

# **Jabok – Vyšší sociálně pedagogická a teologická škola**

Michaela Hemmerová

Seznamovací kurz  
*Kurzy zážitkové pedagogiky*

Předmět: Seznamovací kurz  
Profesor: Pavel Kaplan  
2010

## **OBSAH**

Úvod	3
1. Zážitková pedagogika	4
1.1 Prožitek	4
1.2 Výzva	6
1.3 Zkušenostní učení	6
1.4 Zážitková pedagogika v kontextu dalších pedagogických směrů	
2. Instituce poskytující kurzy zážitkové pedagogiky	6
2.1 Mladí pro mladé	7
2.2 Štúdio zážitku	8
Závěr	15

## Úvod

Jako hlavní téma své práce jsem si vybrala Kurzy zážitkové pedagogiky.

Ráda bych se podívala na zážitkovou pedagogiku jako takovou a uvedla některé základní informace o tomto novém směru v pedagogice.

Dále se budu soustředit na to jak takové kurzy probíhají, proč a k čemu jsou dobré a co všechno nám mohou nabídnout.

Zážitková pedagogika nám má novým způsobem zprostředkovat nějaký zážitek a ten nás má něčemu naučit. Tato metoda zážitku je něčím úplně jiným než suché učení teorie a proto je u ní větší míra zapamatování a tím pádem i větší šance toho, že v budoucnu něco podobného využijeme v praxi.

Do své práce jsem čerpala především z literatury a internetových stránek.

## 1. Zážitková pedagogika

Nejdříve se tedy pojdme podívat na samotný pojem zážitková pedagogika. V této kapitole si vysvětlíme, co to zážitková pedagogika je a s čím jí spojujeme.

Zážitková pedagogika je tedy pedagogický směr, který prostřednictvím zážitku vzdělává a vychovává. Prožitek zde, ale není cílem – spíše jakýmsi prostředkem. *„Cílem pedagogiky zážitku je vyzkoušet „aktivní základní postavení“, to znamená pohotovost či připravenost pustit se do aktivního zážitku.“*<sup>1</sup>

Účastník v kurzech získává zážitky díky aktivnímu zapojení do různých aktivit – nejčastěji her. V těchto hrách se člověk setká s různými situacemi, kterému v jeho běžném životě mohou způsobovat problémy a učí se tak s nimi pracovat. Velkou výhodou těchto aktivit je, že nejsou nebezpečné jako skutečné situace a navíc jsou pod dohledem vyškolených instruktorů. Hry jsou omezené časem a účastník v nich může kdykoliv přestat.

Důležitou součástí těchto kurzů/aktivit je to, že se člověk musí postavit svému problému čelem a zaujmout vůči němu nějaké stanovisko. Výzvu přijmout může i nemusí, ale vždy se dostává do konfliktu se skupinou, která mu poskytne zpětnou vazbu. Má tedy možnost si uvědomit jaká je jeho reakce na danou situaci, která může být vypjatá i překvapivá a nahlédne tak lépe do svého nitra.

Tím se dostáváme ke klíčovému bodu těchto zážitkových kurzů, což je tzv. revíve neboli zpětný pohled (vazba) na hru. V této zpětné vazbě se rozebere jak který účastník reagoval na daný problém a jak jej mohli vyřešit. Problémy, které se ve hře vyskytují bývají složitější než ty, co nás mohou potkat ve skutečném životě, čímž získáváme větší odolnost, ztrácíme strach a získáváme sebevědomí. *„Řešení náročných úkolů umožňuje rozvoj kreativity, týmové spolupráce, komunikativních dovedností, sociálního citění, a dalších vlastností potřebných v každodenním životě.“*<sup>2</sup> To, co si ze hry odneseme záleží na tom, kolik do ní vložíme a jak moc se zapojíme.

