



PRAKTICKÉ ZKUŠENOSTI S PRACÍ ŠKOLNÍCH PSYCHOLOGŮ A PSYCHOLOŽEK V PRŮBĚHU PANDEMIE (ŠP 1a2/2021)

Slovo úvodem

Když jsme na konci roku 2020 vydávali speciální číslo našeho časopisu [Jak na online třídnické hodiny](#), pevně jsme doufali, že pandemie Covid-19 nás již brzy nechá žít a pracovat tak, jak jsme byli dříve zvyklí. Nyní, na začátku nového roku 2022 vidíme, že online provoz z našich škol asi jen tak nezmizí (i když doufat můžeme stále).

Příspěvky, které naleznete v tomto čísle, jsou autentickou výpovědí několika školních psychologů a psycholožek, kteří se rozhodli podělit se s námi o reflexi své práce v době pandemie. Patří jim za to velký dík.

Na co se tedy můžete těšit? Nabízíme vám příspěvky mapující práci v době pandemie obecně, ale i konkrétní návrhy práce s nadanými dětmi, vedení online mimoškolního kroužku, tvorbu minipodcastů nebo úžasné návrhy na ocenění práce učitelů v závěru školního roku. Věříme, že články budou inspirativní a budeme moc rádi, pokud se rozhodnete podělit se i o vaši práci v dalším čísle časopisu.

S přáním pevných nervů a radostného konce školního roku,

Vaše AŠP

Obsah čísla

Mgr. Niedobová: Postřehy školní psycholožky v ZŠ v období druhé karantény	2
Mgr. Kateřina Palová, Mgr. Lucie Viktorová: Práce školních psychologů v době pandemie Covid-19 aneb co říkají data?	9
Mgr. et Mgr. Kamila Tóthová, DiS.: Průřez aktivitami školního psychologa v době uzavřených škol	16
Mgr. Jiřina Juříčková: Online otevřený klub se školní psycholožkou	21
Mgr. Kristýna Zrůstová: Začátek v (ne)správný čas	26
Mgr. Monika Urbanová, Mgr. Jan Goj, Mgr. Miloš Kosík, Ph.D.: Dejme šanci talentům	35
PhDr. Zuzana Knesplová: Práce s nadanými žáky v době distanční výuky	43
Mgr. Jana Rozsypalová: Minipodcasty pro rodiče	49
Mgr. Michaela Kubátová: A co učitelé a distanční výuka?	50
Mgr. Anita Michajluková: Ocenění učitelů za bláznivý covidový rok – aktivita pro učitele	51
Mgr. Veronika Tvrdá: Jeřábi - povzbuzení pro kolegy	55

Materiál vznikl na zakázku [Asociace školní psychologie](#), z.s. jako mimořádné číslo časopisu Školní psycholog 1 a 2 / 2021 (ISSN 2695-0154) Juříčková, J. (Ed.) Praktické zkušenosti s prací školních psychologů a psycholožek v průběhu pandemie. (2021). Školský Psycholog/Školní Psycholog, 22 (1a2), 1-61. <https://journals.muni.cz/skolnipsycholog/>

Úvod

Tento článek si klade za cíl nabídnout školním psychologům postřehy z období druhé karantény v rámci reflexe praxe a sdílení společných zkušeností. Věřím, že se někdo potýká s podobnými problémy ve školním prostředí, které přinesl koronavirus, někdo řeší naopak úplně jiné, protože každé působiště se liší podle typu a specifik školy. Přesto se každý školní psycholog musí nějakým způsobem s nastalou situací „poprat“. A pokud tento článek donutí k přemýšlení „jak bych to vlastně řešil já?“, vyvolá otázky nebo alespoň pousmání „ano, tohle jsem taky zažil“, může být pro ostatní alespoň trochu užitečný.

TÉMATA

Učitelé, učitelé, učitelé

V období koronaviru se má práce zaměřila hlavně na pomoc učitelům. Během uzavření škol vyučovala řada pedagogů online hodiny přímo ze školy (zejména z technických důvodů). Díky tomu mi byl s nimi umožněn osobní kontakt ve škole a přímá podpora zejména ohledně výukových problémů žáků. Učitelé řešili nejprve praktické stránky online výuky, výběr výukových materiálů, které by mohli vhodně uplatnit v online hodinách. Soustředili se na opakování, s prodlužující se dobou karantény již pak však i na vyvozování nového učiva a jeho procvičování.

Vyvstala zvýšená **potřeba metodické podpory**, zejména poradenství k motivování žáků, kteří se nepřipojovali nebo byli během online hodin pasivní (jinými slovy nekomunikovali s vyučujícím nebo neplnili zadané úkoly). Často se také jednalo o žáky navštěvující pedagogicko-psychologickou poradnu. Vzhledem k tomu, že jsem ve škole také koordinátorem inkluze, byla jsem v úzkém kontaktu se spádovou boskovickou poradnou. Opakovaně probíhal monitoring žáků s podpůrnými opatřeními, vzájemná spolupráce, kontaktování rodičů. Tento jednotný postup umožnil nastavit podporu žákům často ve spolupráci s asistenty pedagoga tak, aby byli i v této náročné době aktivizováni k výuce. Zejména žáci na 2. stupni se zhoršeným prospěchem, demotivovaní a bez probíhajících intervencí vyžadovali zvýšenou podporu. Třídní učitelé udržovali užší kontakt s jejich rodiči, informovali o problémech, koordinovali zapůjčení techniky. Probíhaly online setkání psycholožky z poradny se skupinkou učitelů vyučujících žáka, školním poradenským pracovištěm i vedením školy. Velmi oceňuji práci asistentů pedagoga, kteří mají velkou zásluhu na tom, že několik těchto dětí nepropadlo. Žáci mohli chodit za asistenty pedagoga do školy na individuální konzultace (později studijní skupiny), mohli se účastnit online hodin přímo ze školy s jejich dopomocí, nápovědou prvního kroku. Zároveň činnost asistentů obnášela drobnou „neviditelnou“ práci od přípravy materiálů, dovysvětlování k orientaci v systému Teams, připomínání úkolů a termínů, kontaktování rodičů a někdy i návštěvy v rodinách podle vývoje epidemiologické situace. Díky zapojení všech těchto osob se alespoň částečně povedlo vyrovnávat podmínky žáků ke vzdělávání.

To vše se pak zúročilo na konci školního roku, kdy se učitelé museli vypořádat i s hodnocením žáků po jejich návratu do škol. Hodnocení bylo celkově karanténou značně ovlivněno, učitelé si museli obhájit známky před rodiči v případech, kdy se známky z online výuky a po návratu do školy dost lišily.

Domnívám se, že vyšší podíl učitelských zakázek koresponduje i s běžným stavem ve škole tak, jak to mám ve své pozici školního psychologa nastaveno. Nevím, jestli je to dobře, ale je to tak. Nedílnou součástí bylo i sdílení učitelů navzájem spíše neformální cestou, neboť zažívali stejný typ problémů se žáky při online výuce, zde fungovalo jako přirozená psychohygienu. Pokud to nestačilo, poskytovala jsem jim individuální krizovou intervenci.

Učitelé tedy potřebovali metodickou podporu zejména v těchto oblastech:

- **motivace žáků v online výuce**
- **monitoring žáků s SVP**
- **doučování asistenty pedagoga**
- **hodnocení žáků**
- **sdílení problémů**

Kdepak ty děti jsou?

Druhou velkou oblastí byla individuální péče o žáky, která během karantény probíhala postupně od telefonického kontaktu až po face to face ve škole ve složení jeden na jednoho. Žáci nejevili příliš zájem o online konzultace, rodiče vyžadovali spíše osobní setkání, a to i z toho prostého důvodu, aby dítě mělo přímý sociální kontakt. Naštěstí to s časem situace umožňovala. Problémy dětí se příliš nelišily od těch běžných, pouze jsme se snad nyní více zaměřovali i na to, jak si udržet také nevirtuální sociální vztahy a co dětem zlepšit náladu.

Myslím si však, že je důležité, aby školní psycholog také sám aktivně oslovoval děti ve virtuálním prostoru, připomínal se a přicházel se svou nabídkou. Každý školní psycholog má k tomu na výběr z široké palety činností, které nabízí, které mu jsou blízké. Po konzultaci s vedením jsem oslovila devátáky s možností online relaxačních setkání před přijímacími zkouškami, o které však neprojeví zájem. Na druhou stranu se drtivá většina žáků od 5. ročníku výše aktivně zapojila do vyplnění online dotazníku Škola na dálku¹. Také se zajímali o jeho výsledky v jednotlivých třídách, takže obdrželi zpětnou vazbu o jeho závěrech. Pro mě sloužil dotazník hlavně k indikování dětí ohrožených kyberšikanou, dětí s výukovými problémy nebo v krizi. Těmto dětem jsem online nabídla podporu a také upozornila třídního učitele, který byl vždy seznámen s celkovými výsledky dotazníku, aby situaci ohledně dítěte monitoroval. O výsledky dotazníku se zajímalo i vedení školy.

Pomoc žákům probíhala touto formou:

- **telefonické konzultace, ale i face to face**
- **udržování osobních vztahů**
- **relaxační setkání pro devátáky**
- **dotazník pro žáky**

¹ Dotazník byl upraven podle materiálu ze soukromé facebookové skupiny Školní psychologové - Francová, V. (2020): *Dotazník covid 2020 5. - 9. ročník*. Dostupné z: <http://www.facebook.com/groups/755371997890058>. Verze dotazníku použitá v naší škole viz příloha 1.

Ach, ty online třídnické hodiny!

To, na čem by se dalo v naší škole ještě více zapracovat, jsou online třídnické hodiny. Na prvním stupni si učitelé přirozeně vymezili určitý čas pro popovídání s dětmi nebo hru. Hlavně u malých dětí by to bez toho ani jinak nešlo. Obzvláště na druhém stupni však pro ně příliš prostor nebyl. Bohužel musely být třídnické hodiny během karantény redukovány z důvodu velkého zatížení žáků.

Proto se tato má běžná práce zúžila pouze na vyhledávání metodických materiálů a podkladů ke hrám pro třídní učitele. Ti si je zařadili v případě „volné chvíle“ jako drobnou aktivitu pro děti - např. program Dobronautů (2021) Společně v pohodě, aktivity ze sborníku školních psychologů Jak na online třídnické hodiny (2020).

Domnívám se, že i prostá obligátní otázka v posledních pár minutách „Co kdo dělal o víkendu?“ formou virtuálního kolečka měla význam pro upevnění sociálních vazeb dětí s učitelem i navzájem. Jinými slovy, aby se děti z karantény „nezbláznily“ a neformálně něco sdílely navzájem. Když se paní učitelka „v kolečku“ podělila o to, že byla nakupovat nebo vyzkoušela novou barvu na vlasy, přece jen se trochu v okýnku Teams dětem „zlidštila“. A sobotní zážitek spolužáka Pepy s dědečkem ostatním aspoň trochu připomenul normální život a určitou naději, že se zase vrátí.

Proto bych ráda v případné příští vlně koronaviru znovu podpořila obohacení rozvrhu o online třídnické hodiny alespoň v nějaké formě kompromisu. Ze sdílené praxe vím, že se do nich školní psychologové běžně zapojují.

Usnadnění návratu - emoce dětí

O to více stoupl význam třídnických hodin po návratu žáků do škol, nejprve na prvním, později na druhém stupni. Zaměřili jsme se zejména na práci s emocemi v době karantény a při návratu dětí do škol. Podle konkrétního stupně jsem zvolila příslušnou metodu - na 1. stupni žáci pomocí plyšových mušek Emušáků (SCIO, 2017) reflektovali své pocity za karantény a pak jsme šli hlouběji i po jejich příčinách. Sdíleli je mezi sebou. Dále jsme pak probírali, jak jednotlivé emoce poznáme na svém těle nebo ve výrazu druhých. A konečně co např. dětem pomáhá, pokud jsou smutné nebo našťavané - jak mohou emoce projevit a tím zvládnout, co jim pomáhá se uklidnit a jak se dostanou zpět do rovnováhy. Děti si uvědomily své zdroje během karantény - co jim „dobíjelo baterky“, u koho čerpaly podporu. Reflektovaly i výhody karantény, zejména více volného času.

Na 2. stupni probíhal program podobně, pouze se zapojením Emotikonů (Juříčková, 2020)². Žáci si měli stoupnout k obrázku emocí, který u nich při karanténě nejvíce převládal, mohli se ještě vystřídat, aby si vybrali alespoň dva z pocitů. Bylo dobré je upozornit, aby si nestoupali tam, kam kamarád, ale vyjádřili svůj názor. Lze např. i ocenit před třídou toho, kdo má odvalu stoupnout si k emoci sám, i když to ostatní mají jinak. Podle mého názoru už si tito starší žáci byli více vědomi dopadu situace na jejich vzdělávání. Jako nevýhodu karantény uváděli technické problémy při online hodinách, které i při dobré vůli a snaze někdy vedly ke zhoršení prospěchu (vypadnutí WI-FI, úkol nebyl započítán, ačkoliv byl odeslán včas, technické nedostatky Teams). Předjímalí také pocity při návratu do školy - zejména strach z velkého množství testů, zpočátku také strach z toho, jak jim dopadne antigenní test. Bylo dobré, pokud si žáci s nakupenými resty připravili třeba i za pomoci asistenta pedagoga plán, co budou muset dohánět a co je ještě do konce školního roku čeká. Velký

² Michajluková, A., Juříčková, J., Rebrová, I., Palová, K., Bartošová, K. (2020): Jak na online třídnické hodiny: praktická příručka pro školní psychology. *Školský Psycholog/Školní Psycholog*, 21 (1a2), příloha 3.

význam mělo pro žáky během pandemie udržování sociálního kontaktu, ať už v online prostředí nebo i např. setkání s kamarádem venku.

Nedílnou součástí práce s třídou bylo začlenění žáků, kteří přestoupili do školy právě v období karantény a třídu tak viděli zatím pouze online. Proběhly programy usnadňující vzájemné poznání žáků se třídou a povedlo se jim navázat kamarádský vztah.

Dá se říci, že se s koncem školního roku postupně začaly vynořovat problémy, které karanténa pouze odsunula či „zmrazila“ - např. vztahové problémy v nově sestavné třídě, kdy jedna žákyně zůstala izolována. Zároveň se i při běžné výuce začaly objevovat úzkostnější reakce žáků, zejména na 1. stupni - např. chlapec se rozběhl proto, že si po návratu do školy nepamatoval číslo své šatní skříňky, reakce pláčem při běžném vyvolání v hodině či naopak výbuchy zlosti.

Po návratu dětí do škol jsme se zabývali zpracováním emocí:

- **na prvním stupni s plyšáky Emušáky**
- **na druhém stupni s obrázky Emotikony**
- **při dořešování problémů dětí se začleněním do tříd**

A co rodiče?

Nemohu zapomenout také na rodiče, kontakt s nimi byl ovšem v této době omezený. Měli opravdu těžkou úlohu, nabízela jsem jim zejména telefonickou krizovou intervenci, která ale příliš využita nebyla. Zprostředkovávala jsem jim informace ohledně vyšetření v poradně v době karantény a agendu při nových zprávách z poradny.

Jinak rodiče přicházeli se zakázkou na práci s jejich dětmi. Pomáhala jsem řešit výchovné problémy u dětí s poruchami chování, které karanténa jen vyostřila. Kromě toho jsem poskytovala podporu u vztahových rodinných problémů, kdy děti musely zvládnout formu porozvodové péče, nyní značně komplikovanou karanténou. Zakázky se nelišily od těch v běžné době. Ojedinele bylo třeba spolupracovat i s kurátorem OSPOD nebo sociální pracovníci - spíše u dětí s dlouhodobými problémy, které byly díky karanténě tak trochu „hoseny do vody“.

Spolupráce s rodiči probíhala tak jako při běžném provozu školy, komplikovanější byl pouze kontakt s nimi.

Závěr

Abych to shrnula, nevidím příliš rozdíl v náplni činnosti, kterou jako školní psychologka řeším u svých klientů za karantény i mimo ni. Komplikuje se mi pouze přístup ke klientům, mění se díky technologiím. Online kontakt s dětmi mě nutí nastavit si určitá kritéria pro to, aby byl pro obě strany bezpečný. I pro mě je určitým rozvojovým bodem. Stejně jako online třídnické hodiny, na které bych se chtěla více zaměřit.

Zároveň bych ráda zakončila tento článek **výzvou školním psychologům k tomu, abychom přemýšleli o změně, kterou celý systém vzdělávání prochází** - mám na mysli využití nových výukových technologií, kontakt učitelů se žáky i transformaci celého školního vzdělávacího programu. **Budme tu i v této proměnlivé době připraveni jako bezpečný přístav pro děti, učitele i rodiče, když nás potřebují.**

Já osobně nacházím **motivaci k práci** hlavně díky vzdělávání, které teď za koronaviru probíhalo velmi intenzivně, což je zase jedna z jeho výhod. Absolvovala jsem webináře v rámci projektu iKAP JMK II na témata encouragement (MANSIO, 2021), práce s dětmi s ADHD (Dobiášová,

2021), a online závislosti u dětí (Podané ruce, 2021). I díky těmto kurzům hledám stále nové způsoby individuální práce s dětmi i rodiči, zejména u vícečetných rodin. Nepřestávám se pokoušet o změnu v náhledu učitelů na výukové problémy dětí ve škole, s větším akcentem na empatický přístup. Nedílnou součástí toho je reflexe emocí učitelů ve ztížené aktuální situaci. Koronavirus výukové problémy jen zvýraznil, stále je nutné pracovat s rodinami dětí v riziku i zapojit do řešení učitele. Je na nás, školních psychologích, abychom se **přiblížili svým klientům i přes izolaci**, kterou způsobil. **Takto totiž stále vidím naši roli** - nikoli spasitele, který ve škole zvládne vše od A do Z. **Ale průvodce, vracejícího odpovědnost zpět rodičům i učitelům, pomáhajícího hledat řešení, uvědomit si své zdroje a použít je v zájmu dítěte.** Před koronavirem i po něm.

Zdroje

Francová, V. (2020): *Dotazník covid 2020 5. - 9. ročník*. Dostupné z: <https://www.facebook.com/groups/755371997890058>.

SCIO (2017): *Emušáci - Ferda a jeho mouchy*. Dostupné z: <https://www.scio.cz/emusaci>.

Navrátilová, P., Černá, I. (2021): *Program pro oživení online výuky Společně v pohodě; Dobronauti - hry pro nové hrdiny*.

Michajluková, A., Juříčková, J., Rebrová, I., Palová, K., Bartošová, K. (2020): Jak na online třídnické hodiny: praktická příručka pro školní psychology. *Školský Psycholog/Školní Psycholog*, 21 (1a2), s. 1-42.

MANSIO (2021): *Encouragement: umění povzbudit a motivovat*. Dostupné z: <https://www.mansio.cz/nase-kurzy/osmihodinove-online-kurzy/zencouragement-umeni-povzbudit-a-motivovat-2/>.

Dobiášová, M. (2021): *Projevy dítěte s ADHD; jak je chápat a jak na ně správně reagovat*. Dostupné z: <https://vlastnismet.org>.

Podané ruce (2021): *Jak na online závislosti u dětí a mladistvých*. Dostupné z: <https://ies.podane-ruce.cz/kurzy/jak-na-online-zavislosti-u-deti-a-mladistvych/>.

DOTAZNÍK ŠKOLA NA DÁLKU

Kluci a holky, už dlouho jsme se nemohli vidět. Stále mě zajímá, jak se máte, jak se cítíte a jak se vám daří, a to i během distanční výuky. Ráda bych zjistila, jak prožíváte tuto složitou dobu. K tomu mi pomůže tenhle dotazník. Prosím o jeho vyplnění. Díky němu zjistím, jestli vám můžu být něčím nápomocná. Výsledky dotazníku bych pak konzultovala i s vaším třídním učitelem. Školní psycholožka

Vyberte pouze jednu odpověď:

- | | | |
|--|-------------------|--------------------|
| 1. Distanční výuka mi jde v pohodě, všechno je bez problémů. | ANO | NE |
| 2. Je lepší být s učiteli na online hodině, než abych pracoval/a sám/sama. | ANO | NE |
| 3. Na online výuce je fajn, že nemusím dávat tolik pozor jako ve škole. | ANO | NE |
| 4. Učení je spíše | MÉNĚ NEŽ VE ŠKOLE | VÍCE NEŽ VE ŠKOLE. |
| 5. Doma mi jde učení | LÉPE NEŽ VE ŠKOLE | HŮŘE NEŽ VE ŠKOLE. |
| 6. Doma mám většinou pohodičku. Líbí se mi mít víc volného času. | ANO | NE |
| 7. Často si nevím rady, co mám dělat, a nerozumím úkolům. | ANO | NE |
| 8. Rodiče mi hodně pomáhají se školou. | ANO | NE |
| 9. Když mi nemohou pomoci rodiče, mám se na koho obrátit. | ANO | NE |
| 10. Chybí mi učení, jaké jsem zažíval/a dříve se spolužáky. | ANO | NE |
| 11. Mám problém ráno vstát a pohlídat si časy online hodin. | ANO | NE |
| 12. Je mi strašně nepříjemné mít při výuce zapnutou kameru, nejraději bych se propadl/a. | ANO | NE |
| 13. Hodně mi chybí spolužáci. | ANO | NE |
| 14. Jsem v kontaktu s některými spolužáky i mimo výuku. Voláme si, píšeme si. | ANO | NE |
| 15. Víím, že si ostatní píšou ve skupině, ale mě nepozvali. | ANO | NE |
| 16. Mezi žáky v naší třídě se děje něco nepříjemného. | ANO | NE |
| 17. Prožil/a jsem nedávno při komunikaci přes internet něco nepříjemného. | ANO | NE |
| 18. Víím, na koho se obrátit, když se mi v online prostředí děje něco nepříjemného. | ANO | NE |

19. Co dalšího chceš doplnit k distanční výuce? ...

20. V dnešní době bych si nejvíc přál/a...

Práce školních psychologů v době pandemie Covid-19 aneb co říkají data?

