



Zdravotně
sociální fakulta
Faculty of Health
and Social Sciences

Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
University of South Bohemia
in České Budějovice

**Aktivizace seniorů a rozvoj sociálních kompetencí dětí
mladšího školního věku prostřednictvím společných
aktivit**

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Studijní program:

SPECIÁLNÍ PEDAGOGIKA –VYCHOVATELSTVÍ

Autor: Barbora Vrbová

Vedoucí práce: Mgr. Veronika Benešová, Ph.D.

České Budějovice 2017

Prohlášení

Prohlašuji, že svoji bakalářskou/diplomovou práci s názvem „*Aktivizace seniorů a rozvoj sociálních kompetencí dětí mladšího školního věku prostřednictvím společných aktivit.*“ jsem vypracoval/a samostatně pouze s použitím pramenů v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské/diplomové práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby bakalářské/diplomové práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé bakalářské/diplomové práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích dne 4. 5. 2017

.....

podpis

Poděkování

Tímto bych chtěla velmi poděkovat panu Mgr. Zdeňkovi Touškovi za pomoc, podporu, cenné rady a náměty při psaní mé bakalářské práce a dále patří poděkování i paní Mgr. Veronice Benešové, Ph. D., za její ochotu, pomoc a trpělivost v dopisování práce a především v tvorbě praktické části. Chtěla bych poděkovat i své rodině, za jejich podporu a důvěru, díky které jsem se dostala až sem.

Aktivizace seniorů a rozvoj sociálních kompetencí dětí mladšího školního věku prostřednictvím společných aktivit

Abstrakt

Cílem mé bakalářské práce bylo připravit, realizovat a vyhodnotit společné aktivity dětí a seniorů, při nichž bude skupina seniorů spolupracovat na společných aktivitách se skupinou žáků základní školy v rámci mezigenerační spolupráce. Prostřednictvím těchto aktivit dochází na jedné straně k aktivizaci klientů a na straně druhé k rozvoji sociálních kompetencí dětí mladšího školního věku a k získání nových znalostí, dovedností i cenných zkušeností. Vytvořením vhodného vyhodnocení společných aktivit došlo k závěru, jakým způsobem skupiny spolupracovaly a co bylo přínosem jejich setkání.

Prostudováním odborné literatury a použitím mých vlastních dosavadních znalostí a zkušeností ze školy i praxí jsem vytvořila specifický program, který vyhovuje oběma cílovým skupinám. Společné aktivity byly rozloženy do 4 setkání, vždy na 2 hodiny dopoledne a realizovaly se v Domově pro Seniory Máj. Tento program byl následně vyhodnocen technikou autoevaluace, reflexe společného programu a zpětnou vazbou jejich účastníků, se kterou jim pomohou vytvořené ankety. Prostřednictvím hodnocení jsem zjistila, že byl cíl našich společných setkávání splněn a realizace aktivit měla smysl.

Tato práce může posloužit nejenom odborníkům v řadě pedagogických zařízení a sociálních služeb, ale může také zodpovědět některé otázky studentům nebo jen zkrátka těm, kteří se o tuto problematiku zajímají.

Je důležité, aby se téma mezigenerační spolupráce dostalo k široké veřejnosti a aby byla zařízení schopna a ochotna se podílet na rozvoji mezigeneračních vztahů. Bylo by správné podílet se na těchto aktivitách a usilovat o spolupráci dětí a seniorů do budoucnosti, neboť v těchto aktivitách vidím smysluplnost a důležitost, kterou je třeba podpořit.

Klíčová slova

Senioři; mladší školní věk; aktivity; mezigenerační spolupráce; aktivizace; sociální kompetence.

Seniors activation and developing the social competencies of younger school-aged children through joint activities

Abstract

The aim of my bachelor thesis was to prepare, realize and evaluate joint activities of children and seniors, where group of seniors would cooperate with group of elementary school children in intergeneration cooperation. Throughout these activities comes activation of clients on one side and developing social competences and gaining new knowledge skills and experiences within lower school aged kids on the other side. By creating an appropriate evaluation of joint activities, it was concluded how the groups worked and what was the benefit of their meetings.

I have created specific program which suits both targeted groups, based on studying professional literature and my own experiences and knowledge. Common activities were divided into four events, each for 2 hours in the morning, and realized in the home for seniors Máj. This program was subsequently evaluated by a self-evaluation technique, by a reflection of joint program and by feedback from programme participants using surveys. Evaluating our joint activities, I have found out, that our goal was fulfilled and its realisation made sense.

This bachelor thesis can serve not only professionals in pedagogical facilities and social services, but can also answer some questions for students or those interested in these problematics.

It is important, that issue of intergeneration cooperation gets to wider public and that facilities could participate on these activities and seek for cooperation between children and seniors in the future, because I see importance and sense in these activities which are needed to support.

Key worlds

Seniors; younger school age; activities; intergenerational cooperation; activation; social competence.

Obsah

Úvod	8
1. Charakteristika seniorského věku	10
1.1 Definice stáří a stárnutí	10
1.2 Kategorizace stáří	11
1.3 Psychické a sociální změny ve stáří.....	12
1.4 Aktivizace seniorů a její význam v životě.....	15
1.5 Aktivní stárnutí	16
2. Charakteristika mladšího školního období.....	18
2.1 Definice mladšího školního věku	18
2.2 Tělesný a kognitivní vývoj ve školním věku	19
2.3 Psychický a sociální vývoj ve školním věku	21
2.4 Sociální kompetence dětí v mladším školním věku	23
3. Mezigenerační spolupráce seniorů a dětí	27
3.1 Důležitost role prarodičů ve vztahu k vnoučatům	27
3.2 Význam role vnoučat ve vztahu k prarodičům	29
3.3 Mezigenerační učení	31
3.4 Význam mezigeneračního učení.....	32
3.5 Programy pro podporu práce seniorů a dětí.....	32
4. Návrh a metodika společného projektu dětí a seniorů.....	35
4.1 Metodika	36
4.1.1 Cíl programu	36
4.1.2 Cílová skupina	37
4.1.3 Motivace	37
4.1.4 Použité metody a techniky.....	38
4.1.5 Vyhodnocení společného programu	38

4.2	Charakteristika a struktura programu	39
5.	Příprava a realizace společných aktivit	40
5.1	1. setkání – Zahájení společného programu a výroba obrázku z ovčí vlny	40
5.2	2. setkání – Výroba háčkovaných zajíčků a a obrázků z krepových kuliček ..	46
5.3	3. setkání – Společné tradiční pečení závinů	53
5.4	4. setkání – Zakončení společného programu v rámci retro dopoledne	60
6.	Evaluace společného programu dětí a seniorů.....	65
6.1	Autoevaluace	65
6.2	Reflexe společného programu	66
6.3	Zpětná vazba účastníků programu	69
Závěr	70
Seznam použité literatury a informačních zdrojů	72
Seznam příloh a obrázků	76
Seznam použitých zkratk	76

Úvod

Na úvod bych se chtěla zmínit o výběru svého tématu bakalářské práce. Musím říci, že to nebylo vůbec lehké, jak se zprvu mohlo zdát. Ačkoli jsem částečně věděla, co by mě zajímalo a o čem bych chtěla psát, nebylo snadné si to ujasnit a definovat si stručně a jednoznačně téma. Již od dětství však inklinuji k seniorům. Mám velmi vřelý vztah ke své babičce, a to mě možná natolik ovlivnilo, a po dobu mého dětství až po současnost velmi silně formovalo. Právě ona byla mým morálním vzorem, předávala mi své zkušenosti a vyzdvihovala takové hodnoty, které jsou podle mého důležitým měřítkem našeho bytí, odpovědnosti za to, co děláme a jakým způsobem to děláme. To ona mi dává spoustu cenných rad do života a je pro mě vzorem, podle kterého jsem si více než jistá, že taková chci také být. Je to taktní, svědomitá a velmi charakterní žena v mém životě. A možná právě ten vztah, který má ona ke mně, vidím jako směrodatný pro volbu mé práce.

Domnívám se, že většina mých vrstevníků a nejen ta, ale i budoucí generace by měly mít kladný vztah ke starým lidem, úctu a pokoru, a staří lidé by na druhou stranu měli na ty mladší hledět s pochopením a vědomím, že jednou také byli mladí a že i přesto, že to vypadá, mladá generace není zas tak úplně ztracená a marná. Myšlenka pro tuto práci tkvěla právě v tom, spojit dvě odlišné generace, nejen věkem, pohledem na svět a hodnoty, které jsem vyzdvihovala, ale rozdílné i vědomostmi, znalostmi a zkušenostmi, kterými oplývají.

Při tvorbě teoretické části bakalářské práce se mé mínění o důležitosti vztahů prarodičů a dětí, respektive důležitosti úlohy společného soužití dvou odlišných generací, potvrdilo. Jsem si proto vědoma stálého nedostatku aktivit určených těmito rozlišným věkovým skupinám, i přesto, že některá zařízení pracují v duchu mezigenerační spolupráce a snaží se obě generace sblížit a dát jim tak prostor společné spolupráce. Z různých zdrojů je patrné, že se realizují některá společná setkání, většinou se však jedná o čtení dětem seniory v mateřských školách nebo společně trávené odpoledne tvořené hrami a soutěžemi. To je sice dobrý začátek, ale doufám, že ne úplný konec ve vytváření a budování mezigeneračních vztahů v rámci mezigenerační spolupráce.

V teoretické části své bakalářské práce jsem nejprve definovala jednotlivé cílové skupiny. V první kapitole jsem se zaměřila na problematiku stáří, dále jsem se zabývala charakteristikou tohoto vývojového období a definicí stárnutí a stáří. Rovněž jsem zdůrazňovala různé psychické i sociální změny tohoto období. Posledními kapitolami, odkrývající stáří v mé práci, jsou aktivizace seniorů a aktivní stárnutí, tedy to, co si pod

těmito pojmy představit. Jakou roli hraje aktivita a aktivní životní styl v životě člověka a jaký má pro něho význam.

V druhé kapitole jsem se zabývala problematikou mladšího školního věku, kde jsem nejprve charakterizovala toto období lidského vývoje a posléze se věnovala psychickým a sociálním zvláštěnostem. Další podkapitolou je úloha vnoučat ve vztahu k prarodičům, tedy jak moc jsou vnoučata ve vztahu k prarodičům přínosem a co jim mohou poskytnout. V podkapitole, jež následuje, jsem se zaměřila na sociální dovednosti žáků, co to sociální dovednosti jsou, jakým způsobem se dají rozvíjet a jaký je jejich význam v našem životě.

Třetí kapitolu teoretické části své bakalářské práce jsem vyčlenila teoretické části kapitole mezigenerační spolupráce, tedy propojení těchto dvou generací, s cílovou skupinou seniorů na jedné straně a skupinou dětí mladšího školního věku na straně druhé. Rovněž jsem popsala programy, které se u nás na toto téma realizují a přiblížila, jak je možné tyto programy podporovat. Poslední podkapitolou teoretické části je téma společných aktivit seniorů a dětí, jejich význam pro obě cílové skupiny a důležitost mezigenerační spolupráce při společném mezigeneračním učení.

Další kapitoly se týkají tvorby a realizace praktické části, ve kterých jsem blíže a podrobně popsala jednotlivá setkání dětí a seniorů, jejichž příležitost spolupráce na společných aktivitách byla v poslední kapitole této práce vyhodnocena a reflektována.

„Každý člověk potřebuje vědět, že jeho život měl a až do poslední chvíle má smysl.“

Svatošová

1. Charakteristika seniorského věku

1.1 Definice stáří a stárnutí

Stáří je podle psychologického slovníku Hartla a Hartlové (2015, s. 562) „*konečná etapa geneticky vyměřeného trvání života (...).*“

Podle definice v sociologickém slovníku Jandourka (2007, s. 237) je stáří „*časový úsek, který uplynul od vzniku (narození) organismu (člověka)*“ nebo „*poslední životní fáze*“ (...) či „*fáze životního cyklu, která nastává většinou po skončení ekonomické činnosti a je doprovázena fyzickými a duševními změnami...(...).*“

Dále Jandourek (2001) uvádí, že stáří může znamenat sníženou schopnost přizpůsobovat se, přibývajícím sociální izolaci, která je způsobena postupným ztrácením členů rodiny, přátel, spolupracovníků, mimo jiné i odchodem dětí z rodiny. Rovněž autor uvádí, že ve stáří se jedinci oblast jeho zájmů redukuje.

Stáří je těžce definovatelné poslední období života provázené involučními změnami (tzn. projevující se zmenšováním tkání v důsledku stárnutí) a celkovým úbytkem sil a přizpůsobivostí jedince. Označujeme ji jako **pozdní fázi tzv. ontogeneze** (vývoje lidského druhu). Závisí na vlivu prostředí, životním stylu, zdravotním stavu či psychických a sociálních faktorech (Kalvach, 2006).

Stáří je poslední etapa života, poslední fáze, chápána jako postvývojová. Stáří je obdobím relativní svobody, ale i obdobím ztrát v mnoha oblastech života (Vágnerová, 2010).

S tímto tvrzením se ztotožňuje i Klevetová (2008) a uvádí, že v tomto období je třeba klást důraz na zachování si pohybových schopností jedince a dbát i na psychický a sociální rozvoj osobnosti.

Tošnerová (2009) definuje stáří jako předvídatelný, přirozený proces změn, který se vyznačuje značnou rozlišností v rychlosti a který souvisí nejen s naším fyzickým vzhledem, ale i psychickými schopnostmi a naším životem ve společnosti. Tyto změny jsou chápány jako ztráty, a to proto, že nás nutí přijmout nové role, poradit si s různými omezeními i se například určitých věcí vzdát. Obavy ze stáří jsou prokládány intenzivními snahami stárnutí ovlivnit, či dokonce zmírnit jeho projevy.

Stáří je přirozenou etapou lidského života. Je poslední vývojovou etapou, která ukončuje lidský život. Je důsledkem geneticky podmíněných involučních procesů,

ovlivněných mnoha vnějšími faktory, ze kterých jsou významné nemoci, způsob života a životní podmínky (Ondrušková, 2011).

Také Mlýnková (2011) zmiňuje, že stáří je vyvrcholením celého životního cyklu jedince. Mluvíme o **fyzické křehkosti stáří**, tedy o jakémsi stavu spojeným se zvýšeným sklonem k různým omezením.

„Dokud to dovolí síly a léta, jen námahu snášej, brzy se připlíží přec schýlený stařecký věk.“

Ovidius

1.2 Kategorizace stáří

Haškovcová (2010) uvádí, že osoba je označována za seniora v kategorii nad 65 let, která se následně ještě rozděluje na skupinu mladších a starších seniorů, přičemž autorka uvádí, že pod 75. rokem věku hovoříme o mladých seniorech, kdežto nad 75. rokem věku již tuto hranici chápeme jako období starších seniorů.

Současné orientační členění stáří je podobné výše zmíněnému rozdělení Haškovcové (2010), přičemž je ještě více rozvinuto, a to na mladé seniory, 65–74 let (někdy dokonce až 79 let), staré seniory, 75–84 let, myšleno i jako období vlastního stáří, a velmi staré seniory, tedy 85 a více let (Holmerová, 2002; Kalvach, 2006).

Stáří je nejen kalendářní, ale i biologické a sociální. Kalendářní stáří, lze slovy Kalvacha (2006), definovat jako jednoznačně vymezené období, vyjádřené věkovou hranicí.

Haškovcová (2010) se zmiňuje, že kalendářní věk je odvozen od data narození. Když nám tedy někdo řekne svůj věk, posléze ho ohodnotíme, zda na ten věk vypadá nebo zda se jeví třeba mladší nebo starší. Sociální stáří pojednává o změně sociálních rolí, potřeb, životního stylu i ekonomické stránky jedince. Stáří je v tomto smyslu chápáno jako sociální událost. Upozorňuje na rizika seniorů i na jejich společné zájmy.

Biologické stáří je vymezeno dosažením určitého stanoveného věku, od něhož se většinou nápadněji projevují projevy stárnutí (Mühlpachr, 2009).

Já se ztotožňuji s tvrzením, že stáří je poslední fází života, jakousi poslední kapitolou na světě, ale hlavně také přirozenou a důležitou etapou, která není o nic méně významnou než období, kdy jsme byli mladí a nedotknutelní. To však neznamená, že stáří nemůže být obohacujícím obdobím, pouze je nutné na něj nehledět jen z těch stinných stránek.

1.3 Psychické a sociální změny ve stáří

Psychické změny

Ve stáří je především psychická činnost zpomalena, celkově opožděna, a to hlavně kvůli tomu, že naše mozkové buňky už nejsou v tomto období tolik aktivní, což se projeví na duševní aktivitě (Říčan, 2014).

Starý člověk je méně motivovaný a zaujatý pro danou činnost. Tyto změny se týkají oblasti našich poznávacích procesů, tedy vnímání, myšlení, pozornosti, paměti, představ, a podobně. Zatímco oblast intelektu, jazykových schopností a slovní zásoby prý zůstává neměnná (Mlýnková, 2011).

Ondrušková (2011) uvádí, že se však může měnit i hodnotový žebříček lidí, potřeby i postoje k sobě samému, druhým lidem i ke společnosti.

Vysvětlením určitých změn může být i zvýšená opatrnost, protože se obávají možných chyb ve svém jednání. Pro seniora je důležitější a určující přesnost, nikoli rychlost. Staří na rozdíl od mladých lidí dávají přednost tomu, aby byli užiteční. Při zátěžových situacích, respektive když jsou senioři pod stresem, je to markantnější (Haškovcová, 2010).

„Stáří nemá být koncem života, nýbrž jeho korunou.“

André Repond

Další, neméně však důležitou skutečností, je fakt, že senioři celkově velmi špatně snášejí jakékoli změny (Mühlpachr, 2009; Haškovcová, 2010; Mlýnková, 2011).

Senioři mají rádi rutinu a stereotyp, svůj pořádek, a to nejen v čase, ale i prostoru. V období stáří mluvíme o sníženém zájmu o okolí, nebo až úplném nezájmu, na druhou stranu se neví o faktu, že v tomto období roste zájem o historii a všeobecný přehled o dění světa (Mühlpachr, 2009; Říčan, 2014).

Haškovcová (2010) se zmiňuje o poruchách paměti, se kterými souvisí zapomnětlivost. Zdůrazňuje, že zapomínání není charakteristickým rysem seniorů. Zajímavé ovšem je, že i přesto, že si pamatují mnoho vzpomínek z dětství a mládí, a to se všemi podrobnostmi, nemohou si vzpomenout, co dělali včera a co měli dnes k obědu.

Mlýnková (2011) i Ondrušková (2011) mluví o **tzv. geriatrické křehkosti**, která přesně vystihuje zranitelnost stáří.

Nicméně ani oblast citového života nezůstane bez změn. Staří lidé jsou celkově plačtivější, úzkostnější a vystrašenější. Mluvíme tedy o emoční labilitě neboli určité dysharmonii v prožívání. (Mlýnková, 2011)

Stárnutí bývá spojováno se zjednodušováním naší osobnosti. To znamená, že se člověku vytrácí vztah k určitým lidem, věcem, hodnotám a zájmům. Senior se i jiným způsobem vyrovnává s těžkostmi a problémy, proto lze toto období srovnat s dětmi, protože i ony chtějí uniknout před nepříjemnou povinností či situací. Nicméně toto se neobjevuje u každého seniora, mnohem častější jsou potíže s inteligencí, pamětí, postřehem a odolností ke stresovým situacím nebo také frustrační tolerancí (Mühlpachr, 2009; Říčan, 2014).

Také podle Haškovcové (2010) a Říčana (2014) se ve stáří mění i naše osobnost, tedy naše „já“. V pozdním věku, jak je dobře známo, se naše povahové vlastnosti více přibarvují.

Říčan (2014) také odkrývá, že velkou hrozbou stáří je podezíravost, která může vyvrcholit až k paranoiditě. Typickou poruchou stáří je demence, což zní hanlivě, ale odborně se jedná o větší úbytek intelektových schopností neodpovídajícím věkovému rozmezí.

Stáří je obdobím bilancování, přijímání v podobě dosažení celistvosti života a jeho porozumění, a vyrovnávání se s tím, co již bylo a není možné změnit. Vyrovnávání se se svým životem prý totiž usnadňuje i vyrovnání se se smrtí a její přijetí (Haškovcová, 2010).

Sociální změny

„Každý si přeje dlouho žít, ale nikdo nechce být starý.“

Jonathan Swift

Nakonečný (2011) a Říčan (2014) uvádějí, že pro staré lidi je velmi těžká jakákoli změna jejich dosavadních stereotypů. Staří lidé nemají celkově rádi změny.

Mezi jiné změny patří dále vztah k jistým normám a morální uvažování, kdy senioři bývají stejně zásadoví (konzervativní) jako bývají děti. Mají sklon držet se určitých pravidel, na něž jsou zvyklí a které akceptují (Vágnerová, 2007).

Ondrušková (2011) tuto informaci doplňuje o fakt, že staří lidé si nepřejí být závislí na pomoci svých potomků a je jim nepříjemné žádat je samotné, nebo své okolí o pomoc či podporu. Berou to jako slabost, chtějí být co nejdéle soběstační.

Jiným rysem stáří může být snížený zájem o okolní svět, až úplný nezájem. Mluví o sníženém zájmu až o netečnosti. Snižuje se soběstačnost, tím pádem stoupá závislost na druhých lidech (Mühlpachr, 2009; Říčan, 2014).

To se domnívá i Ondrušková (2011), která se zmiňuje o skutečnosti, že společnost spojuje stáří s omezením soběstačnosti a s celkovým zhoršením zdravotního stavu.

To souvisí s určitou uzavřeností a izolací seniorů, kteří se po odchodu do penze vzdalují od společenského dění. Jejich životy se odehrávají pouze v kruhu rodiny. Nejčastěji bývají součástí sociálních skupin, jako je rodina, přátelé a sousedé z okolí. Právě jejich domov je to místo, kde se jejich život nejčastěji odehrává. Je to místo, které mají spojené se svou minulostí, vzpomínkami, jež prožili, ale také místo, kde se cítí v bezpečí a jistí tím, že ho dobře znají (Vágnerová, 2007).

Mlýnková (2011) vnímá stáří z pohledu sociálních změn odchodem do důchodu. Je to významná změna v našem životě, která na nás může mít vliv pozitivní, ale samozřejmě i negativní. Tímto zlomem se mění naše sociální role, protože z pracujícího jedince se stává důchodce, který již není v roli přispívání společnosti. To může mít za následek určitý pokles společenské úcty a uznání, ztrátu „prestiže“.

Taktéž i Mühlpachr (2009) vnímá stáří v oblasti sociálních změn odchodem do penze, a vymezuje tak sociální stáří jako období sociálních změn, kdy zmiňuje ono období penze neboli mezník, kdy se dostaneme do důchodu. Také uvádí, že je sociální stáří spojené se změnou našich rolí, způsobu našeho života a podobně. Vzhledem k těmto situacím můžeme mluvit o sociální události.

V tomto období však nedochází ke změnám pouze v sociální oblasti, nýbrž i v oblasti ekonomické, jež jedinci neumožňují pokračovat v takovém životním komfortu, na který byli zvyklí. V řadě aktivit se musí omezit, uskromnit. Proto je důležité, abychom byli na stáří připraveni, a to nejen v rámci důchodového pojištění, ale včasným plánováním vhodného programu na toto období (Mlýnková, 2011).

Dále se Mlýnková (2011) zmiňuje například o změnách sociálních schopností a dovedností, které lze považovat jako průběh zvaný desocializace.

Staří lidé jsou neradi v pozici toho závislého a nesoběstačného, ale i přesto se ve vysokém stáří bez pomoci ostatních vlastně neobejdou (Nakonečný, 2011).

