

# Adaptační kurz jako nástroj změny sociálních vztahů ve třídním kolektivu

## Outdoor Course as a Tool for Development of Social Relationships in a School Class

Lucie Kalkusová

*Fakulta tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy, Praha*

### **Abstrakt**

Článek přispívá k objasnění významu adaptačních kurzů pro rozvoj sociálních vztahů v nově vznikajících školních kolektivech. Předkládaný text je pilotní studií k rozsáhlejšímu výzkumu. Výzkumný soubor tvořilo 17 žáků 6. třídy ZŠ Norbertov, průměrný věk 11,24 let, kteří se zúčastnili třídenního adaptačního kurzu zaměřeného na rozvoj týmové dynamiky, spolupráce, a vztahů ve skupině. Výzkum byl proveden formou dotazníkového šetření. Dvojitý sběr dat, před začátkem a po skončení adaptačního kurzu, umožnil porovnat změny, které ve skupině během kurzu nastaly. Pro výzkum byla použita sociometrická metoda preferenčního záznamu ve skupině, na jejímž základě byly zhotoveny sociomapy znázorňující strukturu vztahů ve třídě. Celkový součet hodnocení v preferenčním záznamu všech žáků se zvýšil z 1583 bodů před kurzem na 1751 po kurzu. Při porovnání sociomapy před a po kurzu lze na základě změny barevného rozložení vyčíst zvýšení náklonnosti a změnu struktury vztahů mezi členy skupiny. Sociomapping se ukázalo jako velice přehledná metoda pro zdokumentování pozitivního dopadu adaptačního kurzu na sociální vztahy ve třídním kolektivu.

### **Abstract**

The article contributes to the illustration of the importance of outdoor courses for development of social relationships in school classes. Following text is a pilot study for future research. The research sample consisted of 17 pupils of Grade 6 primary school, average age 11.24 years, who participated on a three-day outdoor course. The course focused on the development of team dynamics, cooperation and social relationships. The participants filled in the same questionnaire before and after the course which enabled to compare the changes. The questionnaires were based on rating all classmates according to the preferential relationships. The strength of these relationships was transformed visually in sociomaps showing the structure of social relationships. The sum of ratings given by the whole class increased from 1583 before to 1751 points after the course. The general colour of sociomap changed after the course showing increased sympathies between the classmates after the course. Sociomapping showed to be a useful and lucid method for illustration of positive impact of the outdoor course for the development of social relationships in the school class.

**Klíčová slova:** *aktivity v přírodě, sociometrie, školní třída, sociomapping.*

**Keywords:** *outdoor activities, sociometry, school class, sociomapping.*

*Výzkum byl podpořen Grantovou agenturou Univerzity Karlovy (projekt č. 200915).*

## ÚVOD

V posledních letech stoupá popularita a využití dobrodružných aktivit a aktivit v přírodě ve výchovných a vzdělávacích programech. Podle Neumana et al. (2000, str. 25) je termín aktivity v přírodě obecně označení pro „činnosti, které jsou spjaty se šetrným využíváním přírodního prostředí

*nebo s překonáváním přírodních překážek, které člověk koná vlastní silou*“. Tyto aktivity nejsou samoučelné, pro jednotlivce či skupinu jsou určitou výzvou, při použití odpovídajících metod v sobě skrývají výchovný potenciál využitelný k rozvoji osobnosti.

Školy dnes stále častěji využívají takzvaných adaptačních kurzů, jejichž hlavním cílem je seznámení žáků mezi sebou, navození pozitivního klimatu ve třídě. K tomu je prostředkem nejčastěji právě přírodní prostředí a aktivity v přírodě zaměřené zejména na rozvoj efektivní týmové spolupráce, komunikace a hlubší vzájemné poznání. Obvykle se jedná o jednodenní či vícedenní akce pořádané pro nově vzniklé třídy na začátku školního roku, konané mimo dosah domova účastníků. Hattie et al. (1997) in Rickinson (2004) tvrdí, že nejcennější záležitostí na těchto kurzech je právě to, že je člověk zaměstnáván aktivní činností daleko od školních lavic.