Mgr. Kateřina Palová*, Mgr. Lucie Viktorová

Katedra psychologie, Filozofická fakulta, Univerzita Palackého v Olomouci

Abstrakt: *Uzavření škol v době pandemie ovlivnilo nejen podobu výuky, ale i práci školních psychologů. Abychom zjistili, jakým způsobem se jejich činnost vlivem pandemie proměnila, uspořádali jsme dvě vlny dotazníkového šetření (na jaře 2020 a poté na jaře 2021), jejichž výsledky zde v krátké formě diskutujeme. Přestože v některých oblastech (technické kompetence, práce se třídou) lze pozorovat vývoj pozitivním směrem, je potřeba nezapomínat na význam duševní hygieny, a to nejen u školních psychologů, ale i žáků, rodičů a učitelů.*

Klíčová slova: *COVID-19, školní psycholog, distanční péče*

Abstract: *The closure of schools during the COVID-19 pandemic affected not only the form of teaching but also the work of school psychologists. To find out how their activities changed as a result of the pandemic, we organized two waves of a questionnaire survey (in spring 2020 and then in spring 2021), the results of which we discuss here in brief form. Although in some areas (technical competence, class work) development can be observed in a positive direction, it is necessary not to forget the importance of mental hygiene, not only in school psychologists but also in students, parents, and teachers.*

Keywords: *COVID-19, school psychologist, distant care*

Vznik tohoto příspěvku byl spolufinancován se státní podporou Technologické agentury ČR v rámci Programu ÉTA, projekt č. TL04000033 „Možnosti on-line psychosociální péče pro situace omezeného přímého kontaktu“.

Úvod

Druhou polovinu školního roku 2019/2020 a následně téměř celý rok 2020/2021 významně ovlivnila pandemie Covid-19. Na mnoha místech světa byla povinná výuka buď zcela přerušena, či přesunuta do on-line prostředí. Jako jeden z preventivních kroků proti šíření pandemie vydalo také české Ministerstvo zdravotnictví mimořádné opatření, které znemožňovalo osobní přítomnost žáků na výuce. Toto opatření vešlo v platnost 11.3.2020. Od té doby se školy více či méně úspěšně pokoušely hledat alternativu k prezenční výuce. K částečnému návratu žáků došlo po více než 2 měsících, kdy se od 25.5.2020 začaly nepovinně vracet žáci 1. stupně. I tak výuka podléhala řadě omezení, o klasickém provozu lze tedy mluvit jen stěží. Školní rok 2020/2021 sice začal nadějněji, nicméně velmi brzy začala být situace podobná jako na jaře – neustále se tak střídala období, kdy žáci různých věkových kategorií byli či nebyli přítomni ve škole (Svobodová, in press).

V odborných i laických kruzích začalo téma distanční výuky velmi rezonovat. Mimo jiné se často řeší otázka, do jaké míry je distanční výuka plnohodnotnou náhradou pro výuku prezenční. Je třeba reflektovat, že situace ve školách i kvalita distanční výuky se v průběhu času dynamicky vyvíjela. Podle výsledků ČŠI je například vidět posun v technologické vybavenosti jednotlivých žáků, díky čemuž se z 250 000 žáků, kteří se na jaře 2020 z tohoto důvodu neúčastnili distanční výuky, procento snížilo přibližně na pětinu. Stále však zůstává určitá skupina žáků, především těch ze sociálně slabého prostředí, jejichž zapojení do distanční výuky je nedostatečné (ČŠI, 2021).

Oproti jaru 2020 školy také měnily své vzdělávací strategie. Původně totiž některé školy překlápěly prezenční rozvrh do distanční formy 1:1, což ČŠI komentovala jako neefektivní. Na jaře 2021 již bylo škol, které dodržovaly původní prezenční rozvrh, méně než 10 %. Zároveň se v návaznosti na zkušenosti s distanční výukou část škol rozhodla redukovat ŠVP, a to především ve výchovách, částečně též v naukových předmětech (ČŠI, 2021). Obě tyto změny jsou zásadní pro snížení náročnosti učiva a tím i tlaku na jednotlivé žáky. Mezi další pozitiva distanční výuky lze zcela jistě započítat také zvýšení digitálních kompetencí žáků i učitelů, díky čemuž se vyrovnala propast mezi školami, které se již dříve věnovaly systematickému rozvoji digitálních kompetencí, a školami, které toto téma neměly jako prioritu. V neposlední řadě je pozitivem také to, že se řada pedagogů začala více zamýšlet nad způsobu hodnocení žáků.

ČŠI však reflektuje také problémy, které v českých školách i přes mnohá odborná doporučení přetrvávaly. Jedná se především o zanedbávání sociálního a psychického vývoje žáků, nízkou míru spolupráce mezi žáky v hodinách či vypnuté kamery po většinu času výuky. Pedagogové se více izolují od kolegů, v některých školách tak zcela vymizela kolegiální podpora. Zároveň chybí zjišťování zpětné vazby ohledně způsobů výuky od rodičů, potažmo žáků (ČŠI, 2021). Domníváme se, že se jedná o témata, se kterými by mohli být právě školní psychologové ve školách velmi nápomocni.

Kromě efektivity výuky je významným tématem souvisejícím s uzavřením škol také dopad na psychiku žáků, studentů i učitelů. Problematickým faktorem je především sociální izolace, která může vést k nárůstu deprese a úzkostí u dětí i dospívajících (Loades et al., 2020; Nearchou et al., 2020). Nárůst psychických problémů v dětské populaci u nás potvrzují také statistiky Linky bezpečí. Z hlediska tematické četnosti se objevil nárůst u tématu psychických obtíží (meziročně o 28 %), potíží na internetu (o 16 %), syndromu CAN (o 12 %) či rodinných vztahů (o 6 %). Výrazně narostla také četnost tématu kyberšikany a to s meziročním navýšením o 67 % (Linka bezpečí, 2020).

Připomeňme, že podle některých odborníků by rolí školního psychologa měla být mimo jiné právě podpora duševního zdraví a pozitivního sociálního klimatu ve školách (Gajdošová, 2017; Lazarová et al., 2017). Výsledky našeho výzkumu z doby před pandemií, kterého se zúčastnilo celkem 73 školních psychologů ze ZŠ v ČR, naznačují následující rozdělení činností práce školních psychologů (Palová & Šmahaj, 2020):

- individuální práce se žáky (35,92 %)
- skupinová práce se třídou (19,86 %)
- ostatní činnosti – administrativa apod. (16,56 %)
- práce s učiteli (15,38 %)
- práce s rodiči (12,27 %)

Pandemie Covid-19 však významně ovlivnila nejen fungování učitelů, ale právě i školních psychologů. Na otázky, jak moc se jejich náplň práce lišila v porovnání s dobou před pandemií a do jaké míry se jim dařilo naplňovat roli podporovatele duševního zdraví ve školách, jsme se pokusili odpovědět ve výzkumném projektu „CoronaUPWork – práce školních psychologů v době pandemie“.

V rámci tohoto projektu jsme provedli sběr dat formou rozhovorů a opakovaných dotazníků. Výsledky kvalitativního šetření (tedy rozhovorů) z první vlny pandemie shrnula ve své diplomové práci s názvem „Práce školního psychologa distanční formou“ studentka Univerzity Palackého v Olomouci Klára Šimková. Za využití interpretativní fenomenologické analýzy identifikovala celkem 5 hlavních témat, která se objevovala napříč rozhovory: *zaujetí role, postoj k distanční formě,*

komunikace, fungování školy a doporučení pro ostatní školní psychology. Jako kritická místa práce školních psychologů v době distanční výuky patřilo například chybění zpětné vazby (od žáků, pedagogů, vedení školy), navazování vztahu skrze technologie při prvkontaktech či nejistota v tom, jak moc má být psycholog proaktivní při hledání možných činností. Celkově se totiž objevil úbytek práce, vedení školy psychologům nezadávalo žádné úkoly (Šimková, 2020). Pro další informace odkazujeme čtenáře k nahlédnutí do zmiňované práce. Výsledky kvantitativního šetření stručně prezentujeme na následujících řádcích.

Metodologie

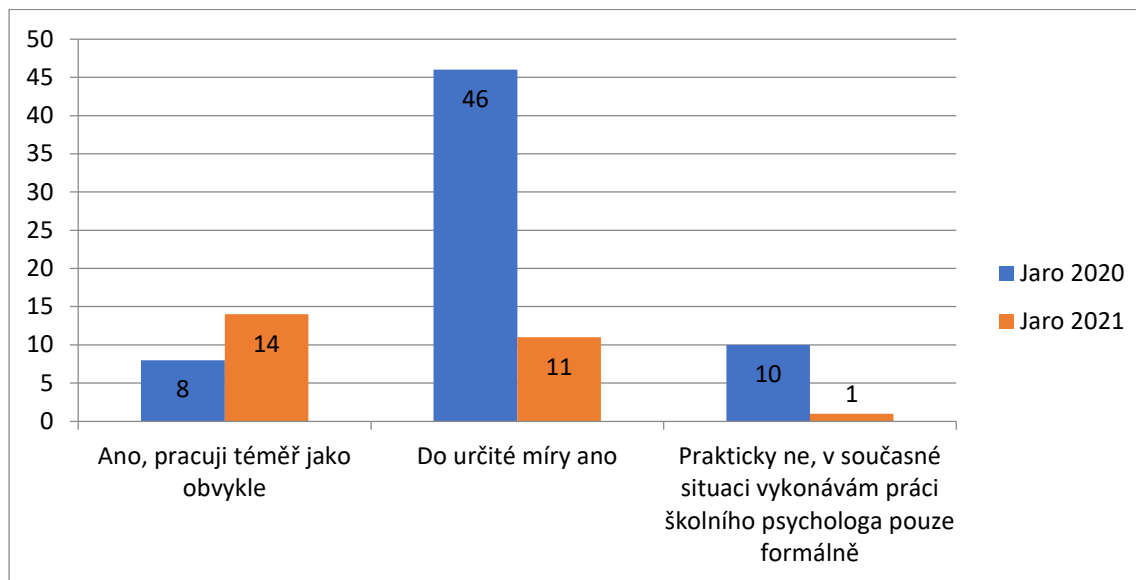
Data byla sbírána formou online dotazníkového šetření ve dvou vlnách, a to během dubna–července 2020 a května–června 2021. Odkaz na dotazník s prosbou o vyplnění byl rozeslán spolupracujícím školním psychologům v rámci organizace Škola porozumění a sdílení, profesním kontaktům autorek, a dále sdílen v zájmových skupinách na sociálních sítích a zveřejněn na stránkách Asociace školních psychologů ČR.

V první vlně dotazník vyplnilo celkem 64 respondentů (59 žen a 5 mužů) ve věku od 25 do 73 let ($M = 37,4$ let; $SD = 10,6$ let), jejichž délka psychologické praxe se pohybovala od 1 do 52 let (z toho praxe na pozici školního psychologa v délce 1 až 15 let) a výše úvazku od 4 do 40 hodin týdně (modus = 40 hodin, $n = 30$; druhá nejčastější hodnota = 20 hodin, $n = 29$).

Ve druhé vlně se podařilo získat odpovědi od 26 respondentů (22 žen, 4 mužů) ve věku od 25 do 53 let ($M = 35,2$ roku; $SD = 7,9$ roku). Délka psychologické praxe činila od 1 roku do 28 let, přičemž na pozici školního psychologa pracovali od 3 měsíců do 10 let, a to nejčastěji na poloviční úvazek (20 hodin, $n = 15$; druhá nejčastější hodnota = 40 hodin, $n = 10$). Vzhledem k tomu, že data nebylo možné spolehlivě spárovat s první vlnou (na začátku výzkumu jsme nepředpokládali takto dlouhodobý rozsah protiepidemických opatření), nelze s určitostí říct, do jaké míry se jednalo o téže respondenty jako na jaře 2020. Veškerá srovnání proto činíme pouze na základě deskriptivních statistik, s cílem poskytnout alespoň hrubou orientaci v množství a typu zakázek, které školní psychologové v jednotlivých vlnách řešili, a také jak se náplň jejich práce měnila v čase.

Výsledky

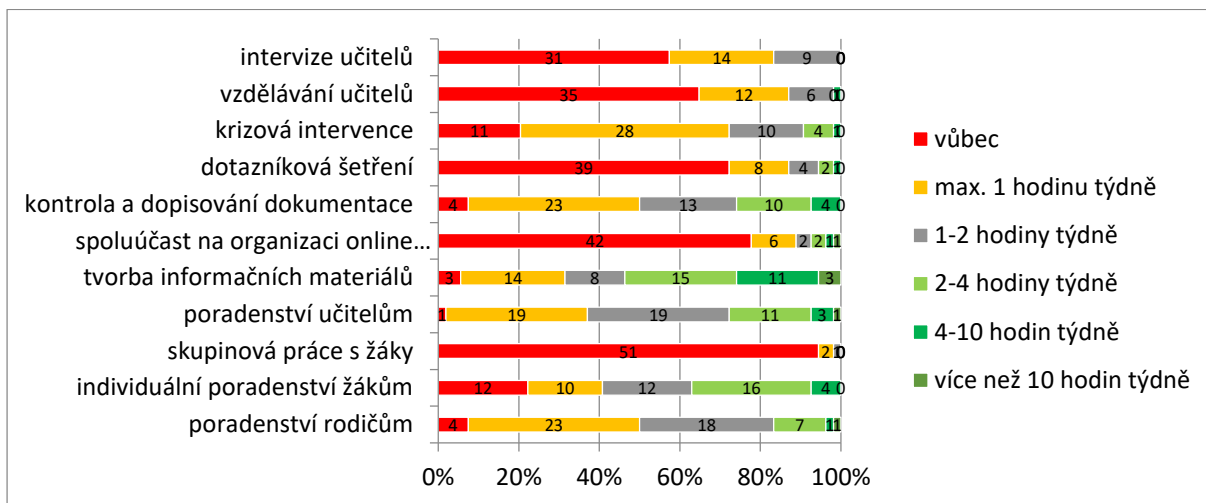
Na jaře 2020 přibližně dvě třetiny ($n = 44$) respondentů uváděly, že kromě pozice školního psychologa vykonávají i jinou práci, polovina ($n = 32$) také uváděla, že kromě toho pečují o někoho, kdo je na jejich pomoci závislý (děti, senioři...). Ve druhé vlně byly respondenty, kteří pracovali ještě někde jinde, přibližně tři čtvrtiny ($n = 20$), přičemž péči o někoho, kdo je na jejich pomoci závislý, uvedlo 14 osob – z toho polovina zároveň dodala, že tato péče koliduje s jejich prací. Co se týče odpovědí na otázku „*Vykonáváte i v současné době činnosti školního psychologa?*“, jejich srovnání z jara 2021 a 2021 přináší Graf 1. Jak je vidět, podíl osob, které práci školního psychologa vykonávaly „pouze formálně“ nebo jen „do určité míry“ byl ve druhé vlně relativně nižší (byť je potřeba brát v potaz celkově nižší míru návratnosti). Jako překážky pro výkon profese respondenti v první vlně nejčastěji udávali nezáměr o služby ze strany rodičů, dětí a učitelů, popř. zavření školy, odpověď respondenta ze druhé vlny pak byla: „*Změna zakázek a způsobu práce. Více krizovek a nulová práce se třídou, minimální poradenství a rozvoj.*“



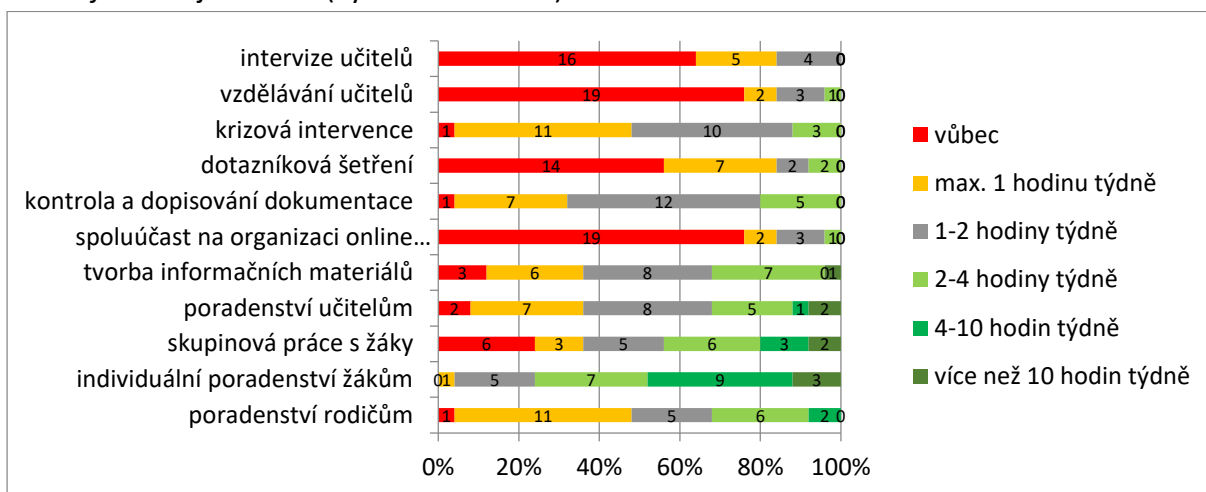
Graf 1. Absolutní četnosti odpovědí na otázku „Vykonáváte i v současné době činnosti školního psychologa?“ z jara 2020 a 2021

Ptali jsme se proto, jaké činnosti „v současné situaci“ školní psychologové realizují, a kolik času jim věnují. Srovnání situace z jara 2020 a 2021 nabízejí grafy 2 a 3. Jak lze vypožorovat, mezi nejméně frekventované aktivity v obou vlnách patřily vzdělávání a intervize učitelů, spoluúčast na organizaci zápisů a dotazníková šetření. Povzbuzující je, že na rozdíl od jara 2020 výrazně přibýlo skupinové práce se žáky, a to i přesto, že přibližně polovina respondentů dle svých slov tuto činnost vykonávala pouze, nebo „převážně“ distančně (viz Graf 4). S výjimkou individuálního poradenství žákům se také ve druhé vlně jednalo o aktivitu, které školní psychologové věnovali povětšinou nejvíce času. Mezi další časově náročné aktivity patřilo vedle individuálního poradenství žákům v obou vlnách poradenství učitelům a tvorba informačních materiálů, v menší míře pak poradenství rodičům a kontrola a dopisování dokumentace. Krizová intervence naproti tomu zabírala respondentům v první i druhé vlně povětšinou max. 1 až 2 hodiny týdně.

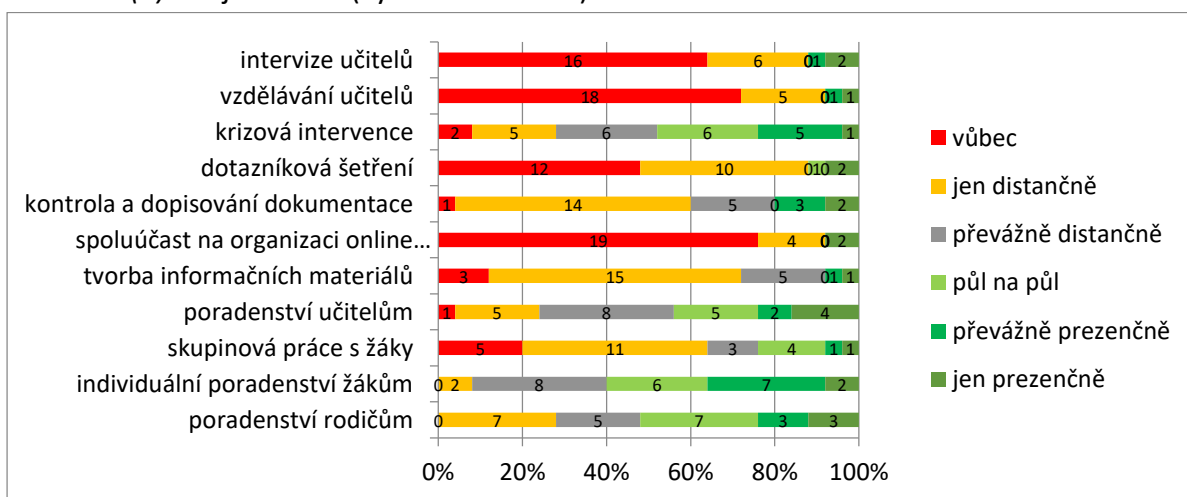
Ve druhé vlně, kdy naše dotazování probíhalo v období, v němž byl již provoz škol částečně obnoven, lze také sledovat, jakou formou výše uvedené aktivity školních psychologů probíhaly (viz Graf 4). Je zajímavé, že např. krizová intervence probíhala u necelé poloviny školních psychologů pouze, nebo „převážně distančně“, podobně jako poradenství učitelům, rodičům, a v menší míře také individuální poradenství žákům, byť zde byla častěji využita možnost převážně prezenčního poradenství. Na jaře 2020 většina dotázaných ($n = 43$) uváděla, že celkově má méně práce než obvykle, 10 osob pak uvedlo, že množství práce je stejné, a pouze jeden respondent označil, že má práce více. Oproti jaru 2020 pak v roce 2021 drtivá většina opovědí ($n = 13$) směřovala k tomu, že práce je nyní více; 11 osob odpověď neuvedlo, a pouze po jedné byla označena odpověď „mám méně práce“ a „mám stejně práce“. Zároveň respondenti ve druhé vlně udávali, že se na ně více než na jaře 2020 obracejí učitelé, rodiče i děti.