V následující citaci od Vágnerové (2007, s. 313-314) můžeme dokonce vnímat propojenost fyzických a psychických změn se sociální oblastí: *„Zdůrazňování zdravotních problémů a zaměřenost na vlastní tělo může významně zkomplikovat i sociální postavení staršího člověka. Tendence vynucovat si pozornost pomocí somatických stesků je běžnou obrannou reakcí starých lidí. Člověk, který si neustále na něco stěžuje, bývá považován za obtížného a nepříjemného.“*

Taktéž Vágnerová (2007) zmiňuje, že v oblasti komunikace mohou být naskýtajícím problémem obtíže s percepcí a pamětí, jež velmi souvisí s jazykovými schopnostmi a dosavadní inteligencí. Máme na mysli také obtíže například s nedoslýchavostí, porozuměním, soustředěním, delší dobu k slovnímu vyjádření, již zmíněné poruchy paměti, tedy tendence slovní vyjádření nestále opakovat s domněním, že ještě nebyla vyřčena, a mnoho dalších.

1.4 Aktivizace seniorů a její význam v životě

Podle psychologického slovníku Hartla, Hartlové (2015) se aktivizace (activation) rovná aktivizování nebo aktivování. V prvním případě uvádí jako význam slova jakýsi proces uvedení do nějaké činnosti či její rozvinutí nebo snad zesílení. Jako druhý význam zmiňuje pojem aktivace, jež je termínem používaným v psychologii a znamená navození určitého stupně aktivity založené na například smyslové, hormonální či svalové připravenosti organismu k činnosti.

Pojem aktivizace je odvozený od slova „*aktivovat*“, tedy přimět něco k pohybu, dopomoci něčemu k vyšší účinnosti, zkrátka uvést objekt do pohybu a vyvolat nějakou odezvu, reakci na podněty z vnějšího okolí (Wehner, 2013).

Klevetová (2008) uvádí, že náš organismus již po narození očekává dostatek mnohočetných podnětů z vnějšího prostředí, ovšem v přiměřeném množství, a i v odpovídající kvalitě, a to až do smrti. Přijímat podněty z okolí a následně s nimi pracovat je jedna z bazálních činností našeho centrálního nervového systému. Jak je známo, naše nervové buňky potřebují stimulovat, při nedostatku podnětů degenerují. To samozřejmě souvisí s prožitky, které jsou nám příjemné i nepříjemné, a které se stimulují naše smysly.

Mezi možnosti aktivizace můžeme zařadit metody ergoterapie, arteterapie, dramaterapie (či teatroterapie), muzikoterapie, taneční terapie, reminiscence, trénování paměti a různé druhy zooterapie (canisterapie, felinoterapie, hiporehabilitace). Existují však i jiné aktivizační metody, například práce ve skupině prostřednictvím her a jiných společných aktivit (Procházková, 2014).

Význam aktivizace

Aktivizace je velmi významnou součástí života seniorů nejen jako prevence mnoha onemocnění. Působí na fyzický i psychický stav jedince. V životě seniora může hrát důležitou roli i proto, že aktivizace posiluje jeho schopnosti a dovednosti, umožňuje mu zachovat jeho samostatnost a udržet kvalitu života (Procházková, 2014).

Podle mého názoru je aktivizace jedince určitou možností, ale i motivací ke spolupráci člověka k různorodým aktivitám, díky nimž se může nadále rozvíjet, jak po stránce fyzické, tak především po stránce fyzické. Prostřednictvím aktivizace a aktivizačních technik může člověk poznávat a zkoušet nové a zajímavé věci, procvičovat nejen své znalosti a dovednosti, ale i rozvíjet své schopnosti a zkušenosti, s cílem napomoci v jeho soběstačnosti, nezávislosti a spolupráci. Skrze aktivizace se rozvíjí i jeho komunikace a mnoho sociálních kompetencí, které mohou například přibýváním věku zanikat, pokud je jedinec nerozvíjí. Ať už prostřednictvím různých her a pracovních činností, které ho stimulují k jiným různorodějším činnostem.

1.5 Aktivní stárnutí

O aktivním stylu života seniorů slyšíme teď mnohem častěji a intenzivněji, na rozdíl od let minulých. Důvodem může být i skutečnost, že stáří se prodlužuje, respektive lidé se dožívají vyššího věku, což je na jedné straně velký posun pro společnost (díky moderním technologiím a kvalitě zdravotnické péče), na druhou stranu přináší mnoho otázek, jak aktivní a schopné seniory uplatnit i v tomto věku na trhu práce a umožnit jim podmínky a možnosti pro další rozvoj a začlenění do společnosti.

Trendy dnešní doby jsou pro příklad: koncept aktivního stáří a stárnutí, celoživotní vzdělávání a edukace seniorů (např. univerzity třetího věku, kluby seniorů, trénování paměti pro seniory, mezigenerační spolupráce a podobně (Vojtová, 2014).

Dále Vojtová (201) uvádí, že pod pojmem aktivní stáří si lze představit takový životní styl, který člověka podněcuje (člověk ho tráví aktivně) a který mu pomáhá zajistit a udržet kvalitu života i v seniorském věku.

Koncept aktivního stárnutí je myšlenkou týkající se nejen zapojení seniorů na trhu práce i v postproduktivním věku, ale i možností celoživotního vzdělávání či aktivního životního stylu, tedy sportů a koníčků v životě seniorů (Marhánková, 2013).

Dvořáčková (2012) a Špatenková (2015) zohledňují i skutečnost, že ideu aktivního stáří nelze brát jen jako tzv. zdravé stárnutí, ale jako mnohem širší pojem, poněvadž koncept nezahrnuje pouze zdraví jako takové, ale je mnohem celistvější. Zahrnuje rovněž příležitosti podílet se na dění ve společnosti.

Pojem aktivní stárnutí byl poprvé použit v 90. letech Světovou zdravotnickou organizací (WHO). Znamená zvyšování příležitostí ke zdraví, účasti a ochraně takovým způsobem, aby se zachovala a podnítila kvalita života člověka v procesu stáří. Cílem konceptu aktivního stárnutí je snaha o začlenění seniorů do společnosti, zajištění kvality a nezávislého způsobu života a příležitosti pro aktivní stárnutí (Bočková, 2011; Dvořáčková, 2012; Špatenková, 2015).

Podle Bočkové (2011) prý pojem aktivní stárnutí v lidech vyvolává představy o různých alternativách aktivní činnosti. Nejčastěji prý uvádí senioři jako nejvýznamnější činnost spjatou s aktivním stárnutím právě kontakt s okolím.

Bočková (2011) uvádí, že trávení volného času aktivním způsobem je možností k pracovním činnostem pro ty, kteří na trhu práce již nechtějí zůstat či z jakýchkoli důvodů dokonce nemohou.

Jak uvádí Nakonečný (2011), obranou negativních stránek stáří může být aktivní stáří, kdy se jedinci věnují tomu, co je baví a naplňuje. Věnovat se okruhu těch nejbližších lidí, které kolem sebe máme a být dobrými, nikoli však náhradními, prarodiči v roli zastupování, jak se autor zmiňuje.

Výklad aktivního stáří podle Marhánkové (2013) s sebou přináší zásadní zlom v chápání stáří, tak jak bylo doposud společností stavěno. Stáří bylo spojováno s obdobím pasivity, smutku a závislosti osob na druhých, kdežto aktivní stáří je spojováno se vzděláváním seniorů, nacházením nových zájmů a zálib a aktivním zapojením do společnosti.

Koncept aktivního stáří je z mnoho aspektů přínosný, jelikož přispívá k odbourání stereotypních představ spojených s nemohoucností ve stáří (Štěpánková et al., 2014).

2. Charakteristika mladšího školního období

2.1 Definice mladšího školního věku

V literatuře se lze setkat s různými názvy a pojmenováním období mladšího školního věku, nicméně většinou vždy narazíme na spojení školní věk, což je velmi charakteristické označení, neboť, jak je patrné už ze slovního spojení, v této vývojové etapě hraje významnou roli právě škola, proto ho vystihuje označení školní období.

Mladší školní věk je podle definice Průchy v pedagogickém slovníku (2009, s. 126) „*věk, který se dá vymezit jednak časově (přibližně od 6 do 10 let), jednak docházkou (1. – 4. ročník školní docházky).*“

Langmeier (2006, s. 117) definuje období „*jako mladší školní věk označujeme obvykle období, od 6–7 let, kdy dítě vstupuje do školy, do 11-12 let, kdy začínají první známky pohlavního dospívání i s průvodními psychickými projevy.*“

Podobnou definici má i Thorová (2015, s. 402), která o mladším školním věku píše jako o „*dolní hranici středního dětství (nazývaného často jako mladší školní věk), které tvoří období, kdy dítě dosahuje školní zralosti, horní hranicí je nástup puberty.*“

Nalezneme i definici, že „*školní věk je úsek života, který začíná nástupem dítěte do školy a v tomto členění končí počátkem dospívání...(...)*“ (Vymětal, 2003, s. 40).

Mladší školní věk neboli **období mladšího žáka (školní dětství)** je vývojovou fází dítěte mezi 6. až 10. /11. rokem života. Toto období začíná právě vstupem dítěte do školního prostředí, tedy nástupem dítěte do školy (Vacínová et. Al., 2008).

Tak charakterizuje vývojové období i Vágnerová (2012), která píše o tzv. **školním věku**, poněvadž se to týká období, kdy dítě dochází do základní školy, resp. začíná být školákem. Nástup dítěte do školního prostředí je velmi klíčová sociální etapa. Školní věk označuje jako „**období oficiálního vstupu do společnosti**“.

Kohoutek (2008) uvádí, že toto období se nazývá **prepubertou** (obdobím před pubertou), mladším školním věkem či druhým dětstvím, nebo jen dětstvím.

2.2 Tělesný a kognitivní vývoj ve školním věku

Školáci v tomto období velmi rychle a intenzivně vyrostou do výšky, kosti dorůstají a zpevňují, svaly zesilují a nabírají na objemu. To však neznamená, že je vývoj dostatečně zralý a přestává se formovat dál. Například páteř ještě není dostatečně upevněná a při velké zátěži lze dojít k různým odchýlkám (Vacínová et al., 2008).

Kolem 7 a 10 lety (u chlapců 7 a 11) se růst o něco zpomalí. Ačkoliv přibývá v těle podkožního tuku, proto působí plněji a zakulaceněji, poměr hlavy k tělu se však u dětí zmenšuje. Postava chlapců a dívek se přece jenom trochu liší, a to již před začátkem tvoření sekundárních pohlavních znaků (Thorová, 2015).

Říčan (2014) uvádí, že se dětem mladšího školního věku postupně mění dentice, dítěti začíná růst druhý chrup, přitom se mu mění nejen postavení čelistí, ale i tvar spodní části obličeje. Rysy dětského obličeje se zvýrazňují, zřetelněji vystupují a začínají se podobat dospělé podobě jedince.

Během celého období se znatelně zlepšuje **hrubá i jemná motorika**, a to především lepší souhrou pohybů jednotlivých částí těla. Zlepšuje se i přesnost a rychlost pohybu, jejich síla, ale i celková obratnost a výkonnost dítěte (Vacínová, et al. 2008; Říčan, 2004; Thorová, 2015).

Kohoutek (2008) k motorice také uvádí, že školák dokáže oproti předchozímu vývojovému období lépe „hospodařit“ se svými silami, je šikovnější na jemné pohyby potřebné při psaní (jemná motorika), umí své pohyby snadněji koordinovat, mimika je zralější a její výrazy se dají daleko lépe ovládat.

Viditelná může být zlepšená **koordinace pohybů** celého těla. V tomto období je velký zájem o hry pohybově zaměřené nebo sportovní výkony, kde děti využijí svoji obratnost, sílu i vytrvalost. Odráží se od toho i zlepšený výkon při nácvičce psaní a kreslení, jelikož jsou pohyby nejprve soustředěné do ramenního a loketního kloubu a až dalším procvičováním vede k jemnější a přesnější koordinaci pohybu prstů a zápěstí (Langmeier, 2006).

Vágnerová (2012) se zmiňuje i o dalších změnách, které v období školáka nastávají, jsou však pro úspěšné zvládnutí nezbytné. Má na mysli **školní zralost a školní připravenost**. Zralostí chápe dostatečné vyvinutí CNS, důležitou například pro odolnost vůči zátěži, zvýšení emocionální rovnováhy dítěte a ovládnutí citů a chování, a školní připravenost, tedy zvládnutí dítěte přijmout jeho novou roli. Školní připravenost ovlivňují

postoje, jež jsou podmíněny sociálními zkušenostmi. Ty se odvíjí od postojů a hodnot rodiny, ve které vyrůstáme.

Pokud se zaměříme na **smyslové vnímání a vývoj poznávacích procesů**, i zde shledáme mnohé změny, které jdou ruku v ruce s rozumovými schopnostmi. V tomto období dosahuje zpracovávání zrakových a sluchových podnětů takové úrovně, která je potřebná při výuce čtení a psaní školáka. Děje se tak z důvodů změny způsobu vnímání podnětů a následně jejich interpretace. Vnímání se stává celistvějším a rozdílnějším (Vágnerová, 2012).

Podle Langmeiera (2006) lze ve všech sférách **vnímání**, zejména pokud jde o zrak a sluch, vidět ve školním období velký pokrok. Dítě je soustředěnější a vytrvalejší, udrží pozornost a vše pečlivě zkoumá. Proto je prý docela dobrým, přesto však kritickým, pozorovatelem. Dovede vnímat věci jednotlivě, zajíždět do detailů a nesoustředit se tolik na celek. Vnímá i to, na co se záměrně soustředí, oproti menším dětem, které vnímají převážně to, co se jim do pole vnímání vloudí. Vnímání se stává záměrným pozorováním.

Období přináší zdokonalení vidění školáka nablízko, proto dovedou školní děti rozlišovat detaily. Kvalita vnímání je podmíněna i zkušeností a s ní propojeným očekáváním (Vágnerová, 2012).

Představy charakterizujeme konkrétností a živostí, žákovi při vyučování slouží jako náhrada pojmů, které nezná. Závisí to však na jeho zážitcích a ty se odráží od prostředí, ve kterém vyrůstal. Proto záleží, jak podnětné prostředí bylo, poněvadž na pestrosti dětských představ se odráží i rozvoj myšlení a jeho následná úspěšnost ve škole. (...) Díky **fantazii** může školák různě kombinovat a utvářet své představy. Je třeba ji ale regulovat, aby žáka neodháněla od reality, ale aby mohl využívat jejího užitku. Autorka však upozorňuje, že se rozhodně nesmí potlačovat, neboť právě fantazie souvisí s rozvojem kreativity (Vacínová et al, 2008).

Dále se výrazně vyvíjí i **řeč**. Je to základní předpoklad pro úspěšné učení, napomáhá paměti a usnadňuje pochopení světa kolem nás. Výrazným způsobem roste školákovi slovní zásoba, složitost vět, ale i používání mluvnických pravidel postupuje na vyšší úroveň...(...). Nejenom, že si dítě osvojuje nová slova, nýbrž objevuje i nové významy těchto slov a používá je s větším porozuměním a v obvyklých souvislostech. Vývoj řeči podmiňuje i rozvoj paměti, která se může opírat o řadu slov a není již tolik závislá na okamžitých roztržitostech, které právě určují výběr podnětů menších dětí (Langmeier, 2006).

Paměť je v období školáka názorná a konkrétní a zprostředkovává žákovi uchovat předešlou zkušenost. Dítě se často ve škole uchyluje k mechanickému zapamatování, i když by mohlo informace logicky vštěpovat. Důvodem je prý ještě tolik nevybavená slovní zásoba, aby si žák uložil učivo do paměti svými vlastními slovy. S narůstajícím věkem se zvyšuje výkonnost paměti, dochází i k opouštění mechanického zapamatování k tomu logickému (Vacínová et al, 2008).

Co se týče **myšlení**, teprve až začátkem školního období (mladšího školního věku) je dítě schopno opravdových logických operací i odpovídajícím úsudkům logiky. Nicméně stále se to týká konkrétních věcí, které si dovede samo názorně představit. Teprve až kolem dospívání je schopno dítě při normálním vývoji vyvozovat soudy, i přesto, že si nemůže představit obsah (Langmeier, 2006).

Vágnerová (2012) uvádí, že **myšlení** školáka je vázané na skutečnost, tedy že dítě dokáže uvažovat především o tom, co sám zná a co je určité, i přesto, že objekt není zrovna přítomný. Školák se soustředí na poznání a pochopení skutečného světa. (...) Ve svých myšlenkách a úvahách přitom nejraději vychází z vlastních zkušeností. Upřednostňuje takové poznávání, jež mu přinese přesvědčení o pravdivost některého z tvrzení, přičemž svoje získané zkušenosti nedovede použít v jiné situaci a správně je vyhodnotit.

Záleží ovšem na individuálních dispozicích každého jedince a na celé řadě činitelů, které utvářejí osobnost, tedy dědičnost, vliv prostředí, výchova, životní styl, a podobně (Kohoutek, 2008).

2.3 Psychický a sociální vývoj ve školním věku

Období mladšího školního věku prý bývá poklidné, změny nejsou nijak výrazné, spíše nenápadné. V této etapě se však tvaruje sebepojetí dítěte, které si už uvědomuje svou vlastní identitu a svůj postoj k vzdělávání samotnému. (Thorová, 2015)

S tím souhlasí i Kohoutek (2008), který píše o **období relativního klidu**, kdy psychický vývoj školáka je také vyvážený. Vyjadřuje se o tzv. **období nezdůvodněné autority**.

Langmeier (2006) používá označení mladšího školního období jako **období střízlivého realismu**. Označení je charakteristické tím, jak školák věci kolem sebe vnímá a na co je zaměřen. Školák je orientovaný především na to, co a jakým způsobem se odehrává právě teď. Na jedné straně není už tolik soustředěný na své vlastní fantazie a

tužby jako menší děti, na druhé straně se ještě nesoustředí na to, co je a co není správné, jako je tomu u dospívajících. Zkrátka školák chce věci a okolnosti pochopit tak, jak jsou „doopravdy“.

Pro dítě je **školní zkušenost** něčím zcela novým a neprobádaným, přijímá novou sociální roli. Pro čerstvého školáka je to nový cyklus života, který začíná zápisem do 1. třídy, postupuje zahájením nového školního roku, kdy dítě chápe přijetí své nové role. Změnu si dítě uvědomuje, poněvadž se zásadně promění to dosavadní, jelikož od teď život školáka nabere zcela jiné obrátky. Škola podmíní další rozvoj osobnosti (Vágnerová, 2012).

Vacínová (2008) uvádí, že v tomto významném mezníku se velmi zásadním způsobem začíná měnit způsob života dítěte, který měl do té doby zcela jiný rozměr. Dosud byla pro dítě stěžejní hra, která však ustupuje do pozadí, přičemž nyní nastupuje **učení a povinnosti**, jako hlavní řídicí činnost, plynoucí ze školních lavic. Dítě se tak musí podřídit nárokům a požadavkům školy, přibývá povinností a úkolů a v neposlední řadě se začíná proměňovat nejen jeho dosavadní denní rytmus, ale například i jeho postavení v rodině.

Citový vývoj postupně ztrácí na afektivnosti, diferencuje se a emoce se dají ovlivnit, dostat pod kontrolu. Školák dovede spoustu svých nálad usměrnit. Umí už s city pracovat, některé dokáže ukrýt, přičemž uvnitř je stále prožívá a kompenzuje je jiným způsobem. Strach se přesouvá na skutečné situace, nežli tomu bylo dřív, kdy se strachoval věcí smyšlených a fantazijních. Mohou vznikat emoce žárlivosti, často utlačované v nitru školáka. Hněvem například žák odpovídá na různé situace (posměšky, urážky či tresty). I přesto, že se city ustálily, nelze mluvit o jejich stabilitě (Vacínová et al, 2008).

Podle Thorové (2015) se může projevit i obava ze selhání, a to například nedostatkem či absencí motivace. Školák se obává špatného výsledku, proto se mnohdy vyhýbá ve škole úkolům. V tomto období se však děti učí přijímat své nedostatky, hledají chyby na vrstevnicích, proto se často posmívají druhým a žalují jeden na druhého.

2.4 Sociální kompetence dětí v mladším školním věku

Kompetence (z anglického competence) má podle psychologického slovníku (Hartl a Hartlová, 2010, s. 256) význam „*schopnost, způsobilost nebo kvalifikace*“. Druhý význam má tento termín v psycholingvistice.

Když nahlédneme do sociologického slovníku (Jandourek, 2007, s. 125), kompetencí se rozumí „*schopnost zvládnout nějakou činnost nebo situaci, popř. zařadit nové poznatky do širšího kontextu.*“ Autor rozděluje kompetenci na formální, odbornou, sociální, jazykovou a kulturní.

Termín kompetence můžeme podle Tureckiové a Vetešky (2008, s. 27) definovat jako „*jedinečnou schopnost člověka úspěšně jednat a dále rozvíjet svůj potenciál na základě integrovaného souboru vlastního zdrojů, a to v konkrétním kontextu různých úkolů a životních situací, spojenou s možností a ochotou (motivací) rozhodovat a nést za svá rozhodnutí odpovědnost.*“

Především v kurikulárních dokumentech se kompetencemi rozumí určitý soubor znalostí, dovedností, metod, postupů, dále i postojů člověka používaných pro efektivní řešení různých úkolů a situací, které mu umožňují jakýsi osobní rozvoj (Tureckiová a Veteška, 2008)

V Rámcovém vzdělávacím programu pro základní vzdělávání (RVP ZV, 2017, s. 10) nalezneme klíčové kompetence jako: „*souhrn vědomostí, dovedností, schopností, postojů a hodnot důležitých pro osobní rozvoj a pro uplatnění každého člena společnosti.*“

Tyto kompetence vychází z obecně přijímaných hodnot a představ naší společnosti podle toho, které kompetence jsou pro život a vzdělávání důležité a které z kompetencí utváří naši společnost. Tento soubor schopností a dovedností je potřebný pro vzdělávání všech žáků, a to na takové úrovni, které mohou dosáhnout, s cílem připravit jedince na další vzdělávání a uplatnění ve společnosti (RVP ZV, 2017).

Vágnerová (2012) a Thorová (2015) také tvrdí, že školák musí ve škole ověřit své schopnosti, plnit povinnosti a požadavky školy, přesně tak, jak od něho očekává společnost. Učí se nejenom ověřovat své kompetence na úrovni školy, ale i v kontaktu s vrstevníky a ve vztahu s dospělými

Lze tedy zdůraznit, že v kurikulárních dokumentech našeho školství existují oblasti kompetencí, které by si měl žák během základního vzdělání osvojit, přesto by měly být děti již z rodiny vedeny k těm schopnostem, které budou usnadňovat komunikaci

s okolním světem, poněvadž dovednosti, které si osvojí, poté uplatní ve vztahu ke společnosti, ale i k sobě samému.

V Rámcovém vzdělávacím programu pro základní vzdělávání jsou za klíčové kompetence považovány:

- 1) *kompetence k učení;*
- 2) *kompetence k řešení problémů;*
- 3) *kompetence komunikativní;*
- 4) *kompetence sociální a personální;*
- 5) *kompetence občanské;*
- 6) *kompetence pracovní (RVP ZV, 2017).*

Ve své bakalářské práci se budu zabývat primárně kompetencemi sociálními, které dítě využívá v sociálním kontaktu, například při práci ve skupině (ve třídě i mimo ni), a způsobem, jak tyto schopnosti v žácích rozvíjet.

Sociální kompetence podle mého názoru nejvíce charakterizují tyto tři oblasti kompetencí obsažených v RVP ZV. Patří mezi ně komunikativní, sociální a personální kompetence, ale i například způsobilost k řešení problémů, které jsou v interakci též zapotřebí. Tyto oblasti následně stručně popíši.

