

# Výzkumná sdělení

---

---

## Co s emocemi ve škole

Ludmila Prokešová

V úvahách na téma, jak proměňovat naši školu, aby obstála i v příštím století, bývá zdůrazňován význam osobnostně orientovaného vzdělávání. To by mělo umožnit každému dítěti jít svou osobitou cestou za poznáváním, naučit ho být žádoucím způsobem aktivní v situacích, které vyžadují jednání, orientovat ho v hodnotách, které se projevují jak v občanském soužití tak i promyšlenou kultivací individuálního života.

Některé jevy, které učitelé základních škol v praxi reflektují, naznačují, že už dnes existují pádné důvody pro změny akcentů v pojetí vzdělávání právě tímto směrem. Vnímaví učitelé už i na prvním stupni základní školy připouštějí, že se stále více dětí projevuje jako hádavé, netolerantní až agresivní, s tendencemi zesměšňovat druhé a bez pochopení a soucitu pro děti pasivní, úzkostné, nejisté v komunikaci, ustrašené pro selhávání v oblasti výkonové. U žáků se vytrácí ochota k respektování pravidel sociálního souladu ve třídě a k spolupracujícímu jednání bez soutěživosti.

Odkud se tyto projevy chování berou, nelze zřejmě jednoznačně určit. Řada učitelů se domnívá, že děti nejsou dostatečně emocionálně saturované v rodinách. Někteří učitelé vidí problém spíše v nekompetentnosti výchovného působení rodičů, která vede u dětí k absenci základních sociálních dovedností. Zdá se, že obě příčiny spolu velmi úzce souvisejí. Ale ani škola není místem, kde by byla věnována záměrná pozornost individuálnímu prožívání různých emocí a s tím spojených způsobu chování, i když jsou emoce neustálou součástí každodenního života jak dětí – žáků, tak dospělých – učitelů. Proto i ve škole hrají významnou úlohu.

V psychologické literatuře posledních let se můžeme setkat s pracemi, které se zabývají emocionální inteligencí. Bývá různě definována. V podstatě jde o schopnost prožívat a vyjadřovat emoce, porozumět jim, regulovat je a chápat i emoce druhých. Emocionální inteligence má totiž složku jak intrapersonální, představující vnímání a chápání vlastních emocí, tak i složku interpersonální, která obrací pozornost k vnímání emocí v interpersonálních kontaktech.

Rozvoj emoční inteligence u dětí mladšího školního věku by měl být orientován zejména do těchto oblastí (Brockert a Brannová, 1997):

1. Sebeuvědomění – tím je míněna schopnost postupné orientace ve vlastním prožitkovém světě, dovednost srozumitelně vyjadřovat slovy své pocity, vědomí možnosti hledat různá řešení v rozličných i emocionálně náročnějších situacích.
2. Organizace vlastního života – obsahuje dovednosti, jako je ovládání svých nálad, pocitů, zvládání konfliktů přijatelným způsobem apod.
3. Motivování sebe sama – představuje zaměření k vlastnímu rozvoji. I když se objevují neúspěchy, zůstává víra ve své možnosti.

Na těchto základech se může u dětí postupně rozvíjet i schopnost empatie a schopnost realizovat úspěšně vztahy s jinými lidmi.

Jaké je vědomí současné školy o významu emocionální stránky výuky a o nutnosti participovat na ni? Tato otázka vedla autorku článku k provedení jednorázové výzkumné sondy do edukační reality.

Souborem dotazovaných bylo 93 žáků 3. a 4. tříd základní školy v Českých Budějovicích. Věku mezi třetí a pátou třídou je z hlediska stimulace emocionální stránky osobnosti přikládán velký význam (Goleman). Škola pracuje podle programu Základní škola. Tazateli jednotlivých žáků byli studenti učitelství pro 1. stupeň ZŠ Pedagogické fakulty Jihočeské univerzity. Se žáky vedli řízený rozhovor po dobu 30–40 minut. Dále bylo použito techniky nedokončených vět. Šetření se uskutečnilo v říjnu 1999.

Dotazování bylo soustředěno na tyto okruhy:

- a) sebeuvědomění žáka (chápání vlastní hodnoty, svých možností uplatnění v rámci školy, uvědomění si vlastních emocí v těchto souvislostech),
- b) schopnost reflektovat své pocity a žádoucím způsobem zpracovávat negativní emoce,
- c) na deskripci pocitů, které souvisejí s angažovaností v kontaktu s druhými lidmi.