Graf 2. Absolutní četnosti odpovědí na otázku „Jaké činnosti teď v době uzavření škol realizujete?“ z jara 2020 (výběr z možností)



Graf 3. Absolutní četnosti odpovědí na otázku „Jaké činnosti jste v době částečného uzavření škol realizoval(a)?“ z jara 2021 (výběr z možností)



Graf 4. Absolutní četnosti odpovědí na otázku „Jakým způsobem jste tyto činnosti v době částečného uzavření škol realizoval(a)?“ z jara 2021 (výběr z možností)

Co se týče typů zakázek, na jaře 2020 řešili školní psychologové u žáků převážně úzkosti a různé typy obav (zkoušky, starost o blízké, budoucnost) či nejistot a stresu. Časté byly také problémy s látkou, jak se učit, případně zahlcenost/organizace času a nízká motivace. Zakázky mnohdy

směřovaly také ke *vztahovým problémům* (např. s rodiči, sourozenci apod.), popř. se týkaly pocitu *sociální izolace*. Problémy s úzkostmi a obavami přetrvávaly i na jaře 2021, kdy zároveň narůstala *demotivace až deprese* a mezi zakázky patřilo častěji i *sebepoškozování* či *sebevražedné myšlenky*. S tím se často pojila osamělost, nuda, rodinné a osobní problémy.

Z pohledu rodičů patřila mezi nejčastější zakázky na jaře 2020 *motivace dětí k učení*, zvládnutí potíží s učivem a učení doma. Dotazy směřovaly také na nastavení *denního režimu* a zvládnutí *zvýšené zátěže rodičů*, která se často projevovala také konflikty v rodině. Část rodičů také již tehdy projevila obavy o nástup dětí do školy, do první třídy. Podobně jako žáci pak rodiče na jaře 2021 silně vnímali nedostatečnou *motivaci k učení, neplnění povinností* a potíže ve zvládnutí online výuky (nechození na hodiny, špatný denní režim atp.). To se opět projevovalo *zhoršeným soužitím* doma a konflikty v rodině.

Učitelé se pak na školní psychology obraceli na jaře 2020 nejčastěji se žádostmi o radu stran *komunikace se žáky a rodiči, nastavení výuky a vzdělávání žáků s SVP*, potažmo v otázkách *psychohygieny, sdílení pocitů přetížení*, popř. i dalších *osobních problémů*. Na jaře 2021 pak podobně jako žáci a rodiče i učitelé nejčastěji řešili *demotivaci žáků, nepracující žáky* a s tím spojený *neúspěch*, jakož i *zhoršení vztahů ve třídě*, výskyt *kyberšikany* a všeobecného *vyčerpání*. Sami školní psychologové pak v otevřených odpovědích reflektovali nárůst psychiatrických diagnóz, ale také pozitivně kvitovali skutečnost, že se více učitelů zajímá o psychický stav žáků, a také se – stejně jako žáci – nebojí na ně opět obracet. Zároveň vnímali zlepšení v používání digitálních technologií na všech stranách, což zjednodušovalo vzájemnou komunikaci.

Diskuze

Při nástupu pandemie v roce 2020 nikdo netušil, jak dlouho lockdown potrvá, a nejspíš ani nebyl schopen dohlédnout všechny jeho dopady na žáky, rodiče, učitele, i práci školních psychologů. Kromě poukázání na sociální rozdíly a technickou vybavenost žáků (ČŠI, 2021), jakož i na úroveň ICT kompetence škol, učitelů, žáků a rodičů, se výrazně projevil vlivy sociální izolace. Podobně jako zahraniční výzkumy (Loades et al., 2020; Nearchou et al., 2020) i statistiky Linky bezpečí (2020) také naši respondenti pracující jako školní psychologové zaznamenali zvýšený výskyt demotivace až deprese, úzkostí a dalších psychických problémů žáků, jakož i zhoršení vztahů v rodině či ve třídě. Na konci druhé vlny, tj. na jaře 2021, bylo podle nich pozorovatelné vyčerpání všech aktérů – dětí, rodičů, učitelů, i jich samotných – ačkoliv na druhé straně si většina již osvojila prostředky komunikace na dálku a nebála se školní psychology oslovit. Pozitivně vnímáme především „návrat“ skupinové práce se třídou, která v období první vlny (jaro 2020) dle údajů našich respondentů téměř vymizela, nyní se však z hlediska časové dotace, zdá se, blíží situaci před pandemií (viz Palová & Šmahaj, 2020).

Pokud bychom si tedy měli z uplynulých téměř 2 let odnést poznatky do praxe, určitě bychom neměli zapomínat na důležitost udržování sociálních kontaktů a vzájemné komunikace. K tomu je potřeba nejen dostatečné technické vybavení – které podle zjištění ČŠI (2021) stále ještě řadě rodin chybí – ale i dobré nastavení komunikačních mechanismů, kanálů a zvyků. V tomto ohledu je důležitá spolupráce a zapojení všech aktérů a především dobré nastavení v rámci školy; zdá se být přínosné, pokud všichni zaměstnanci, školní psychologové nevyjímaje, používají víceméně stejné platformy, a zároveň se snaží o zajištění kvality na úkor kvantity. S tím souvisí i skutečnost, že v rámci distančního vzdělávání je potřeba se soustředit nejen na výkon, ale především na duševní zdraví žáků, potažmo i

rodičů a učitelů. V této oblasti může být podpora školních psychologů velmi užitečná a vítaná (Gajdošová, 2017; Lazarová et al., 2017).

V neposlední řadě je dobré si připomenout, že výše uvedené poznatky nemusí platit pouze pro nouzový stav, ale mohly – či lépe řečeno by měly – být běžnou součástí „normálního“ fungování škol. Nezbyvá tedy než doufat, že zkušenosti z uplynulých let pomohou pozitivně ovlivnit chod českých škol a práci školních psychologů i v budoucnu.

Literatura

- ČŠI. (2021). *Tematická zpráva: Distanční vzdělávání v základních a středních školách. Přístupy, posuny a zkušenosti škol rok od nástupu pandemie nemoci covid-19.* https://www.csicr.cz/Csicr/media/Prilohy/2021_přilohy/Dokumenty/TZ_Distancni-vzdelavani-v-ZS-a-SS_brezen-2021.pdf
- Gajdošová, E. (2017). Nové výzvy a nové úlohy školských psychologů v kontexte evropské a slovenské politiky zdraví. *Školský Psychológ / Školní Psycholog*, 18(1).
- Lazarová, B., Hloušková, L., Pol, M., & Trnková, K. (2017). Proměny práce školních psychologů v proinkluzivně naladěných školách. *Pedagogická Orientace*, 27(2), 287. <https://doi.org/10.5817/PedOr2017-2-287>
- Linka bezpečí. (2020). *Linka bezpečí: Děti řeší nejčastěji psychické potíže.* https://spolek.linkabezpeci.cz/getattachment/Pro-media/Tiskove-zpravy/TZ_Linka-bezpeci_Deti-resi-nejcasteji-psychicke-potize_2020.pdf.aspx
- Loades, M. E., Chatburn, E., Higson-Sweeney, N., Reynolds, S., Shafran, R., Brigden, A., Linney, C., McManus, M. N., Borwick, C., & Crawley, E. (2020). Rapid Systematic Review: The Impact of Social Isolation and Loneliness on the Mental Health of Children and Adolescents in the Context of COVID-19. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 59, 1218–1239. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2020.05.009>
- Nearchou, F., Flinn, C., Niland, R., Subramaniam, S. S., & Hennessy, E. (2020). Exploring the Impact of COVID-19 on Mental Health Outcomes in Children and Adolescents: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(22), 1–19. <https://doi.org/10.3390/IJERPH17228479>
- Palová, K., & Šmahaj, J. (2020). Práce školního psychologa se třídou na základních školách. *E-Psychologie*, 14(1), 1–18. <https://doi.org/10.29364/epsy.363>
- Šimková, K. (2020). *Práce školního psychologa distanční formou* [Univerzita Palackého v Olomouci]. https://theses.cz/id/p9o1fk/Simkova_DP.pdf

Průřez aktivitami školního psychologa v době uzavřených škol

Mgr. et Mgr. Kamila Tóthová, DiS.

ZŠ Krátká, Klášterec nad Ohří

Uzavření škol jsem brala jako velkou výzvu naučit se něco nového. To museli ostatně dříve či později udělat všichni pedagogové i žáci. Naučit se pracovat v online prostředí nebyl až takový problém, ani pro mne ani pro mé klienty. Stačil mi vždy kontakt na rodiče či žáky a snadno jsme se domluvili, jak a kdy se sejdeme. Na stávající klienty jsem kontakt měla v informovaném souhlasu (jak užitečná věc!) či v mailu, pokud jsme si psali touto formou. U nových klientů jsem spoléhala na pedagogy, že mne s ohroženými žáky propojí. A tak mohly bez problémů od začátku uzavření škol probíhat individuální konzultace. Nejčastěji jsem konzultovala výsledky vyšetření profesní orientace, které jsem naštěstí realizovala před uzavřením škol. Dalším často konzultovaným tématem byla prokrastinace žáků, důsledky sociální izolace a úzkost z návratu do školy.

Složitější se zdála být práce s třídními kolektivy, která je podstatnou částí mé práce ve škole. Zpočátku jsem se inspirovala tím, co dělali jiní školní psychologové. Protože nám chybí metodické vedení (a v našem regionu o školního psychologa nezavadíš), výborným a vlastně jediným zdrojem inspirace pro mne byla a stále je FB skupina Školní psychologové. Tam jsem získala užitečné tipy pro vedení třídnických hodin v online prostředí a také další nápady, například pro setkávání s pedagogy. Na škole, kde pracuji, byl zájem pouze o třídnické hodiny, ačkoliv jsem nabízela více typů online služeb. O třídnické hodiny však mělo zájem pouze několik pedagogů, někteří (zcela logicky) argumentovali tím, že žáci tráví až příliš času online. Někteří si třídnické hodiny dělali sami či zařazovali různé dílčí aktivity do svých hodin. I tak se podařilo pár povedených hodin realizovat. Díky nim se mi potom ozývali žáci i individuálně, bylo to pro ně snazší než kontaktovat někoho, koho téměř neznají.

Ve spolupráci s MAP Chomutovsko jsem potom sdílela s pedagogy své zkušenosti s online třídnickými hodinami – připravila jsem pro ně takovou ukázkovou třídnickou hodinu, kterou si vyzkoušeli v pozici žáků. V následné diskusi se i oni podělili o své vlastní tipy. Zájemců o workshop bylo celkem dost a někteří pedagogové potom takové třídnické hodiny sami realizovali. Psali si potom o další tipy na aktivity vhodné do online prostředí.

Přemýšlela jsem, co dalšího z mé běžné praxe lze převést do online prostředí a o co bývá mezi klienty většinou zájem. Pravidelně vedu skupinu pro žáky druhého stupně zaměřenou na podporu učebních stylů. Žáci se jednou týdně praktickou formou učí zásadám efektivního učení. Zájem o ni často mají žáci s poruchami učení a pozornosti, ale také žáci, kteří jsou motivovanými budoucími studenty. Tuto skupinu se snažím dělat zábavnou formou. Hrajeme na ní i nejrůznější deskové hry, při kterých se trénuje paměť, pozornost atd., pracujeme s pracovními listy, s články, testujeme paměť a studijní styly. Skupinu nazývám Posilovna pro mozek. Pro online verzi této dětské skupiny jsem připravila tři setkání nadupaná tipy pro efektivní učení. Žáci měli možnost seznámit se s mnemotechnickými pomůckami, myšlenkovými mapami, metodami efektivního učení (například s metodou loci) a mobilními aplikacemi (pro výuku jazyků, pro zlepšení pozornosti atd.). Nemohly

chybět ani hry – Aktivity online, Wordwall, Co se změnilo. Skupina byla otevřená všem zájemcům, konala se vždy ve středu odpoledne, mohl se připojit kdokoliv z druhého stupně. Bohužel informace o prvním setkání doputovala jen do jedné třídy, ze které se přihlásila pouze jedna žákyně. Přesto jsem to nevzdala a o propagaci požádala výchovnou poradkyni, která má přeci jen ve škole větší slovo (já jsem na škole nová). Pro každé setkání jsem měla připravenou prezentaci a další materiály, tyto materiály potom zůstávaly v Učebně, kde si je žáci mohli dodatečně najít a stáhnout.

Když nastalo období zápisu do prvních tříd, uvědomila jsem si, že bych měla také připravit besedu pro rodiče budoucích prvňáčků zaměřenou na přípravu na vstup do školy. Na škole, kde nyní pracuji, jsem tu možnost zatím neměla, dříve jsem ji ale každým rokem připravovala. Účast nebývala nikdy vysoká. Rodiče se přišli seznámit s prostředím školy, jen někteří z nich nakonec přišli na besedu. Mé očekávání bylo takové, že účast bude rovněž nízká, obzvláště kvůli tomu, že beseda měla proběhnout online a s rodiči budoucích prvňáčků se zatím neznáme. Připravila jsem letáček, který škola sdílela na FB a webu školy a byl také vyvěšen na budově školy. Paní sekretářka mi vypsala všechny mailové adresy rodičů přihlašujících své děti do první třídy. Ty jsem potom obeslala s letáčkem a informací o způsobu připojení. Čas jsem volila takový, aby se mohli zúčastnit i pracující rodiče, tedy v podvečer. Připravila jsem prezentaci, na ukázkou nejrůznější pomůcky, knížky, hry. Beseda se prakticky nelišila od besedy realizované naživo. Účast rodičů byla překvapivě vysoká. Kromě počtu účastníků jsem byla příjemně překvapena i jejich aktivitou. Nestyděli se mít zapnuté kamery a veřejně se doptávat. Uvědomila jsem si, že jsme v tomto asi všichni udělali velký pokrok a doba nás (i když ne dobrovolně) naučila používat tyto technologie 😊.

TIPY PRO VAŠE STUDIUM

JAK SE UČIT EFEKTIVNĚ

Uč se s
někým, mluv
o tom nebo si
představuj,
jak to říkáš
nahlas

Namluv si
záznam na
telefon, najdi si
video, která ti
pomohou učení
pochopit

Nauč se nové
způsoby učení,
jako jsou
mentální mapy
nebo
mnemotechnické
pomůcky

Piš si
poznámky,
při čtení z
učebnice si
dělej
výpisky

Potřebuješ
klid, aby ses
lépe
soustředil a
informace
dobře
vstřebal

Obrázky ti
pomohou si
informace lépe
uložit. Kromě
těch v učebnici
si můžeš
nakreslit svoje

Kromě klidu na učení ti pomůže čerstvý vzduch, vhodné místo k učení, pitný režim, dostatek spánku, vhodná poloha při učení (vleže nejspíš usneš), nemít ani hlad ani příliš plné břicho.

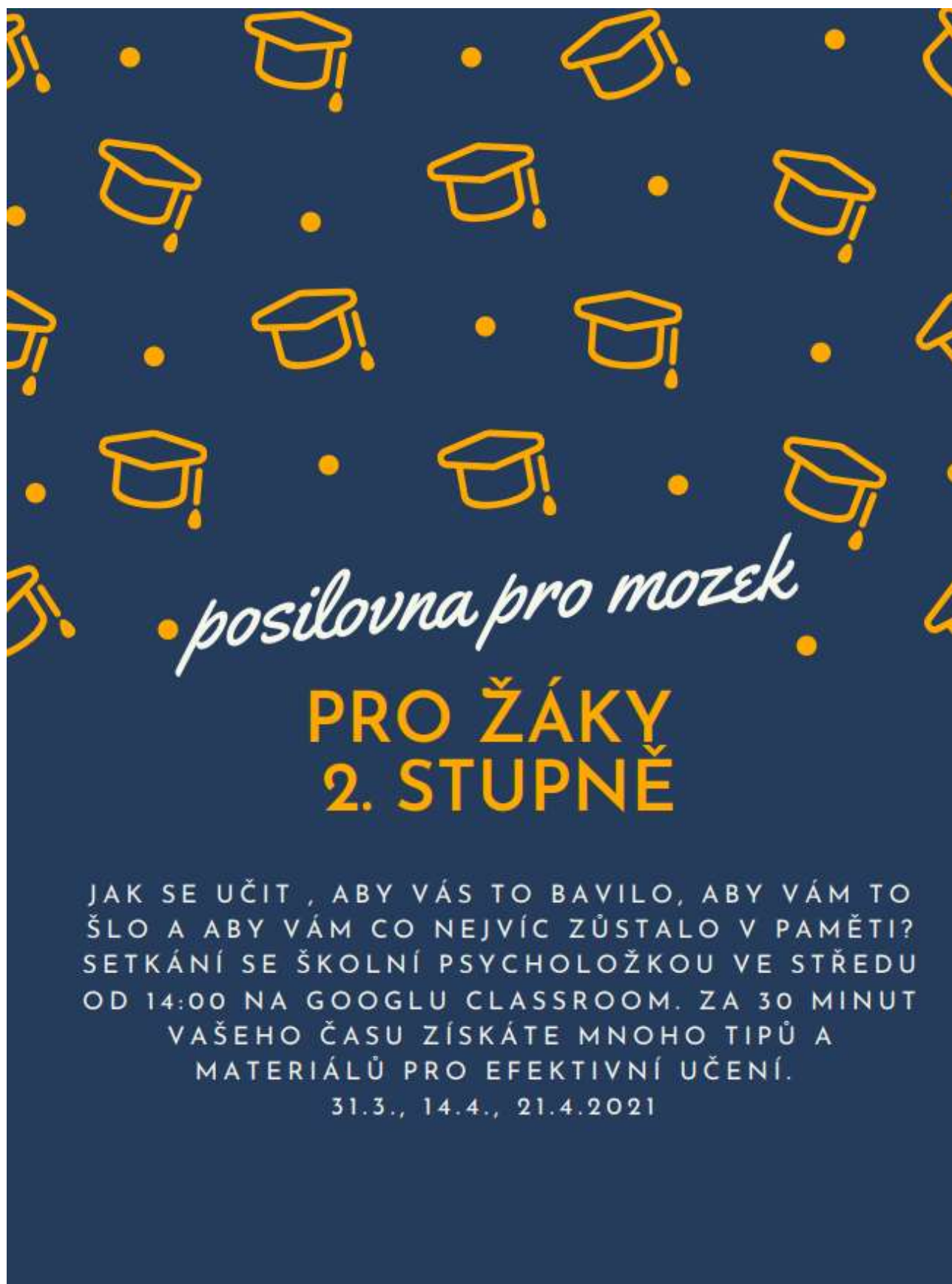
kamila.tothova@seznam.cz



BESEDA SE ŠKOLNÍ PSYCHOLOŽKOU

**BUDEME MÍT
PRVNĚČKA**

**ONLINE SETKÁNÍ RODIČŮ BUDOUCÍCH
PRVNĚČKŮ SE ŠKOLNÍ PSYCHOLOŽKOU MGR.
KAMILOU TÓTHOVOU. BUDEME SI POVÍDAT O
TOM, JAK PŘIPRAVIT DÍTĚ NA VSTUP DO
PRVNÍ TŘÍDY, O ŠKOLNÍ ZRALOSTI A
PŘIPRAVENOSTI.
SETKÁNÍ SE USKUTEČNÍ ONLINE, ODKAZ NA
GOOGLE MEET OBDRŽÍTE MAILEM.
BUDU SE NA VÁS TĚŠIT
5. 5. 2021 V 16:00
KONTAKT: KAMILA.TOTHOVA@SEZNAM.CZ**



posilovna pro mozek

**PRO ŽÁKY
2. STUPNĚ**

JAK SE UČIT , ABY VÁS TO BAVILO, ABY VÁM TO ŠLO A ABY VÁM CO NEJVÍC ZŮSTALO V PAMĚTI? SETKÁNÍ SE ŠKOLNÍ PSYCHOLOŽKOU VE STŘEDU OD 14:00 NA GOOGLU CLASSROOM. ZA 30 MINUT VAŠEHO ČASU ZÍSKÁTE MNOHO TIPŮ A MATERIÁLŮ PRO EFEKTIVNÍ UČENÍ.