Komunikativní kompetence

Prostřednictvím řeči vyslovujeme své názory a postoje, ale i touhy a přání, tedy veškeré naše myšlenky, které prostřednictvím naší řeči můžeme uchopit a zprostředkovat druhým. Komunikace je podmínkou kontaktu s druhými lidmi. Bez vzájemné komunikace a interakce bychom nedokázali efektivně spolupracovat, vytvářet, a tak následně rozvíjet vztahy mezi sebou.

Mezi komunikativní kompetence žáka řadíme například tyto dovednosti:

- ✓ *navazovat kontakt s vrstevníky;*
- ✓ *umět naslouchat druhým a být empatický;*
- ✓ *dokázat popsat slovy své myšlenky, názory a postoje;*
- ✓ *schopnost se se svými názory podělit s ostatními;*
- ✓ *vyjadřovat se zdvořilým a přijatelným způsobem;*
- ✓ *dokázat si obhájit svůj názor;*
- ✓ *prosadit své stanovisko – nikoli na úkor druhých (RVP ZV, 2017).*

Sociální a personální kompetence

Tato oblast kompetencí v RVP ZV popisuje přímo kompetence potřebné pro spolupráci ve skupině. Nepopisuje pouze tendence jedince vyhledávat sociální kontakt, ale i ho udržet a upevňovat zdravé a pozitivní vztahy. Respektovat v našem případě a učitele, uznat jejich zkušenosti a znalosti, ale dokázat se prezentovat a projevit sebe sama.

Do sociálních a personální kompetencí patří například tyto dovednosti:

- ✓ *umět vyhledávat kamarády (snaha o sociální kontakt);*
- ✓ *spolupracovat nejen s dětmi ve skupině, ale i učiteli;*
- ✓ *být součástí nějakého projektu/úkolů;*
- ✓ *tvořit celek a spolu s ostatními budovat vzájemné vztahy;*
- ✓ *pomáhat druhým a umět druhého vyslechnout;*
- ✓ *jednat s úctou k druhému a být ohleduplný;*
- ✓ *dokázat se poučit ze selhání druhých i sebe samého;*
- ✓ *uznat zkušenost ostatních a respektovat jejich stanoviska;*
- ✓ *ovládat své jednání a chování (své emoce);*
- ✓ *umět prosadit sám sebe a své postoje a názory;*
- ✓ *schopnost vyjádřit se ve vztahu ke skupině (RVP ZV, 2017).*

Kompetence při řešení problémů

Je důležité, aby dítě dokázalo rozpoznat případný vyskytující se problém a snažit se ho nějakým adekvátním a efektivním způsobem vyřešit, pokud je to však v jeho silách. I při práci ve skupině může dítě narazit na problém, který by mělo identifikovat. Život přinese mnoho zátěžových okamžiků, kdy jedinec musí čelit překážkám a neúspěchům, a proto je třeba dokázat problémy rozpoznat a efektivně je řešit.

Mezi kompetence při řešení problémů patří například tyto schopnosti:

- ✓ *vnímat a rozpoznat konfliktní situace;*
- ✓ *dokázat přemýšlet nad problémy a uvažovat nad způsoby jejich řešení;*
- ✓ *dokázat řešit problémové situace samostatně;*
- ✓ *hledat optimální možné řešení;*
- ✓ *pátrat nad důsledky možných problémů;*
- ✓ *v podobných situacích používat obdobná řešení;*
- ✓ *dokázat svá rozhodnutí obhájit;*
- ✓ *umět si uvědomit určitou odpovědnost za svá rozhodnutí (RVP ZV, 2017).*

„Neučíme se pro školu, ale pro život.“

Lucius Annaeus Seneca

3. Mezigenerační spolupráce seniorů a dětí

3.1 Důležitost role prarodičů ve vztahu k vnoučatům

„Kdybychom věděli, co to jsou vnoučata, měli bychom je dříve nežli děti.“

Jaro Křivohlavý

Prarodiče jsou na rozdíl od rodičů těmi vstřícnějšími, milejšími, především těmi, kteří usměrňují zákazy, příkazy a nařízení rodičů, a kteří jsou jistými průvodci v našem životě. Život bez prarodičů může být nezáživným až ochuzujícím. Právě prarodiče se dokáží na každodenní problémy a strasti dívat s nadhledem, mají kus života za sebou a na určité věci umí nahlížet jiným způsobem než naši rodiče (Hauser-Schöner, 1996).

Šulová (2010) píše o prarodičích jako o „**alternativní rodičovské dyádě**“. Podle ní prarodiče poskytují jiné vzory (modely) chování a jednání a většinou jsou v rodině respektováni a rodiči akceptováni. Dětem poskytují doplnění pohlavních rolí, ale v jiné obměně. Prarodiče do života rodiny přináší tvořivost, cit, bezprostřední odpovědnost a uvolnění, mají jiné životní tempo, tolerantnější a nezaujaté postoje.

Hauser-Schöner (1996) a Stoppard (2013) zdůrazňují, že prarodiče jsou dnes důležitější než dříve, protože vnoučatům poskytují potřebný kus podpory a významně se podílí na opatrování dětí.

Prarodiče jsou opravdu důležití ve zdravém vývoji dítěte, dokonce jsou uváděni jako nepostradatelné části rodiny. Význam prarodičovství má celkově nepopsatelnou cenu, protože prarodiče učí svá vnoučata různým situacím, pro která rodičům mnohdy nezbývá čas a které mohou nastat (Lusso, 2011).

Hauser-Schöner (1996) dále uvádí, že prarodiče podporují vnoučata v jejich fantaziích, jsou doprovodem nejen při obavách, ale i nadějích a tužbách. Prarodiče nám mohou poskytnout svůj čas, jelikož ho mají dostatek, kdežto čas rodičů bývá omezen, i když se nám rodiče věnují. Oceňujeme u nich jejich vřelost a velkorysost. Rádi vypráví své příběhy, které dětem otvírají obzory.

Prarodiče patří do našich rodin, tvoří jakýsi celek, rámec všech vztahů uvnitř rodiny. Navíc je prarodičovství významné díky pozitivnímu přispívání k určení rodinné identity. Mění vztahy v rodině a funguje jako určitý element stability (Vágnerová, 2007).

O emocích mezi prarodiči a vnoučaty pojednává i Lusso (2011), která uvádí, že právě prarodiče nejvíce používají a rozvíjejí v dětech emoční inteligenci. Jako důvod zmiňuje, že se po nich vlastně nic jiného neočekává než vytváření harmonického citového bezpečí v rodině. Jak totiž autorka uvádí, v rodině se může vystřídat spousta lidí, jako partner, chůva, a podobně, ale prarodiče zůstávají až do své smrti stále na stejném místě.

Rabušicová (2011) dále upřednostňuje názor, že pro staré lidi je také důležitý ten faktor, že pro svá vnoučata mají nejen čas, ale i trpělivost. V přítomnosti dětí se také „stávají dětmi“, jsou kreativní, hrají a objevují doteď nepoznané stránky svého já. Výhodu prarodičovství lze také vidět v tom, že staří lidé milují svá vnoučata jiným způsobem, než jakým milují rodiče své děti.

„Když se funkčnost rodiny z nějakých důvodů snižuje, jsou to zpravidla prarodiče, kteří první nastupují jako pomocná, projektivní instituce.“

Zdeněk Matějček

Rabušic (2011) a Parson (2015) tvrdí, že jeden z důvodů, proč mají prarodiče takovou pozitivní moc na svá vnoučata, je jejich otevřenost hodnocení, které ovlivní způsoby, jakým o sobě děti přemýšlí po celý život. Tedy jejich schopnost budovat v dětech již raného věku zdravé sebevědomí a sebeúctu, což jsou takové hodnoty, které budou v pozdějším věku odolávat vnější síle společnosti. Prarodič tolik neklade důraz na výkon a úspěšnost, nýbrž oceňuje jiné hodnoty, ke kterým se může obracet. Vnoučatům ukazuje jiný smysl života i jiný styl, kde je významná právě lidská vzájemnost.

Tento názor sdílí i Rabušicová (2011), která informaci doplňuje o tvrzení, že dochází ke stavění a posilování pozitivního vztahu mezi prarodiči a vnoučaty. Takové vytváření vztahů je významné, neboť vede v budoucnosti k příležitosti tyto pozitivní vztahy oplácet a zároveň prohlubovat. Nesmíme ovšem zapomenout na významnou oblast sociálních dovedností, kde je na prvním místě vztah a úcta ke starším lidem a k našim vrstevníkům, schopnost řešit konflikty a zátěžové situace a v neposlední řadě schopnost dodržovat jistý řád.

Parson (2015) doplňuje o skutečnost, že prarodiče pomáhají svým vnoučatům lépe přijímat neúspěchy a nezdary. Úkolem prarodičů je dát dětem vědomí vlastní důležitosti a jedinečnosti a vytvořit ochranu před překážkami z okolí.

Prarodiče nenesou přímou odpovědnost za výchovu svých vnoučat, na rozdíl od rodičů, kteří všechny nezdary a neúspěchy svých potomků vztahují na sebe. Prarodiče jsou v tomto směru objektivnějšími, protože mohou s odstupem vnímat, vidět, ale i naslouchat, jaká jejich vnoučata doopravdy jsou a nevidí zkresleně. Vytváří jim prostor k vlastní seberealizaci. Prarodiče na rozdíl od rodičů jednají s větší rozvahou, přiměřeněji a rozumněji (Hauser-Schöner, 1996).

Lusso (2011) píše i o důležitosti prarodičů vzhledem ke svým dětem. Prarodiče jsou oporou a zázemím i svým potomkům, kteří se mohou dostat do nelehké životní situace. Úlohou prarodičů je tedy vytvořit a udržet takové rodinné zázemí, které zajišťuje všem členům citovou jistotu a bezpečí.

3.2 Význam role vnoučat ve vztahu k prarodičům

„Prarodiče a vnoučata vycházejí spolu tak dobře, protože mají společného nepřítele.“

Sam Levenson

Vztah vnoučat a prarodičů, či obráceně, má většinou silný emocionální charakter (Hauser-Schöner, 1996). S tím se ztotožňuje i Rabušicová (2011) a upřesňuje, že příčinou těchto harmonických vztahů mezi vnoučaty a prarodiči je právě uvolněnost, která pramení z určité podobnosti v čase, obě skupiny „nikam nespěchají“ a mohou ho vnímat mnohem volněji a plynuleji. Tato uvolněnost má za následek tyto vřelé a hravé interakce mezi dvěma generacemi, propojené láskyplnými emocemi.

Podle mého mínění to může být zapříčiněno nejenom věkovým rozdílem, díky kterému si odlišné generace mohou předat zajímavé a vzájemně nové, inspirativní věci, ale i například tím, že prarodiče jakoby spiklenecky, ale v dobré víře dovolují a chápou to, čemu rodiče nerozumí a co třeba netolerují. Možná je to právě tím věkem, kdy se na určité situace dívají jiným způsobem, s nadhledem a zkušeností.

Lusso (2011) tvrdí, že vnoučata jsou dobrodružstvím svým prarodičům, ačkoli to někdy vypadá jako neposlouchání a zlobení babiček a dědečků, jelikož prarodiče toho spoustu tolerují.

Pokud mluvíme o úloze dětí ve vztahu k prarodičům, dítě jim přináší pocit smysluplnosti života, sounáležitosti a pospolitosti. Dítě prarodiči dává prostor se vracet vzpomínkami ke svému vlastnímu dětství. Vnoučata vyprávění svých prarodičů s opravdovým a nefalšovaným zájmem poslouchají a přijímají. Dále dokáží velmi přirozeně dát najevo své pocity vůči svým prarodičům (Šulová, 2010).

Vnoučata jsou pro své prarodiče přínosná a mezi nimi dochází k mezigeneračnímu učení. Nejenom tedy, že prarodiče předávají svým vnoučatům zkušenosti a dovednosti, hodnoty i způsoby chování, i vnoučata v tomto mezigeneračním procesu ovlivňují prarodiče, například rozvíjí a udržují prarodičům aktivní a smysluplný život (Rabušicová, 2011).

S prarodiči mohou vnoučata zažívat nemálo dobrodružství, někdy to však může vypadat pouze jako hašteření ze strany vnouče – prarodič. Nicméně prarodiče mají tendence některá z omezení překračovat či tolerovat. Jiní zase dokáží tyto situace přejít s klidem a trpělivě řešit zlobení vnoučat (Lusso, 2011).

„Vnoučata jsou láskyplnými připomínkami toho, proč jsme vlastně na světě.“

Janet Laneseová

„Ruce prarodičů jsou jako konejšivé pohlazení oblíbené přikrývky. Obklopují nás a zahřívají na duši i na srdci a při tom nás chrání před zimou a ostrými hranami světa.“

Hanoch McCarty

3.3 Mezigenerační učení

Jednou z cest, jak si udržet a zároveň postupně rozvíjet smysluplnost života starších lidí je například aktivní prarodičovství. Mezi prarodiči a vnoučaty dochází k takzvanému mezigeneračnímu učení. V něm předává prarodič svému vnoučeti své zkušenosti, znalosti a dovednosti, a na druhé straně pomáhá i rodičům v případě jejich potřeby. Takové zkušenosti, do kterých lze zahrnout celé spektrum hodnot, například hodnoty morální, adekvátní způsoby chování, a utváření, či posilování vztahů (Rabušicová, 2011).

Dále Rabušicová (2011) zmiňuje charakteristické znaky mezigeneračního učení jako je motivace, trpělivost, klid, absence křiku a různých příkazů a především zábava. Jedná se o rozličné aktivity, jako jsou různé umělecké, ruční a sportovní činnosti. Pro upřesnění to mohou být práce domácí nebo práce na zahradě, hra na nástroj, společenské a sebeobslužné činnosti, pletení, šití a háčkování.

Mezigenerační učení lze na webových stránkách Učitelských novin (Milada Rabušicová: O mezigeneračním učení..., 2012) charakterizovat jako určitý proces, prostřednictvím kterého si členové rodiny předávají své dovednosti, znalosti, zkušenosti, hodnoty i postoje, které během svého života načerpali ať už z každodenních příležitostí a situací nebo ze svých vlastních zkušeností, a to od všech generací v rodině.

Rodina je možná jednou z nevlivnějších sítí, ve kterých se promítají sociální faktory souvisejících s věkem a generačními rozdíly navzájem se ovlivňujících. (...) Za jeden z nejzásadnějších momentů můžeme označit potřebu identifikace jedince mezi jednotlivými členy, či generacemi zároveň, ať už ve vztahu rodiče – děti, rodiče – rodiče a především, vnoučata a prarodiče. Tato identifikace jedince je nezbytnou součástí k vytváření a rozvíjení mezigeneračních vztahů (Tarrant, 2010).

Při uvědomování si stárnutí by měl být kladen důraz na propojení fyzické stránky s psychickou, která umožňuje propojit mezigenerační rozměr stáří. Tyto vztahy se utvářejí během lidského života na několika úrovních. Měli bychom se starat o jejich přeměnu na úrovni role ženy a muže v sociálních rolích v očích dospělého jedince (Ando, 2005).

3.4 Význam mezigeneračního učení

Principem mezigeneračního učení či vzdělávání nejsou podle webu Andromedia ((Význam mezigeneračního učení a vzdělávání, 2014) jen společné poznávání a učení, ale také poznávání sebe sama. Nicméně pokud má starší generace předávat své zkušenosti mladší generaci, musí se s ní přirozeně někde stýkat. Záměrem mezigenerační spolupráce je zajistit adekvátní fungující prostředí, které je generačně různorodé, tak aby mladí i starší měli stejné možnosti projevit druhým své myšlenky a postoje.

Rodiče svým dětem v rámci mezigeneračního učení nejčastěji předávají sociální dovednosti, tedy jak pečovat o rodinu a domácnost, vaření, různé ruční práce, péče o dům a zahradu. (...) Od matek se děti učí ženským činnostem, která zaštiťuje právě matka, kdežto od otců se děti učí těm mužským záležitostem, různým technickým dovednostem. (Rabušicová, 2011)

Rovněž Rabušicová (2011) pro generaci prarodičů zmiňuje, že svým vnoučatům nejvíce předává rodinné tradice, rituály, rodinnou historii a příběhy s ní spojené.

Mezigenerační učení nebo programy mohou přinést stejné poznatky jak mladým lidem, tak starším, a toto mezigenerační učení spočívá ve spojení lidských zdrojů a životních zkušeností. V tomto procesu je zapotřebí propojit zodpovědnost a entuziasmus, které povedou k pozitivnímu rozvoji mezigeneračního vzdělání. Cílem mezigeneračního vzdělávání je podpora učení a vzájemného porozumění obou mezigeneračních stran (Loewen, 1996).

3.5 Programy pro podporu práce seniorů a dětí

V dnešní době nalezneme v internetových zdrojích, v odborné literatuře či v médiích množství projektů, které se snaží propojit generaci prarodičů a dětí a vzájemně spolupracují při společných činnostech. Většinou se jedná o plnění společných úkolů, čtení seniorů dětem ve školách a školkách, společné výlety a tvoření, různé přednášky a podobně.

Já však níže uvedu na ukázkou jen některé školy a organizace, které realizují projekty v rámci mezigenerační spolupráce.

- **Mladí duchem**

Hry dětí a seniorů

Prostřednictvím projektu Mladí duchem přivítaly děti ze Střediska volného času v Letovicích seniory z Centra sociálních služeb města Letovice. Děti přišly v rámci svého příměstského tábora a společně se seniory prožili pěkné dopoledne ve sportovním duchu. Společně chodili po stanovištích spolu se svými družstvy. Družstva mezi sebou soutěžila, poté se na konci programu vyhlásilo družstvo s nejvyšším počtem bodů. Uživatelé Centra sociálních služeb obdrželi od dětí ručně vyrobené papírové motýly, děti si vzaly na cestu bonbony a na závěr zazpívaly písničku na rozloučení (Hry dětí a seniorů, 2016).

- **Nadace Jistota s příspěvkem od KB Penzijní společnosti**

Podle projekt KB Nadace Jistota má sblížit dvě vzdálené generace. Součástí projektu budou diskuze na téma stáří, různé zážitkové hry, arteterapeutické aktivity a setkávání skupin dětí a seniorů. Druhá část projektů je zaměřená na aktivizační program a pravidelná setkání se seniory z Berouna a okolí při trénování paměti (Podporujeme mezigenerační spolupráci..., 2016).

- **Klášteřec nad Ohří**

V rámci mezigenerační spolupráce se podle tiskových zpráv na webových stránkách Klášteřce nad Ohří konají pravidelná setkání seniorů a dětí z mateřské školy. Děti z místní mateřské školy navštěvují seniory a realizují společné čtení nebo hraní her. Postupně se poznávají a navazují první přátelství (Společné hraní dětí a seniorů, 2016).

- **ZŠ v Družci**

Projekt Generace bez hranice

Žáci ze Základní a Mateřské školy v Družci se podle webových stránek Generace bez hranic pravidelně schází. Organizace uspořádala společné setkání, kde si děti připravily zajímavý program, zatímco organizace pro žáky připravila vystoupení country souboru seniorek. Dále se prostřednictvím dobrovolnických aktivit některých ze seniorů konalo další setkání, kdy ve volném čase seniorky navštěvují místní školu, kam

pravidelně chodí žákům číst. Díky těmto dobrovolnickým aktivitám seniorek roste u žáků zájem o čtení a literaturu a do vyučování tak přináší i nové podněty (Spolupráce seniorů..., 2015-2016).

▪ **Pardubice**

Na internetových stránkách města Pardubice se také objevily informace k projektu dětí a seniorů. Několikrát v týdnu navštěvuje dobrovolně 11 seniorů pardubické mateřské a základní školy, a to nejen děti, ale i jejich učitele. Pardubice jsou nejspíše jediným městem v České republice, které ve svých školách už druhý rok pomáhají v rámci mezigenerační spolupráce propojit seniory a děti. Většina školských zařízení ve městě projeví o pomoc prarodičů, kteří dobrovolně dětem pomáhají, velký zájem. Senioři ve školkách pomáhají těm nejmenším, ve školách se s dětmi učí. Předávají jim tak své životem nasbírané zkušenosti. Radost z pomoci mají i senioři, pro které je práce s dětmi smysluplným trávením volného času (Senioři dobrovolně pomáhají..., 2015).

4. Návrh a metodika společného projektu dětí a seniorů

Cílem mé bakalářské práce byla příprava a následná realizace rozličných aktivit vhodných pro obě zvolené cílové skupiny, kde na jedné straně senioři předají své zkušenosti, zážitky a životní příběhy žákům a děti mladšího školního věku naopak své znalosti, dovednosti ze školy a postřehy z dnešní zrychlené moderní doby. Tím by byly uspokojeny potřeby obou skupin a pro každou z nich by byla setkání přínosná a aktivizující. Za tímto účelem jsem vytvořila program, který lze využít i v praktické rovině pro další pedagogická a sociální zařízení, především jejich pracovníkům, jelikož se domnívám, že aktivity určené společně dětem a seniorům jsou poněkud nedostačující, ale pro život významné, je tedy třeba je podporovat.

Cílem těchto našich setkání je připravit, realizovat a vyhodnotit aktivity, prostřednictvím nichž bude skupina seniorů spolupracovat při společných aktivitách s žáky mladšího školního věku v rámci mezigenerační spolupráce. Senioři tak budou žáky podněcováni k činnosti, jak psychické, tak fyzické. Na opačné straně se u žáků prostřednictvím her i učení ve skupinách rozvíjí sociální kompetence, jež souvisí se sociálním učením.

Pro tento projekt jsem oslovila zařízení Domova pro seniory Máj v Českých Budějovicích, p.o. (dále jen DpS Máj), kde jsem byla několikrát na praxi a měla příležitost blíže nahlédnout do chodu zařízení. Výběr vhodné základní školy se však neobešel bez komplikací, jelikož to zprvu vypadalo, že ze základní školy o tento program dostatečný zájem nejeví. Nakonec mě kontaktovala Základní škola Waldorfská a mateřská škola České Budějovice (dále jen ZŠ Waldorfská), kde jsem si domluvila schůzku s třídním učitel panem J., který byl velmi ochotný a milý. Program ho natolik nadchl, že jsme se domluvili na spolupráci s DpS.

4.1 Metodika

Projekt ke své praktické části jsem připravovala nejen s použitím odborných zdrojů, dále jsem využila i své poznatky z pedagogických praxí a ze svého studia. Při tvorbě programu mě motivovala i má vlastní zkušenost a zájem pracovat se seniory, což bylo určitým podnětem pro výběr tohoto tématu. Program je koncipován takovým způsobem, aby vyhovoval oběma cílovým skupinám a aby bylo přihlédnuto k potřebám jednotlivých účastníků projektu a jejich možnostem.

Za účelem realizace projektu k mé bakalářské práci byla navázána spolupráce s DpS a ZŠ Waldorfskou. Výhodou spolupráce těchto zařízení je skutečnost, že se nachází nedaleko od sebe na sídlišti Máj, což je pro realizaci našich aktivit podstatná informace.

4.1.1 Cíl programu

Stěžejním cílem tohoto společného programu bude příprava, realizace a vyhodnocení společných aktivit, prostřednictvím kterých bude menší skupina klientů sociální služby domova pro seniory spolupracovat s třídou dětí mladšího školního věku z místní základní školy za účelem mezigenerační spolupráce.

Prostřednictvím společných aktivit bude docházet na jedné straně k aktivizaci účastníků a na straně druhé k rozvoji sociálních kompetencí žáků, jako je komunikace, spolupráce ve skupině nebo prosazení svého názoru nikoli na úkor druhých.