Výše uvedené okruhy byly rozpracovány do jednoduchých otázek, které odpovídaly věku dětí a byly pro ně srozumitelné.

K okruhu a) byly otázky zaměřeny na

1. očekávání úspěchu či neúspěchu ve školní práci,
2. vyrovnání se s hodnocením učitele,
3. vyjádření obav ze selhávání, selhání či dílčích neúspěchů ve škole.

Výsledky získané z odpovědí uvádíme v přehledných tabulkách. Vzhledem k nízkému počtu respondentů ponecháváme absolutní čísla.

## Očekávání úspěchu či neúspěchu ve školní práci

Spíše úspěchy ve škole očekává	Spíše neúspěchy očekává	Neumí odhadnout žáků
60 žáků	21 žáků	12 žáků

## Postoj žáků k hodnocení ve škole (včetně jeho intervencí do způsobu chování)

Hodnocení učitelem plně akceptuje	Hodnocení učitelem dlouhodobě odmítá	Neumí posoudit
79 žáků	6 žáků	8 žáků

## Obavy ze selhání, dílčího neúspěchu, trvalejšího selhávání vztahující se většinou k výsledkům učebních činností

Obavy opakovaně pociťuje	Nemá obavy z možnosti selhat ve škole
86 žáků	7 žáků

Ke zjištěným výsledkům je možno doplnit, že mezi dětmi existují značné rozdíly ve vyrovnávání se s hodnocením učitelů.

(Petra: „Když dostanu špatnou známku, tak hned brečím“, Matouš: „Po mně tak jako běhá mráz po zádech“, Honza: „Nic se neděje“).

Obavy často nebo opakovaně pociťuje většina dětí ze sledovaných tříd (86). Projevují se nejen u tradičně neoblíbených činností (diktáty, písemky), ale i písemného zkoušení z prvouky a vlastivědy, také v předmětech, ve kterých jde převážně o dovednosti (pracovní vyučování, výtvarná a hudební výchova), u méně často zařazovaných činností (rychlé a přesné čtení) a u úkolů, kdy dítěti nemůže pomoci rodina (učení se slovíček cizího jazyka).

Problematika okruhu b) byla zjišťována technikou nedokončených vět a následným upřesňujícím rozhovorem. Z něho vyplynulo, že děti byly většinou schopny obsahově rozlišit pozitivní emoce.

Positivní emoce a jejich rozlišení podle toho, do jaké oblasti se vztahují, případně co je jejich zdrojem.

## Radost (v tomto případě bylo odpovědí více, než je počet žáků)

V souvislosti s vlastními výsledky ve škole (známkami) či zajímavými činnostmi pociťuje	V souvislosti s tím, jak prožívá vztahy se spolužáky ve třídě	V souvislosti s činnostmi a zážitky, které probíhají mimo třídu (školu)
48 žáků	8 žáků	56 žáků

## Veselé pocity (legrace, humor)

V souvislosti se školou prožívá	V souvislosti se vztahy ve třídě (např. legrace o přestávkách) prožívá	V souvislosti s činnostmi a zážitky mimo třídu (školu) prožívá
15 žáků	5 žáků	73 žáků

Pocit štěstí (trvaleji prožívaný pocit štěstí navozený větou „snad nejšťastnější v minulém školním roce jsem byl“) (počet odpovědí je větší než počet žáků)

V souvislosti se školou tento pocit mělo (*)	V souvislosti se vztahy ve třídě nebo s učiteli	V souvislosti s činnostmi mimo školu	Neumí posoudit – neví
60 žáků	8 žáků	73 žáků	2 žáci

(\*) Nejčastěji byla věta doplněna „když jsem si zlepšil známky na vysvědčení“.

Z negativních emocí měli žáci za úkol identifikovat dvě základní – zlost (hněv) a smutek. Popisovali také své reakce na prožívanou zlost.

Pocit zlosti prožívá nejčastěji ve vztahu

K výuce, jejímu průběhu	Zdrojem pocitu zlosti jsou vztahy ve třídě nebo s učiteli	Zdrojem zlosti jsou osoby, se kterými se setkávají mimo školu
36 žáků	20 žáků	37 žáků

Pocit opakovaného smutku (či dlouhodobého trápení) prožívá nejčastěji ve vztahu

K výuce, jejímu průběhu	V souvislosti se vztahy ve třídě	Zdrojem jsou osoby mimo třídu (školu)	Nechce se vyjádřit
36 žáků	16 žáků	51 žáků	2 žáci

Počet odpovědí je opět vyšší než počet žáků.