Adaptační kurzy slouží k tomu, aby studentům a třídnímu učiteli umožnily před nástupem do školy vzájemné poznání, pomohly vytvořit sociální vazby a nalézt své místo ve skupině. Urychlují adaptaci studentů v nově vzniklých třídách na neznámé prostředí a podílejí se na co nejrychlejším zapojení studentů do života školy, navození pozitivní atmosféry, tvůrčí spolupráce a tolerance ve skupině. Pomáhají také vytvořit novou kvalitu vztahu mezi studentem a učitelem. Důležitou roli v sociálním rozvoji dětí a dospívajících představují přátelské vztahy s vrstevníky. V přítomnosti přátel se lidé cítí dobře, tráví s nimi více času než s ostatními, řeší společně problémy a tak si pomáhají. V školním kolektivu se však žáci setkávají s lidmi, se kterými se navzájem tak dobře neznají a nejprve dochází k procesu seznamování. Praxe i výzkumy potvrzují, že k poznávání dochází nejtintenzivněji na akcích mimo školu. I když jsou některé programy stavěny s důrazem na rozvoj jedince, staví před něho individuální výzvy, účastníci často svůj úspěch přisuzují podpoře skupiny a jejímu povzbuzování (Barrett & Greenaway 1995).

Bylo provedeno mnoho studií zabývajících se přínosem aktivit a kurzů v přírodě (Cooper, 1998). Výzkumy ukazují, že přírodní prostředí podněcuje rozvoj jednotlivců – podporuje osobnostní rozvoj zvyšováním sebevědomí jedinců (Nassar-McMillan & Cashwell, 1997), rozvíjí pocit soudělosti (Breunig et al., 2010), působí na emocionální a psychickou sféru jedince, zajišťuje poznání sebe sama i druhých v neznámém prostředí, obohacuje o nové zážitky, zkušenosti, rozvíjí sociální vztahy (Neuman, 1998). Přírodní prostředí však v mnoha směrech podněcuje také vznik a fungování sociálních skupin. Výzkumem sociální koheze ve skupině mládeže právě vlivem aktivit v přírodě se zabývali Glass a Benschhoff (2002). U nás se vlivem adaptačních kurzů na rozvoj vztahů ve školních kolektivech ve svých pracích věnoval např. Žák (2012). Z výsledků Žákova výzkumu vyplývá, že kurzy aktivit v přírodě pozitivně ovlivňují vztahy mezi spolužáky. Pokud však nenásleduje další intervence, například v podobě dalšího kurzu, pozitivní naladění postupně opadá. Také Kohout (2009) či Hanuš (2004) dospěli k výsledkům potvrzujícím přínos kurzů v přírodě, co se týče rozvoje skupinové dynamiky. Cílem studie je přispět ke zdokumentování pozitivního přínosu adaptačních kurzů pro rozvoj sociálních vztahů v třídním kolektivu.

## METODIKA

Výzkumný soubor představovali žáci 6. třídy základní školy Norbertov. Jedná se o menší základní školu na Praze 6, která pro žáky šestých ročníků každoročně pořádá adaptační kurzy. Sledovaná třída byla tvořena 18 žáky ve věku 10–12 let. Adaptačního kurzu se zúčastnilo 17 žáků, z toho 6 chlapců a 11 dívek. Průměrný věk skupiny byl 11,24 let. Přechodem na druhý stupeň základní školy se obvykle vytváří nový třídní kolektiv, v této třídě však byli pouze 3 noví žáci, 15 se jich tedy již mezi sebou znalo z prvního stupně.

Výzkumný soubor podstoupil dvojí měření. Sběr dat probíhal před zahájením a po skončení třídního adaptačního kurzu, který byl zaměřen na rozvoj týmové dynamiky, spolupráce, a vzta-

hů ve skupině. Respondentům byl v obou případech zadán stejný dotazník, tak aby mohly být analyzovány změny, které v kolektivu nastaly. Podle Chrásky (2007) tedy hovoříme o technice jedné skupiny před a po, či o metodě pre-test, post-test.

Adaptační kurz probíhal v rekreačním středisku v jižních Čechách, žáci byli ubytováni v chatkách, měli zajištěnou plnou penzi. V úvodu programu proběhly aktivity na seznámení a bližší poznání účastníků, aktivity povzbuzující vzájemný kontakt jedinců – seznamovací, zahřívací a kontaktní hry. Dále byly zařazeny hry na rozvoj důvěry, iniciativní a týmové hry, cvičení v přírodě vyžadující vzájemný kontakt a spolupráci, a zejména pak hry na rozvoj komunikace, spolupráce a vedení týmu. Žáci byli záměrně vystavováni obtížným situacím, k jejichž řešení bylo potřeba zapojení a spolupráce celé skupiny.

