříme, že pravidelný pobyt v přírodě může dětem dát plnohodnotnou přípravu do života. Děti i pedagogové čerpají nekonečnou inspiraci z přírody, která je každý den nová“ (Asociace lesních MŠ).

„Děti ve věku tří až šesti let, které jsou nejčastějšími návštěvníky lesních MŠ, najdou v přírodě to, co právě potřebují. Energií nabití d'áblíci přeskakují překážky, běhají a lezou tam, kam si ještě troufnou. Kdo potřebuje chvíli klidu, najde si tiché místo, odkud může pozorovat ptáky ve větvích nebo pilné mravence“ (Asociace lesních MŠ).

V této mateřské škole jsou k většině činností zcela běžně využívány přírodní materiály – ať už k volné hře či k řízené činnosti. *„Jednou z nejdůležitějších věcí je naučit děti chovat se k přírodě a v přírodě tvořivě, učit improvizovat. Díky tomu, že naše akce připravujeme doslova na kolena a tak, abychom mohli pomůcky k tvoření a hrám donést vlastními silami do parku, naučili jsme se my i naše děti tvořivosti a improvizaci, což je jedním z největších přínosů toho, že „musíme“ věci dělat venku. Třeba na malování*

nepotřebujeme velké papíry, maluje se na mostku přes Rokytku. Aby se mohlo malovat, musí děti zjistit, že kámen maluje, a zjistit, který to je. Psát se dá poskládanými klacíky, házet kamínky, svázat jde něco trávou atd. (...) Děti venku také s o hodně větší lehkostí přistupují ke všem dalším činnostem a dovednostem. Často řeší úkoly, ke kterým v místnosti potřebují rozličné pomůcky. Venku vše zvládnou jakoby mimochodem – přeskakování, prolézání, rovnováhu, navlékání...“ (Kasinová In Strejčková, 2005, s. 28).

„Neznamená to však, že děti z lesní MŠ nepoznají "výdobytky civilizace," naopak. V zimě si děti uvědomí krásu teplého domova, po celý rok cestují veřejnou dopravou za různými návštěvami a účastní se kulturních a jiných společenských událostí ve svém okolí. Lesní mateřská škola také vytváří různé slavnosti a jarmarky pro veřejnost“ (Asociace lesních MŠ).

Dle výše zmíněných informací můžeme vidět, že lesní MŠ je ideální způsob vzdělávání, které zabraňuje všem současným problémům plynoucím s odcizením přírodě. Avšak samozřejmě tento přístup může připadat některým rodičům až příliš radikální. Samozřejmě není nutné volit přímo lesní MŠ (tento způsob vzdělávání nemusí být pro každé dítě vhodný). Avšak je vidět, že by se státní školky těmi lesními mohly v lecčem inspirovat.

6.2 Další možné způsoby prohlubování vztahu dětí ke zvířatům v MŠ

Zde bych ráda popsala činnosti, kterými lze prohlubovat přirozený vztah ke zvířatům jak v lesní MŠ (která má pro to příznivější podmínky), ale i v běžné státní mateřské škole, kde není vzdělávací plán založen na bezprostředním kontaktu s přírodou.

Vycházka do přírody

Tento druh aktivity patří mezi nejjednodušší formy prohlubování vztahu dítěte k přírodě. Z toho vyplývá i její velká výhoda - může (a měla by) být zapojena do běžného režimu dne. Na vycházce se dá dělat celá řada aktivit - od stavění domečků v lese, po pozorování života v tůních či poslouchání nejrůznějších zvuků zvířat. Čím jsou vycházky do přírody

frekventovanější, tím se stávají pro děti přirozenější a začnou je považovat za zcela běžnou součást dne. Tento postoj si s sebou odnášejí do života a přetrvává u nich až do dospělosti.

Návštěvní program

Realizace této aktivity je už o něco náročnější na plánování a organizaci, ale i přesto stále ne natolik, aby to pedagoga odradilo. „*Probíhá obvykle tak, že do třídy je přineseno nebo přivedeno zvíře, o kterém se pak povídá, které je pozorováno a využíváno k celkové aktivaci. Variantou je program, na který žáci dojdou na místo chovu*“ (Jančaříková, Bravencová, 2010, s. 13). Při této události má dítě možnost přímého kontaktu se zvířetem, které je již zpravidla ochočené a zvyklé na lidi. Na vycházce v lese se už s tolika druhy zvířat nesetká. „*Výhodou návštěvního programu je možnost zvát (navštěvovat) v poměrně krátkých časových intervalech různé druhy zvířat, takže se děti za krátkou dobu mohou seznámit s více druhy. (...) Návštěvní program nemusí být založen jen na zvířatech exotických, resp. domácích, ale lze využívat také odchycené druhy vodních živočichů nebo drobného hmyzu, které po programu zase vypustíme na místo odchyty*“ (Jančaříková, Bravencová, 2010, s. 13-14).

Chov zvířete v MŠ

Další a pravděpodobně nejnáročnější variantou je chov zvířete v MŠ. Ještě než se vůbec rozhodneme pro tento poměrně zásadní krok, měli bychom zvážit několik zásadních otázek:

- výskyt alergií/fobií ze zvířat u dětí ve třídě,
- souhlas rodičů,
- vhodný výběr druhu zvířete,
- a v neposlední řadě to, zda je vůbec v našich silách, se o zvíře dostatečně postarat.

„*Třídní chov je nutné vést vždy svědomitě tak, aby byla zvířatům zajištěna dostatečná péče (voda, vhodná a rozmanitá potrava), vhodný pravidelně čištěný prostor, dostatek podnětů (partner, hrací prvky) a klidu (welfare). Nedbale vedený chov je kontraproduktivní, protože hrozí riziko, že se děti časem ztotožní s tímto zanedbáváním péče o zvíře a postupně přestanou být vůči zvířeti citlivé*“ (Jančaříková, Havlová, 2014, s. 20).

Další možnosti

Mezi další způsoby vytváření vztahu dětí s živočichy patří např. **péče o volně žijící živočichy**, která je v našich školách poměrně oblíbená (stavění domečku pro čmeláky, budek pro ptáky apod.) a **užitkový chov**, který však v předškolním vzdělávání u nás není realizován (Jančaříková, Bravencová, 2010). Další aktivity, které prohlubují vztah ke zvířatům, mohou být provozovány v nejrůznějších vzdělávacích oblastech (hudební, výtvarná, dramatická, pohybová výchova...).

PRAKTICKÁ ČÁST

Praktickou část mé bakalářské práce jsem se rozhodla zaměřit na tři oblasti:

- 1) prevenci,
- 2) zjištění vyskytující se fobie/strachu ze zvířat,
- 3) práci s již vyskytující se fobií/strachem.

Do každé z nich jsem vybrala aktivity, které se dají využít v mateřské škole, ale i doma a mají pomoci pedagogům či rodičům:

- 1) vést děti k pozitivnímu vztahu ke zvířatům a zabránit tak vzniku strachu ze zvířat (který by mohl lehce přerůst až ve fobii),
- 2) zjistit/zpozorovat, že se u dítěte strach (případně přímo fobie) ze zvířat objevuje,
- 3) pracovat se strachem ze zvířat u dítěte (zajistit, aby se strach dále neprohluboval a nevznikla fobie, pomoci dítěti se vypořádat se stresem, postupně zmírnit strach).

Přestože se má práce zaměřuje primárně na fobii ze zvířat, budou se má cvičení věnovat spíše prevenci fobie a práci se strachem. To vše z toho důvodu, že když se u dítěte fobie již vyskytuje, pedagog či rodič s tím už příliš nezmůže. Zde je už na řadě psycholog, který bude s dítětem provádět pravidelnou terapii. Avšak i v tomto případě je samozřejmě potřeba, aby se zapojila i škola a především rodina. Mohou ovšem svou intervencí pouze podpořit terapii, ale současně je nutné si uvědomit, že bez jejich pomoci by samotné docházení k psychologovi nemělo příliš velký účinek. Stále má i v tomto případě na dítě největší vliv rodina a škola – tedy prostředí, ve kterém se pohybuje denně a je mu nejbližší.

Ve svých cvičeních jsem se inspirovala autory odborné literatury, kteří se věnují tématu zvládnutí strachu a úzkosti, ale i práci se zvířaty a environmentálním činnostem. Některé aktivity jsou skupinové (velmi vhodné pro práci v MŠ), některé naopak individuální (zejména činnosti na zjištění fobie a na zvládnutí strachu).

7 Aktivity preventivní

Prevence vzniku strachu a fobie může mít mnoho podob a nemusí být vždy založena na přímém kontaktu se zvířaty. Ideálně by měla probíhat (v případě MŠ) jako souvislé působení v podobě environmentální výchovy, která u dětí prohlubuje vztah nejen ke zvířatům, ale celkově k přírodě a životnímu prostředí.

V oblasti prevence můžeme využít mnoho aktivit spojených s přírodou a zvířaty. Např. čtení knížek o přírodě, sledování vhodných filmů, návštěvu canisterapeuta s jeho psem, výlet na statek s domácími zvířaty, do přírodní rezervace či přímo zavedení chovu zvířete přímo v mateřské škole. Já bych zde však ráda zmínila aktivitu, při které není třeba žádného specialisty, průvodce a velkých příprav, ale kterou s dětmi může zvládnout každý.

Pozorování hmyzu a drobných živočichů

Inspirace: V tomto cvičení jsem použila aktivitu „Louka plná života“, kterou popisují Jančaříková a Havlová (2014) ve své knize. Tu jsem doplnila o několik svých poznámek a doporučení.²

Cíle:

- *prohloubení vztahu ke zvířatům,*
- *uvědomění si přítomnosti drobných živočichů, které běžně nepozorujeme (jako např. i na dálku viditelnou srnu),*
- *rozvoj samostatnosti,*
- *rozvoj komunikačních dovedností,*
- *rozvoj matematické pregramotnosti (chápat celek a jeho části).*

Počet dětí: Celá třída

Místo a čas: Tato aktivita se hodí pro teplé měsíce, kdy je ve volné přírodě nejvíce aktivních živočichů. Může se provádět kdekoliv venku, ideální podmínky jsou však v lese, na louce apod., školní zahrada není pro hledání členovců příliš vhodná (dětí jich zde nenajdou tolik).

² Vlastní komentáře a doplnění jsou v textu níže vyznačeny kurzívou.

Pomůcky: Plastová lupa, průhledná krabička na odchycený hmyz (s prodyšným víčkem), encyklopedie / atlas zvířat.