K naplnění cíle dosáhneme těmito způsoby:

- ✓ *nasloucháním druhých;*
- ✓ *vzájemnou důvěrou;*
- ✓ *vzájemnou úctou a respektem k druhému;*
- ✓ *verbální i nonverbální komunikací;*
- ✓ *spoluprací ve skupinách;*
- ✓ *respektováním názorů a postojů druhých;*
- ✓ *rovnocenností;*
- ✓ *podněcováním k další činnosti;*
- ✓ *pomocí druhému;*
- ✓ *diskuzí, hledáním odpovědí na konkrétní otázky, a podobně.*

4.1.2 Cílová skupina

Cílovou skupinu programu tvoří 5 vybraných klientů z DpS Máj ve věku od 68 do 90 let, které jsem s kolegyní ergoterapeutkou vybrala náhodně, avšak podle toho, zda jsou jejich fyzický stav, úroveň mentálních schopností a individuální možnosti adekvátní a vhodné pro náš program. Již na začátku jsem věděla, že pokud budu pracovat s žáky prvního stupně, budu mít na starost celou třídu. Proto jsem si pro tuto práci vybrala právě 5 klientů, jelikož při spolupráci s celou třídou žáků mi tento počet přišel ideální, zvláště v případě, pokud budeme pracovat ve skupinách, tedy 1 klient na 4–5 dětí.

Druhou cílovou skupinu tvoří 4. třída ze ZŠ Waldorfské o počtu 20 žáků ve věku 10–11 let, která byla vybrána prostřednictvím mého kontaktování a jejich následného zájmu se programu účastnit. Byla jsem informována, že se ve třídě nachází chlapec se svalovou dystrofií, který je na vozíku a má svoji osobní asistentku. Tuto skutečnost jsou uvítala, protože jako studentka speciální pedagogiky to vidím jako přínos do praxe.

4.1.3 Motivace

Motivace je celý souhrn určitých faktorů a činitelů, prostřednictvím kterých jsme podněcováni (ale i nuceni) ke konkrétním činnostem. Ať už k dosažení našich potřeb, ale i zájmů, postojů, cílů a hodnot, které utváří naše já. Zjednodušeně řečeno, motivací rozumíme prostředek, kterým se dopracováváme k nějakému konkrétnímu cíli.

Při práci se seniory a dětmi při společných aktivitách lze využít jak motivaci vnější, tak vnitřní. Pokud charakterizujeme vnitřní motivaci, jedná se především o touhu se něco nového dozvědět, něčemu zajímavému se přiučit. Motivací by v našem případě mohlo být i navázání nových přátelství, možnost seznámit se, příležitost se nějakým způsobem zapojit. Ve skupině něco znamenat, zažít úspěch a uznání, sebezprosadit se, získat nové zkušenosti a zážitky. Vnější motivací může být určitá odměna, pochvala nebo uznání zvenčí nějakou autoritou. Vnější motivací by mohl být i nějaký výrobek, který společně vyrobíme. Více však v našem programu podle mého názoru využijeme motivaci vnitřní.

4.1.4 Použité metody

Ve svých aktivitách společných pro děti i seniory využiji nejen metody slovní, metody názorně demonstrační, ale i metody praktické.

Ze slovních metod při práci na našem programu určitě využijeme popis, vysvětlování a vyprávění, z dialogických metod například rozhovor a diskusi. Dále si vyzkoušíme metody názorně demonstrační, mezi které patří technika pozorování, předvádění a instruktáž, a tak si účastníci snadno osvojí konkrétní pracovní postupy i návyky.

V neposlední řadě použijeme i metody praktické, nebo také dovednostně praktické, kdy za pomoci metod napodobování, manipulování (s různými pomůckami a předměty) a vytváření dovedností trénujeme nácvik pracovních dovedností a výtvarnou činnost. Prostřednictvím metody napodobování žáci a senioři opakují postup, který uvidí a jeho zopakováním se mohou konkrétní postup naučit.

4.1.5 Vyhodnocení společného programu

Za pomoci zvolené techniky pozorování, která mi vzhledem k tvorbě a přípravě specifického programu pro tyto dvě vybrané cílové skupiny přišla za nejvhodnější, jsem během našich setkávání prostřednictvím této techniky postupně vymýšlela a připravovala specifický program tak, aby byl vhodný pro obě cílové skupiny a aby nejvíce odpovídal jejich možnostem, individuálním potřebám a schopnostem. Posléze tyto vytvořené a zrealizované aktivity vyhodnotím a reflektuji tak spolupráci seniorů a žáků ZŠ.

Nejprve zhodnotím sebe sama při práci s cílovými skupinami, respektive vyzdvihnu své zdary a úspěchy. Zmíním i úskalí a nedostatky jednotlivých aktivit a popřemýšlím o tom, co bych mohla příště udělat jiným způsobem a na co se třeba dále zaměřit.

Po své vlastní autoevaluaci zhodnotím a popíši reflexi celé skupiny a našeho společného dopoledne. Svoji pozornost zaměřím na účastníky programu, na jejich spolupráci, komunikaci a snahu pracovat v týmu a všichni pohromadě. Posoudím zvolené aktivity, tedy zda byly pro cílové skupiny zvoleny správně, co by se dalo změnit a naopak, a na čem by se do budoucnosti dalo stavět.

Jako poslední z hodnocení popíši zpětnou vazbu všech našich účastníků, které získám buď anketou a dotazníkem nebo rozhovory se samotnými účastníky programu, záleží na možnostech a potřebách účastníků a podle podmínek společných setkání.

Z vyhodnocení a reflexe vyvodím závěry naší spolupráce a smysl mezigeneračních setkávání, jejichž cílem je nejen předávání zkušeností, dovedností i poznatků, ale i vytváření mezilidských vztahů, komunikace a spolupráce při vzájemném respektu a důvěře.

4.2 Charakteristika a struktura programu

Program byl rozložen do 4 setkání, která začala vždy v ranních hodinách a probíhala až do dopoledních hodin. A to z toho důvodu, že žáci využili společného rozvrhu, zatímco po obědě mají rozdílné vyučování a kroužky. Klienti z DpS Máj mohli také jenom v dopoledních hodinách, protože odpoledne měli svůj vlastní program a s přihlédnutím k jejich věku a možnostem by mohli být po obědě unavení.

Setkání byla naplánována na 2 hodiny dopoledne, přičemž čas naší práce se mohl měnit v návaznosti na potřeby klientů domova a na jejich přání či psychické naladění. Jelikož je tato cílová skupina dost specifická a nikdy nevíte, co od ní můžete očekávat, nelze náš program detailněji bod po bodu připravit, protože se může cokoli stát a my musíme počítat s různými alternativami, avšak i na tuto možnost jsem připravená.

Setkání probíhala následujícím způsobem. Vybraná třída společně s třídním učitelem a osobní asistentkou za mého doprovodu společně dorazila do prostor DpS Máj, kde jsme se na recepci ohlásili a poté jsme pokračovali do prostoru nám určeného. Tam jsme vyčkali na vybrané klienty, protože předtím snídají a až posléze dorazí za námi. Klienti dorazili za doprovodu jedné pracovnice, ergoterapeutky M., která mi nabídla pomoc při realizaci programu a posloužila nám nejen jako dohled nad děním v DpS, ale i jako pomocná ruka při práci s klienty.

S třídním učitelem a ergoterapeutkou jsme byli vždy předem domluveni na nadcházejícím programu, podle něhož jsme měli připraveny potřebné pomůcky na společnou práci. Ergoterapeutka M. měla na starost pomůcky a věci zapůjčené z pracovní dílny, já s panem učitelem J. zase měla na starost předměty a potřeby zapůjčené ze školy. Pan učitel i ergoterapeutka sloužili na setkáních nejen jako odborný dozor, ale zároveň dohlíželi na jednotlivé cílové skupiny, když jsem se skupinami pracovala. Zároveň mi pomáhali s organizací a zapojením do projektu.

Třídu jsem rozdělila do 5 skupin po 4 žácích, každá skupina měla k dispozici jednoho klienta domova. Tím mohu zaručit efektivnější spolupráci i komunikaci, než kdyby

pracovala celá početná skupina pohromadě. Každá skupina tak bude pracovat sama a po splnění úkolu si navzájem předají své poznatky a postřehy, jak se jim pracovalo. Na konci našeho programu společně dopoledne zhodnotíme a dozvíme se, co nás čeká příště a co budeme tvořit nebo na čem budeme pracovat.

Struktura společných aktivit a jejich přibližné časové rozložení

- *Přivítání a úvodní povídání – 5 minut;*
- *Představení společného programu – 10 minut;*
- *Vysvětlení pravidel a instrukcí – 5 minut;*
- *Rozdělení do skupin a příprava pomůcek – 10 min;*
- *Práce ve skupině na společné aktivity – 30 minut;*
- *Odpočinek a svačina – 15 minut;*
- *Pokračování ve společné práci – 25 min;*
- *Zhodnocení aktivity v kruhu, diskuze – 15 minut;*
- *Úklid prostoru a rozloučení – 10 minut.*

5. Příprava a realizace společných aktivit

5.1 1. setkání – Zahájení společného programu a výroba obrázku z ovčí vlny

Příprava programu

Cíl: mezigenerační spolupráce, posilování mezigeneračních vztahů.

Dílčí kroky k naplnění cíle: naslouchání, komunikace, kooperace, vzájemná pomoc a respekt k druhému, vzájemná důvěra, kooperace.

Další efekty spolupráce: aktivizace seniorů a žáků, rozvoj sociálních kompetencí dětí, přijímání různých sociálních rolí ve skupině, respektování společných pravidel.

Použité techniky: pozorování, vysvětlování, předvádění, instruktáž, napodobování, diskuze.

Didaktické pomůcky: molitanové desky, ovčí vlna různých barev, filcovací jehly, látka na upevnění filcovaných obrázků.

Personální obsazení: lektor, třídní učitel, aktivizační pracovníce, osobní asistentka, 24 účastníků – z toho 4 senioři a 20 žáků.

Struktura dopoledne a přibližné časové rozvržení:

1. *Přivítání a úvodní seznámení (5 min);*
2. *Ukázka připraveného pěveckého představení žáků pro seniory (10 min);*
3. *Představení společného programu (10 min);*
4. *Vysvětlení pravidel a instrukcí (10 min);*
5. *Rozdělení do skupin a příprava pomůcek (5 min);*
6. *Společná práce na aktivitě ve skupinách (30 min);*
7. *Odpočinek a svačina (15 min);*
8. *Pokračování na aktivitě ve skupinách (20 min);*
9. *Zhodnocení programu v kruhu, společná diskuze (15 min);*
10. *Úklid prostoru a rozloučení (10 min).*

Realizace programu

1. *Přivítání a úvodní seznámení*

Po příchodu třídy do domova si žáci nejprve odložili své věci a rozhlédli se po prostorách DpS Máj. Kdo potřeboval, odskočil si na toaletu nebo doplnil tekutiny, poněvadž na chodbě mají k dispozici automat na vodu, což žáci s údivem zkoumali. Já jsem si s panem učitelem připravila potřebné pomůcky a materiál. Domlouvali jsme se, jak budeme postupovat a předali jsme si navzájem důležité informace. Někteří klienti už byli na místě, zbytek našich účastníků dorazil o chvíli později za doprovodu jedné vybrané pracovníce domova. Se všemi účastníky jsme se pozdravili a přivítali, navzájem jsme se představili, a dokonce už došlo k prvním konverzacím mezi žáky a seniory.

Žáci se před začátkem programu ještě nasvačili, pracovnice M. klientům udělala kávu nebo čaj, podle jejich přání a donesla jim je ke stolům. Když jsme měli vše připravené a všichni byli na místě, poprosila jsem všechny účastníky, aby dávali pozor a poté jsem je přivítala. Na úvod jsem jim sdělila, proč jsme se všichni sešli a co nás bude společně na setkáních čekat. Povídala jsem jim o svém záměru a jak to všechno bude probíhat.

2. *Ukázka připraveného pěveckého představení žáků pro seniory*

Po úvodním seznámení a představení našeho společného programu pan učitel představil jejich základní školu a svoji třídu čtvrtáků. Poté klientům předvedli připravené vystoupení, které si třída připravuje na každoroční slavnosti. Třída realizuje mnoho vystoupení na rozličné události se školou spojené. Pan učitel společně s paní asistentkou nasměrovali žáky na jejich místa, připravili hudební nástroje a uvedli představení svými slovy, tedy co si pro seniory připravili a co jim společně zahrají a zazpívají.

Připravené představení bylo na místě, poněvadž se žáci adaptovali na nový prostor a mohli si seniory prohlédnout a vidět jejich reakce, zatímco klienti domova se uvolnili a vystoupení žáků je příjemně a pozitivně naladilo. Poté si žáci uklidili své hudební nástroje.

3. *Představení společného programu a dnešní aktivity*

Po vystoupení jsem účastníky poprosila, aby se posadili a já jim mohla povědět, co nás dnes čeká a co vlastně budeme vyrábět. Dále jsem jim sdělila více k našim setkáním, tedy proč jsme se takto sešli a jaký byl záměr našeho společného programu, a přitom jsem si celou skupinu mohla důkladněji prohlédnout. Pověděla jsem účastníkům více informací o tom, jak bude vše probíhat a ptala se jak klientů, tak i žáků, co o programu vědí a proč si myslí, že tu jsme. Podle toho jsme si ujasnila, co je třeba ještě účastníkům sdělit a naopak, co už vědí.

Účastníci dostali informaci, že se tuto aktivitu žáci pokusí vysvětlit a předvést seniorům a bude se jednat o techniku filcování ovčí vlnou, na které budou muset pracovat ve skupinách. Jejich úkolem bude vybrat určité motivy, které si vybaví

pod pojmem jaro a tyto motivy musí zvolenou technikou filcování ztvárnit a přenést na látku.

Určitou komplikací této aktivity může být domluva skupiny na motivech, které vytvoří, zde se projeví jejich schopnost spolupráce a komunikace. Jednotliví účastníci musí udělat mnoho kompromisů, aby se jako skupina dohodli a aby vytvořili společné jarní motivy, které poslouží k tvorbě obrázku.

Teprve až se dohodnou na konkrétních motivech, na kterých bude každý z nich ze skupiny pracovat, mohou začít pracovat na tvorbě obrázku, který se bude skládat z těchto motivů a který poté každý z nich nafilcuje na připravenou látku. Dále ode mě dostali informaci, že až práci společně dokončí, budou při závěrečné diskuzi v kruhu ostatním své obrázky prezentovat a sdělí všem, proč si tyto motivy vybrali a jak se jim pracovalo. Účastníci se pokusí svou práci na aktivitě zhodnotit a spolupráci jednotlivých skupin a jejich výtvořů porovnat.

4. *Vysvětlení pravidel a instrukcí*

Po představení našeho programu jsme se ještě všichni posadili do kruhu. Aby vše bylo snadnější, naše seniory jsme nechali sedět na místech, která si zvolili již po příchodu a žáci se posadili okolo nich, abychom je zbytečně netrápili. Tři klientky měly vozík, proto jsem organizaci upravovala i podle jejich možností. Když jsme se usadili, stanovili jsme si určité zásady a pravidla, která by byla vhodná dodržovat a kterými bychom se všichni měli řídit, aby naše společná setkání měla smysl a dařilo se naší vzájemné spolupráci.

Stanovená pravidla se týkala například základních pravidel slušného chování; tedy vždy se na začátku i na konci pozdravíme. Pokud od někoho něco žádám, musím ho o to slušně poprosit, poté mu za projevenou ochotu a pomoc následně i poděkuji. Když o něčem společně diskutujeme, neskáčíme nikomu do řeči, pouze dotyčného necháme domluvit a až poté můžeme diskutovat my. Nebudeme se při práci dohadovat a urážet, každý má právo na svůj názor a postoj, musíme to respektovat. Před prací si umyjeme ruce, pomůcky si připravíme sami podle toho, co konkrétně dané dopoledne budeme potřebovat a na konci si pomůcky také sami sklídíme.

Domluvili jsme se s klienty na tom, že je můžeme oslovovat například „pane Josefe, paní Kláro“, ale vykážeme jim. Když s někým mluvíme, díváme se na něj a

udržujeme oční kontakt. Mezi sebou se navzájem respektujeme, pomáháme si a nasloucháme. Jsme tu proto, abychom spolupracovali a společnými silami tvořili a nad něčím diskutovali, nikoli abychom mezi sebou soupeřili nebo dokonce vedli spory. Poté jsme se pomalu začali připravovat na aktivitu samotnou.

5. *Rozdělení do skupin a příprava pomůcek*

Následně jsme se s panem učitelem domluvili, jak budeme postupovat. Pan učitel mi pomohl s rozdělením žáků do skupin, a to takovým způsobem, že si složení promyslel dopředu, abychom zabránili nevhodnému složení skupin. Záměrem bylo vytvořit takové skupiny žáků, kteří by jinak narušovali práci, pokud by si skupinu volili sami.

Skupiny jsme poté rozdělili tak, že pan učitel četl jména členů jednotlivých skupin a žáci tak tvořili seskupení ke konkrétním seniorům, které jsme náhodně vybrali. Utvořili jsme tedy 4 skupiny, jelikož jsme měli k dispozici 4 seniory. Když si žáci sedli na svá místa kolem stolů, připravili jsme společně s nimi materiál. Pan učitel připravil na jeden stůl barevnou ovčí vlnu, dále připravil filcovací jehly, molitanové desky a látku, na kterou pak společně budou své jednotlivé obrázky filcovat.

6. *Společná práce na aktivitě ve skupinách*

Podle daných instrukcí se žáci se seniory domluvili na společných motivech, která by byly vhodné pro tvorbu jarního obrázku a podle těchto motivů si vybrali barvy ovčí vlny, které budou potřebovat. Vlnu si natrhali a donesli na svůj stůl společně s filcovacími jehlami, molitanovými deskami a připravenou látkou na přichycení motivů. Když měli připravené veškeré pomůcky a materiál, určili si mezi sebou, jak budou pracovat, jelikož neměli dostatek molitanových desek, proto pracovali většinou ve dvojicích nebo se v práci střídali.

Zprvu ale museli vysvětlit a ukázat seniorům, jak se s takovou vlnou pracuje a jak pomocí filcovací jehly motivy vytvořit. Teprve poté mohli všichni pracovat na společném obrázku a tvořit jarní motivy. Někdo zvolil ptáčka, slunce, mraky, potok, zajíčka, stromy, květiny, jiní zase přenechali pracovat svoji představivost a fantazii a tvořili motivy trochu odlišné od těch klasických, tedy různé lesní víly, skřítky a postavičky, které by mě například pro tvorbu jarního obrázku nenapadly.

7. *Odpočinek a svačina*

Když měly skupiny skoro tři čtvrtě práce hotové, udělali jsme si chvíli čas na odpočinek, svačinu a nabrání sil. Práci jsme si nechali na stolech a sedli jsme si k jiným stolům, kam si žáci odložili své svačiny. Dbala jsem na to, aby žáci seděli společně se seniory a aby mohli navzájem utvořit nějaké bližší vazby. I přesto, že při práci ve skupině komunikují, u svačiny lze povídat o něčem jiném, a tak komunikaci a mezigenerační vztahy rozvíjet.

Senioři si v klidu dopili kávu nebo čaj a s kolegyní jsme tomu, kdo chtěl, uvařili další. Žáci si mohli odskočit na toaletu, doplnit tekutiny a posvačit. Ve volné chvíli jsme si povídali, já se jich ptala, jak se jim pracuje a vymýšlela, jak budeme postupovat, abychom vše časově stihli. Ve volném čase jsme diskutovali s panem učitelem a kolegyní z DpS Máj a radili jsme se o dalším postupu.

8. *Pokračování na aktivitě ve skupinách*

Po svačině si účastníci ještě mohli dojít na toaletu, umyli jsme si po svačině ruce a zasedli do skupin k naší rozdělané práci. Většina skupin už měla motivy ufilcované a kdo ne, ten ještě pracoval na posledních motivech k obrázku. Když měli všichni ze skupiny jednotlivé motivy připravené, domlouvali se na tom, kam jaký z nich přichytí, aby to vypadalo dobře a dávalo smysl.

Zde byla také důležitá spolupráce a bylo třeba se dohodnout na tom, kde budou obrázky ležet, aby se to všem líbilo a všem to tak vyhovovalo. Po domluvě každý z nich pracoval na ufilcování svého motivu na látku k tomu určenou. Molitanové desky sloužily jako podložka a filcovacími jehlami rychlými a pravidelnými vpichy zapracovávali vlnu do látky. Někdy si ve dvojicích v té skupině pomáhali, když to jednomu tolik nešlo, ale většinou se zapojil každý ze skupiny a každý měl možnost si svůj motiv přifilcovat na látku, a tak být součástí jejich společného díla.

9. *Zhodnocení programu v kruhu, společná diskuze*

Po společné práci na tvorbě obrázků jsme naše výtvary rozprostřeli doprostřed stolů a okolo nich postavili židle, na které jsme se všichni posadili. Seniorům jsme přemísťování usnadnili tak, že jsme je nechali sedět a posadili jsme se vedle nich. Když jsme seděli na svých místech a bylo ticho,

započala jsem naši závěrečnou část dopoledne společnou diskuzí a zhodnocením dopoledne.

Nejprve se však vrátíme ke společným výtvorům a povíme si více o jejich realizaci. Vždy jsem vzala jeden obrázek ze stolu a poprosila skupinu, která na něm pracovala, aby nám k němu řekla více. Každý měl tedy možnost se zapojit do diskuze a sdělit ostatním svůj názor a postřehy, dojmy a nápady k tomu, co jsme vyráběli. Ptala jsem se, proč si vybrali tyto motivy a s čím je mají spojené a jak se vůbec ve skupině dohodli na konkrétních obrázcích.

Zajímalo mě, zda bylo lehké seniorovi postup vysvětlit a ukázat, zda se jim dařilo pracovat s touto technikou nebo naopak. Jestli si ve skupině rozuměli, zda jim vyhovoval počet členů a jejich rozložení. Co by případně změnili nebo udělali jiným způsobem, a co se jim naopak líbilo a na čem dále stavět. Když se všechny skupiny vystřídaly a všichni měli možnost se k hodnocení vyjádřit a sdělit ostatním své dojmy a postoje k první společné práci, vyzvala jsem účastníky k úklidu. (viz kapitola Evaluace společných aktivit)

10. Úklid prostoru a rozloučení

V této fázi jsme všichni společně poklidili pomůcky a materiál, rozložili ubrusy, sklídili nádobí, přesunuli stoly a přemístili židle. Výrobky jsme zanechali na památku seniorům, aby si svůj domov mohli společnými výtvary vyzdobit a měli na naše setkání památku. Poté jsme se všichni společně rozloučili a popřáli si hezký den. Třída vyšla s panem učitelem dříve, já jsem ještě pomáhala kolegyni z domova douklidit prostor jídelny, aby byl připraven na oběd. Poté jsem se domluvila na příštím dopoledni s kolegyní M. a posléze jsem se rozloučila.

5.2 2. setkání – Výroba háčkových zajičků a a obrázků z krepových kuliček

Příprava programu

Cíl: mezigenerační spolupráce, posilování mezigeneračních vztahů.

Dílčí kroky k naplnění cíle: naslouchání, komunikace, kooperace, vzájemná pomoc a respekt k druhému, vzájemná důvěra

Další efekty spolupráce: aktivizace seniorů a žáků, rozvoj sociálních kompetencí dětí, přijímání různých sociálních rolí ve skupině, respektování společných pravidel.

Použité techniky: pozorování, vysvětlování, předvádění, instruktáž, napodobování, diskuze.