Nástrojem pro měření interpersonálních vztahů byla jedna z metod sociometrie – metoda preferenčního záznamu ve skupině. Respondenti hodnotili své sympatie k ostatním účastníkům kursu na škále 1-9. Devítku přiřazovali těm spolužákům, které mají rádi nejvíce, jedničku těm, které mají rádi nejméně (Petrušek, 1969). Data z preferenčního záznamu byla poté analyzována a vizualizována v podobě tzv. sociomap znázorňujících strukturu vztahů před a po kurzu.

Metoda sociomapování byla vytvořena pro potřebu studia malých skupin, skupinové dynamiky a vztahů mezi jejich členy (Bahbouh, 1996). Ze sociomapy lze, díky přehlednému grafickému zpracování, vyčíst nejen strukturu vztahů, ale i jejich intenzitu a vzájemnou náklonnost, soudržnost skupiny a existující podskupiny. Hlavním výstupem této metody je sociomapa, která využívá metaforu krajiny a vytváří obrázek připomínající kartografickou mapu. Podle jejích pravidel je také interpretována, a tak jsou sociomapy srozumitelné i pro neakademickou veřejnost (Bahbouh, 2011).

Vzájemné sympatie jsou vyjádřeny vzdáleností členů skupiny na mapě, čím jsou si blíže, tím je mezi nimi větší náklonnost. Výška na mapě znázorňuje hodnocení od ostatních, tj. sumu pasivních voleb, které jedinci obdrželi. Obecně ale platí, že vzdálenosti a výšky na mapě mohou představovat různé proměnné (Bahbouh, 2011).

Místo číselného vyjádření je k vyjádření míry náklonnosti použita barevná škála, kdy nejnižší hodnota, značící nejnižší míru sympatií, je znázorněna modrou barvou, přechází přes zelenou, žlutou, oranžovou až k červené, která označuje nejvyšší náklonnost.

## VÝSLEDKY

Celkový součet hodnocení v preferenčním záznamu všech žáků třídy se zvýšil z 1583 bodů před kurzem na 1751 po kurzu. Jen u dvou žáků bylo celkové bodové hodnocení ostatních po absolvování kursu nižší, u jednoho byl počet bodů stejný, ostatní přidělovali spolužákům bodů více. Konkrétně žáci v průměru přidělovali svým spolužákům 5,8 bodu před kurzem, po kurzu pak 6,44. Výsledky preferenčních záznamů znázorňují Tabulky 1 a 2.