Motivace a příprava:

Aktivitu je vhodné motivovat nějakým příběhem. Může předcházet např. čtení Ferdý mravence nebo pohádky o Broučcích. Vycházku do lesa poté uvedeme tím, že tam zkusíme Ferdu (a jeho kamarády, brášky, ségry...), nebo třeba brouka Pytlíka apod. najít a podíváme se, jak vlastně ve skutečnosti vypadají, protože v knížce máme jenom namalovaný obrázek. Povídáme si s dětmi, jací další drobní živočichové žijí na louce/v lese. Po jejich vyjmenování si některé z nich ukážeme v atlase zvířat.

Před aktivitou, při níž děti samostatně manipulují s živými tvory, bychom je zároveň měli poučit, jak to udělat, aby jim svým zacházením neublížily. „Právě hmyz je lidmi často zbytečně obávaný a málo poznáný. Děti předškolního věku si spontánně všímají drobných detailů a také drobných živočichů, obzvláště pokud jsou k tomu vedeny pedagogem. Mnohdy však zapomínají, jak se ke hmyzu či jiným drobným živočichům chovat. Některé děti vůči nim projevují strach a štitivost. Negativní emoce je pak mohou vést k vědomému zabítí (zašlápnutí, zamáčknutí) zvířete nebo k nevhodnému chování (např. rychlé pohyby v přítomnosti včely, vosy, čmeláka)“ (Jančaříková, 2014, s. 107).

Průběh aktivity:

Jdeme s dětmi na louku (nebo do lesa) a vyzveme je, aby si všímaly okolí (nejen se dívaly, ale vnímaly všemi smysly). Aby si nejprve prohlédly louku, jako celek a řekly, co vidí, slyší, cítí atd. Poté jim dáme za úkol, aby se zaměřily na jednotlivé části louky (na její detaily), prohlédly si zblízka třeba jednotlivá stébla trávy, květy rostlin apod. a opět popsaly, co vidí, cítí atd.

Pozn.: *V tomto cvičení bych ráda děti vedla i k tomu, aby si uvědomily, že je rozdíl v tom, když na louku koukají z výšky a pohlížejí na ni jako na celek, a když se podívají zblízka. Mnoho živočichů najdeme právě až po bližším prozkoumání.*

Zatím jsme zkoumali louku ve všech směrech a nyní se již zaměříme na hmyz, který je hlavním tématem naší vycházky. Děti dostanou za úkol všimnout si živočichů, o kterých jsme si četli předtím v pohádce a které jsme si ukazovali v atlase. Když někdo nějakého najde,

bud' přivolá ostatní, aby se přišli podívat, nebo jej opatrně odchytí do krabičky (můžeme je na začátku rozdat např. do dvojic). Živočichy poté pozorujeme lupou a povídáme si o jednotlivých detailech stavby těla. Vyzveme děti, aby se hmyz pokusily pojmenovat a zkusily si vzpomenout, jestli jsme o něm ve školce mluvili a co jsme si o něm říkali. Poté hmyz opět vypustíme do místa odchyty a jdeme hledat dál.

Pokračování:

- Na tuto aktivitu je možné (a bylo by to i vhodné) navázat mnoha dalšími činnostmi, které se propojují s dalšími oblastmi vzdělávání (hudební výchova, výtvarná výchova atd.). *Po návratu z vycházky můžeme s dětmi např. výtvarně ztvárnit hmyz, který jsme na procházce viděli. Nebo se můžeme pokusit pomocí hudebních nástrojů napodobit zvuky, které jsme na louce slyšeli atd.*
- Nalezený hmyz lze na vycházce i nafotit a následně z fotek vytvořit obrázkovou knihu, kam s dětmi pod nalepené fotografie dopíšeme jména zvířat na nich vyfocených. Popřípadě je můžeme doplnit i základními informacemi o živočichovi, které s dětmi najdeme v encyklopedii nebo atlase zvířat (Jančaříková, Kapuciánová, 2013).
- Trochu náročnější aktivitou, která na vycházku přímo navazuje je ZOO pro rodiče. Odchycený hmyz v průhledných nádobách (určených k odchyty) přeneseme na zahradu MŠ a uděláme výstavku pro rodiče. Ke každému živočichovi napíšeme jeho název, který ukryjeme pod nádobu. Děti své rodiče poté provádějí po zahradě a ukazují jim jednotlivý hmyz, který pomáhaly nachytat. Společně hádají jeho jméno a dítě má možnost sdělit rodiči, co se o něm naučilo (Jančaříková, Kapuciánová, 2013).

8 Zjišťování vztahu dětí ke zvířatům

Již v mé teoretické části jsem zdůrazňovala, jak je důležité strach ze specifického zvířete zjistit včas a pracovat s ním, než přeroste v mnohem závažnější fobii. Proto níže nabízím cvičení, pomocí kterého se dá relativně jednoduše zjistit, jaký má dítě ke zvířatům vztah.

Co chci a co nechci doma

Inspirace: Zde jsem jako inspiraci použila výzkum Wiegertové a Felcmanové „Co děti chtějí a co ne“ (Wiegertová, Felcmanová In Strejčková, 2005). Ty se věnovaly tomu, co by děti měly rády doma (ať už to byly věci či zvířata, jako domácí mazlíčci). Já jsem se v tomto cvičení zaměřila pouze na zvířata a použila je k zjištění oblíbenosti a objevení možného strachu z nich. Tudíž jsem se zde inspirovala pouze hlavní myšlenkou jejich výzkumu a průběh i cíle cvičení jsem zvolila vlastní.³

Cíle:

- rozvoj komunikativních dovedností, schopnost odůvodnit svůj výběr,
- rozvoj sebepojetí (schopnost zaujímat vlastní názor a projevit ho),
- uvědomění si vztahu k jednotlivým druhům zvířat,
- rozvoj matematické pregramotnosti (schopnost diferenciacce, chápání protikladů, třídění).

Počet dětí: 1

Místo a čas:

- Kdykoliv, kdy je dítě klidné a má náladu s námi spolupracovat a povídat si o svých pocitech (v MŠ ideálně při ranní volné hře, než se sejdou všechny děti, nebo odpoledne, kdy je dětí v MŠ již méně a jsou navíc po celém dni už „vyhrané“ a opět probíhá pouze volná hra).
- Klidné místo, kde dítě nebude rušit okolí (zvuky, kamarádi) a bude mít prostor na to, aby se zamyslelo.

³ Jelikož v tomto cvičení není nic přejaté, text jsem nechala bez specifikujícího vyznačení.

Pomůcky:

- Tři různé podoby znázornění zvířete:
 - fotografie,
 - perokresby,
 - videa,
 - 2 krabice (jedna představující domeček, druhá polepená papírovými stébly trávy, představující přírodu).

Průběh cvičení:

Rozložíme před dítě několik kartiček s obrázky zvířat. Rozmístíme také krabice, které představují domeček a přírodu. Poté požádáme dítě, aby roztřídilo do krabic zvířata tím způsobem, aby v domečku byly ty, které by chtělo mít (např. doma), nebo by se o ně chtělo starat či si je třeba jen pohladit nebo se na ně chodit dívat a v krabici – přírodě, ty, které by mít nechtělo / nechtělo se o ně starat / pohladit je / podívat se na ně. Venku mohou nechat ta zvířata, u kterých se nemohou rozhodnout / neznají je.

Po roztřídění obrázků se ještě zaměříme na videa zvířat. Postupně pouštíme přibližně dvacetisekundová videa s nahrávkami zvířat, přičemž dítě má opět stejný úkol jako s kartičkami – roztřídit stejným způsobem videa do dvou krabic.

Následná reflexe s dítětem:

Při tomto cvičení je nezbytná následná reflexe. Po rozdělení zvířat bychom si s dětmi měli promluvit o jejich výběru. Pomocí rozhovoru zjistíme motivy k jejich rozhodnutí.

Zvíře šestkrát jinak

Toto cvičení je určené pro děti, u kterých jsme v předchozí aktivitě objevili (či u nich máme podezření na) strach z nějakého zvířete. Dozvíme se jím, jak hluboký tento strach je a zda už nemluvíme spíše o fobii.

Inspirace: V následujícím cvičení se inspiřuji zkušenostmi doktorky Bělohlávkové (2015). Ta ho běžně prováděla ve své ordinaci s dětmi, které trpěly fobií ze zvířat a považuje jej za

vhodné pro zjištění závažnosti fobie i jako prostředek k postupnému odstranění. Stejně tak ho doporučuje i Mgr. Panamá (2015), který se taktéž věnuje práci s dětmi s výskytem fobie ze zvířat. Oba zároveň tvrdí, že je možné toto cvičení využít i např. v MŠ.⁴

Je však na místě, abychom zvážili, zda se toto cvičení nehodí opravdu spíše do ordinace, ke zkušenému odborníkovi, který umí v případě nečekaně přehnané reakce dítě uklidnit. Já osobně bych aktivitu doporučila provádět, spíše než v mateřské škole, rodičům s dětmi doma, kde mají tu největší podporu ze strany nejbližších a zároveň se vyskytují ve známém, příjemném a bezpečném prostředí.

Cíle:

- *definovat úroveň strachu z daného zvířete u dítěte,*
- *schopnost projevit své emoce,*
- *schopnost říct „ne“ v momentě, kdy začne být situace nepříjemná.*

Počet dětí: 1

Místo a čas:

- *Kdykoliv, kdy je dítě klidné a má náladu s námi spolupracovat a povídat si o svých pocitech.*
- *Klidné místo, kde dítě nebude rušit okolí, v příjemném, známém prostředí (ideálně doma s rodiči).*

Pomůcky: *Já jsem se rozhodla zaměřit na hady, kterých se děti v mnoha případech poměrně bojí. Had může být samozřejmě nahrazen jakýmkoliv jiným zvířetem.*

- 1) *namalovaný obrázek stylizovaného (ideálně usměvavého, milého) hada,*
- 2) *černobílá fotka hada,*
- 3) *barevná fotka hada,*
- 4) *stylizovaná plyšová hračka hada,*
- 5) *dřevěná, gumová napodobenina hada,*
- 6) *video plazícího se hada / vyhřívajícího se na slunci,*

⁴ Vlastní komentáře a doplnění jsou v textu níže vyznačeny kurzívou.

- 7) (video s konfliktní situací – např. had útočící na myš),⁵
- 8) kontakt s živým hadem – nejprve pouze pohled, poté např. i dotyk.

Průběh cvičení:

Před dítě postupně předkládáme jednotlivé předměty a sledujeme jeho reakce.