Zjistili jsme, že zdrojem pozitivních emocí u značného procenta dětí jsou:

- zážitky s domácími zvířaty a zážitky spojené s činnostmi a aktivitami celé rodiny (je často zdůrazněno, že se této činnosti účastnil i otec)
- v souvislosti s výukou jednoznačně vedou pozitivní emoce, které vyvolává pocit dlouhodobé úspěšnosti (stále výborné známky)
- zdrojem těchto emocí je i zařazení méně obvyklého způsobu výuky, ale hlavně výlet, vycházka, návštěva divadelního představení, cvičení venku
- zcela výjimečně je pocit radosti spojen s vlastní tvořivou činností (něco vytvořit, namalovat si, zahrát si) nebo s nějakou aktivitou zaměřenou směrem k jiným lidem (pomoci spolužákovi)
- nechyběly ani poněkud absurdní situace spojené s prožívaným štěstím („O prázdninách mě štípl sršeň do nohy. Všichni se o mě starali. Byla jsem šťastná...“)

Radost, která je prožívána v souvislosti s výukou, má podle našeho názoru poněkud problematickou podobu. Jejím zdrojem je „pátek odpoledne, když jdeme ze školy, když se nezkouší, když opakujeme pořád dokola, co už víme“. Jak již bylo uvedeno, zdrojem radosti je ve většině případů zdůrazňovaná individuální úspěšnost podpořená učitelem a vyjádřená známkami. Několikrát bylo ale také uvedeno „popovídat si s učitelkou“.

Naši respondenti překvapivě málo zažívají veselé situace se spolužáky například o přestávkách. Veselé pocity mimo školu spojují většinou s televizními programy.

Negativní emoce, které souvisejí s výukou a se vztahy ve školní třídě, jsou prožívány nejčastěji v souvislosti:

- s nevhodným či nepochopitelným chováním učitelky („křičí pořád na dvě žákyně, ale já se bojím taky“)
- s pocitem, že to, co se učí, nemá smysl („učíme se něco, co už umíme“, „něco, čemu stejně nerozumíme“)
- s jednáním učitelů, kteří za nevhodné chování jednotlivých žáků postihují celou třídu
- výjimečně i v souvislosti s nespravedlivým hodnocením.

Zdrojem hněvu (zlosti) prožívaném doma jsou podle zjištěných výpovědí nejčastěji:

- opakované hádky rodičů
- pozdní příchody domů (platí zejména pro otce)
- konflikty se sourozenci

S tím, jak prožívané emoce zpracovat, se žáci ve škole nesetkávají téměř vůbec<sup>1</sup>. Rovněž doma dostávají příležitost mluvit o svých emocích spíše výjimečně. Přitom je zřejmé, že na negativní emoce (zlost, naštvaní, nevyřešený konflikt) prožité ve škole většinou různým způsobem reagují děti až po příchodu domů.

Zaznamenali jsme, že nejčastěji je to:

- únikem do samoty („zavřu se ve svém pokoji“, „snažím se sám si hrát“, „pustím si televizi a na nic nemyslím“, „nic nedělám, jen koukám do zdi“)
- náznakem autoagrese („bouchám hlavou do dveří“, „zuřím, ale jen ve svém pokoji“, „řvu, ale jen ve svém pokoji“, „urazím se a bouchám židli“)

<sup>1</sup>Tazatelka H. P. popsala situaci, o které žákyně B. mluvila s velkým rozhořčením. Její kamarádka neměla v diktátu opravené některé chyby, a proto dostala lepší známku. Návrh, aby šly obě za učitelkou, kamarádka odmítla. B. popsala, že prožívá velké zklamání z chování kamarádky a současně má zlost na učitelku, která tuto situaci zavinila, ale dál už neřešila.

- agresí vůči okolí („pohádám se nebo poperu“, „namlátím sestře“, „zmlátím bratra“, „hodím po mamce plyšáka“)

Důvody pro pocity opakovaného smutku, které se vztahují k situacím ve škole, jsou zpravidla velmi prosté a děti je spíše zaměňují s obavami „že mě to nebude ve škole bavit“, „že bude učení čím dál těžší“, „že mi odejde kamarádka na gymnázium“.