31.3., 14.4., 21.4.2021

Online otevřený klub se školní psycholožkou na ZŠ Horníkova Brno

Mgr. Jiřina Juříčková

ZŠ Horníkova Brno

V období, kdy se děti musely vzdělávat distančně, jsem kromě jiného realizovala v rámci své práce školního psychologa na základní škole dva typy pravidelných online skupinových aktivit. Šlo jednak o pokračování prezenčního klubu sociálních dovedností Pohodář a jednak o aktivitu novou, tzv. otevřený klub se školní psycholožkou. Chtěla bych se o zkušenosti s realizací této aktivity podělit.

Na podzim 2020 jsem s klubem začala, byla to moje nabídka reflektující náhle vzniklou situaci, kdy děti musely zůstat doma a některé z nich ventilovaly negativní pocity ze své izolovanosti a osamění. Nabídla jsem jednou týdně online prostor k volnému povídání, příp. společným aktivitám a hrám. Pravidelně se účastnilo kolem 10 dětí. Po určité době jsem však vnímala potřebu nějaké změny a velmi mě lákalo nabídnout kluby tematicky zaměřené. Tento nápad jsem poté od ledna do května 2021 realizovala a postupně díky tomu sbírala cenné zkušenosti.

Změna nabídky měla úspěch (celkově je mojí zkušeností, že v době distanční výuky měla obměna, nová nabídka, jiné způsoby čehokoliv pro děti velkou cenu, jako protíváha monotónnosti výuky s velkými nároky na pozornost). Současně téma klubu přinášelo tuším pro určitý typ dětí jakýsi pocit bezpečí a předvídatelnosti (více než naprosto otevřený prostor). Začalo se mi přihlašovat více dětí, konkrétně kolem 20. Někteří chodili pravidelně, jiní se přihlásili jednorázově se zájmem o konkrétní téma. Jako malou vsuvku nyní vložím, že pro několik z dětí navštěvujících můj klub to byl krůček k pozdějšímu vyhledání osobní konzultace případně navázání delší spolupráce se mnou posléze, po návratu do školy. Před každým klubem jsem prostřednictvím elektronického systému posílala všem žákům školy pozvánku s tématem, které jsem se snažila vždy formulovat tak, aby zaujalo a vzbudilo zvědavost. Vypadalo to třeba takto:

„Milí žáci, v pátek jsou čarodějnice. Pro zájemce nebude chybět ani náš klub. Tentokrát bude o NÁLADÁCH. Kde se berou, co má na ně vliv, jestli s nimi jde něco dělat a co si počít, když má člověk fakt blbej den. Uvaříme si alespoň virtuálně kotel dobré nálady.“

„Milí žáci, teď pozor! Chcete zjistit, jak spolehlivě ztratit kamarády? Přijďte v pátek ve 14.00 na oline klub!“

„Milí žáci, zvu vás opět v pátek na otevřený klub. Posledních několik setkání je naším tématem stres a jak nás někdy dokáže potrápít. Dostali jsme se k tomu, že jsou různé metody, které se můžeme naučit, aby nám pomáhaly s ním bojovat. Tento pátek si vyzkoušíme metodu zklidňujícího dýchání a relaxace.“

„Zvu děti i tento pátek na otevřený klub. Minulý týden jsme si s Mr. Beanem ukázali, co je to stres a jak se projevuje. Tentokrát se zastavíme u toho, jaký vliv může mít stres na naše tělo. Proč je nám někdy před testem špatně nebo nám buší srdce, když se něčeho bojíme. A hlavně - co můžeme dělat, aby to bylo lepší.“

„V pátek 12.2. ve 14.00 zvu děti na další pokračování otevřeného klubu. Tentokrát nás čeká malá demonstrace toho, proč je mnohem výhodnější dávat pozor při výkladu a učit se průběžně. Věřím, že to nebude tak nudné, jak to zní!“

Současně jsem vždy dodávala, že účast není podmíněna účastí na předchozích setkáních. Automaticky oznámení o klubech dostávali i rodiče, kteří také průběžně na moje vedení klubů veskrze pozitivně reagovali, ozývali se s poděkováním a oceněním. Pozvánky jsem zasílala i pedagogům - jednak tím pádem věděli o mé činnosti v této době a současně mohli případně nasměrovat a povzbudit k připojení konkrétního žáka, o kterém předpokládali, že by mu mohla být účast ku prospěchu. Nejčastěji se účastnili žáci ze 3.-7. ročníku, ale byly i výjimky na obě strany.

Když bych měla shrnout **obecnější poznatky** z vedení těchto klubů, považuji za důležité tyto:

- Cílem těchto klubů není vytvořit systematický webinář s maximem faktů. Nesmí jít o přednášku a pouze pasivní naslouchání, ale osvědčuje se mi na začátku něčím zaujmout (buď evokovat prožitek nebo myšlenkový proces nějakou zajímavou otázkou), poté vést s dětmi diskusi s maximem jejich zapojení, tu průběžně obohacovat a „přiživovat“ a až na konci citlivě vložit nějaké závěry, náměty z psychologie, shrnout průběh a to, k čemu jsme došli.
- Sama pro sebe jsem si cíl shrnula tak, že chci, aby dítě, když se ho rodič po setkání zeptá, o čem to bylo, bylo schopné v jedné větě shrnout téma a přidat něco, co ho zaujalo, co si uvědomilo nebo co se rozhodlo vyzkoušet. Klidně i s čím nesouhlasilo a chtělo by se o tom dozvědět víc. Stalo se mi několikrát, že se žáci k tématu vraceli, ať už na dalším setkání nebo soukromě.
- Explicitně jsem vždy na začátku setkání zopakovala pravidla a na nich si trvala (oceňuji aktivní zapojování, ale nenutím, oceňuji zapnuté kamery, o slovo se hlásit a snažit se mluvit k věci, naslouchat si navzájem).
- Na konci každého setkání jsem nabízela možnost domluvit si i osobní konzultaci. Souvisí to mimo jiné i s tím, že online forma neumožňuje být tolik v přímém kontaktu s emocemi dětí a mít kontrolu nad tím, v kom téma jak rezonuje. Může se stát, že je potřeba popovídat více do hloubky nebo téma dotáhnout pro dané dítě do pro něho akceptovatelných a užitečných závěrů či ošetřit vzniklé emoce.
- Pokud bych měla prostor, bylo by vhodné a funkční rozdělit setkání na 1. a 2. stupeň, přeci jen potřeby dětí na spektru celé základní školy jsou s věkem rozdílné a při spojení je to vždy „něco za něco“.
- Velkou pomocí pro mě byla kolegyně, která se mnou klub vedla a byla mi oporou při plánování, průběhu i hodnocení klubu. Pomáhala mi sledovat průběžně reakce dětí, vyvolávat je, sdílet obrazovku, sledovat reakce dětí v chatu, řešit technické problémy a v neposlední řadě vnímat smysluplnost tohoto typu práce, když jsem zapochybovala.
- Mým osobním poznatkem, který si uvědomuji zpětně je, že mnohem lepší pocit ze setkání jsem měla v těch případech, kdy jsem měla sice klub pečlivě nachystaný, ale současně jsem byla schopná a ochotná se této přípravě striktně nedržet a spíše se „napojit“ na děti, na jejich prožívání, reakce – a na ty reagovat.

Témata jsem volila v jakýchsi cyklech a nápady se rodily postupně, na základě interakce s dětmi, vnímání jejich vyřčených i nevyřčených potřeb. Někdy jsem dětem dala na výběr z několika možností na příští setkání. Někdy přišel někdo z nich s návrhem. Někdy jsem viděla, že téma děti zaujalo a zastavili jsem se u něho ještě na další setkání. Věnovali jsem se postupně těmto tématům:

- Cyklus o efektivním učení (zahrnující blok o motivaci, o paměti a práci s ní, o učebních stylech, resp. sebepoznání v této oblasti a rozšíření si spektra způsobů, jak ke studiu přistupovat, dále pak setkání o plánování a systematickosti učení)
- Cyklus o stresu (prožívání akutního stresu, jeho projevy na různých úrovních, tělesné příznaky stresu a práce s nimi, setkání na téma relaxačních technik s možností vyzkoušení si několika jejich typů – z důvodu velkého zájmu dětí rozděleno na dvě setkání)
- Spánek
- Kamarádství a dobré vztahy
- Sourozenecké vztahy
- Nálady a práce s nimi
- Emoce
- Superschopnosti (ve smyslu poznání svých silných stránek, rozvíjení a růstu a spojením této tematiky s životní spokojeností)

Online prostor člověka ve vedení setkání v některých ohledech omezuje, ale dle mých zkušeností proaktivní přístup může člověka vést i k nalézání nového. To se týká hlavně **metod a technik**, které člověk může při tomto typu práce využít. Stálo mě to dost hodin různého hledání a zkoušení, ale nabitě dovednosti oceňuji i pro další práci. V případě otevřeného klubu je nutné, aby setkání bylo především zajímavé, různorodé a maximálně interaktivní. Příklady technik, které jsem průběžně v obměnách využívala:

- krátká videa k uvedení do tématu nebo pro další diskusi (vystřihovala jsem různé části pohádek a filmů, vyhledávala audiovizuální tvorbu k tématu, někdy využila i populárně naučné video na určité téma)
- brainstorming nápadů a tipů pomocí různých aplikací typu Mentimeter – burza nápadů na jakékoliv téma, se kterou následně pracuji, doptávám se, třídím... a posléze navážu dalším krokem v programu
- obecně jakákoliv vizuální opora k tématu, Powerpoint prezentace, obrázky, memy, sdílení postupně doplňovaného obrázku v programu Malování, různá vizuální přirovnání...
- jednoduché kvízy k tématu – např. typu „proč si myslíte, že...?“
- scénka na uvedení do tématu – s využitím věcí kolem sebe, plyšáků, maňásků apod.
- metoda, kterou nazývám „fiktivní klient“ – popíši situaci žáka, který za mnou přišel s určitým tématem a nechávám si od dětí pomoci, co by mi dle svých zkušeností poradili, zda tento problém znají, jestli jim něco zabírá apod.
- široká paleta aktivit a her – sdílení a vybírání obrázků k výběru aktuální nálady, kolo štěstí na různých platformách, variace na Kimovu hru apod.
- práce s tělem – mnohé techniky, které využíváme pro práci ve škole, lze využít i online (někdy i s pozitivním efektem, že se děti nestydí to udělat) – např. představ si situaci, která tě velmi stresuje a polož ruku tam, kde ten stres na těle nejvíce cítíš
- relaxace imaginativního typu (ke kterým se dají využít i sdílené obrázky, videa na Youtube k nácviku relaxačního dýchání, imaginativní příběhy apod.)

Příklad setkání otevřeného klubu – téma Úvod do problematiky stresu

Osnova setkání:

1. video Mr.Bean https://www.youtube.com/watch?v=gZujYUcY5xc&ab_channel=MrBean
2. diskuse o tom, jak na druhém (potažmo na sobě) poznáme, že je člověk ve stresu
3. aktivita: představ si situaci, která v tobě budí největší stres a napiš do aplikace Mentimeter, jak ho vnímáš

Jak na sobě cítíš stres?



4. v Malování vkládám obrys lidského těla a shrnuji zkušenosti dětí z předchozí aktivity – barevně zaznačuji orgánové soustavy, v rámci kterých vnímáme stresovou reakci
5. velmi stručně vysvětluji mechanismus akutní stresové reakce – za pomoci vizuální opory



6. otázka na žáky, co jim v situaci stresu pomáhá + diskuse + sdílení obrázku s nápady proti stresu (+ malý úkol na závěr: vyber si jednu aktivitu z obrázku a dnes ji vyzkoušej)

50 NÁPADŮ PROTI STRESU PRO DĚTI

- 1. ZAJEŽDI SI NA KOLE NEBO SKATU
- 2. KEMAL SI O PONOC
- 3. POUKŮJ BUBNY
- 4. VYBARVUJ KRETLI MAMU
- 5. POSLUCHAJES HUDBU
- 6. ZAHREJ SI DESKOVKŮ
- 7. POHRAB SI SE SLIŽEM PLASTELINOU
- 8. GUMIČKOUS HÁČKŮJ VYŠIVĚJ
- 9. BUŇ MILÝ A LASKAVÝ SÁM K SOBĚ
- 10. TVOŘ SI DEKČEK, KOLÁŽ
- 11. CHŮJ JÓGU
- 12. VLEZ NA STROM NEBO HO OBEJDI
- 13. ZAPROBUJ SI ZAHÁJEDU, ZABOJŮJ
- 14. PÍŠ SI DENÍK NEBO MÁMĚ DOPIS
- 15. ZKLDŇ SI POHÁLU A ZMLUBOKA PŮCHEJ
- 16. POUKŮJ SI POHÁLU SI SE ŽURČÁTKEM
- 17. NĚJ SI
- 18. USNEJ SE, ZAHNEJ SE
- 19. JE ZDRAVĚ
- 20. ZAPOMĚJ NA TO ŠKÁTNĚ, ODPUŠT
- 21. NĚJ UNĚ NEBO UPEČ
- 22. PORÁDNĚ SE VYŠM
- 23. DEJ SI SPRCHU NEBO VANU
- 24. S RŮŽIC H
- 25. ŽANĚ PROMĚTERAPI (NĚJ VONAVĚHO)
- 26. ŽANĚ SI NEBO ZATANĚ
- 27. ŽANĚ SI NĚJAKE POZDRAVENÍ („TO DĚJÍ“)
- 28. UDĚLEJ NĚJ PRO PLANĚTU
- 29. ZANĚRDIČI, PŮČI O ROSTLINĚ
- 30. BĚJ NA PROCHÁZKU, VYĚJ NEBO SI ZAHĚJ
- 31. NĚJ NOUBŮJ SI MÁČ NEBO ZAHĚ
- 32. ŽANĚ SE DO KNIHY NEBO ČASOPISU
- 33. PROBLĚDŇ V OBĚZKY, FOTKY NEBO JE VYTVOR
- 34. ZANĚRDIČI, PŮČI O ROSTLINĚ
- 35. PŘEDSTAVŮ SI NĚJAKĚ PŘIJEMNĚ NĚJ
- 36. VĚJŮJ SI PŘIJEMNĚ ŽADĚTIVOSTEM
- 37. VYPLAČ SE
- 38. DEJ SI TERU ČŇ NEBO KAKAO
- 39. POUČI ANTIŠTRĚSŮV HČEK NEBO POMŮČU
- 40. SKLĚJ PŮČI
- 41. BĚJ SI POHÁB VEN
- 42. UKLĚJ ORGANIZÁČ DĚJ PORÁDEK
- 43. VYTVOR ORIGAMI
- 44. S NĚJ SI OBEJDI
- 45. ŽANĚ SI
- 46. ZASKÁKĚ SI NA TRAMPOLĚ
- 47. DEJ SI PŮČU, ŽANĚ SI, ODPOČÍ SI
- 48. PŮČĚ NĚJAKO ŽINĚJ
- 49. ŽANĚ SI
- 50. NĚJ POSTAV
- 51. PŮČU SI S NĚJ, KONU DŮVĚČUČĚJ

Začátek v (ne)správný čas

**Mgr. Kristýna Zrůstová,
ZŠ Heřmanův Městec**

Minulý školní rok byl pro mnohé z nás něčím specifický. Mně se těch zvláštností sešlo hned několik najednou. Nastupovala jsem zpět do práce po mateřské dovolené, a to na školu, kterou jsem i já jako žákyně devět let navštěvovala. Základní škola v mém rodném městě má bohatou tradici a kvůli své spádovosti se jedná o skutečného obra, co se týče prostor i množství žáků. Takřka v každém ročníku jsou 4 třídy. A já jsem sem nastupovala v září 2020 jako první školní psycholog v historii této školy, na půl úvazku, s první vlnou covidu za sebou a s druhou (netušenou) před sebou. Nešťastné načasování? Souhlasím.

Jestli jsem se na něco těšila, tak to byla možnost začít si to orat pěkně od začátku po svém, zkrátka, že nebudu přebírat po někom štafetu. Trochu jsem se obávala spolupráce s budoucími kolegy, svými bývalými kantory. Ale strach byl vzájemný. Někteří se mi později svěřili, že se mi báli nabídnout tykáni, právě kvůli tomu, že jsem psycholog. Už od přípravného týdne jsem se snažila být součástí školy, jak jen to šlo. Obešla jsem si všechny třídy, představila sebe i svou práci, učitelům prvního a druhého stupně jsem na zvláštních setkáních předvedla vybrané techniky pro práci se třídami (Dixit karty, Emušáky, ledolamky, zásady komunitního kruhu atd.), korzovala jsem po chodbách, zajímala se, co se kde děje. Pokud jsem opravdu nepotřebovala klid na práci, nechávala jsem si dveře od kanceláře otevřené, aby se mohl kdokoli kdykoli zastavit na kus řeči, nebo jen tak nakouknout, že se u mě není čeho bát. Žádné polstrované zdi ani kazajky, elektřina bezpečně v zásuvkách. A opravdu se začali objevovat první zájemci o mé služby, ať už z řad učitelů nebo žáků. Od září byl nově platný zákaz vnášení a pití energetických nápojů v budově školy. Napadlo mne vytvořit na toto téma pracovní listy, které by byly podkladem pro diskuzi na toto téma (příloha č.1). Ve chvíli, kdy už se spolupráce začala oboustranně rozvíjet, přišla distanční výuka. Přiznám se, že jsem zpočátku vůbec nevěděla, co budu dělat, jak budu pracovat. Měla jsem chuť s tím praštit, připadalo mi, že jsem opět na začátku. Naštěstí se tahle vlna frustrace brzy přelila a já se postupně dostávala zpět do hry. Většina žáků neměla absolutně žádný problém s online konzultacemi, podařilo se i několik třídních programů.

Každý týden jsem na školních Teams nechávala učitelům nějaký vzkaz: na aktivity a materiály pro žáky, na webináře...vždy s nabídkou spolupráce. Kontaktovala jsem bývalou kolegyni z předchozího pracoviště s prosbou o online setkání, během něhož by nám představila aplikace, které využívá ve výuce. Taková ukázka dobré praxe. Kolegové i já jsme byli nadšení. V době největšího temna, kdy ve škole nebylo ani živáčka, jsem pro žáky nahrála krátké motivační video, kde jsem je vyzvala k tomu, aby se naučili rytmickou hru na Cup song a že si ji pak společně ve škole zahrajeme. Po návratu do školy mne pak žáci z různých tříd s nadšením ukazovali, jak se toho chopili.

Nejnáročnější období pro mne nastalo ve chvíli, kdy se uzavřely i mateřské školy. Online konzultace v domácnosti, kde působí i 3 leté dítě, zkrátka neproběhnou v klidu, i kdybyste ho zavalili sladkostmi a pustili mu nekonečnou smyčku Tlapkové patroly. Naštěstí jsme na tom byli všichni stejně. A tak se malí narušitelé vysílání často stali komunikačním mostem, společným tématem: „no

jo, my máme malou taky doma, počkejte za chvíli nám vběhne do záběru, už ji slyšíme, jak jde...”
Anebo: „*Chce pustit tuhle pohádku? Jéééé na tu jsem taky jako malá koukala....”*

Většinu školního roku jsem měla v provozu nástěnku na chodbě vedle svých dveří. Ale nejen tu informační s letáky, ale také jednu menší s nápisem VEM SI, CO DNES POTŘEBUJEŠ a s lístečky, které si mohli žáci libovolně rozebírat. Na lístečcích byly smajlíky, povzbudivá slova, pochvaly, hlášky ze seriálů a filmů. Měnila jsem i design lístečků od neonových barev, přes vánoční a jarní motivy až po třešňové s přáním pohodových prázdnin. Největší zájem byl o obdélníčky bublinkové folie s nápisem ANTISTRESÁK. Každý den jsem nástěnku doplňovala. Inspirovala jsem se na Pinterestu pod heslem *school psychologist*. Nejvíc mne potěšilo, když jsem několik svých lístků zahlédla i na nástěnkách učitelů ve sborovně.

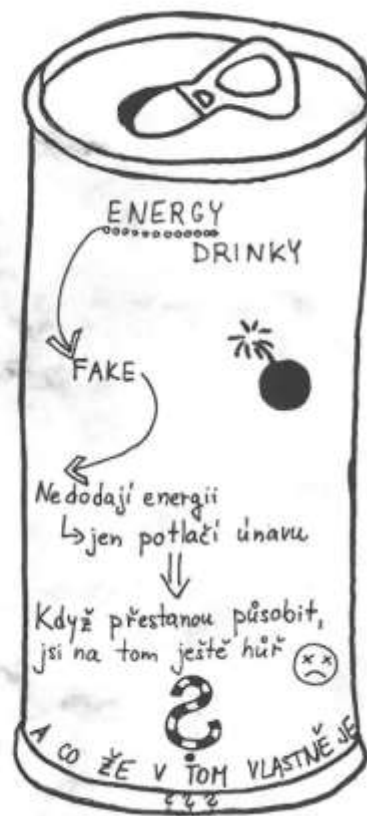
Během školního roku jsem profesní podporu nacházela hlavně u bývalých spolužáků z psychologie a na facebookové skupině školních psychologů. Ta je pro mne neustálým a interaktivním zdrojem informací z mého oboru. V komunikaci s žáky mi hodně napomohla znalost fantasy a sci-fi světů (Avengers, Hunger games, Liga spravedlivých, Harry Potter, apod.) a sledování seriálů na Netflix. Pokud jsem neznala, o čem se baví, snažila jsem se ptát, porozumět, pochopit.