***Pozn.:** Na každý další stupeň bychom ho měli řádně připravit a sami zvážit, zda je již na setkání s dalším - reálnějším ztvárněním zvířete psychicky připraveno. Např. když vidíme, že už u barevné fotky hada je dítě neklidné, nepokračujeme ihned k dalšímu kroku (plyšové hračky), ale pravidelně cvičení opakujeme do té doby, než jsme si jisti (a než samo souhlasí s tím), že je připraveno na postup k další úrovni. Toto již souvisí s aktivitami, které se zaměřují na vypořádání se s fobií. Dítě při nich postupně zdolává jednotlivé kroky, až nakonec zvládne kontakt i např. s živým hadem. Pokud budeme toto cvičení zaměřovat pouze na zjištění úrovně strachu, poslouží nám v tom směru, že zkusíme dítě vystavovat dalším a dalším úrovním do té doby, než mu to začne být nepříjemné – to můžeme definovat jako hranici jeho strachu.*

Je třeba, abychom při této aktivitě s dítětem neustále mluvili a vedli ho k vyjádření svých pocitů. Upozornili ho na to, aby si hned v momentě, kdy mu začne být cvičení nepříjemné, řeklo o jeho ukončení. Zároveň je vhodné, abychom cvičení motivovali např. příběhem o hadovi – dát mu jméno, povídat si o jednotlivých obrázcích, zeptat se co si myslí, že na nich had dělá a co má takový had rád apod. (vžití se do daného zvířete posiluje u dítěte vztah k němu).

9 Práce s fobií

Když pomocí předchozích cvičení zjistíme, že se u dítěte objevuje silný strach z některého zvířete, určitě bychom měli s dítětem okamžitě pracovat na jeho zmírnění (příp. odstranění). Pokud diagnostikujeme strach jako téměř nezvladatelný a omezující dítě

⁵ Tento další stupeň paní doktorka Bělohávková při své psychologické intervenci využívá, ale dle mého názoru se do prostředí MŠ příliš nehodí. Dívat se na video s útočícím hadem může být nepříjemné i pro člověka, který má k hadům dobrý vztah.

v běžných situacích, můžeme hovořit o fobii. V tomto případě je na rodičích, aby zvážili oslovení psychologa, či psychiatra, které je již na místě. Když se u dítěte objevuje pouze mírný strach z některého ze zvířat, můžeme mu v této situaci pomoci sami (přece jen, není úplně vhodné, abychom při každé nesrovnalosti ihned dítě brali k psychologovi).

I přesto, že v prvním případě (výskyt fobie) je již odborník na místě, můžeme (a měli bychom) mu pomoci v léčbě i my. Aktivitu, které níže popisuji, můžeme s dětmi provádět v mateřské škole i doma a podporují zvládnání stresu (uklidnění, relaxace, dechová cvičení), ale i dlouhodobé vytyčení cílů pro vypořádání se se samotnou fobií.

Cvičení na uvolnění

Ve stresové situaci v našem těle probíhá mnoho fyzických změn, které mohou být (zejména pro dítě) poměrně nepříjemné (viz kap. 2.2 Projevy fobie). Dechová a relaxační cvičení nám pomohou se uklidnit a uvolnit. Častým procvičováním a opakováním těchto cvičení docílíme toho, že je při obávané situaci začneme zcela automaticky provádět a dojde tak k uvolnění a odstranění nepříjemných pocitů spojených se strachem.

Dechová cvičení

Inspirace:

V tomto cvičení jsem použila dvě aktivity zmíněné ve dvou různých publikacích - Návěst fáze uvolnění (Praško, 2008, s. 104, 105, 109) a Dýchání bránicí (Plummer, 2013, s. 94).⁶

Cíle:

- *uvolnění celého těla, relaxace,*
- *schopnost ovládat svůj dech, soustředit se na jeho průběh,*
- *uvědomění si vlastního těla.*

Počet dětí: Celá třída

Místo a čas:

- *Ve třídě/tělocvičně/doma – měli bychom vytvořit tiché a příjemné prostředí.*

⁶ Vlastní komentáře a doplnění jsou v textu níže vyznačeny kurzívou.

- *Cvičení můžeme zvolit jako relaxaci po pohybové aktivitě, či jako celkového uvolnění např. před odpočíváním po obědě.*

Pomůcky: Karimatky/matrace (jakákoliv podložka, na které jsou děti zvyklé cvičit/odpočívat)

Průběh cvičení:

Vyzveme děti, aby si každý našel svoje místo, kde se bude cítit dobře a položil si tam svou karimatku, na kterou si lehne.

Komentář učitele:

Každý si lehněte na svou karimatku, tak abyste nerušili svého kamaráda vedle. Lehněte si na záda a zavřete oči. Uvolněte se, jako když ležíte večer v posteli a jste po celém dni unavení. Nebo jako když se v létě vyhříváte venku na sluníčku. Teď každý zvedne pravou ruku a zlehka si ji položí na břicho (hned pod oblouky žeber). Potom zvedneme levou ruku a položíme si ji na hrudník.

Pomalou a zhluboka dýchejte, nadechněte se pořádně, jako byste čichali k nějaké voňavé kytičce. Poté zase dlouze vydechněte, až se úplně vyfouknete, jako nafukovací balónek. Při každém výdechu se uvolněte, přesně jako byste byli ten balónek, který při vyfouknutí celý splaskne. Opět se nadechněte a vnímejte, jaká ruka se vám zvedá. Zvedá se vám spíš ta na břichu, nebo na hrudníku? Úplně vydechněte a s výdechem pozorujte opět své ruce. Která více klesá?

Pozn.: *Pozorujeme u dětí, která ruka se jim zvedá. Vedeme je k tomu, aby dýchaly do břicha.*

„Dítě by správně mělo cítit, že jeho břicho při nádechu klesá a vyklenuje se, zatímco hrudník se hýbe jen nepatrně. (...) Toto dýchání se nazývá brániční. Jestliže se dítěti při hlubokém nádechu zvedala ramena, rozšiřoval hrudník nebo zatahovalo břicho, nedýchalo uvolněně. Dýchání bránicí je přirozené, ale pokud v průběhu života dojde ke změně vzorců dýchání, může nějakou dobu trvat, než si ho znovu osvojíme. Jakmile se dítě naučí soustředit pozornost na bránici, všimne si, že mu toto uvolňující hluboké dýchání pomáhá, když se během dne potřebuje uklidnit. Poradte mu, aby s pomocí dvou nebo tří

uvolňujících nádechů a výdechů vědomě kontrolovalo úzkostné pocity, aby nepřesáhly hranice únosnosti“ (Plummer, 2013, s. 94, 95).

Tipy:

- Dítě si může dát na břicho svou oblíbenou hračku a pozorovat, jestli se hýbe.
- Správné zklidňující dýchání by mělo u dětí probíhat v poměru 6:3 (počítání do šesti - nádech, počítání do tří – vydržíme v nádechu, počítání do šesti – výdech, počítání do tří – vydržíme ve výdechu).

Relaxační cvičení

„Relaxační techniky můžeme děti naučit zábavnou formou. Jejich smyslem je zbavit se fyzického tlaku, emocionálně a psychicky se uvolnit a přijímat klidně sebe samé i své pocity. Výsledkem účinné relaxace je zpomalení metabolismu a snížení krevního tlaku a frekvence dýchání. Relaxace vyvolává subjektivní pocit klidu a emoční stability, a proto je skutečně zásadní, aby si děti tuto dovednost osvojily“ (Plummer, 2013, s. 28).

Inspirace:

Zde jsem použila opět dvě cvičení z výše jmenovaných publikací - Progresivní relaxace (Praško, 2008, s. 108), Cvičení Sněhulák a Relaxace a koncentrace (Plummer, 2013, s. 90 a 98).⁷

Cíle:

- *zbavení se fyzických projevů stresu a (z toho plynoucích) i psychických,*
- *uvědomění si vlastního těla, celkové uvolnění,*
- *prohloubení dýchání...*

Počet dětí: Celá třída

⁷ Vlastní komentáře a doplnění jsou v textu níže vyznačeny kurzívou.

Místo a čas:

- *Ve třídě/tělocvičně/doma – měli bychom vytvořit tiché a příjemné prostředí.*
- *Cvičení můžeme zvolit jako relaxaci po pohybové aktivitě, či jako celkového uvolnění např. před odpočíváním po obědě.*

Pomůcky: Karimatky/matrace (jakákoliv podložka, na které jsou děti zvyklé cvičit/odpočívat), deky (děti se rády při relaxaci zachumlají do deky – teplo a měkkost deky podporuje pocit uvolnění).

Průběh cvičení:

Děti si rozmístí po prostoru karimatky a uloží se na ně (mohou se přikrýt dekou). Mohou si lehnout na záda, nebo do polohy, která jim je pohodlná.

Komentář učitele:

Lehni si na podložku, tak jak je ti to příjemné a zavři oči. Představuj si, že jsi na nějakém místě, které máš rád, kde trávíš svůj volný čas a odpočíváš, kde je ti dobře. Soustřed' se na svoje chodidla, nejprve je propni (jako, když chodíš po špičkách) a poté je úplně uvolni. Co cítíš? Teplo/chlad/uvolnění? Pokračuj stejně u lýtek. Nejprve je zatni, jako, když chceš někam utíkat, nebo je protáhnout a poté uvolni, jako bys byl sněhulák, na kterého svítí po zimě sluníčko a on se celý roztaje a vpije se do země, jako ty do své podložky. Co při tom cítíš? Žádný pocit není špatně. Snaž se všechny své pocity vnímat a prožívat.

***Pozn.:** Podobným způsobem pokračujeme s dalšími částmi těla. Zaměříme se na dýchání a vedeme děti k jeho prohloubení a přesunutí do břicha (stejně jako v předchozím dechovém cvičení).*

Nakonec se soustřed' na svůj obličej. Představuj si, že je jaro, ležíš v trávě, svítí na tebe slunce, které zatím jenom hezky hřeje, ale nepálí. Ty se na to sluníčko chceš usmát, tak vytáhneš své čelo a úsměv se ti jakoby rozlévá po celém obličejí.

Nyní jsi celý uvolněný a cítíš, jak je tvé tělo už úplně bezvládné a těžké a jakoby vrůstalo a propadalo se do podložky, na které ležíš. Po celém těle se ti rozlévá příjemné teplo, odchází od tebe všechny starosti a napětí a je ti dobře, protože už tě nic netíží.