Autentické odpovědi žáků upozorňují, že obavy, jejichž zdrojem jsou příčiny se školou nesouvisející, jsou daleko závažnější a někdy jsou až existencionálního charakteru („trápím se, když někdo z rodiny na dlouho odjede“, „když je mamka smutná“, „když mi umřelo už několik křečků“, „mám obavy, aby nás nevylopili“, „aby někdo z rodiny neumřel“).

V posledním problémovém okruhu c) jsme se zaměřili na deskripci pocitů, které žáci prožívají ve vztazích s druhými lidmi.

Soustředili jsme se na pocity, které souvisejí se vztahy ve třídě a v rodině.

Ze vztahů a interakcí ve třídě má

spíše pozitivní pocity	spíše negativní pocity	nejasněné pocity
68 žáků	22 žáků	3 žáci

Vztahy v rodině prožívá

spíše pozitivně	spíše negativně	nejasněné pocity
88 žáků	3 žáci	2 žáci

Negativní pocity z kontaktu ve třídě mají zpravidla méně úspěšní žáci („nemají mě rádi, protože opakuju“). Zdrojem negativních pocitů v rodině jsou velmi často konflikty se staršími sourozenci.

Positivní pocity ze soužití a vztahů v rodině uvedla většina našich respondentů. Položili jsme jim ještě doplňující otázku, s kým si doma nejčastěji povídají a řeší své problémy. Překvapilo nás, že vedle rodičů (zpravidla jeden rodič, nejčastěji matka) byla často uváděna „jejich“ zvířátka (pes, kočka, papoušek, myš, křeček) a také prababičky.

Z naší výzkumné sondy vyplynulo, že ve sledovaných třídách způsob hodnocení napomáhá vytvářet sebevědomění žáků, což pokládáme za zjištění pozitivní (60 z 93 žáků očekává ve škole spíše úspěchy, 79 žáků pokládá své hodnocení učitelem za odpovídající a reálné). Zdá se ale, že tradičně koncipovaná výuka nezabývá většinu dětí obav, zda dostojí nárokům školy (86 z celkového počtu 93 tyto obavy vyjádřilo).

S tím, že by škola cíleně pomáhala žákům orientovat se lépe ve vlastním prožitkovém světě s přesahem do jejich reálného života a využívala výuku ke stimulaci pozitivních emocí (zejména v souvislosti se společně prováděnými a prožívanými činnostmi), jsme se ve sledovaných třídách setkali minimálně.

Jednou z odpovědí na otázku položenou v úvodu článku (jak proměňovat školu, aby obstála ve společnosti nového století) může tedy být: věnovat v rámci osobnostně orientovaného vzdělávání v čase školní docházky pozornost i záměrné kultivaci emocionální úrovně žáků. Skutečnost, že zatím postrádáme speciálně připravené programy pro zvládnání emocionálních obtíží apod., nezbavuje školu odpovědnosti za tento úkol. Důležitý je samozřejmě učitel. Učitel sociálně kompetentní, vnímavý a citlivý, který je schopen chápat odlišnosti v prožívání jednotlivých žáků. Jeho přiměřená emocionální podpora, intervence a taktní vedení, které ale nezbavují děti povinnosti přijmout akceptovatelná pravidla soužití ve třídě, mohou napomoci jak k odstraňování aktuálních výchovných problémů, tak i k úspěšnému řešení daleko závažnějších životních obtíží, které na jeho žáky v budoucnu čekají.

### Literatura

- BROCKERT, S., BRANNOVÁ, G. *Testy emocionální inteligence*. Ikar, 1997.  
GOLEMAN, O. *Emoční inteligence*. Columbus, 1997.  
SHAPIRO, L. E. *Emoční inteligence dítěte a její rozvoj*. Praha: Portál, 1998.  
STUHLÍKOVÁ, I. *Úvod do psychologie emocí*. České Budějovice: Jihočeská univerzita, 1998.

PROKEŠOVÁ, L. Co s emocemi ve škole.

*Pedagogická orientace* 2001, č. 1, s. 51–57. ISSN 1211-4669.

**Adresa autorky:** Doc. PhDr. Ludmila Prokešová, CSc., Katedra pedagogiky a psychologie, Pedagogická fakulta Jihočeské univerzity, Jeronýmova 10, 371 15 České Budějovice