Didaktické pomůcky: háčkovací a pletací jehlice, vlna, zajíčci na ukázkou, předkreslené jarní motivy, nůžky, lepidlo, štětce, krepový papír,

Personální obsazení: lektor, třídní učitel, aktivizační pracovnice, osobní asistentka, 24 účastníků – z toho 4 senioři a 20 žáků.

Struktura dopoledne a přibližné časové rozvržení:

1. *Přivítání a úvodní seznámení (5 min);*
2. *Ukázka dalšího připraveného hudebního vystoupení žáků pro seniory (10 min);*
3. *Představení společného programu (10 min);*
4. *Vysvětlení pravidel a instrukcí (10 min);*
5. *Rozdělení do skupin a příprava pomůcek (5 min);*
6. *Společná práce na aktivitě ve skupinách (30 min);*
7. *Odpočinek a svačina (15 min);*
8. *Pokračování na aktivitě ve skupinách (20 min);*
9. *Zhodnocení programu v kruhu, společná diskuze (15 min);*
10. *Úklid prostoru a rozloučení (10 min).*

Realizace programu

1. *Přivítání a úvodní seznámení*

Dnes jsem do DpS Máj dorazila společně se třídou a panem učitelem, jelikož mi přišlo adekvátní, abych docházela do zařízení společně s nimi. Ohlásili jsme se na recepci a počkali na kolegyni ergoterapeutku, která si nás dole ve vestibulu vyzvedla a dovedla nás do prostoru jídelny. Tam jsme si odložili naše věci a mezitím, než dorazili na místo naši senioři, jsme si v klidu připravovali s panem

učitelem a paní asistentkou potřebné věci. Poté naši senioři postupně dorazili. My už na ně netrpělivě a s nadšením čekali, protože jsme se těšili na další spolupráci.

Když senioři usedli, udělali jsme jim kávu nebo čaj a žáci si mohli dojít na toaletu a nasvačit se. Sice máme v rámci programu stanovenou svačinu, ale když je ráno čas, je lepší, když žáci něco málo snědí, lépe a efektivněji se totiž pracuje. Když už jsme byli všichni na místě, započala jsem dnešní společný program. Všechny účastníky jsem přivítala a pověděla jim na úvod, co nás dnes čeká a nemine a jak to bude nejspíše probíhat.

2. Ukázka dalšího připraveného hudebního vystoupení žáků pro seniory

Poté přišel na řadu pan učitel, který si i na dnešní dopoledne opět pro naše seniory se svou třídou připravil vystoupení na úvod. Je to přece jenom takové milé a na uvítání to udělá radost a zpříjemní naši spolupráci. Účastníci se mohou uvolnit, nabrat síly u kávy nebo čaje a „rozkoukat se“, než se začne pracovat. Žáci si pro seniory připravili dvě pěvecká vystoupení s flétnami, a to písně „Okolo Třeboně“ a „Slunce se k nám navrací“.

Senioři byli potěšení a usmívali se. Žáci byli s panem učitelem a paní asistentkou sehraní, někdy se však žáci postrkovali a škádlili, ale to je zcela běžné. Přesto se jim vystoupení povedlo a navodilo uvolněnou a pozitivní atmosféru. Po vystoupení třídě všichni přítomní zatleskali a poděkovali, poté si žáci své flétny a nástroje uklidili a mohli jsme pokračovat v dalším programu.

3. Představení společného programu

Po připraveném vystoupení jsem všechny účastníky poprosila o pozornost, abych jim mohla představit dnešní program. Všichni se usadili na svá místa a se zvědavostí poslouchali, co se bude dnes vyrábět. Vysvětlila jsem jim, že toto dopoledne bude podobné minulému, až na ten rozdíl, že dnes budou senioři ukazovat aktivity, které dělají u nich v dílně DpS, které se jim pokusí vysvětlit a naučit je.

Je sice zřejmé, že se nebude jednat o aktivity související se zručností a kreativitou, a že nebudou nikterak složité a nepochopitelné, tedy pro žáky by neměl být problém je po seniorech napodobit, jelikož je nejspíše ovládají. Co však na této aktivitě bude zajímavé a žádoucí, bude skutečnost, že si žáci a senioři mezi

sebou vymění role. Seniorům přidělíme roli učitelů a rádců, zatímco žáci budou poslouchat a tvořit s nimi. Účastníkům jsem vysvětlila, jak bude dopoledne přibližně probíhat a jak budou postupovat.

Dneska budou pracovat na dvou aktivitách, každá na jedné a poté se po svačině prohodí. Dvě skupiny se budou učit háčkovat (nebo plést) jarní zajičky a druhé dvě skupiny budou tvořit obrázky jarních motivů metodou kuličkování, která je v domově oblíbená a na které pracují celkem často. Z krepových papírů se nastříhají stejně velké části, ze kterých se tvoří různě barevné kuličky a poté se nalepují na kartonové motivy. Senioři budou mít za úkol tyto metody dětem vysvětlit a předvést, aby poté mohli ve skupině pracovat a vyrobili společné dílo.

Nakonec si zase sedneme do kruhu a budeme diskutovat o naší spolupráci a ukazovat naše společné skupinové výrobky ostatním, posléze si budeme o nich povídat.

4. *Vysvětlení pravidel a instrukcí*

Než se však pustíme do práce, je zapotřebí si vysvětlit a ujasnit některá důležitá pravidla. Než začneme pracovat, všichni si umyjeme ruce. Na přípravě pomůcek budeme pracovat všichni společně, určitou dělbu práce. Každý se nějakým způsobem zapojí a bude přínosný. Pokud budeme něco potřebovat, oslovíme druhého a zeptáme se, nebo poprosíme o pomoc či radu. Pokud nám dotázaný vyjde vstříc, poděkujeme. Když s někým mluvíme, udržujeme oční kontakt. Se seniory mluvíme více nahlas, jelikož hůře slyší. Snažíme se zřetelněji artikulovat, aby nám rozuměli.

Když si někdo nebude vědět rady, porošíme o pomoc, nebo se zeptáme, jestli je vše jasné a srozumitelné. Neskáčeme druhému do řeči, nehádáme se a děláme kompromisy, pokud se nemůžeme dohodnout. Nepostrkujeme se a nekřičíme na sebe, nikomu se nesmějeme, když se někomu něco nepovede. Je třeba uznat svoji chybu, když se zmýlíme. Chováme se slušně a s úctou k seniorům. Snažíme se spolu komunikovat a spolupracovat, nesoupeříme, ale mezi sebou si pomáháme a důvěřujeme si.

5. *Rozdělení do skupin a příprava pomůcek*

Po vysvětlení všech instrukcí a pravidel dalšího společného setkání si třídu s panem učitelem rozdělíme do skupin podle minulého dělení, které si pan učitel pro jistotu poznamenal na papír. Při dalších aktivitách si žáky rozdělíme zase jiným způsobem, aby spolu pracovali i jiní žáci a netvořili jsme stále ty stejné skupiny. Pan učitel zopakoval jména a žáci podle toho tvořili jednotlivé skupiny.

Poté, co utvořili seskupení, si vzali židle a donesli je ke stolům, kde na ně čekali jednotliví senioři. Jeden senior vždy patřil k jedné skupině. Utvořili jsme čtyři skupiny se čtyřmi seniory, jelikož jedna klientka nedorazila. Každá skupina seděla u jednoho stolu. Když byli rozdělení, postupně si připravili pracovní stoly. Ze stolů sundali ubrusu a donesly si ruličky krepových papírů. S panem učitelem jsme dvěma skupinám rozdali štětce, nůžky a lepidla a kolegyně ergoterapeutka jim rozdala připravené vzory, které budou mít za úkol polepit krepovými kuličkami. Zbylým dvěma skupinám jsme rozdali pletací a háčkovací jehly, vlnu, nůžky a mohlo se začít.

6. *Společná práce na aktivitě ve skupinách*

Když už bylo všechno připravené, mohlo se začít se společnou prací. Dvě skupiny pracovaly na pletení a háčkování zajičků a dvě skupiny tvořily s krepovým papírem. Senioři žákům předváděli jejich vybranou aktivitu a byli mile překvapení, že jsou žáci tak učenliví a šikovní a jde jim práce od ruky. Senioři byli také velice snaživí a překvapilo mě, že se toho nebáli a pustili se do vysvětlování a předvádění.

V jedné skupině se háčkovalo a pletlo, začínalo se základním řetízkem, což už žáci znali ze školy, jelikož se při některé z hodin základy pletení a háčkování učili. Někteří žáci se při prvním postupu radovali, protože si vzpomněli na ten základní princip a mohli v tom pokračovat. Do toho si povídali a smáli se. Občas se zeptali klienta, když si nevěděli rady, asistoval i pak učitel a paní asistentka, takže nakonec háčkovali všichni okolo. V této skupině byla i jedna klientka, která pochází z Francie, tak nám vyprávěla svůj příběh, jak se z Francie dostala k nám do Čech a jaké to tam vlastně je. Žáky zajímalo, jak to tam chodí, jaké mají tradice a kam chodila do školy. Poprosila jsem klientku, jestli by nám třeba něco neřekla nebo nezaspívala francouzsky a mě potěšilo, že bez dlouhého váhání a

přemlouvání začala zpívat. Byla to nádhera, žáci s údivem a otevřenou pusou poslouchali a rozplývali se. Já byla nadšená, bylo to tak krásné, spontánní. A do té naší aktivity to vneslo takovou lehkost a bezprostřednost, že žáci byli nadšení. Pak jsme ji i pořádně nahlas zatleskali.

Druhé dvě skupiny pracovaly na kuličkování, tam zase senioři vysvětlovali a ukazovali žákům, jak stříhají krepový papír, konkrétně na jak velké díly, a jak postupují při kuličkování. Jelikož je na sobě naskládáno více vrstev papíru, při stříhání se udělají menší díly a každý si pak odebral jeden čtvereček a kuličkoval. Nejprve se však museli domluvit, jakými barvami vyplní dané jarní motivy, protože kdyby se nedomluvili dopředu, mohli by také kuličkovat všechen krepový papír, což by nemělo smysl. Potřebují kuličkovat jen ty dané barvy, které pro svůj obrázek budou pokračovat. Zde se uplatnila jejich schopnost kooperace a komunikace, ale i snaha o kompromisy. Není snadné, aby se skupina 6 lidí domluvila na barvách dvou motivů a je třeba se dohodnout, jaká dvojice bude dělat jaký obrázek a rozdělit si, kdo bude stříhat, kdo kuličkovat a kdo lepit kuličky na karton.

I když se to neobešlo bez menších sporů, kdo co bude dělat, myslím, že si se vším poradili. Jeden stříhal, tři kuličkovali různé barvy krepového papíru a dva lepili na střídačku. Řekla jsem jim, že se mohou i prohodit, aby to bylo spravedlivé a hlavně, aby si každý vyzkoušel i něco jiného a nehádali se, že ten to měl snadnější a ten zas udělal více. Ostatní zase pracovali na zajíčkách a u někoho už se rýsoval základ, což byl čtverec, který se pak proháčkoval do tvaru zajíčka. Někomu to šlo sice pomaleji, ale snažili se a statečně háčkovali a pletli.

7. *Odpočinek a svačina odpočinek*

Po společné práci, když už měli více jak polovinu za sebou, jsme si udělali pauzu na svačinu, Kdo potřeboval, ten si odskočil na toaletu, napil se a posvačil, seniorům jsme donesli ještě čaj nebo kávu, podle toho, na co měli chuť. Posadili jsme se na židle kolem stolů a společně posvačili. Povídali jsme si mezi sebou a já přemýšlela nad dalším pokračováním. S panem učitelem jsme domlouvali formality a další postup, mezitím žáci vedli své debaty. Vypadlo to, že je práce docela baví. Děvčata se těšila na hotové zajíčky, až si je budou moci ukázat a porovnat. Když jsme dojedli, umyli jsme si ruce, kdo potřeboval, ještě si mohl

odskočit a následně jsme zase usedli ke stolům a pracovali. Tentokrát jsme ale udělali drobné změny.

8. *Pokračování na aktivitě ve skupinách*

Změna spočívala v tom, že jsme záměrně s panem učitelem prohodili skupiny. Ti, co pracovali na zajíčkách tentokrát budou kuličkovat rozdělané obrázky a zase ti, kteří kuličkovali budou zkoušet háčkovat a plést. Sice se jim to zprvu nelíbilo a chtěli pokračovat v tom, co již měli rozdělané, ale já jsem se je rozhodla záměrně rozdělit. Nejen proto, aby věděli, že se věci vždycky mohou změnit a oni si musí zvykat, že ne všechno bude podle nich a je třeba se učit přizpůsobit se a udělat kompromis, ale především proto, abych podpořila spolupráci a jejich vzájemnou důvěru. Oni se totiž báli, že jim ti, co budou na obrázcích pokračovat, jejich dílo pokazí a jim se nebude líbit. Já jsem je motivovala a ujišťovala, že se nemusí bát, že tu nejsme kvůli soupeření, kdo bude mít hezčí a lepší obrázek, ale hlavně proto, aby mohli společně všichni spolupracovat a dohodnout se. Aby si navzájem věřili a fandili, a tak dovolili spolužákům pokračovat v jejich tvorbě.

I když to trochu trvalo a zprvu byli naštvaní a snad i dotčení, posléze si uvědomili, že je to zbytečné, že se bát nemusí. Ale to je v tomto věku normální, žáci mají tendence mezi sebou soutěžit a být těmi lepšími, ve škole také soupeří, kdo bude mít lepší známku, kdo více pochval a odměn a kdo je nejhorší a má samé poznámky. Nakonec se však brzy zorientovali a adaptovali a pokračovali v obrázcích, na kterých pracovali předtím jejich spolužáci.

První dvě skupiny teď pracovaly na dodělání obrázků z kuliček, proto se musely dohodnout, jak v obrázcích pokračovat a jakými barvami to dodělají. Podle toho, jak pracoval tým před nimi, musely obrázky dokončit. Druhá skupina teď namísto kuličkování, háčkovala a pletla. Ti pokračovali v háčkování již započatých zajíčků, takže museli vyzkoušet princip řetízku, zda si ho ještě pamatují, nebo se ho pokusit naučit znovu. Až poté mohli pokračovat na práci zajíčka. Když měly skupiny hotovo, spolupráci jsme ukončili a skupiny své výtvary umístily doprostřed stolů, které jsme společnými silami pospojovali. Poté jsme si kolem dokola přemístili židle a chystali se na společnou diskuzi a ukázkou obrázků a výrobků, které jsme se seniory tvořili.

9. *Zhodnocení programu v kruhu, společná diskuze*

Po naší společné práci na aktivitách jsme si sedli do kruhu a povídali si o tom, jak se nám pracovalo. Pokračovala jsem stejným způsobem jako minulé setkání. Vždy jsem sáhla po jednom výrobku a skupina, která na něm pracovala, se přihlásila a každý k tomu něco celé velké skupině v kruhu pověděl.

Zajímalo mě, jak se jim pracovalo, zda se každý zapojil a jestli jim vyhovoval počet členů ve skupině. Jestli byly zvoleny vhodné aktivity, které jsme si dnes vyzkoušeli a jestli se jim zdály jednoduché nebo složité. Také mě zajímalo, jestli si ve skupině rozuměli a co se nového a zajímavého od seniora dozvěděli. Seniorů jsem se ptala, jak žáci pracovali, jestli byl s něčím problém nebo naopak, jestli vysvětlení postupu pochopili a povedlo se jim to napodobit. Vystřídaly se všechny skupiny a každý do kruhu vnesl své dojmy, postřehy a myšlenky (viz kapitola *Evaluace společných aktivit*).

10. *Úklid prostoru a rozloučení.*

Po tradičním závěrečném zhodnocení dopoledne v kruhu jsme židle a stoly umístili na svá místa, ubrusy přemístili na stoly, poklidili zbylý materiál a pomůcky na daná místa a popřáli si navzájem pěkný den. Domluvili jsme se, kdy se uvidíme příště, rozloučili jsme se a pozdravili, a tak zakončili naše kreativní dopoledne.

5.3 3. setkání – *Společné tradiční pečení závinů*

Příprava programu

Cíl: mezigenerační spolupráce, posilování mezigeneračních vztahů.

Dílčí kroky k naplnění cíle: komunikace, kooperace, vzájemná pomoc a důvěra, snaha o kompromisy.

Další efekty spolupráce: aktivizace seniorů i žáků, rozvoj dalších sociálních kompetencí dětí, respektování pravidel a zásad slušného chování, získání nových dovedností, zručnost a kreativita.

Použité techniky: pozorování, vysvětlování, předvádění, napodobování, diskuze.

Didaktické pomůcky: suroviny na pečení závinu – listové těsto, hladká mouka, strouhanka, jablka, tvaroh, vejce, vanilkový pudink, citronová kůra, skořice, vanilkový a skořicový cukr, vlašské ořechy, hrozinky; vhodné kuchyňské potřeby – kuchyňský vál na těsto, váleček, misky, struhadlo, nůž, lžice, vařečka, stěrka, mašlovačka, plech na pečení, pečicí papír, ubrousky, talíře.

Personální obsazení: lektor, třídní učitel, aktivizační pracovníce, osobní asistentka, 24 účastníků – z toho 4 senioři a 20 žáků.

Struktura dopoledne a přibližné časové rozvržení:

- 1. Přivítání a úvodní seznámení (5 min);*
- 2. Představení společného programu (10 min);*
- 3. Vysvětlení pravidel a instrukcí (10 min);*
- 4. Rozdělení do skupin a příprava pomůcek (5 min);*
- 5. Společná práce na aktivitě ve skupinách (30 min);*
- 6. Odpočinek a svačina (15 min);*
- 7. Pokračování na aktivitě ve skupinách (20 min);*
- 8. Zhodnocení programu v kruhu, společná diskuze (15 min);*
- 9. Úklid prostoru a rozloučení (10 min).*

Realizace programu

1. Přivítání a úvodní seznámení

Dnes jsem do zařízení DpS Máj opět přišla společně se třídou a panem učitelem. Na recepci jsme se paní recepční ohlásili a počkali na příchod kolegyně ergoterapeutky, která nás dole ve vestibulu vždy vyzvedne a dovede do prostoru jídelny. Tam si jako každé naše setkání odložíme věci a oblečení, odskočíme na toaletu, umyjeme ruce a kdo potřebuje, může se nasvačit a napít. Mezitím postupně dorazí naši klienti, které pozdravíme a přivítáme a pomůžeme jim se usadit ke stolům.

Než program započne, domluvíme se s nimi na kávě nebo na čaji a doneseme jim ho. Ještě před začátkem programu si s panem učitelem zběžně sdělíme, jak budeme postupovat, abychom si to ujasnili a teprve když jsou všichni připravení, můžeme začít. Poté všechny účastníky mile a s radostí ještě jednou pozdravím a přivítám, a sdělím jim, co nás společně toto dopoledne čeká a na čem budeme pracovat.

A jelikož jsou žáci všímaví a viděli tašku s potřebnými ingrediencemi, tušili, že se bude vařit nebo péct. Sice věděli dopředu, že pokud se nám to podaří zařídit a vyjde to, něco si upečeme, ale nevěděli to jistě. Proto už tušili, že to bude právě dneska a měli z toho velkou radost, protože od pana učitele vím, že se na to moc těšili a neustále o tom povídali, kdy už to bude a co vlastně budeme péct. Nemáme moc času, proto se pouštíme co nejdříve do práce.

2. *Představení společného programu*

Než začneme připravovat potřebné pomůcky a potřeby, vysvětlím jim, jak to dneska bude celé probíhat. Ujasním jim, že budeme péct klasický český jablečný závin, který dělávali už naše prababičky, ale že uděláme i tvarohový. Ingrediencie jsem donesla a některé nádoby nám kolegyně ergoterapeutka půjčila ze zařízení, takže by to neměl být problém. Dále jsem jim pověděla, že budeme opět pracovat ve skupinách a uděláme celkem čtyři závinů, které nakonec všechny ochutnáme a pokusíme se najít ten nejpovedenější. Ale ne formou soutěže, ale spíše jen tak pro zasmání a zpestření programu.

Potřebné kuchyňské potřeby si však budeme muset mezi sebou půjčovat, protože jich bohužel není k dispozici dostatečné množství, což by mohl být zádrhel. Po přípravě závinů je společně s kolegyní donesu do kuchyňky, kde na ně asistentka dohlídne a kde se mezitím upečou, než my sníme svačinu a prohlédneme si starou kuchařku po babičce i moji novodobou kuchařku, kterou jsem žákům přinesla k nahlédnutí.

Cílem této hodiny je uvědomění si rozdílů dnešních možností a porovnání s dobou minulou, ve které žili naši klienti. Hodina je zaměřená pouze na oblast jídelníčku, tedy zajištění surovin, možnosti nabídky a poptávky, jídelní rituály dřívější doby a její porovnání s dobou dosavadní. Pro příklad je tu stará kuchařka v porovnání s kuchařkou 21. století, kde mají žáci příležitost na vlastní oči

nahlédnout do tajů české kuchyně a mohou odhalit rozdíly v české gastronomii po dobu 50 let.

3. *Vysvětlení pravidel a instrukcí*

Jako i v minulých hodinách si ujasníme naše společně stanovená pravidla tohoto programu, nicméně si stanovíme další důležité instrukce, obzvláště důležité k dnešnímu dopoledni. Jelikož budeme pracovat se surovinami, je důležité dodržovat určité hygienické zásady. Tedy častější mytí rukou, hlavně tedy před započetím přípravy závinů, dále také dbáme na čistotu našich surovin, které před používáním důkladně omyjeme.

Jelikož budeme používat válečky na válání těsta, struhadla, nože a podobně, je třeba být důsledný a opatrný, abychom nezpůsobili úraz nejen sobě, ale i našim spolužákům. O potřeby se nepereme, nepřetahujeme, necháme nejprve jednoho s nimi pracovat, poté požádáme, jestli si je také nemůžeme půjčit. S pomůckami nemácháme ve vzduchu ani nešermujeme, dbáme na opatrnost a na účel těchto potřeb. Pokud nám něco nebude jasné, raději se zeptáme, než abychom něco pokazili. Ostatní pravidla jsou stejná jako v předešlých hodinách, ta se nemění a jsou všem srozumitelná.

4. *Rozdělení do skupin a příprava pomůcek*

Po této fázi příprav rozdělíme společně s panem učitelem třídu do čtyř skupin, nicméně skupiny tvoříme podobným způsobem jako minulé setkání, jen s drobnými změnami. Její členy jsme různě prohodili, aby se nestalo, že spolu pracují vždy stejní spolužáci, ale aby si všichni zkusili spolupracovat s někým jiným. Následně si oddělíme stoly, sundáme z nich ubrusy a připojíme kolem dokola židle pro všechny členy. Jelikož nemáme dostatečné množství kuchyňských pomůcek, domlouváme se s panem učitelem, jak dále postupovat.

Dvěma skupinám připravíme vál a válečky, zbylým dvěma skupinám misky na přípravu jablečné a tvarohové náplně. Jedna skupina s miskami si dojde pro struhadlo, jablka, cukr, skořici, vlašské ořechy, hrozinky, vařečku, nůž a lžíci, druhá skupina s miskami zase pro tvaroh, pudink, cukr, skořici, hrozinky, citron, vařečku a lžíci. Zbylé dvě skupiny, které mají připravené vály s válečky donesou

ke svým stolům listová těsta, hladkou mouku a čisté utěrky. Až když mají všichni své věci připravené, program může začít.

5. *Společná práce na aktivitě ve skupinách*

Před začátkem přípravy závinů si každá skupina jedna po druhé dojde na toaletu umýt ruce, posléze si potřebné suroviny očistí a omyje. Poté každá skupina pod vedením jednoho seniora pracuje svým tempem a na svém úkolu, podle toho, co mají za úkol. Ti, co mají za zadání vyválet těsto, se zeptají na postup seniora, jak ho správně vyválet a poté se všichni vystřídají, aby se každý mohl na válení podílet, proto, aby vznikla větší a tenčí placka těsta. Ti, co dostali na starost náplně závinu, společně připravují buď jablečné nebo tvarohové. Každá skupina připraví jinou náplň.