Kurzy probíhají v uvolněné atmosféře, kde můžeme s instruktory mluvit o našich zážitcích zcela bez ostychu a máme možnost porovnat naše zážitky s ostatními členy v kolektivu (třídní kolektiv, pracovní kolektiv, běžný život). Lépe vnímáme to, kde jsme jako skupina uspěli, kde vznikají problémy a tím se učíme jak tyto situace řešit. Dalším důležitým znakem těchto kurzů je, že nejde o suchou terapii, ale praktické zkušenosti, které později můžeme opravdu využít. Aktivně se na něčem účastníme a

---

<sup>1</sup> Vážanský, s. 27

<sup>2</sup> <http://www.zaobzor.cz/pedagogika/>

spolupracujeme s ostatními členy skupiny. „*Zážitková pedagogika je přístup ke vzdělání založený na vyšší schopnosti lidské paměti vstřebávat informace jejichž vnímání je provázeno intenzivní emocí.*“<sup>3</sup>

Kurzy se dají využít také jako seznamovací prostředek pro pracovní tým nebo třídní kolektiv. Často se tyto kurzy používají jako tzv. team buildingy nebo seznamovací kurzy.

Pokud se na zážitkovou pedagogiku zaměříme jako na jeden s pedagogických oborů, zjistíme, že v tomto směru není ještě zcela akceptován. Stále se hledá jeho systematické zařazení, jeho zdroje a specifika. Časopis Gymnasion, který se rozhodl udělat úvodní studii se zaměřil hlavně na fenomén a pojmosloví zážitkové pedagogiky. Také na její širší kontext a na rozlišení mezi jejími příbuznými obory jako výchova v přírodě, výchova ve volném čase a výchova dobrodružstvím. Výsledkem této studie bylo, že pod označením zážitková pedagogika si představíme teoretické vystižení a rozbor výchovných procesů, které pracují s uskutečněním, rozbohem a reflexí takových zážitku, které nám poté podají nějakou zkušenost, kterou využijeme v dalším životě. Tyto procesy mohou být uskutečňovány v různém prostředí, např. ve škole, v přírodě, kulturním prostředí; v různých sociálních skupinách bez rozdílu věku, místa narození nebo sociálního statutu a mohou být naplňovány různými prostředky – různorodé hry, modelové situace, tvořivé a dramatické dílny, besedy, diskuze, náročné situace, sebezdokonalovací aktivity všech směrů.

V České republice zážitková pedagogika nemá zatím takový velehlas jako v zahraničí. Jak jsme si řekli už výše, není vnímána jako samostatný pedagogický směr. Často je nazývána také termíny, které překládají anglické názvy jako např.: výchova dobrodružstvím – adventure education, výchova v přírodě – enviromental education nebo výchova prožitkem – experiential education.

Jako první se v České republice pokusil popsat teorie zážitkové pedagogiky Mojmir Važanský roku 1992. Asi tou nejvýznamnější organizací, která se těmito kurzy zabývá je Prázdninová škola Lipnice.

## **1.1 Prožitek**

Slovo prožitek nám vyjadřuje jakousi aktivitu prožívání a jeho přítomnostní charakter. Je to jakýsi okamžik přítomné aktivity, ať už tělesné nebo myšlenkové. Pokud se posléze tento prožitek přesune do minulosti a my se k němu vracíme v myšlenkách a vzpomínkách, nazýváme ho zážitkem. A z toho už nás vzniká název

---

<sup>3</sup> [http://cs.wikipedia.org/wiki/Zážitková\\_pedagogika](http://cs.wikipedia.org/wiki/Zážitková_pedagogika)

celého oboru: zážitková pedagogika. Cílem této pedagogiky je získat trvalé zkušenosti prostřednictvím prožitku, které pak můžeme využít i v dalších situacích, se kterými se setkáváme. Tuto část už můžeme tedy nazývat zkušenosti, které získáme až po tom, co náš prožitek sdělíme s někým dalším a porovnáváme s ostatními, např. ve skupině, kolektivu atd.