***Pozn.:** Následně necháme děti ještě alespoň chvíli odpočívat. Cvičení můžeme ukončit sdělením, že až budou chtít, pomalu otevřou oči, probudí se a vyrostou z té země, jako rostlina na jaře, na kterou poprvé svítí paprsky slunce.*

Cvičení na postupné odstranění fobie / strachu ze zvířat

Předchozí aktivity byly zaměřeny pouze na snížení (či odstranění) nepříjemných pocitů spojených se strachem. Následující cvičení se již věnuje postupnému odstranění samotné fobie/strachu.

Určení cílů a jejich postupné zvládnutí

Inspirace: V tomto cvičení jsem vycházela z aktivit, které s dětmi provádí doktorka Bělohávková (Bělohávková, 2015) při terapiích zaměřených na odstranění fobie. Já jsem si je mírně upravila, aby byla vhodná do prostředí MŠ či rodiny.⁸

Cíle:

- *rozvoj cílevědomosti- uvědomit si, čeho chci dosáhnout,*
- *schopnost rozdělit cestu k cíli na jednotlivé menší kroky a ty postupně plnit,*
- *postupné dosažení cíle, zvládnutí těžkých úkolů, v tomto případě zvládnutí vlastního strachu.*

Počet dětí: 1

Místo a čas:

- *Kdekoliv.*
- *Cvičení je dlouhodobé, dítěti by měl být poskytnut dostatečný časový prostor pro plnění jednotlivých kroků.*

Pomůcky:

- *Papír, tužka, pastelky, nálepky...*

⁸ Vlastní komentáře a doplnění jsou v textu níže vyznačeny kurzívou.

- *Pomůcky potřebné k jednotlivým krokům (záleží na vytyčeném cíli).*

Průběh cvičení:

Toto cvičení je založeno na počátečním rozhovoru s dítětem. Měli bychom zjistit, zda vůbec chce se svou fobií pracovat, zda se jí chce zbavit. Jelikož bez vnitřní motivace a vlastní iniciativy dítěte není tato aktivita účinná. Při úvodním rozhovoru probereme s dítětem, čeho se bojí a proč, jak se u něj strach projevuje apod.

Následně jej vyzveme, aby se zamyslelo nad tím, čeho by chtělo v tomto směru dosáhnout. Např. dítě, které má fobii z hadů považuje za nepředstavitelné se i jen na hada podívat, aniž by začalo křičet, či uteklo. Může být tedy jeho cílem zvládnout se podívat na hada v ZOO.

Komentář učitele:

Říkal jsi, že se bojíš hadů. Zkus se teď zamyslet nad tím, co by teď pro tebe bylo hodně těžké, ale rád bys to někdy zvládl? Co ti vadí na tom, že se bojíš hadů? Co myslíš, že je třeba se naučit (zvládnout), aby tě strach z hadů netrápil / v ničem neomezoval?

***Pozn.:** Když dítě určí nějaký cíl, zapíšeme ho (nebo namalujeme) společně na papír. Poté, co jsme si určili hlavní cíl, se zaměříme na kroky, které musíme zvládnout, než se nám povede ho splnit.*

Teď jsme si namalovali něco, co je pro tebe v současné chvíli hodně těžké, ale věřím, že jednou to určitě zvládneš. Avšak nic nejde hned, a aby se nám společně podařilo se až k tomuto velkému cíli dostat, musíme podstoupit několik kroků, které nám s tím pomůžou. Představ si schody. To, že se podíváš na hada v ZOO, je úplně až na tom nejvyšším schodu. Jenže od toho nás dělí ještě několik stupínků, protože my stojíme tady dole.

***Pozn.:** Namalujeme schody (s např. pěti stupínky) nahoru umístíme (napíšeme/namalujeme) náš cíl a dolů dítě namaluje samo sebe (jak se nyní vidí). Následně se domluvíme na jednotlivých mezistupních.*

Tak už jsme si nahoru dali tvůj cíl. Teď budeme muset vymyslet, co nás od tohoto cíle dělí. Zkus se zamyslet nad tím, jaké kroky musíš udělat k tomu, aby ses dostal až nahoru? Co

musíš nejprve udělat, aby ses zvládl podívat na živého hada v ZOO? Co teď považuješ za těžké, ale zase ne natolik, jako tvůj cíl?

***Pozn.:** Rozdělíme jednotlivé kroky k cíli – na každý schod jeden, tak, aby na nejnižším stupni bylo něco, co pro dítě není tolik obtížné, ale i přesto to nedělá (např. podívat se na fotku hada). Tyto kroky stupňujeme tak, aby se postupně blížily k cíli (např. na další schod umístíme úkol – podívat se na dokument o hadovi apod.).*

Na všech těchto stupních se domluvíme s dítětem. Ono samo si musí určit, jak velké budou kroky a kdy je připravené k dalšímu.

Motivace:

V tomto cvičení je velmi zásadní motivace, protože dítě během něho přece jen dělá něco, co mu úplně není příjemné.

- Je vhodné dítě motivovat slovy: „Ty jsi šéf. Ty vedeš všechny úkoly. Celé se to bude řídit podle toho, jak ti to bude vyhovovat, do ničeho se nenuť.“
- *Velmi důležitá je pochvala po každém splněném úkolu. Měla by být slovní, ale zároveň je třeba, aby dítě vidělo, že má daný úkol už splněný a bylo na to pyšné. Domluvíme se tedy na tom, že po každém splnění úkolu si může schod vybarvit, nebo polepit nálepkami.*

Pravidla:

Na začátku bychom si společně s dítětem měli určit vlastní pravidla, např.:

- Jednotlivé schody se nepřeskakují.
- Sám si určím, kdy můžeme přejít k dalšímu cvičení a když budu chtít přestat, nebo mi něco bude nepříjemné, hned to řeknu.
- Když se ještě na další cvičení necítím, budu zatím opakovat to, které už jsem zvládl.
- *Když se mi nějaký úkol podaří splnit, mohu si daný schod vybarvit / nalepit si na něj nálepku = medaili.*

Tipy:

- Jednotlivé kroky by neměly být moc velké, ani moc malé – neúspěch při náročných úkolech i příliš velké množství malých úkolů demotivuje dítě.
- Cíl by měl být reálný - přesto však každý nápad oceníme, ale snažíme se vést dítě k tomu, určovat si cíle, kterých se schopno dosáhnout.
- Při provádění jednotlivých úkolů je dobré občas dítě natočit, abychom mu později ukázali, kam až od začátku došlo. Někdy se také stane, že dítě úkol jednou provede, ale např. po týdnu zapomene, že ho lehce zvládl a opět má strach. V tomto případě nám video poslouží k tomu, abychom dítěti připomněli, že už úkol jednou zvládl a že to nebylo tak hrozné, jak si to nyní představuje.
- *Můžeme vyzvat dítě, aby na začátku namalovalo, jaké si myslí, že to bude, až to všechno zvládne. Obrázek poté vystavíme – představa úspěchu dítě motivuje.*
- *Také dítěti pomáhá si namalovat těžký úkol – jak si myslí, že to bude probíhat (např. v podobě komiksu), úkolem ho může provádět jeho oblíbená hračka, která mu vždy poradí, co má dělat a je mu oporou.*

VÝZKUMNÁ ČÁST

Ve svém výzkumném šetření jsem se inspirovala výzkumem Wiegertové a Felcmanové „Co děti chtějí a co ne“ (Wiegertová, Felcmanová In Strejčková, 2005). Ony se zaměřovaly na nejrůznější oblasti – od věcí po zvířata atd. Já jsem se zaměřila pouze na oblíbenost zvířat, přičemž jsem zvolila trochu specifitější výběr.

Vybrala jsem osm zvířat, která zastupují dvě skupiny:

1. zvířata, která považuji za všeobecně oblíbená (konkrétně: pes, kočka, andulka, králík),
2. zvířata, která považuji za (naší společností) ne příliš oblíbená (konkrétně: had, tarantule, potkan, netopýr).

Pro tento výběr jsem se rozhodla na základě výše zmíněného výzkumu⁹ a další literatury¹⁰ a na základě mých zkušeností s nejčastějšími fobiemi a strachy ze zvířat u dětí. Tyto zkušenosti jsem získala díky kontaktu s dětmi z mateřských škol v průběhu mých praxí. Avšak ať už to bylo pozorováním, či rozhovorem s dítětem, vždy to probíhalo poměrně neformální cestou. Nyní bych si ráda tyto získané informace pomocí objektivního výzkumu ověřila.

Zároveň bych ráda zmínila, že při výběru zástupců druhé skupiny jsem volila zvířata, která se často dětem jeví jako „zlá, ošklivá, nebezpečná“, ať už jsou k tomu vedeny v pohádkách (zlý čaroděj přeměněný v hada/netopýra...) či dospělými (babička, která klade pasti na myši a poučuje dítě o tom, že jsou špatné a přenáší nemoci). První skupina naopak obsahuje zvířata, která jsou mnohdy stejnými zdroji prezentována jako „milá, roztomilá, nápomocná člověku“ apod. (pohádka, kde je princezna zakletá do kočky, psi, kteří pomohou princovi vysvobodit princeznu atd.).

V neposlední řadě jsem se snažila vybrat ta zvířata, se kterými se dítě může poměrně běžně setkat např. ve své (či cizí) domácnosti, nebo zahradě.

⁹ V němž je zmíněna např. tarantule jako velmi neoblíbená a naopak kočka velmi oblíbená.

¹⁰ Např. Praško (2008) ve své knize hovoří o nejčastější fobii ze zvířat (a to především z hadů a myši a psů).

10 Cíle a hypotézy

Cíle výzkumné části:

1. Zjistit, jaký mají děti vztah k předem vybraným zvířatům. Zjistit, která z nich jsou u dětí oblíbená a která méně.
2. Zjistit, jaké jsou rozdíly ve vztahu k první skupině (pes, kočka, králík, andulka) a druhé skupině zvířat (tarantule, had, potkan, netopýr) u všech zkoumaných dětí.
3. Zjistit, jaké jsou rozdíly ve vztahu k první skupině (pes, kočka, králík, andulka) a druhé skupině zvířat (tarantule, had, potkan, netopýr) u dívek a chlapců.
4. Zjistit, jaké jsou rozdíly ve vztahu k první skupině (pes, kočka, králík, andulka) a druhé skupině zvířat (tarantule, had, potkan, netopýr) u dětí navštěvujících běžnou MŠ a dětí, které jsou vzdělávány v MŠ s environmentálním zaměřením.
5. Zjistit, zda se vztah dětí k první skupině (pes, kočka, králík, andulka) a druhé skupině zvířat (tarantule, had, potkan, netopýr) mění s rostoucím věkem.