Při tomto úkolu je také důležité, aby se skupina dokázala domluvit a dohodnout na tom, jak si práci rozdělí a jak budou postupovat. Při ruce mají jednoho seniora, který jim je k dispozici a jeho přítomnosti mohou využít při získávání zkušeností, cenných rad a instrukcí. Nicméně většinou si práci rozdělili tak, že následný postup konzultovali s daným seniorem a podle toho se domluvili, jak budou pracovat dále. Vypadalo to tak, že začal například jeden válet, druhý mu těsto podsypával moukou a pak se prostřídali. Takhle se vystřídali na spolupráci všichni ze skupiny. Mezitím, co určitá dvojice válela, mohli další dva připravit plech s pečícím papírem, který je třeba podle plechu naměřit a ustříhnout. Ostatní dvě skupiny, které pracovali na výrobě náplní, postupovali takřka podobným způsobem. Nejprve se poradili se seniorem, co všechno na konkrétní náplň závinu použít a v jakém množství suroviny přidat. Museli si také rozdělit práci ve své skupině, neboť čas utíkal a aby se vše stihlo, museli se domluvit a nepřidělovat si práci navíc.

Pozorovala jsem je, jak spolupracují a komunikují, když se určovalo, kdo na čem bude pracovat. Jeden strouhal jablka, druhý mu odkrajoval jádřince. Třetí jablka krájel na měsíčky, aby nebylo tak těžké je nastrohat. Mezitím si děvčata připravila misku a nastrohaná jablka do ní přesypala. Poté postupovali s přidáváním surovin. Někdo nasypal cukr, jiný skořici, další ořechy a poslední hrozinky. Úplně nakonec společně jablka posypali trochou strouhanky. Ti, co měli na starost tvarohový závin, postupovali podobně, ale na jiném postupu. Jeden

připravoval v misce tvaroh, další přidával vanilkový pudink na zhoustnutí a vejce, jiný vanilkový a skořicový cukr, další žák trochu skořice, další dívka trochu hrozinek a poslední nastrohal citronovou kůru pro vůni. Jiný žák to vše důkladně promíchal

Poté si skupiny vyměnily své role. Ta skupina, která pracovala na těstě, dostala za úkol udělat další jablečnou a tvarohovou náplň a ty dvě skupiny, které už měli náplně hotové, dostaly těsto, vál a váleček a pokračovaly na výrobě základu závinů. Skupiny postupovaly obdobně jako ty předchozí, jen si dělbu práce určily jiným způsobem, což je logické, protože každá skupina i při stejném úkolu nemůže pracovat stejně. Když i tato práce byla hotová a měli jsme hotová 4 těsta a 4 náplně, tedy 2 jablečné a 2 tvarohové, každá skupina dostala jednu náplň a jedno těsto a donesla si připravené plechy s pečicí papírem.

Jejich dalším úkolem bylo, přemístit těsto za pomoci utěrky na vál, což byla docela legrace, jelikož to není vůbec snadné. Ale za pomoci seniorů si poradili a zvládli to na jedničku. Poté každý dostal mašlovačku a svůj závin potřel vajíčkem. Jelikož nebylo tolik vajec, museli si mezi sebou hrnek s vejcem posílat a vyčkat, až bude předchozí skupina hotová. Poté naše kolegyně ergoterapeutka a asistentka třídy odnesly závin do kuchyně, kde je nechaly péct.

6. *Odpočinek a svačina odpočinek*

Než se hezky těsto do zlatova upeklo, provonělo celou chodbu. Mezitím, co naše kolegyně hlídaly závin, jestli se nepálí, my jsme si umyli ruce a zatím postupně sklídili a omyli všechny naše potřeby. Sklidili a přemístili stoly, na které jsme vrátili ubrusy a okolo nich jsme postavili židle. Poté jsme se usadili a v klidu svačili a doplňovali tekutiny. Žáci i senioři byli natěšení a zvědaví, jak se naše závin povedou, zda budou chutné a pěkně zamotané.

Když jsme v klidu posvačili, ukázala jsem účastníkům své dvě kuchařské knihy, mezi nimiž byl rozdíl asi 60 roků. Vysvětlila jsem jim, proč jsem knihy donesla a pobídla je, ať jimi prolustují a pokusí se najít rozdíly mezi starou dobovou kuchařkou mé babičky v chátrajícím vydání a novodobou kuchařkou z 21. století s pestrými, barevnými fotografiemi a úpravami.

Cílem tohoto dopoledne bylo, aby si žáci dokázali představit, jak rozdílné tyto dvě kuchařky jsou, i když recepty jsou pořád stejné a dá se říct, že se vaří stále

stejně, jen se objevují nové techniky, suroviny, kombinace a podobně. Dřív se vařilo pouze ze surovin, které byly k dispozici a byly lokální. Z ovoce z našich sadů a zahrad, ze zeleniny z pole, z masa a mléka našeho dobytka. Než si žáci a senioři knihy prohlédli, záviny byly hotové a nesly se na stůl.

7. *Zhodnocení programu v kruhu, společná diskuze*

Ted' nás čekal ten nejlepší a nejočekávanější úkol. Záviny nakrájet, nechat vystydnout a ochutnat. Mezitím, než záviny trochu vychladly, jsme utvořili kolem našich stolů kruh, do kterého jsme se všichni posadili. Jelikož už jsme nemuseli pokračovat v aktivitě, uděláme si při ochutnávání naší společné práce diskuzi a zhodnotíme společné třetí dopoledne.

Zajímalo mě, jestli se jim dnešní den líbil, a proč, zda si to takhle představovali a co by například změnili nebo zda by zvolili jinou možnost. Také mě zajímalo, zda se jim ve skupině pracovalo dobře, vyhovovala jim sestava a počet členů jejich skupin a jak si rozdělili práci ve skupině, takže každá skupina se k tomu mohla vyjádřit a zhodnotit společnou práci. Dále jsem byla zvědavá, co jim přišlo nejtěžší a co jim nedělalo problém. Zda doma záviny dělají a zda už je předtím někdy pomáhali babičce nebo mamince péct. Žáci odpovídali velmi kladně a příjemně, seniory práce také bavila, jelikož babičky rády pečou a v domově už takovou možnost nemají.

Mezi našim společným hodnocením jsme ochutnali všechny upečené záviny, které jsme hodnotili a porovnávali, ale jenom z legrace, kvůli soupeření jsme se přece nesešli. A musím říct, že všechny byly výborné a na každém bylo něco výjimečného. Všechny jsme je snědli, opravdu nám na doma už nic nezbylo (viz kapitola Evaluace společných aktivit).

8. *Úklid prostoru a rozloučení*

Po zhodnocení a ochutnávce jsme společnými silami sklidili plechy a talíře, přemístili stoly a židle na svá místa, umyli si ruce a kdo potřeboval, ten si odskočil na toaletu. Dopili jsme čaje nebo kávu a sklidili si naše věci, oblékli se a rozloučili jsme se. Třída pozdravila a rozloučila se seniory, vzala aktovky a tašky a odešla s panem učitelem napřed. Já jsem ještě pomáhala kolegyni s nějakými věcmi, při

kterých jsme se domlouvaly na přípravě posledního dopoledne. Poté jsme se spolu také rozloučily.

5.4 4. setkání – Zakončení společného programu v rámci retro dopoledne

Příprava programu

Cíl: mezigenerační spolupráce, posilování mezigeneračních vztahů.

Dílčí kroky k naplnění cíle: naslouchání, komunikace, kooperace, vzájemná úcta k druhému, vzájemná důvěra.

Další efekty spolupráce: aktivizace seniorů a jejich trénink paměti, reminiscence u seniorů, aktivizace žáků a rozvoj jejich sociálních kompetencí, respektování společných pravidel, získání nových a zajímavých informací, rozvoj vnímání a představitosti.

Použité techniky: pozorování, vysvětlování, předvádění, instruktáž, diskuze.

Didaktické pomůcky: retro předměty – kalendář se starými fotografiemi, stará dobová kuchařka, rozum do kapsy, kapesní magnetické šachy, walkman, budík, ubrusy, ošatka na pečivo, forma na bábovku, lis na tvaroh, bandaska na mléko, dózy, lívanečník, nádobka na med, mlýnek, hmoždír a váha na vážení se závažími.

Personální obsazení: lektor, třídní učitel, aktivizační pracovnice, osobní asistentka, 25 účastníků – z toho 5 seniorů a 20 žáků.

Struktura dopoledne a přibližné časové rozvržení:

1. *Přivítání a úvodní seznámení (5 min);*
2. *Představení společného programu (10 min);*
3. *Vysvětlení pravidel a instrukcí (10 min);*
4. *Příprava pomůcek (5 min);*
5. *Společná práce na aktivitě (30 min);*
6. *Odpočinek a svačina (15 min);*

7. *Pokračování v aktivitě (20 min);*
8. *Zhodnocení programu v kruhu, společná diskuze (15 min);*
9. *Úklid prostoru a rozloučení (10 min).*

Realizace programu

1. Přivítání a úvodní seznámení

Jako na každé naše setkání jsem společně se třídou a panem učitelem přišla do DpS Máj. Po ohlášení na recepci si pro nás přišla kolegyně ergoterapeutka a doprovodila nás do prostor jídelny. Tam už na nás někteří senioři čekali. Pozdravili jsme je a odložili si věci a tašky. Žáci posvačili, odskočili si na toaletu a mezitím postupně přicházeli i zbylí senioři. Já se domlouvala s panem učitelem na dalších formalitách, a především na tom, jak budeme postupovat. Naším klientům jsme s kolegyní udělali kávu nebo čaj a pomalu se připravovali na začátek.

Když už nebylo tolik rušno a žáci posvačili, vyzvala jsem je k pozornosti. Pozdravila a přivítala jsem všechny na našem posledním setkání. Na úvod jsem jim nastínila, co bude naším dnešním úkolem a co nás bude čekat. Vysvětlila jsem nějaké důležité informace a mohli jsme se pustit do společné práce.

2. Představení společného programu

Když se všichni ztišili a byli připraveni na další krok našeho setkání, převzala jsem slovo opět já jako při každém setkání při představení našich aktivit. Dnes nás čeká takové příjemné a pro naše klienty nostalgické a vzpomínkové dopoledne zaměřené na retro věci a porovnání minulosti z dnešní dobou. Naše setkání bude provázáno příběhy a zážitky našich klientů, jejich vzpomínkami na dětství a mládí. K dispozici budeme mít značné množství zapůjčených předmětů, které nám poslouží k lepší orientaci v čase, ale i zajistí přísun nových znalostí a zajímavých zkušeností. Některé věci už asi nikdy nevidíme.

A jelikož je to naše poslední setkání, budu se snažit, aby bylo co nejpříjemnější a abychom ho v takovém milém a pozitivním duchu završili. Nejprve si v kruhu budeme představovat jednotlivé retro předměty, budeme hádat, oč se jedná a zkusíme si o nich říci něco více, dále posvačíme a můžeme si

předměty více prohlédnout či vyzkoušet a v pokračování si budeme v kruhu povídat s našimi klienty a vzpomínat na staré časy, abychom si mohli udělat nějakou představu o době, kterou jsme nezažili, nýbrž naše babičky a dědečkové ano.

Po svačině si vyslechneme příběhy našich klientů s možností porovnání dvou odlišných dob a uvědoměním si určitých hodnot a důležitých věcí v našem životě. Po vzpomínkové a vyprávěcí části, kde se žáci mohou na cokoli ptát a udělat si tak jasno, si celý náš program zhodnotíme a každého se budeme ptát, jaká aktivita ho bavila nejvíce, jaká nejméně a celkově, co by změnil nebo naopak. Zda by se programu i v budoucnosti rád zúčastnil a co se dozvěděl zajímavého a nového. A naposledy, proč si myslí, že je dobré a smysluplné, že jsme společně pracovali a scházeli.

3. *Vysvětlení pravidel a instrukcí*

Tato část již dnes není tak důležitá, jako v předchozích dnech, poněvadž žáci už vědí, jaká pravidla jsme si stanovili a co je třeba dodržovat. Každé setkání jsme si totiž pravidla a instrukce opakovali, takže je známe nazpaměť. Jen jsem žáky poprosila, aby dnes byli ještě více shovívaví a empatičtí, protože budeme vzpomínat na minulé časy a může se stát, že to nějaký klient bude těžko zvládat a nést. Aby zkrátka počítali s tím, že jim nedoporučuji se zbytečně ptát a zajímat se například o události války a podobně. Staří lidé tento fakt pořád těžce nesou a mohli by si připomenout věci, které vytěsnili a nechceme jim zbytečně způsobit nějaké trápení.

4. *Příprava pomůcek*

Jelikož dnes nebudeme výjimečně pracovat ve skupinách, rozdělování skupin přeskočíme a rovnou se chystáme na přípravu pomůcek. Poprosila jsem žáky, aby mi pomohli s přemístěním stolů doprostřed, kam budeme vystavovat naše retro věci a židle jsme zase nachystali do kruhu jako při závěrečném hodnocení. Kolegyně ještě seniorům nesla něco občerstvení k povídání, my s panem učitelem jsme připravovali a aranžovali předměty na stůl, poněvadž žáci si povídali

s klienty. Když jsme připravili všechny předměty a pamětihodnosti na stůl, mohli jsme náš poslední program začít.

5. *Společná práce na aktivitě*

Sedli jsme si všichni na kruhu a tentokrát mou roli převzal pan učitel, jelikož se na tuto hodinu velmi těšil a velmi se na ní chtěl podílet. Já jsem tedy s žáky seděla v kruhu jako pozorovatel. Pan učitel započal naše setkání a představil žákům naši sbírku starých retro předmětů a pamětihodností, které už nějakou historii zažily. Vždy před sebe zdvihl jeden předmět a žáci měli za úkol uhádnout, o jaký předmět se jedná, zda ho znají nebo niky neviděli. Bylo to tak půl na půl, některé věci žáci znali, protože zas tak historické nebyly a předměty například měli doma nebo je u svých prarodičů někdy viděli, a některé věci jsem neviděla ani já, takže to byl oříšek s hádáním. Žáci se hlásili, tipovali, smáli se a dohadovali, kdo to uhádne dříve.

Každý předmět navodil nějakou historiku nebo vzpomínku, takže hádání bylo propojené příběhy a vzpomínkami seniorů. Takhle jsme společně prošli každý předmět a informace jsme si pak zapisovali do notýsků. Když jsme uhodli poslední předmět, pan učitel pobídl klienty, jestli by nám nemohli povprávět o svém dětství a mládí. A poněvadž jsme první hodinu filcovali ovčí vlnu, navázal na ovce a dobytek a začal tím, jaká zvířata doma měli a co všechno museli dělat a s čím vším pomáhat.

Žáci udiveně poslouchali, co všechno taková babička musela dříve doma zastat, chodit do školy, poklidit domácnost, pomoci mamince s vařením, pečením, zastat péči o dobytek a brzy ráno pěšky do školy. Každý klient nám povprávěl historiku a příběhy ze svého mládí a žáci s nadšením naslouchali a přemýšleli. Bylo vidět, že je to překvapilo. Když se všichni klienti vystřídali a každý z nich se s námi podělil o své příběhy a vzpomínky, zahájili jsme svačinu.

6. *Odpočinek a svačina odpočinek*

Při svačině jsme si odpočinuli, odskočili na toaletu a doplnili pitný režim. Seděli jsme a u svačiny jsme si povídali, debatovali, smáli se a žáci se ptali seniorů na nějaké věci z jejich příběhů a historek, které nám vyprávěli. Někteří žáci s panem učitelem zkoušeli retro předměty a důkladně a se zvědavostí si je

prohlíželi a zkoumali. Já jsem klientům udělala na dopoledne ještě kávu nebo čaj a s panem učitelem domluvila další postup. Poté jsme si zase sedli do kruhu a pokračovali v programu.

7. *Pokračování v aktivitě*

Tato část už byla taková volnější, proto jsme pokračovali v našich příbězích z mládí a poznávali osud po osudu z života našich klientů. Žáci se nenudili, se zájem naslouchali klientům a doslova hltali každé jejich slovo, každou jejich vzpomínku z dětství. Ti vyprávěli, kde se narodili, kam chodili do školy a kde pracovali. O svých sourozencích, rodičích i prarodičích. Žáky zajímalo, kolik měli dětí a co teď dělají. Spíš jsme jen tak seděli a naslouchali, ptali se a doplňovali. Měli jsme čas a nikam jsme nespíchali.

Prohlíželi jsme si předměty a vyprávěli k nim historky. Zahráli jsme si magnetické šachy a poslouchali starou kazetu z dobového walkmana. Bylo to moc příjemné, trochu nostalgické dopoledne. Zjistili jsme, jak je nám všem spolu dobře a že jsme smutní, protože nás program končí. Když jsme si dovyprávěli, navrhla jsem, že se nachystáme na společné hodnocení, které dnes bude delší, protože mám více otázek a více věcí mě bude zajímat.

8. *Zhodnocení programu v kruhu, společná diskuze*

V příjemně atmosféře poslední hodiny jsme pokračovali i při našem hodnocení. Shrnula jsem účastníkům, co jsme všechno společně tvořili a na čem jsme pracovali, co jsme se dozvěděli nového a zajímavého a co jsme se naučili. Poprosila jsem každého účastníka: žáka i seniora, aby mi k tomu programu něco pověděl. Každý zhodnotil naše setkání, určil například nejoblíbenější aktivitu a podobně. Zprvu mě zajímalo, jestli si myslí, že jsou taková setkání důležitá a proč? A co si z těchto setkání odnesli nebo pamatují, co je překvapilo a potěšilo. Reakce byly především kladné, milé, radostné a negativních jsem moc nezaznamenala. Spíše si všichni program chválili. A bylo to vážně moc dojemné i smutné (viz kapitola Evaluace společných aktivit).

9. *Úklid prostoru a rozloučení*

Po příjemném a milém hodnocení jsem účastníkům rozdala sladkosti, potřásla rukou a popřála seniorům hodně zdraví do dalších let a žákům mnoho štěstí ve škole. A všem jsem především srdečně poděkovala za účast a spolupráci. Se všemi jsem se rozloučila a doufám, že se zase všichni společně sejdeme. Sklidili jsme všechny věci a odešli jsme tentokrát společně se třídou a panem učitelem, klienti šli v dobré náladě na oběd. Bylo to dojemné!

6. Evaluace společného programu dětí a seniorů

6.1 Autoevaluace

Svoji praktickou část bakalářské práce jsem vymýšlela s určitou představou, jak by ideálně takový program měl vypadat, aby měl smysl, nápaditost a byl realizovatelný. Využila jsem nejen svých dosavadních znalostí a zkušeností, mnoho odborných zdrojů na toto téma, ale především jsem využila své určité dispozice takové aktivity vymýšlet a následně realizovat.

Troufám si říct, že můj přístup k seniorům a celkově k této smíšené skupině odlišných generací byl daleko bližší a vroucnější, protože tuto cílovou skupinu vyhledávám a téma jsem si sama vybrala. Kdybych měla samu sebe při těchto aktivitách zhodnotit, myslím si, že se mi práce povedla a že cíl těchto společných setkání byl naplněn. Domnívám se, že svým bezprostředním a komunikativním vystupováním jsem na cílovou skupinu působila příjemně a udělala dojem. Prokázala jsem, že jsem schopná tyto aktivity vymyslet a zrealizovat, že jsem komunikativní a všechny záležitosti jsem domluvila a sjednala bez větších problémů.

Snad jediné, co bylo negativní, že jsem na žáky příliš pospíchala a chtěla po nich rychlé reakce. Jsem však přesvědčená, že to bylo kvůli jistým povinnostem a podmínkám mé práce, které jsem brala v potaz a podle kterých jsem pracovala. Víím, že pokud bychom se setkávali spontánně, nikoli v rámci této práce, můj přístup k žákům by byl jiný a nenaléhala bych tolik na jejich hodnocení jednotlivých aktivit.

Dále si myslím, že jsem aktivity měla dobře připravené, i přesto však došlo k určitým změnám, protože nikde nebyla záruka, že domluvení klienti dorazí a vždy nám

někoho z aktivit odvedli. Přípravě aktivit jsem věnovala spoustu času i úsilí a snažila jsem se program přizpůsobit oběma cílovým skupinám.

Co bych ale příště udělala lépe, by byla domluva s DpS Máj. Určitě bych dbala více na to, aby všichni pracovníci o programu věděli a více se do těchto našich aktivit zangažovali. Až na jednu kolegyni ergoterapeutku mi nikdo nenabídl pomoc, spíše vymýšleli jen samé důvody, proč to nelze.

Ujasnila jsem si, že se mi s těmito skupinami pracovalo velmi dobře a že mě práce se seniory baví. Uvědomila jsem si, že mám velkou výhodu ve svých komunikativních dovednostech a že na lidi působím příjemným a milým dojmem, což je základ jakékoli práce s lidmi, pokud u nich chcete vzbudit důvěru.

Na čem však budu do budoucna pracovat a co si někdy vyčítám a uvědomuji, je má tendence věci odkládat a nechávat na poslední chvíli, což mnohdy bývá kámen úrazu a obvykle se stává, poté Vám do toho opravdu něco neodkladného skočí a vy máte další komplikace. Pokud bych tedy měla shrnout svoji autoevaluaci, ještě mám na čem pracovat, nicméně i přesto jsem byla se svojí prací úspěšná a spokojená. Vytýčený cíl se mi povedl.

6.2 Reflexe společného programu

Pokud hodnotím celou skupinu, se kterou jsem v rámci praktické části své práce pracovala, musím napsat, že ačkoli to byly dvě odlišné skupiny lidí, které se nikdy předtím neviděly a mají toho tolik odlišného, velmi si rozuměly a efektivně spolu dokázaly spolupracovat. Mnohdy mě až překvapil jejich vzájemný přístup, a co více, při našich setkáních vznikly i pevnější vazby mezi účastníky a tím pádem i nová přátelství.

Přístup školy byl velmi pozitivní, pak učitel mi dokonce velmi často vycházel vstříc a s náměty se radil se mnou, mnohdy dělal více, než bylo jeho povinností, často se musel se třídou přizpůsobit, protože domov kompromis nedělal. Musím říci, že pan učitel udělal vše, co mohl, abychom se sešli a aby vše fungovalo tak, jak jsme si oba přáli. Přístup a ochotu školy hodnotím velice kladně. Vstřícnost, nadšení, aktivitu pana učitele také, byl mi velkým vzorem a oporou, o všem jsme se společně radili a na všem jsme se i společně domlouvali.

Přístup domova se mi až tak povedený a vstřícný nejevil. Je to kvalitní zařízení a mají i dobrý personál, ale co se týče mých aktivit není nikdo, koho bych mohla vyzdvihnout. Komunikovala jsem především s paní vrchní sestrou, dále s kolegyní

ergoterapeutkou, s kterou se znám velmi dobře z praxe, a která byla ochotná mi s prací pomoci a podala mi pomocnou ruku. Nikdo jiný to bohužel v domově nebyl. Proto jejich přístup nemohu hodnotit kladně. Ačkoli nám poskytli svůj čas, prostor, své klienty a celkově možnost s nimi aktivity realizovat, vstřícnost a zájem jiných pracovníků byl nulový. A pokud lidé nemají zájem a nechtějí, nelze dělat nic. Můžete být aktivní, mít skvělý nápad, všechno zařídit – ale pokud lidé nechtějí a neudělají pro to nic, vy můžete s nápadem zase odejít. Je to o lidech samotných, o jejich přístupu, zájmu, snaze a v neposlední řadě také pohodlnosti.