Každý z nás si v hlavě dokáže představit, co to zážitek je, ale pojmenovat naši představu už není tak lehké. Zážitek vzniká při nějaké aktivitě jako zkušenost, kterou poté můžeme dobře uchovat v paměti a to hlavně proto, že při jejím prožívání zapojujeme všechny smysly. Čím více jsme otevření, tím více je náš prožitek hlubší a intenzivnější.

V době, kdy tento prožitek plyne se na danou vykonávanou činnost soustředíme tak moc, že je pro nás tu chvíli nejvíce důležitá. *„Mezi hlavní myšlenky této teorie se řadí postulování prožitku jakožto obsahu vědomí, formulace autentického prožívání, tj. skutečnosti, že optimální zážitek je sám sobě cílem, či hodnocení stavu plynutí transformujícího naše já k větší komplexnosti, propracovanosti a ucelenosti.“*<sup>4</sup>

Mezi hlavní charakteristiky prožitku patří jeho komplexnost, verbální nepřenositelnost, nedefinovatelnost, jedinečnost a intencionální zaměření.

## **1.2 Výzva**

Jako výzvu si můžeme představit nějaký vzrušující prožitek, který už jsme zažili někdy dříve a stále je pro nás něčím vzrušující. Může to být také nový zážitek nebo nové, neznámé setkání se situací, která je pro nás nebezpečná. Výzva je něco, co je pro nás obtížné vykonat, je to aktivita, kde nemůžeme předvídat jak dopadne. Výzva může posunout naše osobní hranice a vyhoupnout naše sebevědomí či dovednosti zase někam dál.

Pro každého z nás je výzvou něco jiného a pro mnoho z nás je mnohem důležitější to, jak výzvu vnímáme než výzva samotná.

Ke kurzům zážitkové pedagogiky neodmyslitelně výzva patří a je jejím hlavním hnacím motorem.

## **1.3 Zkušenostní učení**

Zkušenostní učení se obejde bez učebnic a jeho efektivita je mnohem větší než vyučování prostřednictvím knih.

---

<sup>4</sup> <http://www.zaobzor.cz/pedagogika/>

Hlavním předpokladem tohoto druhu učení je to, že děti/studenti se nejvíce učí aktivní činností. Na těchto kurzech znalosti nepředáváme jako ve třídě při normálním vyučování, ale snažíme se učit děti přirozeným způsobem, tzn. tím, že je necháme řešit konkrétní situace, které vyžadují jejich dovednosti a nějakou aktivitu.

Tím, že učení probíhá jinde než ve škole/ve třídě zvyšujeme interakci mezi učitelem a jeho žákem. Učení dostává jakýsi nádech svobody a děti jsou mu více otevřeni.

Tyto nově nabitě zkušenosti jsou úplně jiné než věci vyčtené z knih a žáci díky nim získávají cenné zkušenosti do života, které pak kdykoliv mohou využít. Dítě/student/účastník kurzu spíše pochopí něco, co si může vyzkoušet na vlastní kůži než to, co si pouze vyčte z knih.

V následující tabulce vidíme, jaká je procentuální úspěšnost v zapamatování se dané látky různými způsoby učení.

Poznatek získaný	sdělením	sdělením s ukázkou	sdělením, ukázkou a zážitkem
Po třech týdnech si vybaví	70%	72%	85%
Po třech měsících si vybaví	10%	32%	65%

5

#### 1.4 Zážitkově pedagogické aktivity

Jako první nás pod tím to pojmem napadnou aktivity, které jsou předem naplánované a většinou se konají o víkendech. Jejich program je velice přesně navržen dopředu. Ale můžeme zde najít i aktivity, které mají déletrvající ráz, který je velmi vzdálen tomu, jak prožíváme naše všední dny. Jsou to aktivity jako:

- plavba na divoké vodě (v kajaku, kanoi, člunu, voru, rafting)
- plavba na plachetnici, windsurfing
- jízda na koních, ponících
- putování po mořských pobřežích
- lyže (skialpinismus<sup>6</sup>, jízda na jedné lyži, putování se sněžnicemi)
- vysokohorská turistika, jízda na horských kolech, survival<sup>7</sup>, závěsné létání

<sup>5</sup> <http://www.zaobzor.cz/pedagogika/>

<sup>6</sup> Skialpinismus je pohyb na lyžích ve volném horském terénu. Stoupání do kopce umožňuje speciální vázání a pásy nalepené na skluznici.