**Tab. 1:** Preferenční záznam ve třídě – před kurzem

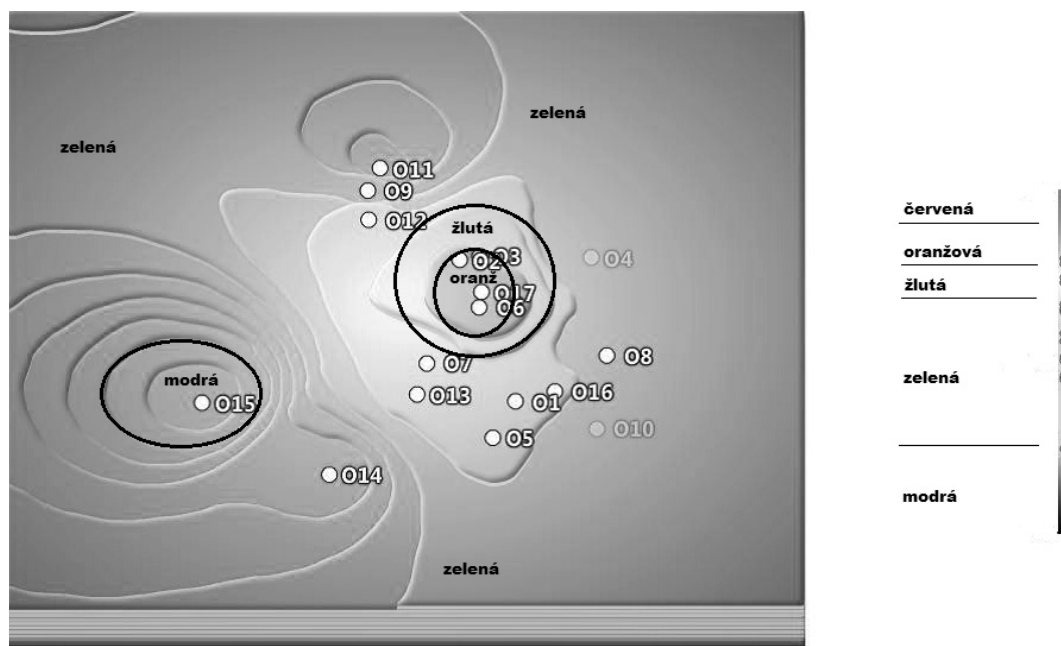
žák	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	dostal
1		5	5	2	9	5	9	8	5	9	6	4	9	7	5	9	4	101
2	7		9	8	6	9	8	7	4	5	9	7	8	4	6	6	8	111
3	8	9		6	7	9	5	7	5	9	8	7	8	2	5	5	9	109
4	5	7	3		4	7	4	8	1	6	4	4	7	5	4	6	6	81
5	9	5	5	4		5	7	9	4	9	3	4	9	7	5	9	4	98
6	8	9	8	9	7		8	9	3	9	7	4	9	6	5	8	9	118
7	7	7	4	8	6	9		5	5	5	7	4	9	5	5	8	5	99
8	9	5	4	9	6	8	5		3	9	2	4	7	4	3	9	3	90
9	7	9	5	5	7	3	4	5		5	9	8	5	5	4	4	2	87
10	9	3	5	1	7	5	4	9	2		3	4	7	3	3	9	6	80
11	5	5	7	2	2	4	4	7	9	1		8	3	5	5	3	4	74
12	7	8	6	7	1	5	5	7	9	5	8		8	7	8	4	6	101
13	4	5	5	9	7	9	9	6	2	7	5	4		8	6	5	8	99
14	5	2	3	1	6	5	5	5	6	7	5	4	8		5	5	1	73
15	3	1	2	1	7	3	5	2	1	1	1	4	8	5		2	1	47
16	9	8	5	9	9	3	6	9	4	8	4	4	8	5	4		4	99
17	8	9	9	9	7	9	7	8	2	8	8	4	9	7	5	7		116
dal	110	97	85	90	98	98	95	111	65	103	89	78	122	85	78	99	80	1583

**Tab. 2:** Preferenční záznam ve třídě – po kurzu

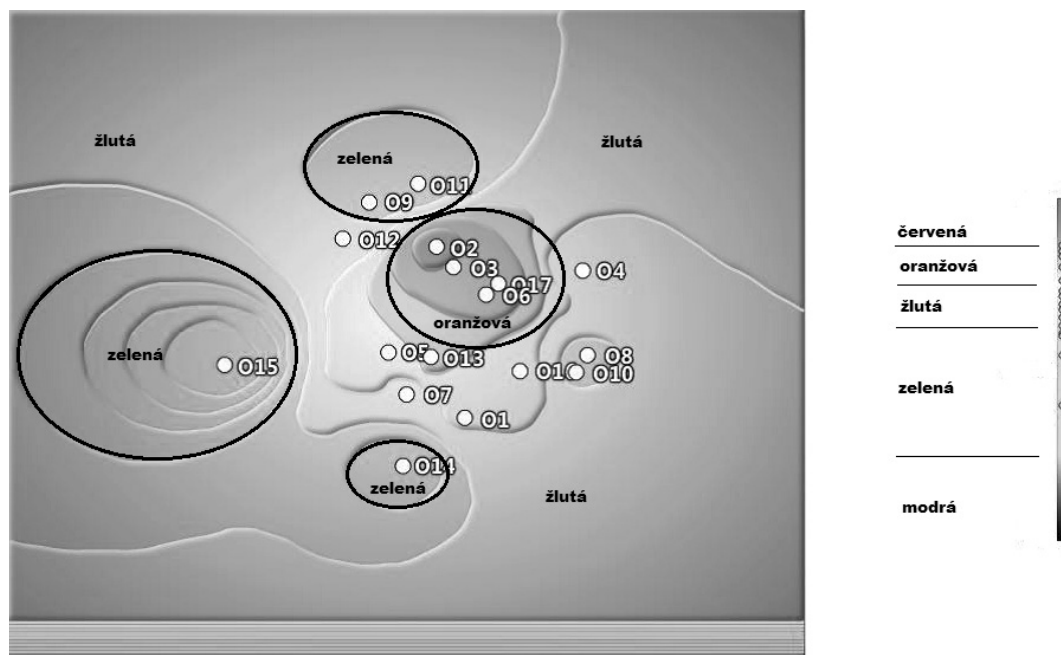
žák	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	dostal
1		1	3	7	9	6	9	9	6	8	5	5	9	9	5	9	4	104
2	8		9	9	8	9	7	7	9	5	9	8	9	5	8	8	8	126
3	9	9		9	8	9	7	8	5	7	9	8	9	5	6	7	9	124
4	8	8	6		3	8	2	9	4	8	7	5	7	4	5	8	7	99
5	9	7	7	1		6	8	9	7	8	5	5	9	7	7	9	5	109
6	9	9	8	8	7		7	9	4	7	8	5	9	8	6	9	9	122
7	9	5	5	2	9	8		7	5	5	8	5	9	8	6	7	4	102
8	9	2	4	9	3	8	7		6	9	5	4	8	6	4	9	3	96
9	9	7	7	1	8	5	5	7		5	9	8	5	7	5	4	1	93
10	9	2	5	7	4	8	7	9	5		2	4	7	6	4	9	8	96
11	8	7	7	1	5	7	4	8	9	5		8	5	3	5	6	4	92
12	9	5	6	5	4	8	5	7	7	5	9		8	5	8	6	2	99
13	9	5	6	9	9	9	9	8	5	7	4	5		8	7	6	7	113
14	9	1	5	2	7	5	8	7	6	6	4	5	8		5	6	1	85
15	8	1	3	1	8	3	5	5	1	3	1	7	8	5		6	1	66
16	9	7	8	9	9	5	7	8	3	8	1	5	8	7	6		7	107
17	8	9	9	9	7	9	7	8	3	8	8	5	9	6	6	7		118
dal	139	85	98	89	108	113	104	125	85	104	94	92	127	99	93	116	80	1751