9. únor jako Mezinárodní den bezpečnějšího internetu byl odrazovým můstkem pro dlouhodobou spolupráci s jednou třídou třetáčků. Každý měsíc se konalo minimálně jedno preventivní setkání, jak s tématem z digitálního prostředí, tak s něčím aktuálním z kolektivu. Pro tyto potřeby jsem také vytvořila převyprávěnou pohádku O neposlušných kůzlátkách aneb Jak to bylo dál (příloha č.2). V úzké spolupráci hodláme pokračovat i nadále.

Tentokrát budu k dispozici už na plný úvazek. Mám pocit, že i když jsem za uplynulý školní rok zvládla mnoho věcí, stále se jednalo o jakousi demo verzi. Kdo takto pracoval na nižší úvazek, jistě chápe, o čem mluvím. Ale nyní to bude o něčem jiném. Již během přelomu května a června jsem se cítila být součástí týmu, součástí školy. Těším se. Opravdu. Jsem zvědavá, jaké nové výzvy přijdou. V hlavě mám spoustu nápadů, některé už jsou v procesu vzniku. Růstová skupina pro žáky a podpora pedagogů ve stylu “Jsem tvůj fanoušek” prostřednictvím ručně vyrobených dárečků. Mám nakontaktované kolegy z praxe, chystáme online setkání na téma zdravého životního stylu, poruch příjmu potravy a psychických poruch. Na ty se obzvlášť těším, protože budou představovány prostřednictvím komiksových hrdinů. Všechno to jsou témata, o která si žáci řekli. Dále jsem v kontaktu se zástupcem eSuby, z čehož by mohlo taky vzniknout něco zajímavého. A věděli jste, že existuje Česká asociace famfrpálu? 😊

Říkám si, že když to takhle vnímám i po tomhle náročném začátku, tak to má smysl. Práce nás, školních psychologů. Přeji nám tradiční průběh školního roku 2021/2022.

Příloha 1:



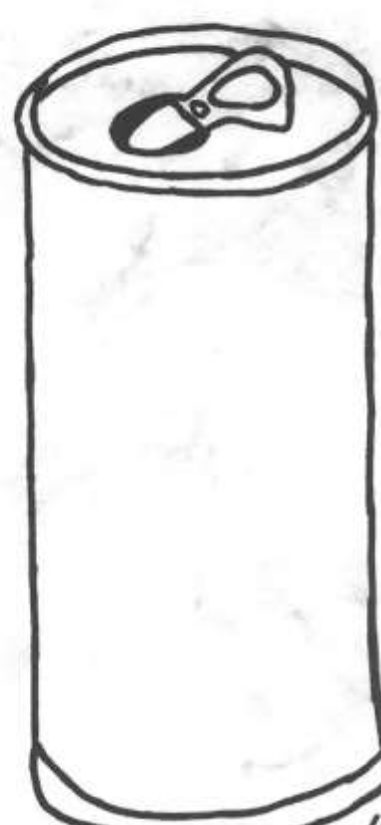
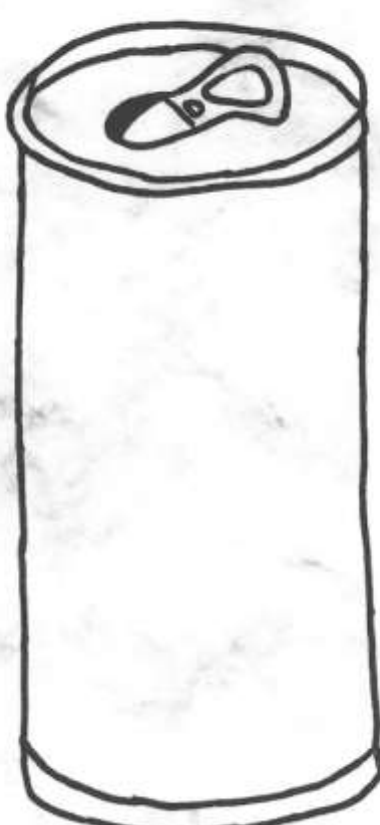
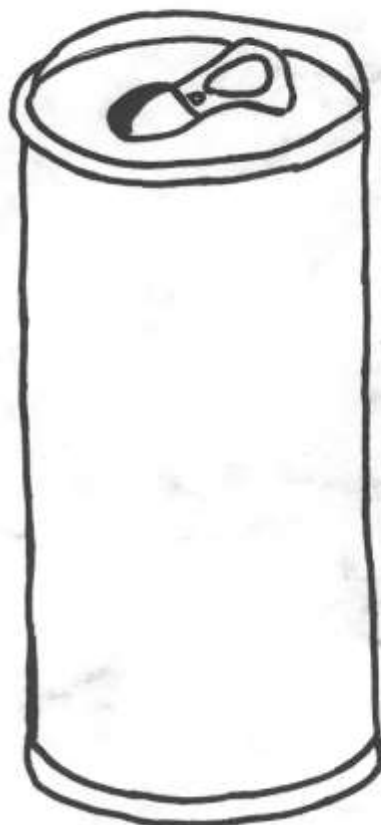
1



2



3



4

Kůzlátka aneb Jak to bylo dál

Znáte pohádku O neposlušných kůzlátkách?

(můžete převyprávět vy, nebo v kruhu s dětmi, každý řekne jednu větu, pomocí loutek, obrázků apod. Více verzí příběhů, v některé se vlk utopí, v jiné ho kůzlátka přelstí a ani nepustí do domečku)

A myslíte si, že takhle to skončilo? Že si vlci dali pokoj? Poslouchejte, jak to bylo dál:

Kůzlátka (můžete se s dětmi domluvit kolik kůzlátek a jak se jmenovala) dál žila v domečku se svou maminkou Kozou a po příhodě s vlkem ji na slovo poslouchala. Čas plynul jako voda v potoce a jelikož se kozí rodinka nesečkala s dalším nebezpečím, přestala být tolik ostražitá. Kůzlátka povyroستla a začala chodit do školy, kam chodila i ostatní zvířátka z okolí. Začala si všimnout, že všichni nemají stejné oblečení, školní brašny a svačinky. Doteď žila na samotě u lesa jenom se svou mámou, takže o okolním světě toho moc nevěděla. Často svým spolužákům ani nerozuměla, o čem se to baví. Tablety, mobily...co to je?! Čím déle chodila kůzlátka do školy, tím více poznávala svět ostatních a tím více si přála být jako oni. A výjimečně se mezi sebou kozí sourozenci shodli, že k tomu potřebují taky nějaký ten tablet. A začali loudit na mámě, ať jim nějaký pořídí. Koze se to nelíbilo, sama nevěděla, jak se s tou technikou zachází, ale rozhodla se, že jim přání splní. Vždyť se tam mohou dozvědět i spoustu zajímavých informací a být v kontaktu s kamarády. A tak svým dětem tablet k narozeninám koupila.

(Co myslíte, děti, měla by je Koza před něčím varovat? Říct jim nějaká pravidla ohledně internetu? Vzpomenete si, co řekli rodiče vám?)

Každý den po škole letěla kůzlátka domů a hned k tabletu. Střídala se, i když by každé kůzlátko mělo nejradyji svůj vlastní tablet. Ale byla ráda aspoň za toto. Lepší než nic. Druhý den ve škole pak mohla řešit spolu se spolužáky různá videa a levely v hrách, které se jim podařilo překonat. Kůzlátka si také založila profil (i když si nebyla úplně jistá, co to slovo znamená...**uměli byste jim to děti vysvětlit?**) na Zoobooku a vložila tam jejich společnou fotku. Na fotce se všechna kůzlátka usmívají z okna domečku a mávají na svou mámu, která stojí venku (**OBRÁZEK Č.1**). Postupně se jim hlásili další a další spolužáci, aby si je kůzlátka přidala do přátel. Ta nadšeně odklikla každou takovou žádost a následující den ve škole porovnávala se spolužáky, kdo má na Zoobooku více přátel. Jednou jim napsalo kůzle, které nikdy předtím naši hrdinové neviděli. Podle fotky (**OBRÁZEK Č.2**) se jim zamlouvalo, i když jim bylo divné, že ho nikdy předtím nepotkali ve škole. I když se neznali, hned si porozuměli. Štístko (tak se to kůzle ze Zoobooku jmenovalo) mělo stejné zájmy jako naše kůzlata a taky bydlelo na samotě u lesa, takže si několik dní společně notovali. Po nějakém čase Štístko navrhlo, že když si tak rozumí, měli by se sejít osobně a pohlát si, že takhle přes tablet to není ono. A také, že zná jednu mýtinu, kterou nikdo jiný nezná, kde roste ten nejšťavnatější jetel. Zkrátka, že to bude jejich tajemství.....

Tak děti, jak si myslíte, že by se teď měla kůzlátka zachovat? Sejit se se Štístkem? Sami nebo s někým? Pokud je to opravdu kamarád, byla by škoda o něj přijít. Jak ověřit, že ten, kdo vám píše přes internet, je opravdu tím, za koho se vydává?

- ověřené foto s předem určeným předmětem, nebo denním tiskem
- předchozí hlasový hovor

- sejít se na rušném místě, nikdy nejít sám (alespoň s kamarádem, nejlépe s rodičem nebo někým dospělým)

Nechat děti rozhodnout, jak se mají kůzlátka zachovat (např. hlasováním):

1)Půjdou sama za Štístkem na tajnou mýtinu.

Kůzlátka šla hned po škole na místo, které jim Štístko popsal. Nikdo o tom nevěděl. Byl to nový pocit a docela příjemný, jako z nějakého dobrodružného příběhu. Nejdřív se kůzlátka bála, že zabloudila, ale pak si všimla vykotlaného pařezu, který jim jejich internetový kamarád popsal a uklidnila se. Na mýtině bylo opravdu krásně, slunce svítilo, tráva voněla...Najednou utichl zpěv ptáků. Ve stínu stromů se cosi zablesklo. Oči. Na mýtinu vešel vlk! Kůzlátka se strašně lekla a semkla se k sobě. Nejdovádčivější z nich zavolalo: „Kde je Štístko? Co jsi mu udělal?!”

Co myslíte, že vlk odpoví?

(navedeme děti k tomu, že Štístko byl celou dobu vlk, jen vystupoval pod falešnou fotkou. Jak pohádka dopadne je teď na dětech, můžete spolu s nimi diskutovat a dávat dohromady nebo je rozdělit do skupinek a každá pak bude prezentovat, co vymysleli, záleží jen na nich, zda kůzlátka někdo zachrání nebo je vlk sní)

2)Půjdou, ale s mámou Kozou nebo někým dospělým

Po škole vyzvedla máma Kozu kůzlátka a šly spolu na domluvené místo. Kůzlátka byla nervozní, moc se těšila na nového kamaráda. Štístko, ale nikde nebyl. Nejdřív se kůzlátka bála, zda nezabloudila, ale pak si všimla vykotlaného pařezu, který jim jejich internetový kamarád popsal a řekla si, že jsou správně, ale že se určitě něco stalo, a proto to setkání dnes nevyšlo. Ještě chvíli všichni počkali a užívali si příjemného místa a poté se všichni vypravili domů. Hned jak dorazili, zapnula kůzlátka tablet a hledala zprávu s vysvětlením od Štístka. Žádná tam ale nebyla. A už nikdy žádná nepřišla.

Co myslíte, že se stalo? Proč Štístko nepřišel? Proč už kůzlátkům nenapsal?

3)Raději nikam nepůjdou.

Kůzlátka se mezi sebou dlouho radila, nemohla ani večer usnout, jak nad tím musela neustále přemýšlet. Něco jim na tom nesešlo. Proč se se Štístkem nemohou vidět třeba na hřišti nebo před školou? Všechny jejich návrhy na změnu místa setkání odmítl. Ráno po cestě do školy se sourozenci shodli, že na mýtinu raději nepůjdou. A pokud je Štístko opravdový kamarád, bude se s nimi chtít vidět i jinde. Ale Štístko už jim neodepsal, říkali si, že se asi urazil a časem se ozve. Zanedlouho přišel k nim do třídy pes Ovčák, který dával v městečku pozor na to, aby zvířátka dodržovala pravidla a nikomu nebylo ubližováno. Zůstal u nich celou hodinu a povídal si s nimi o internetu a Zoobooku. Řekl jim, že je přišel varovat před vlkem, který na Zoobooku řádí a vystupuje pod falešným jménem i fotkou. Na to jim Ovčák ukázal papír s vytištěným obrázkem. Kůzlátka byla v šoku! Vždyť na té fotce je Štístko! Štístko je vlk?! To přece není možné....

Závěrečná diskuze s dětmi, odhalení vlkova skutečné podoby (OBRÁZEK Č.3), zopakování pravidel bezpečného používání internetu, druhy a hrozby sociálních sítí (od 13let, do té doby s dohledem dospělého), zaheslování, sdílení osobních informací, používání veřejné wifi, sdílení citlivých materiálů apod., děti mohou sdílet své zkušenosti

Aktivita: Vytvořit logo Zoobooku, poté porovnat s neznámějšími sociálními sítěmi (individuální nebo skupinová práce)

Obrázek č.1



Obrázek č.2



Obrázek č. 3



Zdroj obrázků: predskolaci.cz

Příloha 3:



Dejme šanci talentům

Mgr. Monika Urbanová, Mgr. Jan Goj, Mgr. Miloš Kosík, Ph.D.

Základní škola a mateřská škola Ostrava - Bělský Les, B. Dvorského 1, příspěvková organizace

Abstrakt

Článek se věnuje tématu vyhledávání a podpory nadaných a mimořádně nadaných žáků na základní škole v období pandemie a uzavření škol. V článku shrnujeme vlastní zkušenosti s přípravou a realizací projektu „Dejme šanci talentům“, který je zaměřen právě na podporu nadání u žáků naší základní školy.

Klíčová slova: *nadaný žák, talent, identifikace a vyhledávání nadaných žáků, IQ testování, koordinátor nadání.*

Abstract

The article deals with the topic of finding and supporting gifted and exceptionally gifted pupils at a primary school during a pandemic and closing schools. We summarize the article's own experience in the preparation and implementation of the project "Let's give talent a chance", which is focused on supporting the talents of our primary school students.

Key words: *gifted pupil, talent, identification and search for gifted pupils, IQ testing, talent coordinator.*

Úvod

Podpora nadaných a mimořádně nadaných žáků se jeví jako zcela přirozená věc, na kterou by se školy napříč různými stupni měly automaticky zaměřovat. To, co už tak samozřejmé není, je povědomí o tom, jak konkrétní kroky od vytipování nadaných žáků až po jejich podporu v praxi realizovat. Je zřejmé, že každá škola pracuje s nadanými a mimořádně nadanými žáky podle svých možností a specifik, mezi něž patří lokalita školy (vesnická/městská), typ školy (MŠ, ZŠ, SŠ, VŠ), složení školního poradenského pracoviště (dále jen ŠPP), velikost úvazků jednotlivých pracovníků ŠPP, složení pedagogického sboru, komunikace mezi školou a rodiči žáků, postoj vedení, počet žáků a v neposlední řadě chuť a ochota pedagogických pracovníků se této problematice věnovat a mnohdy jí obětovat i svůj volný čas nad rámec daných pracovních povinností.

Důležitým bodem jsou také finanční možnosti školy. Naše škola se rozhodla jít cestou dotační výzvy města Ostrava, díky které se nám podařilo obdržet finanční obnos právě na realizaci projektu „Dejme šanci talentům“. Příprava realizace projektu probíhala ještě před uzavřením škol, kdy jsme počítali s tím, že žáci budou přítomni v prezenční výuce. Takto jsme také směřovali zamýšlené aktivity projektu. Když vše nasvědčovalo tomu, že je projektovou žádost třeba doplnit také o distanční alternativu, nebyli jsme si ale jisti, jak se s tím vypořádáme a zda nám vůbec některé aktivity zůstanou. Zpětně můžeme zhodnotit, že naše obavy byly zbytečné, a naopak jsme byli překvapeni, kolik kroků se dá podniknout i během uzavření školy. Na základě zpětné vazby našich žáků, rodičů, kolegů a vlastní reflexe můžeme konstatovat, že i během distanční výuky měla podpora nadání velký smysl. Podařilo se nám zorganizovat a nastavit základy projektu, na který budeme i v dalších letech navazovat. Níže uvádíme konkrétní postřehy, zdroje a inspiraci, jež nás během podpory nadání na naší základní škole provází a z nichž vycházíme.

Reflexe důležitých bodů pro rozjezd nového projektu za doby pandemie

Vzhledem k tomu, že uzavření škol a přechod na distanční výuku přeneslo na pedagogické pracovníky obrovský tlak, považujeme za klíčové pro úspěšné rozjetí čehokoliv nového v této situaci, následující body:

- (1) **Dobrovolnost** – vzhledem ke skutečnosti, že projekt představoval práci navíc, v době, kdy celé školství procházelo nejistotou a situace se každého z nás dotýkala nejen v profesní, ale i osobní rovině, bylo pro nás důležité, aby pedagogové, kteří se do projektu zapojili, přicházeli z vlastní iniciativy a vlastní motivace, nikoliv na základě „befelu“. Zároveň jsme všem kolegům ponechali možnost se do projektu přidat kdykoliv v průběhu školního roku. Nechtěli jsme tak vytvářet tlak a zároveň jsme se tímto krokem snažili podpořit zapojení a sdílení napříč celým pedagogickým sborem;
- (2) **Smysluplnost** – při systémové a dlouhodobé podpoře nadání ve škole je třeba vnímat smysluplnost a být si vědom toho, za jakým účelem věnujeme svůj čas této aktivitě. Proto doporučujeme si hned v začátcích odpovědět na otázky „Proč je třeba podporovat nadání?“ a „Co v tom JÁ vnímám za přínos?“;
- (3) **Podpora vedení** – pokud jde o systémovou podporu, je zřejmé, že bez zájmu vedení školy nelze takovéto projekty realizovat. Vedle spolupodílení se na realizaci projektu nás vedení školy podpořilo také při tvorbě loga projektu, tvorbě talent-koutku (zajištění prostoru, vybavení) a motivovalo zapojené pracovníky finanční odměnou za aktivitu navíc. Potřeba vnímat smysluplnost podpory nadání se tedy týká také zástupců a ředitele školy;
- (4) **Čas** – je třeba počítat s velkým množstvím času, který musí zapojení pedagogové projektu věnovat. V době pandemie jsme oproti normálnímu chodu školy mohli paradoxně věnovat větší prostor společným setkáváním (i když online formou). Jedním z důvodů, proč tomu tak bylo, je snížení počtu dohledů a suplování učitelů. I psycholog školy měl v době uzavření škol svou pracovní dobu jinak poskládanou, snížila se četnost krizových intervencí, které jinak přirozeně plynuly z přímé interakce žáků ve třídách a individuální konzultace se přesunuly do online prostředí, tudíž byly předem plánované.
- (5) **Flexibilita** – v neposlední řadě vyžadovala pandemie značnou míru flexibility a odvahy vystoupit ze zajetých kolejí a vyzkoušet něco nového.

Co škola podnikla

V první řadě jsme zřídili pozici **talent-managera** neboli koordinátora podpory nadání. Tuto pozici na naší škole zaujímá školní psycholožka. Talent-manager má na starost koordinaci systémové podpory nadání. Organizuje a svolává pravidelné porady projektu, zajišťuje komunikaci mezi školou a rodiči žáků, zajišťuje pravidelné informování širší veřejnosti na stránkách školy, má na starost komunikaci s MENSOU, jednou měsíčně tvoří infografiku s aktuální nabídkou soutěží a aktivit pro nadané žáky v rámci Moravskoslezského kraje, zajišťuje organizaci zájmových klubů, včetně jejich výstupů a exkurzí, dále spolupracuje s ekonomkou školy a má na starost také pracovní výkazy zapojených pedagogů a zprostředkování dalšího vzdělávání pedagogických pracovníků v oblasti nadání. Přestože na projektu spolupracuje přes patnáct pedagogů a na zmíněných aktivitách se podílejí všichni společně, vnímáme zřízení pozice talent-managera jako správnou volbu a zejména

pro jednotné zarámování jinak pestrých aktivit. To, že je talent-managerem psycholog školy, vnímáme jako výhodné především v náročných školních obdobích, jako je např. uzavírání klasifikace, kdy mají pedagogové spoustu jiných povinností. Velká část zapojených pedagogů je zároveň třídními učiteli, což znamená, že značnou část své pracovní doby věnují třídnickým záležitostem.

Dále jsme zavedli **pravidelné porady** projektu, kde se zaměřujeme na reflexi dosavadní činnosti a případné úpravy, nové nápady a další směřování. Porady probíhají minimálně jednou měsíčně, z dosavadní zkušenosti se však setkáváme mnohem častěji. Porady jsou otevřené, účastní se jich zejména zapojení pedagogové, ale v případě zájmu se může přidat kdokoli z dalších kolegů. Hlavní výstupy z těchto porad pak sdílíme na poradách celé školy.