- horolezectví
- orientační běh<sup>8</sup>

Může se zdát, že některé výše uvedené aktivity jsou spíše volnočasové než zážitkově-pedagogické. Vše ale záleží na tom, jaké si určíme cíle a co danou aktivitou budeme chtít dokázat. V podstatě každá aktivita může být zážitkově-pedagogická, pokud jí správně uchopíme.

## 2.1 Mladí pro mladé

Program "Mladí pro mladé" je odvozen od programu "Adventist Youth To Youth", který je v Čechách provozován pod názvem "Mladí mladým". Tento program vznikl ve Spojených státech, byl přeložen a co nejcitlivěji přenesen do našich poměrů tak, aby byl zpřístupněn co nejširší skupině mladých lidí. Při této integraci však muselo nutně dojít k mnoha úpravám, což nás vedlo k tomu, že jsme program přejmenovali, abychom tak demonstrovali určitou samostatnost a jedinečnost této jeho moravské verze.

Komu je program určen?

Především, jak již název napovídá, mladým lidem. M2M je program, zaměřený na prevenci závislostí.

Člověk se může stát závislým v podstatě na čemkoliv. Počínaje sexem, přes televizi, nakupování, drogy, až po lidi, nebo lidská seskupení a sekty. Největší nebezpečí vzniku závislosti pramení z nedostatku sebeúcty, kladného sebehodnocení a z toho většinou pramenících špatných komunikačních schopností a snížené schopnosti začlenit se do kolektivu. Na druhé straně, ti, kteří takové problémy neznají, mohou pomoci ostatním do pout závislosti svým nepochopením a netolerancí.

Program "Mladí pro mladé" se snaží pomoci mladým lidem najít k sobě navzájem cestu. Učí silné pomáhat slabším a slabší uvědomit si své silné stránky a stávat se tak silnějšími.

---

<sup>7</sup> tzv. přežití, může jít například o přežití ve volné přírodě, na člověka jsou kladeny extrémní nároky – musí se rychle rozhodovat, situace se často mění, těžké fyzické podmínky atd.

<sup>8</sup> Vážanský, s. 29



Z toho vyplývá, že "Mladí pro mladé" je program pro každého, kdo je ochoten na sobě pracovat a naučit se novým dovednostem. Pro každého, kdo nechce pouze brát, ale i dávat.

Základní stavební prvky programu "Mladí pro mladé":

Informace (přednášky a workshopy)

- člověk musí dostat pravdivou informaci o svém chování a možnostech

Skupinky (budování komunity)

- vztahy, blízký vztah k někomu je prevencí proti tomu, aby člověk "ujel"

Radostné události (nesoutěživé hry)

- závislost vzniká mimo jiné také nasměrováním na výkon

- probuzení vnitřního dítěte

Změna v okolí

- okolní společnost musí poznat, že se něco změnilo k lepšímu (zpětná vazba)

Trénink vedení

- účastníci se učí vést ostatní (demokracie ve skupině)

letní tábor Mladí pro mladé

kmenovým programem M2M je každoroční týdenní zážitkový letní tábor Mladí pro mladé, určený mladým lidem ve věku 15-26 let

nabídka pro základní školy

učit se žít spolu – adaptační kurzy – netradiční výlety

nabídka pro střední školy

seznamovací pobyty – učit se žít spolu – adaptační kurzy – netradiční výlety

seznamovací pobyty

## ZDROJE

Holec, P. a kol. Prázdniny se šlehačkou. Mladá fronta, 1984.

Pelánek, R. Příručka instruktora zážitkových akcí. Portál, 2008.

Zounková, D., Martin, A., Franc, D. Učení zážitkem a hrou - Praktická příručka instruktora. Computer Press, 2007.