Skupina klientů seniorů byla také skvělá. I když už byli někteří dost staří, přesto musím zmínit, že jsem opravdu smekala, jak aktivní a temperamentní dokážou být. S žáky vycházeli dobře, spolupracovali, učili se od dětí a na oplátku jim předávali své cenné rady a životní zkušenosti. Tyto dvě skupiny spolu tvořily jako tým a pracovaly sehraně a hladce, bez větších zádrhelů. Mnohdy jsem měla dojem, že mě snad ani nepotřebují, jak si skvěle rozuměly.

Skupina žáků byla sehraná, učenlivá a šikovná. Taková dobrá parta, stmelený kolektiv. Na Waldorfské škole jsou žáci zvyklí být aktivní, nápadiť, jsou všestranně nadaní a empatictí, se seniory se schází a kladou velký důraz na vytváření a posilování vztahů mezi lidmi, a to i na ty mezigenerační. Proto jim toto setkání nečinilo problémy a oni s nadšením a radostí docházeli na jednotlivé aktivity. Se seniory si povídali, dokázali jim pomoci, poradit, dokázali je rozveselit i rozplakat.

Pokud hodnotím **jednotlivé aktivity**, u každé se dalo najít něco, co se nezdařilo, ale jako celek do sebe pěkně zapadaly a navzájem se propojovaly. Pokud bych se měla rozhodnout znovu, určitě bych je opět zařadila do svého programu.

Při **prvním setkání** a společné práci skupin na filcování obrázků všichni pracovali pěkně, jen seniorům dělala trochu problém technika filcování, poněvadž ji nikdy nezkoušeli. Ačkoli se teprve rozkoukávali a poznávali, na úvod udělali dobrý dojem a rozuměli si. Já sama měla z prvního setkání velké obavy a od rána mi nebylo dobře, ale byla jsem nadšena, jak to spontánně plyne a jak se skupina zadaptovala. Už od prvního setkání někteří žáci navázali bližší kontakt se seniory a neodtrhli se od sebe. Výrobky byly velmi zdařilé a posloužili domovu k výzdobě prostorů, ale také jako vzpomínka na naše společné chvíle.

Při **druhém setkání** skupiny kuličkovaly a pletly, což nebyl větší problém, nicméně občas se žáci pošťuchovali. To na klienty nepůsobilo dobře a někdo to bral osobně.

Spolupráce však byla naplněna, výtvary dokončili a zvládli to. Žáci bývají občas roztěkaní, ale to se musí respektovat, stejně tak, že nějaký klient nechce pracovat. To se všechno může stát. I když jsem měla obavy, že žáky tato aktivita bude nudit, zmýlila jsem se. Žáci s vybranou aktivitou seniorů neměli vůbec problém, nakonec se u toho i nasmáli a skotačili. Kuličkování kuliček z krepového papíru asi žádná nuda není, dokonce to může být i zábava. Výrobky dostala od seniorů třída, která si je na památku ve své třídě vystavila a svou třídou si vyzdobila.

Nejočekávanější bylo **třetí setkání**, kde jsme měli za úkol upéct záviny. Pro žáky a seniory to bylo asi nejlepší dopoledne se zajímavou aktivitou, nicméně pro mě to byl boj. Nejen, co se týče náročnosti vybrané aktivity, ale i kvůli přípravám, organizaci, chaosu, nedostatku kuchyňských potřeb a podobně. Pokud některá z pracovnic přišla pro určitého klienta a odtrhla ho z aktivit, byl to konec. Nejen, že to naruší program, a nejen klienti, ale i děti, jsou na výraznější změny citlivé, mně to práci také neulehčovalo, ba naopak, dost mi ji rozhodilo. Přesto žáci i klienti byli nadšení a tento den pro ně byl jeden z nejlepších. Záviny chutnaly a práce se podařila.

Čtvrté a poslední setkání našeho programu měl také obrovský úspěch, líbil se nejvíce mě a mým kolegyním, a velmi i panu učiteli. Byli jsme opravdu mile překvapeni, jak se tato hodina povedla, a to jsem z ní měla největší obavy. Většinou to tak bývá, že na co se těšíme, se nezdaří a čeho se obáváme, se leckdy povede. Tato hodina však byla velmi emotivní. Při hodnocení se nám jeden klient rozplakal, jak byl okouzlen našimi setkáními a jak je dojatý. Měla jsem z toho slzy v očích a zároveň mě hřálo na srdci, že to klienti všechno tak svérázně a statečně ustáli a že z toho mají opravdovou a upřímnou radost.

Dokonce se můj **záměr** společných setkávání natolik líbil vrchní sestře DpS Máj, že nabídla panu učiteli a jeho třídě budoucí spolupráci se slovy, že by byla ráda, kdyby se taková setkávání konala častěji a oni se dále mohli se seniory scházet. Já už však při těchto setkávání nebudu přítomna, ale je to důkaz toho, že realizace aktivit a spolupráce dvou zařízení měla smysl a do budoucna bude nadále pokračovat, což bylo, a stále je, mé velké přání a o co by se měla pokusit i ostatní zařízení. Na oplátku pozval pan učitel klienty domova na návštěvu do školy, a zvláště do jejich třídy. Pokud to vyjde a klienti se s panem učitelem domluví, do třídy za žáky dorazí i jejich přátelé ze setkání při aktivitách.

6.3 Zpětná vazba účastníků programu

Pokud mám shrnout **výpovědi účastníků** programu k jednotlivým aktivitám a k celému programu, mohu konstatovat, že jsou zdařilé a pozitivní. Každé setkání jsme na závěr našeho programu hodnotili, ale spíše jen informativně. Pan učitel mě upozorňoval na skutečnost, že žáci by měli mít prostor k zamyšlení a do druhého dne je určitě nechat nové věci doznít a prožít. Na konci programu jsme však udělali hodnocení rozsáhlejší a já si jejich výpovědi zaznamenávala. Posloužily mi k tomu i ankety určené seniorům a pracovníkům, tedy panu učiteli, paní asistentce a paní ergoterapeutce. Žáci dostali za úkol napsat do svých sešitů, co jim z našich setkání utkvělo v hlavě, co je zaujalo, zkrátka to, co si pamatují.

Celkově se jim naše setkání líbila a pokud by byla možnost si je zopakovat a realizovat je dále, určitě by nebyli proti a znovu se zúčastnili. Na otázku, zda myslí, že jsou tato setkání důležitá a mají smysl všichni odpovídali „ano“ a na zdůvodnění uváděli většinou názory, že „poznají nové lidi, něco nového a zajímavého se dozví, že vytvoří nová přátelství a celkově, že přinesou radost.“ Na dotaz, zda se jim něco nelíbilo všichni odpovídali, že „ne“, že „jsou spokojeni, možná by ale bylo lepší do budoucna zajistit více klientů, nebo zvolit jiný prostor.“ Ptala jsem se jich, zda by si společně chtěli vyzkoušet nějakou aktivitu, kterou jsme nezkoušeli, většinou se jednalo o „hraní společenské hry, výlet, výuku jako ve škole“, nicméně tyto aktivity se jim moc líbily a bavily je.

Nejvíce však žáky zaujalo kuličkování a pečení. Kuličkování mě opravdu překvapilo, a nejméně je bavilo filcování, jak žáky, tak seniory. Nejúspěšnější aktivitou tedy bylo vedle kuličkování i očekávané pečení, retro dopoledne si také vedlo dobře a skončilo na třetím místě po kuličkování a pečení. Dále mě zajímalo, zda se vídají se svými prarodiči, jak často a co s nimi ve volném čase dělají. Dokonce jsem si výpovědi poznamenala (viz Příloha č.2 a 3).

V příloze č. 4 je k nahlédnutí přiložena vyplněná anketa od pana učitele a jeho velmi podrobné hodnocení našeho společného programu, především jeho dojmy, postřehy, další náměty a připomínky, a v příloze č. 5 uvádím anketu vyplněnou pracovnící ergoterapeutkou M. z DpS Máj, která se také společných aktivit zúčastnila a která mi poskytla svou zpětnou vazbu a postřehy ze společných setkání.

Závěr

Závěrem své bakalářské práce bych ráda dodala, že jejím **cílem** nebyla pouze příprava, realizace a vyhodnocení společných aktivit dětí mladšího školního věku a seniorů, ale tím nejdůležitějším na této práci bylo propojení dvou odlišných skupin lidí v rámci **mezigenerační spolupráce** prostřednictvím již zmiňovaných společných aktivit, které jsem vytvářela a upravovala podle možnosti a potřeb jejich účastníků. V rámci našich setkávání docházelo k určité socializaci dvou odlišných skupin a k propojování vzájemných vztahů, ale především k posilování těch mezigeneračních, což bylo mým záměrem. Ukázalo, že tato příležitost ke spolupráci dvou generací, které si nikdy předtím neviděli a vzájemně neznali, měla smysl. Na jedné straně docházelo k **aktivizaci**, tedy k podněcování seniorů k činnostem, a na straně druhé k **rozvoji sociálních kompetencí** žáků čtvrté třídy, přičemž obě tyto skupiny se v rámci společné práce na konkrétních aktivitách více poznávaly a sblížovaly, a dokonce navázaly i bližší sociální vazby.

Z **teoretické části** je však patrné, že mnoho aktivit tohoto zaměření společných pro seniory a děti se u nás neorganizuje, a pokud ano, jsou to spíše aktivity formou soutěží a her, ale nikoli pravidelný vzdělávací program, který by měl být obohacující a inspirující pro obě skupiny, což vidím jako velký nedostatek. Je třeba pracovat na tvorbě a realizaci programů, jejichž prostřednictvím bude příležitost tyto dvě odlišné skupiny lidí poznávat, a tak obě generace více přibližovat a propojovat.

Pro **dosažení cíle** bylo zapotřebí vyhledat a utřídit informace z odborných a informačních zdrojů ohledně charakteristik seniorského věku a období mladšího školního věku. Získat představu o důležitých meznících těchto období a případné změně v psychice a sociální oblasti člověka. Dalším, neméně však významným, úkolem bylo dohledat dostupné možnosti a příklady realizace aktivit společných dětem i seniorům. V neposlední řadě bylo stěžejní se zaměřit na vhodné metody pro dosažení tohoto cíle s konkrétními cílovými skupinami. Všechny tyto získané informace jsem využila pro přípravu svého vzdělávacího programu.

Do připraveného **programu** jsem vybrala 5 klientů z Domova pro seniory Máj, kteří byli na doporučení ergoterapeutky (již momentálně bývalé pracovnice DpS Máj) podle mého zhodnocení schopni se takového programu zúčastnit. Tento domov jsem si vybrala prostřednictvím své vlastní zkušenosti ze studijních praxí. Druhá cílová skupina byla vybrána dle vlastního zájmu a jednalo se o 4. třídu Základní školy Waldorfské, kterou

jsem kontaktovala a která se jako jediná o účast přihlásila. Po společné domluvě jsme se shodli na 4 setkáních (vždy v dopoledních hodinách), nejdéle však na 2 hodiny, kdy půjdeme společně se třídou do domova pro seniory a v jehož prostorách se budou aktivity realizovat.

Na začátku našich společných setkávání jsme se dohodli na společných pravidlech a instrukcích, které je třeba dodržovat a které budou důležité nejen pro efektivní výsledky naší spolupráce, ale i pro budování a rozvoj mezigeneračních vztahů. Na základě studia literatury, svých znalostí a zkušeností, a s důrazem na dané cílové skupiny, jsem vytvořila společný program pro vzájemnou spolupráci dětí a seniorů. Na konci každého setkání jsme v kruhu diskutovali a hodnotili a já si výsledky zaznamenávala.

Po ukončení programu jsem pro některé účastníky vytvořila ankety pro zhodnocení našich setkání, konkrétně pro seniory, pana učitele, pracovníci ergoterapeutku a osobní asistentku. Pro žáky jsme společně s panem učitelem vymysleli vyhodnocení vhodné a adekvátní jejich možnostem i zvykům, proto jsme jim zadali úkol, aby veškeré své zážitky, vzpomínky, příběhy i postřehy, které si zapamatovali, napsali na papír.

Prostřednictvím prostudování a posouzení realizovaných aktivit a výsledků anket jednotlivých účastníků se domnívám, že cíl byl splněn a že díky těmto aktivitám jsme nejen podpořili a rozvíjeli **mezigenerační spolupráci**, ale i podpořili aktivizaci klientů domova a dětem poskytli možnost rozvinout jejich sociální kompetence. Při aktivitách senioři předávali své zkušenosti, cenné rady, moudra i životní příběhy a žáci se dozvěděli spoustu nových a zajímavých věcí, mohli se seniory navázat bližší vztahy a společně zjistili, že je to pro obě skupiny přínosné a smysluplné, že je zahřálo u srdce, vykouznilo úsměv na rtech a přineslo hezké a radostné chvíle.

Byla bych moc ráda, kdyby se takové aktivity realizovaly i v jiných zařízeních a tato práce byla **inspirací a námětem** pro jejich rozšíření nejen odborníkům, ale i laické veřejnosti. Domnívám se, že mou práci lze využít v praktické rovině a že by bylo na místě i v praxi takové aktivity vyzkoušet a popřípadě i do budoucnosti zavést pro blaho a dobro nás všech.

„Tvořivost dělá z obyčejných lidí lidi neobyčejné.“

Reynold Bean

Seznam použité literatury a informačních zdrojů

1. BOČKOVÁ, L. et al., 2011. *50 aktivně: fakta, inspirace a rady do druhé poloviny života*. Praha: Respekt institut. 95 s. ISBN 978-80-904153-2-4.
2. CESARI LUSSO, V., 2011. *Prarodiče, rodiče a vnoučata: o emočních, vztahových a komunikačních úskalích*. 1. vydání. Praha: Portál. 112 s. ISBN 978-80-262-0003-1.
3. DVOŘÁČKOVÁ, D., 2012. *Kvalita života seniorů v domovech pro seniory*. 1. vydání. Praha: Grada. 112 s. ISBN 978-80-247-4138-3.
4. HARTL, P., HARTLOVÁ, H., 2010. *Velký psychologický slovník*. 4. vydání. Praha: Portál. 797 s. ISBN 978-80-7367-686-5
5. HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ, J., 2013. *Aktivita jako projekt: diskurz aktivního stárnutí a jeho odezvy v životech českých seniorů a seniorek*. 1. vydání. Praha: Sociologické nakladatelství (SLON). Studie (Sociologické nakladatelství). 171 s. ISBN 978-80-7419-152-7.
6. HAŠKOVCOVÁ, H., 2010. *Fenomén stáří*. 2. vydání, podstatně přepracované a doplněné. Praha: Havlíček Brain Team. 365 s. ISBN 978-80-87109-19-9.
7. HAUSER-SCHÖNER, I., 1996. *Děti potřebují prarodiče*. 1. vydání. Praha: Portál. Rádcí pro rodiče a vychovatele. 102 s. ISBN 80-717-8105-3.
8. JANDOUREK, J., 2007. *Sociologický slovník*. 2. vydání. Praha: Portál. 288 s. ISBN 978-80-7367-269-0.
9. KALVACH, Z., ONDERKOVÁ, A., 2006. *Stáří: pojetí geriatrického pacienta a jeho problémů v ošetrovatelské praxi*. 1. vydání. Praha: Galén. Care. 44 s. ISBN 80-726-2455-5.
10. KLEVETOVÁ, D., DLABALOVÁ, I., 2008. *Motivační prvky při práci se seniory*. 1. vydání. Praha: Grada. Sestra (Grada). 208 s. ISBN 978-80-247-2169-9.
11. KOHOUTEK, R., 2008. *Psychologie duševního vývoje*. 1. vydání. Brno: Mendelova zemědělská a lesnická univerzita v Brně. 127 s. ISBN 978-80-7375-185-2.
12. LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D., 2006. *Vývojová psychologie*. 2. aktualizované vydání. Praha: Grada. Psyché (Grada). 368 s. ISBN 80-247-1284-9.
13. MLÝNKOVÁ, J., 2011. *Péče o staré občany: učebnice pro obor sociální činnost*. 1. vydání. Praha: Grada. 192 s. ISBN 978-80-247-3872-7.

14. MÜHLPACHR, P., 2009. *Gerontopedagogika. 2. vydání.* Brno: Masarykova univerzita. 204 s. ISBN 978-80-210-5029-7.
15. NAKONEČNÝ, M., 2011. *Psychologie: přehled základních oborů.* 1. vydání. Praha: Triton. 864 s. ISBN 978-80-7387-443-8.
16. ONDRUŠOVÁ, J., 2011. *Stáří a smysl života.* 1. vydání. Praha: Karolinum. 170 s. ISBN 978-80-246-1997-2.
17. PARSONS, R., 2015. *Prarodičem snadno a rychle.* 1. vydání. Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství. Familia. 88 s. ISBN 978-80-7195-775-1.
18. PROCHÁZKOVÁ, L., SAYOUD SOLÁROVÁ, K., 2014. *Speciální andragogika: texty k distančnímu vzdělávání.* 1. vydání. Brno: Paido. 217 s. ISBN 978-80-7315-254-3.
19. PRŮCHA, J. et al., 2003. *Pedagogický slovník.* 4. aktualiz. vyd. Praha: Portál. 324 s. ISBN 80-717-8772-8.
20. RABUŠICOVÁ, M. et al., 2011. *O mezigeneračním učení.* 1. vydání. Brno: Masarykova univerzita. 212 s. ISBN 978-80-210-5750-0.
21. ŘÍČAN, P., 2014. *Cesta životem.* 3. vydání. Praha: Portál. 392 s. ISBN 978-80-262-0772-6
22. STOPPARD, M., 2013. *Milované vnouče: rady pro babičku a dědečka.* 1. vydání. Praha: Slovart. 224 s. ISBN 978-80-7391-679-4.
23. ŠULOVÁ, L., 2010. *Raný psychický vývoj dítěte.* 2. vyd. Praha: Karolinum. 247 s. ISBN 978-80-246-1820-3.
24. THOROVÁ, K., 2015. *Vývojová psychologie: proměny lidské psychiky od početí po smrt.* 1. vydání. Praha: Portál. 576 s. ISBN 978-80-262-0714-6.
25. TOŠNEROVÁ, T., 2009. *Jak si vychutnat seniorská léta.* 1. vydání. Brno: Computer Press. 240 s. ISBN 978-80-251-2104-7.
26. VACÍNOVÁ, M. et al., 2008. *Psychologie.* Praha: Univerzita Jana Amose Komenského. 190 s. ISBN 978-80-86723-47-1.
27. VÁGNEROVÁ, M., 2007. *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří.* 1. vydání. Praha: Karolinum. 464 s. ISBN 978-80-246-1318-5.
28. VÁGNEROVÁ, M., 2012. *Vývojová psychologie: dětství a dospívání.* Vyd. 2., dopl. a přeprac. Praha: Karolinum. 536 s. ISBN 978-80-246-2153-1.
29. VETEŠKA, J., TURECKIOVÁ, M., 2008. *Kompetence ve vzdělávání.* Praha: Grada. Pedagogika (Grada). 159 s. ISBN 978-80-247-1770-8.

30. VOJTOVÁ, H., 2014. *Smyslová aktivizace v české praxi*. 1. vydání. Prachatice: Institut vzdělávání. ISBN 978-80-260-5804-5.
31. VYMĚTAL, J., 2003. *Lékařská psychologie*. 3. vydání. Praha: Portál. 396 s. ISBN 80-717-8740-X.
32. WEHNER, L., SCHWINGHAMMER, Y., 2013. *Smyslová aktivizace v péči o seniory a klienty s demencí*. 1. vydání. Praha: Grada. 144 s. ISBN 978-80-247-4423-0.

Seznam použitých internetových zdrojů

33. Ando, K., 2005. *Grandparenthood: Crossroads between Gender and Aging*. [online]. International Journal of Japanese Sociology, vol. 14, no. 1, 32-51. [cit. 2017-05-13]. Available from: <http://web.b.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=23&sid=68058e77-da9c-4081-8767-5b58ea48cac9%40sessionmgr102&hid=125>
34. Milada Rabušicová: *O mezigeneračním učení (shrnutí výsledků výzkumu)*, 2012. [online]. Učitelství: web o změnách ve vzdělání. [cit. 2017-5-13]. Dostupné z: <http://www.ucitelske-listy.cz/2012/10/milada-rabusicova-o-mezigeneracnim.html>
35. VETEŠKA, J., 2014. *Význam mezigeneračního učení a vzdělávání*. [online]. Andromedia.cz: Databanka dalšího vzdělávání. [cit. 2017-5-13]. Dostupné z: <http://www.andromedia.cz/vyznam-mezigeneracniho-uceni-vzdelavani>
36. *Hry dětí a seniorů*, 2016. [online]. Mladí duchem. [cit. 2017-5-13]. Dostupné z: <http://mladiduchem.cz/cs/hry-deti-a-senioru>
37. Loewen, J., 1996. *Intergenerational Learning: What If Schools Were Places Where Adults and Children Learned Together?* [online]. U.S. DEPARTMENT OF EDUCATION. [cit. 2017-05-13]. Available: <http://files.eric.ed.gov/fulltext/ED404014.pdf>
38. *Podporujeme mezigenerační setkávání dětí a seniorů*, 2016. [online]. KB Nadace Jistota. [cit. 2017-5-13]. Dostupné z: <http://www.nadacejistota.cz/o-nadaci/aktuality/podporujeme-mezigeneracni-setkavani-deti-a-senioru/>
39. *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání*, 2017. [online]. Národní ústav pro vzdělávání. [cit. 2017-05-13]. Dostupné z: http://www.nuv.cz/uploads/RVP_ZV_2017.pdf

40. *Společné hraní dětí a seniorů*, 2016. [online]. Klášterec nad Ohří: město porcelánu. [cit. 2017-5-13]. Dostupné z: <http://www.klasterec.cz/media/tiskove-zpravy-1/spolecne-hrani-deti-a-senioru-502cs.html?ftresult=pozn%C3%A1v%C3%A1me+spole%C4%8Dn%C4%9B>
41. *Spolupráce seniorů se ZŠ v Družci*, 2015–2016. [online]. Generace bez hranic: oficiální web. [cit. 2017-5-13]. Dostupné z: <http://www.generacebezhranic.cz/spoluprace-senioru-se-zs-v-druzci/ds-1007>
42. *Senioři dobrovolně pomáhají v pardubických školách a školkách*, 2015. [online]. Pardubice.eu. [cit. 2017-5-13]. Dostupné z: <http://www.pardubice.eu/urad/radnice/pro-media/tiskove-zpravy/seniori-dobrovolne-pomahaji-v-pardubickych-skolach-a-skolkach/>
43. Tarrant, A., 2010. *Constructing a social geography of grandparenthood: a new focus for intergenerationality*. [online]. Area. [cit. 2017-05-13]. 42. 2, 190-197, Available: Academic Search Complete, EBSCOhost..

Seznam příloh a obrázků

Příloha č. 1 – Souhlas pro rodiče žáků ohledně programu k BP

Příloha č. 2 – Ukázka hodnocení společných setkání klientkou a klientem DpS Máj

Příloha č. 3 – Ukázka hodnocení společných setkání od žáků

Příloha č. 4 – Reflexe společného programu třídním učitelem

Příloha č. 5- Zázpis z diskuze a pozorování – vztah dětí a prarodičů

Obrázek č. 6 a 7–První setkání – technika filcování suchou jehlou

Obrázek č. 8 a 9 – Druhé setkání – technika „kuličkování“

Obrázek č. 10 a 11 – Třetí setkání – Společná příprava a pečení závinu

Obrázek č. 12 a 13 – Poslední setkání – Retro dopoledne

Seznam použitých zkratk

DpS Máj – Domov pro seniory Máj

NÚV – Národní ústav pro vzdělávání

RVP ZV – Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání

ZŠ Waldorfská – Základní škola Waldorfská

Příloha č. 1 – Souhlas pro rodiče žáků ohledně programu k BP

Tamara

Souhlas

Souhlasím s tím, aby se můj syn (má dcera) účastnil (účastnila) projektu k praktické části bakalářské práce, slečny Barbory Vrbové, studentky oboru Speciální pedagogika – vychovatelství na Zdravotně sociální fakultě JU v Českých Budějovicích.