Podporu nadaných žáků realizujeme zejména přes **zájmové kluby**, které vedou konkrétní pedagogové. Všechny kluby probíhají jednou měsíčně. Aktuální jsme otevřeli napříč prvním a druhým stupněm šest zájmových klubů. Jedná se o:

- (1) **Klub logiky** – je určen pro žáky 1. stupně. Žáci se v něm seznámí s prostředím matematiky prof. Hejného, která podporuje samostatné uvažování, učí argumentovat a přináší radost z vlastního úspěchu. Mezi aktivity klubu patří např. matematická kouzla, šipkové grafy či kombinatorika;
- (2) **Čtenářský klub I** – je určen pro žáky 1. stupně, konkrétně pro 1. až 3. ročník. Klub je zaměřen na rozvoj čtenářské gramotnosti, slovní zásoby a na práci s textem. Žáci se věnují hrám se slovy, tvorbě textu, využívají stolní hry Logico Piccolo, zkouší si týmovou práci. V rámci klubu je žákům nabízena také návštěva knihovny a archivu a únikové hry;
- (3) **Čtenářský klub II** – je určen pro žáky 1. stupně, konkrétně pro 3. až 4. ročník. Klub je zaměřen stejně jako Čtenářský klub I, včetně daných aktivit. Ty jsou však obsahově přizpůsobeny věku žáků;
- (4) **Přírodovědný badatelský klub** – je určen pro žáky 1. stupně. Žáci si společně zkouší odhalovat tajemství živé přírody a záhady jejího fungování. Mezi aktivity klubu patří např. zkoumání pomocí mikroskopu, různé experimenty a účast na vzdělávacích akcích univerzit a jiných organizací;
- (5) **Čtenářský a novinářský klub** – je určen pro žáky 2. stupně. V rámci klubu se žáci zaměřují na tvůrčí psaní, práci novináře a rozvoj své čtenářské gramotnosti. K tomu slouží čtení knih, debaty o literatuře, tvorba novinářských textů pro školní média, hry se slovy a exkurze v knihovně a redakce místního tisku;
- (6) **Technický klub, logické úlohy** – je určen pro žáky 2. stupně. Prostřednictvím logických úloh, hlavolamů, kódovaných obrázků a sestavování technických modelů ze stavebnice Merkur se žáci zaměřují na rozvoj svých logicko-technických dovedností.

Nabídka zájmových klubů vznikla na základě profilace a nápadů zapojených pedagogů. Zájem ze strany vytipovaných žáků pak upřesnil to, které kluby se budou konkrétně realizovat. Měli jsme např. v plánu otevřít také Sebe-rozvojový klub, který by se zaměřoval na bližší sebepoznávání žáků v rámci učebního stylu, motivace a rozvoje sociálně-emocionálních kompetencí, a to prostřednictvím hraní rolí, motivačních karet, emočního pexesa či nácviků práce s dechem a pozorností. Pro tento školní rok však nebyl klub z důvodu nízkého zájmu žáků realizován. Máme jej v plánu nabídnout tedy znovu v dalším školním roce. Počet klubů, které mohou vytipovaní žáci navštěvovat, není nijak omezen. Máme tedy žáky, kteří chodí např. i do čtenářského i do přírodovědně badatelského klubu.

Během distanční výuky a uzavření školy probíhaly kluby online formou. Pracovní listy si žáci vyzvedávali na vrátnici školy, kde je pak rovněž odevzdávali.

Další aktivity jsou žákům zprostředkovány pravidelně prostřednictvím informační nástěnky, kde je každý měsíc zveřejněna **infografika s aktivitami a soutěžemi**, do kterých se lze v rámci Moravskoslezského kraje zapojit. Tato infografika je také na webových stránkách školy, můžou se tak zapojit všichni žáci, nejen ti, kteří jsou již zapojeni do projektu.³

Kromě výše uvedeného jsme podpoře nadání věnovali také **vlastní záložku na webových stránkách** školy. V této záložce najdou rodiče i žáci souhrnné informace o projektu a jednotlivých klubech. Pro lepší transparentnost jsme projektu a podpoře vytvořili **vlastní logo**. To vychází z loga školy, kterým je sova. Abychom logo projektu odlišili, přidali jsme k sově zkumavku, knihu a „promoční“ čepici. Logo pro nás představuje vizualizaci projektu a využíváme ho pro lepší orientaci žáků, pedagogů a rodičů. Logo najdete v příloze č. 1.

Dále jsme vytvořili **talent-koutek**, který se nachází mezi 1. a 2. stupněm tak, aby k němu měla snadný přístup celá škola. V talent-koutku se nacházejí práce žáků a výstupy z jednotlivých klubů, informační nástěnky se základní informace o talentu a nadání, motivační citáty, užitečnými odkazy a infografikou s aktivitami na každý měsíc. Do talent-koutku jsme přidali také knihy *20 výjimečných dívek, které změnilly svět* a *20 výjimečných kluků, kteří změnilly svět* od autorky Rosalba Troiano. Knihy jsou žákům k zapůjčení. Do budoucna máme v plánu knihovnu rozšiřovat. Talent-koutek je zamýšlen jako interaktivní místnost, kterou mohou využívat žáci o přestávkách, ale také v rámci projektových dnů či při jiných příležitostech v rámci výuky. Z toho důvodu je koutek vybaven stoly a židlemi a také sedacími kostkami, s nimiž mohou pedagogové jednoduše manipulovat a lze tak tvořit skupinky či komunitní kruhy na společné diskuzi. Na stolech jsou pro žáky přichystané různorodé hlavolamy, logické úkoly a kvízy, které si mohou volně brát. Fotografie talent-koutku jsou v příloze č. 2. Přesto, že talent-koutek mohou žáci naplno využívat pouze při prezenční výuce, distanční výuka nám dala možnost a prostor koutek vytvořit.

Jedním z dalších důležitých bodů projektu je spolupráce s MENSOU v rámci, které jsme žákům zprostředkovali **IQ testování** na půdě školy. IQ testování může být realizováno pouze prezenčně, proto bylo přesunuto z loňského školního roku na letošní říjen. V rámci spolupráce s MENSOU dále využíváme k vytipování žáků také **logickou olympiádu**, do které se mohou zdarma přihlásit celé třídy a je zaměřena na odhalení skrytých talentů. Základní kolo logické olympiády probíhá online. Je tedy možné ho realizovat i v případě uzavření škol.⁴

Jelikož jsme IQ testování přesunuli na letošní rok, byli žáci vytipování zejména na základě **pedagogické diagnostiky**. Ta byla realizována prostřednictvím rozhovorů s třídními i netřídními učiteli. Pro lepší orientaci pedagogických pracovníků jsme vytvořili manuál inspirovaný publikací *Vyhledáváme rozumově nadané žáky* (Čavojská et al., 2010), který jim nabízel kromě popisu projektu a typologie nadaných a mimořádně nadaných žáků, také modifikovanou sadu otázek. Tato sada měla za účel pedagogům usnadnit vytipování a byla rozdělena do šesti základních oblastí: (1) *Intelektové charakteristiky* (“Projevuje žák neobyčejnou zvědavost?” či “Má žák v některém oboru výrazně nadprůměrné znalosti?”); (2) *Učební styl* (“Má žák sklón k perfekcionismu?”); (3) *Emocionální a další osobnostní charakteristiky* (“Vyhýbá se riskování, soutěžení není-li si jistý vítězstvím?”); (4) *Sociální*

³ Inspiraci k tvorbě infografiky jsme načerpali po vzoru Fakultní základní školy Olomouc, Hálkova 4, 779 00 Olomouc

⁴ Více informací o logické olympiádě zde: <https://www.logickaolympiada.cz/>

charakteristiky (“Vnímá dospělé jako rovnocenné partnery?” či “Porušuje často formální pravidla chování, školní řád?”); (5) *Zájmy a volnočasové aktivity* (“Hraje úspěšně deskové nebo počítačové strategické hry?”); (6) *Olympiády, mezioborové soutěže* (“Zapojuje se žák do olympiád či jiných soutěží?”). Při vytipování žáků jsme reflektovali také informace získané z dalších zdrojů, zejména od rodičů a vychovatelů školní družiny.⁵ Výhodou byla skutečnost, že pedagogickou diagnostiku bylo možné realizovat právě i v období uzavření škol.

Co nám pomohlo

Mezi inspirační zdroje, o které jsme se opírali, patří především již zmíněná publikace *Vyhledáváme rozumově nadané žáky* (Čavojská et al., 2010), kurz realizovaný Centrem celoživotního vzdělávání Univerzity Palackého v Olomouci s názvem *Školní psycholog na ZŠ a SŠ* v rámci, kterého bylo práci s nadanými žáky věnováno několik seminářů, sdílení příkladů dobré praxe a v neposlední řadě webové stránky:

- <http://mensa.cz/>
- <https://talentovani.cz/>
- <https://www.talnet.cz/>
- <https://www.zshalkova.cz/>

Co máme v plánu

Pro nadcházející školní rok máme v plánu pokračovat v realizaci stávajících klubů, v rámci kterých zamýšlíme také exkurze na odborná pracoviště. Dále chceme rozjet celoškolskou soutěž s názvem “Mozkovna”, jež bude probíhat napříč celým školním rokem. Pro žáky bude každý měsíc připravena jedna logická úloha, kvíz či hádanka z různých oblastí, kterou žáci naleznou na informační nástěnce v talent-koutku. Řešení úlohy budou žáci odevzdávat v průběhu měsíce na předem určené místo. V talent-koutku najdou žáci následně správné řešení. Za každou správnou odpověď obdrží žák jeden určité body. Na konci školního roku budou tyto body sečteny a vyhlášen celoškolský vítěz. V případě znovu uzavření škol bude tato celoškolská soutěž probíhat online formou.

Kromě toho zamýšlíme realizovat také projektový den, kdy žáci dostanou za úkol vytvořit vlastní návrh předem určeného místa na naší škole a jejich úkolem bude kreativně vymyslet a “nadesignovat” jeho změnu.

Závěr

Z naší činnosti lze konstatovat, že podpora nadání byla realizovatelná i během pandemie, kdy z výše uvedených aktivit bylo možné valnou většinu z nich převést do distanční podoby. Šlo zejména o tyto aktivity:

- **Pedagogická diagnostika** – samotnému vytipování předcházela tvorba manuálu, informace byly dále sdíleny na online poradách projektu a poradě školy. V případě třídních učitelů 6. tříd, kteří svou třídu neměli šanci dostatečně poznat, jsme se obraceli i na netřídní učitele;
- **Pravidelné porady a reflexe projektu** – online formou;

⁵ V případě zájmu nás kontaktujte na e-mailové adrese monika.urbanova@zsdvorskeho.eu a můžeme vám zaslat celý manuál s kompletní sadou otázek, o které jsme se při pedagogické diagnostice opírali

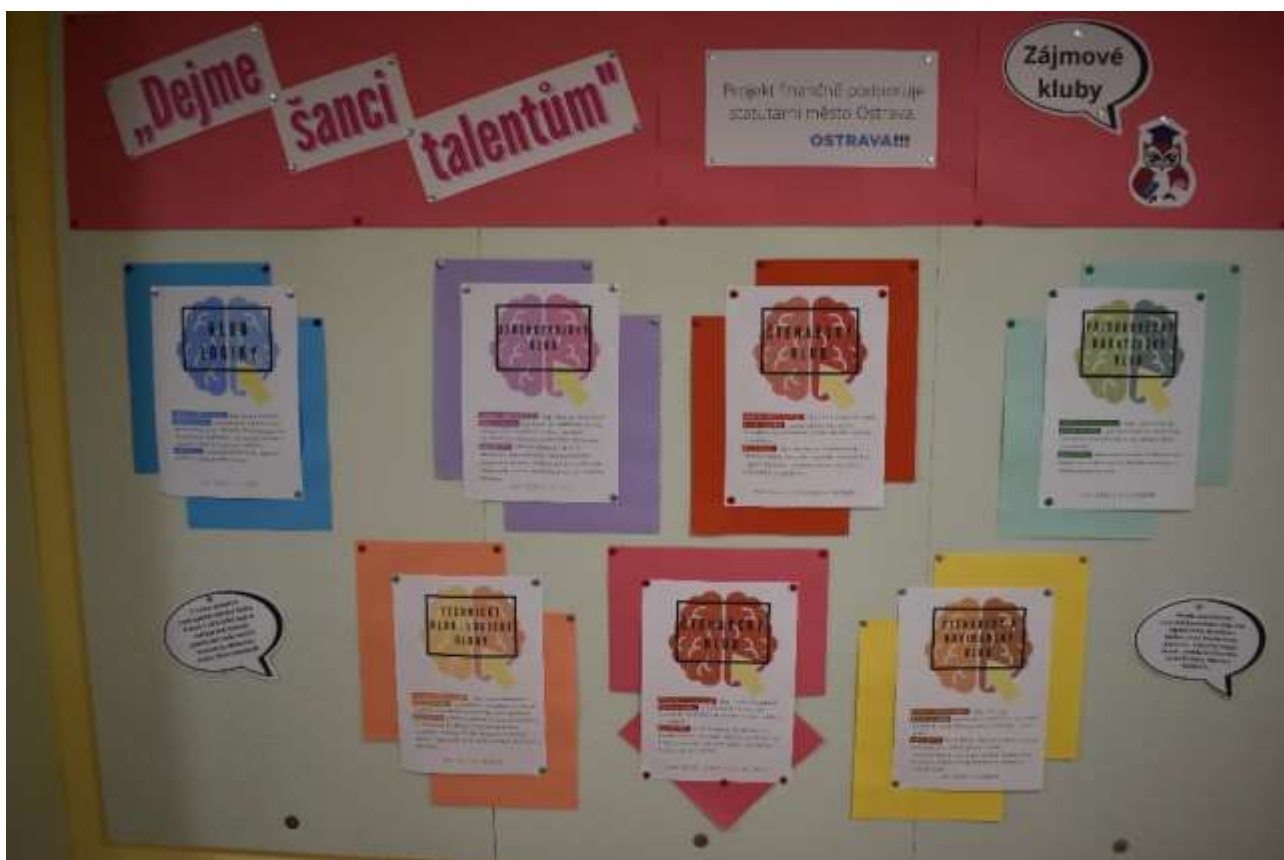
- **Online zájmové kluby** – i v době uzavření škol bylo možné realizovat téměř všechny zájmové kluby s výjimkou *Technického klubu, logických úloh* pro 2. stupeň, v němž byla potřeba přítomnost žáků pro práci se stavebnicí Merkur. Ostatní materiály v podobě pracovních listů či materiálů potřebných na experimenty si žáci vyzvedávali na vrátnici školy;
- **Logo projektu a vlastní webová stránka na stránkách školy;**
- **Realizace talent-koutku;**
- **Další vzdělávání pedagogických pracovníků v oblasti nadání online formou.**

Je bezesporu jasné, že distanční podpora nadání má také své úskalí. Mezi největší omezení, se kterými jsme se setkali, patří zejména absence osobního kontaktu s žáky a rodiči a nemožnost realizovat IQ testování na půdě školy. Jistou výzvou bylo také balancování mezi tím, žáky oslovit a umožnit jim jejich rozvoj a zároveň je nepřetížít časem, který tráví u obrazovek počítače. Proto jsme četnost klubů omezili na jedno setkání za měsíc. I přes tato úskalí se nám podařilo projekt zrealizovat a jeho realizace pro nás představovala zpestření a také odvedení pozornosti v náročných měsících směrem k něčemu pozitivnímu a tvořivému. Jsme přesvědčeni, že pokud mají pedagogové dostatek elánu, podpory a prostředků, je možné takovéto aktivity realizovat i při uzavření škol.

Příloha č. 1: Logo projektu “Dejme šanci talentům”



Příloha č. 2: Fotografie talent-koutku



Literatura

Čavojská, M., Fořtíková, J., Fořtík, V., Schneiderová, E., Šedá, S., Vedralová, A., & Vodička, J. (2010).

Vyhledáváme rozumově nadané žáky. Praha: Výzkumný ústav pedagogický. Dostupné z:

http://www.nuv.cz/uploads/Publikace/vup/Vyhledavame_rozumove_nadane_zaky1.pdf

Práce s nadanými žáky v době distanční výuky

PhDr. Zuzana Knesplová

ZŠ Mladá Boleslav

Nuda, frustrace, osamění. Pocity, které během distanční výuky zažívalo mnoho dětí. Prvostupňové nadané děti se ale velmi záhy ukázaly jako skupina, které je třeba věnovat specifickou pozornost. Přes prvotní skepticismus a nezkušenost s online prostředím jsem se rozhodla zkusit podpořit jejich rozvoj, ať se děje, co se děje. A tak jsem se, jakožto školní psychologka s dlouhodobým zájmem o téma lidí s vysokým potenciálem, rozhodla otevřít klub Bystroň.

Cílem bylo vytvořit prostor, kde by se setkávaly potenciálně nadané prvostupňové děti a kde by se rozvíjely nejen po intelektové, ale i sociální a osobnostní stránce. Účastníci byli povětšinou vytipovaní třídními učiteli, jelikož na diagnostiku nebyl čas ani prostor.

Děti od 2.-5. třídy se potkávaly hodinu týdně, vzhledem k aktuální situaci v různých prostředích (škola, online) i sestavě, dle toho, kdo byl zrovna doma a kdo fyzicky ve škole a jaká byla vládní nařízení ohledně seskupování.

Být flexibilní, hlídat si časy a místa setkání, už to bylo pro spoustu Bystroňů velká výzva. Většina z nich ale zvládala, když ne, už tím se učili vyrovnávat s chybou, pracovat s ní a přijímat opatření, aby se příště neopakovala. Po roční zkušenosti jsem zjistila, že možností práce a prostředí je i v online podobě spousta. Nechte se tedy inspirovat těmi opravdu jednoduchými, a přitom funkčně osvědčenými:

Google Jamboard: intuitivní prostředí, nabízející možnost sdílení práce více lidí, doplňování nebo rozcestníku pro další práci (prostě „vymakaná tabule“). Na každou hodinu online Bystroně mám nachystaný Jamboard, kde v úvodu nechybí naše pravidla, ke kterým se v průběhu hodiny vracíme. V hodině kombinuji zadané úkoly s vyhledáváním na internetu; inspiraci pro zadávané úkoly hledám hlavně v pracovních kartách pro 1. stupeň. Nadání je třeba rozvíjet. Vyhledávání na internetu je pro spoustu Bystroňů zcela nová a náročná výzva, najít relevantní informaci a zároveň ji svými slovy vysvětlit (např. co byla Zlatá bula sicilská). Jamboard využívám také jako prostředí rozvoje pro kreativitu – každý dostane jeden jam („stránku na tabuli“) a má zpracovat téma dle svého – např. sluneční soustava či geometrické tvary a tělesa v běžném životě. Děti vyhledávají informace, obrázky a tvořivě zpracovávají. V tomto prostředí jsme také pracovali s algebrogramy (příklady, kde místo čísel máme obrázky). Nejprve jsem jim některé volně stahovatelné na jamboard navkládala (nepřeberné množství k dispozici na Pinterestu), poté vytvářely děti své vlastní, které ostatní řešily.

Wordwall: výborná aplikace pro vytváření kvízů, anagramů, bludišť a dalších úkolů na různá témata – můžete vytvářet sami nebo využít již vytvořené. U nás měl největší úspěch počítačové kvízy – matematické příklady typu $32+3 \times 2$, $58-29$ apod. Vzhledem k tomu, že lze nastavit i čas a bonusová kola aktivující pozornost, dostali jsme se do soutěže, která měla šťávu.:) Děti se i doma ve volném čase trumfovaly, kdo stihne rychleji a s většími bonusy vypočítat deset příkladů.

Imaglee karty 100x jinak: tento skvělý český produkt má své využití i v online prostředí. Když se přihlásíte k odběru newsletteru s tipy, jak karty využívat, každý týden dostanete ve formě jpg některé karty k dispozici. Povkládáte do Jamboardu na sebe a můžete odebírat a dávat dospod balíčku! Využívali jsme jako rozehrívací aktivitu vyprávění příběhu, dále jako témata k psaní příběhů atd. Dětem se ale nejvíce líbila aktivita, kdy měly 3 karty (každá má na sobě kromě dominantního obrázku ještě tři malé a číslo) a každý si mohl libovolně vybrat jednu, ze které pomocí internetového

překladače překládal slova do slovenštiny (jednu hodinu jsme věnovali právě tématu čeština-slovenština). Někteří zkoušeli i krátký příběh ve slovenštině. Ostatní pak měli příběh převyprávět česky. Obecně tento tip aktivit, kde si děti vybírají z nabídky úkolů samy, se mi u nadaných velmi osvědčil. Přispívalo to k motivaci, rozvoji kreativity, vzájemné akceptaci mezi dětmi (každý má úkol jinak a je to v pořádku).

Další multifunkční aplikace je **Gathertown**: prostředí připomínající počítačovou hru, kde každý má svého avatara a může komunikovat s ostatními (individuálně, v malých skupinkách, nebo všichni dohromady). A to pouhým přesunutím avatara na určitý „koberec“ ve virtuální třídě. Na každém koberci navíc může být vložena aktivita (např. z Wordwallu, Flippity - další aplikace pro tvořivé aktivity do hodin i se sociálním nábojem), na které mohou děti společně pracovat v menší skupině (hráli jsme takto Riskuj!) nebo každý sám. Prostředí Gathertownu si mi ale osvědčilo ještě jakožto místo setkání, které dětem v době distanční výuky povětšinou dost chybělo. Bystroňové dostali sadu charakteristik typu Najdi někoho, kdo...(př. rád sportuje, ví, kdo je prezident apod.) a pak už stačilo nechat děti „pochodovat“ po místnostech a povídat si s tím, koho potkaly.