Hypotézy:

1. Rozdělení zvířat do skupin je signifikantní. Tj. děti nevyjadřují svůj vztah ke všem zvířatům stejně. Zvířata z první skupiny (pes, kočka, králík, andulka) budou označována za více oblíbená. Naopak zvířata z druhé skupiny (tarantule, had, potkan, netopýr) budou méně oblíbená.
2. Rozdíl v oblíbenosti skupin zvířat je u dívek výraznější.¹¹
3. Rozdíl v oblíbenosti skupin zvířat je u dětí z běžné MŠ markantnější.¹²
4. Věk nemá na sledované skutečnosti vliv.

¹¹ Tzn. druhá skupina zvířat (tarantule, had, potkan, netopýr) bude u dívek méně oblíbená. První skupina (pes, kočka, králík, andulka) bude oblíbená u chlapců i dívek stejně.

¹² Tzn. u dětí z ekologické MŠ bude druhá skupina zvířat (tarantule, had, potkan, netopýr) více oblíbená než u dětí z běžné MŠ. První skupina zvířat (pes, kočka, králík, andulka) bude oblíbená u dětí z běžné i ekologické MŠ stejně.

11 Metodika a postup řešení

Metoda výzkumu: Výzkum je založený na přímém, nezúčastněném pozorování předem určené činnosti dítěte, průběžném zaznamenávání jeho volby do strukturovaného archu a následném rozhovoru o jeho rozhodnutí. Výsledky jsem kvantitativně zpracovala do grafů.

Místo:

- **MŠ Dolinka** – součást Základní školy a mateřské školy K Dolům v Praze 12 (státní mateřská škola na okraji Prahy se ŠVP bez environmentálního zaměření)
- **MŠ Semínko, o. p. s.** – Toulcův dvůr (ekologicky zaměřená mateřská škola)

Časové rozmezí:

- **MŠ Dolinka** – březen (v průběhu jednoho týdne, zpravidla ráno nebo odpoledne při volné hře)
- **MŠ Semínko** – duben (v průběhu jednoho dne, odpoledne při volné hře)

Výzkumný vzorek:

MŠ Dolinka	
Počet:	60
věk:	3 – 6 let
chlapci:	30
dívky:	30

MŠ Semínko	
počet:	26
věk:	3 – 6 let
chlapci:	11
dívky:	15

Průběh výzkumu:

Pro svůj výzkum jsem použila aktivitu „Co chci a co nechci doma“ (viz kap. 8 Zjišťování vztahu dětí ke zvířatům, s. 29). Výzkum jsem s dětmi prováděla individuálně.¹³

¹³ Níže popisuji průběh aktivity. Můj komentář k dítěti je psán běžným písmem. To, co při komentáři provádím a mé poznámky, jsou vyznačeno kurzívou.

Komentář:

Před dítě jsem postavila dvě krabice (foto viz Příloha). Podívej se, tady mám dvě krabice. Jedna je polepená stébly trávy a představuje přírodu (např. les, nebo louku apod.), ve které zvířata žijí. Druhá krabice vypadá jako domeček.

A potom tady mám obrázky zvířat, znáš všechny z nich? *Rozložím obrázky zvířat (perokresby a fotky). Já bych po tobě teď chtěla, abys tyhle obrázky zvířat roztřídil do krabic tak, že do domečku dáš ta zvířata, která by sis třeba rád pohladil, nebo je nakrmil, nebo by ses na ně chtěl třeba i jen podívat, nebo se o ně i možná starat doma. Do druhé krabice dej potom ta zvířata, která by sis nechtěl pohladit, ani je mít doma a ani se na ně třeba i jen podívat. Ta zvířata dáme sem do krabice se stébly trávy – do přírody. Myslíš, že to sám zvládneš, nebo to zkusíme spolu?*

***Pozn.:** Mezitím co dítě třídí obrázky zvířat, si zapisuji jeho komentář. Pokud dítě svůj výběr nijak nekomentuje, vysypu na závěr obrázky na dvě hromádky a probereme, proč se rozhodl, že např. andulku necháme v přírodě apod. Rozhovor o výběru je nutný, abych měla jistotu, že zvíře u dítěte skutečně je/není oblíbené a že jeho rozhodnutí není ovlivněné např. pouze tím, že se mu zrovna ten konkrétní obrázek nelíbí.*

Podíval by ses se mnou ještě na nějaká videa s těmi zvířaty, o kterých jsme si teď povídali? *Pokud dítě souhlasí, vezmu si notebook a pouštím postupně videa s jednotlivými zvířaty. Dítě má opět ten samý úkol – roztřídít je podle předchozích kritérií.*

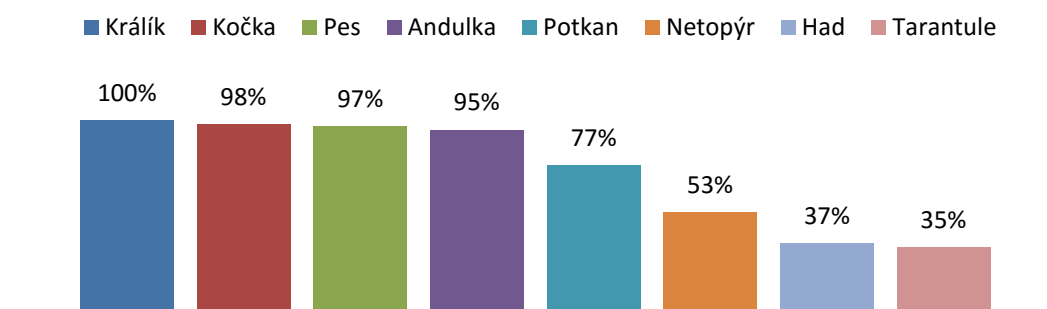
Didaktická pomůcka (viz Příloha):

- **Zalaminované obrázky zvířat** (fotky, perokresby) – u zvířat jsem se snažila zachovat poměr velikostí odpovídající realitě. Obrázky jsem volila spíše neutrální (bílé pozadí, zvíře stojící / sedící neprojevující emoce).
- **Videa zvířat** - sestříhaná, cca dvacetisekundová. Záměrně jsem vybírala záběry, kde je zvíře v prostředí, kde se s ním dítě může nejčastěji setkat (pes na louce, andulka v pokoji na kleci, had v teráriu...).
- **2 krabice** – jedna polepená papírovými stylizovanými stébly trávy, na druhé je nalepený papír s nakresleným, taktéž stylizovaným, domečkem.

12 Výsledky výzkumu

12.1 Oblíbenost předem vybraných zvířat dětmi:

Odpovídalo celkem 86 dětí (60 z MŠ Dolinka, 26 z MŠ Semínko) z toho celkem 41 chlapců a 45 dívek (z MŠ Dolinka 30 chlapců a 30 dívek, z MŠ Semínko 11 chlapců a 15 dívek).

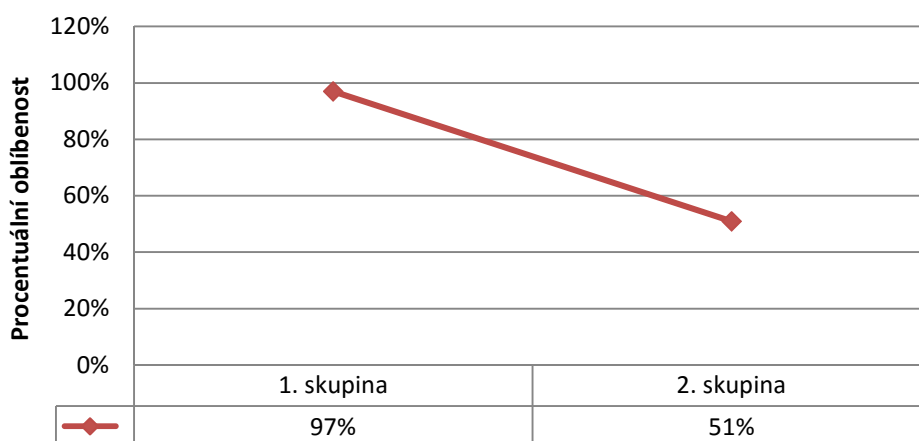


Obr. č. 1 Popis obrázku: Celková oblíbenost zvířat (odpovídalo celkem 86 dětí předškolního věku)

Nejvíce záporných hlasů ze všech zvířat dostali had a tarantule. Děti tuto volbu odůvodňovaly vždy podobně: „Bojím se ho.“ „Kouše.“ „Je slizký/chlupatý/ošklivý...“, ale také se objevovaly odpovědi, které již očividně nasvědčovaly naučenému strachu: „Maminka se pavouků bojí a já je taky moc nemusím.“ „Tatínek mi vyprávěl, jak ho kousla zmijs, tak se jich trochu bojím,“ apod. Nejoblíbenějším zvířetem byl králík, o kterém děti říkaly, že je: „heboučkový, maličký, roztomilý,“ apod.

12.2 Rozdíl ve vztahu k první skupině (pes, kočka, králík, andulka) a druhé skupině zvířat (tarantule, had, potkan, netopýr) u všech dětí:

Odpovídalo celkem 86 dětí (60 z MŠ Dolinka, 26 z MŠ Semínko) z toho celkem 41 chlapců a 45 dívek (z MŠ Dolinka 30 chlapců a 30 dívek, z MŠ Semínko 11 chlapců a 15 dívek).

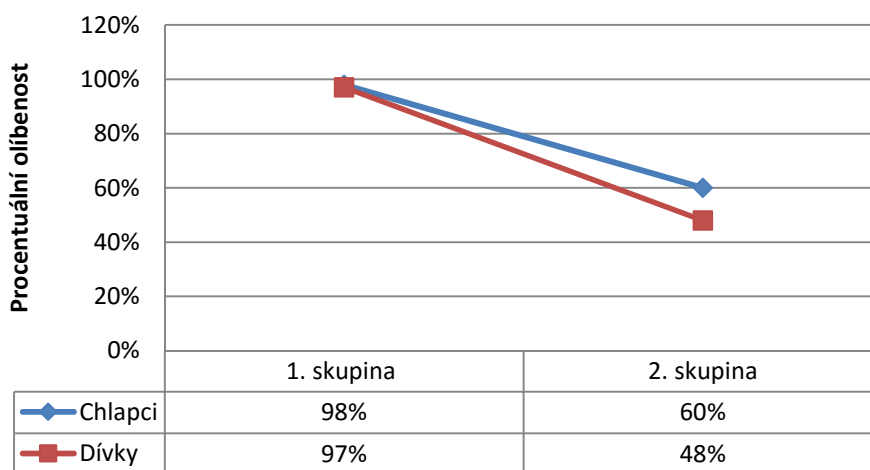


Obr. č. 2. Popis obrázku: Porovnání oblíbenosti skupin

Zvířata patřící do první skupiny (pes, kočka, králík, andulka) jsou velice oblíbená, jejich oblíbenost je téměř stoprocentní. U druhé skupiny (tarantule, had, potkan, netopýr) pak můžeme pozorovat výrazně nižší oblíbenost.