Při pohledu do sociomap (Obr. 1 a 2) vidíme, že během adaptačního kurzu došlo ke změně. Před kurzem převažuje v sociomapě zelená barva (Obr. 1), která je po kurzu nahrazena barvou žlutou (Obr. 2). Zatímco před absolvováním kurzu se nejméně oblíbení žáci nacházeli v modré hladině, většina v zelené a pár žáků ve žluté barvě, po kurzu je nejnižší hladina vyjádřena už pouze zelenou barvou, převažuje žlutá, ale někteří jedinci se objevují i v oranžové barvě. Z tohoto barevného rozložení je tedy patrné zvýšení náklonnosti mezi členy skupiny. Vzdálenosti jednotlivých členů se příliš nezměnily, stejně jako struktura vztahů, kde došlo k pouze jedné na první pohled výraznější změně. Žáci číslo 14 a 15 jsou před i po absolvování adaptačního kurzu v kolektivu nejméně oblíbení, zaujímají v sociomapě nejnižší a nejkrajnější pozice. Z Obr. 3 lze vyčíst jejich vzájemný bližší vztah. I když po absolvování kurzu stále zaujímají okrajové pozice, tak se jejich

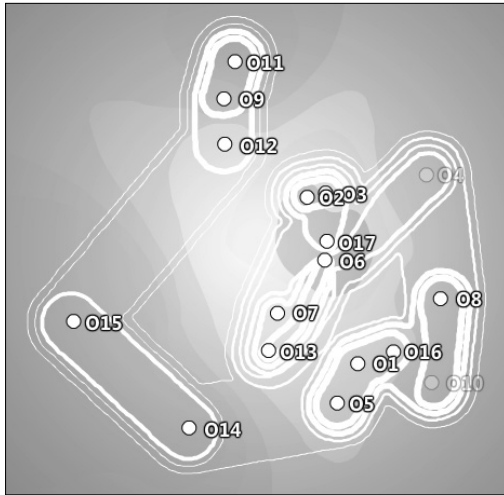
oblíbenost v kolektivu zvýšila a na Obr. 4 vidíme, že pouto mezi nimi již není tak silné a každý si našel dalšího jiného kamaráda, čímž se více začlenil do kolektivu třídy. Přehlednější barevné sociomapy naleznete v online verzi časopisu.