Pozvěte si vědce do výuky!: projekt Akadademi věd ČR, kde si můžete zkontaktovat vybraného vědce a pozvat jej na svoji online hodinu. Pozvali jsme si planetologa Petra Brože, který Bystroňům téměř hodinu odpovídal na jejich dotazy, týkající se sluneční soustavy, Marsu, astronautiky a mineralogie. Děti opět rozvíjely vedle intelektuálních schopností i sociální.

Závěrem pár tipů z mé roční zkušenosti online Bystroňe:

- v online prostředí stejně jako v prostředí offline je potřeba pracovat s pravidly
- je třeba počítat, že se stihne méně než v běžné hodině
- vždy je potřeba dát čas novou aplikaci dětem prozkoumat (např. formou úkolu či dobrovolné aktivity do Google Učebny), teprve poté jsou schopné dodržovat pravidla a efektivně aplikace využívat
- při samostatné činnosti je vhodné maximálně využívat metody „tří M“ (musíš, měl bys, můžeš) – vyvarujete se tím pocitům selhání a demotivace u „koumáků“ - dětí, které si potřebují věci více a déle rozmyslet, a nestihnou tak tolik jako „rychlíci“, kteří zase tímto systémem neztrácí motivaci neustálým „čekáním“
- nadané děti potřebují „mít na výběr“ – rozhodovat se o konkrétní podobě své práce, být kreativní, a učit se takto akceptovat inter-individuální rozdíly
- i v online prostředí je důležité myslet na rozvoj osobnostních a sociálních dovedností dětí (např. v prostředí Gathertown, Flippity či diskuzí s přizvaným odborníkem)

Celkově lze shrnout, že i za uplynulý podivný školní rok bylo možné sledovat individuální rozvoj nadaných dětí, a to především v oblasti osobnostní a sociální: někteří se naučili komunikovat - na živo i na dálku, jiní se o něco lépe kontrolovat, dávat prostor druhým nebo být zodpovědnější. Klub Bystroň byl samozřejmě střípkem do mozaiky tohoto rozvoje, nicméně ze zpětné vazby dětí i jejich rodičů, pro které jsem na téma Nadané dítě v době distanční výuky zorganizovala online workshop, bylo jasné, že Bystroň mnohým opravdu pomáhal náročné období distanční výuky zvládnout.

Odkazy:

www.wordwall.net

www.flippity.net

www.pinterest.com

www.gather.town

www.imaglee.com

<https://www.avcr.cz/cs/pro-verejnost/aktuality/Vedci-nabizeji-svou-ucast-ve-skolni-online-vyuce/?fbclid=IwAR1VSSHBtlgC3OiQnhtCzNDleAA850Dr9sb9ZACV6Xw9rpBXMMIuly3Q2YY>

Pracovní karty Nadání je třeba rozvíjet, Most 2000.

O autorce: PhDr. Zuzana Knesplová je poradenská a školní psycholožka, která se dlouhodobě zabývá lidmi s vysokým potenciálem jak ve školním prostředí (7 let na gymnáziu GJP Mladá Boleslav, kde působila také jako koordinátorka nadání a zapojila školu do prostředí Mensy, třetím rokem na 5. ZŠ v Mladé Boleslavi), tak ve své soukromé praxi. Ve své práci využívá mindfulness, je kvalifikovanou mindfulness MBSR&MBA lektorkou.

Příloha 1:

Příloha 2:

Pravidla:

- vypni kameru i zvuk v MEETu
- chceš-li na stupínek, řekni si o to v chatu Zuzce
- o slovo se přihlas ručičkou nad sebou nebo v chatu
- respektuj pohyb druhých
- zazní-li činelky, přesuň se co nejrychleji do auditoria (velké místnosti vpravo) a sedni si na židličku

rules

Pomocník:

- když chceš s někým mluvit, přijď k němu blíž
- aktivitu u stolečku otevřeš klávesou X
- nevíš-li si rady, popros někoho o vysvětlení nebo napiš do chatu
- povídat si můžeš se všemi lidmi na jednom koberci

Příloha 3:

JA SI PLETU BRONTOSAURA A DIPLODOCA.

Dozvěděl jsem se že náš prezident má vlajku.

Max



Příloha 4:



Příloha5:



Příloha 6:



Příloha 7:

BUĎ KREATIVEC!

0: Vyber si kartičku na předchozí stránce (karty otáčíš tím, že na kartu klikneš, poté klikneš pravým a dáš přenést dozadu; nebo můžeš karty prostě z balíčku dávat do stran).

1: Pojmenuj každý symbol

2: Pojmenuj každý symbol ještě jedním jiným způsobem

3: Sestav větu, ve které budou obsaženy nějakým způsobem všechny symboly z karty.

4: Sestav krátký příběh, ve kterém budou nějakým způsobem obsaženy všechny symboly ze 2 karet.

MINI podcasty pro rodiče

**Mgr. Jana Rozsypalová,
ZŠ Mohelnice, Mlýnská 1**

V době distanční výuky jsem často přemýšlela, jak v nastalé situaci navázat bližší kontakt se zákonnými zástupci našich žáků. Před tímto obdobím jsme většinu situací, obtíží a potřeb řešili osobně nebo přes telefon. Když jsme byli nuceni přejít na distanční formu kontaktu, četnost setkání se zákonnými zástupci se samozřejmě snížila. Někteří přestali komunikovat úplně i přes to, že jsme v rámci školního poradenského pracoviště nabízeli online schůzky přes různá prostředí, případně jsme se snažili realizovat poradenství prostřednictvím e-mailu, telefonu nebo chatu. Některým zákonným zástupcům naopak tato forma vyhovovala více než-li osobní kontakt. Přesto jsme cítili, že potřebujeme rodiče povzbudit, podpořit a zakotvit v tom, s čím se se svými dětmi v nastalé situaci museli potýkat. Ať už se jednalo o výbuchy emocí, zcitlivění na některé podněty, nevolnosti a úzkosti při návratu dětí do škol či závažnější potíže.

V rámci činnosti školního psychologa jsem již v minulosti, při nahrávání pohádek o emocích, využila aplikaci Anchor, která se dá stáhnout do telefonu a díky ní lze jednoduše nahrávat a spravovat podcasty a umísťovat je do online prostředí. Tuto aplikaci jsem využila i nyní při nahrávání podcastů pro zákonné zástupce. Mini podcasty mají edukativní charakter, který vyplynul z našich schůzek, osobních či online, se zákonnými zástupci a z potíží s nimiž se nejčastěji společně se svými dětmi v rámci vzdělávacího a adaptačního procesu potýkali. Mini podcasty jsou krátké nahrávky o délce přibližně do deseti minut. Ač by se to v době distanční výuky nemuselo jevit, mnozí zákonní zástupci našich dětí byli značně časově vytíženi. Proto jsem volila formu krátkých nahrávek, tak aby poslech nezabral příliš času a rodič si ho mohl poslechnout třeba při umývání nádobí. Zároveň jsme mini podcasty doplnili obrazovým pdf dokumentem, který může danou problematiku zákonným zástupcům ještě přiblížit.

Odkaz na minipodcasty jsme umístili na webové stránky školy a také jsme tento odkaz zaslali zákonným zástupcům prostřednictvím školních e-mailů. Pokud bylo třeba, témata jsme v rámci činnosti školního poradenského pracoviště dále se zákonnými zástupci rozebírali. Odkaz na naše mini podcasty najdete na stránkách ZŠ Mohelnice, Mlýnská 1, zde: <http://www.zsmlynska.cz/o-skole/skolni-psycholog>.

A co učitelé a distanční výuka?

Mgr. Michaela Kubátová,
ZŠ Úvaly

V době uzavření škol učitelé vymýšleli, jak přilákat a zaujmout děti pro distanční výuku. Aby z těch hodin něco měly a něco se naučily. Aby neztratily rok. Aby se necítily osaměle... Ale úplně stejně osamoceně seděli za svými monitory i sami učitelé a učitelky. Přišli o setkávání v kabinetech, vtípký s kolegy či společné debatování nad obědem ve školní jídelně. Nemluvě o tom, jak vyčerpávající byla transformace běžné výuky do distanční podoby. O to víc byla potřeba o pedagogu pečovat a podporovat je, aby tuto „dobu onlajnovou“ zvládli, a třeba z ní i do budoucna pro sebe a svou praxi něco smysluplného vytěžili.

Na naší škole jsem proto navázala na **podpůrná setkávání s názvem Povídání u čaje a kávy**, která organizuji 1x měsíčně a která učitelé znají. Nabídla jsem stejný formát i v online podobě. Setkání mají charakter intervizního sdílení zkušeností, zahrnuta bývá i sebereflektivní aktivita. Obzvlášť v online podobě se mi osvědčilo (a byla po tom i zvýšená poptávka) připravovat si pro kolegy různé relaxační aktivity, například krátké techniky z mindfulness. Všímalí jsme si zvuků kolem nás, zrakových vjemů, prozkoumávali naše hrníčky s kávou, chutnali kostičku čokolády. Čerpat lze například z webu: http://praveted.info/jak_cvicit_vsimavost. Myslím si, že právě vzdálenost umožnila, aby si i ostýchaví kolegové dovolili na chvíli se ponořit do svých myšlenek a pocitů a mini-meditaci si užít. Zároveň jsem dávala učitelům prostor, aby mohli sdílet své zkušenosti z online hodin, vypustit své frustrace, ale i se radovat z úspěchů. Hledali jsme, co komu dělá v době covidové radost, čím si dobíjí baterky, jak kloubí osobní a školní život, a mnoho dalšího.

S přibývajícím setrváváním v distanční výuce stoupalo mezi učiteli volání po dalších společných aktivitách pedagogického sboru, které je udrží při smyslech a motivované. Začalo to realizací online workshopů mezi pár nadšenci (např. na téma vedení online třídnických hodin) a přerostlo až v setkání formátu **online učitelského sympozia**, kterého se účastnilo cca 40 pedagogů naší školy. Toto sdílení dobré praxe dostalo originální název Čučím, jak učím a v průběhu distanční výuky se opakovalo. Učitelé si navzájem představovali dobré tipy na vzdělávací aplikace, sdíleli zajímavosti z absolvovaných webinarů nebo třeba doporučovali vychytávky, jak na windowsovský výstřížek. Na jednom setkání jsme si dokonce všichni vytvořili své avatary a ponořili se do virtuálního světa gather townu (<https://www.gather.town/>).

Specifickou pozici v distanční výuce měli **asistenti pedagoga**. Někteří našli své uplatnění v individuální pomoci konkrétním žákům, jiní zjišťovali, že jejich asistence v online režimu je ještě více zapeklitá než v prezenční výuce. I pro ně jsem realizovala pravidelná podpůrná intervizní online setkání. Podpora pospolitosti, slyšet, že v tom nejsem sám a potvrzení, že dělám, jak nejlíp za současných distančních podmínek můžu. To vše věřím, že asistentům pedagoga pomáhalo udržet hlavu nad vodou a nepropadat beznaději.

Pro mne osobně bylo v udržení si kontaktu se školou velmi důležité převedení **schůzek školního poradenského pracoviště do online režimu**. Jsem hrdá na to, že jsme neměli žádnou pauzu v našich pravidelných poradách. Jeden týden jsme se viděli osobně ve škole a další už projednávali body pomocí skupinového video-hovoru (někteří bez kamer, se slabým signálem a úplně prvně v životě). Lépe se nám tak koordinovala podpora žákům, rodičům i učitelům. Byli jsme v pravidelném kontaktu, a to i s vedením školy, které se na naše online porady ŠPP také připojovalo. Děkuji za to, že v takovém týmu mohu pracovat a přeji podobnou zkušenost každému školnímu psychologovi :-)

Ocenění učitelů za bláznivý covidový rok – aktivita pro učitele

**Mgr. Anita Michajluková,
ZŠ, ZUŠ a MŠ Stochov**

Pracuji na půl úvazku jako školní psycholožka na středně velké základní škole na menším městě. Skoro celý školní rok jsem byla svědkem toho, jak učitelé trávili víc času za obrazovkami počítačů a sami doma než s dětmi ve třídě. Pro mnohé to bylo velké vykročení z komfortní zóny, mnozí si mnohonásobně zvýšili svou počítačovou gramotnost. Většině učitelů chybělo sdílení, osobní potkávání na chodbách školy či ve sborovně, většina trpěla nedostatkem vztahových podnětů a „válčili“ s černými okýnky na obrazovce, za kterými se ukrývali více, postupně méně a méně aktivní žáci. Ve spoustě z nich rostla frustrace, sociální a citová deprivace, stýskalo s jím po škole. Ale zvládali to statečně, většina se s tím vypořádala se ctí. A už někdy od ledna ve mně rostla potřeba za tohle všechno učitele na konci roku nějak ocenit. Ale nějak neobvykle, zážitkově, překvapit je, prostě nabídnout jim nějaký pěkný zážitek spojený s oceněním jejich práce, všeho, co vložili do toho se s tím vším popasovat.

A jelikož mám spoustu zkušeností se zážitkovou pedagogikou a přístupem, přemýšlela jsem, jak aktivitu pojmut, aby to právě zážitek byl. Milý, příjemný, klidně dojemný, pro ně nabízející, něčím zvláštní, jiný, ale neohrožující ty, kteří se trochu ježí z povinné spolupráce či „družení se“. A postupně jsem se dobrala k verzi, kterou jsem zrealizovala těsně před koncem školního roku a o kterou se chci podělit.

Společně s výchovnou poradkyní jsme si rozdělily mezi sebe všechny učitele – kolegyně si vzala první stupeň, se kterým byla během roku více v kontaktu a já stupeň druhý. A každé učitelce jsme napsaly dopis (každá jsme psala cca 15 dopisů), ve kterém jsme ocenily její práci – konkrétně a adresně vyzdvihly to, co se nám na jejím práci a fungování líbilo. Dopisy měly společný úvod. Pro ilustraci konkrétní ukázky dopisů:

Milá Jano,

tenhle školní rok byl bláznivý a náročný, leckdo musel překonat své představy, omezení a přesvědčení a jít i do věcí, o kterých si myslel, že nikdy nebude muset. Kromě náročných situací a frustrace ale přišly i hezké momenty, leckdy tam, kde by je člověk nečekal a koneckonců i dobrý pocit z překonání překážek a rozšíření obzorů. A možná překvapivě i momenty sounáležitosti a blížení.

A právě proto, že tento rok byl náročný, přijde nám víc než kdy jindy důležité ocenit, co za ocenění dle našeho názoru rozhodně stojí.

Jani, líbí se mi tvoje velká snaha a úsilí postarat se o dobré vztahy ve třídě a odhodlaně řešit, pokud se objeví nějaký problém. Zdá se, že před tvým ostřížím zrakem nemá problém či trápení šanci uniknout 😊. A ač umíš být „krutopřísná“ 😊, tak když se jedná o něčí problém, umíš být přirozeně empatická.

Oceňuju tvoji snahu o individuální péči o děti tam, kde je to potřeba.

A rozhodně jsem si všimla tvé ochoty dělat věci nejen pro sebe, ale i pro školu jako celek, a to i navzdory tomu, že tvá snaha leckdy není náležitě oceněna a teď to není myšleno jen penězi.

A líbí se mi, že ať se stane, co se stane, otřepeš se a jdeš dál.

A moc se mi líbilo, jak jsi bez mrknutí oka při adaptačním dnu ochotně odpověděla na všechny i vtíravé 😊 otázky tvé nové třídy.

Anita

Milá Jarko,

tenhle školní rok byl bláznivý a náročný, leckdo musel překonat své představy, omezení a přesvědčení a jít i do věcí, o kterých si myslel, že nikdy nebude muset. Kromě náročných situací a frustrace ale přišly i hezké momenty, leckdy tam, kde by je člověk nečekal a dostavil se i dobrý pocit z překonání překážek a rozšíření obzorů. A možná překvapivě i momenty sounáležitosti a blížení.

A právě proto, že tento rok byl náročný, nám přijde víc než kdy jindy důležité ocenit, co za ocenění dle našeho názoru rozhodně stojí.

Jarko, pro mě jsi skokan roku, co se týká užívání počítače, internetu a všech těch dalších online vymožeností. Klobouk dolů, co všechno jsi se v téhle oblasti naučila, předpokládám, že velmi za hranicemi toho, co jsi si asi kdy myslela, že se ještě v té oblasti naučíš. Co se mi na tobě moc líbí, že když už jsi se to naučila, tak to využíváš pak naplno (viz třeba hromada obrázků ke sdílení 😊).

A co se mi na tobě líbí, je tvůj přístup ke své třídě, máš svoje děti fakt ráda, fandíš jim a když to jde, uděláš pro ně cokoli, co je potřeba. A líbí se mi v tvém přístupu, že vyvažuješ kamarádkost a mateřskost s pevností a přirozenou autoritou.

Pro mě jsi jedním z učitelů, který je férový, neintrikuje nikde za zády a dá s e o něj opravdu opřít.

A moc si vážím vzájemné spolupráce a tvojí ochoty vyjít vstříc, kdykoliv je to potřeba.

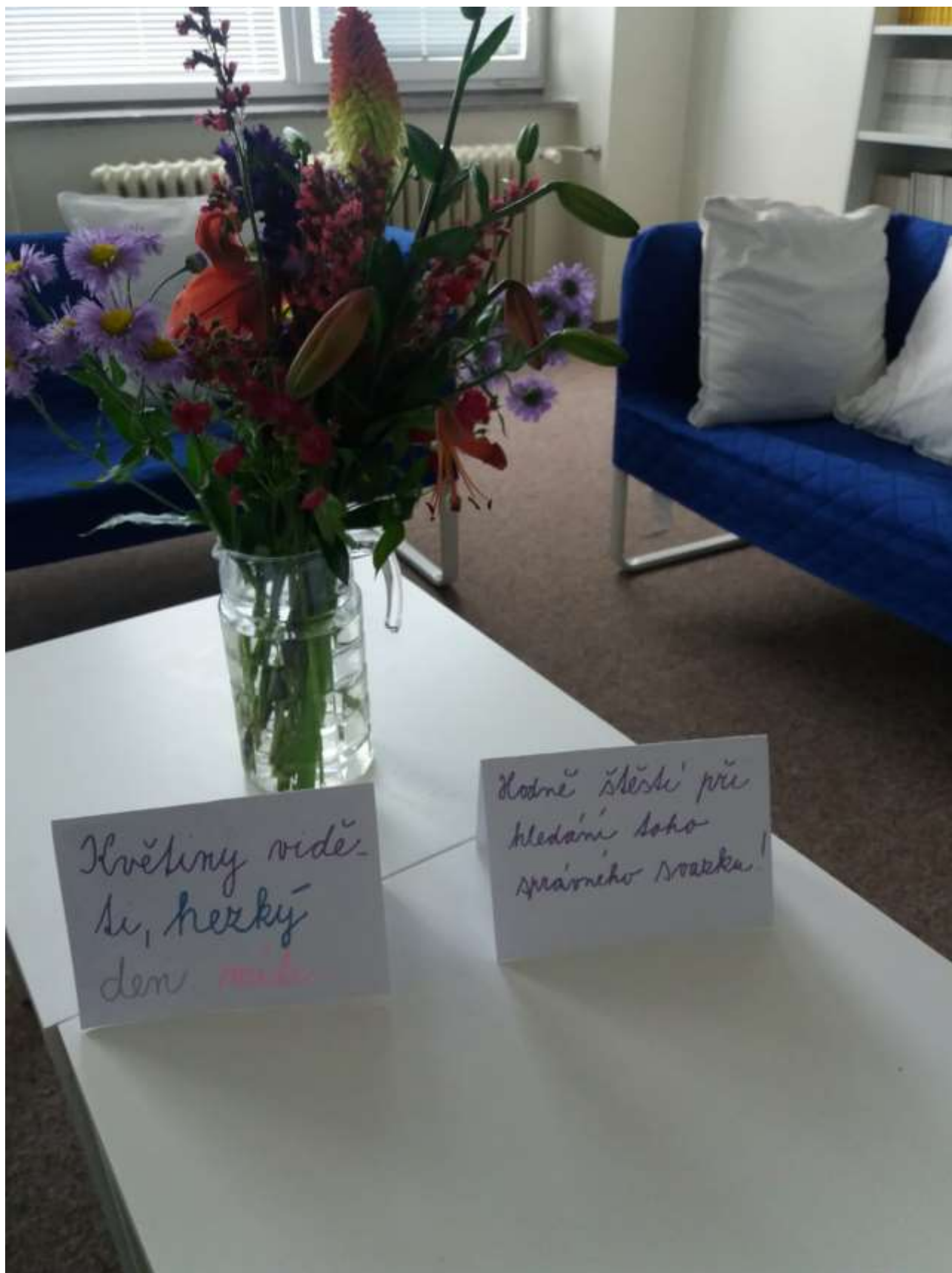
Anita

Těšíme se na další společný školní rok a přejeme hezké prázdniny!!!