12.3 Rozdíl ve vztahu k první skupině (pes, kočka, králík, andulka) a druhé skupině zvířat (tarantule, had, potkan, netopýr) u dívek a chlapců:

Odpovídalo celkem 86 dětí (60 z MŠ Dolinka, 26 z MŠ Semínko) z toho celkem 41 chlapců a 45 dívek (z MŠ Dolinka 30 chlapců a 30 dívek, z MŠ Semínko 11 chlapců a 15 dívek).

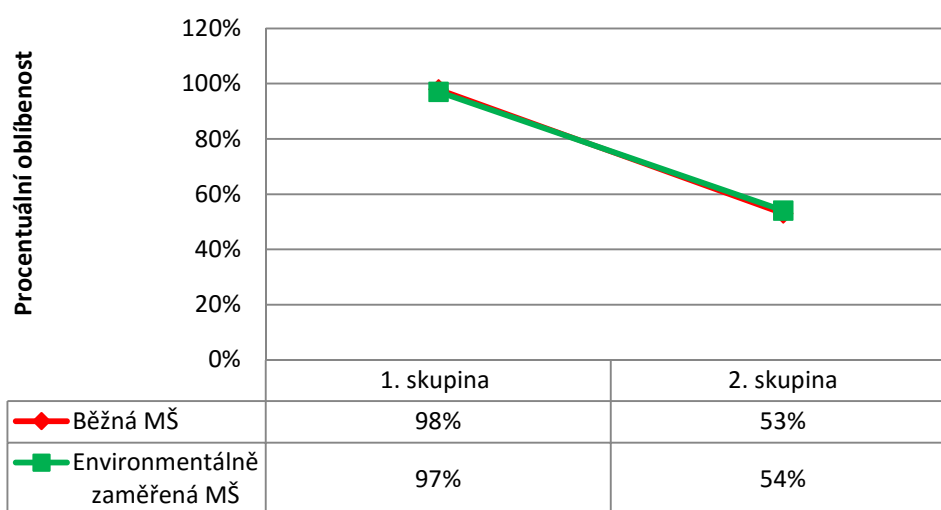


Obr. č. 3 Popis obrázku: Porovnání oblíbenosti skupin u dívek a chlapců

Oblíbenost zvířat první skupiny je u chlapců i dívek vysoká (téměř 100%). Oblíbenost zvířat druhé skupiny je u chlapců přibližně o 10% vyšší než u dívek. Z pozorování při výzkumných aktivitách bylo zjištěno, že dívky se při svém výběru více než chlapci zaměřovaly na vzhled zvířete. Obrázky komentovaly: „Králíček je roztomilý, heboučkový. Pavouk je hnusný, chlupatý.“ Jinak se většina odpovědí točila kolem někdy až přehnaných obav z určitých zvířat: „Když had syčí, chce mě kousnout. Má velké, jedovaté zuby a je zlý.“ Tyto děsivé představy šly občas až do extrémů: „Když se dotknete pavouka, tak vám naskáče hrozná vyrážka a může vám pak odumřít ruka.“ Na těchto odpovědích se zcela očividně odráží špatná informovanost dětí a z toho plynoucí nereálné představy o zvířatech.

12.4 Rozdíl ve vztahu k první skupině (pes, kočka, králík, andulka) a druhé skupině zvířat (tarantule, had, potkan, netopýr) u dětí navštěvujících běžnou MŠ a dětí, které jsou vzdělávány v MŠ s environmentálním zaměřením:

Odpovídalo celkem 86 dětí (60 z MŠ Dolinka, 26 z MŠ Semínko) z toho celkem 41 chlapců a 45 dívek (z MŠ Dolinka 30 chlapců a 30 dívek, z MŠ Semínko 11 chlapců a 15 dívek).

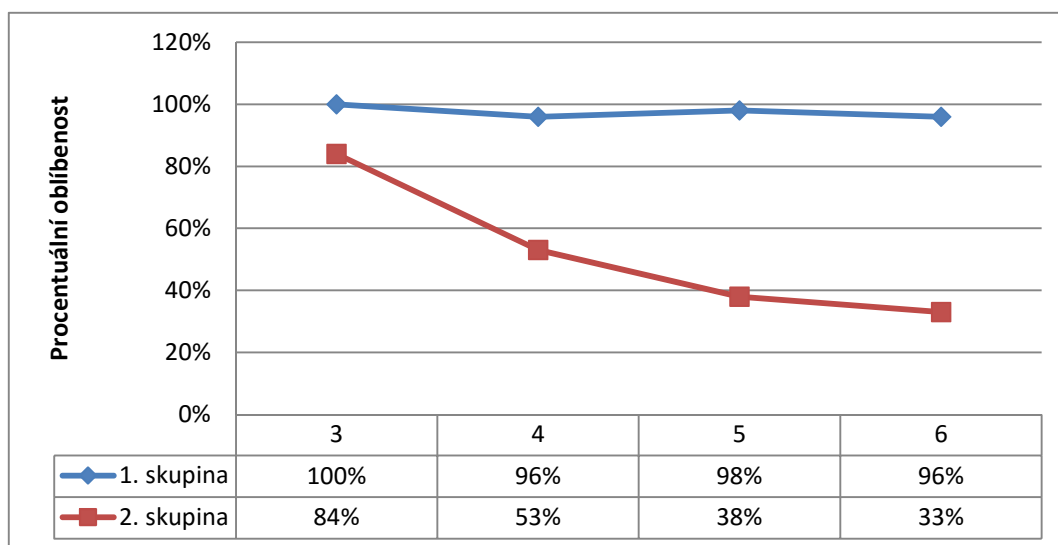


Obr. č. 4 Popis obrázku: Porovnání oblíbenosti skupin u dětí z běžné a ekologické MŠ

V porovnání běžné a environmentálně zaměřené MŠ nebyl prokázán rozdíl v oblíbenosti jednotlivých skupin. Rozdíly byly nevýznamné (1%). Děti svůj výběr komentovaly: „Pejsky mám rád, jsou moc hodní.“ „Králíčka máme doma, vždycky ho s maminkou večer krmíme a myšky mám taky ráda, jsou hezky heboučké,“ nebo naopak více negativně: „Maminka se hadů bojí a já je taky nemám ráda.“ „Vždycky, když babička vidí myš, vyskočí na gauč, aby jí nekousla. Já taky vždycky skáču, myslím, že myši docela hodně koušou a teče potom krev.“ „Rodiče mi vyprávěli, že dědu jednou kousla zmiže a museli ho vést do nemocnice, jinak by ho ten jed zabil. Já se vždycky v lese hrozně bojím, že tam nějaká bude, tak hodně dupu, aby utekly.“

12.5 Vývoj vztahu dětí k první skupině (pes, kočka, králík, andulka) a druhé skupině zvířat (tarantule, had, potkan, netopýr) s rostoucím věkem:

Odpovídalo celkem 86 dětí (60 z MŠ Dolinka, 26 z MŠ Semínko) z toho celkem 41 chlapců a 45 dívek (z MŠ Dolinka 30 chlapců a 30 dívek, z MŠ Semínko 11 chlapců a 15 dívek).



Obr. č. 5 Popis obrázku: Oblíbenost zvířat v závislosti na věku

Oblíbenost první skupiny zvířat stagnuje nezávisle na věku. Kladný vztah k druhé skupině s rostoucím věkem diametrálně klesá.

12.6 Potvrzení hypotéz:

Hypotéza	Výsledek
Rozdělení zvířat do skupin je signifikantní. Tj. děti nevyjadřují svůj vztah ke všem zvířatům stejně. Zvířata z první skupiny (pes, kočka, králík, andulka) budou označována za více oblíbená. Naopak zvířata z druhé skupiny (tarantule, had, potkan, netopýr) budou méně oblíbená.	Ano
Rozdíl v oblíbenosti dvou skupin zvířat je u dívek výraznější. ¹⁴	Ano
Rozdíl v oblíbenosti skupin zvířat je u dětí z běžné MŠ markantnější. ¹⁵	Ne
Věk nemá na sledované skutečnosti vliv.	Ne

¹⁴ Tzn. druhá skupina zvířat (tarantule, had, potkan, netopýr) bude u dívek méně oblíbená. První skupina (pes, kočka, králík, andulka) bude oblíbená u chlapců i dívek stejně.

¹⁵ Tzn. u dětí z ekologické MŠ bude druhá skupina zvířat (tarantule, had, potkan, netopýr) více oblíbená než u dětí z běžné MŠ. První skupina zvířat (pes, kočka, králík, andulka) bude oblíbená u dětí z běžné i ekologické MŠ stejně.

DISKUZE

V posledních letech si čím dál tím víc všímám toho, jak se mění celkový přístup dětí k přírodě a jejich vztah k ní.¹⁶ Pozoruji, že se stále více objevují obavy až strach z tohoto (jim bohužel mnohdy neznámého) prostředí. U malých (např. ročních či dvouletých) dětí můžeme pozorovat přirozenou touhu objevovat a prožívat přírodu všemi svými smysly. Děti mají potřebu si na všechno sáhnout, vše ochutnat, prozkoumat, avšak s rostoucím věkem a zkušenostmi se tato potřeba dostává do pozadí. To je poměrně logické, avšak proč se čím dál tím častěji mění ve strach?