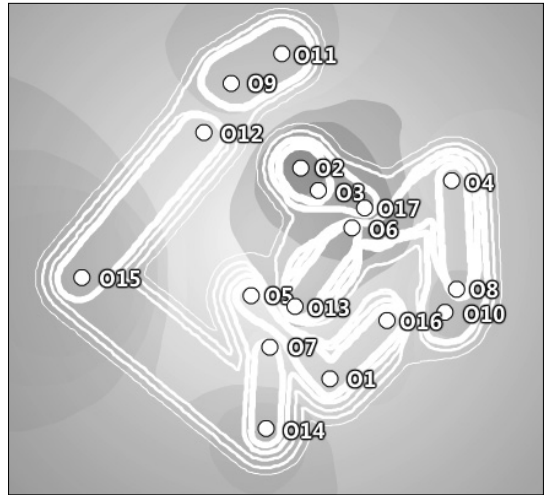
**Obr. 1:** Sociomapa třídy – před kurzem



**Obr. 2:** Sociomapa třídy – po kurzu



Obr. 3: Struktura vztahů – před kurzem



Obr. 4: Struktura vztahů – po kurzu

## DISKUSE

Uvedené problematice se věnuje mnoho českých i zahraničních autorů. Thom (2002) in Rickinson (2004) realizoval pětidenní kurz s prvky dobrodružství. Z vyplněných dotazníků před a po programu a z následných telefonických rozhovorů zjistil, že účastníci programu zaznamenali zlepšení sebedůvěry, vůdčích schopností a zvýšení sebevědomí. Australská studie (Purdi et al., 2002 in Rickinson, 2004) prokázala vliv kurzu aktivit v přírodě na rozvoj sociálních schopností dospívajících. Dlouhodobě se projevilo zlepšení komunikace, řešení mezilidských vztahů ať už s jedinci stejného či opačného pohlaví. Cooper (1998) ve svém výzkumu, kdy se mládež ve věku 9–18 let zúčastnila pětidenního kurzu aktivit v přírodě zaměřeného především na dobrodružné a problémové aktivity a ekologickou výchovu, uvádí, že 85 % účastníků zaznamenalo přínos v oblasti osobnostního a sociálního rozvoje. Někteří zahraniční autoři hovoří o tom, že pokud má mít program aktivit v přírodě smysl a vliv na účastníky, (např. Higgins a Nicol, 2002), měl by trvat minimálně 4 až 5 dní. I proto se může zdát, že třídní kurz je příliš krátké působení na zásadní skupinové změny. Dle Žáka (2012) se ale jedná o nejobvyklejší délku těchto tzv. adaptačních kursů, kterých se školy účastní, a proto jsme zvolili právě tuto délku intervence. Delší kurzy jsou dnes méně obvyklé zejména z finančních a časových důvodů. Nežřídka se ale můžeme setkat se studii zkoumajícími vliv jednodenních programů aktivit v přírodě na různé skupinové jevy (Glass & Benschhoff, 2002; Gardner & Flood, 2006).

Záměrně hovoříme o působení adaptačního kurzu jako celku. Jsme si vědomi, že během něho na účastníky nepůsobí pouze prováděné aktivity, ale také změna a atraktivita prostředí, počasí, podmínky, momentální nálada účastníků a další faktory, které často nemůžeme nijak ovlivnit. Kurzy byly poskládány dle metod dramaturgie, jak o nich hovoří Franc et al. (2007) i Neuman et al. (2000), tak, aby co nejlépe rozvíjely sledované cíle.

Sociomapování je relativně mladou metodou podobnou sociometrii, na základě jejichž omezení byly vytvořena. Obě dvě se snaží určit základní strukturu skupiny pomocí zjišťování podobnosti, přitažlivosti či na druhé straně odpudivosti mezi členy dané skupiny (Moreno, 1950; Bahbouh, 2011). Od sociometrického rozlišení voleb na pozitivní a negativní se liší zejména více škálováním a průběžným sledováním vzájemné vazby (Bahbouh, 2011). Sociomapy mají dle Bahbouha (1996) oproti sociogramům využívaným v sociometrii hned několik výhod: přehlednost umožň-

ňující snadné a rychlé zorientování v hlavních vztazích a vazbách, jednoduchá interpretace dat, mapa je srozumitelná i laické veřejnosti, lze z ní vyčíst velké množství informací, podle určitých pravidel lze zaznamenávat i kvalitativní data, umožňuje dobrou orientaci v kontinuálních změnách. Vysoké intuitivní porozumění sociomapám ve své diplomové práci ověřila též Rozehnalová (2008). Sociogram je dle Bjernsteda in Petrusek (1969) jedním ze základních znaků sociometrie. Jeho použití však je ve skupinách čítající 15 a více členů poměrně náročné a ne úplně přehledné. Pokud jsou objektem sledování školní kolektivy, které čítají obvykle přes 20 členů, je v takovém případě použití sociomapy přehlednější.