Anita a Lída

Společně s kolegyní výchovnou poradkyní jsme pak strávily moc fajn pondělní odpoledne v prázdné sborovně, kde jsme dopisy vkládaly do obálek, kreslily na ně perletovými fixy kytičky, ornamenty apod... Pak jsme se odebraly do školní knihovny, kde proběhla během Covidu rekonstrukce a je z ní krásná komunitní místnost vybavená na posezení a odpočinek dětí. Klíč ke knihovně je volně dostupný ve sborovně, která je hned vedle. Pro každou učitelku jsme vybraly konkrétní knížku, do které jsme jí vložily dopis. Ten stejný večer kolem sedmé hodiny obdržely všechny paní učitelky na whats app zprávu s následujícím textem:

Neb celý rok jsi vykonávala učitelské povolání důstojně a svědomitě, budeš za to náležitě odměněna milým překvapením. Vydej se dne června dvacátého devátého do místnosti, kde vědění ve svazcích shromažďováno jest a hledej „Chata v jezerní kotlině“. (pozn. – každý měl jiný název svazku). Zde překvapení pro tebe nalezneš, co vzít si můžeš. Do místnosti však sama a bez doprovodu se vydej (klíč jistě víš, kde nalezneš) a až do soumraku toho dne nikomu se o ničem nezmiňuj, mlčenlivost do té chvíle o tom všem zachovávej. Necht' jsi náležitě potěšena! A.+L.



Některé paní učitelky ještě večer reagovaly v podobném duchu nazpátek (třeba paní učitelka na češtinu napsala:

Milé A.+L! Zpráva Vaše v mém zařízení mobilním vyvolala ve mně smíšených pocitů řadu. Sdělení Vaše jest tajemné velmi. Přes obavy značné neodolám pokušení a vydám se dle pokynů Vašich zítra, v den svátku Petra a Pavla, do prostor Vámi označených a budu hledati zcela osamocena vhodnou indicii k nalezení onoho milého překvapení. Vřelé díky a dobrou noc přeji!

Jiní poslali smajlíky či jiné veselé ikonky, nadšené výkřiky apod. Další den jsme sledovaly, jak se učitelky různě plížily nepozorovaně do knihovny, občas na nás pomrkávaly. Výchovná poradkyně je zároveň učitelkou na prvním stupni, tak sledovala dění u nich v pavilonu a některé paní učitelky se neubránily dojetí a proslzely dopoledne. I na druhém stupni bylo vidět, jak paní učitelky slzí, když si dopis přečetly. Další den se rozdávalo vysvědčení a sešli jsme se pak ve sborovně a nastalo sdílení dojmů – někdo vyprávěl, jak nemohl dopis najít, tak se tam plížil znovu další přestávku. Dvě paní učitelky tam šly hned po půlnoci neb přespávaly s dětmi ve škole, tak vzaly baterku a udělaly si takovou noční bojovku, vplížily se do knihovny a s baterkou dopis hledaly. Všechny byly dojaté, třeba jedna paní učitelka, co učí už mnoho let, reagovala, že za celou dobu co učí, ji nikdo takhle hezky za její práci neoceníl. Zkrátka aktivita všechny pozitivně zasáhla a pro danou chvíli velmi pozitivně ovlivnila náladu a celkové nastavení celého učitelského sboru a ještě dlouho se o ní mluvilo.

Co se týká mých cílů, tak rozhodně splnila účel – podařilo se vytvořit zážitek s neobvyklou atmosférou, trochou tajemna a slavnostní atmosféry a ocenit učitele za jejich celoroční práci, nabít je pozitivní energií a zlepšit klima ve sboru. Jelikož náplní práce psychologa je i starost o klima školy, aktivita určitě pomohla klima o kus vylepšit. Je třeba ještě poznamenat, že aktivita proběhla ve chvíli, kdy většina sboru nebyla spokojena s prací vedení školy a celkově byla mrzutá a napjatá atmosféra kolem úvazků a celkové nespokojenosti s se způsobem řízení školy. A vedení školy pochvami spíše šetří, takže aktivita vyrovnávala i tento deficit.

Jsem zvědavá, jestli a jaký bude mít dlouhodobější efekt. Mým dlouhodobějším cílem je vylepšit vzájemné vztahy mezi učiteli, více provázat první a druhý stupeň, kde je určitá rivalita. K čemuž daná aktivita svým kouskem určitě přispěla.

Paní učitelky měly velkou potřebu nám nějak vrátit, co od nás „dostaly“ a tak jsme na závěr roku na poradě já i výchovná poradkyně obdržely od všech krásnou orchidej.

Již teď přemýšlím, že by možná stálo za to na to další školní rok navázat a zavést tradici zážitkových pozitivních aktivit na konci školního roku.

Jeřábi - povzbuzení pro kolegy

Mgr. Veronika Tvrdá,
ZŠ Hlučín – Rovniny

Na ZŠ Rovniny pracuji jako školní psycholožka od září 2019. Ač to může znít jako klišé, už od úplného začátku jsem nějak tušila, že tahle škola bude moje krevní skupina. Inspirativní prostředí, atmosféra, která na vás dýchne už u vstupu, báječné vedení a skvělí kolegové. Bez růžových brýlí prostě výjimečná škola.

O to více mě mrzelo, když se v průběhu uzavření škol z pedagogického sboru pomalu začala vytrácet ta známá energie a převažovalo vyčerpané ladění v důsledku nekončící distanční výuky - bez vidiny návratu do normálu. Ve zkratce řečeno, učitelé i vedení už toho měli plné kecky a já přemýšlela, jak je povzbudit.

Začátkem tohoto dubna se nápad spojil s příležitostí a já si našla svého „spolupachatele“. Společně s mou kolegyní asistentkou/vychovatelkou jsme tak začaly vyrábět a následně roznášet po škole origami jeřáby s osobními vzkazy na křídlech, obsahujícími povzbuzení pro konkrétní situaci či vyzdvihující pozitivní vlastnosti dané osoby. Jeřábi tajně přistávali ve třídách, na počítačích, přilepení na dveřích, v kabinetech, v přihrádkách ve sborovně apod. Z původního nápadu potěšit pár lidí, kteří podle nás potřebovali trochu povzbudit, se stala akce trvající do půli června čítající cca 70 jeřábů. Svého totiž nakonec dostal úplně každý zaměstnanec, včetně 2 společných pro holky z jídelny a úklidu.

To, co se v průběhu téhle naší utajované záliby začalo dít, nás jen utvrdilo v tom, že jsme se vydaly správným směrem. Konspirační teorie o neznámých tvůrcích jely na plné obrátky, mluvilo se o tom, lidé se z tvoření navzájem „obviňovali“ a tím si vlastně dělali radost na druhou. O tom, jakou radost to dělalo nám, snad ani nemluví. Spustila se také lavina hromadných mailů, které odstartoval tento:

„Milý/á

neznámý/á odesílateli/lko,

Skládám Ti poklonu a vyslovuji vřelý dík za to milé gesto, úžasný nápad, a hodiny práce, které jsi investoval/a do malého/velkého povzbuzení kolegům. Je to "ohromná maličkost", která rozsvítí den.

A taky nutí přemýšlet....., analyzovat písmo....., klást správné otázkya pořád nic.....

Zkoušela jsem si to origami vyrobit. Trvalo mi to přesně 11 minut. Ty jsi asi daleko zručnější, ale i takTakže při počtu, který po škole létá, odhaduji Tvůj vynaložený čas na 5 - 7 hodin?

Kdo z nás by byl ochoten trávit odpoledne výrobou potěšení pro kolegyně. Ty! Ať jsi, kdo jsi, jsi kouzelný.

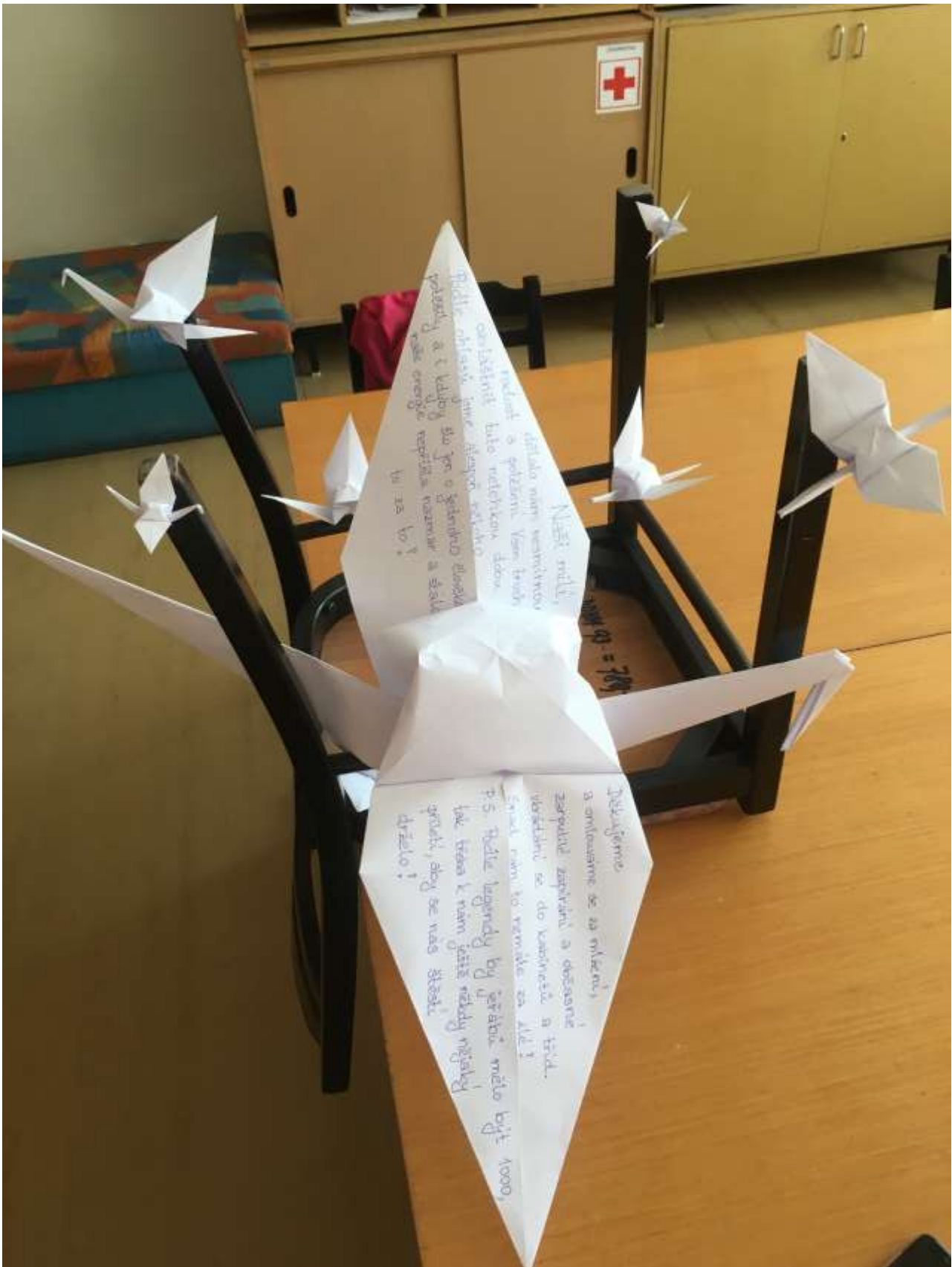
Děkuji.“

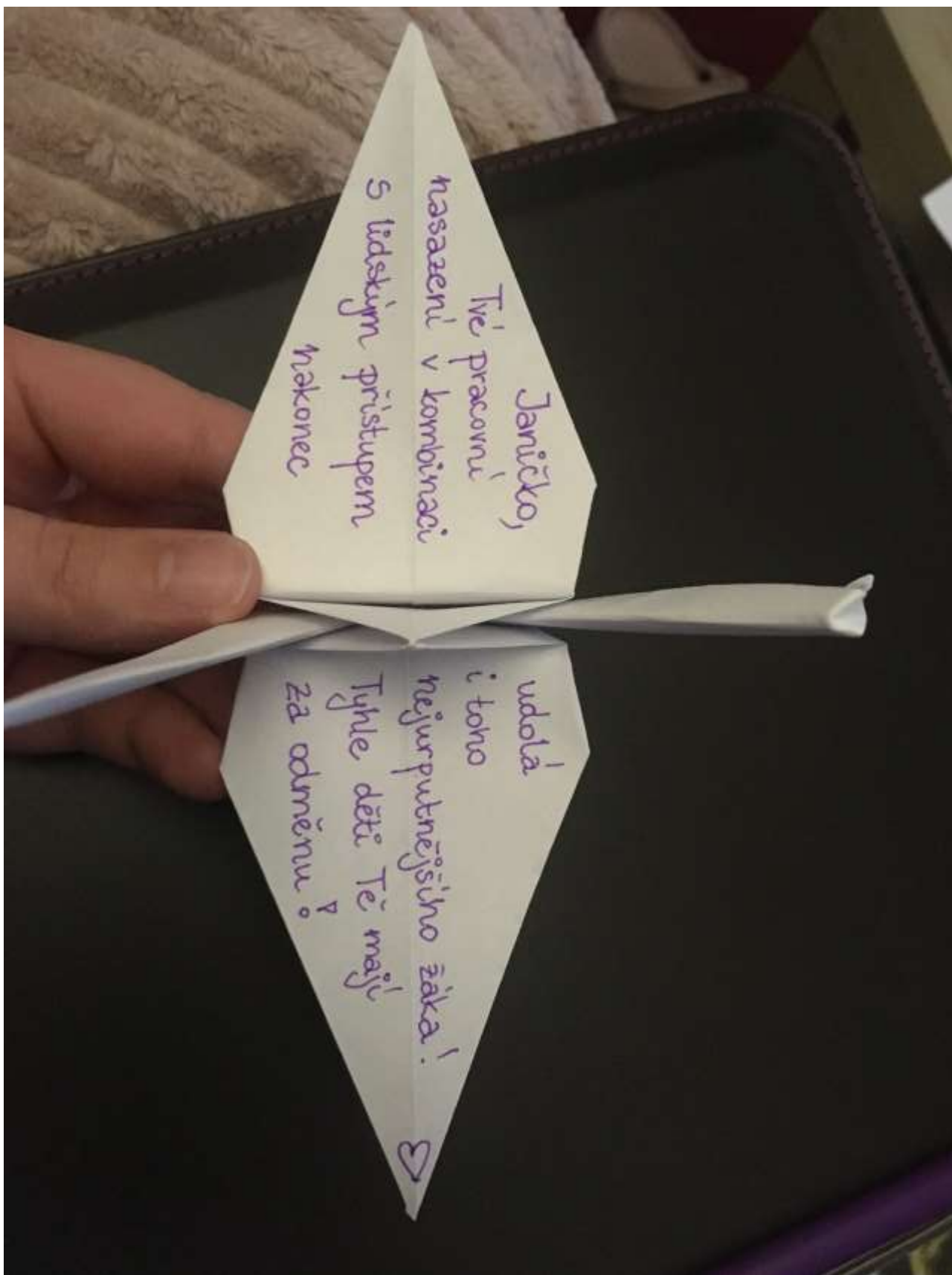
Tyto emaily tak byly nejen krásnou zpětnou vazbou pro nás, tvůrce, ale pomohly vlastně ještě dál šířit to, o co jsme se pokoušely.

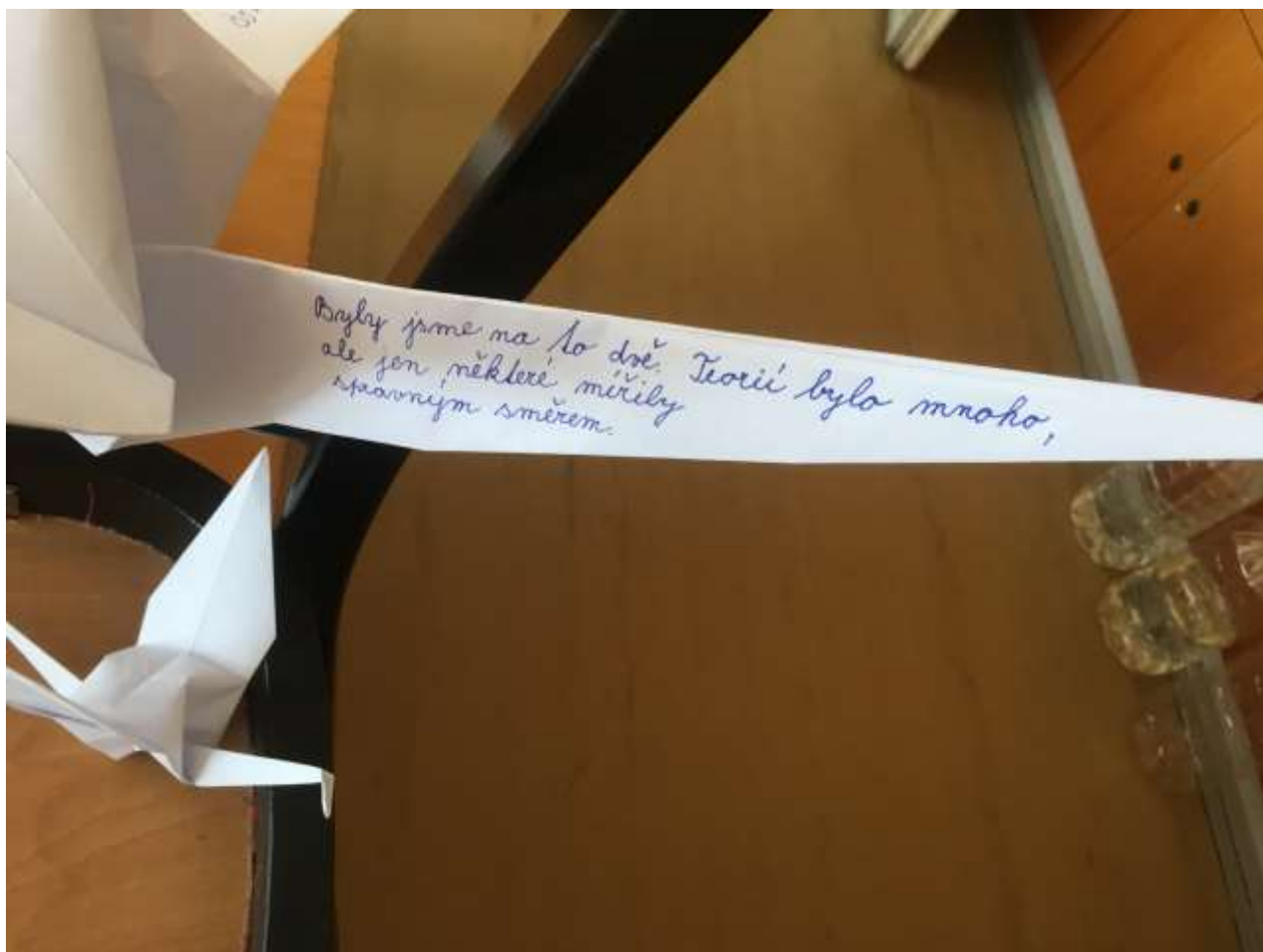
Co se týče praktické stránky věci, origami jsme skládaly doma po večerech a všechny osobní vzkazy spolu online nebo po telefonu konzultovaly a upravovaly tak, aby byly opravdu na míru (i s obavou, že ne všechny kolegy zná člověk natolik, aby se dokázal trefit). Velkou výhodou při samotné realizaci bylo, že ze začátku byla část kolegů na homeoffice. Tím pádem ve škole nebylo tak rušno jako vždy a „jeřábnice“ měly čas a prostor na svou práci. Když se děti začaly postupně vracet do školy, umisťovat jeřáby bylo čím dál těžší. Musím říct, že nemít tak skvělého parťáka, byla bych odhalena snad hned. Naštěstí obě ve škole děláme takovou pozici, u které nikomu nepřipadá zvláštní, že se pohybujeme kdekoliv po škole, a to v i čase výuky. Kolegyně navíc bývá v družině brzy ráno/pozdě odpoledne, což kolikrát také zachránilo situaci. Adrenalin a srdce bušící až v krku se tak staly naším denním chlebem.

Bylo pro nás velkou otázkou, jak celou akci uzavřít – každý z našich rodin, který tuhle bojovku prožíval s námi, měl jiný názor na to, zdali (a jak) se odtajnit či nikoliv. Až jsme si byly jisté, že každý zaměstnanec obdržel svého jeřába, vytvořily jsme ve sborovně „hnízdo“ s obrovským jeřábem a finálním vzkazem. Naše konečná dohoda zněla, že pokud se nás od té doby někdo napřímo zeptá, už se zapírat nebudeme, ale cíleně šířit naše jména taky ne. Ještě teď, když o tom jen píšu, se mi vrací pocit vnitřního „tetelení“. Podle toho si troufám tvrdit, že to splnilo svůj účel.

Pro lepší představu přikládám i pár fotek z průběhu akce i formy vzkazů.







Poznámky



- Andy, empatie spojená s humorem je Ti vlastní. Nejen pro svou třídu jsi starostlivou mámou, kterou si zaslouží. Máte štěstí, že se máte!
- Miládko, jsi hvězdou stálicí této školy. Tvá neutuchající ochota učit se nové věci je neuvěřitelná!
- Aničko, Tvá vlídnost a rozvaha je kombinace, která vnese klid do každé situace a ukonejší nejednoho neposedného žáka i kolegu.
- Luci, Tvá laskavost, lidský přístup k dětem a nadšení pro obor z Tebe dělají usměvavou češtinářku, kterou žáci milují!