Ve výsledcích mého výzkumu můžeme pozorovat propad kladného vztahu dětí ke zvířatům v závislosti na rostoucí věk. Čím jsou mí respondenti starší, tím více se mnoha zvířat bojí či štítí. Je celkem pochopitelné, že dítě, které se do přírody nemá jak dostat (nebo se do ní dostane pouze výjimečně), může být v momentě prvního kontaktu s ní uveden do nepříjemné situace. Příroda je pro něj neznámá, nemá k ní vztah, a pokud je již dítě starší může mít problém si tento vztah dodatečně vytvořit. Zvlášť za podmínek, kdy za svými zády neustále slyší vystrašené povely rodičů: „Tohle nedělej.“ „Nelez tam, spadneš.“ „Pozor na tu vysokou trávu! Jsou v ní samá klíšťata!“ „Nechod' k té vodě moc blízko, určitě tam zahučíš.“ Toto nejsou mnou vymyšlené fráze, ale zcela reálné situace a reakce rodičů. Rodiče mají v poslední době pocit, že když dítě vyleze na strom, musí zákonitě spadnout. Dokonce jsem minulý týden viděla babičku se svým vnoučetem, která na něj křičela: „Honzíku! Nesmíš běhat! Když budeš běhat, spadneš a rozbiješ si hlavu o kámen a budeme volat sanitku, tak jako mamince.“ Vyděšené dítě ihned zastavilo, vzalo babičku za ruku a opatrně a pomalu našlapovalo na teď již smrtelně vyhlížející zem. Ne jinak je tomu i v případě zvířat: „Nesahej na toho psa, nebo tě kousne.“ „Hada se nikdy nesmíš dotýkat, mohl by se leknout a uštknout tě.“ „Potkani jsou špinaví a zlí.“

Výsledky o klesajícím kladném vztahu ke zvířatům s rostoucím věkem podporují teorii, že strach a biofobie není vrozený, nýbrž naučený strach, který se s rostoucím věkem

¹⁶ Poukazuje na to i mnoho odborníků, např. Krajhanzl (2009), Strejčková (2005), Jančaříková (2005), White (2008) ad.

prohlubuje. Potvrzují se tím teorie, které považují biofobii za strach, který se naučíme od svého okolí (nejčastěji nejbližších příbuzných).¹⁷

Špatný vztah ke zvířatům u dětí však nemají na svědomí jen rodiče. Jak je vidět i z mého výzkumu, jsou zvířata, která jsou z nějakého důvodu většinovou společností neustále dehonestována – např. had a pavouk. Jen málokdo má tato zvířata rád a není se čemu divit. Již od narození děti koukají na pohádky, kde je zlý čaroděj, který se přeměňuje na hada. Princ, který je potrestaný čarodějnicí a je přeměněn do ošklivého pavouka. Ale nejen to, jsou i pohádky (pro trochu starší děti), kde se tato zvířata zobrazují v nadměrných velikostech a snaží se zabít a sníst hlavního hrdinu či mu při nejmenším ošklivě ublížit. Jak má malé dítě, které shlédne film, kde obří pavouk se silnými klepety honí hlavního hrdinu, mít k pavoukům potom dobrý vztah? Tato tendence je ve výsledcích mého výzkumu zcela očividná a to ve výrazně nižší oblíbenosti druhé skupiny zvířat (konkrétně: tarantule, had, potkan, netopýr) vzhledem k první (konkrétně: pes, kočka, andulka, králík).

Byla jsem přesvědčená, že alespoň mateřská škola jakožto vzdělávací instituce v tomto směru dítěti poskytne objektivní a reálný pohled, ale málokdy tomu tak je a bohužel málokdy to stačí. Jak je vidět, i v ekologicky zaměřené MŠ (kde cíleně rozvíjejí vztah dětí ke všem zvířatům) je tendence k menší oblíbenosti těchto zvířat. I samotné paní učitelky byly z výsledku výzkumu překvapené. Avšak stále má i v této oblasti největší vliv rodina. Po následném rozhovoru s dětmi jsem skutečně mohla vidět, že děti, které jsou i doma takto vedené, mají vztah k přírodě velmi pěkný. Samozřejmě i do ekologických školek chodí děti rodičů, kteří k přírodě nemají příliš blízko, či se třeba i jen nějakého zvířete bojí a (mnohdy i nevědomky) svůj strach přenáší na svoje potomky.

Poměrně často se v mém výzkumném šetření také objevovala odpověď, že hadi jsou slizcí, pavouci „hnusní“ apod. Tento názor děti musely od někoho či skrz něco získat. Odůvodňují si to např. tím, že hračky pavouků i hadů jsou často vyráběny tak, aby jimi majitel mohl ostatní vylekat (obvykle se nečekaně pohnou, nebo jsou z gumy potažené slizem). Z těchto upravených a nereálných ztvárnění zvířat si děti potom mohou vytvořit představu, že i živý had musí být slizký, lepivý a pavouk skáče do výšky a ze všeho nejvíc si přeje skočit právě na ně a vylekat je. Je důležité zmínit, že se tyto odpovědi výrazně více

¹⁷ Mluví o ní např. Praško (2008), Torgersen (1983), Seligman (In Praško, 2008) či Marks (1987).

objevovaly u dívek než u chlapců. Zároveň bylo z jejich komentářů mnohem častěji patrné, že zvířata nejen nemají rády, ale také z nich mají strach.¹⁸ To potvrzuje výzkumy, které zmiňuje např. Praško (2008), které říkají, že fobie jsou častější u žen než u mužů.

Když přemýšlím o otázce, proč se děti stále více bojí zvířat, přichází mi na mysl další a další možné důvody. Může jich být skutečně mnoho a my, jakožto vychovatelé dětí a jejich průvodci životem, bychom se na ně měli snažit přijít a zamyslet se nad tím, co dělat, abychom je odstranili. Aby se naše společnost konečně přestala dále přírodě odcizovat, ale chápala se jako její součást.

¹⁸ To doložím na příkladu reakce jedné dívky při spuštění videa s hadem: „Fuj! Vypni to,“ vzdaluje se od notebooku. „Nechci se na to dívat, nesnáším ho,“ říká téměř plačtivě. Když jsem video vypla, nedůvěřivě se vrací zpět a říká: „Už to nebudeš pouštět? Já se ho hrozně bojím.“ Jiná dívka mne pak hned na začátku přehrávání videí poprosila, ať jí vůbec nepouštím tarantuli, že ji nechce vidět, že se jí bojí.

ZÁVĚR

Tato práce se věnuje problematice vztahu dětí ke zvířatům. V teoretické části se zaměřuji na strach a fobii ze zvířat (biofobii) u dětí předškolního věku. Snažím se stručně obsáhnout problematiku fobie a strachu jak obecně, tak se zaměřením na děti a specifickou fobii ze zvířat. Dále se věnuji, v posledních letech stále více aktuálnímu fenoménu, odcizování přírodě a jeho možným příčinám. V neposlední řadě jsem se snažila vyzdvihnout pozitivní vliv zvířete na psychický i fyzický vývoj dítěte a dále také specifika environmentální výchovy, zaměřené na vztah dětí ke zvířatům, v předškolním vzdělávání.

Praktickou část jsem pojala jako soubor aktivit, které obecně podporují vztah ke zvířatům a zároveň pracují se strachem či přímo fobií z nich. Aktivity jsem vybrala a rozdělila na tři části. V první části se věnuji prevenci vzniku fobie ze zvířat u předškolních dětí. Jsou v ní popsány činnosti, které podporují vztah dětí ke zvířatům a obecně přírodě a dají se využít jak doma, tak v prostředí MŠ. V další části se zaměřuji na zjištění vztahu dětí ke zvířatům a možné objevení fobie či zatím pouze strachu ze zvířat, se kterým můžeme dále pracovat, aby ve fobii nepřerostl. Cvičení v této části jsou již více individuální a jsou založena na rozhovoru s dítětem. V poslední části popisuji, jak se dá pracovat s dítětem, u kterého je buď již diagnostikována fobie či u něj zatím pouze pozorujeme výrazný strach z určitého zvířete. Aktivity jsou zaměřené na vypořádání se stresem, na odbourání strachu a podporu postupného odstranění fobie (kterou by měli rodiče a pedagogové podpořit práci psychologa). Zároveň, zde popisuji různá dechová cvičení a relaxace, která dětem v krizové situaci pomohou zachovat klid.

Ve výzkumné části poté sleduji vztah dětí ke zvířatům, přičemž se snažím vyzdvihnout určité tendence v oblíbenosti jednotlivých zvířat - určila jsem čtyři zvířata, u kterých si myslím, že oblíbená budou (první skupina) a čtyři, u kterých se domnívám, že oblíbená nebudou (druhá skupina). Na začátku výzkumného šetření jsem si vytyčila několik cílů: zjistit vztah dětí k (mnou předem vybraným) zvířatům, dále pak zjistit zda jsou nějaké rozdíly v oblíbenosti první a druhé skupiny zvířat nejprve u všech zkoumaných dětí a následně s ohledem na pohlaví, věk a zaměření MŠ, do které dítě dochází. Zaměřila jsem se, více než na samotnou oblíbenost jednotlivých zvířat, spíše na viditelný rozdíl mezi oblíbeností první a druhé skupiny. Tento rozdíl nám, dle mého názoru, může více osvětlit možný důvod vzniku fobie.

Výsledky výzkumu některé z mých hypotéz potvrdily, jiné vyvrátily. Ukazují téměř poloviční oblíbenost druhé skupiny ke skupině první. Dále pak, že se u dětí s rostoucím věkem rozdíl mezi oblíbeností dvou skupin zvětšuje (což odkazuje na vliv věku dětí na jejich vztah ke zvířatům). Zde se nepotvrzuje můj předpoklad, že tento vliv nebude natolik významný, aby ovlivnil výsledky. Výzkumem jsem se přesvědčila, že je vliv věku na vztah ke zvířatům zcela očividný a ve výsledcích patrný. Část výzkumného šetření, která se zaměřuje na vliv pohlaví, naznačuje, že dívky mají větší sklony ke strachu a neoblíbenosti zvířat z druhé skupiny. Zde se má hypotéza potvrdila. Nepotvrzení hypotézy, že v MŠ Semínko budou mít děti lepší vztah ke zvířatům druhé skupiny, je ovšem velice zajímavým zjištěním. Rozdíl od běžné MŠ byl zcela minimální a je z něj patrné, že mateřská škola nemá na vztah ke zvířatům tak zásadní vliv, jako rodina.

V odpovědích dětí se zrcadlil jak vliv blízkého okolí, tak většinové společnosti a její kultury. Méně často jsem z odpovědi rozpoznala možnou traumatickou příčinu (viz kap. 12 Výsledky výzkumu).

Bakalářská práce pro mne byla zajímavou zkušeností a velkým přínosem. Obohatila mé zkušenosti a domněnky o teoretické znalosti a rozšířila mi obzory v problematice, která je v současné době velmi aktuální.

SEZNAM POUŽITÝCH INFORMAČNÍCH ZDROJŮ

Použitá literatura:

BARLOW, David H. *Anxiety and its disorders: the nature and treatment of anxiety and panic*. New York: Guilford Press, 1988. ISBN 1572304308.

BECK, Aaron T., Gary EMERY a Ruth L. GREENBERG. *Anxiety disorders and phobias: a cognitive perspective*. New York: Basic Books, 2005. ISBN 0-465-00587-X.