## ZÁVĚR

Na základě uvedeného příkladu lze konstatovat, že po absolvování adaptačního kurzu došlo k rozvoji sociálních vztahů ve skupině. Změna se projevila zejména ve zvýšené náklonnosti mezi členy skupiny, která je vidět v barevném rozlišení sociomapy. To je způsobeno vyššími hodnotami, které si žáci po absolvování kurzu navzájem přiřazovali. Metoda sociomapy může být použita ve školní praxi ke sledování různých skupinových proměnných. Největší výhodou této metody je její přehlednost a prostorové zobrazení.

## Literatura

- Bahbouh, R. (2011) Sociomapy týmu. Brandýs nad Labem: Dar Inn Rushd.
- Bahbouh, R. (1996). Využití sociomapy u malých sociálních skupin. Diplomová práce. Praha. FF UK.
- Barrett, J. & Greenaway, R. (1995). Why adventure? The Role and Value of Outdoor Adventure in Young People's Personal and Social Development: A Review of Research. The Foundation for Outdoor Adventure.
- Breunig, M. C., O'Connell, T. S., Todd, S., Anderson, L., & Young, A. (2010). The Impact of Outdoor Pursuits on College Students' Perceived Sense of Community. *Journal Of Leisure Research*, 42(4), p. 551–572.
- Cooper, G. (1998). *Outdoors with young people: a leader's guide to outdoor activities, the environment and sustainability*. Lyme Regis: Russell House.
- Franc, D., Martin, A. & Zounková, D. (2007). *Učení zážitkem a hrou: praktická příručka instruktora*. Brno: Computer Press.
- Gardner, E., & Flood, J. (2006.) The Impact of a One-Day Challenge Course Experience on the Life Effectiveness Skills of College Students. *Association Of Outdoor Recreation & Education Conference Proceedings*. p. 133–135.
- Glass, J., & Benschoff J. M. (2002). Facilitating Group Cohesion Among Adolescents Through Challenge Course Experiences. *Journal Of Experiential Education*. 25(2), p. 268–277.
- Hanuš, R. (2004). *Probudit se a jít – hnutí GO! Gymnasion*. Praha: PŠL. č. 1. p. 55–61.
- Higgins, P. & Nicol, R. (2002). *Learning as Adventure: Theory for Practice*. The Summer Activities for 16 Year-Old Scheme. Edinburgh: DfES and Connexions Service.
- Chráška, M. (2007). *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. Praha: Grada Publishing.
- Kohout, D. (2009). *Adaptační kurzy na středních školách*. Diplomová práce. Praha. FTVS UK.
- Moreno, J. L. (1950). *Sociometry In Relation To Other Social Sciences* (1937). *Sociometry*, 13(1). p. 63–75.
- Nassar-McMillan, S. C., & Cashwell, C. S. (1997). Building self-esteem of children and adolescents through adventure-based counseling. *Journal Of Humanistic Education & Development*. 36(2), 59.
- Neuman, J. (1998). *Dobrodružné hry a cvičení v přírodě*. Praha: Portál.
- Neuman, J. et al. (2000). *Turistika a sporty v přírodě*. Praha: Portál.
- Petrusek, M. (1969). *Sociometrie*. Praha: Svoboda.
- Rickinson, M. (2004). *A review of research on outdoor learning*. Great Britain: Field Studies Council.
- Rozehnalová, E. (2008). *Sociomapy pracovních týmů*. Diplomová práce. Praha. FF UK.
- Žák, M. (2012). *Jaký má vliv úvodní soustředění (neboli adaptační kurz) na kvalitu sociálních vztahů v třídním kolektivu?* *Gymnos Akademos*. Olomouc: Gymnasion, o.p.s: 1(2).

## Kontakt na autora:

Mgr. Lucie Kalkusová  
kalkusova@ftvs.cuni.cz  
tel: 736 426 442

FTVS UK  
Josef Martího 31  
162 52 Praha 6