Projekt spočívá v několika málo setkáních žáků Základní školy waldorfské v Českých Budějovicích, konkrétně 4. třídy, společně s třídním učitelem p. Josefem Janošákem a několika klienty v nedalekém Domově pro seniory Máj v Českých Budějovicích.

Společná setkání se budou odehrávat v dopoledních hodinách, v rozmezí cca 2 – 3 hodin, a to přímo v Domově pro seniory. Senioři a děti budou pracovat na společných aktivitách v rámci mezigenerační spolupráce. Společně plánujeme alespoň 3 setkání, pokud to však náš čas a možnosti dovolí.

Dále souhlasím, aby studentka mohla během setkání fotografovat, popřípadě natáčet společné aktivity seniorů a žáků, které povede spolu s p. učitelem a aktivizační pracovnící z Domova pro seniory. Studentka dává rodičům na vědomí, že fotografie (popř. videonahrávky) poslouží výhradně a jen k účelům její bakalářské práce jako příklad realizace mezigeneračních setkání.

Jméno dítěte:

Souhlasím s účastí na projektu a s pořizováním fotografií (či videí) sloužících výhradně k projektu.

Datum:

Podpis rodiče:

.....

Děkuji za Váš čas!

Vrbová Barbora

Příloha č. 2 – Ukázka hodnocení společných setkání klientkou a klientem DpS Máj

p. Božena, 90 let, 2 ½ roku v DpS Máj

Chtěli byste s nimi být v kontaktu častěji? Jestli ano, zdůvodněte proč?

*myslím že můžeme by mohli
příjet častěji*

Myslíte si, že je důležité, aby se staří lidé vidali s vnoučaty nebo jinými dětmi? Zdůvodněte.

ano - bylo by to dobré

V čem vidíte smysl těchto setkání seniorů a dětí? Co Vám mohou taková setkání přinést?

radost jak ^{se} myní žije

Dochází k Vám do Domova pro seniory některé školky nebo školy? Jestli ano, proč?

*no - První setkání přešlo a další
bude příjemné*

Co se Vám na našich setkáních nejvíce líbilo?

*Po delší době jsem poznala blíže
jak děti pracují nebo "klobí"*

Co se Vám na setkáních naopak nelíbilo? Co byste změnili nebo udělali jinak?

líbilo se vše

Jaká z aktivit se Vám nejvíce líbila a proč? Zakroužkuj.
Která aktivita Vás vůbec nenadchla? Přeškrtni.

Výroba obrázku z ovčí vlny

Háčkování a pletení zajiček

~~Výroba obrázku z kuliček~~

Pečení štrůdlu

retro dopoledne

Co byste si Vy sami chtěli příště vyzkoušet, pokud by se setkání zase uskutečnilo?

*Aby udělaly oni více, co je v nich. Vidět je
při rybně, jak pracují. Nebo si něco sábrat.*

Co Vám setkání přineslo? Dozvěděli jste se něco nového?

*Ano, je to něco jiného, poznal jsem děti a
pan učitel byl dobrý i asistentka a studentka*

Umožnilo Vám setkání sblížit se více s dětmi? Co konkrétně? Změnilo to třeba Váš pohled na ně?

*Ano, změnilo. Obával jsem se nejprve, ale
pak jsem zjistil, že není proč.*

Vyhovovala Vám práce studentky? Změnili byste něco na jejím přístupu k Vám?

*Slo jí to. Je šikorná, to jí jasný. S účastnicí
jednala dobře a mile.*

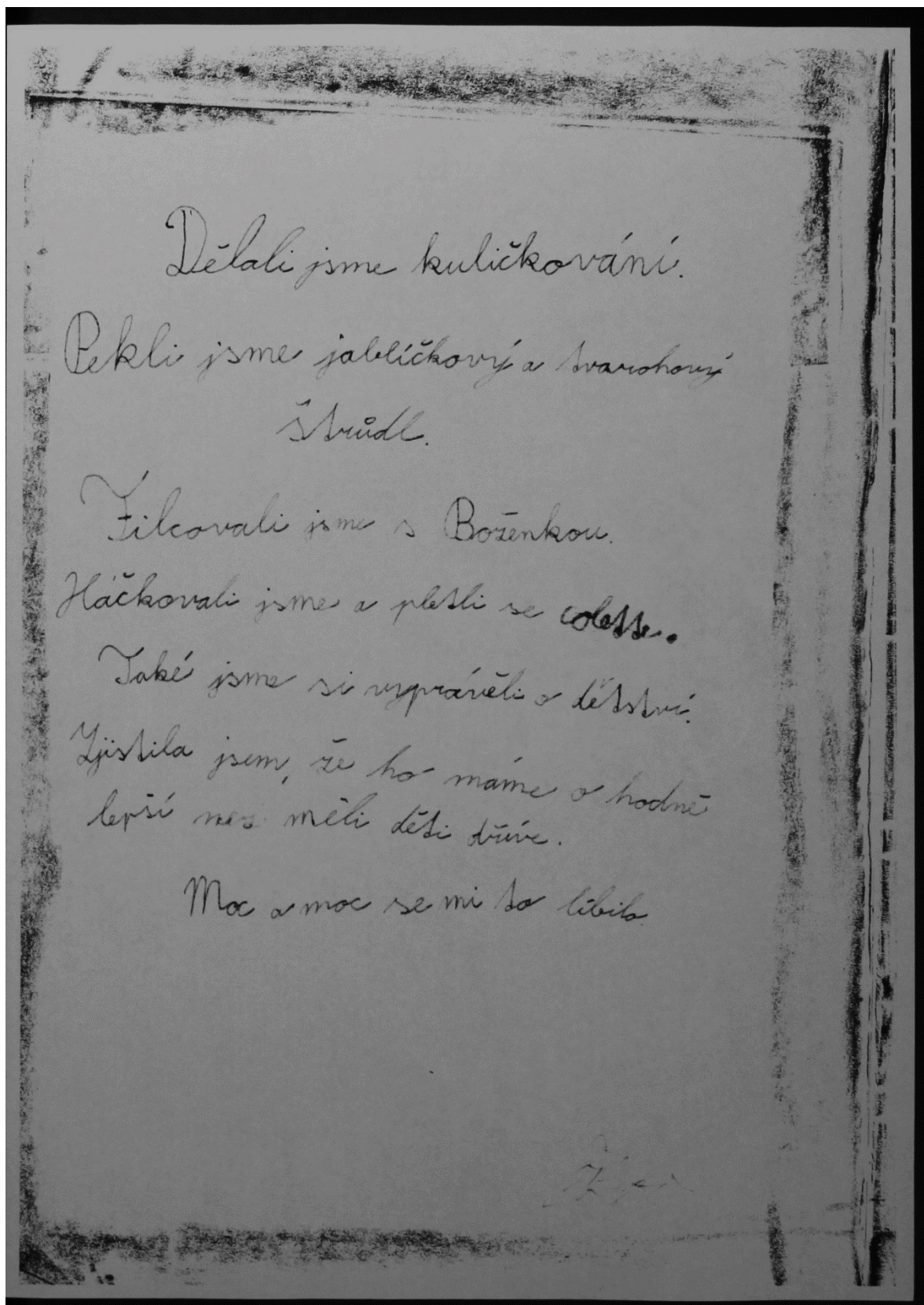
Mnohokrát děkuji za Váš čas a za Vaši účast na společném projektu!

Byli jste skvělí, šikovní a moc stateční! ☺

S pozdravem,

Barbora Vrbová.

Příloha č. 3 - Ukázka hodnocení společných setkání od žáků



Líbilo se mi. příjemné prostředí.

Milé bylo setkávání s obyvateli domova.

Heské bylo povídání o historii Č. Budějovic.

Líbilo se mi filiování.

Měli jsme přátelské vztahy.

1*

DŮ:

1. den jsme filcovali s paní Boženkou.

Na chodbě jsme si hráli s vodou, která měla
teplotu 90°.

Potom jsme kuličkovali obrázky s krepdku
a háčkovali jsme rajčičky nebo jsme je plekli.

Plekli jsme mladky galbulečné nebo svaukové.

Na konec jsme se dívali na fotky různých
míst Budějovic před 100 lety a se současností.
A ještě jsme si prohlíželi starodávné
věci.

Také nám paní Boženka vyprávěla příběhy
s mladky.

Bavilo mě, povídat si
o době, když byli babičky
a dědečkové mladí. Flešný
bylo pít s nima švedl.

Uit je fideovat. byla záleha.
Určitě bi je bavilo kreslit
formi. Uhasovat staré věci
co už mi neznáme. bylo fajn.
Mili velké zkušenosti, což
má své výhody.

Příloha č. 4 – Reflexe společného programu třídním učitelem

Společná spolupráce seniorů a dětí

Proč jste se chtěl se třídou zúčastnit tohoto projektu?

Již v prvním pololetí tohoto školního roku jsme dostali nabídku spolupráce na projektu se seniory. Byli jsme ale zklamaní. Očekávali jsme vzájemné předávání zkušeností, zážitky z dětství, společnou práci. Čekala nás ale „masáž“ obhajoby seniorů vůči mladé generaci, která jim nerozumí a je k nim nepřátelská. Posléze jsme se dozvěděli, že takto vystupují po zkušenostech z běžných škol. K dalšímu setkání už nedošlo a nás to velmi mrzelo, protože jsme se s dětmi na setkání těšili.

Nabídka spolupráce na projektu k bakalářské práci Barbory Vrbové mě zaujala již při první informaci. Bylo to přesně to, co jsem od takového projektu očekával.

Zároveň chci zmínit, že v naší škole dbáme na podporu vzájemných vztahů nejenom ve třídách, mezi třídami, s rodiči, ale také napříč generacemi. Spolupracujeme s mateřskou školou, domovy důchodců i zařízeními pro lidi s postižením. V mnohých rodinách jsou fungující mezigenerační vztahy a vzájemná výpomoc.

Co jste od společných setkání očekával?

Očekával jsem hlavně vzájemná přátelská setkání naplněná předáváním si životních zkušeností a postojů, porozumění a spolupráci. A také, že seniorům uděláme radost a budeme radostí naplněni.

Jak byste zhodnotil náš společný projekt?

Přestože projekt provázely hlavně organizační a časové komplikace, hodnotím ho jako velmi vydařený. Všechna setkání byla radostná, těšili se na ně naši hostitelé senioři i žáci. Děti se do aktivit většinou velmi pěkně zapojovaly, a pokud to podmínky dovolovaly, skvěle spolupracovaly. Již při prvním setkání někteří žáci navázali velmi pevná přátelství a se seniory vedli obohacující rozhovory. Žáci si užívali pozici učitelů, když mohli se seniory vytvořit společné obrázky z filcované vlny. Zároveň se nadšeně zapojili do práce vedené seniory. Společné pečení se také setkalo s velkým úspěchem a navíc bylo korunováno společnou „štrůdlovou hostinou“. Závěrečné setkání bylo ve znamení vzpomínání a porovnávání časů minulých se současností. Posloužily nám staré předměty i fotografie starých Budějovic. Děti byly mnohými informacemi zasaženy a chtěly se dozvědět více. Uvědomily si náročnost životních situací, ale také posilu překonaných překážek pro další život.

Opravdu neradi jsme se loučili a spontánně jsme vyjádřili a domluvili si další vzájemnou spolupráci. Naši hostitelé by velmi rádi navštívili naši školu a vyučování a my jsme slíbili, že ještě do konce školního roku přijdeme do Domova s divadlem nebo jiným vystoupením.

Některé děti natolik upevnily nová přátelství, že by chtěly i samy někdy přijít na návštěvu.

A navíc děti byly návštěvami tolik inspirovány, že jsme se tématům a otázkám z nich vystalými věnovali i v dalších hodinách.

Jak byste zhodnotil spolupráci Vaší třídy?

Pokud jsme mohli pracovat podle předem připraveného plánu, přijímaly děti dané podmínky a rozdělení do skupin bez obtíží. Naopak, když jsme museli aktuálně reagovat na změněnou situaci a během několika okamžiků skupiny měnit nebo vyčkávat, než budou volné pracovní pomůcky, chvíli dětem trvalo, než situaci přijaly.

Samozřejmě, že v každé skupině byli žáci více spolupracující a komunikující a naopak. Někdy se stalo, že jsme museli řešit i nevhodné chování nebo přílišnou uvolněnost některých žáků, kterou naši hostitelé vnímali jako na návštěvě nevhodnou. Vše jsme si ale vyjasnili.

Celkově spolupráci třídy hodnotím jako výbornou. Děti prokázaly i velkou trpělivost a toleranci. Pokud věci nefungovaly podle předpokladů, musely se přizpůsobovat a zbytečně čekat. Přesto vše zvládly.

Jak byste zhodnotil snahu a zájem seniorů o tento projekt?

Nevím, jak bylo 5 seniorů vybráno a proč zrovna 5. Projektu se podle mě mohlo účastnit více lidí. Takhle jsme byli ve velké převaze. Účastníci o projekt zájem měli od začátku a viditelně se zvětšoval. Pokud se zrovna nemohli účastnit, bylo jim to líto. Byli rádi, že mají kolem sebe tolik dětí, že si mohou povídat a společně tvořit. Všichni se těší na další setkání.

Líbila se Vám práce studentky na projektu, a jak byste ji ohodnotil?

Velmi se mi líbil nápad, který studentka do školy přinesla a nadšení, s nímž jej představila. Navržené aktivity a harmonogram byly logicky uspořádané a navazovaly na sebe. Bylo patrné, že studentka ví, co chce dělat a čeho chce dosáhnout. Zároveň při našich domluvách a konzultacích ochotně přijímala má doporučení a návrhy. Pozitivně hodnotím příjemné vystupování a naladění studentky. Děti si paní učitelku Báru velmi oblíbily a podobné přijetí jsem vnímal i u seniorů.

Pokud bych přece jenom měl něco vytknout, tak komplikace a napětí vzniklé z důvodu časové tísně pro uskutečnění návštěv a hospodaření s časem. Také byla patrná pochopitelná nezkušenost práce s mladšími dětmi. Ta se projevila při zadávání úkolů a vedení rozhovorů. Mnohdy při hodnocení aktivit, ve snaze získat pozitivní i negativní

odpověď, zbytečně zasahovala do výpovědí žáků, kteří potom nevěděli, co se od nich žádá, protože vše vnímali pozitivně.

Potíže nastávaly také díky organizačním zmatkům přímo na místě a nedostatku pomůcek na pečení. Nedokážu posoudit, zda byly způsobeny nedostatečnou přípravou a domluvou, aby všechny pomůcky byly k dispozici, nebo malou vstřícností personálu Domova.

V každém případě jsme společnými silami všechny potíže překonali a radost všech účastníků z podařeného díla byla vždy dostatečnou odměnou.

Věřím, že se studentka ze získaných zkušeností poučí a že v podobných chvályhodných projektech bude pokračovat. Dovedu si představit další případnou spolupráci.

Co Vám samotnému přineslo společné setkání a co jste si odnesl?

Krásné chvíle společných setkání, empatie i euforie. Uvědomění si toho, jak krásnou, spolupracující a empatickou máme třídu. I toho, že ti moji „raubíři“ jsou andílci, za které se vůbec nemusím stydět a kteří si zaslouží velkou pochvalu. Naději na další setkání.

Má pro Vás smysl propojování generací v rámci mezigenerační spolupráce?

Určitě ano (viz níže).

Jaké má výhody i nevýhody tato spolupráce?

Uvědomění si všech podob lidského života a jeho průběhu. Rozvoj sociálních kompetencí a empatie. Vnímání vzájemné potřeby a obohacování se.

Nevýhody snad v nevyzpytatelnosti některých situací a reakcí. Ale i to lze vnímat pozitivně, pokud s dětmi danou situaci rozebereme a budeme hledat její možné příčiny a řešení.

Jaká aktivita Vás zaujala nejvíce a jaká podle Vás měla největší úspěch?

Aktivity byly různorodé a každá poskytovala jiný prostor pro spolupráci i seberealizaci. Hodnotím je všechny jako velmi přínosné, vzájemně se doplňující a pro pozorovatele poskytující pestrou paletu postřehů a zážitků. Pokud bych měl přesto vybrat, tak mě příjemně překvapilo, jak se děti ochotně a zapáleně zhostily role učitelů a zároveň, jak se senioři nechali učit a jakou radost z výrobků měli.

Velkou hodnotu pro mě i děti měla vzájemná sdílení.

Jak byste ohodnotil spolupráci zařízení a přístup pracovníků?

Na tuto otázku nemohu objektivně odpovědět, neboť jsem nebyl účasten žádného jednání ani přípravy ze strany pracovníků Domova pro seniory. Překvapilo mě ale, jak náročné bylo zahájení projektu a kolikrát jsme první setkání museli posunout. Obtížné bylo také hledání vhodných termínů. Často se měnily dohodnuté termíny. Ze strany Domova byla ale pramalá snaha vyjít vstříc. Aby setkání mohla v daném čase proběhnout, museli jsme se plně přizpůsobit a reagovat na náhlé změny. Štěstí bylo v blízkosti naší školy a Domova. Pokud bychom řešili komplikovanou dopravu, nemohli bychom takovým podmínkám vyjít vstříc. Překvapilo mě také, že se nepočítalo se změnou v týdenním rituálu účastníků setkání. Ti na setkání často chodili se zpožděním či z nich byli vytrhováni. Dokonce se jednoho setkání někteří nezvládli zúčastnit. Stalo se také, že byli káráni pro neplnění svých „zavedených povinností“, když už poněkolkáté řeší jinou aktivitu.

Velmi mě překvapilo, že se na nás bez předchozí informace přišla podívat jakási exkurze. Děti se naštěstí nenechaly vyrušit od práce.

Na druhou stranu, byla setkání přijata jako přínosná, probíhala v krásné jídelně a děti mohly zažít opravdu nádherné a útulné místo tohoto domova. A hned při prvním setkání byla ze strany Domova projevena prosba o další a častou spolupráci.

Chtěli byste se i do budoucna společně setkávat a účastnit na společných aktivitách?

Určitě. Již jsme si spolupráci slíbili a obě strany se na ni těší. Snad se nám to podaří.

Už jste se někdy takového projektu v rámci školy s žáky zúčastnili?

Ano, ve druhé třídě jsme hráli divadlo Domově důchodců Empatie na Dobré Vodě a před Vánoci jsme měli besedu se seniory (viz výše).

Co takový projekt přinesl Vaším žákům a čím je mohl obohatit?

Zážitek radosti, že jsme udělali jiným lidem radost. Pamatují si to.

Obohacení o pohled na určité zkušenosti a každodenní situace z pohledu jiné generace.

Myslíte si, že je dostatek takových aktivit v zařízeních?

Zájem by zřejmě byl, obtíže nastávají při organizaci a práci s časem. Posoudit tuto otázku mohu ale pouze z pohledu naší školy, kdy různé třídy podobnou spoluprací navazují. U jiných škol to ale údajně není běžné ani podporované.

Je důležité, aby se děti scházely se starými lidmi a co konkrétně pro Vás vztah dětí a seniorů znamená?

Samozřejmě. Dříve děti i dospělí byli zvyklí, že lidé doma přicházeli na svět, rostli, pracovali, podíleli se na všech činnostech zajišťujících chod rodiny a domácnosti, marodili i umírali. Byli v kontaktu s realitou všedních dní, radostí i těžkostí, vzájemné pomoci i vyprovázení. A pochopitelně i velmi náročných a krutých osudů. To všechno nějak člověka utvářelo a připravovalo na různé životní situace.

Dnes jsme často od reality života odtrženi. Děti se rodí a staří často umírají v nemocnicích. Přírozený průběh lidského a rodinného života tím byl narušen. Chybí začátek a konec. Zvláště v onom konci chybí rozloučení, odpuštění, smíření a propuštění. Přijetí.

Pokud se rodina stará o seniory, nebo péči zajistí a dochází ke vzájemným kontaktům, učí se děti vzájemné odpovědnosti za život svůj i blízkých. Získávají do budoucna důležitý model vzájemné pomoci a péče.

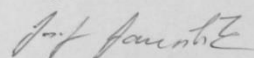
Nejmladší a nejstarší generace si byly často velmi blízké. Prarodiče se mnohdy mohli / mohou postarat o děti, když musí rodiče zajistit rodinu a pracují. Zároveň jsou prarodiče díky svým životním zkušenostem více nad věci a některé situace dokáží řešit lépe nebo v nich nevidí problém. Dokáží se dětem také lépe přiblížit. A jsou vděční za dětskou blízkost a náklonnost.

Obtíže samozřejmě nastávají, pokud jedna nebo druhá generace nezvládne pozici své role a přespříliš překračuje své kompetence a zasahuje a ovlivňuje věci, které jí už nepřísluší. Zde ale právě děti mohou hrát smírčí roli.

Na závěr bych rád podotkl, že téměř všechny děti zajímají příběhy z dětství a mládí rodičů a prarodičů. Pokud k takovému vyprávění dochází, jsou to velmi cenné okamžiky.

Jsem velmi rád, že jsem se se třídou mohl tohoto vzájemně obohacujícího projektu účastnit, a velmi Barboře Vrbové děkuji za skvělou a příjemnou spolupráci.

Josef Janošťák – třídní učitel



Mnohokrát děkuji za Vaši spolupráci a za Vaše odpovědi v rámci hodnocení společných aktivit!

Barbora Vrbová

Příloha č. 5- Zázpis z diskuze a pozorování – vztah dětí a prarodičů

- Bydlím s prarodiči : ||
vidím je každý víkend : |||||
Navštěvujeme je 1x za 14 dní : |||
-||- občas : |||||
Rozvedení prarodiče
- navštěvujeme je každého zvlášť ||
Znám někoho z praprarodičů : || (domov důchodců)
(praděda, prababička)
Rodiče od mamky nevidám : |
-||- od tatky nevidám : ||
Rodiče mamky uměli : ||
-||- tatky uměli : ||
Vidím prarodiče i v Lžanu (občas) : ||
Některého prarodiče vůbec neznám : |
Co děláme
- s dědou : pracuji s ním (opravujeme, jezdím s traktorem)
hrájeme si, procházka
pomáhám na zahradě, se dřevem
setám trávu sekačkou
dívám se, jak něco vyřadí ze dřeva
někdy dělá legraci
povídáme si
staráme se o zvířata - na statku
kopeme si s míčem
- s babičkou : pomáhám s ní péct vařit
hrájeme si, procházka
někdy mě uzvedává ze školy
navštěvuje na oběd
hlídá mě, když nemají rodiče čas
pomáhám na zahradě (zahonty)
venčím babičce psa
povídáme si
-
- Většina dětí se vidá ráda s prarodiči, četnost vidání
a příležitost určují rodiče. Když mají rodiče hezký
vztah se svými rodiči, tak je dětí vidání a navštěvování jsou
přátelství.
Občas někdo řekl, že je nevidá, nebo, že je děda brůcha.
Některé prarodiče hlídají děti v nepřítomnosti rodičů, uzve-
dávají je ve škole.
Větší zábava a legrace je obecně s dědama.
V domově důchodců mají pradědy, prababičky.

Obrázek č. 6



Obrázek č. 7



Obrázek č. 8



Obrázek č. 9



Zdroj: vlastní

Obrázek č. 10



Obrázek č. 11



Obrázek č. 12



Obrázek č. 13



Zdroj: vlastní