GALAJDOVÁ, Lenka a Zdenka GALAJDOVÁ. *Canisterapie: pes lékařem lidské duše*. Praha: Portál, 2011. ISBN 978-80-7367-879-1.

HELLSTRÖM, Kerstin. *Brief cognitive behavioral treatment in specific phobias*. Uppsala: Uppsala University, 1996. Acta Universitatis Upsaliensis. ISBN 91-554-3678-1.

JANČAŘÍKOVÁ, Kateřina a Jana HAVLOVÁ. *Činnosti se zvířaty v předškolním vzdělávání*. Praha: Raabe, 2014. ISBN 978-80-7496-166-3.

JANČAŘÍKOVÁ, Kateřina a Magdaléna KAPUCIÁNOVÁ. *Činnosti venku a v přírodě v předškolním vzdělávání*. Praha: Raabe, 2013. Komplexní metodiky jednotlivých oblastí předškolního vzdělávání. ISBN 978-80-7496-071-0.

JANČAŘÍKOVÁ, Kateřina a Jana BRAVENCOVÁ. *Vyučování za pomoci malých živočichů: příručka k projektu Alma Mater Studiorum*. Praha: UK v Praze, Pedagogická fakulta, 2010. ISBN 978-80-7290-455-6.

KING, Neville J. *Children's phobias: a behavioural perspective*. Chichester: J. Wiley, 1988. ISBN 0-471-10276-8.

MAVISSAKALIAN, Matig, ed. a BARLOW, David H., ed. *Phobia: psychological and pharmacological treatment*. New York: The Guilford Press, 1981. ISBN 0-89862-602-1

PRAŠKO, Ján, Hana PRAŠKOVÁ a Jana PRAŠKOVÁ. *Specifické fobie*. Praha: Portál, 2008. Rádci pro zdraví. ISBN 978-80-7367-300-0.

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

STREJČKOVÁ, Emilie. *Děti, aby byly a žily*. Praha: Ministerstvo životního prostředí, 2005. ISBN 80-7212-382-3.

Použité elektronické zdroje:

Asociace lesních MŠ [online]. [cit. 2016-24-02]. Dostupné z: www.lesnims.cz

Behaviorismus a jeho předchůdci. *Studium psychologie* [online]. 2016 [cit. 2016-05-25]. Dostupné z: <http://www.studium-psychologie.cz/dejiny-psychologie/3-behaviorismus-a-jeho-predchudci.html>

Český portál ekopsychologie: *O vztahu k přírodě a životnímu prostředí* [online]. 2007 [cit. 2016-03-07]. Dostupné z: <http://www.ekopsychologie.cz/>

HANZLOVSKÝ, M. *Fobie u dětí*. In: Celostní medicína [online]. [cit. 2015-12-2]. Dostupné z: <http://www.celostnimedicina.cz/fobie-u-deti.htm>

HUČÍN, J. a Š. STRAKOVÁ. (2000). *Zvíře pomáhá najít vztah k lidem*. In: Rodina [online]. [cit. 2015-12-10]. Dostupné z: <http://www.rodina.cz/scripts/printpreview.asp?id=697>

JANČAŘÍKOVÁ, Kateřina. (2005). *Přírodovědná inteligence: Příspěvek k vyučování a hodnocení přírodovědných předmětů na prvním stupni základní školy v ČR*. In: Environmentální výchova a vzdělávání [online]. [cit. 2016-03-06]. Dostupné z: <http://cevv-uk-pedf.blog.cz/0901/prirodovedna-inteligence-2005>

KRAJHANZL, J., a. kol. (2009). *Člověk + příroda = udržitelnost? Texty o proměně vztahů lidí k přírodě, environmentální výchově a udržitelnosti* [online]. Praha [cit. 2016-8-01]. Dostupné z: http://www.zelenykruh.cz/wp-content/uploads/2015/01/300409_clovek-priroda_fin.pdf

MARKS, Isaac Meyer. (1987). *Fears, phobias, and rituals: panic, anxiety, and their disorders* [online]. New York: Oxford University Press. Dostupné z: <http://site.ebrary.com/lib/natl/Doc?id=10142034>.

TORGERSEN, S. (1983) *Genetic factors in anxiety disorders*. In: *Jama Psychiatry* [online]. [cit. 2015-12-06]. Dostupné z: <http://archpsyc.jamanetwork.com/article.aspx?articleid=493163>

WHITE, R. a V. L. STOECKLIN. (2008). *Nuturing Children's Biophilia: Developmentally Appropriate Environmental Education for Young Children*. In: *White Hutchinson Leisure and Learning group* [online]. [cit. 2015-12-07]. Dostupné z: <https://www.whitehutchinson.com/children/articles/nurturing.shtml>

Ústní sdělení:

BĚLOHLÁVKOVÁ, Lucie. *Ústní sdělení*. (2015-10-01).

Matka pětiletého chlapce s diagnostikovanou fobií ze psů. *Ústní sdělení*. (2015-11-02).

- Respondentka chtěla zůstat anonymní.

PANAMÁ, José Leonardo Arias. *Ústní sdělení*. (2015-9-20).

Použité zdroje citované v Přílohách práce:

Příloha č. 3:

Obr. č. 1: *Dailymail* [online]. [cit. 2016-01-12]. Dostupné z:

http://i.dailymail.co.uk/i/pix/2012/09/05/article-0-143E3461000005DC-452_468x286.jpg

Obr. č. 2: *ColorLuna* [online]. [cit. 2016-06-09]. Dostupné z:

<http://www.colorluna.com/wp-content/uploads/2014/02/Giant-Tarantula-Spider-Coloring-Page.jpg>

Obr. č. 3: *HappyZOO* [online]. [cit. 2016-01-12]. Dostupné z:
<http://www.happyzoo.cz/fotocache/artBig/gallery%2FAndulka%20vlnkovan%C3%A1%2FAndulka%20vlnkovana%204.jpg>

Obr. č. 4: *ColoringSun.com* [online]. [cit. 2016-01-12]. Dostupné z:
<http://www.coloringsun.com/awesome-drawing-of-parakeet-coloring-page/awesome-drawing-of-parakeet-coloring-page/>

Obr. č. 5: *Potkani domácí* [online]. [cit. 2016-01-12]. Dostupné z:
<http://www.potkanidomaci.cz/wp-content/uploads/2012/12/08.jpg>

Obr. č. 6: *How2drawanimals* [online]. [cit. 2016-01-12]. Dostupné z:
<http://how2drawanimals.com/images/Rat/draw-rat-18.jpg>

Obr. č. 7: *Abicko* [online]. [cit. 2016-01-12]. Dostupné z:
http://img.abicko.cz/img/5/article/561841_netopyr.jpg

Obr. č. 8: *SuperColoring* [online]. [cit. 2016-01-12]. Dostupné z:
http://www.supercoloring.com/sites/default/files/styles/how_to_draw_medium/public/htd/2015/07/bat-0-how-to-draw.png

Obr. č. 9: *Science-all* [online]. [cit. 2016-01-12]. Dostupné z: <http://science-all.com/images/wallpapers/rabbit-image/rabbit-image-9.jpg>

Obr. č. 10: *Voteforverde* [online]. [cit. 2016-01-12]. Dostupné z:
<http://voteforverde.com/free-coloring-media-9884/>

Obr. č. 11: *Snaketype* [online]. [cit. 2016-01-12]. Dostupné z:
<http://www.snaketype.com/wp-content/uploads/Corn Snake or Red Rat Snake Sliding 600.jpg>

Obr. č. 12: *Images.hellokids* [online]. [cit. 2016-01-12]. Dostupné z:
http://images.hellokids.com/_uploads/_tiny_galerie/20090313/snake-totem-coloring-page-source_kqm.jpg

Obr. č. 13: *Warrenphotographic* [online]. [cit. 2016-01-12]. Dostupné z:
<http://www.warrenphotographic.co.uk/photography/big/05323-Striped-tabby-cat-sitting-white-background.jpg>

Obr. č. 14: *Pd4pic* [online]. [cit. 2016-01-12]. Dostupné z:
http://www.pd4pic.com/images800_/cat-drawing-sitting-pet-animal-tail-mammal.png

Obr. č. 15: *Zviratadoma* [online]. [cit. 2016-01-12]. Dostupné z:
http://pes.zviratadoma.cz/repository/layout/obrazky_zvirat/pes2.png

Obr. č. 16: *Singspecialist* [online]. [cit. 2016-01-12]. Dostupné z:
<http://www.signspecialist.com/decals/general2/images/pets0212.gif>

Příloha č. 4:

Blueberry's. 2014. In: *Youtube* [online]. [cit. 2016-01-12]. Dostupné z:
<https://www.youtube.com/watch?v=GeaN9yFfvj8>. Kanál uživatele teardropface

Bojujeme proti předsudkům!. 2014. In: *Youtube* [online]. [cit. 2016-01-12]. Dostupné z:
<https://www.youtube.com/watch?v=ZSbkit0g7QU&feature=youtu.be>. Kanál uživatele Chs Bruno

Exotic and Unusual pets – Mexican Red Tarantula. 2011. In: *Youtube* [online]. [cit. 2016-01-12]. Dostupné z:
<https://www.youtube.com/watch?v=bovMXanDqMc&feature=youtu.be>. Kanál uživatele geobeats

Golden retriever. 2009. In: *Youtube* [online]. [cit. 2016-01-12]. Dostupné z:
<https://www.youtube.com/watch?v=0h2XKmUAz-Q&feature=youtu.be>. Kanál uživatele Animal Planet

Henry the British Shorthair. 2012. In: *Youtube* [online]. [cit. 2016-01-12]. Dostupné z:
<https://www.youtube.com/watch?v=1fxZ1Ehkdeg&feature=youtu.be>. Kanál uživatele Pat Parisi

How to care for a corn snake, 2015. In: *Youtube* [online]. [cit. 2016-01-12]. Dostupné z:
<https://www.youtube.com/watch?v=DcmgdNYXWRo>. Kanál uživatele RSPCA

Moji králíci. 2011. In: *Youtube* [online]. [cit. 2016-01-12]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=nUUxzN6t0oI>. Kanál uživatele chali0540

True Facts About The Fruit Bat. 2013. In: *Youtube* [online]. [cit. 2016-01-12]. Dostupné z: https://www.youtube.com/watch?v=j_SjhcdF_J4. Kanál uživatele zefrank1

PŘÍLOHY

Příloha č. 1: Záznamový arch na odpovědi

Příloha č. 2.: Krabice

Příloha č. 3.: Perokresby a fotky zvířat

Příloha č. 4.: Video se zvířaty (viz zadní deska obalu BP)